

УДК 159.922.63–026.12

## ОСНОВНІ КОНЦЕПТУАЛЬНІ ПІДХОДИ ДО ПРОБЛЕМАТИКИ СОЦІАЛЬНОЇ АКТИВІЗАЦІЇ ЛЮДИНИ У ПЕРІОД СТАРОСТІ

Робак Володимир Євгенович

м. Львів

*У статті аналізується суть поняття «активне старіння», його структура, можливості використання як теоретичної основи для розробки соціальної політики стосовно людей похилого віку, стратегії організації соціальної роботи з даною категорією клієнтів та інструменту для оцінки рівня активності пристосування особистості до періоду старості.*

*Розглядається взаємозв'язок понять «активне старіння», «успішне старіння» і «здорове старіння».*

*Ключові слова: «активне старіння», індекс активного старіння, «успішне старіння», «здорове старіння».*

Зростання частки людей старшої вікової групи у демографічній структурі населення набуло на даний час всезагального характеру. Наприклад, якщо зараз в країнах ЄС покоління у віці 65+ складає 16% від усього населення, то до 2060 року цей показник зросте до 30%. Це створює принципово нову ситуацію в багатьох сферах суспільного буття: трудових відно-

син (роботодавцям слід готуватися до зростання кількості працівників старшого віку), охорони здоров'я (процес «геріатризації» медицини), соціального обслуговування та інших. Зрештою, державам слід активно розвивати систему неперервної освіти і перекваліфікації, адже в умовах швидких технологічних змін знання і виробничий досвід персоналу швидко «старіють», а кількість молодих працівників, обізнаних з інноваціями, буде постійно скорочуватися. Таким чином, нова демографічна реальність є певним викликом, що потребує адекватного реагування як з боку органів державної влади, так і громадських організацій.

На сьогодні вже можна простежити певну еволюцію поглядів і ставлення до феномену постаріння суспільства. Якщо спочатку домінували песимістичні (іноді навіть панічні) настрої та оцінки і у цьому процесі бачили суцільний негатив (це було зумовлене в першу чергу економічними чинниками – надмірне навантаження на пенсійні системи, виділення все більших коштів для потреб охорони здоров'я,

необхідність в додатковому фінансуванні соціальних служб і закладів соціальної допомоги для цієї категорії населення), то згодом (кінець ХХ ст.) з'являється більш позитивне сприйняття старості. Активно розвиваються наукові дослідження в галузі соціальної геронтології, зростає увага до цього явища з боку міжнародних структур (ООН, ВОЗ), урядів країн, громадських організацій. Поступово приходиться усвідомлення, що старіння населення – це одна з ознак нашого цивілізаційного розвитку. Старше покоління являє собою вагомий соціальний ресурс і раціональне використання потенціалу цієї демографічної групи може принести суспільству чимало користі. У зв'язку з цим особливої актуальності набула проблема наукового обґрунтування і розробки моделей ефективної суспільної взаємодії з даною віковою групою населення.

Останнім часом в наукових колах, які займаються проблемами старіння, активно обговорюється декілька концепцій, а саме «активного старіння», «успішного старіння» і «здорового старіння». Який зміст вкладаються у ці поняття, що є між ними спільного і відмінного?

Найбільшого поширення набула концепція «активного старіння». Вона на даний час широко пропагується і впроваджується країнами Європейської спільноти. Одним з проявів того, якого значення надають активному старінню політики в Європейському Союзі, є оголошення 2012 року Європейським роком активності старших осіб і солідарності між поколіннями.

Даний термін з'явився в науковому обігу в 40–50-х роках ХХ ст., коли соціальні геронтологи почали акцентувати на важливості продовження активного способу життя в період старості, що знайшло своє відображення в так званій «теорії активності». У кінці 90-х років минулого століття термін «активне старіння» почав використовуватися ВОЗ і став вживатися поряд з поняттям «здорове старіння» як більш широкий і комплексний. Використання терміну «активне старіння» було зумовлено ще однією причиною. У 1995 р. на 50-й сесії Генеральної Асамблеї ООН було сформульовано п'ять головних принципів ставлення суспільства до осіб старшої вікової групи, а саме: незалежності, участі, догляду, реалізації внутрішнього потенціалу і гідності. Ці принципи відображали також права старшого покоління. Тому впровадження ВОЗ концепції «активного старіння» ознаменувало собою зміну у підходах: від такого, що базувався на потребах людей цієї вікової групи і трактував їх як пасивні об'єкти, до такого, що базувався на їх правах [4, с. 13].

Будь-який вид активності старших людей є важливим, бо є виразом їхнього бажання жити, і заслуговує на всіляку підтримку та заохочення. Активність позитивно впливає на якість їхнього життя у психо-соціальному і соматичному вимірі, формує почуття відповідальності за власну долю, позитивно впливає на сприйняття старших людей молодшим поколінням і локальним середовищем, підвищує відчуття власної гідності, надає сенс життю. Однак всі ці позитивні риси має добровільна активність, не з примусу і не зі страху несприйняття чи відчуження з боку суспільства [5, с. 51].

Згідно з визначенням ВОЗ, «активне старіння – це

процес створення оптимальних можливостей у сфері здоров'я, участі і безпеки з метою підвищення якості життя людей в період старості» [4, с. 12]. При цьому під трьома згаданими сферами розуміють наступне:

- «здоров'я» (тут мається на увазі не лише фізичне, але також психічне здоров'я і соціальний добробут);
- «участь» (розуміється як активність старших осіб у різноманітних сферах життя (у соціальних, економічних, культурних, духовних та цивільних справах), включно з їх участю у професійній діяльності на ринку праці);
- «безпека» (стосується гарантій фізичної і соціальної безпеки для старших людей включно з місцем їх праці) [16].
- У грудні 2012 р. Рада ЄС визначила такі головні принципи активного старіння:
  - професійної діяльності (забезпечення професійної освіти і навчання, здорові умови праці, запобігання дискримінації за ознакою віку, функціонування служб зайнятості для працівників старшого віку, пільги при сплаті податків);
  - незалежного життя (промоція здорового способу життя, профілактика захворювань, адаптація житла до потреб літніх людей, доступний транспорт, сприятливе для старшого віку оточуюче середовище та товари, забезпечення максимальної автономії у випадку довготривалої опіки);
  - участі в соціальному житті (забезпечення належного рівня доходів, соціальна інклюзія, створення умов для волонтерату, навчання впродовж життя, участь у прийнятті рішень) [19].

Стратегічними напрямками, розвиток яких забезпечить подальшу імплементацію концепції «активного старіння» у життя є розширення прав і можливостей літніх людей та створення належних умов для реалізації їх повноцінної участі у житті суспільства. Сприятливі цьому мають доступ до знань, освіти та навчання, зміцнення здоров'я та добробуту людей похилого віку [8].

Як бачимо, особливо важливу роль мають два види активності старших людей: професійна та соціальна. На думку експертів ЄС, саме вони поряд з показником незалежного життя становлять суть поняття «активне старіння» [19].

Деякі автори роблять спробу визначити головні принципи у стратегії «активного старіння». На їхню думку їх є три: заохочення адаптивності, підтримка емоційно близьких стосунків з оточенням і усунення структурних бар'єрів, пов'язаних з віком або залежністю [7].

Аналіз наукових джерел з даного питання засвідчує правомірність обраної стратегії. Зокрема, в літературі міститься доволі багато робіт про позитивний вплив зв'язків з родиною та приятелями на здоров'я і психічне самопочуття людей у цьому періоді їхнього життя [11], [13], [18]. Лонгітюдні дослідження засвідчили, що на старість соціальні зв'язки є важливими предикторами захворюваності і смертності, а соціальну підтримку можна вважати чинником, що впливає на стан здоров'я [3].

Окрім створення і підтримки соціальних контактів з оточенням, важливим є також різноманітні види активності, наприклад, волонтерська (участь у програмах допомоги потребуючим, інвалідам, uzалежне-

ним, робота з дітьми та ін.), освітня (участь у роботі університетів третього віку, навчання інших), реалізація різноманітних хобі. Нещодавно проведені дослідження засвідчили покращення фізичного і психологічного благополуччя літніх людей в результаті занять туризмом [12], а також участі у різноманітних мистецьких програмах [14].

Останнім часом з'явилися роботи в яких досліджується можливий зв'язок духовності та ставлення до релігії з психічним самопочуттям людей цієї вікової групи. Зокрема, деякі автори вважають, що духовність може бути одним із компонентів успішного старіння і благополуччя в старості. Припускають, що духовність може впливати на досвід людей похилого віку і сприйняття ними життєвих подій. При цьому соціальна підтримка не може бути «посередником» між духовністю і задоволенням від життям. Ці дослідження свідчать про позитивну роль духовності в житті літніх людей [9], [10].

У 2012 р. експертами Європейської комісії ЄС та Європейської Економічної комісії ООН була розроблена методика визначення і розрахунку індексу активного старіння (IAA). Цей індекс використовується як інструмент вимірювання ступеня активного і здорового старіння в різних країнах Європейського союзу. Користь від визначення даного індексу ще й в тому, що він показує ті галузі, де потенціал старшого покоління використовується не в повній мірі. За його допомогою вимірюють рівень незалежності життя літніх людей, їх участі у професійній діяльності, рівень соціальної активності, а також здатність до активного старіння. Індекс визначається на основі 22 окремих показників, які згруповані в чотири окремих домени, кожен з яких відображає різні аспекти потенціалу літніх людей для активної і здорової старості: 1) активність на ринку праці; 2) соціальна активність; 3) незалежне, здорове і безпечне життя; 4) якість оточуючого середовища. За сукупністю цих показників у 2012 р. перше місце за IAA серед країн ЄС зайняла Швеція (44,0 пункти), останнє 28-е – Польща (27,3 пункти) [8].

Незважаючи на таку ґрунтовну і всебічну розробку проблематики активного старіння, і навіть формалізацію параметрів його визначення, деякі вчені вважають, що на сьогодні відсутня ясність щодо тлумачення даного терміну [7]. На нашу думку, це викликано тим, що термін «активне старіння» можна розглядати з декількох точок зору – організаційної, технологічної та інструментальної. У першому випадку мова йде про використання даної концепції як загальної «рамки» в межах якої реалізується соціальна політика стосовно людей похилого віку. З іншого боку, «активне старіння» можна розглядати як технологію соціальної роботи з конкретною групою клієнтів. Насамкінець, індекс активного старіння можна використовувати для оцінки рівня активності пристосування індивіда до процесу старіння.

У випадку використання «активного старіння» як технології, вирішальна роль буде належати соціальним працівникам, які повинні відповідним чином мотивувати свої клієнтів до вияву активної життєвої позиції, навчити їх використовувати надані можливості, переконати у доцільності такої поведінки, показати переваги і попередити про можливі небезпеки.

У зв'язку з цим, на думку деяких вчених, важли-

вими для працівників соціальної сфери будуть такі напрямки роботи:

- підтримка і стимулювання соціальної активності і самооцінки осіб старшого віку, спонукання їх до розширення мережі соціальних контактів;
- тренінги навичок з самообслуговування і соціального функціонування з врахуванням вікових змін;
- стимулювання потенційних психічних можливостей і творчих здібностей;
- проведення спеціальних вправ і навчання навичкам, що компенсують вікові зміни [1, с.383].

Поряд з терміном «активне старіння» в науковій літературі вживаються також інші – «здорове старіння» та «успішне старіння».

Деякі автори ототожнюють поняття «здорового старіння» та «успішного старіння». На їх думку успішне старіння означає повноцінне соціальне функціонування, тобто належність до мережі соціальних контактів, що створює соціальну підтримку, продовження (наскільки це можливе) виконання соціальних ролей у важливих для старшої людини соціальних групах та соціальну активність (волонтерську діяльність, реалізацію зацікавлень, хобі); хороші фізичні кондиції, що дозволяють успішно функціонувати відповідно до суспільних очікувань; почуття матеріальної безпеки і можливості контролювати власне життя. Передбачається, що результатом реалізації такого «життєвого сценарію» у похилому віці повинно бути не лише загальне задоволення від життя, але також кращий функціональний стан і психофізична справність [20, с.38].

Натомість інші вважають, що у понятті «успішне старіння» об'єднані дві концепції: перша, зводиться по суті до набору клінічних критеріїв і в певній мірі може бути ототожнена з поняттям «здорового старіння»; інша розглядає використання адаптивних процесів, спрямованих на досягнення ефективного функціонування. Перша концепція має обмеження в перспективі. Адаптивна версія успішного старіння допомагає перетворити старіння в конструкцію, що розвивається. Однак для цього вона має бути наповнена конкретним змістом і цілями, досягнення яких відкриває перед особою нові можливості або створює певні переваги. Цю роль в літньому віці може відігравати генеративність. Саме генеративність може стати тією концептуальною основою, яка збагачує поняття успішного старіння, і робить наголос як на соціальний контекст, в якому відбувається процес старіння людини, так і на компонент її особистого зростання [21].

Існує також думка, що «здорове старіння» перш за все означає реалізацію правила *going and doing*, що означає: мати ціль у житті і прагнути її досягнення, бути здатним дати відповідь на виклики, які висуває життя, володіти психосоціальними засобами і волею до діяльності [6].

Як бачимо, існує певний плюралізм думок як щодо суті самих дефініцій, так і їх структури. Звертає на себе увагу також факт, що деякі автори визначають поняття «активного старіння» як концепцію, інші – як стратегію, ще інші – як парадигму, що також не сприяє виробленню єдиних підходів до розуміння цього терміну.

Незважаючи на таку невизначеність є очевидним, що загалом зміст, що вкладається в такі поняття як

«активне старіння», «успішне старіння» чи «здорове старіння» є доволі близьким. Семантично термін «здорове старіння» означає перш за все відсутність патології у цьому періоді життя індивіда (зрозуміло, з врахуванням вікової норми) і є протилежністю до поняття «патологічне старіння». Тому, на нашу думку, ототожнювати дефініції «здорове старіння» та «успішне старіння» не зовсім коректно. Зрештою у багатьох документах ЄС вживається словосполучення «активне та здорове старіння», що є свідченням відмінності цих понять [8]. Однак, у більш широкому контексті, зусилля особистості спрямовані на підтримку і зміцнення свого здоров'я є важливою передумовою реалізації сценарію «успішного старіння». Тому здорове старіння доволі часто розглядають не лише як фізичне здоров'я, але також як добре психічне самопочуття і наявність мережі соціальних контактів [4].

Що стосується невизначеності поняття «активне старіння», то у розумінні напряму соціальної політики його можна трактувати як концепцію. У випадку використання як технології соціальної роботи, більше підходить визначення його як стратегії.

У контексті аналізованої проблеми видається цікавим питання, який сенс вкладають у поняття «успішне старіння» самі особи похилого віку. Як засвідчили опитування науковців, у старших людей це поняття асоціюється з автономією, незалежністю, цілісністю, підтримкою фізичного та інтелектуального здоров'я, соціальною активністю, перебуванні «в курсі справ» і самостійному проектуванні свого майбутнього [15].

Як бачимо, всі з названих ознак «успішного старіння» розглядаються науковцями в рамках концепції

«активного старіння» як важливі і суттєві її складові, що може свідчити про близькість цих понять.

Науковці продовжують працювати над розробкою теоретичних положень активного пристосування до старості. Це знаходить своє відображення в теоріях конструктивної старості, зокрема таких, як:

а) теорія вибору старості, яка говорить, що особа сама вирішує яку форму активності їй обрати;

б) теорія стилю життя, яка концентрується на вдосконаленні розумової справності, набутті знань, активності, що змушує до інтелектуальних зусиль;

в) теорія компетенції – головна роль тут відводиться освіті і досвіду, які зміцнюють самостійність і незалежність, створюють підґрунтя для вирішення життєвих проблем, відповідальності старшої особи за свою долю;

г) теорія «перепливання», яка декларує прийняття власної старості, а життя трактує як перемогу над стражданнями, болем і страхом перед смертю. [17, с. 88–89].

Зрозуміло, що не всі люди похилого віку сповідують активний стиль життя. Однак використання «активного старіння» в якості концепції соціальної політики і технології соціальної роботи при роботі з клієнтами цієї вікової категорії на даний час видається перспективним і доцільним. Вибір конкретної форми активності, чи поєднання декількох її видів, інтенсивність діяльності є справою індивідуальною і залежить від багатьох чинників (нахилів і уподобань, темпераменту, сповідуваного стилю життя і т.д.), однак лише завдяки діяльності люди можуть прокласти свій життєвий шлях, а змістовний, активний і творчий стиль життя є умовою поступального розвитку особистості в пізні роки [2, с.589–592].

#### Література та джерела

1. Зоткин И.В. Физиологические изменения, связанные с нормальным старением, и работа с пожилыми людьми / О.В. Краснова, А. Г. Лидерс // Психология старости и старения. – Москва. – Academia., 2003. – С. 378 – 384.
2. Психология человека от рождения до смерти / [Аверин В.А., Дандарова Ж.К., Деркач А.А. и др.] ; под общ. ред. Реана А.А. – СПб.: ПРАЙМ–ЕВРОЗНАК, 2002. – 656 с.
3. Филд Д. Социальные связи в старости: результаты Боннского и Берклинского лонгитюдных исследований / Д.Филд // Иностранная психология. – 1997. – № 8. – С. 52 – 62.
4. Active ageing. A policy of framework. [Електронний ресурс] // Wold Health Organization. – 2002. – 60р. – Режим доступу: [http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO\\_NMH\\_NPH\\_02.8.pdf](http://whqlibdoc.who.int/hq/2002/WHO_NMH_NPH_02.8.pdf). – Загол. з екрану. – Мова англ.
5. Bakalarz-Kowalska В. Uniwersytety trzeciego wieku instytucjami wspierającymi potrzeby edukacyjne ludzi starszych / Wybrane zagadnienia problematyki pomocy i wsparcia w rozwiązywaniu problemów ludzi w różnym wieku. Praca zbiorowa. – Ostrowiec Świętokrzyski – Warszawa. – 2012. – S. 44 – 62.
6. Benyamini Y. Elderly people's rating of the importance of health-related factors to their self assessments of health / Y. Benyamini, E. Leventhal, H. Leventhal // Soc. Sci. Med. – 2003. – № 56. – P. 1661 – 1667.
7. Boudiny K. 'Active ageing': from empty rhetoric to effective policy tool / Kim Boudiny // Ageing and Society. – 2013. – January. — [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://journals.cambridge.org/action/>. – Загол. з екрану. – Мова англ.
8. Conceptual consideration in measuring active ageing [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www1.unece.org/stat/platform/display/AAI/Conceptual+considerations+in+measuring+active+ageing>. – Загол з екрану. – Мова англ.
9. Cowlshaw S. Older adults' spirituality and life satisfaction: a longitudinal test of social support and sense of coherence as mediating mechanisms / Sean Cowlshaw, Sylvia Niele, Karen Teshuva, Colette Browning, Hal Kendig // – Ageing and Society. – 2013. – January. — P. 1 – 22. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://journals.cambridge.org/action/>. – Загол. з екрану. – Мова англ.
10. Fry P.S. Religious involvement, spirituality and personal meaning for life: existential predictors of psychological wellbeing in community-residing and institutional care elders / P. S. Fry // Aging & Mental Health. – 2000. – № 4. – P.375–387
11. Lampinen P. Activity as a predictor of mental well-being among older adults / P. Lampinen, R.L. Heikkinen, M. Kauppinen, E. Heikkinen // Aging & Mental Health. – 2006. – № 10. – P. 454 – 466.
12. Nimrod G. An exploration of the Innovation Theory of Successful Ageing among older tourists / Galit Nimrod, Arie Rotem // Ageing and Society. – 2012. – Vol. 32. – P. 379 – 404 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://journals.cambridge.org/action/>. – Загол. з екрану. – Мова англ.
13. Nocon A. The roles of friends and neighbours in providing support for older people / A. Nocon, M. Pearson // Ageing & Society. – 2000. – № 20. – P. 341 – 367.
14. O'shea E. The impact of the Bealtaine arts programme on the quality of life, wellbeing and social interaction of older people in Ireland / Eamon O'shea, Aine ni Leime // Ageing and Society. – 2012. – Vol. 32. – P. 851 – 872. [Електронний ресурс]. –



- Режим доступу: <http://journals.cambridge.org/action/>. – Загол. з екрану. – Мова англ.
15. Queniart A. Older women and their representations of old age: a qualitative analysis / Anne Queniart, Michele Charpentier // Ageing and Society. – 2012. – Vol. 32. – P. 983 – 1007. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://journals.cambridge.org/action/>. – Загол. з екрану. – Мова англ.
  16. Sidorenko A. Active Ageing in CIS Countries: Semantics, Challenges, and Responses / Alexandre Sidorenko, Asghar Zaidi // Current Gerontology and Geriatrics Research. – 2013 – Article ID 261819. – P.17 [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://www.hindawi.com/journals/cggr/2013/261819/>. – Загол. з екрану. – Мова англ.
  17. Steuden S. Psychologia starzenia się i starości / Stanisława Steuden – Warszawa : Wydawnictwo naukowe PWN, 2011. – 250 s.
  18. Sumic A. Physical activity and the risk of dementia in oldest old / A. Sumic, U. L. Michael, N. E. Carlson, D. B. Howieson, J. A. Kaye // J. Aging Health. – 2007. – № 19. – P. 242 – 258.
  19. The Council of the European Union adopts the Guiding Principles for Active Ageing and Solidarity between Generations [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://europa.eu/ey2012/ey2012main.jsp?langId=en&catId=970&newsId=1743&furtherNews=yes>. – Загол. з екрану. – Мова англ.
  20. Tobiasz-Adamczyk B. Społeczne aspekty starzenia się i starości / Beata Tobiasz-Adamczyk // Geriatria z elementami gerontologii ogólnej. Podręcznik. [pod red. Grodzickiego T., Kocemby J., Skalskiej A.]. – Gdańsk. – Via Medica., 2007. – 436 s.
  21. Villar F. Successful ageing and development: the contribution of generativity in older age / Feliciano Villar // Ageing and Society. – 2012. – Vol. 32. – P. 1087 – 1105. [Електронний ресурс]. – Режим доступу: <http://journals.cambridge.org/action/>. – Загол. з екрану. – Мова англ.

*В статті аналізується суть поняття «активне старення», його структура, можливості використання як теоретичної основи для розробки соціальної політики щодо людей преклонного віку, стратегії організації соціальної роботи з даною категорією клієнтів та інструмента для оцінки рівня активності пристосування людини до періоду старості.*

*Ключові слова: «активне старення», індекс активного старення, «успішне старення», «здорове старення»*

*The author of the article has analyzed the essence of the concept of "active aging", its structure, the possibility of using as a theoretical basis for the development of social policy in relation to older people, as well as the strategy of social work organization with this category of clients, tools to assess the activity level of the individual adaptation to the period of aging.*

*Key words: "active aging" active aging index, "successful aging", "healthy aging".*