

Социальная интеграция через трудовые и рекреационные мероприятия для пожилых людей в клубах для пенсионеров

Social integration through work and recreation activities for elderly people in clubs for pensioners

Аннотация: В данной статье рассматривается одна из наиболее актуальных проблем Болгарии – старение населения, а также новые и традиционные возможности для социализации пожилых людей на основе рекреационной и профессиональной деятельности в клубах для пенсионеров, направленных на создание культуры, «удачное старение».

Ключевые слова: *пожилые люди, рекреационная деятельность, пенсионеры, культура третьего возраста*

Annotation: This paper examines one of the most pressing problems of the Republic of Bulgaria – the aging of the population, as well as the new and traditional opportunities for socialization of the elderly people through recreational and labor activities in the clubs of the pensioners, aimed at building a culture of „successful aging”.

Keywords: *elderly people, recreational activities, retirees, culture of the third age*

По данным НСИ Р. Болгарии, население страны на 31.12.2017 года составляет 7 050 034 человека, из которых моложе трудоспособного возраста (до 15 лет) – 1 065 993 человека, в трудоспособном возрасте (от 15 до 64 лет) – 4 248 503 человека, а старше трудоспособного возраста (старше 64 лет) – 1 735 538 человек. Преобладающая часть населения страны – 73.5 %, проживает в областных городах, а остальная часть – 26.5%, в маленьких городах и сёлах [<http://www.nsi.bg/bg/content/13038/>].

В данный момент государство находится в ситуации демографического кризиса. «В демографическом плане, старение населения очерчивается как длительный и необратимый социальный процесс (...) для Болгарии. Согласно прогнозам Евростата, доля населения в Республике Болгария в возрасте старше 65 лет увеличится с 17,4% в 2010 году до 32,7% в 2060 году» [<http://strategy.bg/PublicConsultations/View.aspx>].

Сокращение численности населения сопровождается большим процентом молодых людей трудоспособного возраста, которые покидают страну и поселяются на чужбине. Та часть населения трудоспособного возраста, которая остаётся в Болгарии, живёт и работает преимущественно в крупных городах и столице, что является одной из причин, по которой в небольших населённых пунктах – деревнях и городах – проживают в основном пожилые (пенсионного и около пенсионного возраста) люди. «Около одной трети населения в возрасте старше 60 лет живут в сёлах (...), в отличие от периода 65 лет назад, когда доля молодёжи в сёлах была больше, чем в городах» [<http://strategy.bg/PublicConsultations/View.aspx>]. Более того, постепенная депопуляция небольших населённых пунктов является причиной исчезновения немалого числа деревень на карте государства.

Жизнь в небольших населённых местах в корне отличается от жизни в городах. В очень малой части из них жители, особенно пенсионного возраста, имеют возможность обеспечивать себе пропитание чем-то кроме мелкого земеделия и/или животноводства. Это связано, в определённой степени, с «одним из широко распространённых даже на бытовом уровне мнением», что пожилые люди являются «бременем», а «возраст – пороком», что «старые» работники «съедают» «места молодых и поэтому лучше, если они уйдут на пенсию» [Нейков, 2017], пренебрегая пользами от накопленного ими в прошлом социального и профессионального опыта. Таким образом, «до сих пор остаётся неизвестно, как или, скорее, почему и по силе какого морального принципа» люди «третьего возраста» определяются как «наиболее уязвимая группа, как самые бедные и самые ненадёжные, когда остаются в рабочей силе» [Найденова, 2017], наряду с некоторыми из представителей этнических меньшинств, беженцами и лицами, ищущими гуманитарную защиту.

Доходы жителей маленьких населённых пунктов в целом значительно ниже по сравнению с доходами работающих в областных

центрах и столице. Принимая во внимание, «что средний темп роста доходов зависит более всего от состояния рынка труда», можно сделать вывод, что «возрастная структура населения также является важным фактором: чем большую долю населения данной области составляют жители пенсионного возраста, тем больше часть домашних хозяйств, общий доход которых формируется из пенсий. Так, например, пенсии формируют (...) 14,1% доходов домашних хозяйств в столице и целых 32% доходов в г. Видин» в 2014 году [Алексиев, 2014]. Особенного «внимания заслуживают и данные о бедности по областям в сравнении с национальной чертой бедности. Здесь различия огромны – от 7,3% в столице София, доля населения, подвергающегося риску бедности, достигает 42% в г. Видин», при этом группа взрослых и пенсионеров (...) концентрирует более 1/4 бедности, а также около 1/7 лиц, живущих в глубокой нищете» [Ганев, Алексиев, 2016].

Возможностей для образования и культурной жизни в маленьких населённых пунктах значительно меньше, что является дополнительной предпосылкой миграции молодёжи. Более того, в период так называемого «перехода к демократии и рыночной экономике» в Болгарии были закрыты сотни школ из-за отсутствия детей, преимущественно в сёлах и маленьких городах, а культурно-просветительные институты – читальни, библиотеки и т.д. постепенно утратили своё место и роль в жизни людей, достигая на местах состояния полной разрухи.

Даже только указанные здесь причины дают основание прийти к выводу, что одной из основных социальных проблем Болгарии на данный момент является стареющее население. Определение этого социального явления как проблемы совсем не случайно. Налицо всё ещё не решённые вопросы, касающиеся людей предпенсионного и пенсионного возраста, такие как:

- «трудовое, пенсионное и медицинское обеспечение старшей рабочей силы, которая» должна была бы «быть защищенной как капитал, а не как бремя»;
- «необходимость и возможность того, чтобы (...) люди третьего возраста могли, при соответствующем желании, повышать своё образование и квалификацию», что будет способствовать «актуализации их знаний с целью использования остаточной их работоспособности»;
- «(...) создавать условия и возможности для их участия в желаемых, интересных и полезных для них неформальных мероприятиях» и не на последнем месте;

– улучшить «образ жизни этих людей» через «развитие устойчивой здравоохранной культуры, (...) формирование умений и навыков поддержания оптимального состояния физических и когнитивных функций; формирование мотивации и навыков продолжающегося взаимодействия с жизнью и поддержанием социальной активности» [Димитров, 2017].

Эти проблемы ещё более осязаемы в маленьких населённых местах, а отсутствие решений относится к причинам того, что люди третьего возраста нередко впадают в такие состояния, как «беспомощность, безнадёжность, абсолютная ничтожность, (...) отчаяние, самосожаление, отверженность, ранимость, печаль/тоска, опустошённость, (...) и невыносимая скука» [Стиматов, 2005], а также одиночество.

Групповые и индивидуальные трудовые и рекреационные занятия для пожилых людей являются, доказавшими свою эффективность, формами работы для «преодоления трудностей и ограничений в биопсихосоциальном функционировании». Они согласуются «в целевом и содержательном отношении с присущими пожилым людям психосоциальными потребностями» с целью «сохранения и стимулирования чувства продуктивности и самоэффективности», влияют «позитивно и на удовлетворённость жизнью» [Механджийска, 2017].

«Объединение терапевтично-рекреационных занятий с трудовой и занимательной терапией считаются особенно воздействующими и эффективными в контексте психосоциальной реабилитации» [Механджийска, 2017], так как «трудовая активность сочетается с развлекательными занятиями, а также со встречами и общением в подгруппах, с занятиями подходящим видом спорта, туризмом, развлечениями, прогулками (...), посещением культурно-исторических объектов и другие формы рекреации» [Ikiugu, Ciaravino, 2007].

Болгария имеет давние традиции в области рекреационных мероприятий для пожилых людей. Чаще всего эти мероприятия организуются и реализуются в так называемых клубах для пенсионеров. Их деятельность сосредоточена на удовлетворении «психосоциальных потребностей пожилых людей», таких как формирование «навыков преодоления трудностей, самоконтроля»; улучшение «психического здоровья, самооценки»; снижение «стресса, тревожности, депрессии, анти-адаптивного поведения», поддержка в «социализации и социальной адаптации, в сохранении социальных навыков и, конкретнее, навыков

межличностного взаимодействия и кооперации» [Ikiugu, Ciaravino, 2007]. Клубы для пенсионеров организуются почти в каждом населённом пункте или районе (в городах), причём в последние годы создание новых клубов находится среди приоритетов в пакете социальных услуг, предлагаемых муниципалитетом. Они «доступны для всех лиц пенсионного возраста или имеющих определённую группу инвалидности» и являются «формой социальной интеграции и социальных услуг в сообществе» [<http://www.dalgopol.org/vid2/268.pdf>]

«Для исполнения своих целей и инициатив клубы сотрудничают с неправительственными организациями, фондами, частными физическими лицами. Расходы по поддержке клубов – аренда, освещение, отопление, телефон, водоснабжение и ремонт покрываются за счёт муниципального бюджета или обеспечиваются пожертвованиями». Члены клубов платят символический членский взнос, а «администрация муниципалитета», в которой они учреждены, дополнительно «помогает им финансово, методически и организационно», осуществляя и «контроль за законным расходованием бюджетных средств» [<http://www.dalgopol.org/vid2/268.pdf>].

Деятельность клубов сосредоточена на трёх «основных формах человеческой активности – физической, психической и социальной» и преследует цель «реализации поддержки» через «активное взаимодействие, полноценное общение и близость» [Механджийска, 2017]. Это превращает их в места, где пожилые люди «осуществляют социальные контакты, встречи, беседы, занятия по интересам, имеющим отношение к проблемам пенсионеров, исследованиям, помощи социально слабым гражданам соответствующего населённого пункта, к организации посещений и помощи одиноко живущим пенсионерам». Пенсионные клубы «организуют и участвуют в культурно-массовых мероприятиях и художественной самодеятельности, индивидуальном и групповом чтении книг, газет, журналов, в проведении диспутов, лекций, организации занятий шахматами, нардами, картами, а также участия в трудовой деятельности и помощи членам клуба, находящимся в затруднённом положении» [<https://bansko.bg/sdeinosti/>].

В сёлах и маленьких городах клубы для пенсионеров часто являются единственной альтернативой социальной и культурной деятельности и общения пожилых людей. Нередко они являются местом, где одинокие пожилые люди делятся своими проблемами, находят

понимание и поддержку и «прерывают цепь болезненных мыслей», направляя «своё внимание на более приятные темы» [Ikiugu, Ciaravino, 2007]. Национальные, местные и личные праздники, которые отмечаются торжественно при активном участии певческих, инструментальных, театральных и литературных групп при клубах, поддерживают ощущение общности и взаимности, так необходимых для удовлетворения основных психосоциальных потребностей в этом возрасте. Организованные туристические поездки для преобладающей части пожилых людей являются единственной возможностью посетить интересные места и культурно-исторические достопримечательности, которые они трудно могли бы себе позволить из-за своих низких пенсионных доходов.

В последние годы клубы всё чаще предоставляют своим членам возможность участия в курсах и обучении, связанных с овладением умениями работы с современными технологиями. «Дигитальная адаптация пожилых людей» является необходимостью, которая способствует их социальной интеграции и без которой им «невозможно исполнять некоторые из важнейших социальных ролей, характерных для людей третьего возраста», как, например, «более активная связь со своими самыми близкими» через использование некоторых из наиболее популярных платформ, таких как Facebook, Twitter и другие [Димитров, 2017]. Намерения «адаптировать людей третьего возраста к дигитальной эпохе, в основном, заключаются в обучении специальным навыкам», среди которых «работа на компьютере, работа с офисным пакетом, работа в Интернете, использование определённого программного обеспечения, такого как Skype», или «путём углублённого обучения в области информационных и коммуникационных технологий» [Димитров, 2017].

Целью клубов для пенсионеров является поощрение пожилых людей к «активному старению» и «обучению на протяжении всей жизни», что само по себе является неизменной частью формирования «культуры успешного старения», а в сёлах и маленьких городах – альтернативой, через которую пенсионеры «продолжают исполнять общественные роли, чтобы чувствовать себя «частью целого и располагать необходимым, не чувствуя себя маргинализированными и отвергнутыми» [Димитров, 2017].

Вопреки тому, что клубы доступны каждому пожилому человеку, их деятельность всё ещё не охватывает всех людей пенсионного возраста. Одним из условий включения в деятельность и формы работы, предлагаемые клубами, является добровольное участие / личное желание.

Большая часть пожилых людей, особенно в сёлах, живут с установкой, что им уже «некогда» усваивать новые знания и создавать новые взаимоотношения, не учитывая пользы одной только личной (не трудовой и/или социальной) реализации в третьем возрасте. В этом смысле, кроме того, что есть необходимость в обогащении и обновлении трудово-рекреативных занятий в клубах для пенсионеров, необходима также перемена установки пожилых людей (особенно, живущих в маленьких населённых пунктах), которые пока не охвачены или не желают быть охваченными (из-за низкого самочувствия, депрессивных состояний и др.) этими социальными услугами, так как они были бы альтернативой (а для некоторых из них даже единственной) для преодоления чувства одиночества и беспомощности.

В 2017 году в болгарском парламенте был предложен проект создания государственного фонда в Министерстве социальной политики для поддержки пожилых людей. Среди основных социальных услуг, заложенных для исполнения, было и намерение, чтобы в каждом населённом пункте, где более 100 жителей старше 60 лет, обязательно было по одному клубу для пожилых людей, а на каждые 15 тысяч человек населения открывалось ещё по одному такому клубу. К сожалению, этот проект не был одобрен для реализации, но муниципалитеты продолжают открывать новые клубы для своих жителей (согласно своим возможностям) и поддерживать пожилых людей в их желании быть полноценными гражданами.

В данный момент на общественное обсуждение предложен Проект Национальной стратегии активной жизни пожилых людей в Болгарии (2019 - 2030 г.), «целью которого является создание условий для активной и достойной жизни пожилых людей путём обеспечения равных/одинаковых возможностей для их полноценного участия в экономической и социальной жизни общества» [<http://strategy.bg/PublicConsultations/View.aspx>]. В ранге приоритетов следующее:

- «Поощрение активной жизни пожилых людей в сфере занятости».
- «Поощрение активной жизни пожилых людей в сфере участия в обществе».
- «Поощрение активной жизни пожилых людей в сфере самостоятельной жизни».
- «Создание возможности и благоприятной среды для активной жизни пожилых людей на национальном и региональном уровне».

Предусматриваются меры для «изменения общественного отношения через прямую активность и высокую мотивацию среди пожилых людей (создание чувства полноценности, значимости, ангажированности/занятости в личностном плане и отказ от стереотипов»; «поощрение возможностей для участия пожилых людей в мероприятиях сообщества»; идентификация совместных возможностей между бизнесом и неправительственными организациями для расширения доступа и участия пожилых людей в общественной жизни; «расширения предлагаемых форм обучения для пожилых людей» и т.д.

Библиография

- Ikiugu M.N., Ciaravino E.A., *Psychosocial Conceptual Practice Models in Occupational Therapy: Building Adaptiv Capability*, St. Louisn2007, B: 5.
- Алексиев Я., *Провинцията (почти) няма шанс да настигне София по доходи*, [в:] money.bg, 04.08. 2014g, <https://money.bg/economics>.
- Ганев П., Алексиев Я., *Бедността в България – Образованието и заетостта като фактори за доходите и неравенството*, София 2016.
- Димитров Ал., *Адаптация на хората от третата възраст към дигиталната епоха*, [в:] *За достоен живот на хората от третата*, София 2017.
- Димитров Л., *За достоен живот на хората от третата възраст*, София 2017.
- Механджийска Г., *Психосоциални аспекти на трудовата и рекреационната терапия при хора от третата възраст*, [в:] *За достоен живот на хората от третата възраст*, София 2017.
- Найденова П., *Икономически и демографски параметри на достойния живот на възрастните хора в България*, [в:] *За достоен живот на хората от третата възраст*, София 2017.
- Нейков Ив., *Старшата работна сила – бреме или капитал?*, [в:] *За достоен живот на хората от третата възраст*, София 2017.
- Стаматов Р., *Психология на общуването*, Пловдив 2005.
- Наредба за организацията и дейността на клубовете за пенсионерите и инвалидите в община Дългопол, <http://www.dalgopol.org/vid2/268.pdf>.
- Национален статистически институт, Демографска и социална статистика, Население и демографски прогнози, <http://www.nsi.bg/bg/content/13038/-12.04.2018>.
- Проект на Национална стратегия за активен живот на възрастните хора в България (2019 - 2030 г.) <http://strategy.bg/PublicConsultations/View.aspx>
Социални дейности, Община Банско, <https://bansko.bg/sdeinosti/>.