

УДК 614.253.1

## ЭЙДЖИЗМ И ЗДОРОВОЕ СТАРЕНИЕ

(по материалам Глобального доклада по проблемам эйджизма)

А.Н. Ильницкий

*АНО «Научно-исследовательский медицинский центр «Геронтология», Москва*

**В статье представлены концептуальные позиции Доклада Всемирной организации здравоохранения, Управления Верховного комиссара по правам человека, Департамента ООН по экономическим и социальным вопросам и Фонда ООН в области народонаселения, в котором призывается предпринять незамедлительные действия по борьбе с эйджизмом, более точно оценивать масштабы этой проблемы и распространять информацию о ней с целью разработки действенных мер преодоления.**

Ключевые слова: эйджизм, пожилой возраст, дискриминация

## AGEISM AND HEALTHY AGING

(materials of Global report on ageism)

A.N. Ilnitski

*Scientific-Research center "Gerontology", Moscow*

**The article presents the conceptual positions of the Report of the World Health Organization, the Office of the High Commissioner for Human Rights, the UN Department of Economic and Social Affairs and the UN Population Fund, which proposes to take immediate action to combat ageism, more accurately assess the scale of the problem and disseminate information about it in order to develop effective coping measures.**

Key words: ageism, elderly, discrimination

Текущему десятилетию Организацией объединенных наций присвоен слоган здорового старения. Оно должно быть посвящено повышению качества жизни пожилых людей и унификации исследований старения в мире для получения сопоставимых результатов, которые могли бы лечь в основу глобальных программ помощи людям старших возрастных групп. Наряду с работой в местных обществах, в которых живут пожилые люди, улучшению качества деятельности первичной медико-санитарной и социальной помощи, совершенствования долговременного ухода ключевое место в достижении целей здорового старения выделяется преодолению эйджизма.

### Определение

Эйджизм является сложным социальным и психологическим феноменом, который по отношению к возрасту заключается в развитии стереотипного мышления,

сформировавшимися предрассудками, что приводит к дискриминации по возрастному принципу.

Возраст, хотя и коррелирует с биологическими процессами, имеет социальную форму. Кто считается молодым или старым, частично зависит от контекста, цели и культуры каждого общества. В 18 лет человека могут считать слишком старым, чтобы стать конкурентоспособным пианистом, но слишком молодым, чтобы тренировать профессиональную футбольную команду. Культуры различаются по тому, как они разграничивают старость, средний возраст и молодость. Также нормы и ожидания, которые они имеют для каждого из этих этапов жизни, могут меняться с течением времени. Окружающая среда также влияет на то, как мы стареем. Неравенство, связанное, например, с полом, этнической принадлежностью и доходом, определяет доступ к медицинской помощи и образованию на протяжении всей жизни, и оно влияет на то, как мы себя чувствуем в возрасте 50, 60, 70 или 80 лет. Большая часть разнообразия, которое мы наблюдаем в пожилом возрасте, является результатом совокупного воздействия этих неравенств в отношении здоровья на протяжении всей жизни.

### **История вопроса**

Термин "эйджизм" впервые был предложен в 1969 году Робертом Батлером, известным геронтологом и первым директором Национального института старения в Соединенных Штатах. Хотя эйджизм существовал на протяжении веков, в разных странах, контекстах и культурах, эта концепция является относительно новой и пока не существует в каждом языке. Те языки, в которых отсутствует конкретный термин для обозначения эйджизма, как правило, используют метафоричные описания дискриминации по возрасту, например, Altersdiskriminierung в немецком языке, который отражает только аспект дискриминации. Другие языки, в которых есть определенный термин, такие как испанский (edadismo или edaismo) и французский (âgisme), только сейчас начинают использовать его более широко. Определение слова для обозначения эйджизма в каждом языке было бы одним из способов начать процесс повышения осведомленности и изменения отношения к возрасту в разных странах.

### **Распространенность**

Эйджизм в отношении пожилых людей широко распространен во всем мире. Она проявляется во всех ключевых институтах общества. Например, в здравоохранении и

социальной помощи, где медицинское обслуживание иногда нормируется в зависимости от возраста; на рабочем месте во время найма, трудоустройства и процессов выхода на пенсию и увольнения; и в средствах массовой информации, где пожилые люди и их интересы часто представлены недостаточно.

Согласно данным современных исследований во всем мире по крайней мере каждый второй человек придерживается эйджистского отношения к пожилым людям. В странах, охваченных Европейским социальным опросом, каждый третий пожилой человек испытывал эйджизм. Таким образом, эйджизм затрагивает миллиарды людей во всем мире, и его распространение может увеличиваться. Эйджизм представляет собой как серьезную и широко распространенную проблему в области прав человека, так и далеко идущую проблему общественного здравоохранения.

### **Причины развития**

Существует несколько теорий развития эйджизма. Они следующие.

Теория управления страхом. Теория управления страхом предполагает, что эйджизм является результатом нашего страха смерти. Она утверждает, что вездесущие потребности людей в смысле и самоуважении возникают, отчасти, как усилия психологически обезопасить себя от осознания смертности. Пожилые люди представляют экзистенциальную угрозу для молодых людей, потому что они напоминают им, что смерть неизбежна. Страхи смерти, физического распада и потери достоинства и самооценки порождают негативную реакцию по отношению к пожилым людям и желание дистанцироваться от них, что проявляется в виде стереотипов, предрассудков и дискриминации в отношении пожилых людей. Предполагается, что, научившись признавать и более непосредственно справляться со страхами, связанными с нашей физической и смертной природой, мы сможем противостоять этим страхам и уменьшить отрицательное психологическое отношение к возрасту.

Теория межгрупповых угроз и теория межгрупповых контактов. Теория межгрупповых угроз утверждает, что индивиды враждебно реагируют на внешние группы, особенно когда внешние группы воспринимаются как потенциально опасные, представляющие либо реальные, либо символические угрозы. Реальные угрозы относятся к угрозам власти, ресурсам и благосостоянию группы, в то время как символические угрозы-это угрозы мировоззрению, системе убеждений и ценностям группы. Эта теория может помочь объяснить, почему молодые люди, которые

представляют прямую конкуренцию взрослым среднего возраста, могут испытывать эйджизм в обществе. Даже в тех случаях, когда люди не идентифицируют конкретную угрозу со стороны внешней группы, они могут выбрать демонстрацию предубеждений, которые могут помочь создать положительное различие между их группой (внутри группы) и другими группами (внешними группами).

Теорию межгрупповых контактов можно рассматривать как оборотную сторону теории межгрупповых угроз. Теория межгрупповых контактов утверждает, что контакт между группами в оптимальных условиях уменьшает межгрупповую угрозу и сопутствующие ей стереотипы, предрассудки и дискриминацию. Причинно-следственные механизмы, с помощью которых это происходит, включают в себя снижение тревоги по поводу межгрупповых контактов и увеличение восприятия перспективы и эмпатии. Расширенные знания о внешней группе также играют определенную роль, хотя и менее сильную. Предполагается, что оптимальные условия заключаются в том, чтобы группы имели одинаковый статус и общие цели; содействие ситуациям, способствующим межгрупповому сотрудничеству; и поддержка со стороны властей, закона или обычаев. Теория межгруппового контакта была широко протестирована с различными расовыми и этническими группами, людьми с физическими недостатками и психическими расстройствами, а также с людьми разных возрастных групп. Стратегии межпоколенческих контактов в значительной степени основаны на теории межгрупповых контактов.

Теория воплощения стереотипов. Эта теория предполагает, что члены стигматизированных групп склонны усваивать стереотипы о себе из общества, что приводит к негативному самовосприятию, чем может повлиять на их здоровье. Теория воплощения стереотипов состоит из четырех основных компонентов: люди с раннего возраста усваивают возрастные стереотипы, характерные для их культуры; стереотипы могут действовать бессознательно; стереотипы приобретают все большую значимость по мере того, как люди достигают определенных вех, связанных с определенным возрастом, таких как выход на пенсию; стереотипы воплощаются тремя основными путями - физиологическим, поведенческим и психологическим. Физиологический путь связан с физиологическим стрессом, вызванным тем, что негативное восприятие старения применимо к самому себе. Например, пожилые люди, подсознательно подверженные негативным возрастным стереотипам, демонстрировали повышенную сердечно-сосудистую реакцию на стресс. Поведенческий путь действует через

изменения в поведении, например, люди, которые негативно относятся к старости, не посещая медицинские осмотры, потому что считают болезнь нормальной в пожилом возрасте. Психологический путь включает в себя формирование ожиданий, которые действуют как самореализующиеся пророчества. Каждый из этих путей предлагает потенциальные цели для вмешательства. Например, психологические и поведенческие пути могут быть изменены с помощью образовательных вмешательств, которые изменяют то, что считается нормальным в пожилом возрасте. Хотя эта теория в основном использовалась для объяснения самонаправленного эйджизма в старшем возрасте, вполне вероятно, что тот же механизм действует и в самонаправленном эйджизме в других возрастах, поскольку люди с детства подвержены стереотипам о разных возрастных группах.

### **Методы выявления**

Для исследования уровня Эйджизма существует достаточно большое количество опросников и шкал. Одной из них является, например, шкала эйджизма Фрабони, когда респондентам предлагается оценить 30 высказываний о пожилых людях, каждое из которых он должен оценить по шкале от 1 до 4 баллов, где 1 балл – полностью не согласен, 4 балла – полностью согласен. Примеры высказываний следующие: 1. Многие пожилые люди скупы и берегут свои деньги и имущество. 2. Многие пожилые люди не заинтересованы в том, чтобы заводить новых друзей, предпочитая вместо этого круг друзей, который у них был в течение многих лет. 3. Многие пожилые люди просто живут прошлым. При этом некоторые элементы шкалы были инвертированы. В частности, Пожилые люди должны чувствовать себя желанными гостями на встречах молодых людей. 5. Большинство пожилых людей – мудрые.

Для исследования проблемы эйджизма целесообразным является включение методов следующего плана:

- мониторинг и отслеживание эйджизма в ряде ключевых учреждений, особенно среди работников здравоохранения и социального обеспечения, в жилищном секторе, в правовой системе и во время чрезвычайных ситуаций, а также в странах с низким и средним уровнем дохода в целом.;
- использование инструментов, разрабатываемых для измерения всех различных типов и измерений эйджизма;

- проведение демографических обследований эйджизма с использованием инструментов для лучшей оценки глобальной распространенности и распространения эйджизма и тенденций в нем, включая самоуправляемый эйджизм;
- проведение исследований на стыке эйджизма и других “измов” (сексизм, аблеизм и пр.).

### **Влияние на здоровье**

Эйджизм в старших возрастных группах обладает разносторонним неблагоприятным влиянием на здоровье, как физическое, так и психическое. В плане физического здоровья он способствует снижению продолжительности жизни, увеличению патологической пораженности, у людей формируется неправильное, рискованное поведение в отношении собственного здоровья, наблюдается полипрагмазия. Поражение сферы психического здоровья характеризуется наличием когнитивных расстройств, пограничных психических нарушений. Все это тесно связано со снижением уровня социального благополучия, когда увеличивается социальная изоляция и одиночество, наблюдаются ограничения в сексуальной жизни, формируется насилие над стариками, страх перед преступлениями. Все эти вещи накладываются на экономические проблемы, прежде всего бедность и увеличение финансового бремени на общество.

### **Преодоление**

Комплексные меры и программы по преодолению эйджизма включают следующие позиции:

- разработка и апробация комплекса мер, направленных на борьбу с различными формами эйджизма (т.е. институционального, межличностного и самонаправленного эйджизма),
- оценка стоимости и экономической эффективности кампаний против эйджизма. Кампании могут быть дорогими. Следовательно, очень важно обеспечить их рентабельность. Доказательства рентабельности кампаний во всех областях здравоохранения крайне ограничены, за исключением курения, для которого имеются умеренные доказательства рентабельности,
- изучение того, может ли воздействие скрытых позитивных стереотипов помочь смягчить последствия негативных стереотипов и других форм эйджизма, и если да, то

как это можно превратить из лабораторных исследований в масштабируемые вмешательства;

- разработка, тестирование и расширение масштабов стратегий для смягчения воздействия всех аспектов эйджизма, то есть стереотипов, предрассудков и дискриминации.

#### **Источник**

Global report on ageism.- World Health Organization, 2021, доступ по ссылке <https://www.who.int/teams/social-determinants-of-health/demographic-change-and-healthy-ageing/combating-ageism/global-report-on-ageism>