

Журнал основан в 1997 году

ISSN 0236-4999

«Центр Геронтолог»

Психология
зрелости
и старения

Ежеквартальный научно-практический журнал

№ 2 (46), лето, 2009

МОСКВА

2009

Редакционная коллегия:

д-р мед. наук, профессор Н.Ф. Дементьева
канд. психол. наук, доцент А.Г. Лидерс
д-р психол. наук, профессор Т.Д. Марцинковская

Главный редактор:

д-р психол. наук, доцент О.В. Краснова

Подписной индекс журнала по каталогу
Агентства «Роспечать» – 47575

Адрес редакции: 249031, Калужская область,
г. Обнинск, а/я 1023
Телефоны: (495) 135-5342, (48439) 7-41-26
E-mail: av665@comtv.ru; ig_socin@mail.ru
URL (Web): <http://gerontolog.da.ru>

Запрещается перепечатка статей
без согласия редакции

При использовании материалов ссылка
на журнал обязательна

© «Психология зрелости и старения»,
№ 2 (46), лето, 2009

В номере

ПОЖИЛОЙ ВОЗРАСТ: ДИАГНОСТИКА И ИССЛЕДОВАНИЯ

- Грабчук К.М. Влияние социокультурной активности пожилых людей на преодоление негативных стереотипов старости 5
- Краснова О.В. Особенности восприятия современной социальной ситуации пожилыми людьми 13
- Филатова Е.В. Ведение дневниковых записей как метод медико-социальной работы с пожилыми людьми 25

ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОМОЩЬ

- Бодягина Н.В., Кадочкина В.Е. Психологическая помощь пожилым в реконструкции жизненных смыслов в условиях образовательной структуры 42
- Кульпекина В.А., Белова Э.В. Развитие памяти в пожилом возрасте 53

СОЦИАЛЬНАЯ ЗАЩИТА

- Миннигалева Г.А. Концепция Всемирной организации здравоохранения «Город, где старость в радость, – город для всех возрастов»: философия, методология, результаты исследования и примеры применения в России 88

ИНФОРМАЦИЯ

- Психиатрия и психическое здоровье
(по материалам западноевропейских средств массовой информации).
I квартал 2009 г. (Е.Г. Можяева) 108
- Резюме на английском языке 126
- Наши авторы 128

Г.А. Миннигалева

Концепция

Всемирной организации здравоохранения «Город, где старость в радость, — город для всех возрастов»: философия, методология, результаты исследования и примеры применения в России

Исследовательский проект «Город, где старость в радость», в 2006 г. инициированный ВОЗ в 33 городах во всем мире, позволил определить универсальные составляющие, которые сделают любой город благоприятным для людей всех возрастов, в том числе и для пожилых людей. В таком городе социальная политика и услуги рассчитаны на то, чтобы в любом возрасте человек мог жить активно, быть уверенным в завтрашнем дне, сохранять хорошее здоровье и быть полноценными участниками жизни общества. В России в проекте участвовали города Москва и Туймазы. В статье рассмотрены методология и философия проекта, концепции, результаты исследования в России и мире, приведен пример использования концепции общественной организацией в г. Туймазы.

Ключевые слова: пожилой возраст, пожилые люди, «город, где старость в радость», «город для всех возрастов», концепция ВОЗ, социальная политика в отношении пожилых, общественные организации и пожилые люди.

Общие принципы и философия проекта

В современной мировой политике в отношении старения значительную роль играет концепция, разработанная Всемирной организацией

здравоохранения (ВОЗ) «Город, где старость в радость, — город для всех возрастов» (Age-Friendly Cities, AFC). Эта концепция продолжает воплощение принципов ООН в отношении пожилых людей (участие, независимость, достоинство, забота и самореализация) и основана на трех тенденциях современной цивилизации: глобализации, урбанизации и глобальном старении населения. Эти три тенденции означают, что по всей планете население старшего возраста в ближайшем и более отдаленном будущем будет неуклонно увеличиваться и сосредотачиваться в городах. При этом жители развивающихся стран и стран с переходной экономикой столкнутся с проблемами более острыми, чем жители развитых стран Западной Европы и Северной Америки. Прежде всего это обусловлено тем, что развивающиеся страны в настоящее время гораздо меньше внимания уделяют вопросам старения и подготовке к обслуживанию больших групп старшего возраста.

ВОЗ выделяет городских жителей в качестве основной целевой аудитории данного проекта, потому что в любой стране именно города, как правило, являются «носителями прогресса», первыми внедряют инновационные идеи и обладают достаточными ресурсами для их дальнейшего распространения.

Английское название проекта — Age-Friendly Cities (буквально: «Город, дружественный возрасту») — предполагает двойственную трактовку. С одной стороны, Age-Friendly City — это город, «благоприятный, дружественный» для пожилых людей (ageing people), с другой стороны, это город «благоприятный, дружественный» людям любого возраста (age). Такое название было придумано исследовательским коллективом не случайно. Предполагается, что город, приспособленный для жизни людей старшего возраста, «автоматически» благоприятен для проживания людей других возрастов. Проще всего это проиллюстрировать на примере физической среды: пандусы на тротуарах и лестницах общественных зданий облегчают жизнь пожилого человека с трудностями в передвижении, человека на инвалидной коляске, молодой мамы с детской коляской, а также жизнь вполне здоровых людей, передвигающихся по городу на роликах, велосипеде или спешащих с чемоданом на колесиках на вокзал либо в аэропорт. Естественно, данный принцип не ограничивается физической средой. Например, в обществе, где пожилым людям предоставлена возможность обучаться современным технологиям, легче преодолеть непонимание между старшим поколением и молодым, т.к. и те, и другие могут «говорить

на одном языке» – языке современной цивилизации: пользоваться преимуществами Интернета, мобильной связи и т.д.

Основные рекомендации, разработанные ВОЗ в ходе выполнения проекта, представлены в руководстве «Город, где старость в радость, – город для всех возрастов» (Age-Friendly Cities Guide). Руководство содержит рекомендации по устройству городской среды по восьми основным аспектам, важным в повседневной жизни человека: «Здания и улицы», «Транспорт», «Жилье», «Уважение и включенность», «Участие в жизни общества», «Общественная деятельность и оплачиваемая работа», «Информация и коммуникации», «Социальные и медицинские услуги». Кроме того, чтобы любой заинтересованный человек мог быстро определить, насколько его город является городом для всех возрастов и какие конкретные аспекты необходимо улучшить для того, чтобы жизнь пожилого человека в этом городе была ему «в радость», был разработан оценочный лист, содержащий перечень основных характеристик, которыми должен обладать город, претендующий на звание «Город, где старость в радость, – город для всех возрастов».

Методология и участники

При создании руководства был использован подход «bottom-up», т.е. учитывалось мнение прежде всего самых заинтересованных лиц: пожилых людей; людей, осуществляющих неформальный уход за немощными пожилыми людьми; работников государственных учреждений, некоммерческих неправительственных организаций и коммерческих предприятий, так или иначе оказывающих услуги лицам пожилого возраста.

Данный подход предполагал использование качественных методов исследования, в частности метода групповых фокусированных интервью. В целях составления универсального руководства, фокус-группы по единому плану и методологии были проведены в 33 городах на всех континентах (в том числе в Лондоне, Стамбуле, Рио-де-Жанейро и др.). В России в исследовании приняли участие два города – Москва (фонд «Доброе дело») и Туймазы в Республике Башкортостан.

Групповые интервью были сфокусированы на восьми темах, имеющих большое значение для благополучной жизни человека старшего возраста: «Здания и улицы», «Транспорт», «Жилье», «Уважение и включенность», «Участие в жизни общества», «Общественная деятельность и оплачиваемая работа», «Информация и коммуникации», «Социальные и медицинские услуги».

Все исследования проводились осенью 2006 г., а анализ данных всех городов по отдельности и собирательный анализ были проведены весной 2007 года. Кроме того, при подготовке руководства руководители исследовательских групп во всех городах приняли участие в коллективном обсуждении на специальном семинаре в Лондоне.

В г. Туймазы в исследовательской фазе проекта приняли участие 102 человека. По итогам фокус-групп был написан и представлен в ВОЗ отчет на английском языке. Данные отчета использовались ВОЗ наряду с данными всех 33 городов-участников при составлении руководства «Город, где старость в радость» (Age-Friendly Cities Guide).

Данное руководство должно стать основой для второй фазы проекта – фазы практического применения рекомендаций. Однако в данной фазе каждый город действует настолько, насколько энтузиастам и исследователям позволяют это сделать содействие и заинтересованность властей, а также наличие финансирования.

Результаты исследования в России

Интересно, что на постсоветском пространстве современной России основные тенденции, полученные фондом «Доброе дело» при проведении исследования в г. Москве, совпали с тенденциями в маленьком г. Туймазы (Республика Башкортостан).

Абсолютное большинство участников всех категорий при обсуждении темы «Здания и улицы» отмечали, что как жилые здания и различные учреждения, так и сами улицы не приспособлены для человека, который не обладает быстрой реакцией, высокой скоростью передвижения и способностью преодолевать барьеры. Несмотря на то, что как в Москве, так и в Туймазы строятся пандусы для инвалидов колясок, их количество недостаточно, а характеристики зачастую не удовлетворяют нормам (слишком крутые, слишком узкие и т.д.).

Места для перехода улиц не обозначены четко. Времени зеленого сигнала светофора недостаточно для перехода улицы. Бортики тротуаров слишком высоки. В обоих городах много зеленых насаждений, но не везде есть места для отдыха. Эта проблема более актуальна для Туймазы, где медленнее, чем в столице, внедряются нововведения и концепция «безбарьерной среды». Нечеткая или недостаточная разметка улиц, переходов, нумерация домов, отсутствие бесплатных общественных туалетов, отсутствие лифтов в общественных местах – вот некоторые из упомянутых недостатков. В Туймазы также отсутствие организованного досуга

на одном языке» — языке современной цивилизации: пользоваться преимуществами Интернета, мобильной связи и т.д.

Основные рекомендации, разработанные ВОЗ в ходе выполнения проекта, представлены в руководстве «Город, где старость в радость, — город для всех возрастов» (Age-Friendly Cities Guide). Руководство содержит рекомендации по устройству городской среды по восьми основным аспектам, важным в повседневной жизни человека: «Здания и улицы», «Транспорт», «Жилье», «Уважение и включенность», «Участие в жизни общества», «Общественная деятельность и оплачиваемая работа», «Информация и коммуникации», «Социальные и медицинские услуги». Кроме того, чтобы любой заинтересованный человек мог быстро определить, насколько его город является городом для всех возрастов и какие конкретные аспекты необходимо улучшить для того, чтобы жизнь пожилого человека в этом городе была ему «в радость», был разработан оценочный лист, содержащий перечень основных характеристик, которыми должен обладать город, претендующий на звание «Город, где старость в радость, — город для всех возрастов».

Методология и участники

При создании руководства был использован подход «bottom-up», т.е. учитывалось мнение прежде всего самых заинтересованных лиц: пожилых людей; людей, осуществляющих неформальный уход за немощными пожилыми людьми; работников государственных учреждений, некоммерческих неправительственных организаций и коммерческих предприятий, так или иначе оказывающих услуги лицам пожилого возраста.

Данный подход предполагал использование качественных методов исследования, в частности метода групповых фокусированных интервью. В целях составления универсального руководства, фокус-группы по единому плану и методологии были проведены в 33 городах на всех континентах (в том числе в Лондоне, Стамбуле, Рио-де-Жанейро и др.). В России в исследовании приняли участие два города — Москва (фонд «Доброе дело») и Туймазы в Республике Башкортостан.

Групповые интервью были сфокусированы на восьми темах, имеющих большое значение для благополучной жизни человека старшего возраста: «Здания и улицы», «Транспорт», «Жилье», «Уважение и включенность», «Участие в жизни общества», «Общественная деятельность и оплачиваемая работа», «Информация и коммуникации», «Социальные и медицинские услуги».

Все исследования проводились осенью 2006 г., а анализ данных всех городов по отдельности и собирательный анализ были проведены весной 2007 года. Кроме того, при подготовке руководства руководители исследовательских групп во всех городах приняли участие в коллективном обсуждении на специальном семинаре в Лондоне.

В г. Туймазы в исследовательской фазе проекта приняли участие 102 человека. По итогам фокус-групп был написан и представлен в ВОЗ отчет на английском языке. Данные отчета использовались ВОЗ наряду с данными всех 33 городов-участников при составлении руководства «Город, где старость в радость» (Age-Friendly Cities Guide).

Данное руководство должно стать основой для второй фазы проекта — фазы практического применения рекомендаций. Однако в данной фазе каждый город действует настолько, насколько энтузиастам и исследователям позволяют это сделать содействие и заинтересованность властей, а также наличие финансирования.

Результаты исследования в России

Интересно, что на постсоветском пространстве современной России основные тенденции, полученные фондом «Доброе дело» при проведении исследования в г. Москве, совпали с тенденциями в маленьком г. Туймазы (Республика Башкортостан).

Абсолютное большинство участников всех категорий при обсуждении темы «Здания и улицы» отмечали, что как жилые здания и различные учреждения, так и сами улицы не приспособлены для человека, который не обладает быстрой реакцией, высокой скоростью передвижения и способностью преодолевать барьеры. Несмотря на то, что как в Москве, так и в Туймазы строятся пандусы для инвалидов колясок, их количество недостаточно, а характеристики зачастую не удовлетворяют нормам (слишком крутые, слишком узкие и т.д.).

Места для перехода улиц не обозначены четко. Времени зеленого сигнала светофора недостаточно для перехода улицы. Бортики тротуаров слишком высоки. В обоих городах много зеленых насаждений, но не везде есть места для отдыха. Эта проблема более актуальна для Туймазы, где медленнее, чем в столице, внедряются нововведения и концепция «безбарьерной среды». Нечеткая или недостаточная разметка улиц, переходов, нумерация домов, отсутствие бесплатных общественных туалетов, отсутствие лифтов в общественных местах — вот некоторые из упомянутых недостатков. В Туймазы также отсутствие организованного досуга

молодежи значительно затрудняет жизнь пожилых, т.к. молодежь собирается под окнами и в подъездах жилых домов в ночное время, шумит, мусорит, пьет и грубит старшим. Пытаясь решить эту проблему, местные органы управления «с водой выплеснули и ребенка»: убрали скамейки с дворовых территорий. Теперь пожилым людям негде днем присесть и пообщаться с соседями.

При обсуждении этой темы поступило важное предложение – создать геронтологическую комиссию, одобрение и замечания которой должны в обязательном порядке учитываться при планировании строительства новых городских территорий и зданий.

Все группы респондентов отмечали, что общественный транспорт содержит достаточное число единиц техники, приходит вовремя, однако он не оборудован приспособлениями для проезда инвалидов и не приспособлен для проезда людей с ограниченными физическими возможностями. Кроме того, в Туймазы транспорт платный и оплата слишком высока для пенсионеров. Автобусные остановки и железнодорожные платформы не всегда приспособлены для быстрой и удобной посадки и не всегда оборудованы укрытием от непогоды и местами для сидения. Высока потребность в «социальных такси», которые были бы приспособлены для перевозки людей с ограниченными двигательными возможностями, в том числе на инвалидных колясках, и предоставляли бы услуги за небольшую плату или бесплатно. Предлагалось также обязать коммерческие маршруты принимать для проезда пенсионеров с проездными билетами.

Важное преимущество всех россиян, по сравнению с пожилыми жителями других стран, – наличие собственного жилья, оставшегося у них еще с советских времен. Однако при этом отмечается, что коммунальные расходы часто непосильны для пенсионеров, внутреннее оборудование квартир, как правило, совершенно не приспособлено для проживания пожилого человека с ограниченными двигательными возможностями (порожки между комнатами и при входе на балкон, нет поручней в ванной, опасная кухня и т.д.). Более того, не существует социальных служб, которые при необходимости занимались бы переоборудованием (или элементарным ремонтом) квартиры под нужды пожилого человека за умеренную плату.

В Туймазы, где значительная часть пожилых людей проживают в частном секторе, в домах, построенных еще в 50–70-е гг. прошлого века, без «удобств», большая проблема – обслуживание домов. Если

в многоквартирных домах еще существуют коммунальные службы, то пожилые жители частного сектора часто даже не знают, к кому обратиться. Зимой в таких домах проблематично осуществление любых гигиенических процедур (душ, туалет и т.д.). Среди предложений по улучшению условий: проведение мониторинга состояния жилья одиноких стариков и пожилых пар и оказание им своевременной поддержки; создание геронтологической комиссии при планировании и введении в эксплуатацию нового жилья; предоставление возможности временно-го проживания на время ремонта, в зимнее время (в частном секторе).

Важный аспект жизни любого человека – «уважение и включенность». Многие пожилые люди, к сожалению, ощущают себя уважаемой частью общества только два раза в год: в День пожилых людей (1 октября) и в День Победы (9 мая). Это те дни, когда муниципальные власти, социальные службы, СМИ неожиданно вспоминают о существовании этой части населения и оказывают ей всяческое внимание: сюжеты на телевидении и в газетах, подарки и массовые мероприятия, открытки и звонки с поздравлениями от первых лиц. Однако зачастую при проведении тех же массовых мероприятий для пенсионеров их собственные предпочтения и вкусы не учитываются, например, включается современная музыка, неприятная для пожилых, не предоставляются средства транспорта для посещения этих мероприятий.

Большую же часть года пенсионеры испытывают несправедливость и чувство ненужности после развала Советского Союза и долгих экономических преобразований: «Мы выброшены за борт». Негативное отношение к пожилым людям сквозит как в отношении других людей на улицах города, в учреждениях и социальных службах, так и в передачах по телевидению и материалах других СМИ. Отмечаются дефицит связей с молодым поколением и недостаток возможностей для общения с ним, непонимание, коммуникативный барьер между поколениями. Особенно обидно для пожилого человека отношение бывших работодателей, забывающих о своих пенсионерах, которые посвятили их производству значительную часть жизни.

Среди предложений по улучшению данного аспекта можно выделить следующие: поощрять и организовывать молодежь и подростков для общения и оказания знаков уважения и поддержки пожилым людям; проводить образовательные программы и фокус-группы в учебных заведениях на тему о том, как они могут помочь пожилому человеку; организовывать совместные мероприятия с участием разных

поколений; организовывать добровольческие программы помощи пожилым людям с участием совместно взрослых и детей; прикладывать организованные усилия для изменения отношения к пожилому возрасту с использованием социальной рекламы, публикаций в СМИ, образовательных программ. Важно также своевременно предоставлять информацию всем пожилым людям о возможностях участия в жизни общества.

Следует отметить, что в категории «участие в жизни общества» в целом было отмечено мало позитивного, а группа заботящихся о немощных пожилых (как правило, с двигательными трудностями и многочисленными проблемами со здоровьем) вообще не смогла назвать ни одной возможности для своих подопечных участвовать в общественной жизни. В Москве — как в культурном центре — в принципе, больше возможностей для участия в жизни общества и проведения досуга, в том числе и для пожилых людей. В таком маленьком провинциальном городе, как Туймазы, возможности проведения досуга ограничиваются деятельностью двух-трех общественных организаций, включая советы ветеранов, и изредка предоставляемыми на праздники скидки для посещения единственного в городе театра или кинотеатра.

В отличие от Москвы, где в каждом районе существуют центры социального обслуживания, которые иногда берут на себя функции по организации досуга и общения пожилых людей, в Туймазы такой возможности не существует. Поэтому неудивительны предложения по созданию центра для пожилых людей, который предоставлял бы им возможности для общения, проведения досуга, льготное или бесплатное юридическое и психологическое консультирование, услуги для ухода за внешностью и оздоровления; по организации еженедельных мероприятий для пожилых людей и их семей с едой, музыкой, караоке или аккордеоном; по созданию кафе или ресторана со скидками для пожилых людей или специализированного ресторана для пожилых людей с особыми условиями обслуживания и низкими ценами.

Возможности занятости как в «общественной деятельности, так и на оплачиваемой работе» для пожилых людей ограничены. Дискриминация по возрастному признаку на рабочем месте негласна, но повсеместна. Пенсионеров не только не принимают на работу, но и стараются избавиться от них. Шанс работать столько, сколько хочется, есть только у высококлассных технических специалистов (при условии хороших отношений с руководством) в государственном образовании

и медицине, а также у людей, согласных на низкооплачиваемую неквалифицированную работу. При этом пенсионеры рады помогать бывшим работодателям даже на добровольных началах, если о них вспоминают. Часто единственным спасением пожилого в плане как дополнительного заработка, так и своеобразной «добровольной работы» становится садоводство. Общественные организации, которых не так много в России, в частности в Туймазы, обладают многими недостатками: часто принимают членов очень избирательно (например, только ветераны войны или «заслуженных деятелей»), не всегда обеспечивают население информацией о своей деятельности, предлагают весьма ограниченный набор деятельности.

Неудивительно, что рекомендации прежде всего включали «создание организаций для пожилых», «организацию движения за права пожилых», а также создание своеобразных «советов старейшин» при органах управления, которые бы предоставляли возможность пожилым людям высказать свои предложения и замечания, участвовать в улучшении жизни города. Конечно, необходимо предоставить пожилым людям возможность продолжать трудовую деятельность на оплачиваемой работе с гибким графиком, с оплатой консультационных услуг, возможность работать на дому, возможность обучения новым специальностям, следить за выполнением трудового кодекса по отношению к пожилым, предоставлять полную информацию о возможностях любой занятости.

Тема недостатка информированности «всплывала» при обсуждении почти всех других тем. Пожилые люди жалуются на отсутствие информации, или предоставление ее в неудобном виде (мелкий шрифт, слишком сложные, «заумные» слова), на высокую плату за пользование кабельным телевидением и на подписку на газеты. Отсутствие местного радио и, особенно, радиоточек, существовавших раньше в каждой квартире, вызывают особенно глубокое сожаление пожилых людей. Более всего их возмущает содержание большинства телепрограмм, которое они оценивают как аморальное, не несущее никаких общечеловеческих ценностей, пропагандирующее насилие и распущенность. Кроме того, отмечалось просто отсутствие передач, содержание которых было бы интересно пожилому человеку, затрагивало бы вопросы, насущные для пожилого человека. Особенно обделенными полезной информацией чувствуют себя те, кто взял на себя труд заботиться о немощных пожилых людях. Они предлагают

организовывать информационные сессии и встречи по обмену информацией и «изобретениями», помогающими людям лучше заботиться о своих подопечных и улучшать их жизнь; о возможностях, льготах и услугах, доступных их подопечным. Положительно оценивается наличие местных газет, телевидения, бесплатных библиотек и «горячих линий» по любым вопросам. Интересна рекомендация составить и бесплатно распространять адресно каждому пенсионеру брошюры об услугах и льготах, доступных разным категориям пенсионеров и инвалидов. В Москве рекомендовали также трансляцию уроков работы на компьютере по телевидению, для того чтобы пожилые люди могли бесплатно научиться доступу в Интернет, а значит, к самому ценному ресурсу — информации.

Более всего эмоций и негодования во всех группах вызывало обсуждение темы «Социальные и медицинские услуги». Пожилые люди высоко оценивают возможность пользоваться услугами социальных работников, доставку пенсий на дом и возможность при этом оплатить коммунальные счета, наличие официально бесплатного медицинского обслуживания и льготного лекарственного обеспечения, геронтологического отделения в больнице, однако получение этих услуг дается им нелегко. Огромные очереди, хамское отношение, несправедливое распределение бесплатных услуг, искусственно ограниченный доступ к медицинским услугам, которые по закону должны предоставляться пенсионерам бесплатно; непонятный порядок предоставления льгот, многочисленные нарушения, коррупция, незаконные поборы в государственных медицинских учреждениях, чрезвычайно сложная процедура получения инвалидности, необоснованные отказы в получении инвалидности — вот только часть претензий, высказанных в групповых интервью. При этом зачастую информация, которой обладают сами пожилые люди, в корне отличается от той, которую предоставляли им врачи. Например, пенсионеры жаловались на отсутствие возможности пригласить врача на дом или сдать анализ на дому, в то время как официальный представитель местной поликлиники утверждал, что такие посещения уже включены в оплачиваемое время медицинских работников.

Отмечалось общее для сервисных служб — как государственных, так и коммерческих — отсутствие учета потребностей пожилых клиентов: нет телефонных линий для слабослышащих людей, нет специализированных магазинов обуви и одежды для пожилых людей,

непонятные квитанции и документы, которые никто не объясняет, как заполнять и как понимать, невозможность получить услуги на дому, обязательность выстаивания в многочасовых очередях в различные кабинеты только для того, чтобы получить что-то малое, причитающееся пенсионеру по закону.

Почти единогласно участники требовали улучшить контроль выполнения законов в медицинских учреждениях и в качестве одного из важных факторов оценки использовать «отношение к пожилым пациентам». В то же время можно проследить и некоторое расхождение интересов. Тогда как «заботящиеся» просят предоставить большее количество услуг на дому (анализы, прием врача, доставка лекарств, оформление документов), сами пожилые предлагают больше внимания уделять профилактике и предоставлению возможностей для профилактики до получения осложнений со здоровьем, а не после заболевания, а также «уравнию» льгот всем категориям пенсионеров. При этом представители «сервисных организаций» считают наиболее необходимым оказание образовательных услуг, предлагают открыть комплексный специализированный центр обслуживания для пожилых людей, в котором они могли бы воспользоваться сразу несколькими услугами: с аптекой, магазином, парикмахерской и т.д.

Развитие проекта в России и мире

Следует отметить, что после запуска проекта Age-Friendly Cities тенденция Age-Friendly быстро заняла заметное место в социальной политике и общественных движениях многих развитых стран. Иногда концепция слегка меняет название, например, ее называют Age-Friendly Communities («Сообщество для всех возрастов»), Age-Friendly Environments («Среда для всех возрастов»), Age-Friendly Rural Areas («Сельские поселения для всех возрастов»), но смысл остается неизменным: приведение места проживания пожилых людей к некоторому универсальному знаменателю, который свидетельствовал бы о том, что в данном месте качество жизни пожилого человека высоко и соответствует критериям, определенным международными организациями.

При этом в таких странах, как Канада, Турция, Франция, данная концепция применяется на уровне государственной социальной политики, в США широко берется на вооружение общественными организациями, в Ирландии и Великобритании разрабатывается на уровне

отдельных исследовательских институтов и городов. В России, к сожалению, концепция до сих пор не известна большинству специалистов, не говоря уже об использовании ее на государственном уровне. Однако в качестве отдельного примера использования этой концепции можно привести опыт работы Региональной общественной организации Республики Башкортостан «Координационно-ресурсный центр для пенсионеров «Мои года – мое богатство»» (РОО КРЦП «Мои года – мое богатство»). Организация была создана нами в Туймазы в 2007 г. для воплощения рекомендаций исследовательского проекта ВОЗ. Те, кто работают в некоммерческом секторе, понимают, как сложно порой независимым общественным организациям, т.е. созданным не с подачи местных властей, найти с этими властями общий язык. Однако в данном случае авторитет ВОЗ и добрая воля отдельных членов муниципалитета позволили нам установить добрые отношения и получить «моральную поддержку», что немаловажно для благополучного развития организации и ее проектов.

В соответствии с рекомендациями и потребностями пожилых людей, выявленными нами в исследовательской фазе, мы должны были наладить работу такой организации, которая при нулевом финансировании обеспечивала бы возможности для общения, получения информации, проведения досуга и т.д. Легче всего было опереться на уже знакомую многим пенсионерам форму народного университета, широко использовавшуюся еще в советские времена. Эта форма также нашла отклик в администрации города и местных учебных заведениях. По прошествии двух лет совместными усилиями нам удалось не только провести более 800 бесплатных занятий для более чем 200 пенсионеров на базе местных средних и средних специальных учебных заведений, но и задействовать в добровольной работе на безвозмездных началах как студентов и преподавателей средних специальных учебных заведений, так и самих пенсионеров и волонтеров других возрастов. Тот факт, что организация активных пожилых людей располагается в учебных заведениях, позволяет младшему поколению лучше узнать старшее с положительной стороны и расширяет возможности для их общения друг с другом. Кроме того, студенты выступают в качестве индивидуальных тьюторов пожилых людей по компьютерной грамоте. Интересно, что по итогам опросов после проведения таких занятий изменяется в позитивную сторону как отношение молодежи к пожилым, так и пожилых к молодежи.

Чувствуя себя активными участниками процесса, пенсионеры постепенно включаются в общественную деятельность (посадка деревьев в сквере, поездка в дом временного проживания пенсионеров с организацией концерта для его жителей) и расширяют использование досуга (походы в театр, поездки и пешие походы на природу, праздничные мероприятия). При отсутствии финансирования данные мероприятия становятся возможными при условиях наличия активной позиции участников, а также при поддержке местной администрации и администрации учебных заведений (предоставление помещений, оборудования, транспорта, скидок на билеты и т.д.). Чтобы быть «подкованными» в социальных вопросах, члены РОО КРЦП «Мои года – мое богатство» принимают участие в общероссийских форумах и инициативах (Уральский социальный форум в г. Ижевске 18, 19 апреля 2009 г., Неделя социальных альтернатив в г. Москве в апреле 2009 г.). Такой опыт позволяет пенсионерам расширить кругозор и узнать практику и примеры успешной работы других организаций.

Платформой для более активного продвижения интересов пожилых людей должно стать участие организации в проекте Межрегиональной коалиции «Право пожилых». При информационной поддержке английской организации Age Concern («Забота о пожилых») и Межрегионального фонда «Доброе дело» РОО КРЦП «Мои года – мое богатство» собирается организовывать группы «адвокации» – так на английском называется защита и продвижение интересов. Группы адвокации состоят, как правило, из самих пенсионеров, которые работают на добровольной основе, чтобы помогать другим пенсионерам и самим себе решать насущные вопросы, такие, как несправедливые выборы в ЖЭКах, образование ЖСК, противодействие дискриминации на рабочем месте, оформление разнообразных документов на льготы, обслуживание, решение вопросов с поликлиниками и другими государственными и коммерческими учреждениями.

Примером весьма плодотворного сотрудничества РОО КРЦП и СМИ может служить организация телестудии пенсионеров «50+» под руководством директора местной телестудии Елены Корниловой. С начала 2009 г. телестудия «50+» выпускает ежемесячные передачи для пенсионеров с содержанием, подобранным, снятым и оформленным самими пенсионерами. Через полтора года после начала работы пенсионеры – члены студии – настолько поднаторели в телеискусстве, что готовят к выпуску проект «Моя победа». Цель проекта – цикл передач

с участием как можно большего количества ветеранов (из около 400 еще живущих в Туймазы) к юбилейной годовщине Победы в Великой Отечественной войне в 2010 г. Первые передачи цикла уже вышли на местном телевидении.

Выводы

Концепция, руководство проектом и оценочный лист «города, где старость в радость» могут служить основой для развития среды, действительно благоприятной для проживания пожилых людей и повышения качества жизни людей всех возрастов. Естественно, наилучшие результаты могут быть получены при поддержке концепции на государственном уровне, однако и небольшие местные инициативы при опоре на авторитет и рекомендации ВОЗ могут дать неплохие результаты в местном масштабе. ВОЗ рекомендует начинать процесс преобразований с проверки соответствия условий по оценочному листу (см. ниже), а также с проведения консультаций (в виде фокус-групп) прежде всего с самими пожилыми людьми и специалистами и службами, тесно вовлеченными в работу с ними. Методология проведения фокус-групп представлена на сайте ВОЗ (русский перевод можно найти на сайте РОО КРЦП «Мои года – мое богатство»).

Ниже прилагается перевод оценочного листа городских условий в отношении их благоприятности для проживания пожилых людей и рекомендаций по его использованию, составленному ВОЗ по итогам глобального проекта.

Перечень основных характеристик (оценочный лист) «города, где старость в радость»

Перечень основных характеристик (оценочный лист) «города, где старость в радость», составлен на основе исследования, проведенного в 33 городах 22 стран в ходе глобального проекта ВОЗ «Город, где старость в радость» (WHO Global Age-Friendly Cities Project). Этот перечень предназначен для использования городскими властями в качестве инструмента для начальной самооценки благоприятности городских условий для проживания в нем пожилых людей, а также для оценки прогресса в улучшении этих условий. Более подробно эти условия описаны в Руководстве ВОЗ «Город, где старость в радость».

Этот перечень может быть использован как организациями, так и отдельными энтузиастами, заинтересованными в том, чтобы сделать

свои города более благоприятными для старшего поколения, чтобы «старость была в радость». Для наиболее эффективного использования перечня необходимо привлекать самих пожилых людей в качестве полноценных партнеров. Пожилые люди должны описать, насколько опыт их проживания в данном городе соответствует перечню основных характеристик «города, где старость в радость». Кроме того, они могут предложить изменения, которые необходимо внести в жизнь города для исправления неблагоприятных условий и мониторинга прогресса улучшений.

Здания и улицы

- Общественные места чистые и приятные.
- В местах зеленых насаждений и на улицах предусмотрено достаточное количество мест для отдыха и сидения – безопасных и в хорошем состоянии.
- Тротуары поддерживаются в хорошем состоянии, они свободны от препятствий и посторонних предметов, используются только для прохода пешеходов.
- Тротуары нескользкие, достаточно широкие для проезда инвалидной коляски, имеют пандусы и пониженные бордюры для съезда колясок.
- Предусмотрено достаточное количество пешеходных переходов, они безопасны и удобны для людей с ограниченными возможностями. Пешеходные зебры выполнены из противоскользящих материалов, обозначены визуальными и слуховыми подсказками. Зеленый свет светофора для пешеходов горит достаточно долго для перехода дороги человеку с медленной скоростью передвижения.
- Водители уступают дорогу пешеходам на перекрестках и пешеходных переходах.
- Предусмотрены велосипедные дорожки, которые отделены от пешеходных тротуаров.
- Безопасность передвижения по улицам обеспечена хорошим освещением, патрулями и регулярным проведением мероприятий по повышению уровня знаний населения в области правил дорожного движения.
- Различные службы и магазины расположены близко друг к другу, к ним обеспечен легкий доступ, в том числе для людей с ограниченными физическими возможностями.
- Обеспечены особые условия обслуживания, например отдельные очереди или прилавки для пожилых людей.

- На всех зданиях четко обозначены номера домов и названия улиц; вывески и названия организаций и учреждений хорошо видны и легко читаемы; в общественных зданиях предусмотрены места для сидения, общественные туалеты; лифты, лестницы и переходы оборудованы съездами для инвалидных колясок и противоскользящим покрытием.
- Предусмотрено достаточное количество общественных туалетов в помещениях и на улице; туалеты чистые, поддерживаются в хорошем состоянии, оборудованы доступом для инвалидов.

Транспорт

- Расчет стоимости проезда на общественном транспорте понятен, цены доступны, их легко можно прочитать на дисплее в общественных местах.
- Общественный транспорт надежен, ходит достаточно часто, в том числе в ночное время, в выходные и праздники.
- Во все части города, в том числе к торговым центрам, службам быта и услуг можно добраться на общественном транспорте; при этом пересадки удобны, маршруты четко обозначены, транспортные средства имеют четкие и хорошо видные обозначения.
- Транспортные средства содержатся в хорошем рабочем состоянии и чистоте, они приспособлены для перевозки людей с разным уровнем физических возможностей, не переполнены; имеются места, специально отведенные для проезда пожилых пассажиров.
- Специализированные транспортные средства предоставляются для пассажиров с ограниченными физическими возможностями.
- Водители останавливаются в обозначенных местах возле бордюра, чтобы облегчить посадку пассажиров. Водители ждут, пока все пассажиры усядутся и только после этого трогаются с места.
- Полная информация о маршрутах, расписании; наличии остановок и оборудования для людей с ограниченными физическими возможностями предоставляется всем пассажирам. Эту информацию легко найти и получить.
- Альтернативные средства передвижения предоставляются в тех местах, где общественный транспорт ограничен.
- Автомобили такси оборудованы средствами для перевозки людей с ограниченными возможностями, доступны по цене, водители услужливы и предупредительны.
- Дороги поддерживаются в хорошем состоянии и хорошо освещены; сточные люки закрыты крышками.
- Автомобильное движение хорошо организовано.

- Автомобильные дороги свободны от заграждений, которые затрудняют видимость для водителей.
 - Дорожные знаки и обозначения перекрестков и улиц хорошо видны и размещены в подходящих местах.
 - Курсы подготовки и переподготовки водителей предлагаются всем водителям.
 - Парковки и места для высадки пассажиров безопасны, удобно расположены и имеются в достаточном количестве.
- Имеются места, предназначенные для парковки и высадки инвалидов, соблюдаются правила в отношении этих мест.

Жилье

- Пожилым людям доступно достаточное количество жилья по приемлемой цене в безопасных районах с развитой инфраструктурой, расположенных вблизи от проживания других групп населения.
 - Услуги по поддержанию жилья в хорошем состоянии и услуги других вспомогательных служб доступны по цене и предлагаются в необходимом объеме.
 - Обеспечено качественное жилье, которое надежно защищает от любой непогоды.
 - Планировка интерьера и уровней поверхностей пола предусматривает свободное и беспрепятственное перемещение во всех помещениях и переходах между ними.
 - Предусмотрена возможность перестройки и перепланировки жилья в соответствии с изменяющимися потребностями пожилого человека, эти изменения доступны по цене и вызывают понимание со стороны арендодателей жилья и контролирующих органов.
 - Арендное жилье, как государственное, так и коммерческое, поддерживается в хорошем состоянии, в чистоте и безопасно для проживания.
 - Для пожилых людей с ослабленным здоровьем или инвалидностью предлагается специально оборудованное жилье, доступное в любой местности в достаточном количестве; предусмотрены дополнительные услуги для этой категории граждан.
- ### Участие в социальной жизни
- Места, где проводятся публичные мероприятия, расположены в местах легкой доступности, предусматривают возможность проезда для инвалидов, хорошо освещены, до них легко добраться на общественном транспорте.

- Мероприятия проводятся во время, удобное для посещения пожилыми людьми.
- Мероприятия можно посещать как индивидуально, так и с сопровождающим.
- Платные мероприятия доступны по цене и не предполагают никаких скрытых или дополнительных расходов за участие в них.
- Пожилым людям предоставляется подробная информация о мероприятиях, в том числе сведения о приспособленности помещения и транспорта для использования инвалидами и вариантах проезда к месту проведения мероприятия на общественном транспорте.
- Пожилым людям предлагаются разнообразные варианты участия в жизни общества, чтобы удовлетворить потребности и предпочтения различных групп пожилого населения.
- Мероприятия с участием пожилых людей проводятся в разных местах сосредоточения общественной жизни местного сообщества: в досуговых центрах, школах, библиотеках, домах культуры, парках.
- Проводится постоянный мониторинг и активный поиск участников мероприятий для исключения риска социальной изоляции одиноких людей.

Уважение и включенность в жизнь общества

- Учреждения и организации всех форм собственности, предоставляющие услуги пожилому населению, регулярно проводят опросы и консультации с пожилыми людьми с целью выявить наиболее оптимальные для них варианты предоставления услуг.
- Коммерческие, общественные и государственные организации предоставляют широкий спектр продуктов и услуг для удовлетворения разнообразных потребностей и предпочтений пожилых людей.
- Персонал этих организаций вежлив и предупредителен.
- Пожилые люди широко представлены в средствах массовой информации, образ пожилого человека рисуется с позитивной стороны и избавлен от стереотипов.
- Условия проживания в сообществе, мероприятия и виды досуга, которые проводятся в нем, привлекают представителей всех поколений, т.к. учитывают особенности, потребности и предпочтения людей всех возрастов, включая детей и пожилых.

- Участие пожилых людей специально предусматривается при проведении всех семейно-ориентированных мероприятий.
- Образовательные учреждения организуют мероприятия и учебные курсы, которые позволяют больше узнать о старении и пожилом возрасте, вовлекают пожилых людей в организацию школьных мероприятий и участие в них.
- В местных сообществах признаются роль и заслуги пожилых людей в прошлом и их вклад в настоящем.
- Пожилые люди с ограниченными физическими или финансовыми возможностями обеспечены хорошим доступом к услугам частных, общественных, государственных и добровольческих организаций.

Участие в общественной жизни и занятость

- Широкий спектр гибких вариантов добровольческой деятельности доступен для пожилых волонтеров, им обеспечиваются обучение, консультирование и компенсация личных расходов.
- Информация о положительных качествах пожилых как работников широко распространяется.
- Пропагандируется и поощряется предложение работодателями широкого спектра возможностей трудоустройства пожилых людей, достойно оплачиваемого, с гибким графиком работы и другими опциями.
- Дискриминация по возрасту при отборе, продвижении и обучении сотрудников запрещена и преследуется по закону.
- Рабочие места обустроены с учетом потребностей людей с ограниченными физическими возможностями.
- Самостоятельная предпринимательская деятельность пожилых людей поддерживается и активно пропагандируется.
- Для работников, приближающихся к пенсионному возрасту, проводятся просветительско-обучающие мероприятия о существующих возможностях оплачиваемой и общественной деятельности после их выхода на пенсию.
- Органы управления (как в государственном, так и в общественном и частном секторах) поощряют членство пожилых людей и их участие в процессах принятия решений.

Коммуникации и информация

- Базовая и эффективная система местных коммуникаций доступна всем жителям города.

- Обеспечивается регулярное и широкомасштабное распространение информации, существует централизованный координационный центр доступа и распространения информации, в котором любой житель может получить информацию по любому вопросу.
- Средствами массовых коммуникаций предлагаются регулярные информационные и развлекательные программы, направленные на пожилую аудиторию и учитывающие их интересы и предпочтения.
- Поощряется передача информации пожилым людям при личном контакте, когда обеспечивается устное и персонифицированное общение.
- Люди в «группе риска» социальной изоляции обеспечиваются информацией из проверенных источников при личном контакте.
- Общественные и коммерческие службы обеспечивают вежливое и дружелюбное обслуживание, личный контакт «лицом к лицу» с пожилыми клиентами, если он это запрашивает.
- Печатная информация (включая официальные документы, анкеты и заявления, бегущую строку на экране телевизора, текст на информационных дисплеях) представлена большим, легко читаемым шрифтом, основные мысли четко выделены жирным шрифтом в заголовках.
- Для передачи официальной информации (как в печатном, так и в устном виде) используются простые и понятные разговорные слова и фразы, а также короткие прямолинейные предложения.
- Службы, использующие автоматические телефонные системы для обслуживания клиентов по телефону, предусматривают четкие инструкции позвонившим, которые читаются в медленном темпе, а также постоянные напоминания о том, как информацию можно в любой момент прослушать заново.
- Электронное оборудование, такое, как мобильные телефоны, радиоприемники, телевизоры, банкоматы, машины для выдачи билетов, имеют достаточно крупные кнопки и крупные легко читаемые надписи.
- Общественный доступ к компьютерам и Интернету обеспечен повсеместно и на бесплатной основе или по минимальной стоимости; предлагается в таких общественных местах, как государственные учреждения, дома культуры, досуговые центры, библиотеки.

Социальное и медицинское обслуживание

- Предлагаются адекватное количество и разнообразие услуг по социальной и медицинской поддержке пожилого человека, профилактике, поддержанию, восстановлению его здоровья.

- Социальное обслуживание на дому включает медицинские услуги, услуги по поддержанию личной гигиены и порядку в доме.
- Центры социального и медицинского обслуживания удобно расположены и доступны для проезда к ним любыми средствами транспорта.
- Дома престарелых, а также жилые дома, специально предназначенные для проживания пожилых людей, расположены в легкой доступности к центрам обслуживания и месту проживания других поколений.
- Центры медицинского и социального обслуживания построены с учетом норм безопасности дизайна и полностью приспособлены для передвижения людей с ограниченными физическими возможностями.
- Пожилые люди обеспечены полной и понятной информацией об имеющихся возможностях социального и медицинского обслуживания.
- Оказание услуг координируется и легко осуществляется в административном плане.
- Персонал служб уважителен, дружелюбен, профессионален и обучен работе с пожилыми людьми.
- Минимизированы экономические барьеры, затрудняющие пожилым людям доступ к социальному и медицинскому обслуживанию.
- Поощряется и поддерживается добровольческое участие людей всех возрастов в оказании социальных и медицинских услуг пожилым людям.
- В наличии достаточное количество мест для захоронения на кладбищах, к которым легко добраться.
- Службы спасения учитывают физические ограничения и другие особенности пожилых людей при планировании и проведении спасательных операций в чрезвычайных ситуациях.

Список литературы

1. Миннигалева Г.А. Город, где старость в радость: проблемы и благоприятные обстоятельства // Тезисы III Всероссийского социологического конгресса «Социология и общество». М., 2008.
2. Миннигалева Г.А. Город, где старость в радость. Краткий адаптированный отчет по I стадии Всемирного проекта ВОЗ «Город, где старость в радость» («Age-Friendly Cities» World Health Organization) в г. Туймазы, Башкортостан, Российская Федерация. Туймазы, 2007.
3. Global Age-Friendly Cities: a Guide. World Health Organization, 2007.
4. Checklist of Essential Features of Age-friendly Cities. World Health Organization, 2007.

Поступила 21.06.2009 г.