

Helena Haškovcová

Sociální gerontologie

aneb Senioři mezi námi



Galén

Upozornění

Všechna práva vyhrazena.

Žádná část této tištěné či elektronické knihy nesmí být reprodukována a šířena v papírové, elektronické či jiné podobě bez předchozího písemného souhlasu nakladatele.

Neoprávněné užití této knihy bude trestně stíháno.

Galén

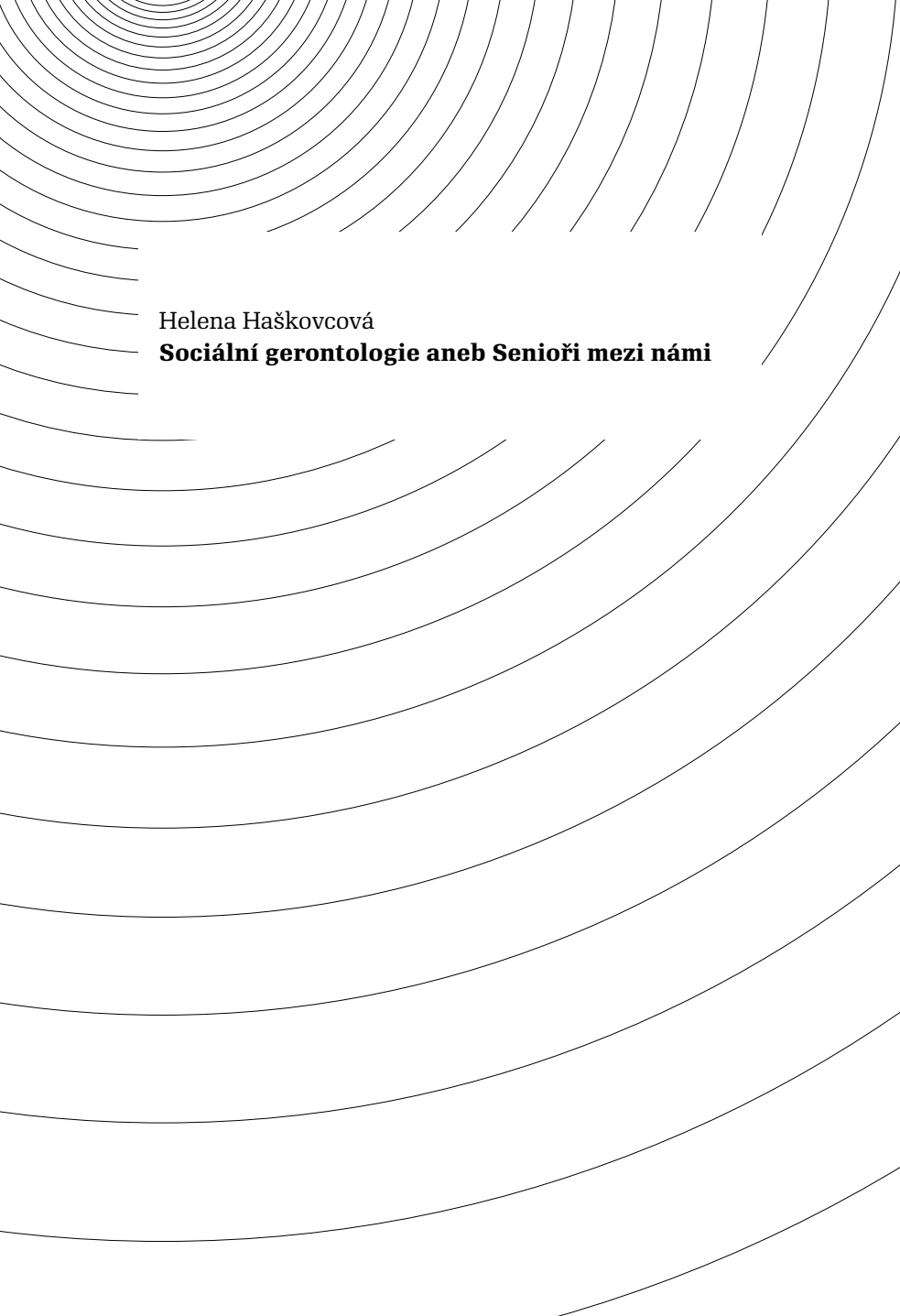
Na Bělidle 34, 150 00 Praha 5

www.galen.cz

© Galén, 2012

ISBN 978-80-7492-058-5 (PDF)

ISBN 978-80-7492-059-2 (PDF pro čtečky)

The background of the page is a light gray color. It features a series of thin, dark gray lines that form concentric circles in the upper left corner, transitioning into a series of curved, parallel lines that sweep across the entire page from the top left towards the bottom right.

Helena Haškovcová

Sociální gerontologie aneb Senioři mezi námi

Helena Haškovcová

Sociální gerontologie

aneb Senioři mezi námi

Galén

Autorka

prof. PhDr. RNDr. Helena Haškovcová, CSc.

Fakulta humanitních studií UK v Praze

Recenzenti

doc. MUDr. Iva Holmerová, Ph.D.

Gerontologické centrum, Praha; Fakulta humanitních studií UK v Praze

prof. MUDr. Jan Petrášek, DrSc.

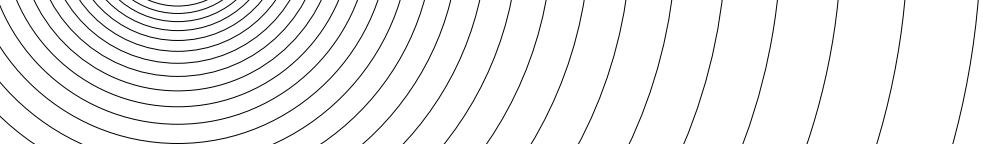
III. interní klinika, 1. lékařská fakulta UK a VFN v Praze

Obraz na obálce:

»Na lavičce«, olej na plátně 50 × 70 cm, 1988

Autor: akad. mal. Jan Vlček

Tato publikace vznikla za podpory institucionální dotace na dlouhodobý koncepční rozvoj výzkumné organizace Fakulty humanitních studií UK v Praze a je jedním z výstupů projektu NT 11325 IGA MZ ČR Dlouhodobá péče pro seniory: problematika kvality péče v institucích, kultury organizace a podpory důstojnosti starých křehkých pacientů.



Předmluva

Z rozhodnutí Evropského parlamentu a Rady (č. 940/2011/EU) ze dne 14. 9. 2010 byl rok 2012 vyhlášen Evropským rokem aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity (EY 2012). Důvod je všeobecně známý: Evropané stárnou a předpokládaný demografický vývoj není příznivý. Nebudme ale jenom pesimističtí! I když stárnoucích a starých lidí bude i nadále dramaticky přibývat, mohou se všichni lidé radovat z toho, že žijí déle než kdykoliv v minulosti. Aby převážil individuální i celospolečenský optimismus, je nutné se osobně i celospolečensky o problematiku stárnutí a stáří zajímat a systematicky vytvářet podmínky pro to, aby byl lidský život nejen »dlouhý«, ale také kvalitní. To zajisté není a nebude jednoduché především ze dvou důvodů: Jednak moderní společnost favorizuje mladé a ekonomicky schopné lidi, kteří smýšlejí o stáří jako o »šedivé« a nezajímavé periodě lidského života a kteří se většinou domnívají, že senioři reprezentují jen celospolečenskou, přesněji řečeno, finanční zátěž. A jednak stárnoucí a pak i staří lidé často nevědí, co si počít s časem, který je náhle po ukončení profesní kariéry »prázdný«. Populace mladých, resp. ekonomicky produk-

tivních občanů, a těch, kteří už jsou v penzi, se od sebe vzdalují – ekonomicky, společensky i citově. Těto nepřijemné propasti si jsou vědomi nejen senioři, kteří ji pociťují na vlastní kůži úporněji než mladí, kterým »patří svět«, ale také odborníci. Proto je v projektu Evropského roku stárnutí zdůrazněna mezigenerační solidarita, která výrazně poklesla a kterou je nutné posílit.

Koordinátorem všech aktivit v rámci Evropského roku aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity je za Českou republiku Ministerstvo práce a sociálních věcí. To také jmenovalo tzv. patrony, tedy odborníky i známé osobnosti z řad politiků, herců a zpěváků, jejichž úkolem je nejen propagovat uvedený Evropský rok, ale také podle svých možností přispět k uskutečnění vytyčených cílů. Vzhledem k tomu, že i já jsem se stala patronkou EY 2012 a chci přispět onou pověstnou »troškou do mlýna«, předkládám všem zájemcům tento stručný text, který by měl každému usnadnit orientaci v problematice zdravého i nemocného stárnutí a stáří.

Je pravda, že se na našem knižním trhu v posledních letech objevila celá řada publikací, ať již odborných, nebo populárně naučných, jejichž společným jmenovatelem je právě problematika stárnutí a stáří. Nechybí ani celá řada praktických návodů, jak pěstovat zdravý životní styl i ve vyšším věku a jak ošetřovat nemocné seniory. Zdálo by se tedy, že každý, kdo aktuálně potřebuje informace o tom, jak se má starat o svou dlouhodobou soběstačnost a co dělat, když klesá, je snadno najde. I když je většina dostupných publikací velmi kvalitních, málokdy v nich ale najdeme rady, jak seniorům vlastně rozumět. Jsem hluboce přesvědčena o tom, že porozumění je základním před-

pokladem nejen kvalitního bezkonfliktního soužití s mladšími generacemi, ale i pozdější péče o nemocné seniory, ať již v rámci rodiny, nebo v institucích. V prvním případě je ono porozumění limitující podmínkou potřebné integrace seniorů do většinové společnosti, v druhém případě je zárukou, že péči o nemocného seniora nebudou laičtí ani profesionální pečovatelé vnímat pouze jako vysilující činnost. Abychom si mezigeneračně porozuměli, je třeba podstatné »neuralgické« problémy, týkající se seniorů a jejich postavení ve společnosti, pojmenovat a osvojit si základní odbornou terminologii, která nám v takovém úsilí pomůže.

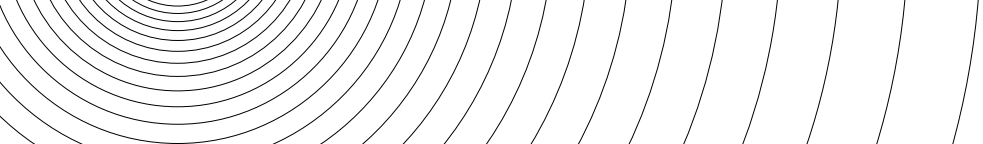
To jsou důvody, proč jsem předložený text rozdělila do dvou částí. V první jsou popsány ony důležité problémy, které se týkají jak zdravých, tak i nemocných seniorů, s důrazem na zmíněné a nedoceněné porozumění. V té druhé, kterou jsem nazvala Informační minimum, pak heslovitě prezentuji nejdůležitější pojmy a informace, které se k seniorské problematice vážou a které může každý čtenář dobře využít k dalšímu individuálnímu nebo institucionálnímu studiu. V obou částech textu se snažím zúročit svou pedagogickou praxi, která se odvíjí nejen od mého působení na Fakultě humanitních studií Univerzity Karlovy v Praze, ale také od angažmá lektora nejrůznějších doškolovacích kursů pro zdravotnické a sociální pracovníky, kteří o seniory pečují.

Neskrývám, že jsem v roce 2010 péči pražského nakladatelství Havlíček Brain Team vydala druhé, aktualizované a rozšířené vydání knihy s názvem *Fenomén stáří* a napsala do ní všechno, co jsem věděla já i citovaní či odkazovaní autoři, a také to, co jsem získala díky svým

praktickým zkušenostem z doby, kdy jsem byla činná v oborech gerontologie a geriatrie. Nebylo by korektní nepřiznat, že určité informace jsou převzaty i do této útlé publikace. Kniha *Fenomén stáří* má totiž jednu »chybu«: je značně obsáhlá. Těší mě, že ji studují vysokoškoláci a reprezentanti pomáhajících profesí, kteří se angažují v péči o nemocné seniory. Za »černou díru« však považuji skutečnost, že chybí přehledný a stručný text pro »začátečníky«, ať již laiky, nebo třeba ošetřovatelky v přímé péči.

Mým neskromným přáním je, aby čtenáři přijali můj stručný text vlídně a aby jim pomohl v praktickém životě, ve kterém se stýkají a někdy i potýkají s problematikou stárnutí a stáří.

prof. PhDr. RNDr. Helena Haškovcová, CSc.



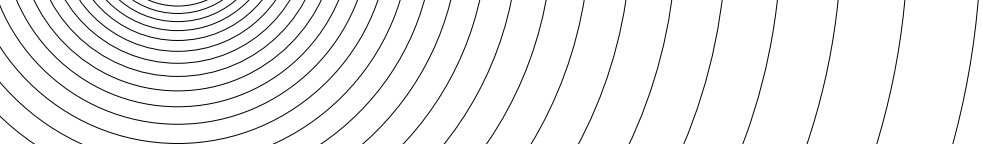
Postoje mladých lidí k seniorům

Mladí lidé moderní doby jsou ve shodě s všeobecným trendem zaměření na svůj úspěch s důrazem na osobní kariéru. Jsou zdraví a plní energie a zcela logicky o stáří neuvažují. Je pro ně tak vzdálené, že vlastně neexistuje. Ve svém okolí se však setkávají se seniory a reagují na ně ambivalentně. Většinou mají velmi hezký vztah k seniorům svým, tedy k vlastním babičkám a dědečkům, ale ostatní, tedy anonymní senioři jim většinou nějakým způsobem »vadí«. Projevy takových postojů jsou pestré: od většinového přehlížení a podceňování (co ten starý člověk ještě vůbec umí a co nám může říci?) až po agresi, a to nejen slovní, ale někdy dokonce i fyzickou. Přesto je však třeba přiznat, že mladí lidé v souladu s oficiálními prohlášeními vědí a uznávají, že by měli být ke starým lidem uctíví. Proč je tedy tak velký rozpor mezi tím, co být má, a tím, co ve skutečnosti je?

V každém případě je nutné rozlišovat. Pokud jsou senioři ještě ekonomicky aktivní, mají šanci získat sympatie mladších kolegů a v tom případě se necítí ostrčením. Připomeňme ale, že se pro seniory ve vedoucích pozicích, a jistě nejen ve zdravotnictví, stále používá nelichotivé

označení »náš starej«. Mohlo by se zdát, že je to nedůležitá okolnost. Je to ale naopak, protože právě tato okolnost navozuje, udržuje nebo dokonce posiluje přesvědčení těch mladších, že samotný věk je jistou zvláštní a ke škodě věci negativně zabarvenou charakteristikou, která ve svém důsledku dotyčného staršího kolegu handicapuje. Teprve v posledních několika málo letech někteří zaměstnavatelé častěji akceptují názor, že pracovní kolektivy by měly být, pokud jde o věkovou skladbu, »pestré« a že životní zkušenosti starších pracovníků jsou přínosné. Ke škodě věci to však většinový názor není. Jedním z důvodů je i doba, prožívaná jako nekončící řetěz nejistot všeho druhu. Je zajímavé, že už v roce 1968, když se polský psychiatr Antoni Kępiński zamýšlel nad společenským přínosem starých lidí, dospěl k výstižnému závěru: »Za stabilizovaných podmínek je starých lidí zapotřebí, protože posilují stávající stabilizaci (konzervatismus je jednou z vlastností stárí). Naproti tomu za labilních podmínek s velkým součinitelem proměnlivosti se staří lidé stávají zbyteční, neboť reprezentují to, co minulo, a jsou při zavádění změn překážkou.«^(7, s. 279)

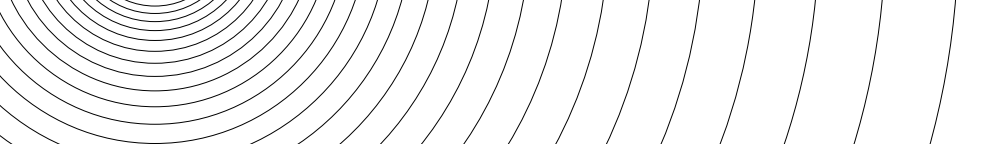
Pokud jsou senioři příjemci starobních důchodů a opravdu už nepracují, jsou postoje mladých lidí k nim různě, ale zpravidla negativisticky zabarveny. Jistě k tomu přispívají i opakované a medializované rozpravy o důchodové reformě. Její potřebu nezpochybňují ani senioři, potíží je však v používané argumentaci, zdůrazňující jen finanční výdaje na penze. O tom, že si senioři zaslouží důstojné zajištění ve stárí, protože celý život pracovali a platili daně, nepadne většinou ani slovo.



Senioři na pranýři

V posledních letech je věnována značná pozornost různým formám násilí. Jednou z nich je i tzv. ageismus, tedy averze proti všem, kteří jsou staří, nebo všemu, co mladším stáří připomíná. K hojným a dostupným informacím doplníme opomíjený aspekt – staří lidé představují »ventil agresivity pro vybití vlastních frustrací«.^[7, s. 283] Těch je ve výkonnostní společnosti hodně a senioři bývají snadným terčem. Agresor využívá i faktického nebo tušeného postoj seniorů: »Jsem nepotřebný« nebo »nikdo mě nechce« a dále jej posiluje.

Jistě je na místě otázka, zda je násilí proti seniorům fenoménem dnešní doby, nebo zda bylo »na světě vždycky«. Jistě vždycky; projevy nevole, nesnášenlivosti a dokonce i agrese v minulosti jsou v odborné literatuře popsány. To nás ovšem nemůže uklidnit – celkové zhrubnutí společnosti a tedy i zvýšení úrovně všeobecné agrese je znepokojujícím trendem. Nic na tom nemění ani skutečnost, že nejružnější formy antagonismu mezi mladými a starými jsou překryty hojně deklarovanými humanistickými ideály.

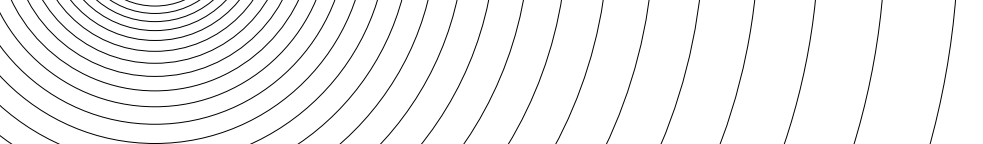


Postoje starých lidí k mladším osobám

Stárnoucí lidé jsou si dobře vědomi toho, že jim postupně ubývá sil a že už zdaleka nezvládnou takové množství práce v požadovaném tempu, jako dřív. Přesto se relativně dlouhou dobu dokážou mladším spolupracovníkům vyrovnat. Jednak svou pílí a celoživotní zkušeností, jednak časovou rezervou, kterou dotují postupnou ztrátu své rychlosti. Senioři většinou rádi tráví alespoň část běžného dne mezi mladšími nebo dokonce velmi mladými lidmi, kteří jim již svou přítomností dodávají energii a optimismus. Mnohé seniory také těší, že jsou »in«, že jsou tam, kde »to vře«. Pravda však je, že je názory mladých lidí někdy překvapí, a to proto, že se zcela odlišují od těch jejich. Narůstá-li počet takových odlišných názorů, pak senioři konstatují, že okolnímu světu už nerozumějí. Zatímco v profesní rovině se tím zas tolik netrápí, i když raději svá odlišná mínění skrývají, v rodinné sféře je to jinak. Typickým příkladem nepochopení je volba partnerského soužití dospělých dětí, případně vnuků. Pro dnešní seniory bylo v mládí nepředstavitelné, že by žili se svým partnerem »na hromádce« a že by měli děti v programově nesezdaném svazku. Také moderní formy soužití (zejména sin-

gles) jsou jim vzdálené a krouť nad nimi hlavou. Tolerance vůči takto zvoleným formám soužití svých dětí bývá zpravidla formální. Senioři se proměnami rodinných forem soužití trápí a jen občas se »takticky« vyptávají svých dospělých dcer a synů, kdy se vdají či ožení a kdy si pořídí děti. Mezi vrstevníky pak dávají průchod své nelibosti a stýskají si, že už by se rádi starali o vnoučata.

V každém případě je ale třeba zdůraznit, že když se senioři konečně dočkají, panují mezi nimi a vnoučaty vřelé citové vztahy, a to většinou v obou směrech.



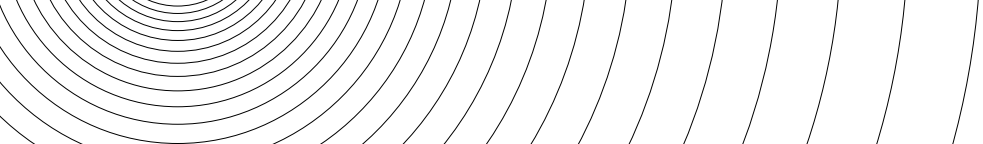
Etika ekonomické úspěšnosti

Abychom porozuměli vzájemnému vzdalování populace mladých a starých lidí, musíme zmínit celospolečenské klima, které je určováno především ekonomickým systémem dané země. I když nebudeme tematizovat ekonomické problémy Evropy a světa, přece jen na nás dnes a denně doléhají. Kromě jiného tím, jak se rozevírají »nůžky« mezi bohatými a chudými a v jednotlivých státech i celých regionech je patrný značný sociální neklid. Pro naše úvahy je podstatné, že vzrůstá i napětí mezi mladými a starými. Mladí díky své flexibilitě na trhu práce vytvářejí nejen skutečné hodnoty, ale také pěstují životní styl, který bývá označován jako »**zadlužený blahobyt**«. Senioři, zejména ti, kteří pobírají starobní důchod, naopak většinově pěstují šetrné hospodářství a v osobním životním stylu preferují řád kázně, v mládí osvojený. A protože si dobře uvědomují i mnohé problémy mladých lidí, které osobně znají ze života svých dospělých dětí a vnuků, snaží se především nikoho neobtěžovat a nezatěžovat. Problém je, že dříve či později budou potřebovat výpomoc nebo i kratší či delší pečovatelskou péči. V takových případech mají senioři perspektivně jen dvě možnosti: buď

se spolehnou na profesionální sociální služby, nebo na svou rodinu. V prvním případě budou někteří limitováni nejen kapacitními možnostmi institucionální péče, ale také svými finančními prostředky. I když stát garantuje existenci institucionálních sociálních služeb pro všechny, nelze zamlčovat ekonomické problémy na obou stranách (tedy i na té zřizovatelské). Zcela správně se sociální služby transformují tak, aby byly dosažitelné především v komunitní formě, což je jednak levnější, jednak pro seniory příjemnější. V druhém případě mohou senioři narazit na celou řadu překážek: rodinu nemají nebo je nefunkční. Většinou, a to přiznejme, je rodina ochotna se starat, ale problém tkví v tom, zda také skutečně může. Už jsme uvedli, že ekonomicky činní rodinní příslušníci nemají většinou potřebný čas. V této souvislosti mnozí odborníci veřejně kritizují **»tyranskou společnost efektivit a blahobytu za každou cenu«**, kde právě ona **»společnost změnila základní potřeby za poptávku po vědecky vyráběném zboží«**. (6, s. 112)

EY 2012 zdůrazňuje mezigenerační solidaritu, která je ovšem v důsledku naznačených společenských změn výrazně zeslabena a nebude snadné ji prakticky posílit. Mimo jiné proto, že se v moderním způsobu života také proměnila vzájemná a kdysi přirozeně vnímaná závislost lidí. Ekonomicky činní občané jsou pyšní na svou individuální nezávislost, která je navíc od nich vyžadována, a odvozují od ní i svou totální nezávislost. **»Vypjatý individualismus«** jim pak brání v tom, aby si uvědomili svoji »neviditelnou« závislost na milionech lidí, kteří také žijí v globalizovaném, a tedy ekonomicky propojeném světě. V běžném životě se především ekonomicky činní lidé

vlastně nepotřebují, což se prakticky projevuje i tím, že mnozí neznají ani své sousedy. Neudivuje proto, že vzrůstá **»pocit ztracenosti v obrovských masách«.** ^(10, s. 15) Tuto ztracenost dobře pociťují (nejen) senioři.

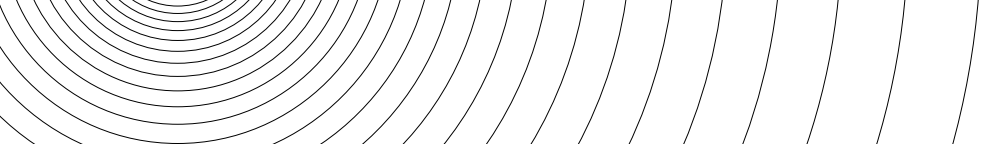


Můžeme se domluvit?

Z uvedených důvodů se svět seniorů a těch mladších od sebe vzdaluje a důsledkem je vznikající substruktura důchodců, kteří »nemají co říci mladým« a »mladí o jejich názory nestojí«. Vzájemná neznalost problémů »těch druhých« je velká a překonání rozvolněné sociální solidarity je obtížné. Přesto nezbývá jiná možnost, než se vzájemně »domluvit«; prostě proto, že senioři jsou mezi námi a ti mladší budou jednou v jejich roli.

Významnou pomocí může být nejen rodinná, ale i školní výchova zdůrazňující reciprocitu vztahů rodičů a dětí. Dospělé děti mají přijmout odpovědnost za péči o své staré rodiče jako samozřejmou povinnost, protože ji v dětství a mládí od nich dostávali. I kdyby byla výchova dětí v tomto smyslu úspěšná, kultivace získaných schopností nesmí přestat s ukončením školní docházky či studia. Cílevědomě kultivovat vzájemné porozumění je nutné celoživotně a je možné tak činit i v omezených časových možnostech ekonomicky činných lidí mladší generace. Vhodným doplňkem cenného osobního setkávání může být i používání moderních prostředků (mobilní telefony, elektronická pošta), které se již značná část seniorů naučila používat.

Nezastírejme, že porozumění vážne i mezi potřebnými seniory a profesionálními pečovateli, a to přesto, že je v posledních letech kladen důraz na kvalitní komunikaci. Jsem hluboce přesvědčena o tom, že každý, kdo pracuje v pomáhajících profesích, ví, jak důležitá je komunikace i jak ji provádět. Problém odlidštěných zdravotních i sociálních služeb lze spatřovat nikoliv v neznalosti základních principů a technik komunikace, ale v tom, že »visí ve vzduchu«. Jsou zaměřeny převážně na technickou stránku bezchybného komunikačního procesu, nikoliv na obsahy sdělovaného. Pokud se nebudeme pokoušet o vzájemné porozumění, nedojde ke kýžené kvalitativní změně. Zápas o smysl sdělovaného by měl být nadřazen jeho formě.



Snahy o kvalitativní změny v nadnárodních dokumentech

S postavením seniorů ve společnosti se opravdu musí »něco« udělat a Evropský rok aktivního stárnutí a mezigenerační solidarity zdaleka není prvním projektem, který o kvalitativní změnu usiluje. Připomeňme si proto dřívější významné nadnárodní aktivity.

Už v roce 1982 se konalo pod patronací OSN **Světové zasedání o stárnutí a stáří ve Vídni**. Už tehdy totiž odborníci konstatovali, že přichází demografická revoluce spočívající v tom, že starých lidí výrazně přibývá a přibývat bude. Výsledkem zasedání bylo vytvoření Mezinárodního akčního plánu, který byl v tehdejší Československu konkretizován jako Rok úcty ke starším, a dále desetiletým projektem Úcta ke starším, jehož garantem byl někdejší Československý červený kříž. A už tehdy jedním z cílů bylo »propojení generací« (neboli mezigenerační solidarita) a posílení soběstačnosti stárnoucích lidí.

V roce 1992 byly formulovány Principy Spojených národů pro starší občany, známé též pod názvem **Zásady OSN pro seniory**. Zdůrazněna byla především nezávislost, společenské zapojení, seberealizace, důstojnost a v přípa-