**Биосоциальные и индивидуально-личностные детерминанты повышения пенсионного возраста для представителей различных профессиональных групп**

Актуальность исследования биосоциальных и индивидуально-личностных детерминант повышения пенсионного возраста сохраняется в связи с продолжающейся пенсионной реформой в нашей стране, необходимостью разработки научно обоснованной методологии сохранения здоровья и трудоспособности в пред- и постпенсионный возрастной период. Цель проекта: изучение социально-психологических и индивидуально-личностных факторов, влияющих на показатели биопсихологического старения у представителей разных профессиональных и возрастных групп, и посредством управления этими факторами – повышение психологического и соматического здоровья профессионалов и, тем самым, потенциального увеличения продолжительности жизни.

Научная новизна проекта обусловлена выделением нами объективных и субъективных критериев готовности общества к проведению пенсионный реформы и применением этих критериев для проведения эмпирических исследований, для разработки методов восстановления здоровья и работоспособности. Объективным критерием являются показатели биологического старения населения, а субъективным – показатели психологического старения. Замедление темпов биопсихологического старения относительного календарного говорит об объективном расширении границ трудоспособного возраста и об эффективности предпринимаемых психокоррекционных и психопрофилактических процедур.

Для продолжения проекта нами подготовлена батарея методов оценки биопсихологического возраста: 1) определение биологического возраста, 2) определение должного биологического возраста, 3) индекс относительного биологического старения, 4) самооценка психологического возраста, 5) индекс относительного психологического старения, 6) индекс личностной зрелости, 7) шкала ожидаемого пенсионного возраста и др. Для проведения формирующих экспериментов открыта лаборатория технологий виртуальной реальности и резервных способностей личности, подготовлена методология использования технологий ВР (виртуальной реальности) для организации тренингов активации и развития личностных ресурсов антистарения. Создана эмпирическая база проекта: 1853 человека, из них: граждан России – 1546 человек (женщин – 809), граждан Казахстана – 206 (женщин – 130), жителей стран Евросоюза – 101 человек (женщин – 56).

Планируется проведение следующих работ:

1) Исследование личностных ресурсов – особенностей психики или поведения, которые благотворно влияют на здоровье человека, его работоспособность, продолжительность продуктивной жизни или биопсихологический возраст. Предполагается проведение квазиэкспериментов по оценке эффективности использования отдельных ресурсов для целей антистарения у разных профессиональных и возрастных групп.

2) Разработка тренингов по развитию отдельных ресурсов, эффективность которых для целей антистарения подтверждена.

3) Разработка компьютерной программы «Антистарение – XXI» для индивидуально-типологического подбора личностных ресурсов, способствующих эффективной организации жизненного пути с целью повышения здоровья, снижения темпов биопсихологического старения и расширения трудоспособного периода, патентование программы.

4) Внедрение программы «Антистарение – XXI» в работу социальных программ «Московское долголетие», «Активное долголетие в Подмосковье». Оценка эффективности внедрения Программы.

5) Разработка биопсихологической концепции антистарения, включающей психологические, биопсихологические, психоиммунологические компоненты.

Это первое исследование такого рода в нашей стране позволит получить уникальные результаты, имеющие теоретическую и практическую значимость. Результаты исследовательской деятельности будут представлены в серии научных статей в высокоранговых журналах (Q1), а практические наработки внедрены в деятельность городских служб и учебных заведений, осуществляющих переподготовку, дополнительную специализацию и повышение образовательного уровня профессионалов.