**Тема 2. Теорії старіння і старості**

**1. Історичні аспекти розвитку теорій старіння.**

**2. Сучасні теорії старіння і старості.**

**1. Історичні аспекти розвитку теорій старіння**

Феномен старіння цікавив людей з давніх часів. Можна стверджувати, що вчення про старість бере початок з моменту виникнення медицини. Вже в працях Гіппократа та прихильників його школи існує опис ознак старіння та хвороб у літніх людей. Давньоримський лікар Гален вивчав старіння з точки зору існуючої на той час концепції рівноваги між теплом, холодом, вологістю та сухістю. Саме він вперше досліджував поняття хворобливого та нормального старіння. Його робота була зосереджена на профілактиці старості та можливості підтримувати гармонійну рівновагу здоров'я людини. Гален вперше звернув увагу на феномен самотності як однієї з причин старіння. Вагомий внесок у розвиток поняття «старіння» зробила Салермська школа, члени якої стверджували, що біологічне старіння не може бути подолане ніякими лікувальними засобами, але його можна завдяки їм продовжити. Саме вони стверджували, що довголіття може настати тоді, якщо в активному віці вести правильний спосіб життя. До думки італійської школи приєднався Ф. Бекон, який вважав, що великий вплив на передчасне старіння здійснюють шкідливі звички.

В середині ХVІІ ст. виходить праця І. Фішера «Про старість, її стадії та хвороби». Основні положення при визначені поняття «здоров’я» стосувалися конституційних факторів людини та її психіки в залежності від екології. В кінці ХІХ ст. великий вплив на розвиток вчення про старість зробили ідеї С. Боткіна. Саме за результатами його дослідження були зроблені висновки про старіння як нормальне явище і як патологічне. Було встановлено, що у кожної людини процес старіння наступає індивідуально та з різною динамікою.

Одним із перших дослідників соціально-психологічних аспектів старості вважається американський вчений Дж. Холл, монографія якого «Старіння, остання половина життя» (1922 р.) виявилася прологом появи нової науки – соціальної геронтології, що почала швидко розвиватися після Другої світової війни.

Початок соціального підходу до вивчення геронтологічних проблем поклав всесвітньо відомий вчений І. Мечников. Він показав залежність старіння людського організму від індивідуального способу життя.

Радянський період вивчення соціальних проблем старості пов’язаний з іменем О. Богомольця, який ставив старіння у залежність від організації праці людини. У 1938 році під керівництвом О. Богомольца була проведена перша конференція, присвячена проблемам старіння. Почали створюватися школи та напрямки, які досліджували проблему старіння. В 1958 році в Україні був створений Інститут геронтології, який спеціалізується на вивченні проблем старіння в рамках геронтології, зокрема в експериментально-біологічному, клініко-фізіологічному та соціально-гігієнічному напрямках.

**2. Сучасні теорії старіння і старості**

В соціальній роботі найбільший науковий інтерес викликають такі теорії старіння і старості: теорія розвитку і неперервності життєвого шляху, теорія маргінальності, теорія накопичення переваг і недоліків, теорія роз’єднання (відокремлення, відчуження), теорія субкультури, теорія вікової стратифікації, теорія соціальних естафет, теорія успішної старості, теорія соціального потенціалу, теорія інклюзії, теорія інтегрованої старості або теорія діяльності (активності).

З позицій ***теорії розвитку і неперервності життєвого шляху*** для адекватного розуміння життя старої людини необхідно знати специфіку її попередніх життєвих етапів, тобто зміст усього життєвого шляху, який передував старості. Переходячи від одного етапу життя до іншого, людина намагається зберігати свої звички, засвоєні ролі та функції. Старість повинна являти собою «поле битви» за збереження попереднього стилю життя, всупереч рольовим змінам. Нормальне «успішне» старіння можливе лише за умов різнобічної адаптації до нових умов життя і збереження попереднього становища відразу в декількох сферах діяльності.

***Теорія маргінальності*** подає старість як стан девіантності. Представники старшого покоління безкорисні, маргінальні, ті, що втратили попередні можливості, впевненість у собі і почуття соціальної та психологічної незалежності. Основна риса старості – пасивність. Тому активна частина суспільства повинна розробляти соціальні програми для покращення життя пасивних старих людей.

***Теорія накопичення переваг і недоліків*** закцентована на тому, що внаслідок розшарування суспільства (соціальної нерівності) частина людей мала певні переваги перед іншими ще у молоді роки. У зрілому віці ці переваги лише накопичувалися. Інші ж особи у молодості мали значно гірші умови і ці «недоліки» протягом тривалого часу могли невигідно комбінуватися, все більш загострюючи складну ситуацію. В поважному віці накопичені переваги слугують фактором пом’якшення негативних аспектів старості, позитивно позначаються на сприйнятті життя, а накопичені недоліки можуть створювати небезпечну у цьому відношенні ситуацію. У рамках даної концепції моральні аспекти перспективи старіння спрямовані на суспільно визнані та прийняті моральні цінності, норми, що легітимно практикує суспільство, і на ту роль, яку вони відіграють у соціальній інтеграції різних поколінь.

***Теорія роз’єднання (відокремлення, відчуження)****,* яку розробили Б. Ньюгартен і Дж. Розен, наголошує на тому, що після виходу на пенсію відбувається розрив людини із суспільством. Попередні професійні зв’язки, якими б вони не були до того міцними, після виходу на пенсію поступово стають штучними і з часом перериваються; соціальні зв’язки скорочуються до сімейних, але й останні можуть набувати лише формального характеру. Відокремлюючись від суспільства, людина похилого віку взаємодіє з меншою кількістю людей, виконує менше соціальних ролей, ніж це було у зрілому віці, та меншою мірою обмежена правилами і очікуваннями суспільства. Соціальне роз’єднання зумовлено виходом на пенсію, дорослішанням дітей і початком їх самостійного проживання поза батьківським домом, скороченням контактів із друзями через хвороби або життєві втрати. Таке роз’єднання ця теорія розглядає як адаптивний спосіб існування в старості.

Відповідно до ***теорії субкультури*** (А. Роуз) люди легше сприйматимуть перехід до старості, якщо вони долучаться до «субкультури літніх». Таким чином, культура виступає як стрижень, який поєднує людей поважного віку, створює особливу близькість між ними і водночас відокремлює їх від інших вікових когорт. Це зумовлює необхідність створення для пенсіонерів окремих будинків, інтернатів і навіть селищ. Субкультура літніх людей – це здебільшого норми поведінки, традиції, цінності, які засвоювало їхнє покоління впродовж життя. Схожість таких норм і цінностей виступає основою для об’єднання людей у групи. Представники невеликих соціальних груп, які мають власну субкультуру, більше взаємодіють один з одним, ніж з іншими членами суспільства.

***Теорія вікової стратифікації*** (або стратифікаційна концепція віку) розглядає суспільство як сукупність вікових груп, характеристики яких, а також виконання їх представниками соціальних ролей та наявність у них прав і привілеїв, відповідають певному віку. Вік виступає як принцип соціальної організації. Стратифікаційний підхід у вивченні віку пов’язаний з дослідженнями культурної специфіки соціальних явищ універсальними категоріями (дитинство, юність, зрілість і старість). Існує думка, що вікова асиметрія проявляється у суспільній свідомості наданням пріоритетів на користь молодості, що пов’язано з орієнтацією на молодіжні цінності. Так, відомий соціолог Питирим Сорокін вважав, що саме молодші вікові групи є, як правило, головними діячами і прихильниками реформ, а отже, епохи трансформацій – це епохи домінування більш молодих вікових груп. Якщо «...в епохи консервативні, спокійні й реакційні лідерами, правителями й властителями зазвичай виступають старі ... то, за загальним правилом, лідери й лицарі соціального новаторства у більшості випадків є ставлениками молодих вікових груп. Сказане демонструє опосередковану роль вікових груп у значних і складних соціальних процесах». У цілому ж теорія вікової стратифікації акцентує увагу на суспільному статусі літніх людей, його змінах при переході із однієї вікової групи до іншої, взаємовідносинах між віковими групами. Вихід на пенсію супроводжується втратою соціального статусу людини, зменшенням її можливостей здійснювати контроль.

Згідно з ***теорією соціальних естафет*** (М. Розов) від покоління до покоління відбувається трансляція певних соціальних програм, зразків поведінки. Втрата соціальної ролі та значущого місця у суспільстві, відділення особистості від референтної для неї групи супроводжуються зміною структури психологічного часу, а саме – різко зменшується частка майбутнього або й відбувається його втрата, заповнення життєвого простору беззмістовністю і невизначеністю.

***Теорія успішної старості***

Концепція «щасливого старіння» (Р. Хевайюрс), визначає фактори, що впливають на процеси старіння та перебіг старості людини. Використовуючи сучасні досягнення медицини та дослідження геронтологів, було визначено ті сфери життєдіяльності людини, впливаючи на які можна відсунути і навіть призупинити процеси старіння. «Успішність» старіння при цьому розуміється як досягнення гармонії між зовнішнім оточенням та внутрішнім світом літньої людини. Це той стан, коли поставлені цілі усвідомлюються як досягнуті, коли присутнє почуття власної значущості і самоповаги, коли критичний погляд на самого себе поєднується з радістю життя, оптимізмом, а фізичний та психічний стан не вселяє побоювань. Позитивному настрою у старості сприяють відкритість новим ідеям, толерантність по відношенню до представників інших поколінь.

Загалом, «успішне старіння» визначається як комбінація наступних факторів:

– мала ймовірність захворювань;

– широкі можливості навчання та фізичної діяльності;

– активна участь у житті суспільства.

Ці цілі можуть бути досягнуті як за допомогою зусиль суспільства, так і завдяки відомим зусиллям літніх людей з вивчення та підтримки соціальних зв’язків – особливо з людьми молодшого віку, а також постійної включеності у процеси як неформальної, так й інформальної освіти. Ця концепція розгортається у бік практичної сфери діяльності, звернена безпосередньо до літніх людей і у певному сенсі стала гаслом для тих, хто не хочуть передчасного настання старості та інвалідизації.

Фактично ця концепція виражається у ряді закликів (порад) людям похилого віку:

– необхідно залишатися в хорошій фізичній формі;

– для цього слід регулярно займатися фізичними вправами та спортом;

– необхідно зберігати активне соціальне життя, підтримувати контакти з друзями та суспільством;

– потрібно стежити, щоб харчування було правильним та збалансованим;

– не можна нехтувати собою, потрібно регулярно відвідувати лікаря, уважно дотримуватися його порад та призначень;

– слід спати стільки, скільки просить організм.

Відповідно до концепції «успішного старіння», розробленої у кінці ХХ століття Р. Батлером, Дж. Роу і Р. Каном, старіння та захворювання – це різні процеси. Це був важливий крок, оскільки тривалий час дослідники процесів старіння здебільшого зосереджувалися на уявленнях про втрату та занепад, що приходять зі старечим віком, причому самі хвороби бачилися похідними старіння. Прихильники концепції «успішного старіння» розробили початкову модель успішного старіння, куди включили наступні компоненти:

– низька вірогідність захворювання та інвалідизації, пов’язаної з хворобами;

– високий рівень когнітивних і фізичних можливостей;

– активна взаємодія з навколишнім середовищем, зокрема в соціальній сфері.

Недоліком моделі успішного старіння є те, що в стратегії політики щодо старіння закладається установка у людей похилого віку до нереалістичного ідеалу старіння. У цій моделі переоцінено чисельність людей похилого віку, що пройшли життя до старості без захворювань, тоді як ряд досліджень показово свідчать, що досягнення старості без погіршення здоров’я або інвалідності є винятком.

Старіння – соціальний процес, який передбачає взаємо зв’язок між людським розвитком і комплементарною динамікою структурних змін. Так, ряд учених зауважує, що різні способи покращення життя людей похилого віку залежать від соціальних втручань і таких заходів, як навчання протягом усього життя, протидія дискримінації, організація дозвілля. На практиці ж існує «залежність успішного (і активного) старіння від структурних можливостей у школах, офісах, будинках престарілих, сім’ях, громадах, соціальних мережах та суспільстві в цілому». Соціальні та культурні умови контекстуалізують індивідуальне старіння, що може суттєво відрізнятися з погляду суб’єктивних потреб, а також можливостей та ресурсів. Однак, замість того, щоб прирівнювати найстарішу фазу життя до періоду відпочинку, моделі активного та успішного старіння орієнтуються на якнайдовше утримання і залучення старших до соціального виробництва.

***Теорія соціального потенціалу***

Соціальний потенціал – це сукупність можливостей людини і суспільства, яка може бути використана для досягнення індивідуальних та суспільних цілей – як інструментальних, пов’язаних із забезпеченням необхідних умов життєдіяльності, так і мотиваційних, що включають розширення самих потенцій людини та можливостей її самореалізації. Його необхідну передумову становить демографічний потенціал, зумовлений чисельністю і віково-статевим складом населення. Багатовимірність соціального потенціалу зумовлюється якісними характеристиками людей; станом їх соматичного та психічного здоров’я; соціальних спонук; розвитку матеріальних і духовних потреб; можливостей їх задоволення у трудовій та інших видах діяльності; соціокультурної вмотивованості поведінки тощо.

В рамкам концепції визначаються показники життєтворчого компоненту соціального потенціалу:

– активність;

– орієнтованість на майбутнє;

– цілеспрямованість;

– організованість життєздійснення.

Оптимальні умови для реалізації соціального потенціалу складаються за комбінації внутрішніх та зовнішніх передумов. Це проявляється у різних формах адаптаційно-перетворювальної діяльності, зокрема життєвих стратегіях. Життєві стратегії можуть мати пасивно пристосовний, активно пристосовний, творчо-перетворювальний характер та являти собою ряд проміжних інваріантів цих основних типів. Їх специфіка значною мірою залежить від внутрішньої картини життя – життєвих перспектив. Таким чином, в різних соціоекономічних, соціополітичних, соціокультурних умовах в суб’єктів формуються «типові» картини життя – бачення життєвих перспектив і відповідні життєві стратегії – по суті, комбінації реакцій на передбачувані проблеми і події життя.

***Теорія інклюзії, інтегрованої старості або теорія діяльності (активності)*** виходить із необхідності збереження активної ролі літніх людей, активізації життєвих ресурсів у пізньому віці, інклюзії у суспільство людей поважного віку; у цьому контексті актуалізуються питання безперервної освіти. Згідно з цією теорією збереження соціальних зв’язків, соціальних ролей і підтримання активності веде до «благополучної » старості.