

Научная статья | Original paper

## Пенсионный переход в восприятии предпенсионеров: возможное Я-пенсионер в будущей жизненной ситуации

Т.П. Емельянова<sup>1</sup>, Е.Н. Викентьева<sup>2</sup> ✉

<sup>1</sup> Институт психологии Российской академии наук, Москва, Российская Федерация

<sup>2</sup> Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации,  
Москва, Российская Федерация

✉ vikentieva@mail.ru

### Резюме

**Контекст и актуальность.** К категории жизненных ситуаций, которые требуют существенной перестройки базовых личностных структур, относится пенсионный переход, а ключевым аспектом этого процесса являются изменения в Я-концепции. Особенности прогнозирования человеком пенсионного этапа жизни требуют изучения структуры Я-концепции и, в частности, возможного Я-пенсионера. Взаимосвязь Я настоящего и возможного Я-пенсионера позволяет понять природу факторов, способствующих успешным пенсионным настройкам в будущем.

**Цель.** Изучение роли ряда личностных факторов в конструировании возможного Я у предпенсионеров по отношению к будущей жизненной ситуации.

**Дизайн исследования.** Для выявления типов респондентов по модальности ожидания от своего будущего на пенсии выборка была разделена на 3 группы (позитивно настроенные, негативно настроенные и нейтральные) на основе контент-анализа ответов на открытый вопрос авторского опросника. Поиск взаимосвязей между компонентами «Я» настоящего (характеристиками самосознания) и эмоциональным, когнитивным и предведенческим компонентами возможного Я в условиях жизни на пенсии осуществлялся путем расчета значимых различий между выявленными группами респондентов по СЖО, перспективе будущего и представлениям о будущем на пенсии.

**Методы и материалы.** Выборку составили 400 человек (мужчины — 50,1%, женщины — 49,9%), возрастная группа 45–63 лет, проживающих на территории Центрального федерального округа Российской Федерации. Опросник, направленный на изучение представлений о будущей трудной жизненной ситуации выхода на пенсию (авторы — Т.П. Емельянова и Е.Н. Викентьева), русскоязычная версия опросника «Профессиональная временная перспектива будущего» Х. Цахера и М. Фрезе в адаптации Т.Ю. Базарова и А.В. Парамузова, тест смысловых жизненных ориентаций Дж. Крамбо и Л. Махонлика (J. Crumbaugh, L. Maholic) в адаптации Д.А. Леонтьева.

**Результаты.** Обнаружены значимые различия ( $t$ -критерий Стьюдента,  $p < 0,01$ ) между группами респондентов с позитивными и негативными прогнозами жизни после пенсионного перехода: показатели по всем шкалам методики СЖО более высокие, чем у второй группы. Средние значения по методике «Профессиональная временная перспектива будущего» показывают, что фокусирование на возможностях и восприятие своего

*оставшегося времени как неограниченного выше у респондентов, воспринимающих будущее позитивно. При этом фокусирование на ограничениях выше у респондентов, воспринимающих предстоящую трудную жизненную ситуацию негативно, роль предиктора по отношению к характеру восприятия своего будущего на пенсии (линейный регрессионный анализ) для шкалы СЖО «Локус контроля-Я» имеет характер тенденции.*

**Выводы.** *Возможное Я-пенсionер представляет собой у предпенсionеров ядерный конструкт, базирующийся на глубинных личностных структурах Я — уверенность в себе, вера в возможность контролировать события своей жизни, ориентация на возможности в будущем. Факторы возраста респондентов, их семейного статуса, места проживания, образования, сферы деятельности не обнаружили связей с эмоциональным компонентом возможного Я-пенсionер.*

**Ключевые слова:** *предпенсionеры, возможное Я-пенсionер, концепция-Я, смысловые ориентации, ориентация на возможности/ограничения, локус контроля-Я, будущая жизненная ситуация*

**Финансирование.** Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского научного фонда в рамках научного проекта № 24-28-00422 «Экономико-психологическая зрелость людей предпенсionного возраста в ситуации планирования выхода на пенсию», <https://rscf.ru/project/24-28-00422/#1>.

**Дополнительные данные.** Наборы данных можно запросить у автора (Е.Н. Викентьева).

**Для цитирования:** Емельянова, Т.П., Викентьева, Е.Н. (2025). Пенсионный переход в восприятии предпенсionеров: возможное Я-пенсionер в будущей жизненной ситуации. *Социальная психология и общество*, 16(4), 148–167. <https://doi.org/10.17759/sps.2025160409>

## Pension transition in the perception of pre-retirees: possible self-pensioner in the future life situation

T.P. Emelyanova<sup>1</sup>, E.N. Vikentieva<sup>2</sup> ✉

<sup>1</sup> Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences, Moscow, Russian Federation

<sup>2</sup> Financial University under the Government of the Russian Federation,  
Moscow, Russian Federation

✉ [vikentieva@mail.ru](mailto:vikentieva@mail.ru)

### Abstract

**Context and relevance.** *The category of life situations that require a significant restructuring of basic personality structures includes the retirement transition, and the key aspect of this process is changes in the self-concept. The peculiarities of a person's forecasting of the retirement stage of life require studying the structure of the self-concept and, in particular, the possible self-pensioner. The relationship between the present self and the possible self-pensioner allows us to understand the nature of the factors that contribute to successful pension adjustment in the future.*

**Objective.** *Study of the role of a number of personal factors in the construction of a possible self in pre-retirement people in relation to the future life situation.*

**Research design.** *To identify the types of respondents by the modality of expectations about their future in retirement, the sample was divided into 3 groups (positively minded, negatively*

*mindful and neutral) based on the content analysis of the answers to the open question of the author's questionnaire. The search for relationships between the components of the present "I" (characteristics of self-awareness) and the emotional, cognitive and pre-behavioral components of the possible self in the conditions of life in retirement was carried out by calculating the significant differences between the identified groups of respondents by the PIL, future prospects and ideas about the future in retirement.*

**Methods and materials.** *The sample included 400 people (men – 50,1%, women – 49,9%), age group 45–63 years, living in the Central Federal District of the Russian Federation. A questionnaire aimed at studying ideas about the future difficult life situation of retirement (authors – T.P. Yemelyanova and E.N. Vikentyeva), the Russian-language version of the questionnaire "Professional Time Perspective of the Future" by H. Zacher and M. Frese adapted by T.Yu. Bazarov and A.V. Paramuzov, the test of life-meaning orientations by J. Crumbaugh, L. Mahnolic adapted by D.A. Leontiev.*

**Results.** *Significant differences (Student's  $t$ -test,  $p < 0,01$ ) were found between the groups of respondents with positive and negative life forecasts after retirement: the indicators for all scales of the PIL methodology are higher than those of the second group. The average values for the "Professional Time Perspective of the Future" methodology show that focusing on opportunities and perceiving their remaining time as unlimited are higher among respondents who perceive the future positively. At the same time, focusing on limitations is higher among respondents who perceive the upcoming difficult life situation negatively. The role of the predictor in relation to the nature of the perception of one's future in retirement (linear regression analysis) for the PIL scale "Locus of Control-I" has the nature of a tendency.*

**Conclusions.** *The possible Self-pensioner is a nuclear construct for pre-pensioners, based on deep personal structures of Self-confidence, belief in the ability to control the events of one's life, orientation toward opportunities in the future. The factors of respondents' age, their family status, place of residence, education, and sphere of activity did not reveal any connections with the emotional component of the possible Self-pensioner.*

**Keywords:** *pre-retirees, possible self-pensioner, concept-I, life-meaning orientations, orientation to opportunities/limitations, locus of control-I, future life situation*

**Funding.** The study was supported by the Russian Science Foundation, project number № 24-28-00422, <https://rscf.ru/project/24-28-00422/#!>.

**Supplemental data.** Datasets can be requested from the author (E.N. Vikentieva).

**For citation:** Emelyanova, T.P., Vikentieva, E.N. (2025). Pension transition in the perception of pre-retirees: possible self-pensioner in the future life situation. *Social Psychology and Society*, 16(4), 148–167. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2025160409>

## Введение

Выход на пенсию неизбежно оценивается человеком как значимая жизненная ситуация. Она может эмоционально восприниматься как нейтральная, благоприятная или как негативная.

В любом случае она требует от человека психологической подготовки. Новая жизненная ситуация вынуждает человека не только интерпретировать ее для себя, но и перестраиваться в соответствии с необходимостью.

Пенсионный переход предъявляет к личности требования, связанные с активизацией ее психологических ресурсов для успешной адаптации к новой жизненной ситуации. Процесс поиска и включения этих ресурсов является затратным, что порой делает ситуацию сложной. Исследователи отмечают, что хотя традиционно группа людей предпенсионного возраста воспринималась как психологически благополучная и работодателями, и социальными службами в плане стабильности дохода, опыта работы, ответственности и предсказуемости поведения, но недавние исследования субъективного благополучия россиян в предпенсионном возрасте обнаруживают их значительную психологическую уязвимость по сравнению с более младшими и более старшими возрастными группами (Мануильская, Солодовникова, Малькова, 2023, с. 106).

Подобная психологическая уязвимость специфична для данной возрастной категории независимо от культурной и национальной принадлежности. На психологические проблемы, связанные с выходом на пенсию, указывают и зарубежные авторы, ассоциируя их не только со снижением доходов, но и с чувством потери роли, с потерей членства в группе (Froidevaux et al., 2024). Исследователи отмечают, что тревожное состояние перед выходом на пенсию, ожидание будущих финансовых ограничений, социальной изолированности сопровождаются особым психологическим напряжением и повышенной готовностью к возможному неблагоприятному развитию событий. Образуется своего рода внутренний буфер, который Н.К. Шлосберг назвала «психологическим портфолио» предпен-

сионера (Schlossberg, 2004) — своеобразный «спасательный круг», создаваемый человеком для облегчения психологического дискомфорта в ситуации пенсионного перехода. Это может быть финансовая подготовка, повышенное внимание к здоровью, ускоренное решение бытовых проблем или «уход», отложенные мысли о будущем, но в любом случае предстоящая ситуация вызывает озабоченность. В недавнем отечественном исследовании отмечается выраженная «амбивалентность восприятия образа жизни на пенсии, у которого помимо позитивных есть отчетливо выраженные негативные характеристики» (Киселев, Михайлова, Смирнова, 2024, с. 92) — речь идет об оценках респондентами разного возраста своих эмоциональных состояний, чувств, установок по отношению к будущему пенсионному периоду. По словам авторов, «здесь присутствуют как спокойствие и принятие, так и широкий спектр негативных эмоций и установок — тревога, тоска, безысходность, апатия, страх» (там же). Будущие изменения в образе жизни, социальных связях, подготовка к корректировке своих ролей, социальной идентичности неизбежно предполагают трансформационные процессы в личности.

Для анализа психологического содержания пенсионного перехода личности имеет смысл обратиться к развитию теоретических основ Я-концепции, предпринятых в восьмидесятих годах XX века Хейзел Маркус и Паулой Нуриус, которые ввели в научный оборот понятие возможного Я (Markus, Nurius, 1986). Они определяют его в терминах социо-когнитивного подхода к изучению Я-концепции: «Возможные Я представляют собой идеи индивидуумов о том,

кем они могут стать, кем они хотели бы стать и кем они боятся стать, и, таким образом, обеспечивают концептуальную связь между познанием и мотивацией» (Markus, Nurius, 1986, p. 954). В этом определении важно, что авторы предусматривают в структуре возможного Я существование не только желания человека получить в будущем те или иные значимые качества, свойства, достоинства, но и то, кем он боится стать, страх не суметь чего-то достичь. Это, по существу, ожидания, основанные на прогнозе, которые амбивалентны по модальности переживания. Для процесса ресоциализации значима именно эта характеристика возможного Я, что делает данное понятие продуктивным для анализа психологических механизмов, в частности, пенсионного перехода.

Авторы так формулируют цель введения этого понятия в существующий тезаурус понятий Я-концепции: «Центральным предположением этого расширенного взгляда на Я-концепцию является то, что измерения Я, отличные от настоящего Я, должны вносить значимый вклад в объяснение дисперсии текущих аффективных и мотивационных состояний индивидуума» (Markus, Nurius, 1986, p. 959). Перспективы применения понятия возможного Я, как показали работы разных авторов, чрезвычайно широки, нововведение оказалось настолько продуктивным, что его с успехом использовали не только исследователи в сфере изучения мотивации, планирования, но и в возрастной, клинической психологии, психологии девиантного поведения, в психологии труда и др. (например, Freeman et al., 2001; Hock et al., 2006; Hooker, 1992; Oyserman, Destin,

Novin, 2015; Ryff, 1991; Vasilevskaya, Molchanova, 2021 и др.).

Отечественные авторы также позитивно оценили возможности нового для изучения Я-концепции понятия: «Фактически возможные Я представляют собой направленный в сферу будущего и возможного компонент Я-концепции, на когнитивном уровне выражающий ожидания, стремления, страхи или надежды субъекта. Большинство приверженцев данной концепции отмечают, что конструкт возможных Я является важным инструментом в совладании с трудными жизненными ситуациями, личностным ресурсом в саморегуляции собственной деятельности (Москвичева и др., 2022, с. 98). Активно обсуждаются сферы применения этого понятия, его вариативность и методы изучения феномена (Аванесян, Денисенко, 2022; Василевская, Молчанова, 2016; Гришутина, Костенко, 2022; Костенко, 2016).

Баланс в репертуаре возможных Я (т.е. наличие желаемого и пугающего Я в одной и той же сфере) был предметом лонгитюдного исследования респондентов в возрасте от 55 до 89 лет. Обнаружено, что и желаемые, и пугающие возможные Я за пятилетний срок наблюдения в целом оставались стабильными и сбалансированными, а некоторая нестабильность отмечалась в сфере здоровья (Frazier et al., 2000, p. 242).

Пенсионный переход, являющийся сложным периодом в масштабе жизни человека, неизбежно предполагает перестройку концепции Я, к которой требуется соответствующая психологическая подготовка. Именно в предпенсионном периоде человек испытывает наибольшие трудности в самоопределении для

будущей жизни. Конструирование возможного Я-пенсионер в данной жизненной ситуации выступает как механизм преднастройки к пенсионному переходу. «Тестируя» в воображении различные сферы своей будущей жизни, человек прогнозирует то, на что он может надеяться, чего он опасается, чего может достичь, чего он боится и т.п. Подобный прогноз и соответствующие ожидания позволяют построить относительно комфортную личностную конструкцию возможного Я. На основе сконструированного возможного Я в период реального выхода на пенсию происходят завершающие тонкие настройки Я-концепции, обеспечивающие психологическое равновесие с наименьшими потерями.

Факторы успешности завершающих настроек активно изучаются в последнее десятилетие в направлении поиска личностных ресурсов, необходимых для благополучного пенсионного перехода. Помимо очевидных физических, когнитивных и финансовых ресурсов успешная личностная настройка, как показали результаты исследований, зависит от психического здоровья, поддержки семьи, проактивности личности (Zhan et al., 2023). Недавние исследования дополнили этот перечень такими феноменами, как «активное социальное взаимодействие и способность к управлению своим временем» (Froidevaux et al., 2024).

В процессах когнитивного освоения личностью грядущих жизненных изменений на первый план выступают мониторинг и прогнозирование собственных возможностей и ограничений. Адекватным подходом к анализу данных процессов представляется соотнесение Я настоящего и возможного Я в условиях жизни на

пенсии. С уверенностью можно утверждать, что Я настоящее является базой для конструирования возможного Я, связь этих двух аспектов Я-концепции была теоретически доказана во многих работах (Аванесян, Денисенко, 2022; Василевская, Молчанова, 2016; Гришутина, Костенко, 2019; Hooker, Kaus, 1994; Markus, Nurius, 1986) применительно к различным областям психологии и психотерапии (Frazier и др., 2000; Kita, 2011; Bak, 2015), социальной работы (Bond, 2022). Будучи одним из наиболее изменчивых и вариативных элементов Я-концепции, возможное Я играет роль «детектора», который анализирует и аккумулирует данные о психологических ресурсах и возможностях для наилучшей последующей настройки личностных структур в сложной жизненной ситуации.

В настоящем исследовании развивается подход к пониманию того, как некоторые особенности настоящего Я связаны со сконструированным предпенсионерами возможным Я на пенсии. Я настоящее представлено двумя феноменами, один из них — осмысленность жизни. Источники смысла жизни могут находиться либо в будущем (цели), либо в настоящем (процесс), либо в прошлом (результат), либо во всех трех составляющих жизни, т.е. удовлетворение, получаемое при их достижении, и уверенность в собственной способности ставить перед собой цели, выбирать задачи из имеющихся и добиваться результатов (Леонтьев, 2000).

Второй феномен означает то, как человек воспринимает свою временную перспективу будущего — как ограниченную или неограниченную. Разработанные Х. Цахером и М. Фрезе понятия «фокусирование на ограничениях» или



«фокусирование на возможностях» проясняют психологический смысл построения образа будущего на переломных этапах жизненного пути. Наличие или отсутствие побудительных сил у личности во многом определяется временной перспективой будущего, степенью уверенности в собственных силах и возможности (Базаров, Парамузов, 2019, с. 58).

Эти ключевые личностные факторы позволяют понять природу ожиданий человека перед лицом жизненной ситуации выхода на пенсию, которая в корне меняет контекст его существования.

Конструируемое возможное Я, базируясь на прогнозах и ожиданиях, содержит ряд категорий (разработанных в исследованиях Дафны Ойзерман с коллегами), соответствующих актуальным сферам жизни человека: здоровье, академические/учебные достижения, семья, межличностные отношения и др. (Oyserman, Destin, Novin, 2015).

В настоящем исследовании исходной является более общая структура возможного Я-пенсионер с выделением его основных компонентов: эмоционального (позитивные и негативные возможные Я), когнитивного (представления о жизни на пенсии) и относящегося к готовности действовать (декларированные намерения). Основанием для акцентирования эмоционального компонента возможного Я предпенсионеров явилась присущая процессам ресоциализации вообще и пенсионной ресоциализации в частности аффективная напряженность, которая во многом определяет избирательность при конструировании корпуса когнитивных элементов и намерений в структуре возможного Я. Целью исследования было изучение роли ряда личностных факто-

ров в конструировании возможного Я у предпенсионеров по отношению к будущей жизненной ситуации.

#### *Задачи исследования:*

1. Выделить группы респондентов по модальности ожиданий от своего будущего на пенсии и оценить их специфические характеристики по социально-демографическим параметрам.

2. Выявить различия между группами, настроенными негативно и позитивно по отношению к своему будущему на пенсии, по общему индексу и шкалам СЖО, а также по профессиональным ориентациям.

3. Выявить различия между группами, настроенными негативно и позитивно по отношению к своему будущему на пенсии, по представлениям в отношении будущего.

4. Выявить предикторную роль СЖО по отношению к характеру восприятия своего будущего на пенсии (позитивные или негативные ожидания).

### **Материалы и методы**

*Выборка.* В исследовании приняли участие респонденты ( $N = 400$ ), проживающие в различных городах Центрального федерального округа России, подавляющее большинство респондентов проживают в городах разной численности населения (более 1 миллиона жителей — 51,1%; менее 1 миллиона жителей — 46,4%). Данные собраны посредством платформы для проведения опросов «Анкетолог».

Пол: мужчины — 50,1%, женщины — 49,9%. Возраст: все респонденты относились к возрастной группе 45–63 лет. Данная возрастная группа сформирована

таким образом, поскольку, во-первых, все респонденты не входят в группу пенсионеров, а во-вторых, с 45-ти лет уже испытывают бремя возрастной дискриминации (Емельянова, Викентьева, 2023). Уровень образования: неполное среднее — 1,5%; среднее — 5,2%; среднее специальное — 31,2%; незаконченное высшее — 5,2%; высшее — 48,9%; два (или более) высших — 6,7%; ученая степень — 1%. Семейный статус: женаты (замужем) — 57,4%, не женаты (не замужем) — 26,2%, состоят в гражданском браке — 10,5%, вдовец (вдова) — 5,7%. Имеют родственников под опекой 32,9%, не имеют — 66,8%. Работают 88,5%; 70% респондентов являются наемными работниками. В выборке равномерно представлены разные сферы деятельности респондентов.

*Методики исследования:* представления о будущей трудной жизненной ситуации выхода на пенсию изучались при помощи авторского опросника, содержащего 25 утверждений. В основу опросника были положены предыдущие исследования авторов (Емельянова, Викентьева, 2023) и анализ литературы. Утверждения, включенные в опросник, относились к следующим сферам: представления о предстоящем социальном статусе пенсионера и будущих социальных контактах, ожидания от того, чем человек будет заниматься на пенсии, и другие. Надежность-согласованность пунктов опросника была подвергнута психометрической проверке, которая показала ее достаточный уровень (альфа Кронбаха = 0,76). Также опросник включал незаконченное предложение «Мои ожидания от жизни на пенсии можно описать как...», продолжения которого кодировались при помощи контент-анализа, и предложе-

ние «Когда я представляю себя пенсионером, я...». Респондентам было предложено оценить суждения по 5-балльной шкале. Для изучения профессиональной временной перспективы использовалась русскоязычная версия опросника «Профессиональная временная перспектива будущего» (Occupational Future Time Perspective, OFTP) Х. Цахера и М. Фрезе в адаптации Т.Ю. Базарова и А.В. Парамузова (Базаров, Парамузов, 2019), тест смысловых ориентаций (СЖО/PII) Дж. Крамбо и Л. Махоника (J. Crumbaugh, L. Maholic) в адаптации Д.А. Леонтьева (Леонтьев, 2000). С использованием анкетирования выявлялись социально-демографические параметры выборки (пол, возраст, семейный и образовательный статус, тип населенного пункта проживания, наличие родственников под опекой, вид и род деятельности, форма и сфера занятости, режим работы).

*Схема проведения исследования.* Респонденты анонимно заполняли опросник, направленный на изучение перспектив будущего выхода на пенсию, и методики, ориентированные на изучение смысловых ориентаций и временной перспективы будущего. Для обработки продолжений незаконченного предложения с целью дальнейшей группировки выборки был применен качественный контент-анализ. Статистическая обработка результатов исследования осуществлялась с использованием пакета прикладных программ «SPSS 23.0». Примененные статистические методы — расчет значимых различий с использованием хи-квадрата Пирсона, t-критерия Стьюдента; анализ средних и линейная регрессия. Психолингвисти-



ческий анализ качественных данных — ответов респондентов на незаконченные предложения — осуществлялся при помощи экспертной системы ВААЛ.

## Результаты

В соответствии с задачей 1 выделения групп респондентов по модальности ожиданий от своего будущего на пенсии выборка ( $N = 400$ ) была разделена на три группы по характеру восприятия своего будущего на пенсии.

За основу были взяты продолжения незаконченного предложения «Мои ожидания от жизни на пенсии можно описать как...». Высказывания респондентов были подвергнуты контент-анализу и закодированы по характеру эмоциональной коннотации. Единицами анализа были краткие высказывания респондентов, единицами счета были те же высказывания, которые кодировались по их эмоциональной окрашенности (позитивные, негативные, нейтральные). Таким образом было выделено 3 группы респондентов: Группа 1 ( $N = 201$ ) — позитивное восприятие (варианты ответов — спокойствие, счастье, хорошие, удовольствие, отдых, спокойное существование), согласно фоносемантическому анализу утверждений, продолжающих незаконченное предложение «Когда я представляю себя пенсионером, я...», эмоциональный фон можно описать как позитивный через категории: красивый, простой, округлый, легкий, женственный, медленный, пассивный; Группа 2 ( $N = 111$ ) — негативное восприятие (варианты ответов — скучно, тяжело, неважные, напряг), фоносемантический анализ утверждений, продолжающих незаконченное пред-

ложение «Когда я представляю себя пенсионером, я...», показал следующий эмоциональный фон: громкий, большой, медленный; наиболее часто упоминаемая категория — «ужас»; Группа 3 ( $N = 88$ ) — нейтральное восприятие (варианты ответов — нет никаких ожиданий, никак, непонятно, не знаю, все останется по-старому). Далее был произведен расчет значимых различий между полученными тремя группами респондентов по социально-демографическим характеристикам с использованием теста хи-квадрата Пирсона. Согласно полученным данным, по социально-демографическим характеристикам (пол, возраст, образование, семейное положение, наличие детей, наличие опекаемых, сфера и вид деятельности, форма занятости, место проживания), которые в комплексе описывают объективную ситуацию респондентов как семейную, профессиональную, включающую социальный контекст (размер города проживания), значимых различий ( $p < 0,001$ ) между выявленными группами респондентов обнаружено не было. Данный результат может говорить о том, что характер восприятия своего будущего в предстоящей трудной жизненной ситуации выхода на пенсию не связан с актуальной ситуацией и, вероятно, опосредуется внутренними психологическими факторами.

При этом психолингвистический анализ продолжений незаконченного предложения «Когда я представляю себя пенсионером, я...» по всем группам респондентов показал, что из характерологических категорий, заложенных в экспертной системе, преобладают такие, как «Депрессивность», «Паранойаль-

ность»; в мотивационном профиле выделяется потребность в аффилиции; из параметров семантического дифференциала преобладает «Пассивность». Из эмоционально-лексических оценок выделяются «Доброжелательность», «Независимость», «Агрессивность» (с отрицательным значением).

В соответствии с задачей 2 был проведен расчет значимых различий с использованием *t*-критерия Стьюдента между Группой 1 и Группой 2 по шкалам СЖО и профессиональной временной перспективы будущего.

Как можно видеть из полученных данных (табл. 1), по осмысленности жизни значимые различия обнаружены по всем

шкалам методики СЖО ( $p < 0,001$ ). При этом, согласно результатам анализа средних значений, у респондентов, прогнозирующих жизнь на пенсии в позитивной коннотации, все показатели имеют более высокие значения, чем у респондентов, воспринимающих жизнь на пенсии в негативном ключе. Что важно, средние показатели у Группы 1, несмотря на то, что они статистически достоверно более высокие, чем у Группы 2, не превышают нормативных значений, приведенных авторами адаптации методики (Леонтьев, 2000), что позволяет трактовать их как соответствующие норме.

По профессиональной временной перспективе будущего также выявлены

Таблица 1 / Table 1

**Данные по различиям между группами респондентов по шкалам СЖО и временной перспективы будущего (N = 312)**  
**Data on differences between groups of respondents on the scales of PIL and time perspective of the future (N = 312)**

Параметры / Parameters	<i>t</i>	<i>p</i>	Группа 1 / Group 1 (N = 201)			Группа 2 / Group 2 (N = 111)		
			<i>M (SD)</i>	<i>MD</i>	<i>IQR</i>	<i>M (SD)</i>	<i>MD</i>	<i>IQR</i>
СЖО Общий	4,11	< 0,001	95,5 (18,4)	95	24	86,8 (16,9)	85	17
СЖО Локус «контроль — жизнь»	3,57	< 0,001	29,2 (7,1)	28	12	26,3 (6,5)	26	10
СЖО «Цели жизни»	2,75	0,006	28,7 (7,5)	27	7	26,3 (7,0)	25	8
СЖО «Процесс жизни»	3,46	0,001	27,4 (6,2)	23	8	25,0 (6,0)	20	7
СЖО «Результат жизни»	4,13	< 0,001	23,1 (5,8)	19	5	20,3 (5,8)	18	4
СЖО «Локус контроль — я»	3,23	0,001	19,7 (4,2)	30	9	18,1 (3,9)	26	9
Фокус возможности	5,11	< 0,001	13,3 (5,5)	14	9	10,0 (5,4)	9	8
Оставшееся время	3,52	< 0,001	10,9 (5,2)	11	7	8,7 (5,1)	8	7
Фокус ограничения	–3,3	0,001	12,8 (4,9)	12	8	14,7 (4,9)	16	7

*Примечание:* СЖО — смысловые ориентации; *M* — среднее; *SD* — среднее значение стандартного отклонения; *MD* — медиана; *IQR* — межквартильный размах; *p* — уровень значимости; *t* — *t*-критерий для равенства средних.

*Note:* *M* — mean; *SD* — mean standard deviation; *MD* — median; *IQR* — Interquartile Range; *p* — significance level; *t* — *t*-test for equality of means.

значимые различия ( $p < 0,001$ ) по трем исследуемым шкалам. Анализ средних значений показывает, что фокусирование на возможностях и восприятие своего оставшегося времени как неограниченного выше у респондентов, воспринимающих будущее позитивно. При этом фокусирование на ограничениях выше у респондентов, воспринимающих предстоящую трудную жизненную ситуацию негативно.

В соответствии с задачей 3 — выявить значимые различия между группой, настроенной позитивно, и группой, настроенной негативно по отношению к своему будущему на пенсии, — был произведен расчет значимых различий с использованием  $t$ -критерия Стьюдента между Группой 1 и Группой 2 по авторскому опроснику восприятия будущего на пенсии (табл. 2).

В результате были обнаружены значимые различия между исследуемыми

Таблица 2 / Table 2

**Данные о различиях между группами респондентов по представлениям  
 о своем будущем на пенсии ( $N = 312$ )**  
**Data on differences between groups of respondents in their ideas about  
 their future in retirement ( $N = 312$ )**

Параметры / Parameters	$t$	$p$	Группа 1 / Group 1 ( $N = 201$ )			Группа 2 / Group 2 ( $N = 111$ )		
			$M (SD)$	$MD$	$IQR$	$M (SD)$	$MD$	$IQR$
Испытываю страх и беспокойство в отношении будущего	-5,09	< 0,001	3,0 (1,2)	3	2	3,8 (1,2)	4	2
Откладываю мысли о будущем, живу сегодняшним днем	-2,66	0,008	3,1 (1,2)	3	2	3,5 (1,1)	4	1
Пенсионеров у нас не уважают	-5,07	< 0,001	3,0 (1,2)	3	2	3,8 (1,3)	4	2
Боюсь, что на пенсии буду никому не нужен	-5,26	< 0,001	2,8 (1,3)	3	2	3,6 (1,3)	4	2
Нахожусь в отчаянии, боюсь наступления пенсионного возраста	-6,34	< 0,001	2,3 (1,3)	2	2	3,3 (1,2)	3	2
Выйдя на пенсию, планирую продолжить работать, поскольку не хочу чувствовать себя человеком второго сорта	-2,5	0,013	3,1 (1,3)	3	2	3,5 (1,3)	4	2
Опасаюсь сужения круга общения	-2,25	0,025	2,4 (1,2)	2	2	2,7 (1,4)	3	3
На пенсии буду жить более экономно. Сокращаю свои расходы	-3,97	< 0,001	3,4 (1,1)	3	1	4,0 (1,1)	4	2
Жду выхода на пенсию, когда наконец смогу заняться своими хобби	4,68	< 0,001	3,3 (1,3)	3	2	2,7 (1,1)	3	1

Параметры / Parameters	<i>t</i>	<i>p</i>	Группа 1 / Group 1 (N = 201)			Группа 2 / Group 2 (N = 111)		
			<i>M (SD)</i>	<i>MD</i>	<i>IQR</i>	<i>M (SD)</i>	<i>MD</i>	<i>IQR</i>
Я всю жизнь работал(а), считаю, что на пенсии нужно посвятить время своей семье	2,76	0,006	3,6 (1,1)	3	2	3,3 (1,2)	3	2
Всегда можно найти подработку, будучи пенсионером	5,08	< 0,001	3,7 (1,1)	4	2	3,0 (1,2)	3	2
У нас пенсионеры – изгои общества	–6,31	< 0,001	2,3 (1,2)	2	2	3,3 (1,4)	3	3

*Примечание:* *M* – среднее; *SD* – среднее значение стандартного отклонения; *MD* – медиана; *IQR* – межквартильный размах; *p* – уровень значимости; *t* – *t*-критерий для равенства средних.

*Note:* *M* – mean; *SD* – mean standard deviation; *MD* – median; *IQR* – Interquartile Range; *p* – significance level; *t* – *t*-test for equality of means.

группами ( $p < 0,001$ ) по утверждениям, относящимся к социальному аспекту будущей трудной жизненной ситуации – низкий социальный статус пенсионеров, страх потери имеющегося социального статуса, сужение социального круга, которые могут трактоваться как страх социального исключения. Более высокие значения были обнаружены у респондентов, относящихся к Группе 2 (негативно настроенные). В то же время респонденты, относящиеся к Группе 1 (позитивно настроенные), видят возможности поддержать себя финансово и посвятить время семье, таким образом конструируя сфокусированный на возможностях образ своего будущего. Важно, что наличие хобби и понимание возможности им заниматься также статистически достоверно выше у респондентов, относящихся к Группе 1. Согласно данным частотного анализа (табл. 2), наибольшие расхождения между позитивно и негативно настроенными группами респондентов наблюдаются по утверждению, относящемуся к восприятию статуса пенсионе-

ров в обществе «У нас пенсионеры – изгои общества».

Для проверки роли предиктора СЖО по отношению к эмоциональному восприятию предстоящей трудной жизненной ситуации, осуществленной в соответствии с задачей 4, был предпринят линейный регрессионный анализ методом «Ввод» ( $N = 400$ ). Для проверки предполагаемой закономерности в качестве независимой переменной тестировались как интегральная шкала СЖО, так и отдельные шкалы использованной методики. Проверка данных на гомоскедастичность показала удовлетворительную вариативность данных. Показатели модели для интегральной шкалы СЖО:  $R = 0,1$ ;  $R^2 = 0,01$ ;  $F = 4,5$ ;  $SE = 0,002$ ;  $p = 0,034$ . Показатели модели для шкалы СЖО «Локус контроля-Я»:  $R = 0,11$ ;  $R^2 = 0,12$ ;  $F = 4,9$ ;  $SE = 0,009$ ;  $p = 0,027$ . По остальным шкалам СЖО значимых закономерностей и тенденций не выявлено. Полученный результат можно интерпретировать следующим образом: предсказательная роль осмысленности жизни (интегральная шкала СЖО) и опоры на себя,

свои возможности (Локус контроля-Я) по отношению к характеру восприятия будущего проявилась в виде определенной тенденции. Можно предположить, что существует ряд других личностных факторов, которые обуславливают характер эмоционального компонента восприятия будущего пенсионного перехода.

### Обсуждение результатов

Прогнозируя свое будущее, готовясь к переходу из одного социального статуса в другой, человек мысленно переносится и в другой житейский контекст, одновременно решая для себя экзистенциальные вопросы. Ожидаемое изменение социальной ситуации, само предвидение перспективы изменений в жизни неизбежно порождают эмоции, сопровождающие когнитивное освоение будущей жизненной ситуации. В обыденном сознании уход на пенсию неизбежно связывается со старением, снижением социального статуса и бедностью, а это, в свою очередь, является шагом к социальному исключению, «социальному снижению» человека и «вытеснению» его на обочину общества (Григорьева, 2006).

Люди предпенсионного возраста, прогнозируя новый для себя, но в целом невыигрышный социальный контекст пенсионной жизни, по-разному конструируют свое Я применительно к нему, «примериваясь» к неизбежному. Х. Маркус и П. Нуриус подчеркивали: «Одна из функций возможных Я происходит из их роли в предоставлении контекста дополнительного значения для текущего поведения индивидуума. Атрибуты, способности и действия Я не оцениваются изолированно. Их интерпретация зависит от окружающего контекста воз-

можности» (Markus, Nurius, 1986, p. 957). Прогнозируемая ситуация и возможное Я оказываются неразделимой сложной конструкцией феноменов, к которой применимы принципы ситуационного подхода (Анцыферова, 1994; Психология социальных ситуаций, 2001; Бурлачук, Михайлова, 2002; Гришина, 2013; Солнцева, 2021). А для психологической науки, — как отмечает Н.В. Гришина, — социальная реальность — это, прежде всего, контекст существования человека, пространство его возможностей, пространство «творения» им своего жизненного мира (Гришина, 2013).

Прогнозируемая человеком жизненная ситуация даже в случае ее негативных коннотаций имеет различные субъективные интерпретации. Так, в представленном исследовании восприятие предпенсионерами будущего пенсионного перехода отнюдь не равнозначно: из 400 респондентов 201 выстраивают свое Я на пенсии как безмятежно отдыхающего человека, наслаждающегося покоем, 88 человек не задумываются о будущем и только 111 видят себя неблагоприятным, испытывающим тяготы жизни. Разумеется, психологических оснований для различий в модальности ожиданий существует множество: от личностных характеристик до субъективных прогнозов ситуации в обществе.

В проведенном нами исследовании в центре внимания были такие важнейшие характеристики наличного Я, как осмысленность жизни и ориентации на возможности либо на ограничения. Результаты свидетельствуют о том, что конструирование возможного Я на пенсии, его эмоциональное наполнение как один из аспектов предвосхищения труд-

ной жизненной ситуации сопряжены с переживанием онтологической значимости жизни (Леонтьев, 2000) в настоящем времени. Согласно результатам, наличие целей, придающих жизни человека направленность, осмысленность в настоящем и, что важно, в исследуемом контексте, устремленность в будущее, его предвосхищение и планирование сопряжены с позитивным восприятием пенсионного перехода. Также с позитивным настроем на предстоящую жизненную ситуацию ассоциировано переживание эмоциональной насыщенности жизни, удовлетворенности жизнью, ее наполненности. Что примечательно, ощущение продуктивности и осмысленности уже прожитой части жизни, придающее осмысленность следующему периоду, также сопряжено с позитивным восприятием будущего на пенсии. Возможно, признание своих прошлых достижений способствует снижению напряженности, возникающей как ответ на прогнозируемую потерю/снижение своего социального статуса. Логично, что вера в силу своей личности, убежденность в возможности управлять своей жизнью в сочетании с убежденностью в возможности такого контроля также сопряжены с позитивным восприятием предстоящей трудной жизненной ситуации. Таким образом, осмысленность жизни, оцениваемая в настоящем исследовании через интегральный показатель СЖО и его составляющие как компоненты Я настоящего, взаимосвязана с конструируемым субъектом Я возможным. Роль предиктора у СЖО по отношению к модальности возможного Я выражена слабо, однако вера в себя и в возможность управлять своим будущим как тенденция просле-

живается (результаты регрессионного анализа). Нужно заметить, что фактор способности управлять своим временем был доказан как благоприятствующий успешным пенсионным настройкам в недавнем исследовании А. Фруадево с коллегами (Froidevaux et al., 2024).

Другой феномен настоящего Я, а именно — временная перспектива будущего — также оказалась взаимосвязан с модальностью возможного Я. Фокусирование на возможностях, позволяющее сконцентрироваться на своих целях и планах, и восприятие оставшегося времени как наполненного возможностями соотносятся с позитивной модальностью конструируемого возможного Я. Фокусирование на ограничениях, напротив, сопряжено с утратой смысла жизни и характерно для людей, видящих свое возможное Я в негативной коннотации (результаты корреляционного анализа).

Когнитивная составляющая позитивного возможного Я представлена убежденностью в успехе приложения своих усилий, представленностью интересов — хобби, семья, меньшей фиксацией на негативных мыслях о будущем и более сбалансированными оценочными суждениями в отношении социального статуса пенсионеров и их возможностей (данные авторского опросника). Эмоциональная составляющая очевидно более позитивна и не концентрируется на негативных переживаниях. Интересно, что негативные трактовки положения пенсионеров в обществе, мысли об изменении собственного социального окружения и потенциальные последствия этого изменения имеют меньшую эмоциональную выраженность у людей, конструирующих позитивный образ возможного Я. Также



важно отметить, что поведенческая готовность различается у респондентов с разным настроением на пенсионный переход — позитивно настроенные люди не планируют сокращать расходы, радикально меняя свой образ жизни. Также у этой группы людей есть настрой на возможные подработки и перспективу заниматься любимым хобби, семьей.

Таким образом, согласно результатам исследования, личностными ресурсами в период подготовки к предстоящей ситуации пенсионного перехода являются осмысленность жизни, удовлетворенность прошлым и устремленность в будущее, уверенность в своих силах и существующих возможностях, снижающие степень драматичности в трактовках этой ситуации. Данные компоненты Я настоящего тем самым оказываются сопряженными с позитивным восприятием себя на пенсии как компонентом конструируемого возможного Я.

Необходимо заметить, что контролируемые в исследовании факторы возраста респондентов, их семейного статуса, места проживания, образования, сферы деятельности не обнаружили связей с эмоциональным компонентом возможного Я-пенсионера. Вероятно, оно представляет собой у предпенсионеров некий ядерный конструкт, базирующийся на таких глубинных личностных структурах, как уверенность в себе, самодостаточность, локус контроля-Я, что нашло подтверждение в результатах исследования. Субъектная позиция, предполагающая конструирование возможного Я-пенсионера, которая ассоциирована с уверенностью в собственных силах, в возможностях управлять своим будущим, обеспечивает позитивные ожидания и конструктив-

ные планы на пенсионный переход, она не связана с социально-демографическими характеристиками человека, а имеет исключительно личностную природу.

## Заключение

Психологическая преднастройка на переход к жизни на пенсии включает в себя множество психологических новообразований и механизмов. Она базируется не только на личностных ресурсах человека, его прошлом опыте, на способности осмыслить свой актуальный психологический статус, но также на возможности предвидеть следующий этап жизни: новые роли, потенциал самоопределения, виды активности и др. Успешность преднастройки по отношению к разным сферам жизни в дальнейшем обеспечивает психологическое благополучие и удовлетворенность жизнью пенсионера (Zhan et al., 2023; Дробышева и др., 2024).

Впервые в отечественной литературе прогнозирование человеком сложной жизненной ситуации — выхода на пенсию — рассматривается с точки зрения личностных особенностей. В нашем исследовании психологическая преднастройка к пенсионному переходу изучалась в рамках взаимосвязи элементов Я-концепции, а именно — Я настоящего и возможного Я-пенсионера, что позволило выявить ряд факторов позитивных и негативных переживаний относительно пенсионного перехода. Важно, как отмечает Е.П. Белинская, учитывать «мотивирующую функцию как позитивных, так и негативных “возможных Я” — образ себя успешного в будущем или представление о себе как о потенциальном неудачнике “творит” реальный успех или неудачу, что, впрочем, давно известно

в социальной психологии как феномен “самоосуществляющегося пророчества»» (Белинская, 1999, с. 42).

Между тем у четверти наших респондентов обнаружилось резко негативный эмоциональный фон и соответствующие представления при конструировании возможного Я-пенсионер. Экзистенциальные характеристики личности у данной группы свидетельствуют о том, что этим людям присуща слабая вера в собственные возможности контролировать события своей жизни, убежденность в том, что свобода выбора иллюзорна и бессмысленно что-либо планировать на будущее. Возможно, фатализм заставляет их жить сегодняшним или вчерашним днем (Леонтьев, 2000). Эта категория предпенсионеров, разумеется, рефлексует существующие объективные проблемы жизни на пенсии, но, в отличие от группы с позитивными ожиданиями, концентрируется на них, строя окрашенное пессимизмом возможное Я-пенсионер. Подобной категории людей нужна психологическая поддержка для того, чтобы обеспечить равновесие, скорректировать экзистенциальные переживания в структуре Я-концепции.

Полученные результаты позволяют наметить направления необходимой психокоррекционной работы и открывают перспективы для дальнейших исследований механизмов самопознания людей, находящихся в преддверии жизненных трансформаций.

**Ограничения.** В исследовании намечено общее направление изучения факторов конструирования возможного Я-пенсионера. Авторы сознательно подробно не рассматривали категории возможного Я-пенсионера, соответствующие актуальным сферам жизни человека на пенсии: здоровье, разнообразные активности, семья, межличностные отношения с друзьями и др. Однако подобные результаты могут иметь значение для понимания психологических трудностей пенсионного перехода. Кроме того, изучаемый нами эмоциональный компонент возможного Я-пенсионера (позитивные и негативные ожидания) имеет смысл рассмотреть более дифференцированно с помощью специальных приемов.

**Limitations.** The study outlines the general direction of studying the factors of constructing a possible pensioner self. The authors deliberately did not examine in detail the categories of a possible pensioner self that correspond to the current spheres of a person's life in retirement: health, various activities, family, interpersonal relationships with friends, etc. However, such results may be important for understanding the psychological difficulties of the retirement transition. In addition, the emotional component of a possible pensioner self (positive and negative expectations) that we are studying, makes sense to consider in a more differentiated manner using special techniques.

### Список источников / References

1. Аванесян, М.О., Денисенко, К.Г. (2022). Потерянные возможные Я как присутствие прошлого в настоящем. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 12(2), 204–218. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2022.208>

- Avanesyan, M.O., Denisenko, K.G. (2022). Lost possible selves as the presence of the past in the present. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 12(2), 204–218. (In Russ.). <https://doi.org/10.21638/spbu16.2022.208>
2. Анцыферова, Л.И. (1994). Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита. *Психологический журнал*, 15(1), 3–18. Antsyferova, L.I. (1994). Personality in difficult life conditions: rethinking, transformation of situations and psychological defense. *Psikhologicheskii zhurnal*, 15(1), 3–18. (In Russ.).
  3. Базаров, Т.Ю., Парамузов, А.В. (2019). Психометрический анализ русскоязычной версии опросника Х. Цахера и М. Фрезе «Профессиональная временная перспектива будущего». *Организационная психология*, 9(1), 57–80. Bazarov, T.Yu., Paramuzov, A.V. (2019). Psychometric analysis of the Russian version of “The Occupational Future Time Perspective” by H. Zacher and M. Frese”. *Organizational psychology*, 9(1), 57–80. (In Russ.).
  4. Белинская, Е.П. (1999). Временные аспекты Я-концепции и идентичности. *Мир психологии*, 3, 40–46. Belinskaya, E.P. (1999). Temporal aspects of self-concept and identity. *Mir psikhologii*, 3, 40–46. (In Russ.).
  5. Бурлачук, Л.Ф., Михайлова, Н.Б. (2002). К психологической теории ситуации. *Психологический журнал*, 23(1), 5–17. Burlachuk, L.F., Mikhailova, N.B. (2002). Towards a psychological theory of the situation. *Psikhologicheskii zhurnal*, 23(1), 5–17. (In Russ.).
  6. Василевская, Е.Ю., Молчанова, О.Н. (2016). Возможные Я: обзор зарубежных исследований. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 13(4), 801–815. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2016-4-801-815> Vasilevskaya, E.Yu., Molchanova, O.N. (2016). Possible Selves: Review of International Studies. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 13(4), 801–815. (In Russ.). <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2016-4-801-815>
  7. Григорьева, И.А. (2006). Социализация в процессах исключения/включения. *Отечественные записки*, 3, 64–76. Grigor'eva, I.A. (2006). Socialization in the processes of exclusion and inclusion. *Otechestvennye zapiski*, 3, 64–76. (In Russ.).
  8. Гришина, Н.В. (2013). Изменения жизненной ситуации: ситуационный подход. *Психологические исследования*, 6(30), 3. <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n30/860-grishina30.html> <https://doi.org/10.54359/ps.v6i30.684> Grishina, N.V. (2013). Changes of life situation: situational approach. *Psychological Studies*, 6(30), 3. (In Russ.). <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n30/860-grishina30.html> <https://doi.org/10.54359/ps.v6i30.684>
  9. Гришутина, М.М., Костенко, В.Ю. (2019). Возможное и невозможное «Я»: уточнение конструкторов. *Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология*, 9(3), 268–279. <https://doi.org/10.21638/spbu16.2019.304> Grishutina, M.M., Kostenko, V.Yu. (2019). Possible and impossible “Self”: clarification of constructs. *Vestnik of Saint Petersburg University. Psychology*, 9(3), 268–279. (In Russ.). <https://doi.org/10.21638/spbu16.2019.304>
  10. Гришутина, М.М., Костенко, В.Ю. (2022). Многообразие возможных Я: роль агентности и эмпирическая валидность. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 19(2), 405–423. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2022-2-405-423>

- Grishutina, M.M., Kostenko, V.Yu. (2022). Variety of Possible Selves: The Role of Agency and Empirical Evidence Review. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 19(2), 405–423. (In Russ.). <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2022-2-405-423>
11. Дробышева, Т.В., Ларионов, И.В., Тарасов, С.В., Книголюбова, А.Н. (2024). Планирование предпенсионерами выхода на пенсию и психологическое благополучие в будущем: обзор зарубежных исследований. *Современная зарубежная психология*, 13(4), 16–28. <https://doi.org/10.17759/jmfp.2024130402>  
Drobysheva, T.V., Larionov, I.V., Tarasov, S.V., Knigolyubova, A.N. (2024). Preretirees Retirement Planning as Precondition of Their Future Wellbeing: Review of Foreign Studies. *Journal of Modern Foreign Psychology*, 13(4), 16–28. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/jmfp.2024130402>
12. Емельянова, Т.П., Викентьева, Е.Н. (2023). Переживание будущего: жизненные перспективы людей предпенсионного возраста. *Социальная психология и общество*, 14(2), 116–133. <https://doi.org/10.17759/sps.2023140208>  
Emelyanova, T.P., Vikentieva, E.N. Experiencing the Future: Life Prospects for Pre-retirement Age People. *Social Psychology and Society*, 14(2), 116–133. (In Russ.). <https://doi.org/10.17759/sps.2023140208>
13. Киселев, И.Ю., Михайлова, Е.В., Смирнова, А.Г. (2024). Ассоциативный образ «жизни на пенсии» vs активное долголетие (по материалам проективного опроса). *Социологические исследования*, 5, 89–102. <https://doi.org/10.31857/S0132162524050073>  
Kiselev, I.Yu., Mikhailova, E.V., Smirnova, A.G. (2024). Associative image of “life in retirement” as an element of social conceptualization of the pension period by Russians in working age. *Sotsiologicheskie issledovaniya*, 5, 89–102. (In Russ.). <https://doi.org/10.31857/S0132162524050073>
14. Костенко, В.Ю. (2016). Возможное Я: Подход Хейзел Маркус. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 13(2), 421–430. <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2016-2-421-430>  
Kostenko, V.Yu. (2016). Possible Self: Theory by Hazel Markus. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 13(2), 421–430. (In Russ.). <https://doi.org/10.17323/1813-8918-2016-2-421-430>
15. Леонтьев, Д.А. (2000). *Тест смысловых ориентаций (СЖО)*. 2-е изд. М.: Смысл.  
Leont'ev, D.A. (2000). Test of life-meaning orientations Moscow: Smysl. (In Russ.).
16. Мануильская, К.М., Солодовникова, О.Б., Малькова, Е.Е. (2023). Субъективное благополучие россиян: предпенсионный возраст как фактор риска. *Социологические исследования*, 2, 104–114. <https://doi.org/10.31857/S013216250020850-8>  
Manuil'skaya, K.M., Solodovnikova, O.B., Malkova, E.E. (2023). Subjective well-being of Russians: the risks of preretirement age. *Sotsiologicheskie issledovaniya*, 2, 104–114. (In Russ.). <https://doi.org/10.31857/S013216250020850-8>
17. Москвичева, Н.Л., Зиновьева, Е.В., Костромина, С.Н., Одинцова, М.М., Зайцева, Е.А. (2022). Феномен самодетерминации: психологические истоки и современное понимание. Часть 1. *Новые психологические исследования*, 4, 90–116. [https://doi.org/10.51217/npsyresearch\\_2022\\_02\\_04\\_05](https://doi.org/10.51217/npsyresearch_2022_02_04_05)  
Moskvicheva, N.L., Zinovyeva, E.V., Kostromina, S.N., Odintsova, M.M., Zaitseva, E.A. (2022). The phenomenon of self-determination: psychological origins and modern understanding. Part 1. *New Psychological Research*, 4, 90–116. (In Russ.). [https://doi.org/10.51217/npsyresearch\\_2022\\_02\\_04\\_05](https://doi.org/10.51217/npsyresearch_2022_02_04_05)

18. *Психология социальных ситуаций: хрестоматия* (2001). Н.В. Гришина (сост.). СПб.: Питер. *Psychology of social situations: anthology* (2001). N.V. Grishina (sost.). St. Petersburg: Piter. (In Russ.).
19. Солнцева, Г.Н. (2021). Ситуационный подход: типы ситуаций и психологические особенности. *Психология. Журнал Высшей школы экономики*, 18(3), 525–543. DOI:10.17323/1813-8918-2021-3-525-543  
Solntseva, G.N. (2021). Situational Approach: Types of Situations and Psychological Characteristics. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 18(3), 525–543. (In Russ.). DOI:10.17323/1813-8918-2021-3-525-543
20. Bak, W. (2015). Possible Selves: Implications for Psychotherapy. *The International Journal of Mental Health and Addiction*, 13(5), 650–658. doi:10.1007/s11469-015-9553-2
21. Frazier, L.D., Hooker, K., Johnson, P.M., Kaus, C.R. (2000). Continuity and change in possible selves in later life: a 5-year longitudinal study. *Basic and Applied Social Psychology*, 22, 237–243. doi:10.1207/15324830051036126
22. Froidevaux, A., Curchod, G., Degli-Antoni, S., Maggiori, Ch., Rossier, J. (2024). Happily Retired! A Consensual Qualitative Research on How Older Workers Experience Resources as Contributing to their Successful Retirement Adjustment. *Journal of Occupational and Organizational Psychology*, 97(2), 699–728. DOI:10.1111/joop.12489
23. Hooker, K. (1992). Possible selves and perceived health in older adults and college students. *J. Gerontol*, 47(2), 85–95. doi:10.1093/geronj/47.2.p85
24. Hooker, K., Kaus, C.R. (1994). Health-related possible selves in young and middle adulthood. *Psychol Aging*, 9(1), 126–33. doi:10.1037//0882-7974.9.1.126
25. Kita, E. (2011). Potential and possibility: psychodynamic psychotherapy and social change with incarcerated patients. *Clinical Social Work Journal*, 39, 9–17. doi:10.1007/s10615-010-0268-3
26. Markus, H., Nurius, P. (1986). Possible selves. *American Psychologist*, 41(9), 954–969. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.41.9.954>
27. Oyserman, D., Destin, M., Novin, S. (2015). The context sensitive future self: Possible selves motivate in context, not otherwise. *Self and Identity*, 14, 173–188. DOI:10.1080/15298868.2014.965733
28. Ryff, C.D. (1991). Possible selves in adulthood and old age: A tale of shifting horizons. *Psychology and Aging*, 6(2), 286–295. <https://doi.org/10.1037/0882-7974.6.2.286>
29. Schlossberg, N.K. (2004). *Retire Smart, Retire Happy: Finding Your True Path in Life*. Washington, D.C.: American Psychological Association.
30. Vasilevskaya, E.Yu., Molchanova, O.N. (2021). Possible Selves and Academic Motivation Psychology. *Journal of the Higher School of Economics*, 18(2), 351–363. DOI:10.17323/1813-8918-2021-2-352-365
31. Zhan, Y., Froidevaux, A., Li, Y., Wang, M., Shi, J. (2023). Preretirement resources and postretirement life satisfaction change trajectory: Examining the mediating role of retiree experience during retirement transition phase. *Journal of Applied Psychology*, 108(5), 871–888. DOI:10.1037/apl0001043

### **Информация об авторах**

Татьяна Петровна Емельянова, доктор психологических наук, профессор, главный научный сотрудник лаборатории социальной и экономической психологии, Институт психологии Российской академии наук (ФГБУН «ИП РАН»), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0458-7705>, e-mail: [t\\_emelyanova@inbox.ru](mailto:t_emelyanova@inbox.ru)

Емельянова, Т.П., Викентьева Е.Н. (2025)  
Пенсионный переход в восприятии  
предпенсионеров: возможное Я-пенсионер...  
Социальная психология и общество,  
16(4), 148–167.

Emelyanova T.P., Vikentieva E.N. (2025)  
Pension transition in the perception of pre-retirees:  
possible self-pensioner in the future life situation  
Social Psychology and Society,  
16(4), 148–167.

*Ева Николаевна Викентьева*, кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры психологии и развития человеческого капитала, факультет социальных наук и массовых коммуникаций, Финансовый университет при Правительстве Российской Федерации (ФГОБУ ВО «Финансовый университет»), Москва, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5531-1912>, e-mail: [vikentieva@mail.ru](mailto:vikentieva@mail.ru)

### ***Information about the authors***

*Tatyana P. Emelyanova*, Doctor of Sciences (Psychology), Professor, Chief Researcher in the Laboratory of Social and Economic Psychology, Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-0458-7705>, e-mail: [t\\_emelyanova@inbox.ru](mailto:t_emelyanova@inbox.ru)

*Eva N. Vikentieva*, Candidate of Sciences (Psychology), Associate Professor, Associate Professor of Psychology and Development of Human Capital Department, Financial University under the Government of the Russian Federation, Moscow, Russian Federation, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-5531-1912>, e-mail: [vikentieva@mail.ru](mailto:vikentieva@mail.ru)

### ***Вклад авторов***

Все авторы внесли равный вклад в концепцию, проведение исследования, анализ данных и подготовку рукописи.

Все авторы приняли участие в обсуждении результатов и согласовали окончательный текст рукописи.

### ***Contribution of the Authors***

The authors contributed equally to the research, data analysis, and preparation of this manuscript. All authors participated in the discussion of the results and approved the final text of the manuscript.

### ***Конфликт интересов***

Авторы заявляют об отсутствии конфликта интересов.

### ***Conflict of Interest***

The authors declare no conflict of interest.

### ***Информированное согласие об этике***

Письменное информированное согласие на участие в этом исследовании было предоставлено респондентами.

### ***Ethics Statement***

Written informed consent for participation in this study was obtained from the participants.

Поступила в редакцию 10.02.2025

Поступила после рецензирования 09.09.2025

Принята к публикации 09.12.2025

Опубликована 30.12.2025

Received 2025.02.10

Revised 2025.09.09

Accepted 2025.12.09

Published 2025.12.30