

Автор: Устинова Л. (Россия); Автор: Брачко А. (Россия)

Мы привыкли к тому, что на лавочках возле подъездов сидят бабушки, которые все знают и обо всем имеют свое мнение. Пожилые люди в Ростове-на-Дону мало чем отличаются от пожилых людей Подмосковья, Киева, Ставрополя или Минска. Иногда кажется, что они были и будут всегда. Они — неотъемлемая часть нашей жизни. Жизнь быстротечна, и каждому отмерен свой срок. Если человеку довелось дожить до старости, конец жизни уже вполне ожидаем и трудовая деятельность уже прекратилась, то последним прибежищем души чаще всего становится свой собственный приобретенный жизненный опыт. Он хранится в кладовых памяти, и счастлив тот человек, который в конце жизни может поделиться своим богатством с подрастающим поколением. Такой вывод начал у нас складываться, когда количество бесед с пожилыми людьми перевалило за сотню.

Иногда в рекламе по телевизору можно услышать слова «достойная старость» Что это такое? Может быть, это тогда, когда тебя окружают любящие дети, когда здоровье позволяет чувствовать себя бодрым и энергичным, а пенсии достаточно на все необходимое, да еще и на подарки внукам?

Мы хотели выяснить, чем живут пожилые люди, что их на самом деле волнует. Поэтому в марте 2003 г. в г. Ростове-на-Дону в рамках предвыборной кампании нами был реализован экспериментальный проект «Служба телефона доверия депутата». Основной целью проекта было выяснение посредством телефонных звонков актуальных проблем людей пожилого возраста (от 60-ти лет). В этом проекте приняли участие 17 консультантов службы «Молодежный Телефон Доверия» г. Ростов-на-Дону. В течение 3-х недель было проведено более четырех тысяч бесед. Консультанты звонили с вопросами: «Что вас беспокоит? С какими сложностями вы сталкиваетесь ежедневно?» Сухая статистика не в силах описать ту жизнь, которой живут наши пенсионеры. Об этом мало кто говорит, и исследований на эту тему практически нет. Поэтому наше исследование стало попыткой приблизиться к той реальности, в которой живут пожилые люди.

Мы обнаружили, что можно условно разделить пожилых людей на группы: это пожилые люди, которые по состоянию здоровья не в состоянии выходить из дома, и пожилые люди, которые достаточно хорошо себя чувствуют. Актуальные проблемы, с которыми они сталкиваются, также оказались различными.

Для первой группы, к которой относятся пожилые люди, имеющие серьезные проблемы со здоровьем, характерны следующие трудности.

1. Одиночество. Как правило, таким людям очень не хватает общения, сочувствия и поддержки. Круг их общения крайне ограничен. Дети и внуки приходят не часто или не приходят вовсе. Посещение социального работника ограничено во времени, да и не оплачивается настолько, чтобы можно было уделить много времени пожилому человеку, поэтому одиночество стало привычным явлением.

2. Как известно, у пенсионеров маленькая пенсия, большая часть которой уходит на лекарства, оплату медицинских услуг и оплату квартиры. На жизнь остается совсем немного.

3. Существует такая проблема, как недостаток внимания со стороны медперсонала. Надежде Ивановне 78 лет. Большую часть своей жизни она верой и правдой проработала в школе учителем младших классов. А сейчас, когда дети и внуки заняты своей жизнью, осталась в одиночестве. Однако, когда самочувствие ухудшалось, она всегда могла вызвать врача. На вызов приезжал молодой доктор Николай, недавно закончивший обучение. Он внимательно расспрашивал о ее состоянии, о том, что ее беспокоит, о детях и внуках, а порой записывал рецепты народных средств, которыми Надежда Ивановна лечила себя и близких. Его внимание было гораздо более целительным, чем лекарства. Приступы становились реже, а боли меньше. Правда, этот случай — крайняя редкость, а вовсе не правило. Чаще всего пожилые люди сталкиваются с пренебрежением, граничащим с грубостью.

4. Существует такая проблема, как затруднения в бытовой сфере. В связи с изменениями в физическом состоянии трудно выполнять мелкий ремонт по дому, сложно сделать покупки, приготовить пищу.

5. Значительно сужается круг интересов, нет возможности заниматься любимым делом, трудно самореализоваться.

Ко второй группе относятся пожилые люди, которые достаточно энергичны и социально активны, но не имеют возможности реализовать себя в социальной и семейной сфере. И совсем иной круг проблем у этих людей.

1. Происходит резкое изменение социального статуса: человек выходит на пенсию, прощается с работой. Как правило, этой работе было отдана большая часть жизни. Человек прощается с коллективом, с той деятельностью, в которой чувствовал признание и собственную значимость.

2. Полностью меняется привычный уклад жизни, происходит изменение распорядка дня. Теперь не нужно вставать в строго определенное время. Остается только обыденная домашняя работа.

3. Возрастает количество свободного времени, при этом происходит сужение круга общения. Они находят спасение в звонках знакомых, да на лавочке у подъезда.

4. Человек еще имеет силы и желание что-то делать, чем-то заниматься, но совершенно нет информации, где и как можно приложить свою энергию, мало возможности увидеть результат своих действий.

Это были не просто четыре тысячи звонков, это четыре тысячи судеб, как правило, одинокой старости. Проанализировав проведенную работу и подводя итоги, мы пришли к несколько неожиданным результатам.

У пенсионеров происходит изменение смысло-жизненных ориентиров и частичная их утрата. Появляется агрессия, учащаются жалобы в милицию на подростков, которые проводят время в подъездах. Им, прожившим практически всю жизнь в советской России, трудно понять нынешнюю молодежь и свободные нравы. Вследствие резкого ограничения круга общения обостряются отношения с соседями.

Самым, пожалуй, неожиданным выводом стало заключение о том, что для первой группы пожилых людей болезнь является своеобразным уходом от суицида, так как болезнь позволяет привлечь внимание и заботу со стороны близких, родных, медперсонала и вообще ближайшего окружения. Поэтому болезнь является своеобразным сигналом, криком о помощи, способом хоть как-то привлечь внимание.

Было также выяснено, что пожилые люди второй группы обладают достаточно высоким потенциалом, энергией, а главное — желанием, но не имеют возможности для самореализации. Хорошо, если после выхода на пенсию они могут заниматься с внуками, а если нет? Что тогда? Начинается медленное угасание и уход в болезнь. Невозможность активной социальной самореализации ускоряет изменение смысло-жизненных ориентиров.

Поэтому мы думаем, что существует необходимость привлечения пожилых людей к социально-активной жизни (возможно на волонтерских началах). Это позволит пожилым людям первой и второй группы ощутить свою полезность, значимость, поможет переключиться со своих заболеваний на активную деятельность. Это поможет найти новые интересы, которые будут способствовать формированию новых смысло-жизненных ориентиров. Размышляя над тем, каким же образом и где можно найти сферы самореализации, мы пришли к некоторым определенным выводам.

Привлечение к социально-полезной деятельности возможно:

1. Посредством телефона. Это могли бы быть звонки пожилым людям с целью поддержки, какой-либо помощи; сбор информации с последующим предоставлением ее в социально-компетентные службы. Это могло бы быть своеобразное «шефство» не только над пожилыми людьми, но и над детьми из неблагополучных семей или над детьми из неполных семей.
2. Посредством прямых контактов — «замена» бабушки или дедушки в семьях, где родителям нужна помощь.
3. Посредством участия в работе с инвалидами и больными людьми (возможно, в больницах).
4. Посредством работы в благоустройстве двора и т.д.
5. Посредством участия в организации благотворительных акций и проектов.

6. Посредством организации групп здоровья.

Нашим дорогим старикам есть чем поделиться, а нам есть чему научиться у них. У пожилых людей есть знания, опыт и энергия, а главное — время для того, чтобы реализовать то, на что нам катастрофически не хватает времени.

В заключении хотелось бы поделиться еще некоторыми мыслями по поводу выводов, сделанных по окончании нашей работы. Позвоните своим старикам... Это так мало и в тоже время так много. Не спорить по поводу политических предпочтений, промолчать, когда слышишь «нравоучение», дать немного своего тепла и внимания, дать возможность гордиться внуками. Эти, казалось бы, незначительные вещи которые продлевают жизнь и здоровье наших бабушек и дедушек. Это наши корни, без которых ни одно растение не будет цвести, и приносить плоды, это наше прошлое, без которого, как известно, не бывает будущего. И у нас с вами есть реальная возможность дать им жить. Для начала хотя бы позвонить...