

Научная статья

УДК 316.4

doi:10.25742/NRIPH.2022.03.012

Социальные проблемы людей пожилого возраста и успешное старение

Татьяна Петровна Липай

Минский городской институт развития образования, Минск, Беларусь

lipai@tut.by, <https://orcid.org/0000-0002-9186-9806>

Аннотация. С каждым годом мы видим увеличение социальных проблем граждан пожилого возраста. Пожилые люди, кроме того, что часто испытывают тревогу относительно проблем своего здоровья, несомненно, ощущают и психологическое волнение, толчком которого был вызван выход на пенсию.

Автор статьи показывает, как социальные программы могут повлиять на жизненные перспективы успешного старения, даже в период пандемии COVID-19. Успешно стареющие люди добавляют жизнь к своим годам и получают удовлетворение от каждого момента жизни.

Ключевые слова: социальная геронтология, пожилые люди, активное долголетие, профилактика стигматизации, успешное старение.

Для цитирования: Липай Т. П. Социальные проблемы людей пожилого возраста и успешное старение // Бюллетень Национального научно-исследовательского института общественного здоровья имени Н. А. Семашко. 2022. № 3. С. 67—70. doi:10.25742/NRIPH.2022.03.012.

Original article

Social problems of older people and successful aging

Tatyana P. Lipai

Minsk City Institute for the Development of Education, Minsk, Belarus

lipai@tut.by, <https://orcid.org/0000-0002-9186-9806>

Annotation. Every year we see an increase in the social problems of older citizens. Older people, in addition to often experiencing anxiety about their health problems, undoubtedly also feel the psychological excitement that was triggered by retirement.

The author of the article shows how social programs can affect life prospects for successful aging, even during the COVID-19 pandemic. Successfully aging people add life to their years and enjoy every moment of life.

Key words: social gerontology, elderly people, active aging, prevention of stigmatization, successful aging.

For citation: Lipai T. P. Social problems of older people and successful aging. *Bulletin of Semashko National Research Institute of Public Health*. 2022;(3):67–70. (In Russ.). doi:10.25742/NRIPH.2022.03.012.

Введение

На стыке философии, психологии, медицины и социологии возникло направление науки, которое получило название «геронтология» [1].

Парфений Енгальчев в своем сочинении «О продлении человеческой жизни. Как достигать здоровой, веселой и глубокой старости» (1833) акцентирует наше внимание на то, что можно прожить долго и сохранить до конца дней прекрасное физическое и психическое здоровье.

Успешно стареющие люди незначительно подвержены влиянию снижения способностей и могут испытывать субъективное благополучие, несмотря на ухудшение здоровья и даже извлекают выгоду из своего жизненного опыта, мудрости и общения с другими людьми, потому что успешно стареющие люди психологически приятны как себе, так и окружающим.

Материалы и методы

Применялись информационно-аналитический метод и методы сравнительного анализа

Результаты

Важное теоретическое и практическое значение имеют как теории биологического старения, так, и социальные теории старения человека. Например:

1. *Теория социального освобождения или разобществления* (Э. Камминг и У. Генри).

Теория предполагает разрыв между личностью и социумом, уменьшение социальных связей, потере «былого» социального положения.

Явление разобществления воплощается в изменении мотивации, в обращении на свой внутренний и духовный мир и снижению коммуникативности пожилых людей.

2. *Теория наименования и маргинальности* (Р. Парк, М. Вебер).

Р. Парк подводит нас к размышлению о том, что маргинал приобретает сомнения в собственной ценности, боязнь быть «изгоем» и беспокойство относительно будущей жизни на пенсии.

В связи с этим молодое поколение, на наш взгляд, обязаны воплощать в жизнь программы для изменения условий жизни и улучшения положения пожилых граждан в обществе.

3. Теория стигматизации (И. Гофман)

Проблемы старости истолковываются как следствие «навешивания ярлыков» (больной, беспомощный, нудный и т.д.) и стигма начинает управлять жизнью пожилого человека [3].

4. Теория возрастной стратификации (М. У. Райли)

Матильда Уайт Райли показала, что в обществе присутствует часто расхождение социальной структуры демографическим процессам и изменениям жизненного цикла человека. Она акцентирует наше внимание на то, что одной из важнейшей особенностью старости человека является его статус, «который определяет принадлежность человека к определенным слоям» [4].

Теория (социальной) активности («activity theory»). Представители данной теории Р. Каван и Р. Хейвингхерст утверждают, что для поддержания баланса в социуме пожилые люди должны следовать привычному уровню активности и заменять потерянные связи новыми (работа на неполный день, посильная работа в общественных организациях, волонтерство и т. д.). Р. Хейвингхерст сформулировал концепцию успешного старения, согласно которой индивид стареет успешно, если он удовлетворен своей жизнью. Идею этой теории легли в основу многих программ по активному долголетию, существование которых в том, что пожилой возраст и выход на пенсию — это возраст и время реализации жизненных планов или мечты, которые некогда было воплотить из-за плотного или насыщенного рабочего графика (путешествия и духовные практики, новая профессия и превращение хобби в источник дохода и т. д.) [5].

Выход на пенсию осознается, к сожалению, собственнно как начало старения. Старая, человек претерпевает predetermined физиологическим и психологическим переменам, которые сказываются не только, как он выглядит внешне, но и на его способности функционировать в «будни» и приспосабливаться к изменениям в социуме.

Достаточно часто, люди предпенсионного возраста обеспокоены, что переход в другой социальный статус и острые ощущения от «неработания» будут заменены растущей скукой и постоянными воспоминаниями о периодах, когда «они «были нужны обществу, коллективу, знакомым по работе», и что беспокойство о проблемах со здоровьем будет доминировать в их жизни.

Изменения общественно положения человека, вызванное выходом на пенсию, изменениями уклада жизни человека «солидного возраста» и подготовка к другим условиям в обществе, требует, выра-

ботки и других подходов, форм и методов социальной работы с пожилыми людьми.

Ученые, геронтологи сегодня ставят задачу «поиска технологий, сдерживающих процесс старения и удлиняющих период активной жизни» [6]. Успешное старение включает в себя хорошее физическое, психическое и интеллектуальное здоровье.

Обсуждение

Выделим некоторые направления исследования геронтологии в настоящее время:

1. Изучение процесса старения. Основные механизмы старения и процессы антистарения.

2. Роль различных факторов в развитии изменений в организме пожилых людей.

3. Разработка профилактической геронтологии и гериатрии, а также методов в профилактике преждевременного старения.

4. Исследование особенностей этиологии и патогенеза различных заболеваний и разработка методов диагностики болезней в пожилом возрасте.

5. Особенности лечения в пожилом возрасте и альтернативные методы лечения.

6. Социологические исследования проблем старения.

7. Организация медико-социального обслуживания людей пожилого возраста.

В настоящее время появилась новая отрасль — социальной геронтологии.

Социальная геронтология — «область геронтологии, изучающая демографические, социально-экономические, социально-гигиенические, социально-психологические и социально-этические аспекты пожилых людей» [7].

Социальная геронтология исследует уклад жизни пожилых людей: традиционный уклад, семейный уклад, бытовой уклад, привычный уклад и т. п.

Показатели качества уклада жизни пожилых граждан — это «отчет человека» о своем физическом здоровье, психосоциальном здоровье и энергии, удовлетворенности. Тем не менее, хотя старение сопряжено с некоторыми негативными изменениями и проблемами, однако одни люди стареют более счастливо, чем другие.

Обратимся к данным и результатам переписи населения в Республике Беларусь (РБ) за 2019 год. Мы видим, что в РБ проживало 2131,5 тыс. человек (24,5%) пожилых граждан [7].

Если сравнить с переписью 2009 г., то мы видим, граждан пожилого возраста в целом «увеличилась на 332 тыс. человек (18,5%)».

На начало 2021 года в РБ проживали 1475,9 тыс. пожилых людей (это практически каждый шестой житель страны. Интересно то, что в «городской местности — 71,4%, а в сельской местности — 28,6%. Из общей численности пожилых людей женщины составляют 66,9%, мужчины — 33,1%» [7].

Сегодня полностью поменялся психологический портрет пенсионера. Сегодня пенсионеры РБ активно участвуют в жизни общества, становятся волонтерами. Например, проводят интереснейшие экс-

курсии по Беларуси и выступают бесплатными репетиторами для детей из неблагополучных семей.

В Республике активно действуют такие проекты, как: «Мастерская здоровья», «Преемственность поколений», «Вместе против деменции», «Терапевтический парк».

Перепись показала, что в 2020 году в люди в пожилом возрасте «заключили брачный союз 1095 женщин и 1702 мужчины» [8].

Процесс старения существенно определяется от образа жизни самих пожилых людей, их семейными отношениями и семейными обстоятельствами. Следует отметить, что то, что считается важным для одного человека, может сильно отличаться для другого человека.

В целях профилактики социальной стигматизации и системной помощи пенсионерам в Беларуси работает более 150 центров социального обслуживания населения [9]. Хочется отметить, что особую категорию пожилых граждан составляют одинокие люди. Сегодня в работе центров в приоритете используется мультидисциплинарный подход, направленный на поддержание активного творческого долголетия, преодоление социального одиночества, стигматизации и улучшение качества жизни пожилых людей.

На базе центров работают кружки по интересам (танцам, вязанию, шахматам, вокалу, работа на компьютере, в Интернете и пр.). Все занятия бесплатны для людей старческого возраста — бесплатны. Работа между поколениями — это прекрасный способ убрать барьеры между социальными группами. Задача органов социальной защиты населения и социального обслуживания в рамках внедрения инноваций в социальную сферу, а также программ активного долголетия и долгожительства — создать такую атмосферу, которая поможет пожилым людям чувствовать себя прекраснее, достойнее и полезнее. Даже в период пандемии COVID-19 пожилые люди, которые успешно стареют, имеют интерес к жизни и заботятся о благополучии других, поддерживают позитивный и оптимистичный взгляд.

По состоянию на «01.07.2019 в Республике Беларусь функционирует 497 школ здоровья «Третьего возраста», в которых прошли обучение 83402 человека» [9].

В Беларуси функционирует региональные гериатрические центры, где оказывается геронтологическая помощь. Во всех учреждениях здравоохранения разработаны планы и проводятся занятия на рабочих местах по повышению квалификации медицинских работников по вопросам гериатрии. Основная масса наших врачей — гериатров — это лица пожилого возраста, у которых хватает терпения работать с пожилыми гражданами [9].

Заключение

Государственная политика Беларуси направлена на участие граждан пожилого возраста в различных сферах жизнедеятельности общества, продление их долголетия, активного долголетия и инициативности.

Очень важно вести подготовку как медицинских, так и социальных работников к удовлетворению особых потребностей пожилых людей, таких как:

- подготовка медицинских и социальных работников по оказанию помощи пожилым гражданам;
- лечение и профилактика психических и неврологических расстройств;
- разработка государственной политики в области паллиативной медицинской помощи;
- разработка медико-санитарных и социальных программ, которые помогут одиноким пожилым людям (особенно в сельской местности) чувствовать себя нужными обществу.

На сегодняшний день в Республике Беларусь на интернет-сайтах многих учреждений здравоохранения размещаются статьи по профилактике заболеваний и активному образу жизни. Психическое здоровье пожилого человека оказывает влияние на физическое здоровье и наоборот. Депрессия часто приводит к нарушению функционирования в обычной жизни людей пожилого возраста. Эффективная первичная психологическая помощь пожилым людям имеет колоссальное значение.

Психическое здоровье может быть улучшено путем поощрения обществом активного и здорового старения.

В РБ специалисты учреждений здравоохранения сотрудничают со СМИ для того, чтобы мотивировать здоровый образ жизни пожилых граждан. [9].

И сегодня, в период пандемии COVID-19, забота о пожилых гражданах стала еще более актуальной для Республики Беларусь.

СПИСОК ИСТОЧНИКОВ

1. Психосоциальная работа с пожилыми людьми. <https://mybiblioteka.su/tom2/4-77922.html> (Дата обращения 25.02.2022).
2. Энциклопедия социальной работы. В 3 т. Т.2.: Пер. с англ. — М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1994.
3. Липай Т. П. Старение населения и стигматизация: проблемы и решения. *Региум*. 2022; 26(1):72—74. doi: 10.32687/1561-5936-2022-26-1-72-74.
4. Age and Structural Lag: Society's Failure to Provide Meaningful Opportunities in Work, Family, and Leisure. ed. by M. W. Riley, R. L. Kahn, A. Foner. N.Y.: Wiley; 1994:304
5. Navighurst R. J. Human development and education. https://books.google.ru/books/about/Human_Development_and_Education.html?id=OB1-AAAAAAAJ&redir_esc=y/ (Дата обращения 27.02.2022).
6. Липай, Т. П. Технологии социальной работы с пожилыми и инвалидами: учебное пособие для студентов программ среднего профессионального образования: Т. П. Липай, О. А. Волкова. — Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2020. — 205 с. : табл. <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574771> (Дата обращения 11.03.2022).
7. Новости Беларуси. БелТА. <https://www.belta.by/infographica/view/den-pozhilyh-ljudej-26429/> (Дата обращения 03.03.2022).
8. Пожилые люди в Беларуси: статистические данные. <https://pvlida.by/index.php/news/vse-novosti/item/9943-pozhilye-lyudi-v-belarusi-statisticheskie-dannye/> (Дата обращения 06.03.2022).
9. Информация по вопросам старения населения в Республике Беларусь, организации оказания медицинской помощи и взаимодействия системы медицинской с социальной службой при оказании помощи данной категории населения. <http://gospital.by/images/Materials/2020Inform1.pdf> (Дата обращения 06.03.2022).

REFERENCES

1. Psychosocial work with the elderly. Available at: <https://mybiblioteka.su/tom2/4—77922.html>. (accessed 25 February 2022). (in Russian)
2. Encyclopedia of Social Work. In 3 vols. T.2.: Translated from English: Moscow: Center for Human Values, 1994. (in Russian)
3. Lipai T. P. Population aging and stigmatization: problems and solutions. *Remedium. [Remedium]*. 2022; 26(1):72—74 (in Russian). doi: 10.32687/1561-5936-2022-26-1-72-74.
4. Age and Structural Lag: Society's Failure to Provide Meaningful Opportunities in Work, Family, and Leisure. ed. by M. W. Riley, R. L. Kahn, A. Foner. N.Y.: Wiley; 1994:304
5. Havighurst R. J. Human development and education. Available at: https://books.google.ru/books/about/Human_Development_and_Education.html?id=OBI-AAAAMAJ&redir_esc=y/ (accessed 27 February 2022). (in Russian)
6. Technologies of social work with the elderly and disabled: a textbook for students of secondary vocational education programs: Lipai T. P., Volkova O. A.. — Moscow ; Berlin : Direct-Media, 2020. — 205 p. : tabl. — Available at: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=574771> (accessed 11 April 2022). (in Russian)
7. Belarus News. BelTA. Available at: <https://www.belta.by/infographica/view/den-pozhilyh-ljudej-26429/> (accessed 03 March 2022). (in Russian)
8. Elderly People in Belarus: Statistical Data. Available at: <https://pv-lida.by/index.php/news/vse-novosti/item/9943-pozhilye-lyudi-v-belarusi-statisticheskie-dannye/> (accessed 06 March 2022). (in Russian)
9. Information on the aging of the population in the Republic of Belarus, the organization of medical care and interaction between the medical system and social services in providing assistance to this category of the population. Available at: <http://gospital.by/images/Materials/2020Inform1.pdf>. (accessed 06 March 2022). (in Russian)

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

The author declares no conflicts of interests.

Статья поступила в редакцию 15.04.2022; одобрена после рецензирования 06.05.2022; принята к публикации 15.06.2022.
The article was submitted 15.04.2022; approved after reviewing 06.05.2022; accepted for publication 15.06.2022.