

БЛАГОПОЛУЧИЕ ПОЖИЛЫХ ЛЮДЕЙ В СОВРЕМЕННОМ МИРЕ

М.К. Смагулов, И.В. Кашук

С каждым годом количество пожилых людей в процентном соотношении от общей численности населения земли растет, а значит, проблемы, с которыми сталкиваются лица пожилого возраста, становятся всё более актуальными для всех. Каждый из нас когда-нибудь будет пожилым, и прожить этот период жизни захочет в ощущении благополучия¹.

Благополучие – это состояние человека, при котором он удовлетворен течением дел, проходящих в его жизни. Благополучие человека оценивается из отдельных составляющих этого термина: социального статуса, состояния здоровья, социального окружения, психологического и эмоционального состояния, количества материальных благ и ряда других.

Отсутствие чувства благополучия – это одна из главных проблем, с которыми сталкиваются лица пожилого возраста всех стран мира. Необходимо создать все необходимые условия для того, чтобы пожилые люди всех стран мира могли жить полноценно и быть счастливыми.

Благополучие людей является главной социальной ценностью любого общества [5, с. 214]. Поэтому необходимо искать всевозможные пути достижения этого чувства. Для этого необходимо понять, а что скрывается под понятием «благополучие человека».

Сегодня не существует всемирно общепринятого понимания о том, какая категория лиц относится к пожилым людям.

Факт наступления старости достаточно условный, никаких точных календарных дат наступления старости не существует. Еще в 1959 году ООН установила нижнюю границу старости в 65 лет для изучения процессов старения. Этот возраст является вехой ухода на пенсию во многих европейских странах. Пенсия становится основным критерием социального статуса. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) классифицирует лиц старшего поколения на три группы:

1. Пожилые люди: от 60 до 74 лет.
2. Старые люди: 75 лет и старше.
3. Долгожители: от 90 лет и старше.

С точки зрения науки, в этом возрастном периоде происходят необратимые процессы старения. Функциональные возможности систем и органов в организме ослабевают. Так, например, ухудшение работы центральной нервной системы приводит к снижению общей работоспособности организма, впоследствии это выражается в проявлении обидчивости, раздражительности, депрессии. Важно отметить, что пожилой человек теряет способность к быстрой адаптации и становится менее устойчивым в психологическом плане.

Лицам пожилого возраста свойственен эгоцентризм. Особенно часто эгоцентризм проявляется к тем, кто не проявляет к пожилым людям должного, по их мнению, внимания.

¹ Публикация подготовлена в рамках поддержки РГНФ научного проекта №14-12-70009 "Анализ влияния экономических решений на качество жизни и экономическую активность пожилых людей" и проекта "Оценка и улучшение социального, экономического и эмоционального благополучия пожилых людей», реализуемого на базе ТПУ.

Проведенные геронтологические исследования показывали, что умственный статус личности в пожилом возрасте не снижается, а изменяется и дополняется определенными оттенками, именно: умеренностью, осторожностью, рассудительностью, спокойствием.

С увеличением прожитых лет повышается ощущения ценности жизни. Изменяются приоритеты человека. Например, пожилые люди меньше следят за своей внешностью, а больше уделяют внимание своему физиологическому состоянию и внутреннему миру.

Проведено множество исследований в различных странах мира, в которых пожилых людей спрашивали, что для них значит «благополучие». Результаты были различны. В одних опросах пожилые люди характеризовали собственное благополучие как: крепкое здоровье, чувство счастья и довольства, удовлетворение жизнью, жизнелюбие, душевное спокойствие, комфорт, уверенность в себе, безопасность [2, с. 34]. В других исследованиях благополучие пожилыми людьми определялось как: ощущение хорошего самочувствия, возможность общаться с людьми, достаточное количество материальных благ [4, с. 8].

В авторитетной книге Джона Роу и Роберта Кана «Успешное старение» авторы выделяют следующие критерии успешного старения:

- низкий уровень заболевания и инвалидности;
- высокий уровень психических и физических возможностей;
- активное участие в жизни общества [3, с. 7].

Несмотря на разное описание ощущения состояния благополучия всеми респондентами четко выделяются три основных группы показателей благополучия пожилых людей. Каждая из групп может характеризовать своеобразный подход к оценки состояния благополучия или, можно назвать, это видом благополучия. Выделяются: физическое, социальное, материальное благополучие.

Физическое благополучие – это чувство человека, которое характеризуется хорошим состоянием здоровья. Здоровье – это динамическое состояние или процесс сохранения и развития биологических, физиологических и психических функций, оптимальной трудоспособности и социальной активности при максимальной продолжительности жизни (В.П. Казначеев). Хорошее функциональное состояние организма является составной частью термина здоровья. Оно зависит от экологического состояния окружающей среды, в которой проживает человек, употребления высококачественных продуктов. Кроме того, повышению биологических и физиологических функций организма способствует физическая активность, которая улучшает работу всех систем и органов. Здоровье характеризуется и психологическим состоянием человека. Высокая стрессоустойчивость, эмоциональная насыщенность и позитивное отношение к жизни являются составляющими хорошего психологического самочувствия пожилых людей.

Следует проводить целенаправленную работу по ознакомлению пожилых людей со средствами, которые улучшают психологическое состояние и помогают фокусироваться на положительных событиях. В совокупности все описанные факторы будут способствовать улучшению физического благополучия пожилых людей.

Социальное благополучие – это вид благополучия, при котором человек удовлетворен своим социальным окружением и контактом с ним, социальным статусом, и ощущает свою безопасность. Социальное благополучие пожилых людей зависит от социальной активности, наличия семьи и друзей и взаимоотношения с ними, удовлетворенности результатов, которые достиг человек в процессе своей жизни, безопасности места, в котором проживает.

В большей части, результаты опросов показали, что лица пожилого возраста чувствуют себя одинокими [1, с. 1]. Многим из них не хватает социальных контактов с близкими людьми и остальной частью общества. Исследования показали, что тактильный контакт способен улучшать состояние благополучия у пожилых людей во много раз. Этот контакт помогает людям пожилого возраста ощутить себя в безопасности. Подобного рода коммуникации относятся к социальным аспектам благополучия.

Материальное благополучие может характеризоваться удовлетворенностью человека количеством и качеством, имеющихся у него материальных благ. Материальное благо лиц пожилого возраста в основном измеряется наличием движимого и недвижимого имущества. Если пожилые люди будут способны приобретать необходимые для жизни товары и услуги, то они будут удовлетворены своим материальным положением.

Исследования показали, что в европейских странах материальное благополучие стоит на третьем месте, после физического и социального.

Проведенный опрос в Великобритании показал, что пожилые люди ассоциируют собственное благополучие, прежде всего с состоянием своего здоровья и самочувствия. Важность контакта с родными и близкими старшее поколение поставило на второе место. Материальное благополучие не всегда входит в определение благополучия для лиц старшего возраста в развитых странах.

В заключение можно отметить, что понятие благополучия пожилых людей мало изучено, отсутствует концептуальная основа его изучения, множество исследований, проведенных в этом направлении, показывают различные результаты, при этом сама проблема благополучной жизни пожилых людей растет с каждым годом.

Литература и источники:

1. Beaumont Jen Measuring National Well-being – Older people and loneliness [Electronic resource] // The Office for National Statistics. – Electronic data. – Newport, 2013. – URL: http://www.ons.gov.uk/ons/dcp171766_304939.pdf (access date: 04.12.2014).
2. Involving Older Age: The route to twenty-first century well-being : Final Report [Electronic resource] / Martin Hoban, Vicki James, Peter Beresford, Jennie Fleming // Royal Voluntary Service. – Electronic data. – Cardiff, 2013. – URL: http://www.royalvoluntaryservice.org.uk/Uploads/Documents/SoA_Closingprojectreport_final_web_v2.pdf (access date: 04.12.2014).
3. SCL/PRB Index of Well-Being in Older Populations : Final Report Global Aging and Monitoring Project [Electronic resource] / Stanford center on longevity ; Toshiko Kaneda, Marlene Lee, Kelvin Pollard // Stanford center on longevity. – Electronic data. – 2011. – URL: <http://longevity3.stanford.edu/wp-content/uploads/2012/10/SCL-PRB-Index-of-Well-Being-in-Older-Populations.pdf> (access date: 04.12.2014).
4. Каубер Майу. Для поддержки пожилым людям: информационный справочник / Майу Каубер, Анне Эхасалу ; перевод Анне Луйк-Ристикиви. – Таллинн : Изд-во Таллиннская Педагогическая Семинария, 2011. – 43 с.
5. Квеско Р.Б. К вопросу о понятии «Благополучие» / Р.Б. Квеско, С.Б. Квеско // Общество и непрерывное благополучие человека : сборник научных трудов Международного научного симпозиума студентов и молодых ученых, г. Томск, 27-30 марта 2014 г. / Национальный исследовательский Томский политехнический университет (ТПУ) ; под ред. Г. А. Барышевой и др. . — Томск : Изд-во ТПУ , 2014 . — С. 214-216.