



ELENA TREPULĖ, 2019

50+: SENJORAI AR VIDUTINIO AMŽIAUS ŽMONĖS?

SENATVĖ

Pasaulinės sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis sveikata yra tik nestipriai susijusi su amžiumi, nes kai kurie aštuoniasdešimtmečiai pasižymi dvidešimtmečių sveikata, tuo tarpu kai kurių žmonių fizinės ir protinės galios ima menkti pakankamai jauname amžiuje¹. 2015 – 2050 m. pasaulio gyventojų vyresnių nei 60 m. dalis beveik padvigubės nuo 12% iki 22%. Iki 2020 m. vyresnių nei 60 m. asmenų skaičius bus didesnis nei vaikų iki penkerių metų amžiaus. Žmonija sensta didesniais tempais nei bet kada anksčiau, tačiau senėjanti visuomenė taip pat keičia savo požiūrį į brandaus amžiaus žmones. Dėl ekonominių sumetimų, bet ir visuomenės kaitos PSO asmenis iki 65 m. amžiaus nelaiko senais.

Visuomenės kaita verčia peržiūrėti įstatyminę bazę, plėtojasi naujos teorijos, kurios realiau atitinka kintančių penkiasdešimtmečių ir šešiasdešimtmečių socialinius ir ekonominius vaidmenis. Didžiojoje Britanijoje dar nuo 1875 m. senatvės amžius buvo nurodomas nuo 50 metų. PSO senatvę nurodydavo nuo 60 m., tačiau pastarojo meto vidutinės sveikatos kokybės bei gyvenimo tikimybės tyrimai padėjo suformuluoti kitokius amžiaus tarpsnius:

- 0-17 m. – nepilnamečiai;
- 18-65 m. – jauni žmonės;
- 66-79 m. vidutinio amžiaus žmonės;
- 80-99 m. seni žmonės/seniorai;
- 100+ m. – ilgaamžiai.

Dar praėjusio amžiaus septintajame dešimtmetyje atliktas antropologinis tyrimas parodė amžiaus tarpsnių priklausymą nuo trijų pagrindinių dedamųjų: chronologijos, socialinio vaidmens ir fizinių pajėgumų, socialinio vaidmens dedamajai suteikiant didžiausią reikšmę. Būtent šios, socialinės dedamosios kaita ir turi didžiausios reikšmės naujam amžiaus tarpsnių apibrėžimui. Remiantis būtent šios socialinio vaidmens dedamosios kaita, JAV senatvės amžius nurodomas nuo 66 metų, Kanadoje – nuo 65 metų, be to abi šalys laipsniškai pereidinėja prie senatvės amžiaus įvardinimo nuo 67 metų. Iki 2013 m. pasaulio populiaciją sudarė mažiau nei 5 proc. gyventojų, vyresnių nei 65 m., o iki 2050 m. numatoma, jog tokio amžiaus gyventojų padvigubės².

¹ 10 facts on ageing and health <https://www.who.int/features/factfiles/ageing/en/>

² World Health Organisation (WHO) had declared that 65 years old is still considered young (2017) <https://www.mycomlink.co.za/posting.php?i=40501>



Vyresnio amžiaus žmones galima skirstyti į tris grupes: jauni senjorai (60-74 m.), seni senjorai (75-84 m.), ir seniausi senjorai (>85 m.). Oxfordo anglų kalbos žodynas³ vidutinį amžių apibrėžia nuo 45 m. iki 65 m., panašiai senatvę apibrėžia ir amerikiečių anglų kalbos Merriam-Webster žodynas⁴, vidutinį amžių apibrėždamas nuo 45 m. iki 65 m., nurodydamas šį amžiaus tarpą tarp jaunos suaugusios ir senatvės. Amžiaus tarpų klasikas psichologas Erikas Ericksonas vidutinį amžių siūlė įvardinti kiek anksčiau – nuo 40 m. iki 65 m.

KAS YRA TREČIASIS AMŽIUS

Trečiojo amžiaus termino išpopuliarinimas priskiriamas Britų istorikui Peter Laslett (1915-2001), pozityvaus senėjimo teorijos apie Trečiąjį amžių autoriui. Pagal Laslett, žmogaus gyvenimą sudaro keturi amžiai, o kulminacija yra Trečiasis amžius. Pats Trečiojo amžiaus terminas kilo iš senjorams skirtų universitetų Prancūzijoje *les Universités du Troisième Âge* (Trečiojo amžiaus universitetai), kurie siūlė mokymosi galimybes senjorams nuo 1970-ųjų (Laslett, 1987). Trečiojo amžiaus universiteto pavadinimas pritapo ir angliškai kalbančiuose kraštuose po to, kai 1981 m. Kembridže buvo įsteigtas pirmasis britų Trečiojo amžiaus universitetas. Ir dėl tokių universitetų plitimo visoje Jungtinėje Karalystėje, ir dėl vis augančio poreikio pozityviai vadinti vyresnius žmones, šis terminas pritapo ir yra gana plačiai vartojamas (Laslett, 1989). Iki tol daugumas tyrimų koncentravosi į neigiamus amžiaus aspektus – pavyzdžiui, protinių ar fizinių funkcijų menkėjimą. Laslett Trečiojo amžiaus teorija greitai išpopuliarėjo išsivysčiusiose šalyse, o tyrėjai ėmėsi tirti pozityvius senėjimo aspektus (Satoko, 2019).

Jei žmonės būdami Trečiojo amžiaus yra sveiki ir aktyvūs, kuo gi Trečiasis amžius skiriasi nuo Antrojo amžiaus? Pasak Laslett, visada buvo ir yra sveikų ir aktyvių septyniasdešimtmečių ir aštuoniasdešimtmečių, tačiau jo teigimu, tokių asmenų dabar yra tikrai nemažai, tad gera savijauta ir aktyvumas tampa labiau įprastu reiškiniu nei išimtimi, jog būtina persvarstyti tai, ko tikimasi iš žmonių, sulaukusių šio ir panašaus amžiaus. Užuo skirstę gyvenimą į tris pagrindinius tarpsnius – vaikystę, suaugusią ir senatvę, turėtume galvoti apie keturis amžius. Užuo sveikus ir aktyvius senjorus laikę išimtimi, turėtume pripažinti, jog daug žmonių išėję į pensiją ir užauginę vaikus, gali tikėtis turiningo ir laimingo gyvenimo. Laslett skyrė tokius žmogaus amžiaus tarpsnius:

- Pirmasis amžius – priklausomybės, socializacijos, nebrandumo ir mokymosi;
- Antrasis amžius – priklausomybės, brandos, atsakomybės ir darbo;
- Trečiasis amžius – asmeninių pasiekimų ir pasitenkinimo išėjus į pensiją laikas.;
- Ketvirtasis amžius – galutinės priklausomybės, silpnėjimo ir mirties periodas.

Tačiau svarbu yra tai, kad Laslett (1987) pasisakė už tai, kad šie žmogaus amžiai neprasideda ir nesibaigia koku nors konkrečiu laikotarpiu. Remiantis Trečiojo amžiaus teorija, kiekvieno žmogaus gyvenimo tarpsniai yra individualūs. Būdami to paties amžiaus kai kurie senjorai yra sveiki ir dėl to priklauso Trečiam amžiui, o kiti – silpni ir gyvena Ketvirtajame amžiuje.

Peter Laslett (1915–2001) buvo plačių interesų akademinis žmogus, tyrinėjęs socialinę istoriją, politiką ir senėjimą⁵. Laslett buvo vienas iš Trečiojo amžiaus universiteto įkūrėjų Jungtinėje

³ https://en.oxforddictionaries.com/definition/us/middle_age

⁴ <https://en.wikipedia.org/wiki/Merriam-Webster>

⁵ 3 Introducing 'the Third Age' <https://www.open.edu/openlearn/health-sports-psychology/introducing-ageing/content-section-3>



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



Karalystėje, prisidėjęs ir prie Atvirojo universiteto (The Open university) įkūrimo. 1989 m. jis išleido didelę įtaką padariusią knygą „Naujas gyvenimo žemėlapis: Trečiojo amžiaus atsiradimas“ („*A Fresh Map of Life: The Emergence of the Third Age*“ Laslett, 1989).

NENUSAKOMO AMŽIAUS VYRAI IR MOTERYS

Mokslo pasiekimai ir visuomenės gerovė gerokai prailgino žmonių gyvenimą ir jo kokybę išsivysčiusiose šalyse. Žmonės ilgiau išlieka aktyvesni, net gi imasi naujų veiklų ir verslo. Ryškėja net nauja vyresnio amžiaus entrepreneurų karta, kuri siekia panaudoti savo talentus ir įgyvendinti svajones.

Nedidelis tyrimas Izraelyje (Wisenberg, 2018) parodė, kodėl penkiasdešimtečiai ir vyresni žmonės susidomėjo ir ėmėsi verslo, taip įrodydami, jog sveiki pensininkai verslumą mato kaip galimybę plėtoti savo hobių, išliekant aktyviais, dalyvaujančiais ir laimingais. Kitaip nei verslą pradedantys jauni žmonės, vyresni entrepreneuriai siekia ne tik patenkinti savo finansinius poreikius, tačiau juos kur kas labiau domina savirealizacija ir panašūs dalykai.

Atlikus giluminius interviu su 56-71 m. amžiaus vienos kaimiškos Izraelio vietovės gyventojais, kurie išreiškė norą dalyvauti vyresnio amžiaus asmenų verslumo mokymuose, tyrėjai pastebėjo kelis motyvacijos šaltinius mažam verslui kurti. Vienas 63 m. vyras nusprendė teikti gido paslaugas, nes anot jo, jis jaučiasi energingas ir galintis to imtis, o kiekvienas žmogus pats sprendžia koku gyvenimo tarpsniu jam ko imtis – vieni žmonės tai daro 50-ies, o kiti - gal 60-ies ar 70-ies. Kiekvienas žmogus, teigė senjoras, gyvena pagal savo ritmą, kuris priklauso nuo asmenybės ir nuo aplinkos. Tyrimo rezultatai parodė (Wisenberg, 2018), kad vyresni suaugusieji nori tapti entrepreneuriais daugiausiai dėl savirealizacijos, augančios asmeninės gerovės ir asmeninių interesų, kurie kyla iš aktyvaus senėjimo sampratų.

„Telegraph“ leidinio atlikta apklausa (Hardy, 2017) parodė, kad 96 proc. moterų virš 40 m. amžiaus visai nesijaučia esančios vidutinio amžiaus. Rinkodaros agentūra apklaususi 500 moterų sužinojo, jog 80 proc. apklaustųjų jautė visuomenės išankstines nuostatas apie tai, kaip turėtų elgtis ir gyventi vidutinio amžiaus moterys. Daugiau nei du trečdaliai moterų jautėsi gyvenančios ankstyvojoje savo gyvenimo pusėje, 59 proc. jautėsi gyvybingos kaip niekada – iš dalies dėl skiriamo dėmesio sveikatai ir mankštai, o 84 proc. nurodė apskritai neapibrėžiančios savęs pagal amžių. Tyrimą atlikusios agentūros įkūrėjos moterys buvo 42 m. ir 44 m. amžiaus, jautusios, jog įvairūs prekiniai ženklai nesuvokia, kaip pasikeitė vidutinio amžiaus moterų pasaulėžiūra ir gyvenimo būdas. „People“ žurnalas 2017 m. dar kartą išrinko 49 m. amžiaus Juliją Roberts Pasaulio gražiausia moterimi, ir tai nutiko vėl po 26 m. po to, kai jai buvo suteiktas šis titulas pirmą kartą. Tas pats žurnalas publikavo jaunatviško 39 m. Prancūzijos prezidento Emmanuelio Macrono nuotrauką aistringai bučiuojant savo žavią šviesiaplaukią žmoną Brigitte, kuriai – 64 metai.

Atsirado net ir naujas terminas (Hardy, 2017), nurodantis požiūrį, kai žmogui apibūdinti nenaudojamas amžiaus aspektas – „žaliuojantys daugiamečiai“ – *perennialai* (*perennials*, angl.k.), su aliuzija į kitus naudojamus kartų apibūdinimus, kaip vadinamieji *mileniumai* arba tūkstantmečio kartos atstovai. Terminą sugalvojo 49 m. JAV interneto entrepreneurė Gina Pell, kuri „žaliuojančius daugiamečius“ apibūdina kaip nuolat žydinčius skirtingo amžiaus žmones, suvokiančius, kas vyksta



Co-funded by the
Erasmus+ Programme
of the European Union



pasaulyje, išmanančius technologijas ir turinčius įvairaus amžiaus draugų. Tokie žmonės dalyvauja gyvenime, išlieka smalsūs, mentorauja kitiems, turi aistrą, yra kūrybingi, pasitikintys savimi, linkę bendradarbiauti, turi globalų požiūrį ir nebijo rizikuoti.

Įdomu tai, kad kiti tyrimai rodo, jog gyvenimo būdas ir net apranga prisideda prie požiūrio į save formavimo. Kad ir kaip tai atrodytų banalu, tačiau Harvardo universiteto psichologijos profesorės Ellen Langer tyrimai rodo (Hardy, 2017), kad žmonės, kurie jaučiausi seni, lygindami save su kitais, sensta greičiau, ir pagrindinis tai formuojantis faktorius yra tai, kaip jie rengiasi. Tyrime dalyvavę žmonės, turėję dėvėti uniformas ir dėl to atrode taip pat kaip jų jaunesni kolegos, mažiau kentėjo nuo su amžiumi susijusių ligų. Vartotojų elgesio tyrinėtojai teigia, jog mintis apie išėjimą į pensiją penkiasdešimties, susitelkiant į tuščio lizdo sindromą, dabar yra visai nebeaktulus daugeliui žmonių. Besikeičiantis gyvenimo būdas, vėlesnis išėjimas į pensiją reiškia, jog žmonės dirba ilgiau ir leidžia laiką su jaunesniais kolegomis.

PABAIGAI

Gyvenimo būdo, ekonomikos ir sveikatos apsaugos pokyčiai lemia kintantį požiūrį į suaugusiųjų amžiaus tarpsnius bei su tuo susijusius visuomeninius, ekonominius ir socialinius vaidmenis. Keičiasi tradicinis požiūris į vidutinį amžių, senatvę bei su tuo susijusias veiklas ir įpročius. Peter Laslett įvedęs ne tik Trečiojo amžiaus terminą, atvėrė naują požiūrį į brandų amžių, siūlydamas nesieti žmogaus amžiaus su žmogaus pajėgumais, kas paskatino naują pozityvių žmogaus senėjimo tyrimų erą. Daugėjant aktyvių ir su amžiumi savęs nesiejančių vidutinio amžiaus žmonių skaičiui randasi ir nauji jų gyvenimo būdai ir požiūrį atspindintys terminai bei apibūdinimai, kurie atveria erdvę tokiems žmonėms jaustis jaunatviškais ir produktyviais visuomenės nariais.

LITERATŪRA

Hardy, L. (2017) Why women of 40 and 50 are the new 'ageless generation'.

<https://www.telegraph.co.uk/women/life/women-40-50-new-ageless-generation/>

Laslett, P. (1987). The emergence of the Third Age. *Ageing and Society*

Lanslett, P. (1989) A Fresh Map of Life: The Emergence of the Third Age. London: Weidenfeld and Nicolson.

Satoko, U.N. (2019) Basics of the Third Age. <https://thirdagecommunity.weebly.com/basics.html>

United Nations (UN). Department of Economic and Social Affairs, Population Division. World Population Ageing 2013. New York, 2013: UN; 2013: 17. Available at: <http://www.un.org/en/development/desa/population/publications/pdf/ageing/WorldPopulationAgeing2013.pdf>.

Wisenberg, D. B. (2018) Modern Life Spans May Mean More 'Third Age' Entrepreneurs.

<https://www.forbes.com/sites/dinahwisenberg/2018/09/14/modern-life-spans-may-mean-more-third-age-entrepreneurs/#304819112366>