

## К проблеме повышения качества жизни лиц пожилого возраста

*Данная статья посвящена проблеме деятельности специалистов социальной сферы по повышению качества жизни лиц пожилого возраста. В статье выделены условия и формы повышения качества жизни пожилых людей.*

*Качество жизни, демографическое старение, самоактуализация личности.*

Y.O. Galushcinskaya,  
Shadrinsk

### On the problem of improving the quality of life of elderly people

*This article is devoted to the activities of social specialists to improve the quality of life of older persons. The article highlights the modalities for improving the quality of life of older people/*

**Keywords:** *Quality of life, demographic aging, self-actualization.*

Социально-демографическая группа пожилых и старых людей - одна из наиболее многочисленных и быстрорастущих. Численность лиц «третьего возраста» увеличивается не только абсолютно, но и относительно, в результате чего происходит значительное смещение демографической структуры России, как и многих других стран, в сторону пенсионных групп.

Представители организации Help Age International, указывают, что в XXI веке наблюдаются беспрецедентные глобальные демографические перемены, связанные с увеличением продолжительности жизни по всему миру, и старение населения занимает в них центральное место, поскольку к 2050 году пожилые люди (определяемые как в возрасте 60 лет или старше) будут составлять более одной пятой от общей численности населения мира (22%), при этом их численность составит 2,03 миллиарда человек против нынешних 809 миллионов (11%).

Старение населения порождает ряд экономических и социальных проблем: возрастает демографическая нагрузка на трудоспособное население, усложняющая решение задач материального обеспечения пожилых людей; появляются трудности, связанные с социальным обеспечением, организацией труда и отдыха, медицинского и бытового обслуживания пожилых людей.

Для самого пожилого человека выход на пенсию сопровождается изменением рода занятий, образа и стиля жизни, материального положения и др. Возникает необходимость приспосабливаться к культурным и бытовым переменам. Процесс адаптации к старости протекает не безболезненно как для самого человека, так и для его окружения. Он осложняется еще и тем, что в стране происходят бурные социально-экономические и культурные изменения. Эти процессы затрагивают не только политическую и социально-экономическую сферы, но и культурную основу жизнедеятельности общества. Происходит глубокая модификация системы ценностей и моделей социально-экономического поведения.

Рыночный характер экономики сам по себе неизбежно ведет к дифференциации доходов населения, к усилению неравенства, появлению богатых и бедных социальных групп. Пожилые люди по сравнению с другими категориями населения обладают гораздо меньшими возможностями вписаться в новые социально-экономические отношения. В силу возрастных изменений они с трудом вырабатывают новый динамический стереотип; их опыт жизнедеятельности, приобретенный в условиях иной социальной системы, не соответствует новой социально-экономической ситуации и изменившимся ценностным ориентирам общества.

Вместе с тем, до сих пор не существует какого-либо эталона, который бы демонстрировал, насколько благоприятны условия жизни для пожилых людей в том или ином сообществе, так как сопоставимые на различных уровнях (региональном, межрегиональном, государственном, международном) данные об положении пожилого населения по-прежнему ограничены. Нехватка данных о пожилых людях может систематически исключать их из планов развития и обеспечения государственной политики. Кроме того, постоянное исключение старения из национальной и глобальной повестки является одним из самых больших препятствий для удовлетворения потребностей пожилого населения.

В связи с этим, одной из актуальных проблем осуществления социальной защиты лиц пожилого и старческого возраста нам видится проблема повышения качества их жизни.

Понятие «качество жизни» обычно употребляется для характеристики того, насколько благоприятно складывается жизненная ситуация для тех или иных индивидов как членов определенной социальной группы.

Качество жизни - понятие, используемое в социологии, экономике, политике, медицине и некоторых других областях, обозначающее оценку некоторого набора условий и характеристик жизни человека, обычно основанную на его собственной степени удовлетворённости этими условиями и характеристиками.

Существует множество **показателей** «качества жизни», которые условно можно разделить на две группы: объективные и субъективные.

Критерием объективной оценки качества жизни служат существующие нормативы потребностей и интересов людей, по отношению к которым можно объективно судить о степени удовлетворения этих потребностей и интересов. В данном случае исследуются финансовое положение человека (уровень жизни), состояние его здоровья, жилищные условия, семейное положение и др.

С субъективной позиции под «качеством жизни» понимается то, что каждый человек в процесс е жизни приобретает свой собственный жизненный опыт, и поэтому разные люди оценивают качество своей жизни по-разному. При этом часто понятие «качество жизни» связывается с понятиями «счастье» и «удовлетворенность жизнью» в целом или отдельными ее сферами.

По мнению социологов Финансового университета при Правительстве РФ, высокое качество жизни человека подразумевает:

- достаточную продолжительность здоровой жизни, поддержанную хорошим медицинским обслуживанием и безопасностью (отсутствием значимых угроз жизни и здоровью),

- приемлемый объем потребления товаров и услуг, гарантированный доступ к материальным благам,

- удовлетворительные социальные отношения, отсутствие серьезных общественных конфликтов и угроз достигнутому уровню благополучия,

- благополучие семьи,

- познание мира и развитие – доступ к знаниям, образованию и культурным ценностям, формирующим личность и представления об окружающем мире,

- учет мнения индивида при решении общественных проблем, участие в создании общепринятой картины мира и правил поведения человека,

- социальную принадлежность, полноправное участие в общественной и культурной жизни во всех их формах,

- доступ к разнообразной информации, включая сведения о положении дел в обществе,

- комфортные условия труда, дающего простор для творчества и самореализации, относительно короткий рабочий день, оставляющий человеку достаточно свободного времени для различных занятий.

По определению ВОЗ качество жизни — это восприятие индивидами их положения в жизни в контексте культуры и системе ценностей, в которых они живут, в соответствии с целями, ожиданиями, нормами и заботами. Качество жизни определяется физическими, социальными и эмоциональными факторами жизни человека, имеющими для него важное значение и на него влияющими. Качество жизни — это степень комфортности человека как внутри себя, так и в рамках своего общества.

По данным исследователей международной неправительственной организации HelpAge International при Фонде Организации Объединенных Наций в области народонаселения (ЮНФПА) Индекс качества жизни пожилых людей рассчитывается на основе статистических данных, получаемых от национальных институтов и международных организаций. Он предполагает анализ состояния 13 показателей качества жизни и благополучия пожилых людей, объединенных в четыре основные группы:

- материальная обеспеченность;
- состояние здоровья;
- образование и занятость;
- хорошие условия жизнедеятельности.

Указанные группы показателей были выбраны потому, что они были определены пожилыми людьми и политиками как ключевые составляющие благополучия пожилого населения.

Согласно результатам исследования, первое место по качеству жизни людей преклонного возраста заняла Швеция с показателем 89,9 балла.

Россия заняла 78 место в рейтинге, расположившись между Лаосом и Непалом и уступив всем постсоветским государствам, принявшим участие в исследовании. В докладе Организации отмечен крайне низкий уровень вовлеченности старшего поколения в общественную жизнь, плохое состояние здоровья пожилых людей, низкий уровень материального обеспечения, а по критерию благоприятности среды страна и вовсе заняла предпоследнее место. Авторы исследования подчеркивают, что в случае России быстрый экономический рост не оказал влияния на улучшение благосостояния пожилого населения. Число пенсионеров в стране увеличивается на 700 тысяч ежегодно и составляет более 30 миллионов, а в 2020 году достигнет 50 миллионов. Вместе с тем, российское правительство уже сейчас не в состоянии обеспечить достойную старость основной массе людей преклонного возраста. Средний размер пенсий составляет около \$ 300, при этом продукты первой необходимости и коммунальные расходы забирают большую часть доходов.

Представленные данные косвенно подтверждают результаты многочисленных отечественных исследований (О.В. Бессчетнова, М.Э. Елютина, О.М. Никулина, Т.А. Юмашева). По результатам исследования этих авторов 70 % опрошенных пожилых людей выражают жалобы на здоровье. Так, 71 % мужчин признают свое здоровье хорошим и средним. Среди женщин таких было - 63 %. Плохое и очень плохое состояние здоровья отметили 28 % мужчин и 37 % .

Лишь 0,4 % пожилых женщин считают свое материальное положение высоким. Среди мужчин подобного мнения придерживаются 2 %. Достаточно хорошо обеспеченными считают себя 5 % женщин и 6 % мужчин. Около половины респондентов считают, что лишних денег у них нет, но на жизнь хватает (50 % женщин и 56 % мужчин). Материальные трудности женщины испытывают чаще на 6 %, чем мужчины. Пенсия остается главным источником дохода практически всех пенсионеров. По материальному уровню они относятся к «традиционно» бедным.

К факторам, которые переводят пожилого человека в группу риска и резко снижают качество его жизни, относятся: потеря супруга, отделение взрослых детей и выход на пенсию. Но не все одинокие пожилые люди считают одиночество серьезной проблемой. Анализ статистических данных дает возможность утверждать, что в России

одиноко проживающих пенсионеров — более 300 тысяч. Чувство одиночества характерно для 27 % одиноких пожилых женщин и 25 % мужчин. Исследования показывают, что чувство одиночества в большей степени беспокоит «молодых» пожилых, то есть ту категорию людей, кто не так давно вышел на пенсию.

В современном обществе структурный состав семьи, в которую включены пожилые, изменяется. Речь идет о предпочтении пожилых дистанцироваться в своем проживании от других поколений. Исследования показывают, что 3/4 пожилых пар и половина одиноких живут без детей, хотя 80% из них — детей имеют. Данные демонстрируют, что с распадом традиционной патриархальной семьи статус пожилого человека как главы семьи был нивелирован. В результате все чаще пожилые люди обращаются за поддержкой в общественные организации (благотворительные организации, социальные сервисы, службы психологической поддержки, телефоны доверия).

Важно отметить, что социальная поддержка является необходимым условием для субъективного и объективного благополучия пожилого человека. В социологии выделяют три группы средств повышения качества жизни пожилых людей, которые способны защитить их от негативных воздействий рыночной экономики:

- институционализированные усилия социокультурной среды (общественные движения, органы государственной власти, конкретные организации и институты в рамках которых происходит адаптация),
- нормативно-регулятивные средства (официальные предписания, нормы, традиции, ритуалы, культурные обычаи),
- личностные средства (мотивы, ценностные ориентации, поведенческие особенности).

В настоящее время наблюдаются дисфункции институциональных и нормативно-регулятивных средств. Потому ключевыми резервами адаптации становятся личностные ресурсы.

Исследования и научная литература акцентируют внимание на том, что реализация социальной политики в отношении людей пожилого возраста должна предусматривать не только выплату денежных сумм и компенсаций, заботиться о предоставлении льгот и субсидий, но и способствовать созданию условий, которые стимулировали бы стремление пожилых к активной, полноценной жизни, участию в социально-экономических процессах.

Необходимо выстроить новую модель жизненного пути, в которой пожилой человек старшего поколения находился бы не на положении иждивенца, а рассматривался бы как самостоятельный, активный и уважаемый член общества. Для этого ему необходимо обеспечить экономическую независимость. Это возможно, если источником доходов пожилого человека служит трудовая деятельность или собственность. Следовательно, необходимо, во-первых, обеспечить условия для продления трудовой жизни людей «третьего возраста» в соответствии с их желаниями и силами; во-вторых, человек должен иметь возможность накопления в течение трудовой жизни капитала, обеспечивающего достойный доход после ухода из сферы трудовой деятельности.

В аспекте удовлетворения социогенных потребностей геронтологическая социальная политика должна быть также направлена на создание условий поддержания и развития социальных связей индивидов в обществе, удовлетворение потребностей в престиже, признании своей социальной значимости. Один из путей — формирование институтов общественной самоорганизации, участия в общественно значимых проектах. Общественная деятельность, которая давала бы возможность быть полезным другим, служит источником уважения со стороны окружающих и самоуважения.

Условия самореализации, самоактуализации личности, физического и духовного самосовершенствования, приобщения к богатствам культуры, к общественной и

творческой деятельности обеспечиваются политикой в сферах образования и культуры. Государство и общество должны максимально облегчить доступ пожилых граждан к культурным ценностям, образованию, спорту. Необходимо формировать потребность пожилых людей в образовании и соответствующим образом ориентировать образовательную систему. Особого внимания требует развитие художественного и технического творчества людей старшего поколения. Необходимо обеспечить распространение и доступность рекреационных услуг, учитывающих особенности геронтологической группы. Особое направление представляет собой спорт пожилых людей, который в нашей стране пока еще совершенно не развит.

В мае 2014 г. вышло постановление министерства труда и социальной защиты населения «О реализации мероприятий региональных государственных программ повышения качества жизни пожилых людей» в котором не только намечены перспективы реализации региональных программ повышения качества жизни людей пожилого возраста, но и дается оценка уже применяемым при решении данной проблемы инновационным формам работы.

В региональных программах представлен достаточно широкий спектр мероприятий, охватывающих все стороны жизнедеятельности пожилых людей, нацеленных на активизацию их участия в жизни общества, сохранение и развитие интеллектуального потенциала, поддержание здоровья, оптимизацию среды жизнедеятельности, расширение коммуникационных связей, что, в целом, способствует повышению качества их жизни.

На реализацию программных мероприятий, в частности, в период 2011-2013 годов было направлено за счёт средств бюджетов субъектов Российской Федерации 848,4 млрд. рублей и из других источников – 38,47 млрд. рублей. Из них: в 2011 году соответственно – более 319,3 млрд. рублей и 20 млрд. рублей; в 2012 году – 261,1 млрд. рублей и около 17 млрд. рублей; в 2013 году – 268,3 млрд. рублей и 1,4 млрд. рублей.

Среди инновационных форм, выделенных в постановлении, можно назвать: «Социальное такси», создание единой социальной консультационно-информационной службы (ЕСТ), медицинский комплекс «Поликлиника на колесах»; социальные аптеки/отделы в лечебно-профилактических учреждениях и учреждениях социального обслуживания; выездные «мультидисциплинарные реабилитационные бригады», оказывающие услуги на дому; служба экстренного обслуживания и служба экстренной помощи на дому пожилым людям и инвалидам; система служб паллиативной помощи (экстренная помощь в случае угрожающего жизни заболевания); «школы здоровья» по обучению пожилых людей мерам профилактики заболеваний и активному долголетию, организуемые на базе лечебно-профилактических учреждений; формы предоставления услуг пожилым гражданам на дому («стационар на дому», «санаторий на дому», «хоспис на дому» и пр, «детские сады» для пожилых людей с болезнями «Паркинсона», «Альцгеймера», другие формы); - «приёмная семья» для пожилого человека, «школа по уходу» и разработка программ обучения патронажных сестер, сиделок и родственников; «Университет третьего возраста»; библиотечное обслуживание (организации доставки книг на дом); соревнования и спартакиады, для ветеранов спорта; чествования пожилых граждан, достигших 100-летнего возраста супружеских пар с «золотой свадьбой», «Виртуальный туризм» (для маломобильных пожилых граждан).

Однако, внедрение данных инноваций сопряжено с рядом трудностей, причем не только материальных, финансовых, кадровых, и пр. Речь идет о противодействии самих людей пожилого возраста.

Так, например, исследователями установлено, что индивид, не доверяющий своим способностям, изначально содержит в себе отрицание новшества. Данное утверждение в отношении пожилого человека, испытывающего очень часто в силу возраста проблемы со здоровьем, имеет значимый смысл.

Плодотворность процесса принятия решения часто обусловлена наличием обдуманых планов и стратегий, вырабатываемых другими участниками нововведений, но окончательное решение определяется личностью в любом случае самостоятельно, в зависимости от ее созидательных способностей и базовых потребностей. Для специалиста по социальной работе в таком случае становится важным «переориентация» пожилого человека с исключительно «созерцательной» деятельности на деятельность творческую.

Чрезвычайно трудно добиться от человека в пожилом возрасте приобретения новых знаний и пересмотра ценностей, установок, ожиданий, что является необходимым условием формирования адекватного инновационного восприятия. Вместе с тем в данном случае, вероятнее всего, речь идет об отсутствии должной мотивации, а значит, «трудно», не означает «невозможно».

Противниками нововведений, как отмечают специалисты, с большей степенью вероятности могут быть индивиды, обладающие низкими социальными статусами (пожилые россияне другим статусом никогда и не обладали) в силу невозможности получить немедленную отдачу от участия в процессе.

Соппротивление нововведениям (К. Левин) является также прямым следствием фактора неопределенности (угроза стабильному положению в рамках существующей социальной системы). Весьма значимый показатель, особенно, если учесть, что для пожилого человека в нашей стране часто единственной основой существования выступает пенсионное обеспечение. «Запасных» вариантов нет, а значит, и нет смысла рисковать. На самом деле, как отмечают многие исследователи, желание сохранить имеющееся состояние, может также служить источником сопротивления нововведению.

Дополнительным фактором сопротивления нововведению являются действующие установки, определяющие скорее консервативный, нежели новаторский характер поведения: довольно часто от людей, прошедших солидный жизненный путь, можно слышать: «А раньше было лучше!», «Такого беспорядка не было!» и т.д.

В инновационной деятельности в отношении пожилых важно также учесть, что отдача инвестиций в инновациях рассматривается как возможность долгосрочной отсрочки возвращения финансовых (прежде всего) и иных материальных ресурсов.

Но стоит ли отказываться от инвестиций «в пожилой возраст», если речь идет о духовном, социальном, экономическом (в том числе), политическом потенциале, будущем страны?

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Вишневский, Т.А. Россия перед демографическим выбором: выступления и интервью / Т.А. Вишневский. – Москва : Изд. дом ГУ ВШЭ, 2007. – С. 175.
2. Золотарева, Т.Ф. Нестационарное социальное обслуживание и качество жизни пожилых людей / Т.Ф. Золотарева // Отечественный журнал социальной работы. – 2010. – №4. – С.88.
3. Корнилова, М.В. Качество жизни и социальные риски пожилых людей / М.В. Корнилова // Современные исследования социальных проблем. – 2011. – № 3. – С.13-17.
4. Щекотин, Е.В. Рискологическая концепция качества жизни: от потребности к возможности / Е.В. Щекотин // Вестник Санкт-Петербургского университета управления и экономики. – 2013. – № 6. – С.126-129.