

Алло, дед...? Мы идем к тебе: Стиль и психогигиена общения с людьми пожилого возраста

Русецкая Алла Максимовна,
кандидат педагогических и магистр
психологических наук, доцент

-Алло, дед, ты дома? Мы едем к тебе...

Позитивные взаимоотношения с пожилыми людьми во всем мире считаются показателем развитости нравственных отношений в обществе, его социальной ориентированности и цивилизованности в целом. История свидетельствует, что до появления религиозных верований и внимания к жизни человека, о старших не заботились. После потери трудоспособности человек был обречен на естественную или насильственную гибель. Существует легенда о мужчине, который по традициям племени привязал к саням престарелого отца и повез его в лес, чтобы оставить там навсегда. С собой он взял малолетнего сына. На протяжении всего пути мальчик интересовался деталями совершаемого действия: какой дорогой ехать, как закрепить веревку, как привязать старика к саням. Наконец, отец спросил: «Почему тебя это так интересует?» Сын ответил: «Потому что мне нужно будет везти в лес тебя, когда ты состаришься.» Подумал человек и повернул сани назад, домой...

Поставить себя на место человека, ушедшего по жизни далеко вперед, довольно трудно. Да и желание есть не всегда: старики создают слишком много проблем. Их черты характера, в том числе не лучшие, с возрастом становятся более выраженными. Представления пожилых людей о жизни часто представляются странными для их взрослых детей и особенно внуков. Система отношений, способы поведения, алгоритмы и стереотипы, выработанные в

прежней активной трудовой жизни, в ряде случаев неприменимы в изменившихся условиях жизни. А старики упорно настаивают на своем и пытаются убедить нас в своих «истинах». При этом им присущи глубокие эмоциональные переживания явлений и событий, на которые они не могут оказать влияние. Причины дезадаптации стариков и так называемого «конфликта поколений» различны. Часто это – проблема ценностей, которая имеет очень сложный, противоречивый характер. В ряде случаев житейская мудрость пожилых людей, приобретенная с опытом, образованием и очевидная для них самих, остается неиспользованной, непригодной, ненужной. С возрастом резко снижается способность человека к адаптации и усвоению новых знаний. Бывает, что старики, которых заботливые дети насильно переселили из сельской «избушки» в городскую квартиру со всеми удобствами, просто не выживают. Возрастной комплекс болезней часто оказывает негативное влияние на нервную систему, процессы мышления. Сложно смириться с потерей высокого социального статуса после ухода на пенсию. Крайне тяжело переживается смерть супруга, а ведь кто-то должен уйти первым. Бывает, что бабушка или дедушка повергают в шок детей и внуков намерением вступить в новый брак.

История учит: выход человечества из примитивного состояния связан с включением стариков в систему общественных и семейных отношений. Это обогатило развитие общества не только эффективно используемым социальным опытом, но и пробуждением важнейшей личностной потребности в объекте любви, заботы и внимания. Общественные традиции содержат нравственно-этические предписания для общения с людьми пожилого и старческого возраста. Теоретически они всем нам известны. Более того, уважительное отношение к старшим входит в национальные традиции всех социокультурных систем мира. Но всегда ли мы умеем осуществлять теорию на практике? Может быть, проблемы стариков создаются не стариками, а нами самими?

- А я ведь внутренне не ощущаю, что с возрастом что-то изменилось во мне, в моем восприятии жизни,- рассказывает милая и обаятельная пожилая женщина.- Мне все так же интересно жить,- как и раньше я

чувствую себя молодой. Хочу носить модные платья, но мне они уже не к лицу...

Главное в общении с пожилым человеком – способность видеть в нем личность, которой присуща не только возрастная специфика, но, прежде всего, индивидуальность, потребность быть нужным, самостоятельным, независимым в своих решениях и поступках. У старика есть права и обязанности. Человек, не подлежащий опеке, волен самостоятельно решать свои семейные и материальные вопросы независимо от желаний своих детей и внуков. Характерная «эмансипация» бабушек и дедушек оправдана: необходимость самостоятельно решать посильные жизненные задачи, чувствовать свою значимость благотворно влияет на физическое и психологическое здоровье пожилого человека. Вспомним интеллигентного седенького дедушку, галантно уступающего в общественном транспорте место растерявшейся молодой девушке, которая не знает, как вести себя в этом случае... А правильное решение очевидно: надо поблагодарить и сесть! И улыбнуться. Или старушку, которая не позволяет юноше уступить ей место и объясняет (не ему, а всем, кто стоит рядом), что ей ехать-то всего пять остановочек... А вот разгневанные тетушки, «гоняющие» с передних сидений «молодежь», ощущают разочарование, несоответствие в отношении к себе со стороны окружающих и самоутверждаются полудетским способом.

Важно поддерживать стремление пожилого человека к самообслуживанию и самообеспечению, способствовать созданию условий для этого. Помощь обязательна, но она не должна быть навязчивой, мешающей старику сохранить положительное мнение о себе. Для него важно признание и принятие его как личности. Дайте ему почувствовать это, и ваша помощь будет принята с благодарностью. Пожилые люди рады проявлению внимания со стороны родственников, соседей, социальных работников и особенно – бывших сослуживцев. Кстати, последние могут приобрести много ценного, обратившись к знаниям пенсионера, который будет рад найти применение своему опыту. И не стоит сетовать на то, что придется ознакомиться в деталях с информацией о работе всех внутренних органов дедушки и результатами анализов. Для него

поддержание здоровья и социальная защищенность составляют важнейшую сферу жизнедеятельности. Это его Жизнь. А сочувствие полезно прежде всего тому, кто его оказывает.

И еще. Понятия и привычки, образ жизни пожилого человека - это его мир, его единственная реальность, которая не изменится никогда. А нужно ли ее менять, если старик человек чувствует себя хорошо и уютно в своем мире? Осознают ли внуки (а в случае особой удачи - правнуки), что, общаясь с бабушкой и дедушкой, имеют в своем распоряжении настоящую «машину времени», которая может по-настоящему раскрыть для них мир прошедших лет. А ведь там может быть столько интересного и, главное - ценного! Кто сказал, что ценности последующих поколений неприменимы для последующих? Искренняя заинтересованность жизнью пожилого человека, включенность в нее, понимание ее личностного смысла практически сводят к минимуму проблемы взаимодействия с ним.

От того, как складывается жизнь пожилого человека в его ближайшем окружении родственников и друзей, во многом зависит отношение старика к реальности, к прошедшему жизненному пути, наконец, к своей старости. Что присутствует в его «здесь и сейчас»? Разочарование, тоска, беспомощность и ненужность? Или удовлетворенность прожитыми годами, видение смыслового значения каждого из этих лет для настоящего и будущего детей, внуков? И для своего настоящего тоже! Уход на пенсию может сопровождаться ощущением новых возможностей, - использованием появившегося свободного времени для занятий любимым делом, возможностью осмыслить и более полно реализовать свои отношения с Богом, семьей, друзьями. Позитивен отход от стереотипа сознания, что перспектива в жизни обязательно связана с продолжительностью в несколько десятилетий. Дело не во времени, а в его наполненности смыслом и содержанием. Каждый последующий год, месяц, день могут оказаться важным логическим продолжением главного, новым этапом.

*- ...ну, все, дед, давай, жди! Ставьте там с бабушкой чайник,-
вкусненькое везем....*

РЕПОЗИТОРИЙ БГПУ