

MYKOLO ROMERIO UNIVERSITETO
SOCIALINĖS POLITIKOS FAKULTETO
SOCIALINIO DARBO KATEDRA

IRENA SKRABIENĖ
MAGISTRANTĖ NEAKIV. STUD.

PAGYVENUSIŲ IR SENŲ ŽMONIŲ SOCIALINIŲ RYŠIŲ YPATUMAI

Magistro baigiamasis darbas

Darbo vadovas –

Doc. Dr. Jolanta Pivorienė

Vilnius, 2007

TURINYS

	ĮVADAS	2
I.	<i>Pirmas skyrius. SENĖJIMO IR SENATVĖS TEORINIAI ASPEKTAI</i>	5
1.1.	Požiūris į senėjimą, senėjimo procesas	5
1.2.	Senatvės ir socialinio senėjimo samprata	9
1.3.	Ekonominiai ir socialiniai veiksniai, įtakojoantys pagyvenusių ir senų žmonių padėtį visuomenėje	12
1.4.	Pagyvenusių ir senų žmonių užimtumas, mokymosi ypatumai	13
2.	PAGYVENUSIŲ IR SENŲ ŽMONIŲ SOCIALINIAI RYŠIAI	15
2.1.	Senatvės poveikis socialiniams žmogaus vaidmenims	15
2.2.	Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumai	18
2.2.1.	Buvusios socialinės padėties praradimas	19
2.2.2.	Sutuoktinio vaidmens netekimas – našlystė	21
2.2.3.	Tėvystės vaidmens netekimas	23
2.2.4.	Pagyvenusių ir senų žmonių kultūrinė veikla	24
2.2.5.	Kliūtytys kelyje į ramią senatvę	26
2.3.	Socialinis darbas su pagyvenusiais ir senais žmonėmis	28
II.	<i>Antras skyrius. PAGYVENUSIŲ IR SENŲ ŽMONIŲ SOCIALINIŲ RYŠIŲ YPATUMAI</i>	31
2.1	Tyrimo “Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumai“ metodologija	31
2.2	Buvusios socialinės padėties praradimas	33
2.3	Sutuoktinio vaidmens netekimas – našlystė	336
2.4	Tėvystės vaidmens netekimas	40
2.5	Pagyvenusių ir senų žmonių kultūrinė veikla	43
2.6	Kliūtytys kelyje į ramią senatvę	46
	EMPIRINĖS DALIES APIBENDRINIMAS	49
	IŠVADOS	51
	SIŪLYMAI IR REKOMENDACIJOS	52
	LITERATŪROS SĄRAŠAS	54
	SANTRAUKA	57
	SUMMARY	58

IVADAS

„Žmogaus socialinės gyvenimo srities svarba kasmet didėja, ir šis procesas jaučiamas visame pasaulyje. Tai paaiškinama žmogaus prigimtimi, nes kiekvienas individas pagal prigimtine teisę privalo turėti elementarias socialines, ekonomines pragyvenimo sąlygas, ir tai tapo universalia taisykle šiandieniniame gyvenime. To siekia visos valstybės, dauguma tarptautinių organizacijų" (J. Tartilas, 2005 p. 211).

Pasak L. Ivankuvienės (2006), senstančių gyventojų populiacija laikoma tada, kai vyresni nei 65 m. žmonės sudaro 7% visų gyventojų. Kaip nurodo S. Mikulionienė (1995), pasaulis, o ypač Europa susiduria su senėjimo problema. Pasaulyje vyksta spartus visuomenės senėjimo procesas. Manoma, kad jis bus ypač ryškus per ateinančius penkis dešimtmečius: gyventojų, kurių amžius viršija 65 metus, dalis Šiaurės Amerikoje per tą laiką išaugs nuo 12 % iki 21 %, o Azijoje netgi patrigubės – nuo 6 % iki 19 %. Statistikos departamento duomenimis (2006) Lietuvos Respublikoje vyresni nei 65 m. žmonės 2006 metais mieste sudarė - 8,6%, kaime -16,3%. Jeigu esamos tendencijos išliks, manoma, kad iki 2030 metų (Statistikos departamento prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės prognozė) Lietuvoje bus apie 27 procentai gyventojų, vyresnių kaip 60 metų.

Anot C. Sutton (1999), senėjimas – natūralus procesas, prasidedantis kur kas anksčiau už senatvę. Žmogui senėjant, be biologinių senstančio žmogaus pokyčių, dar vyksta ir psichologiniai bei socialiniai pokyčiai, keičiasi socialiniai ryšiai, tiek šeimoje tiek ir visuomenėje. Kaip pažymi R.C. Atchley (1997), pagyvenę žmonės susiduria su daugeliu socialinių pokyčių: išėjimu į pensiją, sutuoktinio mirtimi, suaugusių vaikų išėjimu iš namų, draugų rato sumažėjimu, socialinio reikšmingumo praradimu ir t.t. Išėjimas į pensiją, labai svarbus pokytis, jis iš esmės keičia socialinį statusą – žmogus praranda vieną savo pagrindinių vaidmenų, skatinančių pagyvenusius žmones naudingai veiklai. Dažnai keičiasi ir seno žmogaus padėtis šeimoje, suaugę vaikai neretai tampa pagyvenusius žmonių prižiūrėtojais, išlaikytojais. Norėdami to išvengti, seni žmonės, idant papildytų sumažėjusias pajamas, stengiasi dirbti ir paprastai tokį darbą, kuris prasčiau vertinamas ir mažiau apmokamas. Tai žeidžia jų orumą ir savigarbą. Ta dalis, kuri neranda darbo arba negali dirbti dėl sveikatos būklės, labai dažnai pasigenda darbo ar bent kolegų, su kuriais bendrauta. Sutuoktinio mirties, arba našlystės atveju taip pat pablogėja materialinė padėtis, žmogus išgyvena didelę moralinę traumą, nutrūksta sutuoktinių bendravimas, tai senam žmogui dažnai sukelia neviltingą, beprasmiškumo jausmą.

Anot N. Večkienės (2002), senstant, tarp svarbių asmenų atsiduria gydytojas, slaugytoja, panašaus amžiaus kaimynai. Didėjant senyvo amžiaus žmonių skaičiui Lietuvoje, tuo pačiu didėja ir biudžeto išlaidos jiems išlaikyti. Todėl būtina siekti, kad kuo ilgiau galėtų savarankiškai gyventi jam įprastinėje aplinkoje, apsitarnautų, galėtų tenkinti savo kultūrinius bei dvasinius poreikius, kitaip tariant, oriai gyventų visavertį gyvenimą, dalyvautų bendruomenės gyvenime, sprendžiant jai opius klausimus, pagal savo galimybes būtų naudingas. Nacionalinėje gyventojų senėjimo pasekmių įveikimo strategijoje (2004) akcentuojama, kad vyresniems žmonėms turi būti sudarytos visavertės sąlygos dalyvauti politinėje, socialinėje, ekonominėje, kultūrinėje veikloje. Jiems turi būti suteiktos galimybės našiai dirbti, mokytis ir tobulėti, kol jie to nori ir tą gali. Vyresnio amžiaus žmonėms, kaip ir visiems visuomenės nariams, turi būti garantuota teisė į sveiką gyvenimą, sveikatos priežiūros paslaugas.

Temos aktualumas

Lietuvoje, kaip ir kitose Europos Sąjungos valstybėse narėse, kasmet vis didesnę visuomenės dalį sudaro pagyvenę ir seni žmonės. Tarp visų problemų, su kuriomis šiandien tenka susidurti pagyvenusiems ir seniems žmonėms, yra viena, kuri, turbūt, labiau nei kitos žeidžia žmogaus orumą, – marginalizacija. Pasak A. Jagelavičiaus (2002), šiam palyginus nesenam reiškiniui rutuliotis palankios sąlygos atsirado visuomenėje, kurioje iškeliamą materialinę sėkmę ir apgaulingos amžinos jaunystės įvaizdis, bei bandoma visiškai atstumti tuos, kurie nebeatitinka šių kriterijų. Yra nemažai veiksnių, kurie daugybę pagyvenusių ir senų žmonių stumia į visuomenės ir pilietinio gyvenimo paribį. Tai institucinio lygmens atsakomybės netekimas ir iš to kylantis socialinis nepilnavertiškumas, skurdas arba drastiškas pajamų bei finansinių išteklių sumažėjimas, kai nėra padorių gyvenimo sąlygų ir tinkamos slaugos garantijų, taip pat daugiau ar mažiau plintantis pagyvenusių žmonių išstūmimas iš savo šeimos ir socialinės aplinkos. Tačiau pats skausmingiausias marginalizacijos matmuo yra žmogiškųjų santykių trūkumas.

Ištirtumas - Lietuvoje, pagyvenusių ir senų žmonių socialiniai ryšiai analizuoti, tačiau dažniausia psichologiniu požiūriu. Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumus, vienokiu ar kitokiu lygmeniu analizavo tokie autoriai, kaip: D. Bartkutė (2000), J. Kairys (2002), N. Večkienė (2002) ir kt. autoriai. Svarbu pastebėti ir tai, kad pagyvenusių ir senų žmonių socialiniai ryšiai Lietuvoje atskirame kontekste neanalizuoti, jie yra tik trumpai aprašomi analizuojant socialinės veiklos pokyčius. Taip pat būtina įvertinti ir tai, kad pagyvenusių ir senų žmonių socialinius ryšius įtakoja ir šalies kultūra, jos tradicijos, bei ekonominis gerbūvis. Plačiausiai pagyvenusių ir senų žmonių socialiniai ryšiai analizuoti N. Večkienės (2002) redaguotoje knygoje „Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos“.

Tyrimo teorinė ir praktinė reikšmė

Pagyvenusių ir senyvo amžiaus žmonių socialinių ryšių analizė padės išryškinti šios socialinės grupės bendravimo, dalyvavimo šeimoje, visuomeniniame gyvenime pagrindinius bruožus. Tai bus naudinga tiek teorine tiek ir praktine prasme. Išanalizavus pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių problemas, atsiranda galimybė parengti priemones (teisines, spec. programas, strategijas) padėsiančias šios socialinės grupės žmonėms geriau adaptuotis tiek šeimoje tiek visuomeniniame gyvenime.

Darbo tikslas - atskleisti pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių pokyčius, keičiantis vaidmenims dėl senėjimo.

Tyrimo uždaviniai:

1. Išsiaiškinti pagyvenusių ir senų žmonių socialinius vaidmenis, kurie, pakeitė įprastus socialinius ryšius.
2. Išanalizuoti pagyvenusių ir senų žmonių savęs vertinimą, pasikeitus socialinei padėčiai.
3. Ištirti pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių pokyčius, tiek šeimoje, tiek visuomenėje.
4. Ištirti socialinio darbuotojo vaidmenį, stiprinant ir palaikant pagyvenusių ir senų žmonių socialinius ryšius.
5. Parengti rekomendacijas apie socialinių ryšių palaikymą ir stiprinimą specialistams bei organizacijoms, kurios teikia socialines paslaugas pagyvenusiems ir seniems žmonėms.

Tyrimo objektas - pagyvenusių ir senų žmonių socialiniai ryšiai.

Hipotezės :

1. Pagyvenusių ir senų žmonių socialiniams ryšiams turi įtakos socialinių vaidmenų kaita.
2. Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių įvairovę užtikrina jų artimieji, socialiniai darbuotojai, bendruomenė.

Darbo struktūra

Magistrinio darbo pirmą skyrių sudaro įvadas, literatūros apžvalga (apžvelgiami senatvės ir senėjimo teoriniai aspektai). Antrame skyriuje vyksta tyrimo rezultatų aptarimas (analizuojami pagyvenusių ir senų žmonių socialiniai ryšiai, išryškinami jų ypatumai, juos sąlygojantys veiksniai), išvados, pasiūlymai ir rekomendacijos, naudotos literatūros sąrašas.

Tyrimo metodai:

Teoriniai:

Mokslinės literatūros analizė apie pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumus, juos sąlygojančius veiksnius.

Empiriniai:

1. Nestruktūrizuotas interviu, kurio metu surinkta itin gili ir detali informacija apie respondentų patirtį, požiūrį, socialinių ryšių įvairovę, motyvus. Tiesioginis stebėjimas natūraliose sąlygose dėl objektyvesnių išvadų pateikimo, apibūdinant asmens elgesį.
2. Kokybinių duomenų analizė ir interpretacija, koduojant, išskiriant temas ir kategorijas.

Trumpa literatūros apžvalga

Darbas paremtas dokumentų, teisinės bazės, specialiosios literatūros, publikacijų periodiniuose leidiniuose, nepriklausomų ekspertų publikacijomis, seminarų medžiaga, dalyvaujančių institucijų, įstaigų ir organizacijų internetinių svetainių informacijos analize.

I. SENATVĖS IR SENĖJIMO TEORINIAI ASPEKTAI

1.1. Požiūris į senėjimą, senėjimo procesas

Pasak J. Misiūno (2005), demografiniai tyrimai rodo nuolatinę planetos gyventojų senėjimo tendenciją. Lietuvos demografiniai situacijai būdingos taip pat tendencijos, kurios stebimos ir kitose pasaulio valstybėse. Šiuo metu pasaulyje gyventojų yra per 6 milijardus. Maždaug kas 10 iš jų yra 65 metų ir vyresni, todėl Tarptautinė bendruomenė nuolatos rūpinasi pagyvenusių ir senų žmonių gyvenimo kokybės gerinimu, ieško būdų, kaip vengti dėl gyventojų senėjimo kylančių problemų ir pasinaudoti naujomis galimybėmis, kurios atveria pailgėjęs darbingas gyventojų amžius.

Kaip teigia V. Kanopienė, S. Mikulionienė (2006), nors gyventojų amžiumi Lietuva kol kas yra viena jauniausių ES šalių narių, šiuo metu Lietuvoje stebimas itin spartus gyventojų senėjimo procesas, dėl kurio šio amžiaus viduryje (2050 m.) Lietuva pereis į kitą šalių grupę, kuri gyventojų senatvės lygio požiūriu užima vidurinę poziciją ES šalių kontekste. Sutariama, kad intensyvus vyresniosios kartos gausėjimas (ypač pačių vyresniųjų) visuomenėje iš esmės keičia visuomenės demografinę ir socialinę struktūrą, gamybos, paskirstymo ir vartojimo sistemas, o sveikatos apsaugos sistemai kelia finansavimo užtikrinimo, aukštos kokybės paslaugų subalansuotos plėtros bei jų prieinamumo visiems, taip pat sveikos gyvensenos propagavimo iššūkius.

Kaip nurodo B. Graužikis (2005), senatvės pradžia kiekvienoje visuomenėje skirtinga ir pirmiausiai priklauso nuo vidutinės gyvenimo trukmės. Ekonomiškai stiprių šalių sociologai senatvės pradžia laiko pensinį amžių (65m.), o Lietuvoje pensinis amžius: moterims – 60 m., vyrams – 62,5 m.

1 lentelė

Pagyvenę žmonės pagal amžiaus grupes Lietuvos miestuose ir kaimuose bendrai

	Pagyvenę žmonės pagal amžiaus grupes				Palyginti su bendru gyventojų skaičiumi, %			
	60+	65+	75+	85+	60+	65+	75+	85+
Iš viso Lietuvoje	691911	527271	219817	35702	20,4	15,6	6,5	1,1
Miesto gyventojai	431701	323224	131301	21556	19,1	14,3	5,8	1,0
Kaimo gyventojai	260210	204047	88516	14146	23,1	18,1	7,9	1,3

Šaltinis: statistika@stat.gov.lt [Dokumento atnaujinimo data: 2007 08 17]

Demografinė padėtis Lietuvoje, Statistikos departamento žiniomis, kaip ir kitose Europos Sąjungos valstybėse, kasmet vis didesnę visuomenės dalį sudaro pagyvenę žmonės, t.y. 60 metų ir vyresni. 2007 m. pradžioje tokių asmenų buvo 691,9 tūkst., arba kas penktas Lietuvos gyventojas. Europos Sąjungoje pagyvenusių žmonių dalis 2005 m. pradžioje buvo didesnė (vidutiniškai 21 proc.) nei Lietuvoje (20 proc.). Didžiausia 60 metų ir vyresnio amžiaus gyventojų dalis buvo Italijoje (26 proc.) ir Vokietijoje (25 proc.), mažiausia – Airijoje (15 proc.) ir Slovakijoje (16 proc.). Statistikos departamento žiniomis prognozuojama, kad 2050 m. kas trečias (35 proc.) Lietuvos gyventojas bus pagyvenęs žmogus (ES – 36 proc.). 2007 m. pradžioje Lietuvoje kas ketvirta moteris ir kas šeštas vyras buvo 60 metų ir vyresnis. Pagyvenę žmonės sudaro apie penktadalį (19,1 proc.) miesto ir ketvirtadalį (23,1 proc.) kaimo gyventojų. Pagyvenusių žmonių teritorinis pasiskirstymas nėra tolygus. Pačios „seniausios“ yra Alytaus, Anykščių, Ignalinos, Lazdijų, Molėtų, Varėnos ir Zarasų rajonų savivaldybės, kur 60 metų ir vyresnio amžiaus gyventojaisudaro 27 – 30 procentų.

2 lentelė

Pagyvenusių ir senų žmonių, pagal amžiaus grupes ir lytį Lietuvoje 2007 metų pradžioje

Amžiaus grupės	Tūkst.			Procentais		
	Iš viso	vyras	moterys	Iš viso	vyras	moterys
60 +	691,9	248,8	443,1	100,0	100,0	100,0
60–69	328,2	132,6	195,6	47,5	53,3	44,1
70–79	258,9	89,7	169,2	37,4	36,1	38,2
80–89	94,1	23,8	70,3	13,6	9,6	15,9

Šaltinis: statistika@stat.gov.lt [Dokumento atnaujinimo data: 2007 09 28]

3 lentelė

Pagyvenusių ir senų žmonių skaičius Lietuvoje pagal amžiaus grupes ir lytį 2006 – 2007 metų pradžioje

Amžiaus grupės	Iš viso		Vyrai		Moterys	
	2006	2007	2006	2007	2006	2007
60-64	172141	164640	72090	68618	100051	96022
65-69	164802	163563	64495	63978	100307	99585
70-74	143074	143891	51746	51952	91328	91939
75-79	113606	115005	36639	37732	76967	77273
80+	100330	104812	25561	26480	74769	78332

Šaltinis: statistika@stat.gov.lt [Dokumento atnaujinimo data: 2007 06 21]

Pasak S. Mikulionienės (1995), Lietuvos gyventojų senėjimo procesas pradėjo ryškėti XIX a. pabaigoje. Iki XX a. 6 -ojo dešimtmečio Lietuvos visuomenė senėjo lėčiau. Septintame dešimtmetyje demografinis senėjimas suintensyvėjo: nuo 1970 m. iki 1975 m. 60 m. ir vyresnių gyventojų skaičius išaugo nuo 571 tūkst., 1970 m. iki 637 tūkst. 1975 m., tačiau sekančius penkis metus jų skaičius sumažėjo 128 tūkst.

Anot J. Tartilo (2005), visa tai buvo todėl, kad į šią amžiaus grupę įėjo mažo gimstamumo karta, t.y. po Pirmojo pasaulinio karo, kurios didelė dalis vyrų žuvo, Antrojo pasaulinio karo ir pokario metais. Tada Lietuva neteko trečdaliu visų gyventojų: 300 tūkst. žuvo rezistencijoje, apie 400 tūkst. buvo ištremti, 300 tūkst. emigravo. Nuo 1980 m. 60 metų ir vyresnių gyventojų skaičius nuolat nežymiai didėjo. Nuo 1992 m. ėmus mažėti bendram gyventojų skaičiui, vyresnių kaip 60 metų gyventojų skaičius ėmė intensyviai didėti.

Kaip teigia S. Mikulionienė (1995), demografinis gyventojų senėjimo procesas kelia nerimą daugeliui šalių. Senstančioms visuomenėms aktualias problemas galima suskirstyti į dvi stambias grupes. Pirmoji grupė išryškėja makro - problemų lygmenyje, pvz. : didėjantis demografinės naštos koeficientas (santykis tarp ekonomiškai aktyvių ir neaktyvių gyventojų), nacionalinio produkto perskirstymas (pensijų sistema, socialinis draudimas, sveikatos apsaugos sistema ir pan.). Antroji grupė išryškėja mikro lygmenyje. Čia svarbiausia - senstantis individas, jo savęs kaip seno suvokimas, jo santykiai su šeima ir visuomene.

Demografė V. Stankūnienė (2002) parengė Lietuvos gyventojų senėjimo prognozes iki 2020 metų. Pastebima, kad Lietuvos gyventojai kritinę vaikų ir senelių santykio ribą pasieks dar iki 2010 m., kai senatvės koeficientas bus didesnis už 100. Taigi visuomenėje vaikų bus mažiau negu senelių.

Pastebima, kad pastaruju metu vaikų ir vidutinio amžiaus žmonių skaičius Lietuvoje nedidelis, tačiau nuolat mažėja, o pagyvenusių žmonių skaičius didėja.

Pasak I. Gruščinskienės E. Rudzinskiene (1999), Lietuvos visuomenė sensta ir tai vyksta gana sparčiai. Tai kelia naujas socialines ir ekonomines problemas: daugėja pensinio amžiaus žmonių, auga poreikis senų žmonių medicininei priežiūrai, specialiam socialiniam aptarnavimui, didėja ekonominė našta darbingiems gyventojams. Todėl valstybei tenka skirti vis didesnę dėmesį pagyvenusių ir senų žmonių socialinėms problemoms spręsti.

Statistikos departamento išankstiniais duomenimis, 2007 m. gyventojų skaičius IV ketvirčio laikotarpio pradžioje Lietuvoje gyveno 3371,0 tūkst. gyventojų, o 2006 m. gyventojų skaičius – 3394,1 - t. y. 23,1 tūkst. mažiau, 2007 m. pradžioje 690 tūkst. (20,4 proc.) šalies gyventojų buvo 60 metų ir vyresnio amžiaus, atitinkamai 2000 m. pradžioje – 668 tūkst. (19 proc.). Per pastaruosius septynerius metus jų sumažėjo 3,6 procento. Prognozuojama, kad šalies gyventojų skaičius mažės. 2050 m. Lietuvoje gyvens 2881,1 tūkst. gyventojų ir kas trečias bus pagyvenęs. Mažėjant šalies gyventojų skaičiui, didėja pagyvenusių (60 metų ir vyresnio amžiaus) žmonių dalis, palyginti su bendru gyventojų skaičiumi (www.vtv.lt/naujienos/statistiniai-duomenys).

Anot J. Pivorienės (2002), senėjimas veikia ir yra veikiamas santykių su sutuoktiniu, senais tėvais, suaugusiais vaikais, broliais, seserimis, kitais giminaičiais bei draugais. Pasak N. Večkienės (2002), sunkus jausmas - vienvė senatvėje. Vaikai palieka tėvus, tampa savarankiški, draugai ir artimieji vienas po kito pasitraukia iš gyvenimo. Pasenęs žmogus lieka vienas, pasmerkta vienvė, kuri jį nepaprastai kankina. Daug priklauso nuo paties žmogus, ar jis sugeba susirasti sau veiklos. Jeigu žmogus jaučiasi esąs pašalinis, niekam nereikalingas, prislėgtas, tada vienvės jausmas tampa dar sunkesnis. Žinant senų žmonių psichologiją, ir išsiaiškinus esamus ar jau nutrūkusius socialinius ryšius, galima labai daug nuveikti, palaikant, ne tik senų žmonių dvasinę bei fizinę sveikatą, bet ir jų užimtumą. Tinkamiausia vieta senų žmonių veiklai, atitinkančiai jų sugebėjimus ir poreikius, žinoma, yra įprastinė jų gyvenamoji aplinka. Senam žmogui labai svarbus aplinkinių dėmesys, elgesys ir požiūris į senus žmones, sugebėjimas juos suprasti, gerbti ir mylėti. Daugėjant pagyvenusių ir senų žmonių, didėja biudžeto išlaidos jiems išlaikyti. Todėl būtina siekti, kad senas žmogus kuo ilgiau savarankiškai apsistarnautų, gyventų įprastinėje aplinkoje, galėtų tenkinti savo kultūrinius bei dvasinius poreikius, oriai gyventų visavertį gyvenimą, dalyvautų bendruomenės gyvenime sprendžiant jai opius klausimus, pagal galimybes būtų naudingas.

Kaip teigia J. F. Stalford (1998), jau beveik įrodyta, kad prievartinis išėjimas į pensiją gali pagreitinti senėjimo procesą, tuo tarpu tęsiančių kokią nors veiklą pensinio amžiaus žmonių gyvenimo kokybė smarkiai pagerėja. Pagyvenę žmonės disponuoja laisvu laiku, į tai ir reikia

pirmiausia atsižvelgti grąžinant jiems aktyvų vaidmenį visuomenėje, sudarant palankias sąlygas naudotis technologijos naujovėmis, turėti naudingą socialiniu požiūriu darbą bei laisvai įsitraukti į savanorišką, visuomenei naudingą veiklą.

Apibendrinant galima teigti, kad su gyventojų senėjimo procesu ir jo pasekmėmis susiduria ir ateityje susidurs visas pasaulis. Žmonija sensta ir to pagrindinės priežastys - mažėjantis gimstamumas, ilgėjantis vidutinis žmonių amžius, prigijęs vakarietiškas šeimos modelis. Lietuvoje, taip pat ir kitose Europos šalyse rengiamos specialios programos gyventojų senėjimo proceso pasekmėms švelninti.

1.2. Senatvės ir socialinio senėjimo samprata

Anot A. Palujanskienės (2002), senėjimas – natūralus procesas, prasidedantis kur kas anksčiau už senatvę. Žmogui senėjant, be biologinių senstančio žmogaus pokyčių, dar vyksta ir psichologiniai bei socialiniai pokyčiai, keičiasi socialiniai ryšiai, tiek šeimoje, tiek ir visuomenėje.

Kaip pažymi H. Zabulis (2006), senatvės tema diskutuota jau antikos laikais. Ciceronas pasitelkdamas metų laikų ir gamtos fazių kaitos analogiją senatvę lygina su rudeni. Biologiniai žmogaus ritmai labai panašūs į gamtos ciklus, nes žmogus - gamtos dalis. Tačiau kartu jis skiriasi nuo visos aplinkinės tikrovės, nes yra asmuo. Jis sukurtas pagal Dievo paveikslą ir panašumą. Žmogus - sąmoningas ir atsakingas subjektas. Dvasinėje plotmėje žmogaus gyvenimas irgi susideda iš įkandin vienas kito einančių etapų. Šv. Efreimas Siras mėgdavo lyginti gyvenimą su rankos pirštais, norėdamas pasakyti, kad jis trumpas kaip sprindis ir kad gyvenimo etapai turi skirtingą pobūdį, it skirtingi pirštai, o „pirštai išreiškia penkias žmogaus pažangos pakopas“. Vaikystė ir jaunystė - metas, kai žmogaus asmenybė formuojasi, būdama nukreipta į ateitį, ir kuria gyvenimo planus, išskleisdama savo galimybes. Senatvė taip pat turi savo ypatingą vertę. Pasak Šv. Jeronimo „Nurimus aistroms ji pagausina išmintį ir teikia brandesnių patarimų. Tam tikra prasme tai laikotarpis, ypatingai paženklintas išminties, paprastai kylančios iš patirties, nes „laikas yra didis mokytojas“ ([www. http://ausis.gf.vu.lt](http://ausis.gf.vu.lt)).

Pasak N. Večkienės (2002), senatvės tema paliečiama ir Šventajame rašte. Biblijos mokyme ir kalboje senyvas amžius apibūdinamas kaip „palankus metas“ pasiekti gyvenimo pilnatvę; tai metas, kai pagal Dievo kiekvienam žmogui numatytą planą viskas veda į tai, kad jis galėtų geriau suvokti gyvenimo prasmę ir pasiektų „širdies išmintį“. Šioje knygoje sakoma, kad ne ilgas gyvenimas teikia garbingą senatvę, ji negali būti matuojama metais. Žmogaus išmintis yra jo žili plaukai.

Popiežius Jonas Paulius II (1999), senatvę apibūdino kaip galutinį žmogiškosios brandos etapą ir Dievo palaiminimo ženklą.

Pasak G.D. Myers (2000), daugelis tyrimų rodo, kad religingi žmonės yra laimingesni ir labiau viskuo patenkinti, nes tikėjimas suteikia prasmę ir vidinę ramybę, stiprina laimės pojūtį, pvz.: kaip kitaip paaiškinti bejėgiško, iš lovos nepakylančio seno žmogaus ramybės ir tylaus džiaugsmo išraišką veide, kai gulėdamas sausas naujai paklotoje lovoje jis žvelgia į saulės nušviestą langą.

Anot L. Grigaravičiūtės (1999), senatvė – tai žmogaus amžiaus tarpsnis, gyvenimo ciklo dalis. Senas žmogus – socialinės aplinkos dalis. Jis asmeniškai reaguoja į visuomeniškas užduotis, vaidina tam tikrą socialinį vaidmenį, kurio ėmėsi.

Kaip teigia R. Naujanienė (2002), socialinis psichologinis senėjimas suprantamas kaip individo sąveika su jo/jos aplinka ir apima tokias temas, kaip vertybės, tikėjimai, socialiniai vaidmenys, savęs įvaizdis ir adaptacija senėjimo procese. Socialinis senėjimas apima sąveiką tokių socialinių institucijų, kaip ekonomika ar sveikatos priežiūra, atkreipiant dėmesį į tai, kaip ši sąveika tenkina pagyvenusių ir senų žmonių poreikius.

N. Večkienė (2002) pažymi, kad senatvę galima apibūdinti chronologiniu, funkciniu ir socialiniu amžiumi. Chronologiškai žmogus laikomas senu, kai išeina į pensiją arba tampa seneliu. Funkciškai žmogus tampa senu, kai, pvz., pablogėja jo atmintis. Tačiau net pripažintas chronologiškai ar funkciškai senu, žmogus ir toliau tęsia savo socialinius vaidmenis, atliekamus gyvenimo eigoje.

Anot M. Comley (2002), vyresni žmonės padeda mums išmintingiau žvelgti į žemiškuosius įvykius, nes gyvenimo nepastovumas suteikė jiems žinių ir subrandino juos. Jie - kolektyvinės atminties sergėtojai, todėl turi ypatingą privilegiją perteikti vertybes ir bendrus idealus, sudarančius visuomenės gyvenimo pagrindą. Nepaisyti vyresniųjų reikštų neturinčios atminties šiuolaikybės vardan neigti praeitį, kurioje tvirtai šaknijasi dabartis. Būtent dėl savo brandžios patirties pagyvenusieji gali teikti jaunimui vertingus patarimus bei gaires.

Kaip pabrėžia Hendricks J. (1992), amžiaus stratifikacijos požiūriu, socialinis senėjimas yra individo senėjimas socialiniame kontekste, individo vaidmenys ir socialiniai įgūdžiai, atsiskleidžiantys sąveikoje su kitais to žmogaus socialinėje struktūroje esančiais žmonėmis. Amžiaus stratifikacijos požiūriu, senėjimą sudaro: a) perėjimas nuo vienos socialiai apibrėžtos padėties (statuso) prie kitos gyvenimo eigoje, pradedant gimimu ir baigiant senatve; b) pareigos, teisės ir lūkesčiai (vaidmenys), lydintys žmones visose padėtyse.

Jungtinių Tautų valstybėse narėse, jų moderniuose visuomenėse, kuriose tikėtina būsimo žmonių gyvenimo trukmė yra pasiekusi tam tikrą lygį, prasminga išskirti 80 metų bei vyresnių gyventojų pogrupį. Pirmasis slenkstis atskiria vadinamojo trečiojo amžiaus žmones, kurių dauguma jau

nebedalyvauja darbo rinkoje, bet dar yra pakankamai veiklūs, antrasis slenkstis atskiria vadinamojo ketvirtojo amžiaus žmones, kurių galimybės savarankiškai užtikrinti savo fizinį, psichinį ir socialinį saugumą yra labiau ribotos (Pagyvenusių ir senų žmonių gerovė, <http://www.sti.lt/strategija/mak3Da.pdf>).

Lietuvoje, naujam senėjimo supratimui būdingi šie teiginiai:

- Keičiasi žmogaus amžiaus koncepcija; senu žmogumi laikomas žmogus, sulaukęs 85-erių metų amžiaus; išskiriamas trečias ir ketvirtas amžius; žmogaus amžius analizuojamas skirtingais požiūriais – biologiniu, psichologiniu ir socialiniu;
- Senėjimas suprantamas kaip integrali biologinių, psichologinių ir socialinių procesų visuma;
- Senėjimas pripažįstamas, kaip istorinis ir kultūrinis reiškinys;
- Svarbūs yra lyginamieji senėjimo ir seno amžiaus tyrimai;
- Savo vietą gerontologinių tyrimų srityje atranda naratyvinė socialinė gerontologija;
- Socialinės gerontologijos tyrimuose taikomi ir kiekybiniai, ir kokybiniai tyrimo metodai.

(S. Koskinas, R. Naujanienė, N. Večkienė, 2002, psl.15)

Pasak J. Vaitkevičiaus (2000), senatvė – tai dar ne žmogaus tragedija (ypač socialine prasme). Atvirkščiai – senatvė – tai turtas: gyvenimo patirtis, klaidų suvokimas, tiesos pažinimas, išmintis... Žmogaus senatvė – tai tiltas tarp praeities ir dabarties.

Kaip pažymi J. Misiūnas (2005), 2002 m. priimti svarbūs tarptautiniai teisės aktai, skirti pagyvenusių žmonių teisių apsaugai, t.y. Madrido antrosios pasaulinės senėjimo asamblėjos Politinė deklaracija ir Tarptautinis veiksmų planas visuomenės senėjimo klausimu. Kitas tarptautinis teisės aktas – 2002 m. Jungtinių Tautų Ekonomikos komisijos Europai Madrido veiksmų plano visuomenės senėjimo klausimu regioninė įgyvendinimo strategija. Šiuose dokumentuose pabrėžiama būtinybė plėsti pagyvenusių ir senų žmonių dalyvavimą visuomenės gyvenime, užtikrinti patikimą jų teisių apsaugą. Lietuva įsipareigojo imtis priemonių visuomenės senėjimo problemoms spręsti remiantis tarptautinių teisės aktų reikalavimais, įgyvendinti Tarptautinį Madrido veiksmų planą ir Berlyno regioninę strategiją visuomenės senėjimo klausimais.

Apibendrinant autorių išsakytas mintis galima teigti, kad senatvė apibūdinama chronologiniu, funkciniu ir socialiniu amžiumi. Senatvė – tai tam tikras žmogaus amžiaus tarpsnis, gyvenimo ciklo dalis, o jos pradžia kiekvienoje visuomenėje skirtinga ir pirmiausiai priklauso nuo vidutinės gyvenimo trukmės. Pasak autorių, socialinio senėjimo tyrinėtojai analizuoja visuomenės, kurioje individas sensta, pobūdį, siekia nustatyti, kokį poveikį visuomenė daro savo seniems žmonėms ir kokį – seni žmonės savo visuomenei. Lietuvos valstybė įsipareigojo, pagyvenusių ir senų žmonių

gyvenimo kokybės gerinimui, įgyvendinti Tarptautinį Madrido veiksmų planą ir Berlyno regioninę strategiją visuomenės senėjimo klausimais.

1.3. Ekonominiai ir socialiniai veiksniai, įtakojantys pagyvenusių ir senų žmonių padėtį visuomenėje

„Pagyvenusius ir senus žmones kankina ne tik atsiskyrimas nuo artimųjų, bet ir jų apleidimas, vieatvė bei izoliacija. Siaurėjant asmeniniams ir socialiniams ryšiams, jų gyvenimas nuskurdinamas: atitinkamai stinga informacijos, stimulų, kultūros priemonių. Neturėdami galimybių dalyvauti priimant sprendimus, liečiančius juos kaip asmenis ir kaip piliečius, ir todėl negalėdami pakeisti savo situacijos, pagyvenę žmonės išgyvena bejėgiškumo jausmą ir, nors yra visuomenės nariai, nebesijaučia jai priklausą. Ši problema liečia visus ir todėl, būtent, visuomenė privalo įsikišti ir per įvairias institucijas garantuoti veiksmingą apsaugą, ypač juridinę, tiems gyventojams, kurie yra itin socialiai, ekonomiškai ir kultūriškai atstumti“ (Popiežiškoji, 1999).

Pasak J. Kairio (2002), darbas (veikla) ir produktyvumas, pagrindinės vertybės, padedančios žmogui geriau adaptuotis visuomenėje. Darbas asmeniui užtikrina pilnavertiškumo, pasitenkinimo ir reikalingumo jausmą. Dėl jo netekimo dauguma žmonių nelaukia artėjančios senatvės, nes ji dažniausiai asocijuojasi su atleidimu iš darbo, o dirbantys priešpensinio amžiaus žmonės stengiasi išsilaikyti darbo vietose kuo ilgiau, kad galėtų jaustis reikalingi ir patenkinti savo materialinius poreikius, nes darbas - svarbiausias pragyvenimo šaltinis.

Anot H. Blonski (2003), atsiradus nedarbo fenomenai, gerokai sumažėja pagyvenusių ir senų žmonių galimybės konkuruoti darbo rinkoje ir išlikti ekonomiškai aktyviais. Antra vertus, šalia pajamų iš darbo ir senatvės pensijų atsiranda kitų pragyvenimo šaltinių, būdingų rinkos ekonomikai. Daliai senų žmonių tai sumažina poreikį tęsti aktyvią darbinę veiklą, norint materialiai apsirūpinti.

V. Stankūnienės (2002) teigimu, lyginant 1989 metų gyventojų surašymo duomenis su 2000 metų darbo jėgos tyrimo duomenimis, pastebimos kai kurios tendencijos. Abiem atvejais Lietuvos gyventojų ekonominis aktyvumas su amžiumi turi tendenciją mažėti. Vyrų ekonominis aktyvumas visose amžiaus grupėse visada buvo kiek aukštesnis nei moterų. Tačiau 1989 metų surašymo duomenys parodė, kad sovietmečiu gana nemaža dalis žmonių iki gilios senatvės išlikdavo ekonomiškai aktyvūs. Išėjimas iš darbo rinkos buvo laipsniškas. Tuo tarpu 2000 metais, netgi priešpensinio amžiaus gyventojų ekonominis aktyvumas buvo gerokai žemesnis nei 1989 m., o ties įstatymine pensinio amžiaus riba jis sumažėjo labai staigiai.

Kaip nurodo N. Večkienė (2002), papildomų pragyvenimo šaltinių paieškos senatvėje akivaizdžiai atskleidžia, jog vien pensinės išmokos negali užtikrinti pakankamų pajamų. Ypatingai sunku pakankamą pragyvenimo lygį užsitikrinti gilioje senatvėje, pensininkų rizika atsidurti žemiau skurdo ribos yra didesnė nei vidutinio šalies gyventojų, o pačių vyriausiųjų dar didesnė. Svarbu pažymėti tai, kad ekonominiu požiūriu, seni žmonės vis dėlto išlieka viena nesaugiausių socialinių grupių, nes pensijų dydis toli gražu neatitinka visų seno žmogaus poreikių masto, be to, dalį savo pajamų jie priversti skirti vaistams, todėl turi riboti ir taip ganėtinai nedidelį kitų savo poreikių tenkinimą. Nors kai kuriose srityse pensininkai turi tam tikrų ekonominių lengvatų, jos problemų neišsprendžia.

Pasak V. Stankūnienės (2002), 1999 skurdo lygis 60 - 69 metų amžiaus grupėje siekė 12,1 proc., 70-79 metų - 16 proc. ir 25,6 proc. tarp 80-mečių ir vyresnių Lietuvos gyventojų. Kita vertus, skurdas tarp senų žmonių nėra toks gilus (intensyvus), kaip tarp bedarbių, daugiavaikių bei nepilnų šeimų, taip pat ūkininkų.

Apibendrinant galima teigti, kad dabartiniu metu pagyvenusių ir senų žmonių ekonominis aktyvumas Lietuvoje yra žemesnis nei sovietmečiu. Ekonominis aktyvumas žmonių, sulaukusių pensinio amžiaus kasmet turi tendenciją mažėti, o sulaukusių 70 metų jis tendencingai mažėja. Papildomų pragyvenimo šaltinių paieškos senatvėje akivaizdžiai atskleidžia, jog vien pensinės išmokos negali užtikrinti pakankamų pagyvenusių ir senų žmonių pajamų. Visuomenė privalo įsikišti ir per įvairias institucijas garantuoti veiksmingą apsaugą tiems gyventojams, kurie yra itin socialiai, ekonomiškai atstumti.

1.4. Pagyvenusių ir senų žmonių užimtumas, mokymosi ypatumai

“Pagyvenusiems žmonėms turi būti leista daryti įtaką jų pačių, taip pat visos visuomenės gyvenimą lemiančiai politikai. Čia jiems turi padėti specialios organizacijos ir atskiri politiniai bei profsąjungų atstovai. Reikia skatinti naujų asociacijų pagyvenusiems žmonėms kūrimą ir remti jau egzistuojančias. Tokios asociacijos, kaip pabrėžė popiežius Jonas Paulius II, turi būti visuomenės valdžios pripažintos kaip teisėtas pagyvenusių žmonių balso pareiškimas, ypač tų, kurie yra labiausiai nuskriausti“ (Bažnyčios žinios, Nr. 22, 1999 -11- 30).

Anot J. Misiūno (2005), pagyvenę ir seni žmonės yra socialinė grupė, kuriai būdingas savitas gyvenimo būdas, specifiniai poreikiai. Gana sudėtinga problema yra pagyvenusių ir senų žmonių užimtumas. Nors valstybė imasi priemonių mažinti pagyvenusių žmonių bedarbystę, tačiau tai

daroma per lėtai. Jų profesinis mokymas (perkvalifikavimas) yra mažai išplėtotas ir apima 5 – 10 % šios socialinės grupės asmenų (išsivysčiusiose Europos Sąjungos valstybėse sudaro 40 %).

Pasak M. Barkauskaitės, K. A. Blažienės, V. Gribniak, E. Čeremnych (2004), būtina siekti, kad senas žmogus kuo ilgiau savarankiškai apsitarnautų, gyventų įprastinėje aplinkoje, galėtų tenkinti savo kultūrinius ir dvasinius poreikius, oriai gyventų visavertį gyvenimą, dalyvautų bendruomenės gyvenime, pagal galimybes būtų naudingas kitiems. Šie autoriai atliko pagyvenusių žmonių poreikių mokytis struktūros analizę, išanalizavo pokyčius ir tendencijas per pastaruosius 9 metus. Moksliniais tyrimais įrodyta potencialūs pagyvenusių ir senų žmonių gebėjimai suprasti naują informaciją, jų trumpalaikės atminties ir abstraktaus mąstymo pakanka mokymuisi. Taigi dauguma pagyvenusių žmonių ir net ilgaamžių galėtų sėkmingai mokytis ir įgyti naujų žinių. Pagrindiniai senstančių žmonių mokymosi principai – galimybė pasirinkti dominantį mokslą bei gauti žinių apie jį pagyvenusiajam priimtina forma. Visi gyvenimo kokybės aspektai yra svarbūs vyresnio amžiaus klausytojams nepriklausomai nuo fizinės ir psichologinės sveikatos bei nepriklausomybės" (Gerontologija, 2004, V tomas, psl. 38 – 49).

J. Misiūno (2005) nuomone, esama teisinė bazė nepakankamai skatina vyresnio amžiaus žmonių išlaikymą darbo rinkoje, o kai kuriais atvejais, netgi užkerta kelią jų tolesniam darbui (pvz. dirbti valstybės tarnyboje). Manoma, kad turėtų būti sudaromos sąlygos pagyvenusiems ir seniems žmonėms dirbti ne visą darbo dieną, pamainomis, sezoninį darbą ir pan., tuo pačiu pagerėtų žmonių socialiniai ryšiai, jų aktyvumas, pilnavertiškumas.

Statistikos departamento tyrimo duomenimis, 2006 m. pabaigoje dirbo 73 tūkst., arba 11 proc., 60 metų ir vyresnių gyventojų. Dirbo kas šeštas šio amžiaus vyras ir kas penkiolikta moteris.

4 lentelė

Pagyvenusių ir vyresnio amžiaus žmonių užimtumo lygis procentais 1998 – 2002

	1998 m	1999 m	2000 m	2001 m	2002 m
Užimtumo lygis %	53,5	53,2	49,9	48,3	49,9

Šaltinis: Pranešimas apie Lietuvos socialinės apsaugos sistemą, 2003 m

Svarbią reikšmę pagyvenusių žmonių pajamoms ir jų garantijoms turi išankstinės socialinės draudimo senatvės pensijos, kurios nustatytos 2003 m. lapkričio 18 d. Valstybinių socialinio draudimo senatvės pensijų išankstinio mokėjimo įstatymu ir mokamas nuo 2004 m. liepos 1 d. Visuomenė ir jos atitinkamos institucijos yra įpareigtos atverti pagyvenusiems žmonėms galimybes jų asmeniniam ugdymuisi ir dalyvavimui visuomenės gyvenime; jos turi garantuoti jiems įvairią

socialinę ir medicinos pagalbą, atitinkančią jų reikmes ir patenkinančią asmens orumo, teisingumo bei laisvės poreikį. Siekiant šio tikslo, kartu su bendrąją gerovę skatinančia ir saugojančia valstybės politika, reikia – laikantis subsidiarumo principo – remti ir plėtoti savanorišką veiklą bei krikščionišką artimo meilės įkvėptą iniciatyvą. (Pranešimas apie Lietuvos socialinės apsaugos sistemą, 2003 m., psl. 16).

Kaip teigia R. C. Atchley (1997), JAV labai intensyviai plėtojasi trumpalaikės svetingumo programos 60-mečiams ir vyresniems žmonėms, kurias koordinuoja pelno nesiekianti korporacija ir kuriose dalyvauja aukštosios mokyklos. Privačiose mokyklose taip pat plėtojamos tokios programos, kurios praplečia pagyvenusių ir senų žmonių socialinės veiklos ir gyvenimo kokybės laidavimo galimybes. Pasak autorių N. Večkienės, V. Večkio, M. Vidugirytės - Hartblay (2002), Lietuvoje bendruomenių aktyvumas pastarąjį dešimtmetį taip pat labai suaktyvėjo plėtojant ir bendradarbiaujant socialinės gerontologijos programos klausimais.

Apibendinant pagyvenusių ir senų žmonių užimtumo problemą, anot autorių, reikia skatinti naujų asociacijų pagyvenusiems žmonėms kūrimą, taip pat remti jau egzistuojančias. Gerontologinių programų kūrimas ir plėtojimas prisidėtų prie humanistinių vertybių raiškos, pagyvenusių ir senų žmonių gyvenimo būdo formavimosi ir atskleistų jų susidomėjimą mokymuisi ir pan. Daugėjant pagyvenusių ir senų žmonių skaičiui didėja biudžeto išlaidos jiems išlaikyti, todėl būtina siekti, kad senas žmogus kuo ilgiau savarankiškai apsitarnautų ir gyventų įprastinėje aplinkoje.

2. PAGYVENUSIŲ IR SENŲ ŽMONIŲ SOCIALINIAI RYŠIAI

2.1. Senatvės poveikis socialiniams žmogaus vaidmenims

Kaip teigia R. C. Atchley (1997), socialiniai vaidmenys labai reikšmingi kiekvienam individui, nes per juos jis suvokia save. Kiekviename amžiaus tarpsnyje vaidmenis lemia tam tikros amžiaus normos. Jos parodo, kaip žmogus turėtų elgtis, būdamas tam tikro amžiaus. Daugelį šių normų suformavo mūsų tradicijos, tačiau dažnai jos yra derybų ir kompromisų rezultatas.

Anot G. D. Myers (2000), žmonių gyvenimą įtakoja ne tik fiziniai bei protiniai sugebėjimai, bet ir socialinė aplinka. Žmonės sąveikauja vieni su kitais, kaip tam tikrų vaidmenų atlikėjai. Vaidmenys, kuriuos atlieka, nuosekliai kinta gyvenimo bėgyje, priklausomai nuo žmonių amžiaus arba gyvenimo etapo. Socialiniai vaidmenys žmogaus gyvenime yra labai reikšmingi, nes per juos žmogus suvokia save. Kiekviename amžiaus tarpsnyje vaidmenis lemia tam tikros amžiaus normos. Jos parodo, kaip žmogus turėtų elgtis, būdamas tam tikro amžiaus. Daugelį šių normų suformavo

mūsų tradicijos, tačiau dažnai jos yra derybų ir kompromisų rezultatas. Vaidmuo - tai tipiškas, arba laukiamas elgesys, siejamas su tam tikra pozicija grupėje. Pozicijos ir su jomis susiję vaidmenys paprastai turi konkrečias etiketes, pavyzdžiui: studentas, vadybininkas, tėvas, pensininkas, savanoris, ir pan. Žmonės nėra izoliuotų vaidmenų atlikėjai - atvirkščiai, veikia sąryšyje su kitais "aktoriais". Įvairios pozicijos grupėje susietos viena su kita, nepriklausomai nuo to, kas atlieka konkretų vaidmenį. Didelė dalis kasdieninio gyvenimo susideda iš žmogiškų santykių, kuriuos bent iš dalies nulemia socialiniai veikiančių asmenų vaidmenys ir pozicijos. Tačiau kasdieninio gyvenimo veiksmas labiau primena improvizuotą teatrą, kuriame veikėjai ir dialogai yra kuriami tiesiog scenoje, nei formalų, kuriame veiksmas yra iš anksto apibrėžtas.

Kaip nurodo C. Sutton (1999), ne visi vaidmenys yra vienodai prieinami, tinkami ir nekintami visiems individams. Tokios žmogaus charakteristikomis, kaip amžius, lytis, socialinė klasė, rasė nusako tam tikrus individui prieinamų vaidmenų aspektus. Pavyzdžiui, amžius įtakoja individo galimybę būti išrinktam į tam tikrą poziciją. Vyresnio amžiaus žmonės dažnai būna neberenkami užimti tas pozicijas, kurias jie vertino. Viena ar kita pozicija grupėje žmonėms tampa prieinama todėl, kad jie atitinka tam tikrus kriterijus. Daugumoje visuomenių skirtingos pozicijos, teisės, pareigos, privilegijos ir įsipareigojimai yra prieinami tik tam tikro amžiaus žmonėms. Gyvenimo bėgyje individui prieinamų pozicijų ratas kinta. Amžius taip pat įtakoja vaidmenų "tinkamumą" - tai yra, žmonės turi tam tikrą bendrą supratimą apie tai, ką tinka daryti ir kas nedera vaikams, paaugliams, vidutinio ir senyvo amžiaus žmonėms. Be to, lūkesčiai keliami skirtingo amžiaus to paties vaidmens atlikėjams, taip pat skiriasi - pavyzdžiui, vienokie reikalavimai keliami jaunam, kitokie - vyresnio amžiaus firmos darbuotojui.

Pasak R. C. Atchley (1997), kalbant apie amžiaus įtaką žmonių gyvenime, svarbi "amžiaus normų" sąvoka. Amžiaus normos pasako, kas yra leidžiama ir reikalaujama iš tam tikro amžiaus žmonių, kokie jie gali ir privalo būti. Kai kurios bendro pobūdžio amžiaus normos nustato tinkamą įvairių socialinių vaidmenų atlikėjų apsirengimą, išvaizdą ar elgesį. Kitos amžiaus normos reguliuoja individų įėjimo, veikimo ir pasitraukimo iš socialinių vaidmenų, grupių ir institutų etapus. Daug amžiaus normų fiksuotos tradicijose, kitos yra teisiškai įformintos. Amžiaus normose slypi prielaidos, kurios nusako, ką žmogus, esantis tam tikroje gyvenimo epochoje, privalo ir ką gali daryti. Pavyzdžiui, mūsų visuomenėje tam tikros galimybės yra apribotos tiek vaikams, tiek vyresnio amžiaus žmonėms, kadangi daroma prielaida, kad jie yra nepakankamai stiprūs, patyrę ar išsimokslinę, nesugebantys priimti brandžių sprendimų. Tarkim, vyresnio amžiaus darbuotojai ne visada gali pasinaudoti tobulinimosi ar apmokymo galimybėmis.

Amžiaus bėgyje, anot D. Bartkutės (2000), kinta ir pats gyvenimo būdas, kadangi vėlesniais savo gyvenimo metais žmonės turi daug daugiau laiko laisvalaikio užsiėmimams. Žmonėms senstant, vis dažnesni tampa tokie užsiėmimai, kaip televizoriaus žiūrėjimas, lankymasis svečiuose, skaitymas ar sodininkystė. Žmonės socialinius vaidmenis atlieka konkrečiose vietose, ir tai, kaip jie atlieka savo vaidmenis, gan nemaža dalimi įtakojama jų aplinkos tinkamumo. Senėjimas potencialiai atneša pasikeitimus į tris aplinkos tipus: darbo vietą, namus ir bendruomenę. Kai kurie žmonės linkę labai prisirišti prie vietų ir daiktų. Tokiems žmonėms aplinkos pasikeitimai yra labai reikšmingi. Išėję į pensiją žmonės dažnai ilgisi įprastos darbo vietos. Net jei ta vieta nebuvo labai maloni, ji buvo sava ir gerai pažįstama, ir būtent tai yra labai svarbu daugeliui žmonių. Be to, darbe reikalingi ir išstobulinti įgūdžiai ne visuomet gali būti pritaikyti kitoje veikloje. Vyresniems žmonėms, kurie keičia gyvenimo vietą ar bendruomenę, tai gali lemti labai sukrečiantį pasikeitimą. Žmonės prisiriša prie įvairių gyvenamosios vietos smulkmenų - ilgai gyvenant vienoje vietoje, aplinka sukaupia galybę asociacijų su praeitimi. Be to, naujoje vietoje susipažinti su nauja bendruomene užima laiko. Vyresni žmonės, kuria keičia savo gyvenamą vietą, dažnai turi nutraukti daugybę ilgalaikių ryšių, kurių užmezgimas naujoje bendruomenėje visuomet yra sunkus, o kartais ir neįmanomas.

Kaip teigia D. Pieters (1998), stebint žmones galima matyti ne tik jų vaidmenis, santykius, dalyvavimą grupėje, veiklas ir aplinkas, bet ir tai, kaip pasirinkimų, išsipareigojimų ir asmeninio būdo dėka šie elementai apjungti į vadinamą gyvenimo stilių. Netgi atsižvelgiant į socialinės klasės, lyties, etninės kilmės ir amžiaus primetamus apribojimus, yra daugybė galimybių sujungti individo darbinis, laisvalaikio, šeimos, draugų, kūrybingumo, pagalbos kitiems, ir daugybę kitų interesų į asmeninį gyvenimo stilių. Tačiau gyvenimo stiliaus kūrimas yra ne vien asmeninis reikalas. Gyvenimo stiliuje slypinčios vertybės yra nulemtos iš dalies kultūrinių ir subkultūrinių tradicijų, iš dalies - asmeninės patirties. Gyvenimo stilių įtakoja amžiaus kohorta ir gyvenamas periodas. Vieno laikotarpio "tradicinis" gyvenimo stilius gali būti "nukrypęs" ir netinkamas kitu laikotarpiu.

Kaip pažymi N. Večkienė (2002), senėjimas labai įvairiais būdais gali keisti gyvenimo stilių. Fizinės galimybės, ekonominis pajėgumas, narystė grupėje, veiklos ir aplinka kinta su amžiumi, todėl individas gali būti priverstas atsisakyti jam patinkančio gyvenimo stiliaus. Tačiau senėjimas atneša ir tam tikrą laisvę nuo socialinių apribojimų, o tai gali priartinti gyvenimo stilių prie asmeninių vertybių ir leisti individui atsisakyti jį netenkinančio gyvenimo stiliaus. Kai kurie žmonės niekuomet nesukuria gyvenimo stiliaus, kuris būtų jiems tinkamas. Dauguma žmonių viso "subrendusio" gyvenimo bėgyje siekia išlaikyti įprastą "brandų" gyvenimo stilių. "Taigi, socialinis senėjimas reiškia, kad visuomenė, remdamasi individų amžiumi, jiems priskiria atitinkamas pozicijas ir vaidmenis. Jų nulemti santykiai apsprendžia žmonių dalyvavimo visuomenės gyvenime

pobūdį ir galimybes. Gyvenimo bėgyje atliekami vaidmenys keičia vienas kitą, atnešdami socialinės aplinkos ir gyvenimo stiliaus pasikeitimus" (Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos, 2002, p. 145).

Apibendrinant galima teigti, kad senėjimas įtakoja socialinius žmogaus vaidmenis. Būdami senyvo amžiaus jie privalo atsisakyti daugelio įprastų vaidmenų, o naujus, mažiau apibrėžtus vaidmenis yra sunkiau suvokti. Daugumoje visuomenių skirtingos pozicijos, teisės, pareigos, privilegijos ir išpareigojimai yra prieinami tik tam tikro amžiaus žmonėms. Senėjimas gali pakeisti žmogaus gyvenimo stilių. Žmogaus fizinės galimybės, ekonominis pajėgumas, narystė grupėje, veiklos ir aplinka kinta kartu su amžiumi, todėl individas gali būti priverstas atsisakyti jam patinkančio gyvenimo stiliaus. Visuomenė, remdamasi individų amžiumi, jiems priskiria atitinkamas pozicijas ir vaidmenis.

2.2. Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumai

Anot B. Gaigalienės (1999), siaurėjant pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ratui, atsiranda tokios socialinės problemos, kaip vienišumas, liūdnumas, nepakankamos pajamos, poreikis globai, kasdieninės veiklos apribojimas, aktyvumo sumažėjimas, socialinė krizė, bendravimo problemos bei psichikos būklės pakitimai. Jei dėl fizinių defektų, psichologinių ar socialinių apribojimų pagyvenęs ar senas žmogus nebegali užsiimti įprastine veikla, būtina pakeisti ją kita veikla, kad išsaugotume žmogaus vertės pojūtį.

Pasak A. Palujanskienės (2002), senatvė – toks socialinis vaidmuo, kurį atliekant mokomasi neturėti jokio vaidmens. Kalbant apie pagyvenusių ir senų žmonių gerovę reikia atkreipti dėmesį į keletą svarbių veiksnių. Svarbūs yra psichologiniai veiksniai – tapatumo ir tęstinumo jausmas, galimybė palaikyti vertingus santykius, patiriami praradimai ir netektys bei žmogaus dabartinė asmenybė. Vis dėlto individualus prisitaikymas priklauso ne vien nuo asmenybės ar elgesio, jį taip pat veikia patiriami suvaržymai: juos uždeda silpnėjanti sveikata, paramos tikslai ir asmeninės aplinkybės, platesnės visuomenės susikurti seno žmogaus įvaizdžiai ir stereotipai. Pagyvenusių ir senų žmonių asmenybės labai skirtingos ir išraiškingos. „Optimistiškai nusiteikę būna tie, kurių socialinė situacija palanki, sveikata gera, nekamuoja finansinės ir gyvenamojo ploto problemos, be to, jie bendrauja su savo šeima ir draugais, dar daug kuo domisi. Tie, kurie nieko iš gyvenimo neišmoksta, nepasiekia ir „laimingos“ senatvės, nes nesugeba prisitaikyti prie pokyčių socialinėje aplinkoje, neįveikia fizinio, psichinio ir socialinio pažeidžiamumo“ (Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos, 2002, p. 98).

Pranešime apie žmogaus socialinę raidą (1997) pažymima, kad ekonominiai apribojimai lemia pagyvenusių ir senų žmonių socialinės integracijos galimybes, nes jie tiesiogiai susiję su palaikomu socialinių ryšių skaičiumi bei intensyvumu. Tuo būdu, stipriai veikiamas pagyvenusio ir seno amžiaus žmogaus visuomenėje įvaizdis. Senyvas amžius yra ir socialinių ryšių praradimo laikas. Išėjimas į pensiją – tai ne tik darbo vietos ir pajamų praradimas, bet ir asmeninių kontaktų mažėjimas, nes žmogus praranda galimybę kasdien bendrauti su tam tikrų žmonių grupe.

Kaip teigia I. Gruščinskienė E. Rudzinskienė (1999), senatvėje socialiniai ryšiai mažėja natūraliai: fiziškai sunkiau kontaktuoti su artimaisiais, draugais dėl pablogėjusios sveikatos ir ekonominių suvaržymų. Šiuo laikotarpiu ryšiai su draugais nutrūksta ir dėl jų mirties. Vaikai jau būna užaugę ir palikę namus. Tad bendravimui dažniausiai lieka tik kaimynai ir sutuoktinis, jei jis dar nemiręs.

Apibendrinant autorių išsakytas mintis, galima teigti, kad pagyvenusių ir senų žmonių asmenybės labai skirtingos ir išraiškingos, o jų ekonominiai apribojimai lemia pagyvenusių ir senų žmonių socialinės integracijos galimybes. Išėję į pensiją žmonės praranda kasdieninę bendravimo galimybę, dėl tam tikrų priežasčių sunkiau sekasi kontaktuoti su artimaisiais, bei draugais. Senstantis žmogus sunkiau prisitaiko prie savęs ir aplinkos, o tai sukelia stresą, dažnai pabaigiantį depresija.

2.2.1. Buvusios socialinės padėties praradimas

Anot V. Lesauskaitės (2001), pagyvenę ir seni žmonės turi kovoti su daugybe jiems primetamų stereotipų, nurodančių, kaip jiems derėtų elgtis tokiame amžiuje. Visuomenėje egzistuoja nuomonė, kad šio amžiaus žmonės yra nekompetentingi, silpni ir nenaudingi, nebesugebantys dirbti, todėl pagyvenusieji dažnai turi ribotas saviraiškos, savirealizacijos galimybes. Šie stereotipai yra pavojingi, nes seni žmonės priima juos kaip neišvengiamus, nepriklausančius nuo jų valios, ima gyventi pagal juos, kad pateisintų visuomenės lūkesčius. Manoma, kad mūsų visuomenėje egzistuoja lūkesčių, susijusių su amžiumi, sistema, o pagyvenę ir seni žmonės stengiasi nuo jos nenukrypti, nes bijo neigiamo visuomenės vertinimo.

Kaip teigia R.C. Atchley (1997), senatvė daugeliui asocijuojasi su tuo, kad, jai atėjus, mažėja vaidmenų, jie dažniausiai yra neapibrėžti ir neaiškūs, neigiamai vertinami, todėl pagyvenusių ir senyvo amžiaus žmonių statusas nuolat mažėja. Jie stumiami iš darbo, savanoriškų organizacijų, neretai nutrūksta ir jų ryšiai su savo suaugusiais vaikais. Taip prarandami svarbūs vaidmenys, kurie skatintų pagyvenusius žmones naudingai veiklai. Perėjimas prie naujų vaidmenų, kuriuos turi atlikti pagyvenę ar senyvo amžiaus žmonės, problemiškas. Žmonės nepakankamai yra pasiruošę senatvei,

todėl jiems ir yra sunkiau prisitaikyti prie naujos padėties. Problema ta, kad prarandama daugelis socialinių įsipareigojimų, kurie ir vyresniame amžiuje skatina žmogų naudingai veikti. Jų statusas tampa neaiškus ir neapibrėžtas, jie jaučiasi nuvertinti. Pagyvenę ir seni žmonės mūsų visuomenėje retai gali džiaugtis prestižu, aukštu statusu, turtais bei įtaka. Negalima teigti, kad šios charakteristikos tinka visiems pagyvenusiems ir senyvo amžiaus žmonėms, pvz.: manoma, kad dėstytojai, mokslininkai bei teisininkai, o ypač filosofai, savo tikrąjį indėlį gali įnešti tik būdami vyresnio amžiaus, todėl jų statusas auga su amžiumi, o daugumos prestižas, statusas su amžiumi neišvengiamai krinta žemyn. Kai žmonės išeina į pensiją, jie dažnai pamirštami, iš jų niekas nieko nebesitiki, neberekalauja ir jais nebesidomi. Mūsų visuomenėje visi skuba, yra užimti ir pensininkai atsiduria tarsi kitoje erdvėje.

Kaip pažymi I. Gruščinskienė E. Rudzinskienė (1999), vyresniajai kartai adaptuotis prie naujų gyvenimo sąlygų be galo sunku. Pagyvenę žmonės dažnai nebeatlieka ir tėvų vaidmens, nes jų vaikai jau suaugę ir gyvena atskirai, todėl senyvų žmonių atliekamų pareigų sumažėja, ir statusas visuomenėje žemas, jie dažnai vertinami kaip nereikalingi, nesugebantys savęs išlaikyti žmonės.

Pasak J. Kairio (2002), egzistuoja savotiškas „socialinis laikrodys“, nurodantis žmonėms, ar jų gyvenimas klostosi pagal visuotinai priimtą schemą. Nuo jo nukrypus, žmonės jaučia pavojų. Nuomonę apie „socialinį laikrodį“ stipriai įtakoja amžiaus grupių normos. Amžiaus grupių stereotipai ypač kenksmingi vyresnio amžiaus žmonėms, nes būdami tokio amžiaus jie privalo atsisakyti daugelio įprastų vaidmenų, jiems paprastai sunku suvokti naujus, mažiau apibrėžtus vaidmenis.

Anot A. Trimako (1997), C. J. Trupperis studijavęs į pensiją išėjusių padėtį, sudarė daug naudingų užsiėmimų bei teigiamų laikysenų sąrašą, kuris padeda šio amžiaus žmonėms:

- 1) apsimesti, kad išeinant į pensiją, išeinama iš darbo, bet ne iš gyvenimo;
- 2) į daug ką žiūrėti su humoru - į save, į kitus, į aplinką ir situacijas;
- 3) gyvenime turėti konkretų tikslą, pavyzdžiui, padėti vaikams ar anūkams, ar darbuotis bendruomenėje, visuomeninėje veikloje ar pan.;
- 4) kasdien padėti kitiems, iš to kyla jausmas, kad esi naudingas;
- 5) pakankamai pailsėti, bet ir veikti, kad gyvenime būtum veikėjas, ne vien žiūrovas;
- 6) pritramdyti ambicingus norus;
- 7) domėtis gyvenimu, jį stebėti, pavyzdžiui, sekti politines žinias;
- 8) skaityti tik geras knygas;
- 9) kasdien ką nors parašyti, pavyzdžiui, laišką ar savo pastabas apie įvykius;
- 10) kasdien padirbėti fiziškai;

- 11) kreipti daugiau dėmesio į aprangą (nes kartais imama apsileisti);
- 12) stengtis būti patraukliam jaunesniems žmonėms;
- 13) kalbant stengtis kalbėti trumpai, aiškiai, be pasikartojimų;
- 14) dalyvauti religinėse pamaldose;
- 15) gyventi tarsi gyvensi dar šimtą metų (nes nuolatinis galvojimas apie mirtį nieko nepadės)“.

Apibendrinant galima teigti, kad žmogui senstant palaiptai prarandama ir jo socialinė padėtis, ir daugelis išipareigojančių socialinių vaidmenų, kurie vyresniame amžiuje skatina žmogų naudingai veikti. Pagyvenusių ir senų žmonių socialiniai vaidmenys tampa neaiškūs ir neapibrėžti, žmogus jaučiasi nuvertintas. Pagyvenę ir seni žmonės, mūsų visuomenėje, retai gali džiaugtis prestižu, aukštu statusu, įtaka. Manoma, kad geriausias šios problemos sprendimo būdas galėtų būti pagyvenusių ir senų žmonių veiklos skatinimas, savęs įprasminimas kurioje nors veikloje. Taip pat keistini ir visuomenės suformuoti stereotipai seno žmogaus atžvilgiu. Kaip teigė popiežius Jonas Paulius II, pagyvenusį ir seną žmogų visuomenė turėtų priimti, kaip patirtį, kaip išmintį, jausti jiems pagarbą.

2. 2.2. Sutuoktinio vaidmens netekimas – našlystė

Kaip pažymi R. C. Atchley (1997), našlystė, tai dar vienas socialinių vaidmenų pokytis, būdingas senatvei, kuri veda šiuos žmones izoliacijos link, ji susijusi su socialinėmis, psichologinėmis, bei ekonominėmis problemomis. 1999 metais JAV daugiau nei pusė vyresnių kaip 65 metų moterų ir apie 20 proc. vyrų našlavo.

Anot G. Navaičio (1999), atsiradusios psichologinės pasekmės pagyvenusiems ir seniems žmonėms itin skaudžios - našlystė veda šiuos žmones izoliacijos link. Dažnai žmogus praranda ryšius su mirusiojo giminėmis. Kartais vieno iš sutuoktinių mirtis taip pat gali nutraukti santykius tarp likusiojo partnerio ir kitų porų, su kuriomis sutuoktiniai anksčiau draugavo. Našlystė, didėjanti izoliacija veda prie didžiausios šio amžiaus žmonių problemos - vieatvės. Kiekvienam reikalinga kokia nors sąveika su kitais žmonėmis. Jau vien iš vienišumo baimės keičiasi senų žmonių elgesys: jiems patiems jis atrodo tinkamas, o aplinkiniams keistas ir įkyrus. Tai ir daugelio senų žmonių šnekumas, kartais virstantis begaliniu plepumu, ir jų jėgas pranokstantis, nesavikritiškas uolumas. Senas žmogus per daug dažnai reikalauja dėmesio ir pagalbos - paprastai iš sūnų ar dukterų, tai irgi apsauginė priemonė nuo vienišumo. Šie pasikeitimai turėtų būti rimtas signalas artimiesiems. Todėl

pravartu nukreipti vyresnių žmonių dėmesį į tas veiklas, kurios dėl vienvietės stokos anksčiau jiems buvo mažiau prieinamos.

Kai nurodo H. Blonski (2000), dabartinėje visuomenėje tapęs našliu, pagyvenęs žmogus gyvena vienas ir nebeturi aiškiai apibrėžto vaidmens šeimoje. Tam, kad galėtų dalyvauti kokioje nors socialinėje sistemoje, individas turi turėti tam tikrų savybių ar sugebėti atlikti tam tikras paslaugas, kurių kitam šios sistemos nariui reikėtų. Kai iš žmogaus nieko nesitikima, jis jaučiasi nenaudingas. Senas našlaujantis tėvas ar motina nieko nebegali duoti vaikams. Dabar dažna tokia situacija Lietuvoje, kai tėvai negali paremti vaikų materialiai, jų patarimai, požiūriai, vertybės nebevertinami, susvetimėjama, atsiranda inertiškumas, peraugantis į abejingumą. Todėl tokie tėvai susiduria su nuolatine problema - nusilenkti vaikų autoritetui ar susidurti su vienviete, gyvenant vienam.

Kaip pažymi R. C. Atchley (1997), sprendžiant našlystės problemą, didžiulį vaidmenį vaidina draugai. Pagyvenusiems ir seniems žmonėms reikia draugų, prisirišimo, paramos daugiau nei bet kada. Draugai teikia naudingumo, reikalingumo jausmą, padeda sumažinti įtampą, atsiradusią netekus pagrindinių vaidmenų, tačiau tuo metu, kai draugystė tampa tokia svarbi, draugų mažėja. Žmogaus ryšys su žmogumi - anaipol ne tik dvasinė vertybė, jis sustiprina ir žmogaus sveikatą, nes nuo gerų, draugiškų santykių dažnai priklauso nuotaika, sveikata. Daug senų, pagyvenusių žmonių gyvena vieni ir įveikti vienvietę dažniausiai jiems padeda draugai, o ne vaikai, nes su draugais palaikomi santykiai yra lygiaverčiai, savanoriški, abiems pusėms įdomūs, kai tuo tarpu su vaikais ne visada, nes vaikai kartais bendrauja su tėvais tik iš pareigos, be to, vaikai yra ne tos pačios kartos - dažnai būna nuomonių skirtumai. Autorės žodžiais, medikai savo stebėjimais gali tik patvirtinti išvalgaus prancūzų rašytojo ir humanisto išreikštą mintį, dargi pridurdami, kad žmogaus draugystėje su kitu žmogumi labai dažnai slypi jo optimizmo ištakos. Optimizmas ir gilioje senatvėje žadina kūrybines galias, sveikatą ir pasitikėjimą savo jėgomis.

Kaip teigia N. Večkienė (2002), susirasti draugų ir palaikyti draugystę pagyvenusiems ir seniems žmonėms gana sunku. Susirasti draugų dažnai trukdo ekonominiai sunkumai, nes našlių pensijos yra gana mažos, o tai - nepakankamas pragyvenimo šaltinis. Dėl to daugelis pagyvenusių ir senų žmonių užsisklendžia savyje, susitelkia tik ties savomis ekonominėmis problemomis. Taip pat nemažai įtakos turi ir paties žmogaus asmeninės savybės, nes ne kiekvienas gali greitai ir lengvai užmegzti artimus ryšius. Pastebima, kad tie žmonės, kurie anksčiau turėjo daugiau draugų, daugiau ryšių, jų turi ir senatvėje, nors mažiau. Uždari, savimi nepasitikintys žmonės jų nedaug teturėjo jaunystėje, taigi senatvėje draugų būna dar mažiau. Aktyvieji, netekę sutuoktinio, linkę susigrąžinti santykius su buvusiais draugais ar užmegzti naujus, o pasyvieji linkę užsisklęsti savyje, tokiu būdu pridarydami daugiau problemų ne tik sau, bet ir aplinkiniams. Anot autorės, adaptacija prie naujo našlystės

vaidmens priklauso ir nuo to, kiek vaidmenų visuomenėje turėta. Pavyzdžiui mažuose miesteliuose gyvenančios senos moterys mažiau izoliuotos nei dideliuose miestuose, nes turi geresnes galimybes prisiimti kitus socialinius vaidmenis.

Apibendrinant galima teigti, kad našlystė, tai dar vienas iš senatvei būdingų socialinių vaidmenų pokyčių. Sprendžiant našlystės problemą, didžiulį vaidmenį vaidina draugai, kiti artimi žmonės. Šiame gyvenimo tarpsnyje pagyvenusiems ir senyvo amžiaus žmonėms reikia draugų, prisirišimo, paramos daugiau nei bet kada. Draugai teikia naudingumo, reikalingumo jausmą, padeda sumažinti įtampą, atsiradusią netekus sutuoktinio vaidmens.

2.2.3. Tėvystės vaidmens netekimas

Kaip teigia R. Naujanienė (2002), senatvėje stengiamasi išlaikyti vidutinio amžiaus veiklos sritis kiek galima ilgiau. Senstant mažėja socialinė sąveika, ir žmogus prieš savo norą pamažu išstumiamas iš aktyvaus gyvenimo.

Pasak A. Palujanskienės (2002), fizinis senėjimas nėra pagrindinė nuotaikos ir elgesio pokyčių vyresniajame amžiuje atsiradimo priežastis. Vaidmenų pokyčiai, susiję su ilgalaičiu atsiskyrimu nuo visuomenės daug svarbesni faktoriai negu fiziniai pokyčiai. Atsiskyrimas nuo šeimos ir užimtumo sistemos labai pakeičia žmonių gyvenimus. Kol žmonės tebedalyvauja šiose sistemose, jie nesiskiria nei socialiai, nei psichologiškai nuo jaunesnių žmonių. Taigi pirmieji senatvės požymiai retai būna tik fiziologiniai. Daugelis žmonių pajunta besiantinančią senatvę tik po to, kai jų vaikai suauga ir palieka namus.

Sociologai, apibūdindami tėvų depresiją vaikams palikus namus, vartoja terminą „tuščias lizdas“. Tėvystės rolės netekimas yra tolygus reikšmingumo praradimui ir ypač ryškus senatvės ženklas, reiškiantis aktyvaus tėvystės vaidmens pabaigą. „tuščio lizdo“ reiškinys gali būti emocinės įtampos, izoliacijos, vienatvės ir nereikalingumo jausmų atsiradimo priežastis. Šį praradimą galima kompensuoti, auginant ar prižiūrint vaikaičius. „Senelių vaidmuo palengvina psichologinę įtampą, atsiradusią praradus aktyvią tėvystės rolę. Šis vaidmuo nereikalauja aiškių įsipareigojimų, bet simboliškai reiškia šeimos tęstinumą“ (Gruščinskienė I., Rudzinskienė E., 1999, p.35).

Anot J. Kairio (2002), pagyvenę ir seni žmonės jaučia pasitenkinimą, augindami ar prižiūradami vaikaičius. Jie nebeturi tokios atsakomybės, įsipareigojimų kaip augindami savo vaikus, tačiau kartu - ir tokio autoriteto.

R. Naujanienės (2002) nuomone, visuomenei būdinga, kad tėvai dėl vaikų dažnai atsisako savo asmeninio gyvenimo. Jie gyvena vaikų poreikiais, interesais, todėl vaikų išsikėlimas iš namų tėvams

ypač skaudus. Vakarų šalyse ryšiai tarp tėvų ir vaikų menkesni, silpnesnis prisirišimas, nes vaikai nuo pat mažų dienų mokomi savarankiškumo, o tėvai jau būna susitaikę su ta mintimi, kad jų vaikai gana anksti paliks namus. Lietuvoje vaikams palikus namus, tėvai pajunta didesnę tuštumą, nereikalingumo jausmą, tai sąlygoja didelio tėvų prisirišimo prie vaikų. Tai paaštrina „Tuščio lizdo“ reiškinį. Pastaruoju metu vaikų požiūris į tėvus keičiasi - jie ima orientuotis į Vakarų šalių patirtį: kuo anksčiau palieka tėvų namus, ima gana anksti gyventi savarankiškai. Šis reiškinys taip pat gali būti ne taip aštriai juntamas šeimose, kuriose auga keletas skirtingo amžiaus vaikų, tarp kurių gana nemažas amžiaus skirtumas: pamažu, vienam po kito vaikams išeinant iš namų, tėvams su tuo susitaikyti lengviau. „Norėdami, kad šis reiškinys nebūtų aštrus, tėvai turėtų, augant vaikams, pratintis prie minties, kad šie paliks jų namus, galbūt net bandyti pagyventi nuo jų atskirai (jei yra galimybė) arba dar prieš vaikams paliekant namus, įsitraukti į kokią nors įdomią visuomeninę, politinę ar kitą veiklą, o vaikams pradėjus gyventi atskirai, išnaudoti gyvenimo be vaikų privalumus: daugiau laiko skirti sutuoktiniui, pomėgiams, bendriems užsiėmimams. Be to, „nereikėtų nutraukti ryšių ir su vaikais ar jų šeimomis“ (Senatvė, kurios nelaukiame, 1999, p. 35).

Apibendrint galima teigti, kad pagyvenusiems ir seniems žmonėms sunku netekti tėvystės vaidmens. Lietuvoje susiformavo saviti vaikų ir tėvų tarpusavio ryšiai, tėvai, kurie yra labiau prisirišę prie savo vaikų, jų išėjimas jiems būna skausmingas, todėl dažnai sunkiai jie tai suvokia ir su tuo susitaiko. Tėvystės vaidmens netekimas yra tolygus reikšmingumo praradimui ir ypač ryškus senatvės ženklas, reiškiantis aktyvaus tėvystės vaidmens pabaigą. „Tuščio lizdo“ reiškinys gali būti emocinės įtampos, izoliacijos, vienatvės ir nereikalingumo jausmų atsiradimo priežastis. Būtina ruoštis psichologiškai vaikų išėjimui iš namų ir tai priimti, kaip naujo gyvenimo etapo pradžią.

2.2.4. Pagyvenusių ir senų žmonių kultūrinė veikla

Anot N. Večkienės (2002), išėjus į pensiją atsiranda daugybė laisvo laiko, kurį žmogus turi praleisti taip, kaip nori. Žmogus jaučia poreikį veikti naudingai ir pelningai. Išėjus į pensiją, atsiranda įtampa. Viena jos priežasčių - žmogus neberanda naujų vaidmenų, kurie galėtų pakeisti buvusiuosius. Žmonėms, turintiems daug pomėgių, nesusijusių su darbu, ir, be abejo, šaltinių, leidžiančių tuos pomėgius tenkinti, turėtų būti daug lengviau rasti naują vietą visuomenės gyvenime. Taigi kiekvienas turėtų mokintis praleisti laisvalaikį, ir tai būtų viena iš pagrindinių pensinio amžiaus žmonių socializacijos dalių.

Pasak I. Gruščinskienės E. Rudzinskienės (1999), laikas - milžiniška vertybė. Visas žmogaus gyvenimas, jo pasiekimai priklauso nuo to, kaip jis sugeba paskirstyti ir sunaudoti savo laiką.

Pagyvenę ir seni žmonės savo laisvalaikį naudoja pagal savo individualias galimybes ir poreikius: vieni daugiau dėmesio skiria kultūrinių poreikių tenkinimui, kiti domisi politiniu šalies gyvenimu, dar kiti rūpinasi tik savo buitimi. Asmenybės laisvalaikio turinys visada atspindi individo gyvenimo būdą, o tai svarbu pagyvenusių ir senų žmonių gyvenime. Išmokti rūpintis sveikata vyresniame amžiuje ir pomėgių nedarbo metu ugdymas yra labai svarbūs prisitaikymo prie pensinio amžiaus padėties veiksniai. Pagyvenusių ir senų žmonių kultūrinėje veikloje yra išskiriama jos struktūrinių elementų trys grupės:

- Kūrybinė veikla (savarankiškas mokymasis, kvalifikacijos kėlimas, meninė kūryba);
- Veikla, susijusi su kultūros įstaigomis (kino, teatro, koncertų, muziejų, parodų ir kitų renginių lankymas);
- Kultūrinė veikla namuose (TV laidų žiūrėjimas, radijo klausymas, grožinės literatūros, laikraščių, žurnalų skaitymas). Kaip bebūtų gaila, ši veikla Lietuvoje tarp senų žmonių populiariausia, nes ji labiausiai prieinama ir pigiausia.

Anot kardinolo J. F. Stalford (1999), pagyvenusiems žmonėms reikia padėti įveikti nuostatas, vedančias juos į abejingumą ir nepasitikėjimą ar netgi verčiančias atsisakyti aktyvaus dalyvavimo ir bendruomeninių įsipareigojimų. Reikia mokintis ir mokinti jaunąją kartą užmegzti ryšį su trečiojo ir ketvirtojo amžiaus grupių žmonėmis ir atsilipti į jų dažnai labai individualius, žmogiškus, socialinius, kultūrinius ir dvasinius poreikius.

Visuomenė ir jos atitinkamos institucijos yra įpareigosotos atverti pagyvenusiems žmonėms galimybes jų asmeniniam ugdymuisi ir dalyvavimui kultūriniame visuomenės gyvenime, atitinkančias jų reikmes ir patenkinančias asmens orumo, teisingumo bei laisvės poreikį. Siekiant šio tikslo, kartu su bendrąją gerovę skatinančia ir saugojančia valstybės politika, reikia – laikantis subsidiarumo principo – remti ir plėtoti savanorišką veiklą, bei krikščionišką artimo meilės įkvėptą iniciatyvą.

Pasak J. Misiūno (2005), valstybė siekia sudaryti pagyvenusiems ir seniems žmonėms sąlygas dalyvauti kultūriniame gyvenime, pasirinkti mėgstamą laisvalaikio būdą, išreikšti save. Tačiau šios kategorijos žmonėms kultūrinio gyvenimo prieinamumas yra gana ribotas. Pagyvenusių ir senų žmonių kultūros išlaidas riboja jų piniginės pajamos. 2002 metais šių gyventojų grupės poilsio ir kultūros išlaidos buvo 36 % mažesnės su vidutiniškai visų gyventojų. Dar mažesnę dalį sudaro kaimo gyventojų išlaidos. Dėl žemo materialinio gyvenimo lygio pagyvenę ir seni žmonės mažiau apsirūpinę kultūros ir laisvalaikio paskirties prietaisais: spalvotais televizoriais, vaizdo grotuvais, kompiuteriais ir pan. Pagyvenę ir seni žmonės rečiau lanko kultūros centrus, viešas bibliotekas, muziejus, nors jiems čia lankytis yra nustatytos tam tikros lengvatos. “Senstant visuomenei poreikiai pagyvenusių ir senų žmonių kultūriniam gyvenimui didėja, taip pat kyla reikalavimai kultūrinių

paslaugų kokybei. Todėl valstybė domisi šios kategorijos žmonių kultūros ir laisvalaikio poreikiais, organizuoja kultūros įstaigų tinklą, atsižvelgdama į pagyvenusių ir senų žmonių interesus. Taip pat siekia, kad visos kultūros įstaigos taikytų lengvatą pagyvenusiems ir seniems žmonėms” (LRS JTVP, Teisės institutas, Žmogaus teisės Lietuvoje, 2005m. psl. 237).

Apibendrinant galima teigti, būnat pensinio amžiaus, žmogui atsiranda daugybė laisvo laiko, kuri jis gali praleisti taip, kaip žmogui norisi. Tai būtų tinkamai orientuota veikla, atsižvelgiant į fizinius, dvasinius žmogaus poreikius. Kadangi mūsų valstybėje jau yra veikiančios socialinių paslaugų dienos centrai pagyvenusiems, seniems žmonėms, žmonėms su negalia, susikūrę klubai senjorams, tai ir būtų vienas iš laisvo ir turiningai praleidžiamo laiko būdų. Tokių klubų, dienos centrų lankymas skatina intensyvesnį visuomeninį bendravimą, užimtumą, saviraišką įvairiose meno, mokslo ir kt. srityse. Tokiu būdu žmonės save įprasmina, ima labiau save vertinti, jaustis vienaip ar kitaip naudingais, pilnaverčiais visuomenės nariais.

2.2.5. Kliūtys kelyje į ramią senatvę

Pasak K. Kriščiūno (1993), pagyvenę ir seni žmonės jaučiasi laimingi, kai gali tikėtis šeimos paramos ir supratimo, tačiau vienas iš labiausiai bauginančių amžiaus atneštų pasikeitimų yra priklausomybė, arba nepriklausomo suaugusio žmogaus statuso praradimas. Senyvi žmonės bijo tapti priklausomais, nesvarbu - fizinė ar finansinė priklausomybė, ji yra sunkiai priimtina pozicija daugumai žmonių.

Anot R. Rudytės ir R. Sargautytės (1998) atliktų tyrimų duomenimis, seni žmonės, gyvenantys globos namuose, dažniausiai jaučiasi kur kas izoliuoti ir priklausomi, negu tie, kurie gyvena šeimose. Šią baimę lengva suprasti, pasak C. Sutton (1999), nes nuo gimimo vaikai yra mokomi siekti nepriklausomybės ir gebėjimo pasirūpinti savimi, todėl nieko keisto, kad seni žmonės priešiška nusiteikę minčiai atsisakyti autonomijos ir tapti priklausomais nuo kitų. Be to, priklausomybė atneša pasikeitimus ir kituose vaidmenyse. Pavyzdžiui, kai kurie vyresni žmonės priversti tapti priklausomais nuo savo vaikų. Be to, priklausomybę dar apsunkina su tuo susiję lūkesčiai: tikimasi, kad priklausomi žmonės turi nusileisti savo geradariams, būti dėkingais už tai, ką gauna, ir atsisakyti teisės tvarkyti savo gyvenimą. „Pastaruoju metu dauguma pagyvenusių ir senų žmonių Lietuvoje yra priklausomi nuo savo vaikų ar kitų artimųjų. Šios amžiaus grupės žmonės - skurdžiausia visuomenės dalis, nebesugebanti dabartinėmis sąlygomis pragyventi iš savo pajamų, todėl jie priversti ieškoti pagalbos. Priklausomybės nuo kitų didėjimas yra labiausiai gąsdinantis

vaidmenų pokytis senatvėje“ (N. Večkienė, 2002, psl. 114). Pasak autorės, literatūroje išskiriamos keturios asmenų nepriklausomybės nuo kitų rūšys: ekonominė, fizinė, dvasinė, socialinė.

Kaip pažymi I. Gruščinskienė E. Rudzinskienė (1999), ekonominė nepriklausomybė - tai, kai žmogus turi pakankamai lėšų pragyvenimui (maistui, būstui, drabužiams). Fizinė nepriklausomybė - tai gebėjimas laisvai judėti ir pasirūpinti savo fiziologiniais poreikiais. Dvasinė nepriklausomybė - tai, kai asmuo turi budrią sąmonę, leidžiančią naudotis sukauptomis žiniomis, patirtimi ir įgūdžiais, sprendžiant socialines ir fizines aplinkos problemas. Socialinė nepriklausomybė reiškia, kad žmogus turi pakankamai galios reikalauti įvairių savo teisių be būtinybės pasikliauti kitų žmonių valia.

Anot G. Navaičio (1999), priklausomybės nuo kitų didėjimas yra vienas iš aplinkos veiksnių, galinčių įtakoti stresą ir įtampą. Žmonės ima jaustis bejėgiai, sumažėja jų savigarba, pasitikėjimas savimi. Ligos, skausmai, nusivylimai, šeimyninių ir žmogiškųjų santykių irimas, mažėjanti energija veda į priklausomybę. Nemaža dalis pagyvenusių ir senų žmonių nenori tapti priklausomais nuo savo vaikų, tačiau daugeliui tai yra neišvengiama. Dažnai pagyvenę ir seni žmonės nori gyventi arčiau vaikų, bet ne su jais. Viena priežasčių, kodėl šio amžiaus žmonės renkasi gyvenimą atskirai, yra ta, kad persikėlimas pas savo vaikus daugiau ar mažiau reiškia autoriteto netekimą ir priklausomybę nuo vaikų. Tėvai dažniausiai nenori, kad taip atsitiktų. Šiuo atveju kai kurie žmonės pasirenka valstybės teikiamas socialines paslaugas. Kai kurie žmonės ima jaustis bejėgiai, sumažėja jų savigarba, pasitikėjimas savimi. Ligos, skausmai, nusivylimai, šeimyninių ir žmogiškųjų santykių irimas, mažėjanti energija veda į priklausomybę.

Kaip pažymi R. C. Atchley (1997), sumažinti stresą, kylantį dėl priklausomybės nuo kitų, galima ir lyginant save su tais, kurių sveikatos būklė yra dar blogesnė. Negalėdami dalytis prisiminimais, pasirinkti tuos su kuriais norisi bendrauti ir iš kurių pagalbą norisi priimti, institucijoje apgyvendinti žmonės maištauja, būkštauja, nepasitiki ir nerimauja.

Apibendrinant galima teigti, kad pagyvenę ir seni žmonės dažnai susiduria su ekonomine, dvasine, socialine, bei fizine priklausomybe nuo kitų. Priklausomybės nuo kitų didėjimas yra vienas iš aplinkos veiksnių, galinčių įtakoti stresą ir įtampą. Ligos, skausmai, nusivylimai, šeimyninių ir žmogiškųjų santykių irimas, silpnėjanti žmogaus energija veda į priklausomybę. Svarbu pastebėti, kad mūsų visuomenėje - ryškus pagyvenusių ir senų žmonių priklausomybės, sąlygotos sunkios materialinės padėties, augimas.

2.3. Socialinis darbas su pagyvenusiais ir senais žmonėmis

Kalbėdamas apie socialinio darbo ypatybes gerontologijoje, S. Koskinen skiria dvi sąvokas: senėjimą ir seną amžių. "Senėjimas suprantamas kaip biologinių funkcijų kaitos psichologinis ir socialinis procesai, apimantys įvairias netektis, pasikeitimus (pereinamuosius laikotarpius) ir resursus, o senas amžius - kaip unikalus gyvenimo etapas su jam būdingomis funkcijomis, resursais ir krizėmis" (Gerontologija: ištakos ir perspektyvos, 2002, psl. 264).

Anot N. Večkienės (2002), šios sąvokos svarbios, apibrėžiant socialinio darbo klientą gerontologijoje. Tai vienas iš aspektų, įtakančių socialinio darbo procesą. Dauguma pagyvenusių žmonių gyvenimo eigoje susiduria su dažnomis draugų ar artimųjų netektimis. Kartu su amžiumi draugų pasitraukimas iš gyvenimo tampa vis skaudesnis. Jauni žmonės - dinamiški, jie įsijungia į naujas socialines grupes, naujai atranda ir praranda draugus. Tačiau netektis skaudi ir senam, ir jaunam. Daugelis jų žino, kad dėl sveikatos sutrikimų, nykstančių fizinių ir protinių galių, sumažėjusių pajamų galimybės ištraukti į socialinį gyvenimą yra ribotos. Antra vertus, net sėkmingai užmegzti nauji santykiai niekada negalės pakeisti senų, kurie formavosi dešimtmečiais. Todėl darbo eigoje svarbu įvertinti pagyvenusių žmonių patirtį.

Kaip teigia A. Walker G. Naegle (1999), socialinis darbas gerontologijoje yra seno žmogaus gerovės laidavimo politika. Gerontologijos srityje dirbantis socialinis darbuotojas, privalo išmanyti senėjimo procesą ir būti susipažinęs su biologiniais, fiziologiniais, psichologiniais ir socialiniais pokyčiais senstant. Sveikatos apsaugos ar globos (slaugos) srityse dirbantis socialinis darbuotojas turi išmanyti medicinos terminologiją, dažniausiai senų žmonių fizines bei psichines ligas, gydymo ir vaistų vartojimo procedūras, naujas medicinos technologijas, mitybą, fizioterapiją, užimtumo terapiją, kalbos terapiją ir pan. Sveikatos priežiūros sistemoje dirbančiam socialiniam darbuotojui būtina specifinė informacija apie diagnozę, ligą, su liga susijusias prognozes, gydymo procedūras bei vaistus, norint suprasti, kaip tai veikia seno žmogaus funkcionavimą. Su pažangiausiomis medicinos technologijomis susipažinęs darbuotojas konsultuodamas galės visapusiškai informuoti klientą apie jam prieinamus resursus.

Pasak L. C. Johnson (2001), iš daugelio socialinio darbuotojo atliekamų vaidmenų gerontologijoje svarbiausi yra šie: įgalintojas, švietėjas (mokytojas), konsultantas, tarpininkas ir advokatas (gynėjas). Įgalintojo vaidmenį socialinis darbuotojas prisiima tada, kai intervencija siekiama padėti klientui atrasti savo stipriąsias puses. Pasikeitimai pirmiausia vyksta dėl paties kliento pastangų pakeisti situaciją. Socialinis darbuotojas atsakingas už tai, kad klientas užbaigtų konkretų pokytį. Įgalintojo vaidmuo taip pat panaudojamas, padedant klientui rasti išeitį jo vertybės.

Tiek pagyvenusiems, tiek seniems žmonėms socialinis darbuotojas turėtų būti komunikacijos terapeutas ir modeliotojas. Kaip nurodo N. Večkienė (2002), atsižvelgdami į žmogaus ir aplinkos sąveikos svarbą, socialiniai darbuotojai siekia atkurti žmonių ir resursų sistemos pusiausvyrą. Tai tinka ir gerontologiniam socialiniam darbui. Galima išskirti keturis pagrindinius socialinio darbo tikslus :

- pagerinti pagyvenusių žmonių kompetenciją, problemų įveikimo ir sprendimo galimybes;
- padėti seniems žmonėms ir jų šeimoms gauti paslaugas (socialiniams darbuotojams veikiant kaip atvejo vadybininkams);
- plėtoti paslaugas ir bendradarbiauti bei koordinuoti veiklą tarp organizacijų, geriau tenkinant pagyvenusių klientų poreikius negu iki tol;
- pagerinti sąveiką tarp seno žmogaus ir kitų žmonių, gyvenančių bendruomenėje.

Pasak L. Danusevičienės S. Povilaikaitės (2002), siekiant šių tikslų, socialinis darbas turi prisidėti prie pagyvenusių žmonių politikos vietiniu ir nacionaliniu lygiu formavimo. Socialiniame darbe svarbu turėti pozityvią nuostatą: kiekvienas žmogus stengiasi gyventi prasmingai, tik skiriasi prasmingumo suvokimas. Prisiėmęs mokytojo vaidmenį, socialinis darbuotojas aprūpina pagyvenusį ar seną žmogų reikalinga informacija, padedančia įveikti iškilusias problemas, naudojantis naujais elgesio modeliais ar įgūdžiais. Socialinis darbuotojas kaip mokytojas teikia informaciją apie ligų gydymo procesus ir paslaugas bendruomenėje, padeda prisitaikyti prie pasikeitusių aplinkos sąlygų, ugdo naujus socialinius įgūdžius. Mokymas ir švietimas - labai svarbūs socialinio darbo aspektai. Kai kuriais atvejais socialinio darbuotojo suteikta informacija reikšmingai prisideda prie pokyčio vyksmo. Tačiau informacijos teikimas ir patarimai yra skirtingi dalykai, ir nedera jų painioti. Informacija dažnai sudaro lyg mažą patyrimo dalį, tad nuomonės turėtų būti aiškiai apibrėžtos. Pati informacija turi būti susijusi su problema, kurią reikia išspręsti. Konsultanto vaidmenį socialinis darbuotojas atlieka tiesiogiai dirbdamas su individualiais, grupėmis arba šeimomis ir siekdamas šių tikslų: skatinti ir plėtoti tarpasmenius santykius; išmokyti klientą (klientų grupę).

Pasak L. Lowy (1985), atlikdamas tarpininko vaidmenį, socialinis darbuotojas padeda asmeniui ar jo šeimos nariams susirasti ir gauti reikalingų paslaugų. Šis procesas apima situacijos įvertinimą, alternatyvių išteklių paiešką, asmens parengimą ir vadovavimą jam, susisiekimą su tinkama tarnyba (institucija) ir laidavimą, kad klientas sulauks pagalbos. Socialinis darbuotojas kaip tarpininkas veda derybas ir palaiko ryšius su konkrečiais pagyvenusiais ar senais žmonėmis ir jų grupėmis.

Anot B. R. Compton B. Galaway (1999), kaip gynėjas (advokatas), socialinis darbuotojas reprezentuoja ir gina pagyvenusio ir seno žmogaus teises. Šiame procese jis nėra neutralus, bet

tampa kliento reikalų atstovu: diskutuoja, konfrontuoja, sudaro sandėrius, derisi, ieško geriausių galimybių padėti klientui.

Apibendrinant galima pabrėžti, kad pagyvenęs ir senas žmogus yra pats atsakingas už savo pasirinktą egzistencijos būdą. Jo buvimas yra suprantamas kaip sąmoninga sąveika su kitais žmonėmis, gamtos pasauliu ir kaip nuolatinis siekis gyventi prasmingai. Galima teigti, kad pagyvenusiams ir seniems žmonėms su amžiumi tampa svarbus socialinis darbuotojas. Iš daugelio socialinio darbuotojo atliekamų vaidmenų gerontologijoje svarbiausi yra šie: įgalintojas, mokytojas, konsultantas, tarpininkas ir gynėjas. Visi jie skirti pagerinti pagyvenusių žmonių kompetenciją, problemų įveikimo ir sprendimo galimybes.

II. PAGYVENUSIŲ IR SENŲ ŽMONIŲ SOCIALINIŲ RYŠIŲ YPATUMAI

2.1. Tyrimo „Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumai“ metodologija

Tyrimo tipas ir duomenų rinkimo metodas. Atsižvelgiant į tyrimo tikslą buvo pasirinktas kokybinis tyrimas, atvejo instrumentinis tyrimo metodas. Šio metodo pagalba galima giliau išsiaiškinti ir suvokti pagyvenusių ir senų žmonių elgesio aspektus, požiūrius, patirtį, nuostatas, taip pat atskleisti kiekvieno iš jų realų gyvenimą. Atliekant kokybinį tyrimą, tyrėjas veikia ne pagal iš anksto parengtą detalų planą, nes veiklos lauko tyrime pats tyrėjas yra instrumentas, todėl nebūtina remtis tyrimo proceso stadijų eiliškumu, kad geriau suprasti tiriamųjų patirtį. Kadangi veiklos lauko tyrimas remiasi realybe, jis atliekamas natūraliomis sąlygomis, be griežtos struktūros ar kontrolės. Tai leidžia giliau suprasti įvairius socialinės kilmės fenomenus. Veikimo lauko tyrimas atliekamas vienkartiniai, todėl jo negalima pakartoti. Kaip teigia K. Kardelis (2002), kokybinio tyrimo tipas suteikia galimybę pamatyti realybę tokią, kokią ją mato individai. Šiam tyrimo tipui būdinga interpretacinė paradigma, kuri siekia suprasti subjektyvų žmogiškosios patirties pasaulį, stengiantis įeiti į žmogaus vidų.

Tyrimo vieta: Šeši interviu vyko Klaipėdos rajono savivaldybės administracijos VŠĮ Priekulės socialinių paslaugų dienos centre. Dienos centras teikia dienos socialines paslaugas senyvo amžiaus bei negalia turintiems asmenims. Įstaiga yra veikianti socialinėje, sveikatos srityje ir teikianti viešai šios rūšies paslaugas visuomenės nariams. Vadovaujasi Centro įstatais, kurie įregistruoti Klaipėdos rajono savivaldybėje 2003-09-01. Pagrindinis socialinių paslaugų teikimo tikslas – sukurti ir įgyvendinti socialinių paslaugų teikimo sistemą, stiprinančią bendruomenės socialinį saugumą. Galutinis socialinių paslaugų tikslas – organizuoti mėgstamą veiklą, sudaryti sąlygas realizuoti savo gebėjimus, įgyvendinti integravimosi į vietinę bendruomenę poreikius bei grąžinti asmens gebėjimą pasirūpinti savimi, skatinti savitarpio pagalbą, kad šie asmenys galėtų bendrauti tarpusavyje, nesijaustų vieniši ar izoliuoti. Viena moteris (savanorė, nelankanti dienos centro) pageidavo, kad susitikimas vyktų jos namuose, kas įtakojo respondentės atvirumą bei nuoširdumą, kalbant apie jos socialinių ryšių pokyčius.

Tyrimo laikas: Tyrimas vyko nuo rugsėjo 3 iki spalio 4.

Tyrimo instrumentas. Buvo pasirinktas interviu metodas, kas pasak R. Tidikio (2003) yra labai geras priartėjimo prie žmonių suvokimo, reiškinių, situacijų apibrėžimo ir realybės konstravimo (aiškinimo) būdas. Atsižvelgiant į tyrimo tikslą bei pokalbio emocinį sudėtingumą, buvo pasirinkta nestruktūruoto interviu forma. Nestruktūruoto interviu laisva pokalbio forma, plačios pokalbio

temos, klausimų formulavimas atsižvelgiant į situaciją, leidžia respondentams kalbėti apie tai, kas jiems svarbu ir reikšminga.

Pasak R. Tidikio (2003) nestruktūruotas interviu dar vadinamas „giluminiu“, o jo rezultatai yra daugiau aiškinamo pobūdžio. Interviu procesas yra paprastai linkęs „tirti“ tikrus faktus ir jausmus slypinčius respondentų viduje (J. A. Holstein ir J. F. Gubrium, 1997). Siekiant gauti kuo išsamesnę informaciją, buvo naudojamas dar vienas duomenų rinkimo instrumentas – stebėjimas. Stebėjimas suteikia galimybę vienu metu aprėpti daugiau stebimų reiškinių savybių (K. Kardelis, 2002).

Atsižvelgiant į tyrimo uždavinius, išskyla pagrindiniai **tyrimo klausimai respondentams**: Kaip ilgai dirbo iki išeinant į užtarnautą poilsį? Gal būdamas (-a) pensininku dirbo papildomai, kad papildytų sumažėjusias pajamas? Koks aplankė jausmas, atsiradus daugiau laisvo laiko? Kaip pasikeitė kasdienybė? Kaip sekasi įveikti vienatvę, jeigu ji yra? Kaip pakito socialinių ryšių įvairovė pasikeitus socialinei padėčiai? Kiek esate pateiktas šiandieniais santykiais ir ryšiais? Kaip sekasi užmegzti naujus ryšius? Ar turi artimą žmogų, kuriuo galėtum pasikliauti? Ar yra priklausomi nuo kitų fiziškai, ekonomiškai, dvasiškai, socialiai? Kas sustiprina gerą sveikatą ir nuotaiką? Kas teikia gyvenimo džiaugsmą? Kaip leidžia dienas, kuo domisi, kokia veikla užsiima? Kas padeda išspręsti iškilusias problemas? Kokie ryšiai sieja su bendruomene, supančia aplinka? Kokius kultūrinius renginius lanko? Ko laukia iš ateities? Kokią reikšmę Jūsų gyvenime turėjo socialinis darbuotojas?

Tyrimo imtis ir organizavimas. Atlikta netikimybinė tikslinė atranka. Tyrime dalyvauti sutiko 7 respondentai: 1 vyras ir 6 moterys. Iš jų: 4 pagyvenę bei 3 senyvo amžiaus žmonės buvo supažindinti su tyrimo eiga, apie tai, kad iš pradžių pokalbis vyks grupėje, po to su kiekvienu individualiai. Tiriamiesiems buvo užtikrinta, kad nebus rizikuojama jų saugumu, ir, kad jų privatumas bus visapusiškai apsaugotas, jų pateikta informacija, įvairūs duomenys apie juos bus panaudojami tik tyrimo tikslui realizuoti. Apklausoje naudojama pagalbiniė priemonė – diktofonas. Atlikus duomenų analizę, kasetės bus sunaikinamos. Interviuojamieji neprieštaravo, kad jų kalba būtų įrašyta ir panaudota tyrimo tikslams. Tačiau buvo prašymų padovanoti įrašo kopiją. Manoma, kad šitaip bus suteikiamas jiems „moralinis saugumas“. Respondentai turėjo galimybę bet kada nutraukti dalyvavimą tyrime, galėjo atsisakyti pateikti informaciją. Laikantis konfidencialumo principo respondentų vardai yra pakeisti.

Duomenų analizė. Visų respondentų interviu duomenys buvo perrašomi popieriuje, po to koduojami, pagal kodus grupuojami. Sugrupavus duomenis išskirtos keturios pagrindinės respondentų paliestos temos: Buvusios socialinės padėties praradimas; Situoktinio vaidmens netekimas – našlystė; Tėvystės vaidmens netekimas; Kultūrinė pagyvenusių ir senų žmonių veikla. Jos analizuojamos remiantis tyrimo duomenimis bei moksline literatūra.

Tyrėjos vaidmuo. Tyrimo metu buvo sunku išlaikyti vientisą tyrėjos poziciją, daugumoje atveju vaidmuo kito, nuo tyrėjos iki socialinės darbuotojos. Renkant duomenis kaip tyrėjai, teko atlikti ir socialinio darbuotojo funkcijas: išklausti, palaikyti, konsultuoti. Jau pirmo interviu metu pastebėta koks svarbus yra akių kontaktas bei empatiškas elgesys, siekiant užtikrinti respondentų atvirumą, pasitikėjimą bei nuoširdumą. Keletą kartų teko išjungti diktofoną, nes prasidėdavo diskusijos tarpusavyje.

Tyrimo dalyvių demografinės charakteristikos. Tyrime dalyvavo respondentai, kurių amžius nuo 60 iki 80 metų. Pagal šeiminę padėtį – dvi respondentės gyvenančios su sutuoktiniais, keturios respondentės – našlės, vienas respondentas – dešimt metų kaip išsiskyręs. Visi respondentai turintys suaugusių vaikų, kurie turi savo šeimas. Penki respondentai gyvena kaime, dvi respondentės – mieste.

2.2. Buvusios socialinės padėties praradimas

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, pasak J. Kairio (2002), egzistuoja savotiškas „socialinis laikrodis“, nurodantis žmonėms, ar jų gyvenimas klostosi pagal visuotinai priimtą schemą. Nuo jo nukrypus, žmonės jaučia pavojų. Ona L. prisipažino, kad nerimas ir nežinomybė dėl ateities, išėjus į užtarnautą poilsį, sąlygojo stresą ir įtampą:

„Gyvenu kaime, vieniemyje, ir likus vienai be darbo, be kolektyvo, su nedidele pensija buvo baisu. Reikėjo ir ūkelių išlaikyti. Greit susiradau mažiau apmokamą darbą ir dirbau jame apie 4 metus. Man reikėjo ne tik pinigų, bet veiklos kokios nors. Neįmanoma taip greit viską nutraukti, jei yra sveikatos. Šiek tiek per tą laiką susidorojau pati su savimi, kad nedirbsiu visą amžių. O ir vaikai atkalbėjo palikti darbą. Tai ir apsistoju prie savo ūkelio“. (I interviu, rugsėjis)

Respondentė dirbo ne tik dėl finansinių priežasčių, kaip pati sako, bet ir dėl visuomeninio gyvenimo bei veiklos. Nes darbas pašnekovei buvo gyvenimo prasmė, vienatvės atitolinimas. Atvirai kalbanti moteris bijojo nežinomybės, gyvenimo permainų, todėl dar keletą metų dirbo ir nesiryžo darbo pakeisti kita veikla. Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot A. Jagelavičiaus (2002), jau beveik įrodyta, kad prievartinis išėjimas į pensiją gali pagreitinti senėjimo procesą, tuo tarpu tęsiančių kokią nors veiklą pensinio amžiaus žmonių gyvenimo kokybė smarkiai pagerėja. Pasak R. C. Atchley (1997), senatvė daugeliui asocijuojasi su tuo, kad jai atėjus, mažėja vaidmenų, jie dažniausiai yra neapibrėžti ir neaiškūs, neigiamai vertinami, todėl pagyvenusių ir senų žmonių statusas nuolat mažėja, neretai nutrūksta ir jų ryšiai su savo suaugusiais vaikais. Julijos gyvenimiškos patirties pastebėjimai:

„Pasijutau visiškai nereikalinga, man atrodė, kad aš pakankamai dar jauna moteris ir nebeturėsiu darbo, uždarbio, man juk buvo tik 55 metai. O aš netekau darbo. Kam tu toks reikalingas, bedarbis, be kapeikos ir invalidas. Vaikams pradžia gyvenimo, o aš neturiu ką duoti ir iš ko, svarbiausia“. (I interviu, rugsėjis)

Respondentės išsakytos mintys aiškiai parodo jos išgastį ir nerimą dėl ateities, netekus darbo. Perėjimas prie naujų vaidmenų, kuriuos turi atlikti pagyvenę ar seni žmonės, jai yra problemiškas. Kadangi žmonės tam nesiruošia, todėl jiems ir yra sunkiau prisitaikyti prie naujos padėties. Jų statusas tampa neaiškus ir neapibrėžtas, žmonės jaučiasi nuvertinti. Onutė K. prisiminė, kad jai išėjus į užtarnautą poilsį, ji dirbo dar keletą metų dėl finansinių problemų.

„Per savo gyvenimą turėjau mažai džiaugsmo, nes dirbau dviejuose darbuose, o pasitraukus iš pagrindinio darbo, palaikiau dar kitą, kuriame dirbau antraeilėse. Labai bijojau vienvės, na ir dėl pinigėlių reikėjo. Tada pensija buvo maža, kad juos visus kur galas, kiek teko prisikentėti, tiesiog graudūs verksmai, oi, oi. Džiaugiausi, kad tik mane laikė tame darbe. Nors visą gyvenimą nebuvau išlaidi. Jei ir pritrūkdavau pinigų, tai ir kentėdavau, kol gausiu atlyginimą, apsieidavau. (I interviu, rugsėjis)

Šis gyvenimo atvejis parodo, kad seni žmonės, mūsų visuomenėje, retai gali džiaugtis finansais, nekalbant apie prestižą, aukštą statusą, pasigirti turtais bei įtaka. Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, R. C. Atchley (1997) žodžiais, bet kurios kultūros pagyvenęs ir senas žmogus adaptuojasi prie finansinių resursų mažėjimo senstant. Pasak autorės pajamų sumažėjimas ne taip skaudžiai paliečia šios kategorijos žmones, nes jie ir išleidžia mažiau. Kitas momentas, kaip teigia R. C. Atchley (1997), kad mūsų visuomenėje visi skuba, yra užimti ir pensininkai atsiduria tarsi kitoje erdvėje. Onutė M. pasakojo, kad šis gyvenimo momentas neįstrigo atmintin, kaip labai sunkus:

„Gyvenau tada jau su antru vyru, kuris buvo be galo man geras žmogus, mat buvo vyresnis 19 metų. Mes labai puikiai sutarėme. Vaikai gyveno savo gyvenimus, o mudu savo. Dideliame mieste susirasdavome pažįstamų. Tik tiek buvo keistai, kad nebereikia niekur skubėti, niekas nebekelia jokių reikalavimų, draugės vis rečiau aplankydavo. Turėjau sveikatos ir vaikus aplankydavau pati, kviesdavosi ir dažniau, bet pati nenorėdavau labai įkyrėti niekam“. (I interviu, rugsėjis)

Respondentė Nadiežda sakėsi, kad labai sunkiai pergyveno tuos metus, kai neteko darbo, tuo pat metu dukra ištekėjo ir išėjo iš namų, vyras mėgėjas išgerti. Buvo labai nyku ir tuščia.

„Jūs neįsivaizduojat, kokia aš buvau energinga, linksma moteris, kol neužgriuvo šitos bėdos. Ir tada viena gyvenimo atkarpa buvo nutraukta. Susirgau, patekau į ligoninę, o ten sužinojau, kad mane insultas ištiko, gerai, kad lengvesnė forma buvo. Kokius 5 metus gyvenau, kad gyventi reikėjo, jokio džiaugsmo, namuose tarp keturių sienų ir nieko negaliu padaryti, kažkoks košmaras toks gyvenimas. Aš esu ne lietuvė, tai man dar sunkiau buvo, nei brolių, nei seserų ir svetimoje šalyje ligonis. Labai daug dienų buvau viena namuose. Tik prieš keletą metų pasikeitė mano padėtis į gerą. Galiu pasakyti, kad dabar tai džiaugiuosi kiekvienu pagarbiu buvimu su manimi socialinių paslaugų centre, anksčiau teko kiekvienais metais gulėti slaugos skyriuje“. (I interviu, rugsėjis)

Šios respondentų citatos parodo, kad pagyvenę ir seni žmonės socialinės padėties praradimą cituoja nevienodai. Vieni, kuriems pavyko išlaikyti artimesnius ryšius su aplinkiniais, rodo didesnę pasitenkinimą gyvenimu, kiti, kurių sveikata blogėjo, turėjo atsisakyti ne tik tam tikrų veiklos sričių, bet prarado daugumą socialinių ryšių. Pagyvenusius ir senus žmones kankina ne tik socialinės padėties praradimas, bet ir jų apleidimas, vienvė bei izoliacija. Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot I. Gruščinskienės E. Rudzinskienės (1999), vyresniajai kartai adaptuotis prie naujų gyvenimo sąlygų be galo sunku. Pasak V. Lesauskaitės (2001), pagyvenę ir seni žmonės turi kovoti

su daugybe jiems primetamų stereotipų, nurodančių, kaip jiems derėtų elgtis tokiaame amžiuje. Algirdas pareiškė, kad interviu duoda vien todėl, kad pasitiki ir neturi daugiau su kuo pasikalbėti.

„Kaip yra sunku gyventi, kai nežinai žmogus, kaip kartais turi elgtis, kad aplinkiniams įtiktum. Negaliu klausytis užgauliojimų, va invalidas, o vistiek nori būti reikalingas ir naudingas. Žinoma noriu, man tik trūksta laiko ir jėgų, kaip aš matau taip, nors ir tiek, bet tai žmonėms atrodo, jeigu invalidas, tai ir būk toks ir niekam netrukdyk. O kai parodau iniciatyvą kokiame nors darbe, ar užsiėmime, išgirstu patyčių, kad aš apsimetu ir nėra man taip blogai“. (I interviu, rugsėjis)

Pasisukdamas nuo manęs į kitas respondentes sumurma sau po nosimi – „*Mano liga – tai per anksti senatvė man*“. Anot R. C. Atchley (1997), negalia smarkiai veikia gyvenimo struktūrą. Pagyvenęs ir senas žmogus tapęs neigaliu, turi kovoti ne tik su priešiška nusiteikusi pasauliu, bet ir su ankstesne savivoka. Algirdo išsakyti žodžiai atspindi jo jausmus ir išgyvenimus, kuriuos jis patiria, turėdamas negalią. Gaila, kad visuomenėje egzistuoja nuomonė, kad tokio amžiaus žmogus, o dar su negalia yra nekompetingas, silpnas ir nenaudingas, nebesugebantis dirbti, rodyti iniciatyvos ir, dar - trukdantis.

Į pokalbį įsiterpusi Julija, pastebi, kad pagyvenusieji ir su negalia dar dažnai turi ribotas saviraiškos, savirealizacijos galimybes.

„Aš turiu judėjimo negalią, esu po dviejų insultų. Nežinau, ar čia gerai, ar čia blogai, kad vyras alkoholikas namuose ir turiu pati tvarkytis. Viso gyvenimo rūpesčiai užgrūdino mane ir neleidžia pasiduoti ir nesiklausau, nei kaimynų, nei kitų jokių primetinėjimų man, neva aš invalidė, man tik namuose sėdėti. Būna nusiverkiu, žinoma yra skaudu, bet ne tiek gyvenime kentėjau pažeminimų. Kaip sakoma, storą škurą užsiauginau jau“. (I interviu, rugsėjis)

Julija yra labiau užsigrūdinusi psichologiškai, taip pat ryžtingesnė negu Algirdas. Pasak V. Lesauskaitės (2001), manoma, kad mūsų visuomenėje egzistuoja lūkesčių, susijusių su amžiumi sistema, o pagyvenę ir seni žmonės stengiasi nuo jos nenukrypti, nes bijo neigiamo visuomenės vertinimo, bijo būti atstumti. Visiškai kitokia gyvenimo patirtimi pasidalino Marija.

„Daug darbų teko pakeisti per gyvenimą, nes norėjau užsidirbti didesnę pensiją. Išėjus į pensiją dirbau dar 2 metus. Nors aš visą laiką randu sau užsiėmimą. Savo namuose esu globojusi ir slaugiusi du vienišus ir senus žmones, svetimus žinoma. Tai buvo tie, kurių tėvynainiai išvyko gyventi į Vokietiją. Aš visada sakiau, kol mums šviečia saulė, tol turime dirbti. Vis tiek gyvenimas kažkada baigsis, reikia būti aktyviam ir jokie paistaliojimai apie senatvę neturi temdyti mūsų aktyvumo. Man visada rūpėjo būti darbingai, netgi naktimis, kai neužmigdavau, rasdavau ką veikti, pvz.: nusileisdavau į namo rūšį perrinkti bulvių, arba skaitydavau knygas, žurnalus. Esu ir pyragą kepusi, o vasaros metu laistydavau sodą ir pan.“ (I interviu, rugsėjis)

Respondentė yra ta moteris, kuri nebijo keisti vaidmenų gyvenime. Ji bent jau neparodė, kad jai buvo tai sunku daryti. Marija yra viena iš tų moterų, kurios išėjusios į pensiją, anot A. Trimako (1997) turi naudingų užsiėmimų, kurie padeda šio amžiaus žmonėms:

- 1) apsimesti, kad išeinant į pensiją, išeinama iš darbo, bet ne iš gyvenimo;
- 2) į daug ką žiūrėti su humoru - į save, į kitus, į aplinką ir situacijas;
- 3) gyvenime turėti konkretų tikslą, pavyzdžiui, padėti vaikams ar anūkams, ar darbuotis bendruomenėje, visuomeninėje veikloje ar pan.;
- 4) kasdien padėti kitiems, iš to kyla jausmas, kad esi naudingas;

- 5) pakankamai pailsėti, bet ir veikti, kad gyvenime būtum veikėjas, ne vien žiūrovas;
- 6) pritrąmdyti ambicingus norus;
- 7) domėtis gyvenimu, jį stebėti, pavyzdžiui, sekti politines žinias;
- 8) skaityti tik geras knygas;
- 9) kasdien ką nors parašyti, pavyzdžiui, laišką ar savo pastabas apie įvykius;
- 10) kasdien padirbėti fiziškai;
- 11) kreipti daugiau dėmesio į aprangą (nes kartais imama apsileisti);
- 12) stengtis būti patraukliam jaunesniems žmonėms;
- 13) kalbant stengtis kalbėti trumpai, aiškiai, be pasikartojimų;
- 14) dalyvauti religinėse pamaldose;
- 15) gyventi tarsi gyvensi dar šimtą metų (nes nuolatinis galvojimas apie mirtį nieko nepadės).

Tyrimo metu, kaip ir teorinėje dalyje buvo minima, kad žmonės sensta, o sendami jie kiekvienas skirtingai išgyvena socialinių vaidmenų praradimą, jų pasikeitimus. Žmogui reikia naujai prisitaikyti prie situacijos ar aplinkos pasikeitimo. Pastebėta, kad geriausias šios problemos sprendimo būdas galėtų būti pagyvenusių ir senų žmonių veiklos skatinimas, savęs įprasminimas kurioje nors veikloje. O socialinė veikla padeda žmogui mokytis užmegzti ir palaikyti, tobulinti ir plėtoti socialinius ryšius. Žmonės prarasdami vienas veiklas, turėtų ištraukti į kitas, šiek tiek paprastesnes ir jiems priimtinesnes. Reikia pažymėti, kad senstant, silpnėjant sveikatai socialinės veiklos pasirinkimo galimybės taip pat mažėja.

2.3. Situotinio vaidmens netekimas – našlystė

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot R. C. Atchley (1997), našlystė, tai dar vienas socialinių vaidmenų pokytis, būdingas senatvei, kuri veda šiuos žmones izoliacijos link. Manoma, kad našlystė siejasi su savo vaidmens netekimu. Žmonės sunkiai išgyvena jo praradimą. Respondentė Ona M. papasakojo, kad jai buvo labai skaudūs ir sunkūs tie metai po vyrų netekimo iš pirmos ir antros santuokų.

„Po pirmo vyro mirties labai sunkiai gyvenau 12 metų viena, teko be galo daug dirbti, norėjosi, kad vaikams nieko netrūktų. Dieve, ką daro jaunystė, galėjau kalnus nuversti. Po 12 metų ištekėjau antrą kartą. Tai dievulis už tas mano kančias davė man gerą gyvenimo draugą, tik jis buvo vyresnis 19 metų. Aukštinis žmogus buvo, tik trumpai. Po 19 metų bendro gyvenimo metų mirė, labai skaudai netektis buvo, buvo labai negerai. Po šios netekties kokia aš buvau vieniša, aš nemoku žmogui apsaityti. Tokia tuštuma, kankino vienatvė, vai, vai. Nieko nebenorėjau, nieko“. Užtat dabar džiaugiuosi, kad esu čia kartu su darbuotojais. Jie kaip angeliukai, visada laiku pasirodantys, kai būna sunku“ (I interviu, rugsėjis)

Anot G. Navaičio (1999), našlystė, didėjanti izoliacija veda prie didžiausios šio amžiaus žmonių problemos - vienatvės. Tyrimas parodė, kad nuo vienatvės ir vienišumo žmogus gali susirgti depresija. Respondentė Marija papasakojo savo istoriją, kurią reikėjo labai ilgai klausyti ir apstrakčiau pateikti duomenis iš jos pokalbio.

„Kai mano vyras susirgo sunkia ir nebepagydoma liga, aš ieškojau įvairių būdų, kad galėčiau pirma jo, kuo anksčiau numirti. Vaikai tai pastebėjo ir paguldė į ligoninę pasigydyti depresiją. Kiekvieną pavasarį ir rudenį aš ją turiu, negeriu vaistų, vaikai pyksta. Tikrai būčiau pakėlusį ranką prieš save, nes aš nebemačiau ateities ir gyvenimo be jo. O vyrui išėjus iš gyvenimo, geriau ir neklauskit, pusę metų aš kaip beprotė buvau, niekaip negalėjau susitaikyti. Tai dėkui Dievui, kad vaikai geri. Vienas gyvena Vokietijoje, tai per žiemą ten būnu, o pavasarį grįžtu namo“. (I interviu, rugsėjis)

Pokalbio metu buvo galima ilgai sėdėti ir klausytis pašnekovės, nes pašnekovė pasirodė esanti labai plepi ir tuo pačiu norinti kuo ilgiau užlaikyti tyrėją. Buvo galima pastebėti pašnekovės didelį norą būti išklaustyta. Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot G. Navaičio (1999), našlystė ir didėjanti izoliacija gali pasireikšti daugelio senų žmonių šnekumu, kartais virstančiu begaliniu plepumu, ir jų jėgas pranokstančiu, nesavikritišku uolumu. Manoma, kad senas žmogus per daug dažnai reikalauja dėmesio ir pagalbos iš sūnų ar dukterų, tai savotiškai apsauginė priemonė nuo vienišumo. Šio autoriaus žodžius galima patvirtinti Marijos pasakojimu.

„Užauginau du sūnus ir jiems esu pasakiusi, kad jie privalo manimi dabar pasirūpinti. Norėjau užrašyti turta, tačiau neleido. Vaikai turi pasirūpinti senstančia mama, o dar aš viena gyvenu. Nes man to reikia, reikia ir gero žodžio, ir pasitarti, ir pagalbos. Kai vyresnysis užvažiuoja pas mane, grįždamas iš darbo, man yra ramiau. O kai nors porą dienų nematau, tai tada pati ieškau. Nueinu pas kaimynę ir paprašau, kad paskambintų ir pasakytų, kad serga mama“. (I interviu, rugsėjis)

Kalbantis su respondente, o tuo pačiu ir stebint ją, jos judesius (jie buvo energingi, nerimastingi ir pan.), buvo galima pastebėti valdingą, savimi pasitikinčią moterį, galima sakyti, šiek tiek, egoistę moterį ir kartu linksmą, o kartais ir samojingą. Aiškiai matėsi, kad jai nuolat reikia naujos veiklos, judėjimo. Nes, pasak jos „Negaliu sėdėti rankas sudėjus“.

Anot G. Navaičio (1999), šie visi pasikeitimai turėtų būti rimtas signalas artimiesiems, nukreipiant vyresnių žmonių dėmesį į tas veiklas, kurios dėl vienatvės stokos anksčiau jiems buvo mažiau prieinamos.

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, pasak H. Blonski (2000), dabartinėje visuomenėje tapęs našliu, pagyvenęs žmogus gyvena vienas ir nebeturi aiškiai apibrėžto vaidmens šeimoje. Kai iš žmogaus nieko nesitikima, jis jaučiasi nenaudingas. Respondentas Algirdas sakėsi, kad aplinkiniai su kuriais jam tenka bendrauti artimiau, priverčia jį taip jaustis.

„Kaip man gera jaustis reikalingu, naudingu. Atrodo nieko daug nenoriu, tik, kad pastebėtų, išklaustyti. Aš tiksliai žinau ko noriu iš gyvenimo, bet mano negalia vis kiša koją man. Aš tai tiek galėčiau duoti visiems patarimų, darant bet kokius įvairius darbus, bet manęs niekas nesupranta ir neišklauso. Galvoja, ką tas invalidas, beveik aklas gali patarti

naudingo, o aš galiu, nes kitaip jaučiu gyvenimą. Man labai liūdna, kas gali man padėti? Aš tiek turiu minčių, bet vienas aš negaliu jų įgyvendinti, aš bejėgis šiuo atveju. Gerai, kad galiu pabendrauti atviriau su kai kuriais darbuotojais. Vis ant dūšios geriau palieka“. (I interviu, rugsėjis)

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, pasak J. Skliutausko (1987), pagyvenusiems ir seniems žmonėms reikia draugų, prisirišimo, paramos daugiau nei bet kada. Draugai teikia naudingumo, reikalingumo jausmą, padeda sumažinti įtampą, atsiradusią netekus pagrindinių vaidmenų, tačiau tuo metu, kai draugystė tampa tokia svarbi, draugų mažėja. Algirdo atvejis toks, kad jis neturi gero draugo, nes turi sunkią regėjimo negalią ir daugelis jį vien dėl to ignoruoja, taip pat ir lankant dienos centrą, šalia būnantys kai kurie lankytojai mano tą patį.

„Jie mano, kad aš apsimetu, kad nematau, bet aš tą tikrą matymą kompensuoju gera klausa, nuovokumu, todėl mano reakcija į viską būna greitesnė, aš esu staigių judesių. O aplinkiniai mano, kad apsimetinėjau ir matau geriau, negu parodau. O man nuo to tik blogiau. Ir sveikata blogėja, ai ir nervai nebelaiko. Koks tas gyvenimas – jau ir taip sunku, dar ir aplinka skriaudžia. Tai gerai, kad čia dirbantys socialiniai darbuotoja, psichologėi atstoja viską, ir giminę, ir draugus. Bet man to maža“. (I interviu, rugsėjis)

Žmogaus ryšys su žmogumi yra ne tik dvasinė vertybė, jis sustiprina žmogaus sveikatą, nes nuo gerų, draugiškų santykių dažnai priklauso nuotaika ir sveikata. Anot pašnekovo, jis labai stengiasi būti draugiškas, pokalbio metu jis norėjo labai daug ir apie viską pasipasakoti. Anot respondento „galėčiau visą dieną su jumis kalbėtis“. Buvo galima suprasti, kad neturi žmogus su kuo pabendrauti, o gyvenimiškos patirties nemažai ir nėra kam jos perduoti. Manoma, kad našlystė, išėjus į pensiją, labiausiai žlugdo vyro supratimą apie gyvenimą.

Daug pagyvenusių ir senų žmonių gyvena vieni ir įveikti vienatvę dažniausiai jiems padeda draugai, rečiau vaikai, nes su draugais palaikomi santykiai yra lygiaverčiai, abiem pusėms įdomūs, tuo tarpu su vaikais ne visada. Savo liūdnoka patirtimi pasidalino Nadiežda.

„ Turiu dukrą, kuri su savo šeima gyvena tolokai. Aplanko tik 2 – 3 kartus per metus. Jai pačiai reikia pagalbos, būna, kad ir susibaram, aš jai vis ką nors ne taip darau... Vyras yra išgeriantis, tai kas man belieka, esu po dviejų insultų. Košmaras, ne gyvenimas. Dėkoju pavaduotojai, kuri pakvietė lankyti dienos centrą. Čia tai matau kitokią gyvenimą, nedaug ką galiu su viena paralyžiuota puse padaryti, bet liežuvis juk be kaulo. Ko žmogui, tokiam, kaip man reikia – draugų, bendravimo, pagalbos laiku ir gyventi mieliau. Man čia įdomu, visos esame susidraugavusios“. (I interviu, rugsėjis)

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot J. Skliutausko (1987), senas tėvas ar motina dažniausiai nieko nebegali duoti savo vaikams. Tokie tėvai susiduria su nuolatine problema - nusilenkti vaikų autoritetui ar susidurti su vienatve, gyvenant vienam. Dėl retų susitikimų su dukros šeima, taip pat dėl savo sunkios sveikatos būklės, pastebimai respondentė pokalbio pradžioje buvo liūdna, paniurusi, prislėgta, rodė nusivylimą esama situacija. Buvo galima pastebėti, kad šalia esančių respondentų, retkarčiais pasirodantis optimizmas ir pernelyg didelė užuojauta jai, veikė Nadieždos

nuotaiką atvirkščiai. Man, kaip socialinei darbuotojai teko taisyti padėtį. Pašnekovė rodė pasitenkinimą, kad gali lankyti socialinių paslaugų centrą.

„Kol nebuvo šito centro, tai kasmet laiką leisdavau slaugos skyriuje, po 2-4 mėnesius. Tai du skirtingi dalykai, gyventi namuose ir keletą mėnesių atskirai nuo namų. Tiesiog nepamainomas jausmas, kai po dienos, vakare parveža į namus, ryte išsiruoši, kaip į darbą. Čia galiu išspręsti visas iškilusias problemas, nuo sveikatos iki socialinių. Labiausiai patinka bendrauti, nesvarbu su kuo ir apie ką, kad tik nebūti namuose ir nelikti vienai“. (I interviu, rugsėjis)

Pokalbyje su Julija išgirdau kitą nuomonę. Pašnekovė prisipažino, kad ji mažai ką galėjusi duoti sūnams tuo laikotarpiu, kai reikėjo vaikus išleisti į gyvenimą, nes, pasak respondentės, Lietuvoje buvo tokia situacija, kai daug žmonių tapo bedarbiais. Tuo metu ir ji buvo be darbo ir gyveno, turėdama pragyvenimo šaltinį - vyro pensiją.

" Buvo labai sunkus metas, nu ir visų susidėjusių įvykių į krūvą nebuvo galima išverti, to pasekoje įvyko insultas. Gerai, kad ne toks sunkus, bet sveikatą sugadinokaip reikiant. Po tokios ligos kam esi reikalingas, aišku vaikai nepamiršo, bet vienatvė buvo nebepakeliama. Draugių nebeliko, o iš kur jų bus, kai vėjai kišenėje švilpauja, o dar invalidė. Ne, ne. Bet vaikai ir gal likimas manęs pagailėjo. Prasigyvenus vienam, o po to ir kitam vaikui, pagerėjo ir man gyvenimas. Vat kaip būna, atsitiko taip, kad ne aš vaikus, o jie mane parėmė. ". (II interviu, rugsėjis)

Susirasti draugų ir palaikyti draugystę senyvame amžiuje gana sunku. Žmonėms susirasti draugų dažnai trukdo ekonominiai sunkumai. Dėl to daugelis pagyvenusių ir senų žmonių užsisklendžia savyje, susitelkia tik ties savomis ekonominėmis problemomis. Taip pat nemažai įtakos turi ir paties žmogaus asmeninės savybės, nes ne kiekvienas gali greitai ir lengvai užmegzti naujai artimus ryšius. Tą patį patvirtino ir Julija.

"Aš moku būti draugiška ir kitus užjausti, bet man neina svetimoje vietoje pirmai užšnekinti. Kad ir pas daktarą kai tenka pasėdėti prie durų ilgiau, jei manęs niekas neužšnekina ir aš tyliu. Nu nemoku ir viskas. Šiaip aš esu konfliktiškas žmogus, po kokio įvykusio konflikto pirma niekada neprakalbėsiu. O jei jau mane užkalbina , tai ir aš kalbuosi ir pamirštu visus pykčius". (II interviu, rugsėjis)

Anot N. Večkienės (2002), pasyvieji žmonės linkę užsisklęsti savyje, tokiu būdu pridarydami daugiau problemų ne tik sau, bet ir aplinkiniams, o aktyvieji, netekę situotinio, linkę susigrąžinti santykius su buvusiais draugais ar užmegzti naujus. Taip atsitiko ir su Julija. O štai respondentė Marija pasakojo, kad jaunystėje turėjo draugų, giminaičių su kuriais gražiai sutardavo, išties jų buvo nemažai, todėl, kaip ji pati sako:

" Šito gero man užtenka ir jau per daug. Jie išsibarstę po visą srietą. Ar aš Lietuvoj, ar Vokietijoj, jokio skirtumo. Kai vienais metais rašiau kalėdinius sveikinimus, suskaičiavau net iki 60 parašiusi. Nu čia jau rekordas buvo. Kaip sakiau, kad esu nenusėdinti, tai vasaros metu esu sėdusi ant dviračio ir 50 kilometrų pirmyn ir atgal iki Kintų važiauvau pas draugę kafėjos atsigerti"

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, R. C. Atchley (1997) teigimu, adaptacija prie naujo našlystės vaidmens priklauso ir nuo to, kiek vaidmenų visuomenėje turėta. Onutė K. sakėsi, kai turėjusi geresnę sveikatą, tai savo sodelyje dirbdavo, nuo ankstyvo pavasario iki rudens. Pablogėjus jai, pradėjo ieškoti kitų kelių laiko praleidimui.

„Oi patikdavo man gamtoje, aš ten užsimiršdavau, o svarbiausia, kad pažįstamų kiek susitikdavau sodely, vis greičiau diena prasistumdavo. Grįžtant į namus per miestelį vėlei kiek susitiksi, taip ir eidavo dienos viena po kitos“. Ir su didele šypsena, džiaugsmingomis akimis skuba pasakyti, kad „Labiausia esu patenkinta dabar, lankydama centrą. Tai mano antri namai ir ant širdies taip gera. Eisiu tol, kol galėsiu, nes tik čia mano visas džiaugsmas. Po minutės, nuleidusi galvą, giliai atsidūsta ir pritilusiu balsu pasako „ Kad tik leistų Dievulis nors keletą metelių dar pagyventi ir pasidžiaugti, nes taip mažai buvo to džiaugsmo gyvenime“.(II interviu, rugsėjis)

Šiame gyvenimo tarpsnyje pagyvenusiems ir seniems žmonėms ypač reikia draugų, prie ko nors prisirišimo, paramos daugiau nei bet kada. Šis gyvenimo pokytis yra reikalaujantis didelių pastangų išgyvenimui, tobulėjimui bei atsinaujinimui, išlaikant sąveiką su aplinkiniais. Pagyvenę ir seni žmonės gyvendami kartu tampa prieraišūs vienas kitam ir artimi santykiai tampa svarbūs, ypač tą galima pastebėti paskutiniuose gyvenimo etapuose. Tie pagyvenę ir seni žmonės, kurie yra atsiskykę su savo šeima jaučiasi vieniši, nuolat jiems trūksta dėmesio, jiems atrodo, kad jų niekas nesupranta. Tyrimas parodė, kad tie žmonės yra visada laukiantys ištiestos pagalbos rankos ir ją su malonumu priimantys. Pagyvenę ir seni žmonės tarpusavio santykiuose dažniau tampa įžeidūs ir sunkiau atleidžiantys vienas kitam. Galima teigti, kad tie žmonės, kurie lanko dienos globos centrą, jame patenkina socialinius, psichologinius ir fiziologinius poreikius. Dirbantys socialiniai darbuotojai dienos centre, pasak respondentų, padeda jiems įveikti ne itin malonias situacijas. Buvo galima suprasti iš pasisakiusių pokalbių, kad socialinis darbuotojas yra ir mokytojas, ir įgalintojas, ir konsultantas.

2.4. Tėvystės vaidmens netekimas

Suaugusių vaikų išėjimas iš namų, savo šeimos sukūrimas paveikia daugelio motinų gyvenimą. Taip atsitiko ir su respondente Onute K.

„Vaikeli, o ką man reikėjo daryt? Dukra ištekėjo, o ji viena pas mane, ne kiek ilgai trukus išvyko į kitą Lietuvos kraštą gyventi, o aš viena, kaip piršts likau. Iš pradžių kaip ir nieko, giminė buvo čia pat ir kaimynai geri, bet vaiko ilgesys, reti susitikimai, i man buvo ilgu. Aš taip gerai sutariu su ja, kad nebegalėjau ir atvykau arčiau jos. Jai iškart pasakiau, kad nenoriu kartu gyvent. Ai pati sau ponis esu. (II interviu, rugsėjis)

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot A. Palujanskienės (2002), atsiskyrimas nuo šeimos ir užimtumo sistemos labai pakeičia žmonių gyvenimus. Kol žmonės tebedalyvauja šiose sistemose, jie nesiskiria nei socialiai, nei psichologiškai nuo jaunesnių žmonių. Tėvystės vaidmens netekimas yra tolygus reikšmingumo praradimui ir ypač ryškus senatvės ženklas, reiškiantis aktyvaus tėvystės vaidmens pabaigą.

Onutės L. pasakojimas patvirtino, kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, kad „tuščio lizdo“ reiškinys gali būti emocinės įtampos, izoliacijos, vienatvės ir nereikalingumo jausmų atsiradimo priežastis.

„Maniau išprotėsiu iš vienatvės, nors ir kaip nesisistengiau, ir tuo ir anuo užsiimu, kaip prailgdavo dienos, nors kauk vilku. Susigalvoju gražiai susitvarkyti sodą, o po to kiek čia džiaugsies, juk čia sezoninis užsiėmimas. Pradėjau megzti, mokinau ir savo anūkes, kurias buvau ir auginusi. Tai jos prie manęs ir aš prie jų labiau prisirišom negu su sūnaus vaikais. (II interviu, rugsėjis)

Anot Gruščinskienės I. Rudzinskienės (1999) „senelių vaidmuo palengvina psichologinę įtampą, atsiradusią, praradus aktyvų tėvystės vaidmenį. Šis vaidmuo nereikalauja aiškių išipareigojimų, bet simboliškai reiškia šeimos tęstinumą.

„Sekmadieniais į bažnytelę eidavau. Bet vistiek tas ilgesys persekiodavo. Turiu gerą kaimynę draugę, su kuria ir džiaugsmas ir vargais pasidalinam. Aš žinau, kad sunku yra senam žmogui pasikeisti, juk ir patarlė sako: ką jaunas įprasi, tą senas atrasi“. (II interviu, rugsėjis)

Veikliai moteriai norėjosi išeiti iš namų, palikti tas keturias sienas, pakeisti aplinką, nes, kaip pati sakė „Jau viskas buvo įgrisę ir vienatvė ir tos namų sienos. Visada laukiau laimingesnių laikų ir Dievas mane išklause“. Jau du metai, Onutės vaikų dėka, kurie pasirūpino, kad mama namuose nebūtų viena ir nesijaustų vieniša, lanko dienos globos centrą. Čia, kaip pati sako: „atsigavau“.

Julija sakėsi, kad buvo pervargusi nuo visko ir netgi džiaugėsi, kad sūnai patys užsidirbo duoną.

„Aš kaip ir norėjau, kad sūnai išeitų iš namų kuo greičiau. Nes nepriteklius reikalavo vis daugiau pajamų, o paimti nebuvo iš kur. Taip pat norėjosi ir pailsėti nuo to nuolatinio šurmulio“. (II interviu, rugsėjis)

Moteris vaikų išėjimą sieja su galimybe pailsėti, pajamų padidėjimą. Žinoma kitaip jaučiasi tos moterys, kurioms motinystė buvo gyvenimo tikslas ir kurios turi mažiau kitokių interesų. Onutė M. pareiškė, kad jos didžiausias noras buvo, kad augant vaikams nieko jiems netrūktų ir pakakatų pagal galimybes, ir maisto, ir turėtų kuo apsirengti.

„O štai vaikai užauga ir tu jau nieko nebegali sureguliuoti jiems, kaip jie turi elgtis, kuriuo keliu pasukti“. Ir atsitiko taip, kad jos jaunesnysis sūnus išvyko į Rusiją ir iki šiol negrįžo.

„Rašiau laiškus ir jis atrašydavo, bet po dviejų metų nutrūko laišškai ir jokios žinios iš ten. Aš parašydavau, o tie patys laišškai grįždavo pas mane, na ir aš nustojau rašyti. (II interviu, rugsėjis)

Dėl šito pokalbio respondentė labai jaudinosi, kalbėdama netvardė ašarų. Dėl subjektyvių priežasčių su Onute nebuvo galima užbaigti pokalbio analizės iki galo. Taip pat pesimistiškai buvo nusiteikusi ir Nadiežda, kurios dukra ne itin šiltus santykius palaiko su tėvais. Tuo labiau, kad gyvena tolokai ir susitikimai būna reti. Dėl retų susitikimų su dukra ir jos šeima, taip pat dėl savo sveikatos būklės respondentė buvo galima pastebėti, kad buvo liūdna, paniurusi, prislėgta ir rodė nusivylimą esama situacija. Šalia esančių, kai kurių respondentų optimizmas ir per nelyg didelę užuojautą jai, veikė Nadieždos nuotaiką atvirkščiai. Teko taisyti padėtį. Pokalbyje su Algirdu, taip pat vyravo liūdesys,

nes atsiskyres nuo savo šeimos gyvenimo, jis tepasakė, kad vaikams užaugus norėtų su jais bendrauti dažniau. Tačiau iš pokalbio buvo galima suprasti, kad vaikai neskuba tenkinti tėvo noro, palikus juos augti ir gyventi vienus su mama. Man, kaip socialinei darbuotojai teko parodyti palankumą ir empatiją visiems respondentams, taip pat užpildyti išsivyravusią tylą ir užimti juos, pakreipiant pokalbį linksmesne tema, nesusijusia su tyrimu. Anot C. Sutton (1999), palankumą, dėmesį, pripažinimą reiškiantys žodžiai, jeigu nuoširdžiai pajusti ir išreikšti, ramina, guodžia ir veikia kaip balzamas tuos, kurie pasaulio akyse prarado visą vertę. Parodžius palankumą, atsiveria durys, kurios kitiems uždarytos. Mano, kaip tyrėjos išiklausymas į respondentą buvo plačiaja prasme, kaip į asmenį, kurį veikia jo gyvenamoji aplinka.

Pokalbyje su Marija, jos namuose, vyravo kita atmosfera. Kaip visada pilna energijos ji pasakojo, kad

„Buvo ilgu, kai paskutinis vaikas išėjo iš namų ir tuščia. Namas didelis ir tokia spengianti tylą, nes ir vyras prisidėjo prie tos tylos. Aš galiu pasakyti jums, kodėl aš taip daug ir apie viską šneku. Ogi mano vyrelis buvo tylenis. Jis galėdavo net po keletą dienų nekalbėti. O aš ne tokia, gyvenimas privertė bliuberiuoti vis, kaip užvesta kartais ir pati save pagaunu, kad aš kalbu su savimi. Mūsų su vaikais ryšiai buvo ypač artimi, aš jų niekada nepaleidau. Kaip sakoma, visada už pavadėlio, net kai sukūrė savo šeimas. Aš puikiai žinau iki kiek ir kaip reikia bendrauti su žmonėmis, todėl visada mokėdavau laiku pasitraukti iš situacijos, kurioje nebūdavau reikalinga. Ypač marčių atžvilgiu. Aš ant dviračio ir manęs nebėr. (II interviu, rugsėjis)

Marija elgiasi labai panašiai, kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot Saukienės I. (2006), nereikėtų nutraukti ryšių ir su vaikais ar jų šeimomis. Suaugusiems vaikams pradėjus gyventi atskirai, reikia išnaudoti gyvenimo be vaikų privalumus: daugiau laiko skirti sutuoktiniui, pomėgiams, bendriems užsiėmimams. Stebint respondentę, buvo galima aiškiai išvelgti jos elgesyje ir bendravimo manierose vienišumo baimę. Visa tai ji parodė savo šnekumu, kuris virsdavo begaliniu plepumu. Buvo galima pastebėti, kad ji dažnai reikalauja dėmesio ir pagalbos iš sūnų. Tačiau yra ir kita medalio pusė. Respondentė gyvendama viena rodė atidumą artimiems žmonėms, gilius jausmus. Galima teigti, kad vienatvė turi ir teigiamų aspektų. Gyvendama viena, ji gali bendrauti su kitais, turtinti savo asmenybę.

Tyrimo metu, buvo galima išvelgti, kad pagyvenusiems ir seniems žmonėms sunku netekti tėvystės vaidmens. Šiuo atveju yra susiformavę saviti vaikų ir tėvų tarpusavio ryšiai. Tėvai, kurie yra labiau prisirišę prie savo vaikų, jų išėjimas jiems būna skausmingas, todėl dažnai sunkiai jie tai suvokia ir su tuo susitaiko. Tuo tarpu kitų tėvų neigiami jausmai vyravo apie prarastas galimybes, apie norą santykių su vaikais pagerinimą, ar net jų susigražinimą. Viena mama vis labiau siekia, kad sūnus atstotų prarastą partnerį, nes sūnui labai pataikaujama ir kartu reikalaujama, kad jis lankytusi pas ją vis dažniau. Tėvystės vaidmens netekimas gali būti emocinės įtampos, izoliacijos, vienatvės ir nereikalingumo jausmų atsiradimo priežastis. Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, R. Naujanienės

(2002) teigimu, būtina ruošti psichologiškai vaikų išėjimui iš namų ir tai priimti, kaip naujo gyvenimo etapo pradžią.

2.5. Kultūrinė pagyvenusių ir senų žmonių veikla

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot N. Večkienės (2002), išėjus į pensiją atsiranda daugybė laisvo laiko, kurį žmogus turi praleisti taip, kaip nori. Žmonėms, turintiems daug pomėgių, nesusijusių su darbu, ir, be abejo, šaltinių, leidžiančių tuos pomėgius tenkinti, turėtų būti daug lengviau rasti naują vietą visuomenės gyvenime. Taigi kiekvienas turėtų mokintis praleisti laisvalaikį, ir tai būtų viena iš pagrindinių pensinio amžiaus žmonių socializacijos dalių. Savo, pakankamai turtinga patirtimi pasidalino Marija.

„ Savo vaikams esu pasakiusi, kad anūkų auginti nepadėsiu. Aš savo paauginau, pasiaugins ir jie. Tai išėjus į pensiją reikėjo kuom nors užsiimti. Atsirado marios laiko. Galiu pasigirti, kad esu rašytojos I. Simonaitytės vienintelė giminaitė dar gyva. Visu savo gyvenimu labai norėjau būti panaši į ją, bet neturėjau laiko rašiniams. O būdama laisva ir nuo nieko nepriklausoma, prieš keturis metus pradėjau rašyti atsiminimus, kad anūkai žinotų mano praeitį. Tai darydavau ilgais žiemos vakarais. Dar patinka kurti trumpus eilėraščius, sukurti piešinius būsimiems paveikslams, kuriuos dėliojau iš nugludintų jūros akmenėlių. Patinka skaityti vokiškas knygas, žurnalus, o kiek aš parašau kalėdinių sveikinimų į Vokietiją, oi turiu prisiminti, vienais metais iki septyniasdešimt siekė. Televizorių žiūriu, bet tik vėliau vakarais, šiaip nelabai mėgstu jį. Manau, kad tai tuščias laiko leidimas prie jo sėdint. Su draugėmis einame pasivaikščioti po mišką. Kaip buvau sakiusi daug važinėju su dviračiu, ypač šiltu metų laiku, per dieną galiu nuvažiuoti iki penkiasdešimt kilometrų, va tau ir septyniasdešimt keturių metų senikė ! Jeigu tik turiu sveikatos, visada apsilankau kultūros namuose, nemažailaiko skiriu bažnytinei veiklai. Patinka bendravimas su žmonėmis, juk aš kiekvieną vasarą turiu svečių iš Vokietijos. Kas dvi savaites vis kiti, netgi ne visus pažystu. Jie pasiskambina jau iš rudens ir užsisako laiką. Pati suorganizuoju pažystamiems senukams kalėdinius pasisėdėjimus prie kafijos. Mat gaunu biški tų eurų, tai aš priperku dovanėlių, iškepu pyragą ir gerai. Labai džiaugiuosi, kad visas kalendorines šventes galiu švęsti su savo vaikais ir anūkais kartu.“ (II interviu, rugsėjis)

Respondentė savo laisvalaikį naudoja pagal savo individualias galimybes ir poreikius, ji nemažai dėmesio, netgi labai, skiria kultūrinių poreikių tenkinimui, domisi ir atspindi visas šių autorių I. Gruščinskienės E. Rudzinskienės (1999) apibūdintas pagyvenusių ir senų žmonių kultūrinės veiklas. Jų yra išskiriamos trys grupės: kūrybinė veikla (meninė kūryba), veikla, susijusi su kultūros įstaigomis (kino, teatro, koncertų, muziejų, parodų ir kitų renginių lankymas), kultūrinė veikla namuose (TV laidų žiūrėjimas, radijo klausymas, grožinės literatūros, laikraščių, žurnalų skaitymas). Pasak autorių, kaip bebūtų gaila, ši veikla Lietuvoje tarp senų žmonių populiariausia, nes ji labiausiai prieinama ir pigiausia. Tačiau visai nepasiteisina Marijos atveju, ji atvirksčiai, labai domisi TV laidomis. Savo mintis tai pat išdėstė Algirdas.

„Aš jums atvirai sakau, kad bijau dėl savo ateities, dėl to, kad neišsivaizduoju, kaip aš toliau gyvensiu, kai mano regėjimas šitaip sparčiai silpsta. Aš nenoriu būti priklausomas, užtenka, kad man socialinė darbuotoja paskaito, tai dar ir už rankos turės vedžioti. Televizorius man atstoja radiją. Tai apie kokius kultūrinius renginius gali būti kalba dabar“. Ir šiek tiek pralinksmedžęs papasakoja kaip leisdavo laiką, kai sveikata buvo geresnė. „ Anksčiau tai nueidavau į kultūros namus, į advento vakarus, kuriuos organizuoja bendruomenė, mat esu muzikantas ir groju akordeonu. Pats išmokau groti, be jokių natų“. Ir plačiai šypsodamasis taria: „kartu su bendruomene ne kartą

atstovavau mūsų miestelį“. Stebint Algirdą pastebėjau emocijų protrūkį ir vėl jų susivaldymą. Aiškiai matėsi, kad žmogus nori būti reikalingas, pamatytas ir nepamirštas. „Kiekvieną vasarą vyksta žirgynas, visada apsilankau. Šiaip turiu pomėgį, galima sakyti hobį paplaukioti savo gamybos valtele Minijos upe, ji teka pro pat mano namus. Aš sakau jums, kad tik gamtoje atsigauanu, po mišką vaikščiodamas, jaučiuosi laisvas, niekieno nevaržomas. Tiesa, visada važiuoju į keliones po Lietuvą, kurias organizuoja dienos centro darbuotojai. Jau du metai iš eilės važiuoju į Vilniuje „Siemens arenoje“ organizuojamus koncertus negalią turintiems žmonėms. Jau pati kelionė autobusu su bendraminčiais palieka išpūdį, o ką bekalbėti apie išpūdžius po koncertų. Na, o ką daugiau, net nebežinau, sode nemėgstu dirbti. Labiausiai ką esu įvaldęs, tai pynimą su vytelėmis. Oi kiek krepšių pripynęs esu, žinoma, kai rankos netinsta. Na matot, viskas pas mane ribotai, nes sveikata po širdies vožtuvo operacijos nelabai, nelabai...“ (III interviu, rugsėjis)

Savo pasikeitusius vaidmenis, kultūrinių renginių lankymą ir dalyvavimą renginiuose, pablogėjus sveikatai, respondentas išgyvena skaudžiai, bijo vienišumo, nereikalingumo, bijosi pačios ateities. Anot pašnekovo „ Gyvenu, tačiau nesidžiaugiu, kad nugyvenau dar vieną dieną“. Kaip socialinei darbuotojai, man prireikė empatijos respondento atžvilgiu. Teko, pokalbio metu pasiūlyti Algirdui pagalvoti apie tai, kad kitiems yra dar blogiau. Buvo paaiškinta, kad yra žmonių, kurie net ir pasivaikščioti išeiti nebegali, kurie yra patiesti paralyžiaus ir pan. Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, asmenybės laisvalaikio turinys visada atspindi individo gyvenimo būdą, o tai svarbu pagyvenusių ir senų žmonių gyvenime. Išmokti rūpintis sveikata vyresniame amžiuje ir pomėgių nedarbo metu ugdytas yra labai svarbūs prisitaikymo prie pensinio amžiaus padėties veiksniai.

Julijos pasakojimas parodė, kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot J. Misiūno (2005), Lietuvos valstybė siekia sudaryti pagyvenusiems ir seniems žmonėms sąlygas dalyvauti kultūriniame gyvenime, pasirinkti mėgstamą laisvalaikio būdą, išreikšti save ir tai, kad pagyvenusių ir senų žmonių kultūros išlaidas riboja jų piniginės pajamos.

„Ką aš galiu, turėdama invalidumą, gyvendama kaime, kur toli nukeliauti iš namų? Mano tokios pajamos, kad aš lankydama dienos centrą nemoku už jį. Esu valstybės išlaikoma. Galiu tik pasidžiaugti, kad centro darbuotojai mane vežasi į keliones. Žinoma, mėgstu skaityti, bibliotekoje skaitau knygas, žurnalus. Žiūriu televizijos laidas. Kartu su centro vieno likimo draugėmis mezgu ir gana gražiai. Manau, kad ligoniui, kalbu apie save, nebereikia tiek įvairių renginių, kaip jaunystėje. Man visiškai pakanka būti centre visą dieną. Čia laikas nuo laiko būna visokių renginių, nemokamų koncertų. Per akis užtenka. (III interviu, rugsėjis)

Įvertinus šį pokalbį, galima teigti, kad senatvėje ligoms būdingi kai kurie ypatumai, dėl kurių žmogus gali ribotai dalyvauti kultūriniame gyvenime, savaip leisti laisvą laiką. Dėl žemo materialinio gyvenimo lygio, žmonės mažiau gali naudotis kultūros ir laisvalaikio siūlomais malonumais, apeliuodami į tai, kad nebereikia tiek renginių, kaip jų jaunystėje.

Nedirbančio pagyvenusio ir seno žmogaus dienos ritmas jau kitoks negu anksčiau. Nėra varginančio darbo ir pan., žmogus pats planuoja savo dieną ir visą likusį gyvenimą. Pratusė pokalbį ir pasidalino savo mintimis Ona M. apie savo dienos ritmą ir kultūrinių renginių lankymą.

„Išėjus į pensiją, pagrindas buvo kasdieninis rūpinimasis su savimi. Nežinau kodėl, gal tai jau buvo perdėtas rūpinimasis, o gal kažkokia baimė? Visą laiką tie patys darbai: buto tvarkymas, indų plovimas, valgio ruošimas, apsirūpinimas maisto produktais. Kasdieninis poilsis po pietų taip pat man buvo svarbus. Bet po metų kitų aš nuo to

ritmo pavargau. Norėjosi kažką keisti. Kasdieniai vakarai prie televizoriaus, radijo klausymas, laikraščių skaitymas buvo vis tas pats. Laimė, kad šiandien esu čia, dienos centre ir galiu turėti įvairesnį gyvenimą. Darbuotojos nusiveda į kavinukę, ko aš niekada nedariau, aplankėme nemažai muziejų. Nepatinka ten, kur daug triukšmo, todėl nevaikštau, o dar tos kojos pasidarė skaudžios“. (III interviu, rugsėjis)

Ona M. kaip ir daugelis pagyvenusių ir senų žmonių leidžia vakarus prie televizoriaus, skaito, klausosi radijo laidų. Kaip buvo pastebėta tyrimo metu pasisėdėjimas kavinėje šio amžiaus žmogui yra didelė atrakcija, kuri leidžia patirti naujų, kitokių negu namuose išpūdžių. Stebint šią moterį, tyrėjai patiko jos vidinio gyvenimo tvarkingumas. Onutė K. teigiamai vertina visus, kurie gali ir dar turi noro, kaip ji pati sako „kultūrintis“.

„Mano sveikata ir fizinės galimybės senka ir domėjimasi aplinkiniais taip pat. Aš nueinu į bažnytelę, nuvykstu pas dukrą ir man jau ganu. Užtenka, kad į centrą ateinu, vis įvairesnis gyvenims. Vienatvė biski slegia, ai ne tiek žmogui duota iškentėti“. (III interviu, rugsėjis)

Nors ir linksmo būdo respondentė, tačiau pavargusi nuo metų naštos, gyvenimo ritmo ir patenkinta tuo ką turi, nieko nereikalaujanti daugiau iš gyvenimo ir artimųjų. Onai L. užtenka veiklos dienos centre, užtenka susitikimų su vaikais.

„Yra užtenkamai mano amžiui veiklos čia, daug mezginių esu primezgusi, net buvo išsiųsti į Vilnių, į LNK televiziją. Aš džiaugiuosi, kad darbuotojai suorganizuoja tokias akcijas, nes jaučiuosi reikalinga, dar naudinga. Mielai vykstu, kai gerai jaučiuosi į ekskursijas. Gyvenu kaime, man daug nereikia tų dalykų“. (III interviu, rugsėjis)

Respondentė sulaukusi garbingo amžiaus, turinti sveikatos sutrikimų nėra reikli nei sau, nei kitiems ir yra patenkinta tiek kiek duota. Žmogus, kuris prie visų prisitaiko, neturi savo pozicijos ir negalvodamas sutinka su kitų nuomone, iš pirmo žvilgsnio atrodo gyvena ramai. Tačiau jis praranda savo „aš“. Stebint savo respondentus, galima buvo išskirti Nadieždą. Gal, kad šią popietę ji buvo prislėgta, nes, vis tik moteris patyrusi insultą. Kultūrinis gyvenimas jos visai nedomino, ji sutiko su visais pasisakymais ir sakėsi, kad norinti to paties, kaip ir visi, tačiau, kaip pati sako:

„Man, išėjus į pensiją nebuvo to, ką galėčiau pavadinti kultūrinio gyvenimu. Aš labai greit susirgau ir mano nuolatinis palydovas buvo ligoninės ir gyvenimas valdiškuose namuose. Abi akys yra operuotos, skaityti negaliu, televizorių žiūriu mažai. Ko daugiau reikia invalidui žmogui? Tai ir taip didelis mano gyvenime įvykęs pokytis, kai kasdien esu tarp žmonių.“ (III interviu, rugsėjis)

Matėsi, kad respondentė kalba šiek tiek padrikai, negalvodama ir iškart sutikdama su kitų nuomone. Buvo galima pastebėti, kad šį kartą ji buvo mažai kalbi, prisitaikiusi prie aplinkinių, kas, ko gero prieštaravo jos jausmams. Respondentės ligos pasekmės viena iš priežasčių yra nuolat permaininga nuotaika. Tai ji liūdna, tai, parodžius daugiau dėmesio – nušvinta, kaip saulė.

Apibendrinant galima teigti, būnat pensinio amžiaus, žmogui atsiranda daugybė laisvo laiko, kurią jis gali praleisti taip, kaip žmogui norisi. Manoma, kad viskas priklauso nuo vidinio žmogaus turtingumo. Piešiantis, muzikuojantis arba kokį nors kitą kultūringą užsiėmimą turintis žmogus ir

gyvendamas vienas išlieka atviras išoriniam pasauliui, nepraleidžia galimybės užmegzti kontaktus su panašių interesų žmonėmis. Visai kas kita su vienišu žmogumi, tapusiu tuščiu ne tik išoriškai, bet ir viduje. Užsidaręs, nesidomys nei šalia vykstančiais įvykiais, nei žmonėmis, užsiėmęs tik savo kasdieniniais rūpesčiais, vienišas žmogus tampa nebejautrus išpūdžiams. Jis visai nebenori bendrauti, be to ir nebesugeba prisitaikyti prie kitų. Tai reiškia, kad žmonių ryšiai priklauso nuo subjektyvių jutimų. Kasdieninis kontaktas su artimais žmonėmis ir visuomene kaip visuma yra tartum asmenybės vystymosi variklis. Kadangi yra veikiantis socialinių paslaugų dienos centras pagyvenusiems, seniems žmonėms, žmonėms su negalia, tai vienas iš laisvo ir turiningai praleidžiamo laiko būdų. Tokių dienos centrų lankymas skatina intensyvesnį visuomeninį bendravimą, užimtumą, saviraišką įvairiose srityse. Tokiu būdu žmonės save įprasmina, ima labiau save vertinti, jaustis vienaip ar kitaip naudingais, pilnaverčiais visuomenės nariais. Galima teigti, kad pažintys ir draugystės - gražios senatvės prielaidos.

2.6. Kliūtys kelyje į ramią senatvę

Sendami žmonės nebepajėgia išlaikyti ankstesnio fizinio krūvio, reikalingos dažnesnės atokvėpio valandėlės, greičiau pajuntamas nuovargis, ima kamuoti skausmai, pablogėja regėjimas, klausia ir pan. Ona L. neslepia, kad įpratusi tvarkytis savarankiškai ir neprileidžia vaikų su savo patarimais.

„Dar dirbdama pagalvodavau, ką reikės veikti kai ateis senatvė. Vis kažkaip save ruošiau tam po truputį. Buvau apsisprendusi, jei sveikata gera bus, tai padėsiu vaikams auginti anūkus. Prašau, kiek čia truko ir man jau aštuoniasdešimt, bet dar gyvenu viena ir žadu taip toliau viena. Niekam neskolinga, kada noriu priguliu, kur noriu ten einu, niekam ataskaitos nereikia duoti. Ne, ne, kad ir biedniau, bet savo stubelėje. Kaimynai aplinkui geri, sūnus viską sutvarko, jei kas sugenda. O kam man eiti pas vaikus, jei aš dar pakrutu, pečių užsikuriu, gyvenu šiltai, lankau centrą penkis kartus per savaitę, esu pavalgiusi. Manau, kad negaliu skųstis.

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot K. Kriščiūno (1993), pagyvenę ir seni žmonės bijo tapti priklausomais, nesvarbu - fizinė ar finansinė priklausomybė, ji yra sunkiai priimtina pozicija daugumai žmonių. Su tuo sutiko ir respondentė Nadiežda.

„Netgi labai bijau, o su mano liga juk bet kada galiu atsigulti į lovą. Tada jau išeitis viena, ant kalniuko... (pradedą verkti ir visai nebekalba šia tema).

Kalbant apie pagyvenusio ir seno žmogaus nepriklausomybes ir stebint respondentę Mariją, aiškiai matėsi, kad ji apie tai mąsto, tačiau tikrai dar nenori pasiduoti, nei ekonominei, nei fizinei, nei dvasinei nei socialinei nepriklausomybei. Kaip teigia G. Navaitis (1999), dažnai pagyvenę ir seni žmonės nori gyventi arčiau vaikų, bet ne su jais.

„ Paskutiniu metu aplanko įvairios mintys: jaučiasi kažkokia tuštuma, per nelyg pasidarė sunkoka senatvė, vienišumas vis dažniau aplanko, mirties baimė ir kt. Vis dažniau vaikams užsimenu, kad sunku man vienajau darosi

tokiam dideliam name. Sūnus kartais bara mane, kad blogai pečių kuriu, kad neklausau kaip jis pamokina. O aš ir nenoriu, nes man mano amžiuje dar mokintis kaip kurti pečių, geriau aš šaltai sėdžiu. Aš esu senoviškas žmogus, stengsiuos kuo ilgiau gyventi viena, gal ką nors reikėtų prisiiimt? Drauge nebūtų taip ilgūs vakarai. Visaip galvoju, bet su vaikais nenorėčiau gyventi. Ir jiems ir man būtų sunku. Yra gerai, kad gyvenam netoli vieni kitų“. (III interviu, rugsėjis)

Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, šią baimę lengva suprasti, pasak C. Sutton (1999), nes nuo gimimo vaikai yra mokomi siekti nepriklausomybės ir gebėjimo pasirūpinti savimi. Pagyvenusiems ir seniems žmonėms sunku dabartinėmis sąlygomis pragyventi iš savo pajamų, todėl jie priversti ieškoti kitokios pagalbos iš artimųjų, t.y. savo vaikų ar anūkų. Ona M. sakosi, kad

„Senatvė neprašyta atėjo, o aš ją priėmiau kaip savą, ir ką su ja daryti? Visada norėjau padėti vaikams gyventi. Taip padariau ir su anūkės šeima. Prisiėmiau gyventi, nes bijojau viena būti, bėdų užgriuvimo. Buvo galimybė ir gyvenam, jau turiu ir proanūkę. Kol kas esu patenkinta, nesipykštam. Netgi padeda man, matyt jaučiasi skolingi. Mano gyvenimo džiaugsmas jau praėjo su lyg jaunystės metais. Dabar džiaugiuos, kad galiu pati savo kojom pavaikščioti, matyti kas vyksta aplinkui, bendrauti su vaiko šeima ir anūkais. Nejaučiu jokios įtampos dėl nieko ir gyvenu, jau galiu sakyti pasroviui, atsipalaidavusi, niekur neskubu ir visur suspėju“. (III interviu, rugsėjis)

Šitaip lėtai, pamąstydamą kiekvieną pasakytą žodį išsipasakojo respondentė Ona M. Stebint šią moterį, buvo galima matyti, kad ji kalba nuoširdžiai, nieko neslėpdama ir visai nepagražindama savo esamos padėties.

Kaip buvo minėta teorinėje dalyje, anot G. Navaičio (1999), priklausomybės nuo kitų didėjimas yra vienas iš aplinkos veiksnių, galinčių įtakoti stresą ir įtampą. Žmonės ima jaustis bejėgiai, sumažėja jų savigarba, pasitikėjimas savimi. Ligos, skausmai, nusivylimai, šeimyninių ir žmogiškųjų santykių irimas, mažėjanti energija veda į priklausomybę. Šiuos autoriaus žodžius patvirtino respondentas Algirdas savo pasakojime.

„Dažniau galvoju apie praeitį, negu apie ateitį. Nežinau, vis kuo toliau, tuo labiau jaučiuosi nesuprastas aplinkinių žmonių. Negi aš tiek daug noriu? Kaip buvo gerai, kai sveikata buvo geresnė ir amžius leido pasidaryti visus darbus. Kodėl kiti žmonės susitvarkė savo gyvenimą ir gyvena, na o man viskas iš rankų slysta. Kaip norėčiau turėti artimą žmogų su kuriuo galėčiau gyventi, galėčiau juo pasikliauti, jausti, kad esu laimingas. Bijau vienišumo, bijau nereikalingumo, bijau pačios ateities. Girdėjau, kad rajone yra savarankiško gyvenimo namai, gal mane ten priimtų?“ (III interviu, rugsėjis)

Atsiminimuose pas respondentą vien tik teigiamos emocijos praeičiai. Labai ryškus pesimizmas gyvenimui, jo ateičiai. Žmogus visiškai nesidžiaugia šiuo gyvenimo etapu ir visai netiki, kad įmanoma ką nors pakeisti. Būdamas protingu, tačiau labai jautriu žmogumi, respondentas suvokia, kad per stiprus stresas kenkia psichikai ir trumpina gyvenimą, bet susitvarkyti vienam su tuo be galo sunku. Kaip pažymi R. C. Atchley (1997), sumažinti stresą, kylantį dėl priklausomybės nuo kitų, galima ir lyginant save su tais, kurių sveikatos būklė yra dar blogesnė. Apie tai buvo kalbėta ir su respondentu. Stebint Algirdą, buvo galima pastebėti, kad biografiniai faktoriai turėjo daugiau subjektyvios įtakos negu esami negalavimai ir kalendorinis amžius. Julija teigė, kad jos gyvenime kliūtis į ramią senatvę buvo nevykusi santuoka.

„O kaip, žinoma, penkiolika metų vyresnis žmogus. Taigi skyrėsi mūsų ir pomėgiai, ir požiūris į gyvenimą. Kas tais laikais galėjo prieštarauti. Kai tekėjau nebuvo blogas, bet pagyvenus pradėjo visi velniai lysti lauk. Šiuo metu labai stresuoju, kai kraujo spaudimas yra aukštas, bijau insulto pakartotinio. Dabar jau taip viskas neblogai įsitaisė, kad tik sveikesnė, atrodo ir į tą savo senį kitaip žiūriu. Juk būtų protingas, negertų, abu galėtumėm laimingai gyvent, kaip toj pasakoj. Nenorėčiau vaikų apkrauti, gyvensiu iki paskutinės savo namuose. Va marčios mama gyvena kartu su jais, juk matau, kad sunku jai, turi taikytis, būti nuolankesnė. Kokie bebūtų, bet savi namai yra savi. Aplinkui yra kaimynai, neprazūsiu. O, be to kasdien važinėju į centrą, čia man gerai, lankysiuos tol kol paeisiu“. (III interviu, rugsėjis)

Viso pokalbio metu buvo galima pastebėti lengvą baimę dėl ateities. Labai nenorėtų, kad baigtusi tas gerumas, kokį ji patiria lankydamą dienos centrą. Kaip jau buvo minėta teorinėje dalyje, anot G. Navaičio (1999), nemaža dalis pagyvenusių ir senų žmonių nenori tapti priklausomais nuo savo vaikų, tačiau daugeliui tai yra neišvengiama. Viena priežasčių, kodėl šio amžiaus žmonės renkasi gyvenimą atskirai, yra ta, kad persikėlimas pas savo vaikus daugiau ar mažiau reiškia autoriteto netekimą ir priklausomybę nuo vaikų. Šiuo atveju, kai kurie žmonės pasirenka valstybės teikiamas socialines paslaugas.

Atlikus tyrimą, galima teigti, kad pagyvenę ir seni žmonės dėl sveikatos pokyčių turi peržvelgti iš naujo gyvenimo planus bei įpročius. Respondentai susiduria su ekonomine, dvasine, socialine, bei fizine priklausomybe, tačiau ne visi nori jai pasiduoti ir pripažinti. Priklausomybės nuo kitų didėjimas yra vienas iš aplinkos veiksnių, kuris įtakoja stresą ir įtampą. Sveikatos sutrikimai, negalia apriboja respondentų vaidmenis.

EMPIRINĖS DALIES APIBENDRINIMAS

Apibendrinant tiriamąją dalį, galima pastebėti, kad kiekvienam respondentui, jo gyvenimo tarpsnis sukėlė skirtingus uždavinius. Buvo galima pastebėti, kad, kai kurie respondentai gyveno visą gyvenimą su turimomis pretenzijomis ir įpročiais jų nekeisdami tol, kol jiems patiems buvo reikalinga socialinė pagalba iš artimųjų. Į akis pirmiausia krito ne tiek fizinis liguistumas, kiek elgsenos bei pasaulėžiūros pasikeitimai keičiantis amžiaus cenzui, pvz.: tai kas erzino, pykdė jaunystėje, tai dabar tie patys dalykai mažiausiai jaudina. Manoma, kad tai ir yra gyvenimo išmintis. Visuomenės primetamų senatvės stereotipų, kad šie žmonės yra nekompetentingi, silpni ir nenaudingi, nejaučia tik socialiai aktyvūs žmonės. Bendravimas tarpusavyje respondentams leidžia ne tik pajusti savivertę, bet ir gyvenimo prasmę. Kalbant su žmonėmis buvo galima išvelgti, kad egzistuojantis vidinis gyvenimo ritmas, jų fiziniai pakitimai būdingi senėjimui, yra sukeliama kiekvienam skirtingu laiku. Žmonės, turintys tvirtų socialinių ryšių, greičiau atsistato morališkai, sveikatos atžvilgiu. Galima teigti, kad kiekvieno respondento senėjimui, palaikyti palankiems socialiniams ryšiams turėjo įtakos šalies ekonominis ir visuomeninis vystymasis, žmonių socialiniai santykiai. Turint omenyje, kad respondentų socialinis statusas ir intelektas dalinai skiriasi, pastebimai skyrėsi ir jų gyvenimo tikslas, - vieni turi konkretų tikslą, t.y. padėti vaikams, anūkams, būti aktyviais bendruomenėje, visuomeninėje veikloje, o tuo tarpu kiti – nemato gyvenimo prasmės ir gyvena, kad reikia gyventi. Manoma, kad žinojimas, jog žmogaus gyvenimas kada nors baigiasi, neturėtų mažinti asmens aktyvumo ir temdyti senatvės. Perėjimas iš pagyvenusio amžiaus į senyvą, neturėtų būti kažkas visiškai nauja ir reikšminga. Kiekvieno žmogaus gyvenimas yra negrįžtamas fizinis ir protinis vystymasis, taip pat kiekvienam gyvenimo tarpsniui būdingi specifiniai vyraujantys požymiai, nors tam tikros tendencijos yra panašios visais laikotarpiais ir jos nesikeičia. Tikriausiai reikia mokytis oriai senti visiems, o jaunąją kartą mokyti vertinti ir gerbti senatvę. Tiriamieji respondentai, kurie gyvena vieni, labiau domisi aplinkiniu pasauliu, yra jautrūs išpūdžiams, turi gilių jausmų, atidūs artimiesiems. Vadinasi, vienatvė turi ir teigiamų aspektų. Gyvendamas vienas žmogus gali bendrauti su kitais, turtinti savo asmenybę, nes visa tai priklauso nuo vidinio žmogaus turtingumo. Tie respondentai, kurie gyvena šeimoje su sutuoktiniu, labiau panašūs į vienišus, nes šeimyninis gyvenimas jų nedžiugina. Pagyvenusio ir seno žmogaus užėmimas yra toks pat svarbus dalykas, kaip ir valgymas, gėrimas ar miegas. Jie sako, kad jiems svarbu jausti naudingumą. Todėl ir norisi ką nors nuveikti šeimos labui arba dar kam nors. Turimas hobis praturtina senatvę, daro ją prasmingą. Manoma, kad pagyvenusių ir senų žmonių amžiaus tarpsnis turi ir teigiamų pusių: laisvalaikis, patirtis, galimybė skirti laiko mėgstamiems

užsiėmimams, kuriems nebuvo laiko anksčiau. Tyrimas parodė, kad dalis pagyvenusių ir senų žmonių yra gana aktyvūs, gana optimistiškai nusiteikę žmonės, jų socialinė situacija šiuo metu nebloga, jie daug kuo domisi, ieško užsiėmimų, daug bendrauja su socialiniais darbuotojais. Manoma, kad graži ir harmoninga senatvė neateina savaime, ją reikia susikurti, arba leisti padėti sukurti aplinkiniams.

Apibendrinant tyrimo rezultatus, galima teigti, kas socialinis darbuotojas pagyvenusiems ir seniems žmonėms su amžiumi tampa vis svarbesnis. Taip pat, gyvenimo eigoje kito asmens pagalba tampa reikalinga kasdienėse veiklos srityse. Kai kurie respondentai anksčiau didžiavęsi nepriklausomybe, buvę stiprūs ir pilni jėgų, su amžiumi, silpnėjant sveikatai vis labiau norėtų pagalbos, užsiimant kokia nors veikla, būti artimų draugų būryje, jaustis pilnaverčiais piliečiais.

IŠVADOS

1. Tyrimo duomenų analizė patvirtino iškeltas hipotezes:

- *Pagyvenusių ir senų žmonių socialiniams ryšiams turi įtakos, pakitę socialiniai vaidmenys.* Gyvenimo bėgyje atliekami vaidmenys keičia vienas kitą, atnešdami socialinių ryšių bei aplinkos ir gyvenimo stiliaus pasikeitimus.
- *Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių įvairovę užtikrina jų artimieji, socialiniai darbuotojai, bendruomenė.* Bendraujant su pagyvenusiais ir senais žmonėmis svarbu nepamiršti, kad pirmiausia pats žmogus pasirinks su kuo jam palaikyti socialinius ryšius, pasitars su artimaisiais šeimos nariais, jeigu tokie yra, ir tik tada priims socialinio darbuotojo pasiūlymą socialinėms paslaugoms teikti, kad pagerinti socialinių ryšių įvairovę.

2. Tyrimo metu iširti pagyvenusių ir senų žmonių socialiniai vaidmenys, kurie, vienaip ar kitaip pakoregavo įprastus socialinius ryšius. Pagrindiniai besikeičiantys vaidmenys :

- Pagyvenusių ir senų žmonių pasitraukimas iš socialinio gyvenimo, t.y. natūralus senėjimas
- Suaugusių vaikų išleidimas iš namų, t.y. « tuščio lizdo » etapas
- Išėjimas į pensiją
- Našlystė
- Priklausomybė nuo kitų
- Neįgalumas ir liga
- Kiti vaidmenys (žmogui senstant, retesnis dalyvavimas ir pasirodymas visuomenėje)

3. Tyrimas atskleidė, kad vieniems respondentams, pensinis amžius ir su juo susiję besikeičiantys socialiniai vaidmenys tampa laikina krize, kiti be didelių sunkumų priima, kaip neišvengiamą vaidmenį. Galima teigti, kas senėjimas keičia respondentų gyvenimo būdą daugeliu aspektų. Kartu su amžiumi keičiasi žmonių fiziniai sugebėjimai, ekonominės galimybės, veikla ir aplinka.

4. Pagyvenusių ir senų žmonių socialiniams ryšiams turi įtakos besikeičiantys socialiniai vaidmenims šeimoje ir visuomenėje. Pasitenkinimo gyvenimu ir bendravimo su suaugusiais vaikais tarpusavio ryšys respondentų yra stipresnis už pasitenkinimo gyvenimu ir bendravimo su draugais.

5. Tyrimo metu buvo galima pastebėti, kad socialinio darbuotojo poveikis, stiprinant ir palaikant pagyvenusių ir senų žmonių socialinius ryšius yra žymus ir reikalingas. Jis nereikalingas tik socialiai aktyviems respondentams.

SIŪLYMAI IR REKOMENDACIJOS

Kaip gerinti praktinę veiklą pagyvenusiems ir seniems žmonėms

Iki 2050 m prognozuojamos pagyvenusių ir senų žmonių skaičiaus didėjimo tendencijos, kurios kelia didelį susirūpinimą ir teikia galimybių Lietuvos ekonominei ir socialinei plėtrai. Senstančių gyventojų socialinių ryšių gerinimas, manoma, yra ir toliau diskutuotinas ir kaip įmanoma didesnę dėmesį reikėtų skirti šioms temoms:

1. Socialiniams ir ekonominiams veiksniams ištirti.
2. Mažinti jaunimo atotrūkį su pagyvenusiais ir senais žmonėmis.
3. Skleisti apie pagyvenusius ir senus žmones informaciją, atsižvelgiant į jų poreikius, per įvairius informacijos šaltinius.
4. Būtina siekti išsaugoti pagyvenusių ir senų žmonių nepriklausomybę ir santykinį savarankiškumą.
5. Ieškoti pagyvenusiems ir seniems žmonėms naujų užimtumo formų.
6. Skatinti būstų statybą ir senų žmonių apgyvendinimą jame.
7. Tobulinti pagyvenusių ir senų žmonių infrastruktūrų plėtrą.
8. Pasikeitus socialiniams vaidmenims, palengvinti pagyvenusių ir senų žmonių socialinę adaptaciją.
9. Investuoti į sveiką senėjimą, kuris gali prisidėti prie darbo jėgos pasiūlos
10. Siekti įgalinti pagyvenusius ir senus žmones aktyviai dalyvauti visuomenės gyvenime.
11. Skatinti pagyvenusius ir senus žmones būti fiziškai aktyviais, kas padeda išlaikyti gerą mąstymą ir puikią atmintį.
12. Skatinti pagyvenusius ir senus žmones džiaugtis gyvenimu, kas atitolina nuo depresijos.
13. Mokinti pagyvenusius ir senus žmones sunkumuose išvelgti šviesiąją pusę ir toliau planuoti gyvenimą.
14. Ugdyti gebėjimą aktyviai spręsti problemas ir rengtis senėjimui.
15. Skatinti pagyvenusių žmonių dalyvavimą bendruomenės gyvenime.
16. Didinti pagyvenusiems žmonėms skirtų švietimo priemonių ir socialinės veiklos grupių skaičių, kad užkirsti kelią socialinei atskirčiai ir vienišumui.
17. Sudaryti galimybę pagyvenusiems žmonėms dirbti savanoriais.
18. Pagyvenusiems ir seniems žmonėms parūpinti lengvai pasiekiamų žalių zonų lauke, įrengti vietas susitikimams, bendrauti (kur nereikėtų nei valgyti, nei gerti).

19. Siekti, kad darbdaviai ir patys vyresnio amžiaus darbuotojai prisiimtų atsakomybę už senėjančios darbo jėgos sveikatos išsaugojimą.
20. Sudaryti galimybę mokintis visą gyvenimą.

LITERATŪROS SĄRAŠAS

1. Atchley R.C., Social forces and aging: An introduction to social gerontology, Belmont, 1997
2. Bartkutė D., Bendravimo su pagyvenusiais žmonėmis ypatumai. / Gerontologija, 1 (2), 2000
3. Barkauskaitė M., Blažienė K. A., V. Gribniak, E. Čeremnych, Gerontologija, (2004), V tomas, Nr.1-2, psl. 38-49
4. Blonski H., Pagyvenusių žmonių baimės, Vilnius: Alma Litera, 2003
5. Comley M., Mokykimės klausyti. Konsultavimo įgūdžiai pagyvenusių žmonių padėjėjams, Kaunas, 2002
6. Danusevičienė L., Povilaikaitė S., Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos. - Kaunas, VDU Socialinio darbo institutas, 2002
7. Graužikas B., Kartų problema – gyvenimas be senatvės pojūčių, Darbo biržos naujienos, Nr. 1
8. Greene R. R., Social work with the aged and their families, New York, 2000
9. Grigaravičiūtė L., Prasminga senatvė skirta žmogui, prieiga per internetą http://www.gyvybe.lt/uzgyvybe/19990203/uzg02-3_02.html, prisijungimo laikas 2006-11-23
10. Gaigalienė B., Pagyvenusių žmonių fizinis pajėgumas, aktyvus gyvenimo būdas ir sveikata, Vilnius, 1999
11. Gruščinkienė I., Rudzinskienė E. Senatvė, kurios nelaukiame, Kaunas, 1999
12. Demografinis metraštis, Statistikos departamentas prie Lietuvos Respublikos Vyriausybės, Vilnius 2002 (2003), prieiga per internetą <http://www.google.lt/demografinis+metra%C5%A1tis&meta=lr%3Dl.lt>, prisijungimo laikas 2006-11-13
13. Hendricks J., Generations and the generation of theory in social gerontology, 1992
14. Holstein J. A. & Gubrium J. F., Active interviewing. Qualitative research, theory, method and practice, London: SAGE, 1997
15. Johnson L. C., Socialinio darbo praktika, Vilnius, 2001
16. J. F. Stalford, Jungtinių Tautų Ekonomikos ir socialinių reikalų departamentas, Vatikanas, 1998-10-26

17. Jagelavičius A., Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos. - Kaunas, VDU Socialinio darbo institutas, 2002, psl. 151
18. Kanopienė V., Mikulionienė S., Gerontologija, (2006),VII tomas, Nr.4, psl. 188-200
19. Kriščiūnas K. Pagyvenusių ir senų žmonių reabilitacija, 1993
20. Koskinas S., Naujanienė R., Večkienė N., Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos. - VDU Socialinio darbo institutas, Kaunas, 2002, psl.15
21. Kairys J., Senatvės psichologija, Kintava, 2002
22. Kardelis K. Mokslinių tyrimų metodologija ir metodai. – Kaunas: Judex, 2002.
23. Lietuvos Statistikos departamentas prie Lietuvos Vyriausybės, prieiga per internetą <http://www.std.lt/web/main.php>, prisijungimo laikas 2007-11-02
24. Lowy L., Social work with aging, New York, 1985
25. Lesauskaitė V., Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos. - VDU Socialinio darbo institutas, Kaunas, 2002, psl. 72-84
26. „LR gyventojų užimtumo įstatymas“, 1998-10-22, Valstybės žinios, 1996, Nr. 1-119, Nr. 14,
27. Luobikienė L. Sociologija: bendrieji pagrindai ir tyrimų metodika.-Kaunas: Technologija, 2000.
28. Misiūnas J., JTVP programa „Parama įgyvendinant Nacionalinį žmogaus teisių rėmimo ir apsaugos veiksnių Lietuvos Respublikos planą“, Teisės institutas, UAB „Naujos sistemos“, Vilnius, 2005, psl.237, prieiga per internetą <http://www.undp.lt/lt/?id=150>, prisijungimo laikas 2007-11-02
29. Mikulionienė S., Lietuvos gyventojų senėjimas: tyrimo metodai ir analizė, Stankūnienė V. (ats. red.), Lietuvos demografiniai pokyčiai ir gyventojų politika, Vilnius, 1995
30. Mikulionienė S., Gyventojų senėjimas. Lietuvos gyventojai: 1990-2000, Lietuvos filosofijos ir sociologijos institutas, Vilnius, 2002
31. Myers G. D., Psichologija, Kaunas, 2000
32. Nacionalinė gyventojų senėjimo pasekmių įveikimo strategija. Patvirtinta Lietuvos Respublikos Vyriausybės 2004 m. birželio 14 d. nutarimu Nr. 737, prieiga per internetą: <http://www.biblioteka.lt/seniorai/istatymai.htm>, prisijungimo laikas 2006-11-13
33. Navaitis G., Lietuvos šeima: psichoterapinis aspektas, Vilnius, 1999

34. Naujanienė R., Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos. - Kaunas, VDU Socialinio darbo institutas, 2002, psl. 104-116
35. Pieters D., Įvadas į socialinės apsaugos principus, Vilnius, 1998
36. Pranešimas apie žmogaus socialinę raidą Lietuvoje, Vilnius, 1997
37. Pagyvenusių ir senų žmonių gerovė, prieiga per internetą [http:// www. sti.lt/strategija/mak_3D_a.pdf](http://www.sti.lt/strategija/mak_3D_a.pdf), prisijungimo laikas 2006-11-13.
38. Pranešimas apie Lietuvos socialinės apsaugos sistemą, 2003 m.
39. Popiežius Jonas Paulius II., „Laiškas pagyvenusiems žmonėms“, Bažnyčios žinios, Nr.22, 1999 – 11- 30
40. Popiežiškoji 1999-Popiežiškoji pasauliečių reikalų taryba, „Pagyvenusių žmonių orumas bei misija Bažnyčioje ir pasaulyje“, Bažnyčios žinios, Nr.13-14, 1999
41. Rudytė R. , Sargutytė R. ,Pagyvenusių žmonių suicidinės rizikos veiksnių įvertinimas// Psichologija: mokslo darbai, 1998
42. Trimakas K. A., Žmogaus aukščiausi skrydžiai, Kaunas,1996
43. Tidikis R. Socialinių mokslų ir tyrimų metodologija.-Vilnius: LTU, 2003
44. Saukienė I., Senatvė su šypsena, prieiga per internetą: [http://www. delfi. lt](http://www.delfi.lt), prisijungimo laikas 2006-11-13
45. Skrinskas R. G., Statistika, prieiga per internetą: <http://www.3vdu.lt.>, prisijungimo laikas 2006-11-13
46. Sutton C., Socialinis darbas, bendruomenės veikla ir psichologija, Vilnius, 1999
47. Skliutauskas J., Ilgas gyvenimas – svajonė ar tikrovė?, Vilnius, 1987
48. Smilgevičius J., Statistika, prieiga per internetą: <http://www.3vdu.lt.>, prisijungimo laikas 2006-11-13
49. Večkienė N. (sudarytoja ir mokslinė redaktorė), kiti autoriai, Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos. - VDU Socialinio darbo institutas, Kaunas, 2002
50. Walker A., Naegele G., The politics of old age in Europe, Buckingham, 1999
51. Zabulis H., Ciceronas apie „mūsų“ senatvę, prieiga per internetą :[http// ausis.gf.vu.lt](http://ausis.gf.vu.lt), prisijungimo laikas 2006-11-13
52. www.vtv.lt/naujienos/statistiniai-duomenys, prisijungimo laikas 2007-11-03
53. www.Baznycioszinios, „Pagyvenusio ir seno žmogaus kultūrinis gyvenimas“ Dokumentas Nr. 13, 1999-07-12

Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumai

Irena Skrabienė

Santrauka

Šiame darbe aprašomi pagyvenusių ir senų žmonių socialiniai ryšiai, apimant pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių pokyčius tiek šeimoje, tiek visuomenėje. Kalbama apie požiūrį į senėjimą, senėjimo procesą, ekonominius ir socialinius veiksnius bei pagyvenusių ir senų žmonių užimtumą, mokymosi ypatumus. Aptariami pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumai, senatvės poveikis socialiniams žmogaus vaidmenims. Darbas parašytas remiantis mokslinės literatūros analize apie pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumus, juos sąlygojančius veiksnius bei atlikto kokybinio tyrimo „Pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių ypatumai“ duomenimis ir tiesioginiu stebėjimu natūraliose sąlygose dėl objektyvesnių išvadų pateikimo, apibūdinant asmens elgesį.

Tyrimo metu buvo vertinami pagyvenusių ir senų žmonių socialinių ryšių pokyčiai, atskleidžiami pagrindiniai besikeičiantys vaidmenys, tokie kaip: socialinės padėties praradimas, sutuoktinio vaidmens netekimas – našlystė, tėvystės vaidmens netekimas, neįgalumas ir liga, priklausomybė nuo kitų, pagyvenusių ir senų žmonių kultūrinė veikla (žmogui senstant, retesnis dalyvavimas ir pasirodymas visuomenėje) bei kliūtys kelyje į ramią senatvę. Taip pat socialinio darbuotojo vaidmuo, palaikant ir stiprinant pagyvenusių ir senų žmonių socialinius ryšius.

Nustatyta, kad pagyvenusių ir senų žmonių socialinių vaidmenų pasikeitimas suvokiamas kaip natūralus senėjimo procesas. Tyrimo duomenys parodė, kad senatvėje žmogaus psichosocialinė gerovė priklauso nuo socialinio ištraukimo, kad keičiantis socialiniams vaidmenims, žmonės netenka ryšių su jais pačia artimiausia aplinka. Kartu su amžiumi keičiasi žmonių fiziniai sugebėjimai, ekonominės galimybės. Gyvenamosios vietos ir bendruomenės pakeitimas yra pats netrokštamiausias gyvenimo įvykis. Pablogėjus sveikatai žmonės naudojami laikinomis socialinės globos institucijomis.

Raktažodžiai: senėjimas, socialinis senėjimas, senatvė, socialinė aplinka, socialinis vaidmuo, socialinis darbuotojas, kokybinis tyrimas, interviu.

The peculiarities of social relationships of elderly and old men

Irena Skrabiene

Summary

In this work the social relationships of elderly and old men are being described, including the changes of social relationships of elderly and old men as in family, as in society. The point of view towards ageing, senescence process, economical and social factors, being busy of elderly and old men, and also peculiarities of studying are being discussed. The peculiarities of social relationships of elderly and old men and the influence of old age to the social roles of person are being reviewed. The work was written according to the analysis of scientific literature about the peculiarities of social relationships of elderly and old men, also on the basis of the analysis of the factors, stipulating them, and also according to the fulfilled qualitative research “The peculiarities of social relationships of elderly and old men” data, also according to direct observation under natural conditions because of presenting objective conclusions, characterizing the person’s behavior.

During the research, the changes of social relationships of elderly and old men were evaluated, the main altering roles are revealed, which are as follows: the loss of social status, the loss of spouse’s role – widowhood, the loss of paternity role, disablement and illness, dependence on others, cultural activity of elderly and old men (when a person grows old, he rarer participate in the social activity) and also obstacles for the serene old age. Also the role of social worker in sphere of keeping and strengthening the social relationships of elderly and old men is being discussed.

It was defined, that the change of social roles of elderly and old men is being interpreted as natural process of ageing. The research data had showed that in the old ages the person’s psychological social prosperity depends on social involvement, and that with changes of social roles, the people lose their relationships with the most close for them environment. With age the physical abilities and economical capabilities of people change. The change of living place and society is mostly unwanted event. With impairment of health people use the temporary institutions of social security.

Keywords: senescence, social senescence, old age, social environment, social role, social worker, qualitative research, interview.