

SỰ CHUẨN BỊ TÂM LÝ NGHỈ HƯU CỦA CÁN BỘ, CÔNG NHÂN VIÊN CHỨC Ở HÀ NỘI

PGS.TS. Hoàng Mộc Lan

Khoa Tâm lý học, Trường đại học Khoa học xã hội & Nhân văn Đại học Quốc gia Hà Nội.

TÓM TẮT

Nghiên cứu được tiến hành trên 660 người về hưu và 450 người trước tuổi nghỉ hưu tại Hà Nội đã đề cập tới sự chuẩn bị tâm lý cho việc nghỉ hưu. Kết quả nghiên cứu cho thấy là số người về hưu có sự thiếu thống nhất giữa nhận thức về sự cần thiết nghỉ hưu với kế hoạch lao động. Phần lớn người trước tuổi nghỉ hưu có xu hướng tiếp tục lao động dựa trên tự đánh giá về khả năng lao động, trình độ chuyên môn, sự năng nhọc và căng thẳng của lao động nghề. Đa số người về hưu không thực hiện được kế hoạch của bản thân, làm việc với yêu cầu trình độ chuyên môn thấp hơn, tiêu hao sức lực ít hơn, gắn với nghề trước khi nghỉ hưu. Hầu hết cán bộ về hưu sau 5 năm có trình độ đại học trở lên thỏa mãn khi tiếp tục lao động nghề nghiệp.

Nghỉ hưu là thời kỳ khó khăn nhất đối với người lao động nhà nước. Những nét tâm lý đặc trưng của nhiều người cao tuổi trong giai đoạn này là thiếu quyết đoán, mâu thuẫn trong tư tưởng, khủng hoảng tinh thần, lo âu do phải rời bỏ công việc quen thuộc, thay đổi vị trí xã hội, thu nhập thấp đi, mối quan hệ xã hội thu hẹp, sức khỏe yếu dần... Nghiên cứu của một số nhà tâm lý học (E.H. Erikson, J.M. Erikson 1986, C. Buhler 1972, V.A. Vavivlov 2000, N.Ph. Sakhmatov 2004) đã cho thấy, tâm trạng của người về hưu tích cực hay tiêu cực phụ thuộc vào nhiều yếu tố, trong đó yếu tố cơ bản là sự chuẩn bị tâm lý nghỉ hưu. Sự trang bị kiến thức về tuổi già, về việc nghỉ hưu, xây dựng kế hoạch sử dụng thời gian nhàn rỗi khi nghỉ hưu là những biểu hiện của sự chuẩn bị tâm lý nghỉ hưu. Những người cao tuổi hiểu biết rõ về tuổi già của mình, có mục đích và có kế hoạch cho cuộc sống, dành nhiều thời gian cho công việc ưa thích khi nghỉ hưu thường hài lòng với cuộc sống, cảm thấy cuộc đời tươi đẹp và thực sự có ý nghĩa. Ngược lại, những người thiếu hiểu biết về tuổi già, kém thích nghi với vai trò mới, cuộc sống tẻ nhạt, không hài lòng với bản thân về

những gì đã qua, sức khỏe yếu, bệnh tật, cô đơn... thường rơi vào tâm trạng tiêu cực sau khi nghỉ hưu.

Để tìm hiểu đặc điểm tâm lý của cán bộ, công nhân viên chức ở Hà Nội trước và sau khi nghỉ hưu. Trong thời gian những năm 2006 - 2008, chúng tôi đã tiến hành điều tra trên số lượng khách thể là 660 người đã về hưu (nữ từ 55 đến 60 tuổi và nam từ 60 đến 65 tuổi). Trong năm 2009 - 2010, chúng tôi điều tra 450 người trước tuổi nghỉ hưu từ 1 đến 5 năm (nữ từ 50 đến 54 tuổi, nam từ 55 đến 59 tuổi) ở các quận Đống Đa, Thanh Xuân, Hai Bà Trưng, Ba Đình, Hà Nội. Khách thể cả hai đợt nghiên cứu được chia thành 3 nhóm: nhóm trí thức có trình độ đại học trở lên (278 người), nhóm công nhân có trình độ THPT (479 người), nhóm nhân viên phục vụ có trình độ THCS trở xuống (353 người). Trong khuôn khổ bài viết này, chúng tôi trình bày kết quả nghiên cứu về sự chuẩn bị tâm lý nghỉ hưu, bao gồm các mặt nhận thức về việc nghỉ hưu, lập kế hoạch nghỉ hưu, công việc và đánh giá hiệu quả công việc ở độ tuổi nghỉ hưu của các nhóm khách thể trên.

Tìm hiểu nhận thức của người về hưu về sự cần thiết nghỉ hưu, chúng tôi đã đưa ra câu hỏi: “Theo ông (bà), người lao động đủ thời gian làm việc, đến tuổi nghỉ hưu theo qui định của Nhà nước (nữ: 55 tuổi, nam: 60 tuổi), có cần thiết nghỉ hưu không?”

Bảng 1: Nhận thức của người về hưu về sự cần thiết nghỉ hưu (n = 660)

| Có cần thiết nghỉ hưu | Tổng mẫu | | Nam | | Nữ | |
|-----------------------------|----------|---------|----------|---------|----------|---------|
| | Số lượng | Tỷ lệ % | Số lượng | Tỷ lệ % | Số lượng | Tỷ lệ % |
| Có | 537 | 81,4 | 364 | 82,8 | 173 | 78,6 |
| Không | 123 | 18,6 | 76 | 17,2 | 47 | 21,4 |
| Tổng | 660 | 100,0 | 440 | 100 | 220 | 100,0 |

Kết quả điều tra thu được cho thấy, có 81,4% trong tổng số 660 người trả lời cho rằng nghỉ hưu là cần thiết. Như vậy, đại bộ phận người về hưu ở những lĩnh vực nghề nghiệp khác nhau đều nhận thấy, nghỉ hưu theo qui định của Nhà nước là rất cần thiết đối với họ. Có 18,6% số người cho rằng, nghỉ hưu ở độ tuổi theo qui định của Nhà nước là không cần thiết. Số người này tập trung ở độ tuổi dưới 60. Đây là một tỷ lệ khá thấp.

So sánh nhận thức của nam và nữ về sự cần thiết nghỉ hưu cho thấy, 78,6% trong số 220 nữ nhận thấy cần thiết nghỉ hưu và 21,4% số người không muốn nghỉ hưu. Trong số 440 nam thì số người thấy cần thiết nghỉ hưu cũng

nhiều hơn số người không cần thiết nghỉ hưu (82,8% so với 17,2%). Như vậy, nam và nữ nhận thấy chưa cần thiết nghỉ hưu ở độ tuổi qui định đều chiếm tỷ lệ thấp. Tỷ lệ nam nhận thấy cần thiết nghỉ hưu cao hơn tỷ lệ nữ không đáng kể.

Trò chuyện với họ, chúng tôi nhận được các ý kiến như sau: Những người nhận thấy chưa cần thiết về hưu là do vẫn muốn tiếp tục công việc đang làm, hàng ngày được tiếp xúc với mọi người, đi làm có thu nhập ổn định, về hưu rất khó khăn tìm kiếm được công việc như công việc ở cơ quan Nhà nước, đặc biệt đối với phụ nữ cao tuổi. Mặt khác, họ sợ sự cô đơn, buồn chán.

So sánh nhận thức về việc cần thiết nghỉ hưu của nhóm người trí thức và công nhân, chúng tôi thu được kết quả sau:

Bảng 2: Nhận thức về sự cần thiết nghỉ hưu của người về hưu là trí thức và công nhân

| Nhóm khách thể | Có cần thiết nghỉ hưu? | | | |
|---------------------|------------------------|---------|----------|---------|
| | Có | | Không | |
| | Số lượng | Tỷ lệ % | Số lượng | Tỷ lệ % |
| Trí thức (n = 200) | 176 | 88,1 | 24 | 11,9 |
| Công nhân (n = 240) | 181 | 75,4 | 59 | 24,6 |

Số liệu của bảng 2 cho thấy, 88,1% trong tổng 200 người trí thức nhận thấy cần thiết nghỉ hưu, có 11,9% số người nhận thấy không cần thiết nghỉ hưu. Trong khi đó, ở nhóm công nhân có các tỷ lệ tương ứng là 75,4% và 24,6%.

Như vậy, đa số trí thức và công nhân về hưu nhận thấy cần thiết nghỉ hưu ở độ tuổi qui định. Sự khác biệt giữa hai nhóm này không đáng kể. Những người nhận thấy chưa cần thiết nghỉ hưu tập trung ở những người có trình độ chuyên môn cao, nhiều kinh nghiệm nghề nghiệp hay có địa vị quan trọng tại nơi làm việc hoặc có thu nhập cao hơn nhiều so với thu nhập khi nghỉ hưu và có sức khỏe tốt.

Phỏng vấn những cán bộ phục vụ trong quân đội và các giảng viên đã về hưu từ một số trường đại học, chúng tôi nhận thấy, nói chung họ đều có nhận thức chính xác về chế độ hưu trí, phần lớn họ đã có chuẩn bị về tâm lý nghỉ hưu, tự nguyện hoặc cơ bản là tự nguyện về hưu. Qua kết quả điều tra 50 giảng viên, chúng tôi nhận thấy, có 24% số người cảm thấy buồn, không muốn về hưu. Sau khi nghỉ hưu, họ vẫn tìm cơ hội để được làm công việc trước đây, tiếp tục phát huy năng lực của mình. Họ dễ thích ứng với việc nghỉ hưu, nên tác

động của sự thay đổi trong sinh hoạt và môi trường mới đến họ vì vậy cũng không nhiều.

Sự chuẩn bị tâm lý nghỉ hưu còn thể hiện ở chỗ, những người sắp đến tuổi về hưu chủ động lập kế hoạch cho cuộc sống trong tương lai. Nghiên cứu về vấn đề này, chúng tôi nhận thấy, đại đa số người này đã nghỉ hưu đều đã lập kế hoạch nghỉ hưu cho bản thân trước khi nghỉ hưu (95,2%). Khả năng lập kế hoạch trước thời gian nghỉ hưu: từ 2 đến 3 năm chiếm 46,35%, từ 1 - 2 năm chiếm 36%, trên 3 năm chiếm 12,85%. Tuy nhiên, kết quả điều tra cho thấy rằng, trong số 628 người lập kế hoạch nghỉ hưu, chỉ có 275 người (chiếm 43,8%) thực hiện được kế hoạch của mình, còn lại 353 người (chiếm 56,2%) không thực hiện được kế hoạch đã đặt ra của bản thân (xem bảng 3).

Bảng 3: Thời gian lập kế hoạch nghỉ hưu của người về hưu (%)

| Thời gian | Các quận | | | | Giới | | Tổng mẫu |
|--------------------|----------|----------|---------|------------|------|------|----------|
| | Đống Đa | Cầu Giấy | Ba Đình | Thanh Xuân | Nam | Nữ | |
| 1 - 2 năm | 39,0 | 33,0 | 35,0 | 37,0 | 37,6 | 35,3 | 36,0 |
| 2 - 3 năm | 47,0 | 41,0 | 45,0 | 52,0 | 47,0 | 45,9 | 46,35 |
| 3 - 4 năm | 4,0 | 17,0 | 11,0 | 5,0 | 7,7 | 9,9 | 9,3 |
| > 4 năm | 2,0 | 6,0 | 6,0 | 1,0 | 1,7 | 4,6 | 3,55 |
| Không lập kế hoạch | 8,0 | 3,0 | 3,0 | 5,0 | 6,0 | 4,2 | 4,8 |

Trao đổi ý kiến với một số người về hưu, chúng tôi nhận thấy có một số nguyên nhân dẫn đến việc không thực hiện được kế hoạch nghỉ hưu của họ: sức khỏe yếu đi, điều kiện kinh tế không cho phép, thị trường lao động đối với người về hưu rất hẹp, cần chăm sóc người già ốm yếu, giúp đỡ con cháu trong gia đình.

Kết quả nghiên cứu cũng chỉ ra rằng, không có sự khác biệt đáng kể trong việc lập kế hoạch nghỉ hưu giữa các nhóm người về hưu ở 4 quận Ba Đình, Thanh Xuân, Đống Đa, Cầu Giấy, cũng như giữa nam và nữ (xem bảng 3).

Có thể nhận định rằng, người về hưu đã có sự chuẩn bị tâm lý sẵn sàng cho việc nghỉ hưu, thể hiện là đa số người về hưu đã nhận thức rõ sự cần thiết của việc nghỉ hưu; Họ chủ động lập kế hoạch trước khi nghỉ hưu cho bản thân.

Tuy nhiên, có hơn một nửa số người về hưu không thực hiện được kế hoạch của mình đặt ra khi nghỉ hưu. Thực trạng này cho thấy có nhiều khó khăn, trắc trở, bất ổn trong đời sống khi nghỉ hưu.

Bảng 4: Hiện thực hoá kế hoạch nghỉ hưu

| STT | Hiện thực hoá kế hoạch nghỉ hưu | Số lượng | % |
|-------------|---------------------------------|------------|--------------|
| 1 | Có | 275 | 43,8 |
| 2 | Không | 353 | 56,2 |
| Tổng | | 628 | 100,0 |

Kết quả nghiên cứu nhóm khách thể trước tuổi nghỉ hưu cho thấy, đánh giá về khả năng lao động của mình khi nghỉ hưu phụ thuộc vào tâm trạng của bản thân, bệnh tật, giới tính và nghề nghiệp hiện tại. Xu hướng tiếp tục lao động nghề nghiệp trong thời gian nghỉ hưu ở nam cao hơn nữ. Những người càng gần với độ tuổi nghỉ hưu có xu hướng tiếp tục lao động nghề nghiệp cao hơn so với nhóm sẽ về hưu sau 5 năm. Số công nhân xây dựng, dệt may, hóa chất, đường sắt, luyện kim, dịch vụ có quyết định tiếp tục lao động nghề nghiệp sau khi nghỉ hưu thấp hơn so với các nhóm công nhân ở ngành nghề khác như kinh doanh thương mại, y tế, môi trường, điện, thực phẩm. Tâm trạng căng thẳng và sự mệt mỏi trong quá trình lao động nghề nghiệp đã làm giảm mong muốn tiếp tục lao động nghề nghiệp sau khi nghỉ hưu. Gần 90% số người trước tuổi nghỉ hưu 5 năm tự đánh giá có khả năng tiếp tục lao động nghề nghiệp, trong đó, 80% số người cho rằng vẫn duy trì được thời gian làm việc như hiện tại, 10% số người được hỏi sẽ rút ngắn thời gian làm việc trong ngày, 3,6% số người tiếp tục làm nghề cũ hoặc chuyển sang làm nghề mới khi nghỉ hưu, chỉ có 10% là sẽ làm việc ở gia đình. Kết quả nghiên cứu nhóm người trước tuổi nghỉ hưu cho thấy, cần thiết tư vấn nghề cho người lao động, đặc biệt cho những người lao động trong lĩnh vực công nghiệp nặng, nghề độc hại và lao động trí óc căng thẳng, để đáp ứng mong muốn được làm việc của người về hưu khi vẫn có sức khỏe tốt.

Việc làm của người về hưu rất khác nhau. Điều tra của chúng tôi cho thấy, có 27,5% số người tiếp tục lao động bằng nghề của mình, 52% chuyển sang làm nghề khác, 20,5% làm nội trợ hoặc làm việc gia đình. Một điều đáng quan tâm là hơn một nửa số người về hưu tiếp tục hoạt động lao động nhưng không phải bằng nghề của bản thân trước khi nghỉ hưu. Mức độ thay đổi việc làm phụ thuộc vào từng lĩnh vực nghề nghiệp. Thay đổi việc làm nhiều hơn cả là công nhân máy xây dựng, luyện kim, công nhân dệt. Ít thay đổi hơn cả là

những người làm nghề bác sĩ, giáo viên, luật sư. Công nhân tiếp tục lao động bằng nghề cũ như công nhân cấp thoát nước, xây dựng, công nhân trong các cơ sở kinh doanh. Chuyển nghề nhiều còn có cả nhân viên hành chính, văn phòng, phục vụ (70,3%). Công nhân về hưu chuyển sang làm nghề khác chiếm tỷ lệ 62,2%, trong đó 41,6% làm công việc chuyên môn thấp hơn và có 20,6% làm nghề khác với nghề trước khi nghỉ hưu. Công nhân có tay nghề cao như thợ cả, công nhân nghề bậc cao và nhiều người làm nghề y khoa, dược sĩ, nghệ sĩ, nhân viên phòng thí nghiệm, cán bộ khoa học, giáo viên, kỹ sư, kiến trúc sư, luật sư, kinh doanh thường tiếp tục làm việc chuyên môn hoặc gắn với nghề trước khi nghỉ hưu. Họ thường trở thành cán bộ nòng cốt, cố vấn, tư vấn, trợ lý về chuyên môn tại nơi làm việc. Đa số người có thâm niên nghề nghiệp cao và nhiều năm công tác ở một nơi thì khi về hưu tiếp tục làm việc với nhóm đồng nghiệp ở nơi đó.

Bảng 5: Việc làm của người về hưu (%)

| Việc làm | Trí thức | Công nhân | Nhân viên phục vụ | Tổng mẫu |
|--------------------------------|----------|-----------|-------------------|----------|
| Làm nghề cũ | 44,3 | 25,8 | 12,4 | 27,5 |
| Chuyển nghề khác | 23,5 | 62,2 | 70,3 | 52,0 |
| Nội trợ hoặc làm việc gia đình | 32,2 | 12,0 | 17,3 | 20,5 |

Qua số liệu của bảng 5 có thể nhận thấy, tỷ lệ nhóm trí thức tiếp tục hoạt động nghề nghiệp cũ cao hơn ở các nhóm khác, tỷ lệ chuyển nghề cao hơn ở nhóm công nhân và nhân viên phục vụ. Phỏng vấn người về hưu cho thấy, chuyển việc làm không chỉ có nguyên nhân tay nghề, trình độ chuyên môn mà còn do sự nặng nhọc và căng thẳng của lao động nghề. Trong số 52% người chuyển nghề khác, có 38% chuyển sang làm việc nhẹ hơn và 14% chuyển sang làm việc nặng hơn công việc trước khi nghỉ hưu, tập trung ở nam giới có trình độ chuyên môn cao, bậc tay nghề cao. Cả hai giới nam và nữ có trình độ đào tạo thấp thường chuyển sang làm việc yêu cầu về chuyên môn thấp hơn và lao động đơn giản hơn. Số liệu điều tra phản ánh đặc điểm lao động của người về hưu là xu hướng làm việc với yêu cầu trình độ chuyên môn thấp hơn, tiêu hao sức lực ít hơn, gắn với nghề trước khi nghỉ và có nhu cầu tiếp tục lao động. Ngoài những yếu tố nêu trên, ảnh hưởng đến chuyển việc làm của người về hưu còn có hoàn cảnh không tìm được việc phù hợp, khó khăn về phương tiện đi lại và thời gian làm việc, cần trợ giúp kinh tế gia đình, sức khỏe yếu.

Nhóm khách thể có trình độ đại học trở lên được phân chia thành 3 nhóm. Nhóm 1: 150 người trước tuổi về hưu từ 1 đến 5 năm; nhóm 2: 90 người đã đến tuổi nghỉ hưu nhưng vẫn đang làm việc tại các cơ quan Nhà nước hoặc công ty; nhóm 3: 38 người về hưu không tiếp tục lao động nghề nghiệp. Trong nhóm 1 có 28,7% tiến sĩ, phó giáo sư, giáo sư, 29,3% thạc sĩ và 42% trình độ đại học. Trong nhóm 2 có 78,9% có trình độ tiến sĩ trở lên, 15,7% có trình độ đại học, thạc sĩ. Độ tuổi trung bình của những người trong nhóm này là: nam: 63,5 tuổi và nữ: 57,4 tuổi. Những số liệu này cho thấy, cán bộ có trình độ đại học trở lên đến tuổi nghỉ hưu, về cơ bản, vẫn tiếp tục lao động nghề nghiệp khoảng 5 năm nữa. Chúng tôi nhận được nhiều ý kiến cho rằng, họ làm việc hiệu quả hơn sau khi không tham gia công việc hành chính, quản lý và giảm thời gian dành cho nuôi dưỡng con cái... Nhiều nhà khoa học có trình độ cao ở các trường đại học, viện nghiên cứu dựa trên cơ sở kiến thức chuyên môn và kinh nghiệm nghiên cứu vẫn tổ chức nhóm, tập thể nghiên cứu khoa học, tham gia giảng dạy với mong muốn truyền lại kiến thức, kinh nghiệm của mình cho thế hệ trẻ. Những người thuộc nhóm nghề khác thường tìm việc làm ở các công ty của Nhà nước hoặc tư nhân. Vì vậy, tự đánh giá về sự phù hợp của lao động nghề nghiệp với khả năng của bản thân và làm việc đáp ứng nhu cầu của bản thân không bị giảm đi mà tăng cao ở nhóm khách thể này (xem bảng 6).

Bảng 6: Đánh giá của nhóm cán bộ có trình độ đại học trở lên về ảnh hưởng của lao động nghề nghiệp (%)

| Ảnh hưởng của lao động nghề nghiệp | Nhóm trước tuổi nghỉ hưu | | Nhóm ở tuổi nghỉ hưu còn đang công tác | |
|---|--------------------------|--------------|--|--------------|
| | Nam | Nữ | Nam | Nữ |
| | 55 - 59 tuổi | 50 - 54 tuổi | 60 - 65 tuổi | 55 - 60 tuổi |
| Làm việc phù hợp với khả năng và đáp ứng nhu cầu của bản thân | 48,9 | 60,6 | 60,4 | 53,0 |
| Làm việc nâng cao tính tích cực cho bản thân | 26,9 | 26,9 | 24,4 | 32,1 |
| Làm việc rất căng thẳng | 19,6 | 10,1 | 15,2 | 12,2 |
| Làm việc làm giảm sức khỏe bản thân | 4,6 | 2,4 | 0 | 0,7 |

Tóm lại, qua nghiên cứu có thể thấy rằng, sự chuẩn bị tâm lý nghỉ hưu của cán bộ, công nhân viên chức nhà nước còn thiếu thống nhất giữa nhận thức về sự cần thiết nghỉ hưu và kế hoạch tiếp tục lao động nghề nghiệp, giữa sự

chuẩn bị tâm lý nghỉ hưu với di chuyển việc làm của người về hưu. Trong bối cảnh nền kinh tế thị trường, nhiều người trong độ tuổi lao động thiếu việc làm thì cơ hội việc làm để tăng thêm thu nhập, đáp ứng nhu cầu tiếp tục lao động của người về hưu càng trở nên khó khăn hơn. Đặc biệt với những người có trình độ đào tạo thấp và tuổi càng cao thì sức khỏe càng yếu. Kết quả nghiên cứu này góp phần làm tăng thêm hiểu biết về thực trạng người về hưu. Đồng thời, kết quả nghiên cứu sẽ là tài liệu tham khảo hữu ích cho việc xây dựng các giải pháp trợ giúp và phát huy vai trò người cao tuổi. Thực tế, trong suốt chặng đường xây dựng và phát triển đất nước, người cao tuổi vẫn có vai trò rất lớn và luôn có những tấm gương nhân cách cho thế hệ trẻ.

Tài liệu tham khảo

1. Nguyễn Văn Khang (chủ biên), *Tri thức bách khoa về người cao tuổi*, NXB Thông tin, 2004.
2. Viện Xã hội học, Chương trình Hội thảo khoa học *Nghiên cứu xã hội ở Việt Nam về người cao tuổi: Lược sử, hiện trạng và triển vọng*, 1999.
3. Nguyễn Thị Hằng, *Người cao tuổi Việt Nam thực trạng và giải pháp*, NXB Lao động xã hội, 1999.
4. Lê Thanh Sơn, Phan Lê Thu Hằng, *Nghiên cứu thực trạng người cao tuổi tại Hà Tây*, 2003.
5. В.А.Вавивлов, *Пожилый возраст*, Изд. Финансы и статистика, М., 2000.
6. Д.Я.Райгородский, *Психология старости*, М., Полиздат, 2004.