

Anna Žabicka
Vīnes Universitāte

Vecums kā process: izaicinājumi un iespējas

Bibliotekāru un senioru medijpratības stiprināšanas projekts «Ceļazīmes mediju lietošanā»

Apskatāmie jautājumi

- Runāšu par **vecumu kā** kultūrvidē, dzimtē, dažādos resursos un attiecībās balstītu **daudzšķautnainu procesu un pieredzi**.
- Lai arī novecošanos raksturo pakāpeniska organisma novājināšanās («trauslums»), potenciāli fiziska, emocionāla un sociāla ievainojamība, mudināšu uz vecumu raudzīties arī kā uz situatīvu pieredzi, ko var labvēlīgi ietekmēt ar atbilstošu sociālu atbalstu.
- Tāpat pievērsīšos piemirstām novecošanās un vecuma stiprajām pusēm, piemēram, autoritātei, statusam un sakariem, dzīves pieredzei, kā arī vēlmei mācīties un iespēju robežās aktīvi darboties.

Pieredzēt vecumu un vecumdienas

- Hronoloģiskais, bioloģiskais, psiholoģiskais un sociālais vecums .
- ← Vai ar šādu vecuma kategorizāciju ir gana?

Pieredzēt vecumu un vecumdienas

- Tas, vai un kādā veidā cilvēks attiecina «vecumu» uz sevi un kādā veidā to pieredz, ir atkarīgs no tāda mainīgu un plūstošu faktoru kopuma kā:
 - veselības stāvoklis, tai skaitā slimību un kaišu komorbiditāte,
 - izmaiņas seksuālajās un reproduktīvajās spējās,
 - individuālais dzīvesgājums (sasniegtie mērķi, personīgais papildījums, zaudētās cerības u.c.),
 - kultūrā noteiktas normas un uzskati,
 - valsts politika (pakalpojumi noteiktām cilvēku grupām, tos iedalot pēc hronoloģiskā vecuma, piemēram, veselības aprūpes pakalpojumi, pensijas vecums jeb ekonomiskā aktivitāte u.c.),
 - piederības, svarīguma un noderīguma sajūta,
 - u.c.

Pieredzēt vecumu un vecumdienas

- Runājot par vecākiem cilvēkiem, bez hroniskām, deģeneratīvām slimībām, kas var caurstrāvēt gan vecus, gan jaunus ķermeņus, iespējams, daudz precīzāks apzīmējums ir «trauslums» vai «vārgums» (frail – angļu val.).
- **Būt «trauslam» atšķiras no būšanas slimam vai sasirgušam** – trauslums drīzāk ir novecošanās diskurs (Pickard 2014, 553–54), tas apzīmē cilvēka pakāpenisku izturības un elastīguma zudumu, ar to saprotot arvien lielāku ķermeņa un prāta novājināšanos un nespēju atkopties.
- **Trauslums** var skatīt saistībā ar fizioloģiskām ķermeņa pārmaiņām un lai novērtētu personas fiziskās un sociālās spējas, piemēram, spēju staigāt, rūpēties par sevi, apgērbties, paēst, uzkopt māju u.c. – tie visi ir pieņemtie uzdevumi, kas cilvēkam jāspēj, lai dzīvotu mājās un būtu vairāk vai mazāk patstāvīgs. Un šeit, protams, var izaicināt domu par to, cik katrs no mums ir patstāvīgs! Tomēr, runājot par cilvēku trauslumu, tas lielākoties tiek uzskatīts par vājumu, nevis par vājuma un spēka apvienojumu. Medicīnas profesionāļi un sociālie darbinieki var novērtēt cilvēka spējas tikt galā ar ikdienas darbībām, taču daudz grūtāk ir uztvert tādas bažas kā bailes no krišanas, bailes no nākotnes un nezināšana, vai cilvēka ķermenis noteiktās situācijās pievils vai nepievils, kā arī personas emocionālās stiprās puses, rīcības brīvības un viņu sociālās lomas un nozīmi radniecībā un sabiedrībā.

Pieredzēt vecumu un vecumdienas: piemēri

- 2013.gadā **Inita** bija 49 gadus jauna sieviete, bet smagas hroniskas slimības rezultātā dzīvoja vienā no Rīgas pansionātiem pieaugušām personām pārsvarā stipri vecāku cilvēku kompānijā. Kad viņai jautāju, vai viņa vēlētos dzīvot citur, piemēram, sociālajā dzīvoklī vai starp «sava vecuma» cilvēkiem, Inita atbildēja, ka sava «brūkošā ķermeņa» dēļ jūtas hronoloģiski vecāka nekā ir, tāpēc jūtas tur iederīga (Žabicka 2014, 10).
- **Kārlim** ir 56 gadi un jau 14 viņš dzīvo mazā lauku veco ļaužu pansionātā. Ievērojamu veselības problēmu viņam nav. Lai arī līdz pensijai Kārlim vēl ir vismaz deviņi gadi, Kārlis nevēlas dzīvot citur, jo šeit ir labi un pierasts. Šajā gadījumā noteicošais Kārļa piederībai ir nevis viņa hronoloģiskais vecums vai fiziskā veselība, bet sociālā piederība (Žabicka 2020, lauka piezīmes).
- **Lāsmi** ir drusku virs 60 un viņa visu savu mūžu dzīvo laukos. Lāsmi ir paliela saimniecība un paralēli viņa arī strādā par grāmatvedi. Lāsma apgalvo, ka nekad nekur citur negribētu dzīvot, taču, katru reizi aizbraucot uz Rīgu, jūtas par 10 gadiem jaunāka. Dzīvīgums, kustīgums un brīvs diena no lauku darbiem dara savu. 10.09.2020 (Žabicka 2020, lauka piezīmes).

Pieredzēt vecumu un vecumdienas: piemēri

- **Dzidrai** ir 94 gadi un viņa man sūdzas, ka nāve nenāk un nenāk, lai gan griboties un gaidot. Uz manu jautājumu, kāpēc gaida nāvi, viņa saka, ka ir apnicis, ka nevar pakustēties, maņas arī zūdot, bet pats galvenais – visa viņas paaudze jau esot nomirusi (Žabicka 2020, lauka piezīmes).
- Dzidrai piebalso **Mudīte**, kurai ir 85 gadi (Dzidra smeij, ka Mudīte vēl esot jauna!) – viņa cerot, ka tik ilgi nenodzīvošot, jo viņa ir palikusi viena, visi, kas bijuši tuvi vai kas viņu varētu saprast, esot jau «tai saulē». Mudīte rāda man savas deformētās rokas un saka «vecums, sirsnīņ, vecums!» (Žabicka 2020, lauka piezīmes).
- **Jānis**, 68, nekad iepriekš savā dzīvē nebija aizrāvis ar grāmatu lasīšanu – visu dzīvi daudz strādājis un tad, kad esot sava saimniecība, darba atliekot vienmēr. Tagad, pansionātā, lasa daudz un kāri. Bibliotekārei tik jāspēj piegādāt grāmatas. Šeit nekā cita neesot, ko darīt, un, kamēr redze ļauj, sevi nodarbina ar pārsvarā kriminālromāniem.

Pieredzēt vecumu un vecumdienas

- Fiziskā un garīgā (ne)veselība spēcīgi ietekmē cilvēka piederības sajūtu noteiktai cilvēku grupai (bet visticamāk ne paaudzei – par to sīkāk runāšu vēlāk).
- To, vai cilvēks jūtas jauns, nobriedis vai vecs, nosaka arī pieredzētais dzīvesgājums, piemēram, laulība, bērnu un mazbērnu dzimšana, pieaugšana, aiziešana (Wentzell 2013, 51–52) vai izrietošs šo pavērsiena punktu trūkums vai ciešu, patiesu radniecības vai sociālo saišu trūkums vispār (Žabicka 2014).
- Bieži hronoloģiskam vecumam nav nozīmes → dzimšanas gads pasē vienlaikus ir un nav svarīgs.
- Bieži piederību kādai cilvēku grupai un arī vecumam nosaka cilvēka piederības sajūta, vērtība savās un citu acīs, kā arī noderīgums.

Vecums kā stāstījums

- Tāpēc ka cilvēks tiek veidots un «apstiprināts» nevis kā indivīds pats par sevi, bet drīzāk caur sociālo pasauli jeb attiecībām ar citiem (Dossa 2017, 187) un tāpēc, ka pamatidejas par to, kā mums katram vajadzētu rīkoties tālāk dzīves laikā ir saistīts ar plašākiem sociālajiem procesiem, ikviens cilvēks, kā arī novecošana ir intīmi saistīta ar plašāku sabiedrību, tās gaidām, normām, pieņēmumiem, politikām utt.
- Vecums ir daudzveidīgs un sarežģīts stāstījums, kas neaprobežojas ar vienu personu un kas neaprobežojas ar «vecs» vai «vecais». Vecums atklājas un izpaužas plašākās debatēs un diskursos -- > **mēs varam saprast vecumu caur attiecībām, piederības sajūtu, politiskām darbībām, medicīnas un aprūpes sistēmām, kā arī sabiedrības gaidām** (Cohen 2000, xv-xvii).
- Šāda pieeja varētu arī palīdzēt saprast, kāpēc, piemēram, Eiropā vecums ir bieži sasaistīts ar pensionēšanās laiku vai kāpēc dažādās valstīs uztvere par to, kas ir «vecs» un kad sākas «vecums» atšķiras pat par 10-15 gadiem (Eiropas Komisija 2012, 7), un kāpēc daži vecāka gadagājuma cilvēki mēs paust viedokli, ka «vecs» ir drīzāk iemācīts kategorija un pat iemācīts domāšanas veids, nevis faktiskais stāvoklis un pieredze (Lynch 2012, 12–13).

Vecums kā stāstījums

- Antropoloģe Keitrina Linča (Caytrin Lynch) savā etnogrāfijā (2012) par vecāka gadagājuma cilvēkiem, kas pēc pensijas vecuma uzsāk strādāt mazā adatu rūpnīcā, norāda, ka noteiktas vecuma grupas pašklasifikācija un pašvērtēšana ir saistīta ar vērtības apzināšanos un pašrealizācijas iespējām atbilstoši savām fiziskajām un intelektuālajām spējām.
- → **Novecošanās un trausluma pieredze ir situatīva.** Piemēram, šīs adatu rūpnīcas darbinieki daļās pieredzē, ka ārpus rūpnīcas jūtas nespējīgi un veci, savukārt rūpnīcas iekšpusē, kurā ir daudzi viņu paaudzes cilvēki, jūtas “darbspējīgi”: būt no vienas paaudzes un personīgi saprast, kā otrs jūtas, pārzināt ar novecošanos saistītas veselības problēmas, ar kurām saskaras viņu kolēģi, palīdz viņiem radīt vidi, kur viņu invaliditāte vai nestabilais stāvoklis nav šķērslis (Lynch 2012, 12–13; 59–61; 83–85). Tādējādi sociāliem tīkliem var būt aizsargājoša un veicinoša ietekme uz viņu sociālās drošības izjūtu (Read and Thelen 2007, 6) un arī viņu novecošanas pieredzi.
- → **Ir iespējams radīt fiziskas un sociālas vides, kas, kas stiprina cilvēku fiziskās, emocionālās un sociālās drošības izjūtu un tādējādi palīdzēt šiem cilvēkiem būt spēcīgiem atbilstoši viņu spējām**
- → Šis pēdējais teikums ir svarīgs – **ikviens cilvēks var būt spēcīgs savā veidā** → pat tad, ja viņš ir trausls!

Vecums kā stāstījums: izaicinājumi un iespējas

- **Novecošanās un «vecums» var asociēties arī ar spēku, un tas izriet no kulturālām idejām par personību.** Piemēram, Botsvānā, valsts Dienvidu Āfrikā, vecu cilvēku trauslums norāda virzību uz «ārpus ķermeņa» stāvokli un tādējādi iezīmē virzību uz kļūšanu par senci, kuri tiek ļoti godāti. Šāda fiziska «izdzišana» kā lēnas kustības un maņu pasliktināšanās, protams, nozīmē papildu rūpes par cilvēku, ko bieži salīdzina ar rūpēm par zīdaiņiem. Lai arī no mūsu perspektīvas tas var izklausīties pēc infantilizācijas, Botsvānā šāds trauslums un pāreja uz senču valstību tiek uzskatīta par spēku, autoritāti un garīgu pārākumu.
- Šis piemērs rāda, ka tas, kā mēs uztveram vecumu, ir kultūratkarīgs.

Vecums kā stāstījums: izaicinājumi un iespējas

Nobeigums

- Novecošanas gaita un «vecums» ir kulturāli sarežģīta un plūstoša kategorija. Tāpēc to var izprast tikai caur konkrētām attiecībām cilvēkam ar cilvēku, cilvēkam ar vidi, institūcijām, politiku utt.
- Novecošana vienlaikus ir individuāla un sociāla pieredze, un pārējo rokās ir šo pieredzi virzīt un veidot.
- Novecošana pakāpeniski skar visu mūsu ķermeni un dzīvi un tādējādi spēlē galveno lomu cilvēku sociālā un materiālā pasaulē, varas attiecībās, dzimuma un seksuālās identitātes maiņā, **un ko tas vispār nozīmē būt par cilvēku.**
- **Ikviens cilvēks var būt spēcīgs savā veidā,** pat tad, ja viņš ir trausls. → Iekļaujošas un atbilstoši veidotas fiziskās un sociālās vides būtiski ietekmē vecuma pieredzi.
- **«Vecumam» ir un nav nozīmes.** Tādas kategorijas kā pakalpojumi konkrētam vecumam ir lietderīgi/ērti no politikas veidošanas perspektīvas, bet nav ražīgi «aci pret aci», t.sk. pakalpojumiem, kas vērsti uz konkrētu cilvēku, viņa attīstību. Ir jāņem vērā konkrētā cilvēka fiziskā un intelektuālā varēšana, personīgās intereses. Tas var palīdzēt pārvarēt cilvēka «trauslumu» un to iespējot. Attiecīgi ikviens pakalpojums nav tikai vienpusējs ieguvums vai palīdzība, bet gan savstarpēja apmaiņa.

Paldies!

- Cohen, Lawrence. 2000. *No Aging in India: Alzheimer's, The Bad Family, and Other Modern Things*. University of California Press
- Dossa, Parin. 2017. "Kin Work in Palliative Care." In *Transnational Aging and Reconfigurations of Kin Work*, edited by Parin Dossa and Cati Coe, 180–96. New Brunswick: Rutgers University Press.
- Lynch, Caitrin. 2012. *Retirement on the Line: Age, Work, and Value in an American Factory*. Ithaca: Cornell University Press
- Pickard, Susan. 2014. "Frail Bodies: Geriatric Medicine and the Constitution of the Fourth Age." *Sociology of Health & Illness* 36 (4): 549–63.
- Read, Rosie, and Tatjana Thelen. 2007. "Introduction: Social Security and Care after Socialism: Reconfigurations of Public and Private." *Focaal* 2007 (50): 3–18.
- Wentzell, Emily A. 2013. *Maturing Masculinities: Aging, Chronic Illness, and Viagra in Mexico*. Duke University Press
- Žabicka, Anna. 2014. "Dzīve Nāves Spogulī – Dzīves Un Nāves Sociālā Konstruēšana Sociālās Aprūpes Centrā." M.A. thesis, Rīga: Riga Stradins University.
- Žabcika, Anna. 2020. *Lauka piezīmes* (nepublicēts)