

УДК 364-787.22

## ТЕОРЕТИЧНІ КОНЦЕПЦІЇ СТАРІННЯ ТА ЇХ СУТНІСТЬ

Сопко Руслана Іванівна

м.Ужгород

*Актуальність матеріалу, викладеного у статті, обумовлена нагальними потребами у аналізі еволюції поглядів на процес і механізми старіння та теоретичному обґрунтуванні самого процесу старіння. У статті розглянуто теорії старіння з точки зору різних наук, проаналізовано основні соціальні теорії та їх практичне значення, щодо механізмів пристосування людей похилого віку до даного періоду життя.*

*Ключові слова: старіння, теорії старіння, старість, люди похилого віку.*

Старіння — це процес, що є результатом демографічних змін, збільшення частки літніх і старших людей у загальній чисельності населення. У науковій літературі період похилого віку характеризується багатством накопиченого в минулому досвіду, рядом нових властивостей, які не зустрічаються на ранніх етапах розвитку, що описуються найчастіше за допомогою теорій старіння.

Приблизно з другої чверті минулого століття починають накопичуватися певні емпіричні дані, а також результати теоретичного осмислення й узагальнення геронтологічних проблем на рівні як окремого індивіда, так і суспільства. Першими досліджували проблеми старіння – Г. Холл (G.Hall), Е.Ковдри (E.Cowdry), Р.Лінтон (R.Linton), Т.Парсонс (T.Parsons), Р.Хавігурст (R.Havighurst). У результаті їхніх зусиль були створені перші теорії, що представляли перше покоління теорій соціальної геронтології: теорія активності, теорія роз'єднання (звільнення) і теорія субкультури. Проаналізуємо послідовно ці теорії [1].

Одна із перших соціальних теорій старіння – звільнення, роз'єднання була запропонована американськими психологами Е.Камінзом та У.Генрі у 1961 році. Генрі [2, с.12-14] є найбільш відомою в нашій країні, тому що була описана М.Д. Александровою [3, с.24]. У якій стверджується, що «старіння є неминуче взаємне віддалення чи роз'єднання, яке призводить до зниження вза-

емодії між старіючою особистістю у певній соціальній системі». Цей процес може бути ініційований як самою особистістю, так і ін. особами. Поступове руйнування соціальних зв'язків означає підготовку до наступного акту – смерті. Процес «соціального відходу» характеризується втратою соціальних ролей, обмеженням соціальних контактів «втчею» у себе.

За даною теорією, процес старіння супроводжується немимучим відчуженням людини від суспільства, його соціального і економічного життя; зниженням взаємодії з іншими людьми; зменшенням соціальних ролей, що призводить до повного соціального дистанціювання. Змушене «звільнення» від професійних обов'язків, від багатьох сімейних обов'язків, зниження соціальної активності і усамітнення – зменшують життєвий простір старої людини. Старість посилює індивідуальність людини, звільняючи її від зобов'язань перед суспільством – надає можливість звернутися до свого внутрішнього світу і підготуватися до смерті. Роз'єднання функціонально значиме, як для самих людей похилого віку так і для інших членів суспільства, таким чином суспільство самовідновлюється, надаючи дорогу новим поколінням.

Якщо прийняти цю теорію, як безперечно достовірну, то треба визнати, що «успішне» старіння – це спокійне сприйняття соціального відчуження, яке починає літня людина і яке схвалюється соціальними нормами. «Втрата минулих соціальних ролей разом з погіршенням стану здоров'я веде до порушення існуючого динамічного стереотипу особистості, до зміни її світогляду і поведінки. Явище роз'єднання виражається у зміні мотивації, звуженні кола інтересів і зосередженні їх на своєму внутрішньому світі, тобто, у спаді комунікабельності» [3, с.44-46].

Отже, розглядаючи дану теорію треба виходити з того, що «роз'єднання» може відбуватися як один із варіантів життя літньої людини, але воно не є обов'язковим для усіх і проявляється індивідуально в залежності від внутрішніх ресурсів літньої людини, її особистісних рис, фінансової ситуації, освіти, життєвого досвіду та ін.

Теорія активності є альтернативною до попередньої. Автори даної теорії Р.Хеваюрст, Б.Ньюгартен, говорять, що вступаючи в старість, люди зберігають ті ж потреби й бажання, що й у середньому віці, і всіляко чинять опір будь-яким намірам виключити їх із життя суспільства. Згідно даної теорії під благополучною старістю розуміється збереження соціальних зв'язків, соціальних ролей і підтримання активності середнього віку. Під емоційним благополуччям (задоволеністю життям) розуміється наявність позитивного образу-Я, оптимістичного настрою; задоволення своїм минулим життям і прийняття нових умов; отримання задоволення від активності повсякденного життя. Цей підхід активно підтримується на Заході і є базисом соціальної політики стосовно літніх людей, яка орієнтується на включення їх у активне суспільне життя, створення умов для розвитку здібностей і можливостей.

У своїй крайній формі теорія активності так само не приваблива, як і теорія роз'єднання. На думку Стюарта-Гамільтона неприємно спостерігати за соціальними працівниками, які змушують людей похилого віку «зливатися» з іншими «для їхнього власного блага» з обов'язковими прогулянками й т.д. Він висловлює загальну точку зору, що «теорії звільнення і активності описують оптимальні стратегії для деяких, але не для всіх людей, і відповідь на питання «яка з них краща?» – залежить від набору факторів, таких як фінансові обставини (наприклад, чи може людина дозволити собі активний образ життя?), здоров'я (наприклад, чи має людина все ще сили для яких-небудь хобі?) і типу особистості (наприклад, інтроверти можуть ненавидіти активний образ життя)» [4, с.17-22].

Відповідно до теорії субкультури (А. Роуз), культура стає стрижнем, який поєднує людей літнього віку, і створює особливу близькість між ними й у той же час відокремлює їх від інших вікових когорт. Причому автор теорії стверджує, що культура літніх

людей особлива, відмінна від культури всіх інших вікових груп. У практичному плані А. Роуз пропонував створення селищ, житлових будинків, інтернатів для пенсіонерів. Що стосується субкультури, то вона не є якоюсь знову створюваною культурою для літніх людей, це ті норми моралі й поведінки, традиції, духовні цінності, котрі засвоїло колись їхнє покоління. Вона дійсно може поєднувати людей у певну групу. Але розвиток культури відбувається безперервно і більшою мірою поєднує різні покоління, ніж відокремлює їх. Не виправдала себе ідея створення різного роду сепаратних поселень для людей похилого віку. Але можна вважати, що ця ідея стала базою для створення клубів за інтересами, будинків проживання для літніх людей та ін.

Теорія вікової стратифікації припускає вікову диференціацію поряд із соціальною, розглядає суспільство як сукупність вікових груп, котрі мають обумовлені віком відмінності у здібностях, ролевих функціях, правах і привілеях. У межах цієї теорії важливими стають проблеми суспільного статусу літніх людей, індивідуальні відмінності при переході із одного вікового періоду в наступний, механізми розподілу соціовікових ролей, взаємовідносини з іншими віковими групами. За даною теорією, з виходом на пенсію людина втрачає свій престиж, втрачає владу над іншими і над самою собою, тобто старість характеризується втратою контролю над ситуацією. Соціальна політика, що базуватиметься на даній теорії, не в змозі враховувати реальні бажання і потреби літніх людей [5].

Теорія символічного інтернаціоналізму була сформульована американським соціологом і психологом Джорджем Мідом. Вона приваблює побудовою концепції старості на фундаменті ідей з різних галузей науки: геронтології, демографії, психології, медицини, теорії й методики соціальної роботи. В її основу покладена ідея комунікації як засобу взаємного пристосування індивідів, що є найважливішою умовою існування й розвитку суспільства. Для літньої людини це пристосування: а) до представників нових, молодих когорт; б) до «узагальнених інших», які в цьому випадку виступають як змінене суспільство у цілому; в) до самого стану старості, тобто до самого себе в новій якості. З іншого боку, суспільство повинне пристосуватися до того, що значною його частиною є люди похилого віку, що його демографічна структура прийняла новий вид "сивого суспільства". Якщо пристосувальні здатності людей похилого віку вироблялися століттями, (Дж. Мід відзначав, що людське поведіння взагалі має адаптивний характер), то суспільство з необхідністю пристосуватися до власної старості зіштовхнулося вперше й багато в чому виявилось до цього неготовим ні на рівні соціуму, ні на рівні індивідів.

А. Теннеп назвав три етапи процесу переходу до кожної наступної соціальної позиції: сегрегація – відокремлення людини від старого оточення і розрив з минулим; транзиція – проміжний стан, «пустеля безстатусності»; інкорпорація – наступне включення індивіду у свою соціальну групу, але уже у новій якості [5]. Успішний перехід до нової соціальної позиції характеризується особистісним ростом людини, набуттям нових здібностей, визначенням нових власних поведінкових стратегій, корекцією взаємин з оточуючим світом.

Український геронтолог В. В. Фролькіс розробив адаптаційно-регуляторну теорію старіння, відповідно до якої, у пізньому віці, поряд з деструктивними процесами і скороченням адаптивних можливостей організму існують процеси, спрямовані на підтримку його високої життєздатності і збільшення тривалості (вітаукт – від *vita* – життя, *auctum* – збільшувати). Вітаукт, стабілізуючи життєдіяльність організму, відновлює і компенсує багато змін, які викликані інволюцією, що, у свою чергу, сприяє виникненню нових пристосувальних механізмів [6, с.12-23].

В геронтології існує більше 100 теорій та гіпотез відносно причин і механізмів старіння. Умовно їх можна поділити на дві групи: перша група теорій розглядає старіння як генетично запро-

грамований процес, а друга — як наслідок випадкових процесів, що руйнують організм.

Слід зазначити, що представники першої групи теорій, розглядаючи старіння як генетично запрограмований процес, по-різному тлумачать механізм цього процесу. Одні з них вказують на функціональні зміни в генах, відповідальних за розвиток і старіння організму людини, інші, відкидаючи уявлення про існування спеціалізованих генів, стверджують, що старіння є наслідком появи в геномі дефектів із-за впливу різноманітних факторів, що призводять до порушення синтезу білкових молекул.

Згідно з метаболічною теорією старіння обумовлене дією на організм окремої речовини або групи речовин, що призводить до порушення функцій тканин, зниження інтенсивності та швидкості обмінних процесів в організмі людини

Заслугують уваги мембранна теорія старіння, згідно з якою з віком змінюється структура плазматичних мембран клітин (переважно за впливу вільно радикальних факторів), що призводить до порушення їх функцій, у тому числі транспорту речовин, до руйнування клітин, а також адаптаційно-регуляторна теорія, яка пов'язує процеси, що відбуваються на молекулярному і клітинному рівні при старінні, з процесами адаптації організму до змінених умов зовнішнього середовища. Старіння розглядається як процес інтеграції мікро ушкоджень, що виникають при кожному окремому акті адаптації в системах негайної відповіді та в системах забезпечення. Чим вища інтенсивність відповіді організму на адаптаційні або стресові фактори, тим швидше настає старіння. Вчені вважають, що інтенсивні фізичні навантаження, характерні для спорту, так як і інтенсивна розумова діяльність це потужні фактори старіння організму. В той же час помірні фізичні навантаження (легкий біг, ходьба на лижах, плавання та ін.) і помірне загартовування підвищують адаптивні можливості організму і протистоять розвитку старіння [7].

На думку дослідників у галузі біології, старіння і смерть є базовими, сутнісними біологічними властивостями, що відображають функціонування і еволюцію всіх живих організмів, включаючи людину. Біологи досліджують організм, намагаючись виміряти природу і межі вікових змін, зрозуміти, чим вони викликані, як їх можна контролювати, коректувати, як можна пом'якшити наслідки процесу старіння. У зв'язку з цим біологічна наука має теорії, що безпосередньо торкаються тематики процесу старіння людини. Найбільш поширені в науковому світі за кордоном дві з них. Це теорії «програмованого старіння» та «не програмованого старіння» [8].

Представники теорії «програмованого» старіння виходять з того, що функціонування живого організму за програмовано природою лише на період його активної життєдіяльності, що включає в себе розвиток, тобто ріст організму, і здатність до репродукції. Прихильники цієї теорії аргументують свій висновок тим, що в природі завжди діяв і продовжує діяти закон природного відбору, і тому старі особи в природних умовах зустрічаються вкрай рідко: перш ніж стати старими, вони або гинуть самі, або їх знищують свої ж родичі. У живому організмі генетично закладена біологічна активність, що розповсюджується тільки на період його так званої біологічної «корисності». Деякі теорії старіння, як, наприклад, так звані теорії «годин», виходять з того, що зміни, пов'язані зі старінням, підконтрольні свого роду біологічному датчику, основна функція якого полягає в тому, щоб стежити за «розкладом» розвитку біологічного організму до тих пір, поки він не досягне статевої зрілості та спроможності розмноження. Після виконання програми або за її відсутності розвивається діяльність гіпоталамуса та ендокринної системи, що приводить організм до зниження його фізіологічних функцій [8].

Представники теорії «програмованого» старіння виходять з положення, згідно з яким до процесу старіння підключені генетичні механізми і тільки завдяки їх дії відбувається еволюція живої

природи. Однак у процесі змін, пов'язаних зі старінням, можуть діяти й інші механізми, не включені в генетичну програму, які надають «не програмований» вплив на організм. Такий вплив може відбуватися в результаті випадкового пошкодження клітини, незвичайного впливу на молекули, які в свою чергу змінюють структуру клітини, її функцію і сам процес метаболізму. Ці незвичайні зміни можуть торкнутися і молекули ДНК, що несе в собі генетичну інформацію.

Обидві ці біологічні теорії старіння є дуже загальними, занадто широко трактують причини процесів інволюції, що відбуваються в старості. У рамках цих підходів знаходить місце теорія основоположника вітчизняної геронтології А.А. Богомольца, який пов'язував старіння з дисгармонією фізіологічних процесів організму, і теорія І.І. Мечникова, що розглядав старіння як процес інтоксикації [9].

Біологічні теорії старіння є найбільш обґрунтованими і верифікованими. Проте біологічні теорії не враховують диференціації двох аспектів старості - фізіологічного та психологічного - і роль психологічного чинника в подовженні людського життя.

Найпоширенішими теоріями (гіпотезами) старіння є: молекулярно-генетичні та стохастичні (імовірності). Серед молекулярно-генетичних теорій старіння можна виокремити: теломерну, елеваційну (онтогенетичну), адаптаційно-регуляторну теорії старіння.

Стохастичні теорії старіння виділяють: теорію вільних радикалів, "старіння за помилкою", та теорію апоптозу (самогубство клітин).

Інші дослідники аналізують проблеми старості в контексті профілізації особистості: її стилю життя, позицій, соціокультурних орієнтацій. При цьому відкритість, проникнення у соціальний потік або, навпроти, тенденцію відвертатися від життя співвідносять з варіативністю індивідуальних реакцій. Люди з активною життєвою позицією відкриті до змін, намагаються самостійно вирішувати проблеми, пов'язані з віковими змінами, у відповідності до своїх фізичних можливостей. Люди з пасивною життєвою позицією намагаються перекласти відповідальність за вирішення проблем літнього віку на різні соціальні інститути. При чому у них найчастіше в старості проявляються негативні особистісні риси, такі як незадоволеність, дратівливість, озлобленість та ін., які не були помітні в молодості.

Прибічники теорії розподілу матеріальних благ, виокремлюють людей похилого віку в певну соціальну страту, котра порівняно з іншими віковими групами знаходиться у несприятливому положенні, тому що представники «третього віку» дистанційовані від багатства, влади і престижу. Даний підхід викликає заслужену критику, тому що по-перше, в розвинутих країнах пенсіонери є найбільш платоспроможною групою з найбільшим витратним капіталом; по-друге, викладена сентенція відображає процес концентрації суспільної свідомості на утилітарних цілях, зневажається соціокультурна роль літніх людей (передача досвіду, знань, умінь, традицій, тощо). Вікова асиметрія проявляється у суспільній свідомості наданням пріоритетів на користь молодості, що пов'язано з орієнтацією на молодіжні цінності (спортивні ігри, розваги, культ багатства, успіху). Старість у такому контексті є непривабливою.

Значна частина дослідників багато уваги приділяє поняттям часової перспективи у літньому віці. Старість характеризується зростанням зверненості до теперішнього часу (будь-які факти розглядаються літньою людиною як події, ритм життя уповільнюється) а також зверненості до минулого, що пов'язано з переоцінкою життя і згадуванням яскравих вражень. Реверсія (повернення) до минулого може усвідомлюватись з психологічної точки зору як спроба знайти точку опори, і таким чином нейтралізувати негативні наслідки всіляких змін сучасного життя, нав'язаних цінностей, нагромадження економічних та ідеологічних побудов. Більше того, феномен «повернення до минулого» є важливим

елементом адаптації до нової ситуації, виступає стимулом до нових свідомих і відповідальних дій.

В контексті теорії «соціальних естафет» соціальна динаміка представляється як передача естафети від покоління до покоління, трансляція певних соціальних програм, зразків поведінки. Ці зразки, безпосередньо задані ситуацією або вказані на рівні вербальних формулювань, можуть бути двох типів: зразки позитивні і зразки – заборони, котрі фіксують негативний досвід, досвід невдач, що застерігає від повторень. Часова тривалість соціальних стереотипізованих форм досвіду скорочується, наприклад, традиції можуть змінюватись навіть в рамках одного покоління. З інформатизацією суспільства змінюється зміст і форми знань та швидкість їх передачі новим поколінням. Якщо в минулі епохи образ життя літньої людини виступав як зразок майбутнього життя молодшої людини, то для сучасності характерне засвоєння молодим поколінням нових життєвих звичок і традицій, що знецінює досвід представників старшого покоління і зменшує їх вплив.

Про взаємозв'язок та відповідальність поколінь говорить теорія «громадянства декількох поколінь». Згідно даної теорії, громадяни несуть колективну відповідальність за природний, фізичний, фінансовий, соціальний, культурний капітали, що передаються майбутнім поколінням.

Розглянуті в даній статті перші психосоціальні теорії старіння, процес їх розвитку, зміни в інтерпретації та тлумаченні базових понять дозволяють прослідкувати еволюцію поглядів на механізми пристосування людей похилого віку до такого важкого періоду життя, як старість. Цінність даних теорій у тому, що дві з них (активності та роз'єднання) описують не лише процес старіння людини, але й процес її розвитку в зрілому віці.

Незважаючи на “солідний” (як для теорій у галузі геронтології) “вік”, вони не втратили своєї актуальності й дотепер. Наприклад, у Швеції організація геронтологічного догляду за клієнтами та діяльність соціальних працівників щодо його реалізації побудовані на засадах теорії активності. І хоча в законі про соціальний догляд за людьми похилого віку та в інших офіційних документах немає конкретного посилання на дану теорію, однак у них наголошується, що старим людям необхідно пропонувати активне життя разом з іншими людьми [10].

На думку більшості демографів загальний характер старіння населення знаходиться у прямій залежності від рівня суспільно-політичного розвитку і за своєю природою є прогресивним процесом. Він притаманний тільки нашому часові і має серйозні демографічні, економічні, психологічні, культурні і медичні наслідки.

### Література та джерела

1. Робак В.. Перші психосоціальні теорії старіння(50-60-ті роки XX ст.) та їх роль у підготовці соціальних працівників до роботи з людьми похилого віку / В.Робак. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc\\_Gum/Pippo/2011\\_4/Robak.htm](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Soc_Gum/Pippo/2011_4/Robak.htm) – Загол. з екрану. – Мова укр.
2. Cumming E. Growing Old. New York: Basic Books / E.Cumming, W. E.Henry [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://jtd.sagepub.com/content/3/3/198.abstract> -Загол. з екрану. – Мова англ.
3. Александрова М.Д. Проблемы социальной и психологической геронтологий / М.Д.Александрова. – Л.: Из-во Ленинградского университета, 1974. – 135 с.
4. Стюарт-Гамільтон Я. Психология старения /Я.Стюарт-Гамільтон/ – СПб.: Питер, 2002. – 145 с.
5. Тополь О.В. Теоретичний аналіз дослідження старості: соціологічний підхід // О.В.Тополь [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.zgia.zp.ua/gazeta/VISNIK\\_34\\_15.pdf](http://www.zgia.zp.ua/gazeta/VISNIK_34_15.pdf) - Загол. з екрану. – Мова укр.
6. Фролькіс В.В. Системний підхід, саморегуляція і механізми старіння /В.В.Фролькіс. – Киев, 1985. – С.12-23
7. Валеология. Copyright © 2012. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.valeologija.ru/valeologija-ukrainska/9/70-zagalne-uyavlennya-prostarinnya-teori-starinnya> -Загол. з екрану. – Мова укр.
8. Міщиха Л.П. Психологічні особливості розвитку особистості в період гетерогенезу / Л.П. Міщиха [Електронний ресурс]. – Режим доступу: [http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc\\_gum/znfspi/2009\\_14\\_2/14-2-02-Mixykha.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/znfspi/2009_14_2/14-2-02-Mixykha.pdf) –Загол. з екрану. – Мова укр.
9. Яцемирський Р.С/ Соціальна геронтологія / Р.С. Яцемирський, І.Г.Біленька/ – М.: Владос, 1999 –340 с.
10. Москаленко В.Ф. Постаріння, як глобальна проблема сучасності / В.Ф.Москаленко, Т.С.Грузеева [Електронний ресурс]. – Режим доступу:[http://www.nbuv.gov.ua/portal/Chem\\_Biol/Sjgz/2008\\_3/PH\\_N3\\_2008\\_15.pdf](http://www.nbuv.gov.ua/portal/Chem_Biol/Sjgz/2008_3/PH_N3_2008_15.pdf) – Загол. з екрану. – Мова укр.

*Актуальность материала, изложенного в статье, обусловлена насущными потребностями в анализе эволюции взглядов на процесс и механизмы старения и теоретическом обосновании самого процесса старения. В статье рассмотрены теории старения с точки зрения различных наук, проанализированы основные социальные теории и их практическое значение, относительно механизмов приспособления пожилых людей к данному периоду жизни.*

*Ключевые слова: старение, теории старения, старость, пожилые люди.*

*The author of the article has conducted analysis of the evolution of views on the process and mechanisms of ageing and in theoretical reasoning of the ageing process itself. An ageing in the article has been observed from the point of view of various sciences. The main social theories and their practical importance concerning the mechanisms of adaptation of older people to the given period of life have been analyzed.*

*Key words: ageing, theories of ageing, old age, older people.*