Smart Against Ageism

СБОРНИК

В ОТГОВОР НА ВЪЗРАСТОВАТА ДИСКРИМИНАЦИЯ

Съфинансирано от Европейския съюз

Съдържание

Въведение 4
Какво е вашето мнение? 5
Какво е възрастова дискриминация? 6
Какво е нормално? 7
Ефектите от ейджизма върху възрастните хора 9
Пазарът на труда 11
Здраве 17
Грижа 20
Стратегии за справяне и преодоляване 24
Какво можем да направим? 25
Справка 30

Автори

Марсел Нюман, Джеспер Шулце

Автори на национални доклади

Автори на национални доклади

Настоящият сборник се основава на национални доклади.

България: Калина Екова, Ирина Илиева, Петя Николова

Нидерландия: Вилеке ван Стаалдюинен

Литва: Едита Сатиен

Португалия: Карина Данташ, Наталия Машадо, Жулиана Лусейро

Германия: Марсел Нюман, Джеспер Шулце, Карин Щир

Кредити:

Бихме искали да благодарим на всички респонденти, които любезно се съгласиха да споделят своите истории с нас. Имената им и някои от характеристиките са променени, за да се защити тяхната анонимност. Бихме искали да благодарим и на експертите, които се съгласиха да разговарят с нас и ни дадоха представа за националните особености.

Авторско право (c) 2022 Смарт срещу възрастта

Тази публикация е лицензирана под международния лиценз Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 (CC BY-SA 4.0).

Въведение

Възрастовата дискриминация е широко разпространен, но недостатъчно проучен проблем. Най-общо той се разбира като неравностойно третиране и дискриминация на хората въз основа на тяхната възраст. Ейджизмът може да бъде насочен към хора от всички възрасти, но засяга предимно деца и млади хора, както и възрастни и много възрастни хора. Дискриминацията произтича, наред с другото, от стереотипи, законови разпоредби или от изградената среда и води до изключване и ограничения.

В проекта "С разум срещу възрастовата дискриминация" се фокусираме върху засегнатата група на възрастните хора и искаме да насърчим осведомеността по въпроса за дискриминацията поради напреднала възраст. За тази цел бяха проведени интервюта и кабинетни проучвания в партньорските държави Португалия, Нидерландия, Литва, България, както и в Германия, където възрастните хора споделиха своя опит. Тези интервюта са в основата на настоящия сборник.

Приканваме ви да използвате сборника, за да се запознаете със ситуацията. Той е предназначен за нископрагово навлизане в темата за възрастовата дискриминация. Сборникът е част от образователна програма и ще бъде допълнен от цифрова платформа за обучение и други материали, които можете да намерите на: https://saa-game.eu/.

Какво е вашето мнение?

Възрастовата дискриминация, както и другите форми на дискриминация, са свързани със стереотипи и предразсъдъци. Виждаме определени характеристики и смятаме, че знаем какви са хората, които са носители на тези характеристики. Мислим в категории и си представяме хората като част от определена, винаги хомогенна група. С този сборник искаме да насърчим критичното разглеждане на подобен начин на мислене и да противодействаме на схематичното мислене с положителен образ на хората с техните уникални силни и слаби страни, желания и нужди. Нашата цел е да разтворим възрастта като категория на дефицит и да се съсредоточим върху индивидуалната специфика на хората.

В сборника сме включили няколко предложения за дискусии. Моля, отделете малко време, за да помислите върху тях и да научите повече за собствените си идеи и предположения за възрастта. Можете също така да обсъдите въпросите с приятел и да споделите своите асоциации.

Какво е възрастова дискриминация?

Може би и Вие познавате чувството, че друг човек се отнася различно или дори по-зле с Вас заради възрастта Ви. Може би си спомняте ситуации, в които хора, които познавате, са били третирани по този начин. Това може да е било в лекарския кабинет, в обществения транспорт или в супермаркета. Ако е така, може би вече сте се сблъскали с явлението възрастова дискриминация.

Възрастовата дискриминация е термин, който се използва и за описание на хората, на които се отказва достъп до различни услуги и структури поради тяхната възраст. Университетът в Кьолн посочва в едно от своите изследвания: "Възрастовата дискриминация е широко разпространена и е практика, която има вредни последици за здравето на възрастните хора. За възрастните хора възрастовата дискриминация е ежедневно предизвикателство" (Университетът в Кьолн 2022).

Определение на ейджизма

"Ейджизмът се изразява в стереотипи (как мислим), предразсъдъци (как се чувстваме) и дискриминация (как действаме) срещу другите или срещу себе си заради възрастта." Световната здравна организация (2022)

Какво е нормално?

Съвместното съжителство в едно общество означава, че срещаме много различни хора с индивидуални характеристики, силни страни и нужди. Това, което може да бъде лесна задача за някои, може да се окаже огромно предизвикателство за други. Много различни фактори могат да бъдат решаващи за това като например образование, доходи, произход, местоживеене, възраст или физическо състояние. **По правило не един фактор е решаващ, а индивидуалната ситуация е резултат от комбинация от различни фактори.**

В нашето общество обаче често се сблъскваме с подобни индивидуални ситуации с много схематични идеи, отразени в нормативни актове, оферти или в рамките на публични и частни инфраструктури. Добър пример за това е застроената среда. Макар че стълбите и площадките не представляват предизвикателство за повечето хора и почти не се забелязват в ежедневието, те могат да бъдат огромно препятствие за хората с физически увреждания и по този начин могат да доведат до изключване. Тоалетните често не са нито самостоятелно използваеми за деца, нито достъпни за хора в инвалидни колички. Много такива примери могат да бъдат открити. Тези среди са планирани за здрави възрастни, които са нормативният модел, т.е. смятат се за "нормални". Под заглавието за достъпност или среда, съобразена с възрастта, от много години се полагат усилия за преразглеждане на изградената среда и адаптиране на процесите на планиране, за да се даде възможност за участие на възможно най-много хора. Пример по отношение на нормативната уредба е фактът, че в много страни доброволческата дейност има възрастова граница, което изключва много възрастни хора, които все още искат да участват в своите общности.

В много европейски страни смятат, че работата играе важна роля за положението на човека в обществото и за неговото самочувствие. Много хора, като например безработните, тези с увреждания, но също и възрастните хора, често са обезценявани поради липсата на платена работа или дори са разглеждани като тежест за

SHAFE and Net4Age-Friendly

SHAFE Foundation

Smart Healthy Age-Friendly Environments

На европейско равнище има няколко проекта, които се занимават с темата за среда, благоприятна за възрастните хора. NET4Age-friendly COST Action и мрежата SHAFE насърчават интердисциплинарните подходи и иновативните концепции за среда, благоприятна за възрастните хора.

https://shafe.eu/ /

https://www.net4age.eu/

обществото. Такъв пример е едно проучване, което показва, че близо 61 % от анкетираните смятат, че дългосрочно безработните водят комфортен живот за сметка на обществото (Heitmeyer 2008: 25). Консорциумът SAA работи за повишаване на осведомеността по този въпрос и се фокусира върху оценяването на всички хора, независимо от тяхната позиция или нужди. Възрастните хора са важна част от доброволческата работна сила. В Нидерландия и Германия например над 30 % от всички граждани на възраст 65+ участват в доброволчески дейности (Евростат 2019a).

Доброволният труд и неформалните грижи обикновено не са платени и са по-малко видими в обществото. Работата по полагане на грижи се извършва предимно от жените. Особено възрастните жени, а все по-често и мъжете, играят важна роля в грижите за внуците и в осигуряването на възможност за съвместяване на работата и семейството (Евростат 2019b: 154). По този начин възрастните хора играят важна роля в тези неформални области, особено поради това, че няма достатъчно възможности, още по-малко достъпни, за подпомагане на грижите за деца на самотни родители например.

Възрастните хора са незаменими в тези области, но този факт не се оценява достатъчно на политическо и обществено ниво. Напротив, възрастните хора често се сблъскват с очаквания, които не им оставят друг избор освен да поемат ролята на детегледач. Когато например по-възрастните хора по презумпция трябва да се грижат за внуците си, поради лични или обществени норми или очаквания.

Накрая трябва да се подчертае, че този принос на възрастните хора в никакъв случай не е оправдание за стойността на възрастните хора. Предходният параграф е само опит за развенчаване на възрастовите стереотипи и в никакъв случай не трябва да означава, че възрастовите стереотипи могат да бъдат противопоставени, защото възрастните хора имат специфична икономическа стойност.

Ефектите от ейджизма върху възрастните хора

Ейджиските поведения и нагласи могат да имат различни отрицателни последици за засегнатите. Те могат да имат отрицателен ефект върху самовъзприемането и работата им. Много жертви на ейджизма също така се оттеглят и вече не участват активно в социалния живот. Световната здравна организация (СЗО) посочва, че ейджизмът може да бъде причина за по-лошо физическо и психическо здраве, по-голяма изолация и самота, финансова несигурност и като цяло по-лошо качество на живот и дори по-кратка продължителност на живота (СЗО 2022).

За да придобием представа от гледната точка на засегнатите възрастни хора, бяха проведени шест до осем качествени интервюта в участващите страни партньори. Възрастните хора на възраст над 65 години бяха интервюирани за ежедневните им преживявания, в които са имали усещането, че са обезценени или че към тях се отнасят неподходящо. Интервютата, проведени в рамките на този проект, показват сходни резултати с описаните по-горе. Нашите участници споделят, че са се чувствали унизени и обидени от дискриминационни действия и изявления, което е довело до чувство на безпомощност и гняв.

Липса на възприемане на възрастовата дискриминация

Проучванията за възприемането на възрастовата дискриминация дават много ниски стойности, често в едноцифрен процент. Според много експерти обаче тези данни не отразяват реалността.

В проучване на европейско ниво (Европейската комисия 2019: 75), респондентите бяха попитани доколко широко разпространена според тях е възрастовата дискриминация. Докато 52% от хората в Португалия (само във Франция процентът е по-висок - 54 %) са отговорили, че тя е много широко разпространена, Германия е на последно място в проучването с 20%. Проучването показва, че нивото на информираност по темата за възрастовата дискриминация е много различно сред европейските държави.

Широко разпространеното използване на стереотипи и ниската чувствителност към проблема допринасят значително за нормалността на тази форма на дискриминация. Поради това се предполага, че има голям брой нерегистрирани случаи на възрастова дискриминация.

В същото време възрастовата дискриминация оказва влияние и върху самочувствието на интервюирания. Няколко от респондентите отговориха, че единствено поради възрастта си са се отказали от някои социални дейности като например танците, въпреки че дейността им е доставяла удоволствие.

Хермин, 86

Хермин е неомъжена и живее в селски район в жилищна сграда, принадлежала на държавна организация в Съветския съюз. През 90-те години на миналия век, по време на приватизацията на жилищния сектор, съседът ѝ с измама приватизира обща част (зала), която е в съседство с апартамента на Хермин, и я превръща в музикална зала за сина си. Сега той вдига огромен шум по всяко време на денонощието, поради което Хермин не може да се концентрира върху ежедневните си задачи и не може да спи добре. Тя съобщава за това на местната полиция и на общността, но не получава никаква подкрепа. Един съсед ѝ казал, че "никой няма да слуша глупава стара жена". Хермин си помислила, че съседът ѝ вероятно е прав.

Контекст

Много възрастни хора като Хермин са свикнали да се отнасят с тях неуважително или да не ги вземат на сериозно. Заради възрастта ѝ нуждите и оплакванията на Хермин се пренебрегват. В този случай тя приема и негативните стереотипи. Това явление се среща във всички изследвани от нас страни и води до негативно влияние върху самовъзприемането и самооценката на възрастните хора. Това прави възрастните хора по-малко уверени в своите действия и може да доведе до оттегляне от социалния живот.

Въпроси за саморефлексия

Как всъщност си представяте Хермин? Дали Хермин е отчаяна жена, която е изложена на огромно шумово замърсяване и е оставена сама? Или може би тя е по-скоро човек, който не позволява на младите хора да се наслаждават на музиката и настоява за традиционен ред?

Отделете малко време и помислете върху това. Какъв образ за Хермин имате Вие? Вярвате ли на версията на Хермин, или подозирате, че тя все пак може да е различна? Какви преживявания сте имали и как това ви влияе?

Пазарът на труда

На пазара на труда възрастните хора не разполагат със същите възможности като по-младите си колеги. Текущи изследвания показват, че по-възрастните работници са дискриминирани в рамките на процесите на набиране на персонал, в рамките на самата им работа - например чрез поведението на други хора, както и по отношение на решението кога да се пенсионират (ИКЕ - ООН 2019: 3). Тези дискриминационни действия се дължат най-вече на стереотипни представи за по-възрастните работници. Те се състоят в това, че по-възрастните работници от една страна, са по-надеждни и ангажирани, но от друга страна, са по-малко продуктивни и ефективни и вече не са способни да научават нови неща (ИКЕ-ООН 2019: 5). Във връзка с това Европейската комисия събра някои данни чрез специално проучване на Евробарометър. Беше установено, че около 70% от анкетираните смятат, че хората отпадат от заетост, защото по-възрастните хора са изключени от обучението на работното място или защото работодателите не ги възприемат положително (Европейската комисия 2012: 47).
Това беше потвърдено по време на провеждането на интервютата. Много хора, с които разговаряхме, също са преживели възрастова дискриминация на пазара на труда. Вероятно това е областта, в която повечето от нас се сблъскват с тази форма на дискриминация за първи път. Възможен фактор, който допринася за това, е, че краят на трудовия живот и навлизането в пенсионна възраст е много символична стъпка в живота, в резултат на което много хора се възприемат предимно като стари.

Джоана, 65

Джоана работи като мениджър на производство в голям град. Когато навършва 65 години, от компанията ѝ съобщават, че трябва да напусне постоянната си работа. Дадена ѝ е възможност да заеме друга работа в компанията, но тя е значително по-ниско платена и, следователно – не е привлекателна. Джоана наистина харесвала работата си. Освен това ръководителят на екипа ѝ искал да я задържи поне още една година. Проблемът бил в това, че Законът за държавната служба предвижда регламент, според който хората не могат да имат постоянен договор след навлизане в пределната пенсионна възраст.

Сузана, 83

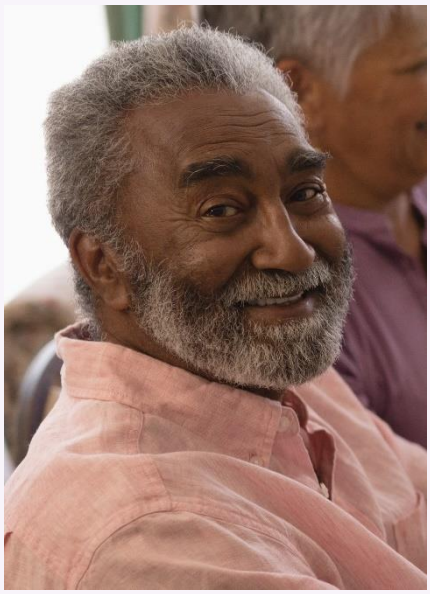
Сузана живее в град и работи като консултант. Тя е подписала двугодишен срочен договор с фирмата си. След изтичането му нейният ръководител иска да я вземе на работа за постоянно, тъй като се е справила добре с работата си. Това обаче не е било възможно поради вътрешни разпоредби, свързани с възрастта на служителите. Сега Сузана работи като независим консултант за компанията, тъй като тя ѝ е отказала постоянна работа.

Въпроси за саморефлексия

Кои 5 думи ви идват наум, когато си помислите за по-възрастните работници? Защо не ги запишете?

Вашите термини описват повече положителни или повече отрицателни качества? Какви характеристики имат качествата?

Феликс, 64



Феликс работи в голям град в държавната публична администрация. Един ден по-младите служители създават специален комитет, към който често се обръщат за съвет и получават подкрепа от ръководството на отдела. Заедно с по-възрастните представители, Феликс и други колеги основават подобно представителство на персонала за по-възрастните служители, защото искат да внасят и своите проблеми.

В процеса на създаването на това представителство те интервюирали няколко по-възрастни служители. Те разказали на Феликс и колегите му, че им е било отказано обучение заради възрастта им. Ръководителят смятал, че по-нататъшното обучение на по-възрастния служител е загуба на пари и време поради възрастта му и пенсионирането му след 10-15 години.

Стратегии за решения в пазара на труда

На пазара на труда вече има някои инициативи и програми, които се занимават с проблема с възрастовата дискриминация. В Нидерландия например Министерството на социалните въпроси провежда инициатива, която насочва вниманието на компаниите, които публикуват дискриминационни по отношение на възрастта обяви за работа, към този проблем. Същевременно на дружествата се дават съвети как да предотвратяват това в бъдеще. Разработен е и контролен списък за текстовото оформление на обявите за работа, за да се предотвратят случаи на дискриминация в бъдеще.

Дискриминация в пазара на труда

Пазарът на труда е сферата, в която във всички страни партньори на консорциума се съобщава за възрастова дискриминация на различни нива, независимо дали тя е още в процеса на кандидатстване, когато се търсят млади служители, или по-възрастните хора просто не се канят на интервюта за работа. Проучванията на конкретни случаи показват, че възрастните хора са дискриминирани както на лично, така и на структурно ниво. Понякога това е решение на компанията да подмлади екипа за по-младежка перспектива и нагласа или пък вътрешните правила налагат възрастови ограничения. Изрични възрастови ограничения (възраст за пенсиониране) са предвидени дори в нормативни актове. Също така в доброволния труд могат да съществуват възрастови ограничения, които са критикувани от интервюираните.

Всекидневие

По този начин възрастовата дискриминация се проявява във всички области на личния живот. В този смисъл той влияе и на личната и социалната среда. Възрастните хора изпитват дискриминация и в социалната си среда например сред приятели, съседи или дори в семейството (Bytheway et al. 2007: 67). Примери в това отношение са случаите, когато децата се опитват да управляват дневния график на възрастните си родители дори ако възрастният човек все още се чувства способен да се справя сам. Може да се случи и така, че приятел или друго познато лице да възпроизведе стигмата например, че според възприетите норми възрастните хора трябва да се държат или обличат по определен начин.

Матилда, 69

Матилда е наскоро пенсионирана жена, която се е отдала на доброволческа дейност. Матилда е много общителна и обича да ходи на партита и да се среща с приятели, въпреки че изпитва известно неудовлетворение от това, че е дискриминирана от по-младите хора, когато иска да отиде на танци или да участва в групови дискусии. Най-много я притеснява фактът, че я съдят, когато търси нови романтични връзки. Някои от по-младите ѝ приятели вече са ѝ казали, че е твърде стара, за да има връзка с други хора особено ако те са по-млади от нея. Подобно поведение я кара да се чувства много тъжна и обидена.

Тя не прави никакви предложения за това какво може да се направи, за да се предотвратят подобни ситуации, но призовава за повече разбиране от страна на по-младите хора. "Не е, като да не можеш да се влюбиш само защото си по-възрастен".

Лусия, 66

Лусия живее в градска среда в Португалия. Тя е решила да продължи да работи като офис служител и след пенсионна възраст, за да остане активна и да продължи да има възможности за общуване. Обича да ходи на работа в добро настроение и се облича в ярки цветове и младежки модерни модели, както винаги е правила. По време на почивките на работното място обаче, тя чува дискриминационни коментари от колегите си за нейното поведение. Те казват, че тя изглежда смешно и трябва да се облича в подходящи за нейната възраст дрехи.

Подобно поведение много я натъжава и я обижда. В края на краищата хората трябва да могат да се обличат така, както искат, и да не се налага да слушат коментари за това. Няма стилове на обличане за определена възраст, хората са различни.

Въпроси за саморефлексия

Какво мислите за поведението на Лусия и Матилда? Мислите ли си: "Колко е хубаво, че и двете имат толкова много радост в живота?" Или честно се улавяте, че не намирате поведението им за подходящо?

Отделете малко време и помислете върху това. Какви чувства предизвиква то и какво евентуално намирате за дразнещо?

Пиет, 70

Пиет от Нидерландия е много активен в социалния си кръг като болногледач на други хора и като доброволец. Когато пандемията от COVID-19 е в разгара си, по нидерландската телевизия се провежда публична дискусия за това до каква степен възрастните хора могат да бъдат лишени от медицински услуги, за да се спасят повече млади хора. В този контекст по-възрастните хора са наречени по телевизията "стари сухи дървета", което кара Пиет да се чувства лично нападнат. Това представяне на по-възрастните хора го ядосва и той пише жалба до телевизията.

Мария, 73

Мария живее в предградие на голям град. От време на време обича да гледа телевизия. Там тя забелязва, че в рекламите възрастните хора обикновено са представяни като болни и неуравновесени, което според нея не отговаря на действителността. Тя открива също така изображения на възрастни хора, които се превръщат в напълно различни хора, след като приемат определени кремове или лекарства. В една от рекламите възрастна жена с проблеми с коленете може да танцува отново директно след прилагането на марков мехлем. Като цяло Мария се чувства погрешно представена в рекламите и недостатъчно представена в други контексти, които нямат нищо общо с болести или други неразположения.

Какво е подходящо?

В контекста на възрастовата дискриминация думата "подходящ" се появява отново и отново. Но как се измерва това? Какво е подходящо и за кого? Тук става ясно колко силно влияят стереотипите и предразсъдъците върху живота на хората. Поведението на Матилда и Лусия вероятно се възприема от много хора като неподходящо за тяхната възраст. Широко разпространената представа за възрастните хора е по-скоро пасивна и ги изобразява като затворени. От друга страна, на възрастните хора не се приписват забавления или нужда от връзки и физическа близост.

Тези представи имат много различни причини, но се формират и от образите в медиите и рекламите. Някои от нашите интервюирани споделят, че се чувстват погрешно представени от медийните образи на възрастните хора. Нито лекарствата ще подмладят хората, нито старите хора като цяло са болни.

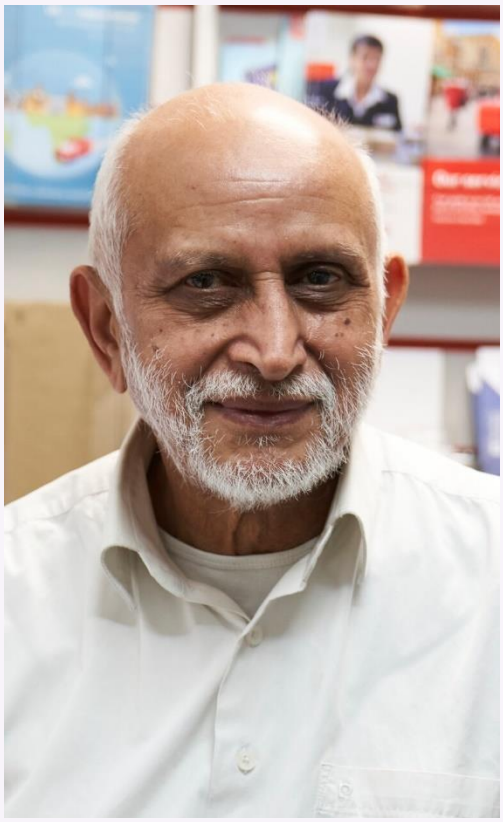
Изказване/цитат - Дискриминация в социалната среда

"Бях прекалено грижовна, прекалено натоварена и разтревожих родителите си с прекалено много предложения." - Възрастен, който се грижи за родител

"Човек бързо се изкушава да отнеме решението от родителите си или да го предреши." - Възрастен, който се грижи за родител

Здраве

В контекста на дискриминацията на възрастните хора въпросът за здравето играе много важна роля. Факт е, че с напредването на възрастта заболяванията могат да се появяват по-често или да се налага вземане на мерки за поддържане на здравето. В резултат на това обаче възникват предразсъдъци, които обобщават този факт и приписват здравословни проблеми на всички възрастни хора. В този смисъл остаряването се възприема като прогресивен процес на разпад, при който индивидуалните ситуации остават на заден план. Това вече е доказано в различни международни проучвания. Скорошни изследвания в този контекст например показаха, че въз основа на този стереотип за възрастните хора и остаряването, студентите по медицина отчасти смятат, че грижите за възрастните пациенти са по-малко интересна област на обучение и работа (cf. Higashi et al. 2012). Освен това медицинските грижи за по-възрастните пациенти се влошават, тъй като те не могат да бъдат снабдени с подходящи лекарства поради това, че са пренебрегнати в клиничните изпитвания cf. (Cherubini et al. 2010).



Марк, 65

Марк изпитва болка в слабините, след като е вдигнал нещо тежко, и смята, че може да е получил херния, тъй като е чул пукащ звук. Той отива на преглед при семейния си лекар. След прегледа лекарят и неговият асистент са съгласни, че всичко е наред. Марк иска направление за второ мнение от специалист в местната болница. Лекарят отказва. След дълъг и упорит спор Марк отива в болницата с направление. Специалистът го преглежда и установява разкъсване на слабините. След операцията специалистът казва на Марк, че ще трябва да се върне, ако има усложнения. Вкъщи той действително усеща, че може да е получил усложнение. В кабинета на личния му лекар му казват да си запише час за следващия ден. Вместо това Марк отива направо в болницата. Лекарят, който преглежда Марк, смята, че усложнението е голям риск, и директно му помага. Марк не се чувства взет на сериозно от личния си лекар и смята, че здравето му е спасено, защото той сам е надделял. Други може би не са имали такъв късмет.

Моника, 69

Моника наскоро се е пенсионирала и посещава лекар заради повтарящи се болезнени симптоми в левия глезен. Когато Моника съобщава за повтарящите се симптоми, лекарят коментира, че това е нормално поради процеса на стареене, и предлага да се приемат обезболяващи лекарства.

Когато Моника предлага да опита друг метод на лечение, който е намерила в интернет, лекарят казва, че това е безполезно, защото тя вече е твърде стара за такова лечение. Моника е много разстроена от това и се чувства унизена, защото лекарят не ѝ се доверява и дори не мисли за алтернативи. Тя би намерила за достоверно, ако лекарят се беше вслушал в съображенията ѝ и не се беше опитал да се отърве от нея, като ѝ предпише болкоуспокояващо. Това ѝ внушава, че здравето ѝ струва по-малко от това на по-млад човек, което я кара да се чувства безпомощна и безсилна.

Контекст

Историята на Марк е пример за това, което много хора преживяват по отношение на здравето си, независимо от възрастта си. Оценката на резултатите от медицинските прегледи изисква висока степен на здравна грамотност, усещане за собственото тяло и най-вече настойчивост в случай на съмнения относно диагнозата. Възрастните хора обаче са особено уязвими в тази ситуация. Те са лишени от съвременни експертни познания, тяхната преценка се поставя под съмнение, а болката се представя като нормална част от процеса на стареене. В съчетание с несигурността и страха на възрастните хора, това може да има сериозни медицински последици.

Въпроси

Марк надделява в тази трудна ситуация и намира сили да отстоява позициите си. Моника, от друга страна, е имала идея и не е била чута. След това тя се чувства безполезна и безсилна. Представете си двамата да си разменят ситуациите. Какви биха могли да бъдат последствията?

Отделете малко време и помислете за това. Двамата са почти на една и съща възраст. Какви други фактори биха могли да изиграят роля тук и да са от значение и за двамата?

Барбара, 77

Барбара живее в голям град. Тя е много активна физически, поддържа собствена малка градина, посещава спортни курсове и помага на съседи, които са физически ограничени. Барбара познава много добре тялото си и неговите сигнали.

Когато Барбара се разболява, дъщеря ѝ я закарва направо на лекар, тъй като подозира, че става дума за нещо по-сериозно от настинка. Лекарят посъветвал дъщеря ѝ да ѝ каже просто да си почине известно време и дори не я прегледал допълнително. Тогава Барбара се почувствала така, сякаш не присъства в стаята, и се почувствала обезценена и унизена, тъй като познава тялото си много добре и все още е повече от способна да се изразява.

Многоизмерни преживявания

Марк, Моника и Барбара са имали много сходни преживявания с лекари. Макар и да не се отнасят само до тях, техните преживявания са специфични. И тримата са възприемани от лекарите като стари, което съзнателно или несъзнателно се отразява на лечението им. Може би лекарите приемат, че болката е част от старостта, или може би имат предразсъдъка, че възрастните хора си въобразяват болести. Не можем да твърдим, но е много вероятно определени стереотипи да играят роля тук. Освен това Моника и Барбара са жени, а Марк е мъж. Това, което на пръв поглед звучи тривиално, също води след себе си определени предразсъдъци и стереотипи. Дали Марк е можел да отстоява по-добре позицията си, защото това се смята за нормално за мъжете? Дали двете жени са изглеждали по-отбранително настроени? Дали Моника се обвинява заради социализацията си? Или пък това няма нищо общо с пола? Отново не знаем със сигурност. Но задаването на тези въпроси и мисленето за влиянието, което това оказва върху живота на хората, е важна стъпка към възприемането на тримата като отделни личности и към борбата с ейджизма във всичките му форми.

Дискриминация в здравния сектор

В сектора на здравеопазването се срещат различни форми на дискриминация. Нашите интервюирани лица разказват, че не са били вземани на сериозно, не са получавали определени терапии или, както в горния пример, е трябвало да търпят обидни изказвания от страна на медицинския персонал. Възрастните хора често смятат, че личното им здраве се цени по-малко от това на по-младите, тъй като лекарите често не отделят достатъчно време за пациентите си. В същото време нашите респонденти смятат, че лекарите се намесват в техните собствени решения и съображения, като ги разубеждават да се откажат от лечение или операция, или изобщо не ги информират.

Освен това респондентите ни съобщават, че много лекарства често не са подходящи или дори са опасни за възрастните хора и въпреки това се предписват. Това е така, защото възрастните хора са слабо представени във фармакологичните изследвания. Възрастните хора почти никога не се използват като тестови лица в клинични проучвания и поради това рисковете и страничните ефекти за тях не се проверяват достатъчно или изобщо не се проверяват. В медицинската наука от няколко години се води разгорещен дебат по този въпрос (cf. Cherubini et al. 2010). Освен това лечението на възрастните хора може да се счита за безинтересно от медицинските специалисти (cf. Higashi et al. 2012), поради което само някои от тях специализират в областта на медицината и техниките за лечение на болестни симптоми, свързани с процеса на стареене. По този начин възрастните хора не само не са достатъчно представени и не са достатъчно обезпечени с подходящи методи на лечение, но и се сблъскват с липсата на структура от специализирани лекари. В здравния сектор откриваме дискриминационни по отношение на възрастта начини на мислене и поведение на междуличностно ниво, както и структурни условия, които затрудняват достъпа на възрастните хора до добри медицински грижи, съобразени с тях.

Грижа

Подобно на здравния сектор грижата е често споменавана област в интервютата. В контекста на настоящия сборник говоренето за сектора на грижите включва грижата за пациентите в болниците, както и в социалните заведения, като например домовете за възрастни хора. Проблемният аспект в това отношение е, че има голяма зависимост на възрастните хора от хората, които полагат грижи, независимо дали става въпрос за неформални или професионални болногледачи. Проучванията показват, че за засегнатите от дискриминация лица е особено трудно да се защитят срещу силно зависимите отношения. В тази връзка за хората, които са зависими от другите, е трудно да формулират критики или да вземат самостоятелни решения. Проучванията посочват още, че в сферата на дългосрочните и медицинските грижи покорното и безкритично поведение на възрастните хора се оценява предимно положително от грижещия се за тях персонал. Това води до ситуация, при която възрастните хора са принудени да се държат по начина, който се очаква от тях, за да получат внимание и да бъдат третирани добре (Lukas 2007: 44-46).

Терезия, 62

Майката на Терезия е на 90 години и живее в старчески дом, където Терезия я посещава редовно. Тя забелязва, че не ѝ харесва тонът, с който редовно се обръщат към майка ѝ. Някои от болногледачите говорят с нея като с малко дете и се отнасят с нея така, сякаш тя вече не може да решава или да допринася за нищо сама дори за това какво трябва да се направи за нея или кога иска да пие кафето си. Терезия е много раздразнена от това, тъй като смята, че там самоопределението на майка ѝ е ограничено, а поведението на медицинските сестри е неуважително.

Елдърспийк

Интервюираните от нас лица съобщават за различни форми на ейджизъм в областта на грижите. Доста често срещано явление е към възрастните хора да се обръщат с детски език или тон. Това понятие се нарича "елдърспийк" или "вторично бебешко говорене". Тази форма на обръщение се базира на стереотипа за възрастните хора в сферата на грижите, според който техните когнитивни и сетивни компетенции намаляват до такава степен, че общуването трябва да бъде просто като с дете. Това обаче кара много от възрастните хора, получаващи грижа, да чувстват, че вече не са приемани сериозно като възрастни хора. Това в крайна сметка оказва отрицателно въздействие върху самооценката на възрастните хора.

Въпроси за саморефлексия

С напредването на възрастта възрастните хора биват лишавани от независимост и компетентност за вземане на решения в различни контексти и ситуации. Имали ли сте и Вие такъв опит или може би самите Вие сте имали такива мисли за по-възрастни роднини или приятели?

Отделете малко време, за да помислите за това. Защо смятате, че се случва? Какви биха могли да бъдат причините, поради които на възрастните хора се отказва тази самостоятелност?

Ирина, 60

Майката на Ирина на 87 години живее в старчески дом. Ирина често я посещава и по време на пандемията е разговаряла с майка си всеки ден по телефона. Майка ѝ е казала, че се чувства неудобно в старческия дом. Причината е, че персоналът се е държал много грубо с нея. От една страна, тя съобщава, че персоналът ѝ крещял, сякаш тя почти не чува, и че се държал много грубо с нея по време на миене, преобличане и прегледи, като например вземане на кръвни проби. Освен това тя казва, че понякога храната просто се удряла по масата с голям трясък.

Ирина се притеснява и се опитва да се свърже с медицинските сестри. Те отвърнали, че майка ѝ просто си въобразява и че така или иначе е много трудно да се полагат грижи за нея. Ирина не вярва на тази версия. След като радиото на майка ѝ било отнето, защото я обвинили, че слуша музика твърде силно, Ирина преценила, че това е достатъчно. Тя написала писмо до ръководството на дома и обменила мнения с отговорните лица. След няколко вътрешни запитвания се оказало, че това не е единственото оплакване от тези конкретни болногледачи. Те били отстранени от работа незабавно, а майката на Ирина получила обратно радиото си.

От обезценяване към насилие

В примера с Ирина вербалното и физическото насилие са в противоречие с правилата и принципите на професионалната грижа. Нашите интервюирани лица разказват за примери, в които лицето, за което се полагат грижи, е било изключено от решения, които го засягат. Вербални и дори физически нападения обаче бяха споменавани по-рядко. Това поведение се основава най-вече на стереотипа, че хората, които се нуждаят от грижи, вече не са в състояние да вземат решения за собственото си благополучие.

В този драстичен пример обаче става ясно как обезценяването и отнемането на уменията и квалификацията на възрастните хора в крайна сметка може да завърши с насилие. Отричането на собствената компетентност да се действа може да се счита за "първа стъпка". Въз основа на интервютата изглежда, че след като тази психическа граница е премината, за извършителите може да е по-лесно да оправдаят действията си с предполагаемото неподходящо поведение на възрастните хора.

Стратегии за справяне и преодоляване

По време на интервютата научихме за много примери на дискриминационно поведение и неговото въздействие върху жертвите. За тях е било много трудно да се справят с тези ситуации, които са предизвиквали чувства на несигурност, тъга и гняв.

Поради преживяното безсилие за повечето интервюирани беше трудно дори да назоват възможностите за справяне с подобни ситуации. Някои респонденти споменаха вербалния протест, например да се изправят срещу дискриминационното поведение, да реагират неодобрително и да изразят недоволството си. Друго лице съобщава, че е ограничило контактите си с някои роднини след негативен опит, свързан с покровителство.

Но интервюираните също така ни разказаха за различни подходи към решенията, които биха могли да се използват за противодействие на проблема с възрастовата дискриминация в бъдеще. От една страна, в областта на медицината специализацията по геронтология и други специалности, свързани с възрастта, трябва да станат по-привлекателни. Разширените и подобрени условия биха могли да намалят недостига на персонал в областта на медицината за възрастните хора и да създадат повече време за процеса на лечение. Също така беше подчертано, че още в детското и младежкото образование темите за дискриминацията и равенството трябва да бъдат по-силно ориентирани към настъпващите демографски промени, за да се създаде по-добро разбиране за житейската ситуация на възрастните хора.

Какво можем да направим?

Възрастовата дискриминация е многостранен проблем. Ето защо не може да се намери проста стратегия за решаването му. Докладите от партньорските държави предоставят различни примери за добри практики относно политически проекти и инициативи, насочени към постигане на по-голямо равенство, и съответните правни и политически насоки. Освен това във всички европейски страни има омбудсмани или служби за борба с дискриминацията, където жертвите могат да потърсят помощ, ако случаите са справедливи и/или са доказани действия. Въпреки това много от описаните тук случаи могат да се считат за дискриминационни, но от правна гледна точка не са наказуеми.

Проектът "С разум срещу възрастовата дискриминация" е специално посветен на пред-правното пространство и иска да привлече вниманието към стереотипите и предразсъдъците, които са в основата на дискриминацията. Като сте отговорили на въпросите в този сборник, Вие вече сте направили голяма крачка към разбирането и изкореняването на възрастовата дискриминация. Да се отнесем критично към проблема с ейджизма означава първо да се замислим за собствените си възприятия и стереотипи. Това със сигурност невинаги е лесно и може да ни сблъска с негативни нагласи. Този процес обаче също така дава възможност за по-открито взаимодействие и преодоляване на дискриминационното поведение.

В следващите параграфи представяме някои методологически подходи, с които самостоятелното противопоставяне на темата за възрастовата дискриминация може да бъде успешно. Подходите произтичат от образователната работа в областта на борбата с дискриминацията и са адаптирани към темата за възрастовата дискриминация. Някои методи могат да се използват за самостоятелно справяне с проблема. Други методи са по-подходящи за задълбочаване на тази дискусия с други заинтересовани хора в по-големи или по-малки групи.

Станете практичен

КОЙ СЪМ АЗ

Материали

химилка, хартия, хронометър

Хора

поне 2-ма души, по-големи групи също са приветствани

Задача

Настройте хронометъра за три минути. За тези три минути трябва да откриете три неща, които Ви характеризират. Кои според Вас са трите характеристики, които Ви описват най-добре? Когато сте готови, пуснете хронометъра и запишете тези три характеристики. Успех!

Оценяване

Надяваме се, че сте успели. Така ли е? Не е толкова лесно да се намерят само три определения, нали? Прочетете написаното един на друг и обменете идеи за Вашите определения. Може би следващите въпроси ще ви помогнат: Смятате ли, че определенията на другите участници са правилни? Вие бихте ли избрали различни термини или същите? Как се чувствате по отношение на Вашите три думи, след като сте ги представили и сте чули определенията на партньорите си? В ретроспекция, бихте ли предпочели да изберете други думи или смятате ли, че определенията на другите участници са по-подходящи?

Контекст

Както може би сте забелязали, доста трудно е да се намерят три понятия, които да Ви описват добре. Както видяхме, при използването на този метод в практическите упражнения, това всъщност е невъзможно. Може би сте избрали "весел" като характеристика? Но дали това наистина винаги пасва, или има и меланхолични моменти? Без значение кои характеристики сте избрали, те никога няма да Ви описват винаги и във всички житейски ситуации. И само три качества няма да са достатъчни, за да Ви опишат в цялата Ви индивидуалност. Но когато възприемаме хората въз основа на стереотипи, се случва точно това. Стар, жена, малък - и вече имаме усещането, че знаем кой и какъв е човекът. Тази система работи и при възрастовата дискриминация.

С тези знания можете да помогнете на себе си и на другите бързо да разпознават възрастовите стереотипи като такива и да действат по различен начин. Вие сте на прав път!

Преживявания = преживявания?

Хора

поне 4-ма души, по-големи групи също са приветствани

Задача

Определете един човек от групата, който да ръководи. Той ще Ви зададе подготвените въпроси. Всеки път, когато успеете да отговорите с "да" на някой от въпросите, отчетете това. Не забравяйте, че не става въпрос за правилно или неправилно, а за индивидуален опит.

Въпроси

1) Когато се качвам във влака или автобуса, се притеснявам дали ще си намеря място? 2) С лекарите не се оставям да бъда заблуден. Проверявам диагнозата в интернет. 3) Винаги имам лошо предчувствие за имейли, защото никога не знам дали не кликвам на грешното място. 4) Предпочитам да не ходя на някои екскурзии, защото не знам дали има тоалетни и места за сядане. 5) Опитвам се да се прибера вкъщи преди да се стъмни, след това става страшно. 6) Нямам нищо против да шофирам в голям град. Многото коли не ме стресират. 7) Понякога имам чувството, че мнението ми не се чува. 8) Познавам популярните в момента технически приложения и програми и знам какво да правя с тях. 9) Интересувам се от поп музика и от нови издания. 10) Мога да рецитирам наизуст поне две стихотворения.

Като ръководител на играта можете да добавите още въпроси.

Оценяване

Със сигурност сте забелязали, че всички участници са отговорили на въпросите по различен начин. Малко вероятно е всички в залата да са отговорили положително на едни и същи въпроси, защото всеки има различни силни и слаби страни и опит. Този метод Ви помага да визуализирате това. Ако желаете, можете да обсъдите в групата какво би могло да бъде решаващо за тези различни преживявания.

Контекст

Не всички преживявания са еднакви. Всекидневните ситуации се възприемат по различен начин от хората, което е свързано с индивидуалните им силни и слаби страни и особености. Хората също така се третират по различен начин в една и съща ситуация. Това силно зависи от начина, по който се възприема човекът. Дали той или тя се разпознава като жена или като мъж, като дете или като възрастен човек, като богат или като беден? В зависимост от това с коя категория се асоциира лицето.

ТЕСТ ЗА ПРИВИЛЕГИИ

Хора

сам или в малка група

Задача

Прочетете следната история. В различни моменти от историята ще бъдете попитан как бихте се чувствали Вие в тази ситуация. Отделете време, за да отговорите на този въпрос.

История

Ирина (84 г.) живее на първия етаж на четириетажна сграда в средно голям европейски град. Тя отрано се интересува от компютри, които ѝ се отдават, тъй като е с математически талант и интерес. Присъединете се към Ирина и се разходете из града:

Ирина излиза от къщи, за да пазарува. Магазинът е малко по-далеч, но тя винаги ходи пеша дотам. От една година насам тя се нуждае от малка количка, която тегли след себе си. Преди винаги е носела раница, но тя става твърде тежка за нея. (Въпрос 1: А вие?). Ирина трябва да пресече няколко улици. И тук тя има навика да предпочита да използва светофарите и да се отклонява от пътя, за да го направи. Без светофари тя не е сигурна дали е достатъчно бърза (Въпрос 2: А вие?). Когато стигне до магазина, тя взима неща от рафта. Тя трябва да помоли някой друг за любимото си кисело мляко, защото то е твърде високо (Въпрос 3: А вие?). На касата тя предпочита да плаща със смартфона си. Така е по-лесно и понякога трябва да помоли за помощ при броенето на дребните, когато използва пари (Въпрос 4: А каква е Вашата ситуация?). На връщане тя се движи бързо, но предпочита да си почине на пейка на сянка. Когато не направила това, веднъж се почувствала замаяна и се наложило дълго време да се подпира на една къща. Това я накарало да се почувства некомфортно (Въпрос 4: А при Вас?). Когато се прибере вкъщи, тя звъни на звънеца в апартамента над нея. Внукът ѝ слиза и ѝ помага да прибере покупките. Внукът е в обедна почивка и двамата пият кафе заедно (Въпрос 5: А при Вас?).

Оценяване

Как успяхте да отговорите на въпросите? Имали ли сте подобни преживявания като Ирина във въпроси 1 и 2, или за Вас няма значение къде пресичате улицата и може би често стигате по-бързо до целта си? Както и при въпрос 3, налага ли ви се понякога да помолите за помощ, защото нещо е много високо, или сте достатъчно високи, за да достигнете всичко? Удряте ли си понякога главата в ниски помещения? Имате ли добро зрение, или избягвате някои ситуации, в които трябва да видите нещо бързо и под натиск на времето като Ирина на касата? Физическото ви състояние е достатъчно за ежедневно ходене или като Ирина предпочитате да сядате от време на време? А имате ли лукса да имате близки хора, които да живеят наблизо и да могат да прекарват време с Вас, както във въпрос 5?

Това са много въпроси. Когато си отговорите на тях, ще осъзнаете много привилегии. Може би за тези, които имате Вие, а може би за тези, които има Ирина.

Контекст

Привилегиите са случайни и все пак определят съществено живота ни. От една страна, това са структурни неща. Колко пари имаме, колко пари са имали родителите ни, къде сме израснали, дали ни е гласувано доверие да работим като жена или като възрастен човек, имаме ли европейски паспорт, или не? Всичко това е от решаващо значение. Но решаващо е и какви пречки срещаме в ежедневието си и как успяваме да се справим с тях. Смартчасовникът решава проблема с парите в брой, но имам ли доверие на себе си, че мога да използвам тази технология?

За да се преборим с ейджизма, е полезно да осъзнаем привилегиите. Ако сте наясно с тях, можете да видите възможностите да се застъпвате за повече равенство. Вие сте на прав път.

Справка

Bundesministerium für Bildung und Forschung (2022): „Viele Erkrankungen werden mit dem Alter häufig", available at: https://www.gesundheitsforschung-bmbf.de/de/viele-erkrankungen-werden-mit-dem-alter-haufig-6786.php (accessed 30.09.2022).

Bundeszentrale für politische Bildung (2014): „M 01.06 Stereotypen und Vorurteile", available at: https://www.bpb.de/lernen/angebote/grafstat/fussball-und-nationalbewusstsein/130843/m-01-06-stereotypen-und-vorurteile/ (accessed: 24.08.2022).

Bytheway, B., Ward, R., Holland,C. & Peace, S. (2007): "Too old – Older people's accounts of discrimination, exclusion and rejection, available at: https://www.antidiskriminierungsstelle.de/SharedDocs/downloads/EN/publikationen/Too_Old.pdf?__blob=publicationFile&v=2 (accessed 28.09.2022).

Cherubini, A., Del Signore, S., Ouslander, J., Semla, T. & Michel, J. (2010): "Fighting Against Age Discrimination in Clinical Trials.", In: Journal of American Geriatrics Society, 58, 1791-1796.

European Commission (2012): "Special Eurobarometer 378 – Active Ageing", available at: https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/fr/MEMO_12_10 (accessed 14.08.2022)

European Commission (2019): „Special Eurobarometer 439: Discrimination in the European Union", available at: https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2251 (accessed: 19.08.2022).

Eurostat (2019): "Ageing Europe – Looking at the lives of older people in the EU", available at: https://ec.europa.eu/eurostat/documents/3217494/10166544/KS-02-19%E2%80%91681-EN-N.pdf/c701972f-6b4e-b432-57d2-91898ca94893 (accessed 18.08.2022).

Heitmeyer, W. (Hrsg.) (2008): "Deutsche Zustände – Folge 6", 1.Auflage, Suhrkamp Verlag, Frankfurt am Main.

Higashi, R., Tillack, A., Steinman, M., Harper, M. & Johnston, C. (2012): "Elder care as "frustrating" and "boring": Understanding the persistence of negative attitudes toward older patients among physicians-in-training.", In: Journal of Ageing Studies, 26, 476-483.

Lukas, C. (2007): "Das Abhängigkeitsunterstützungskript im Pflegesetting Experimentelle Studien zu situativen und personalen Moderatoren", available at: https://ubt.opus.hbz-nrw.de/opus45-ubtr/frontdoor/deliver/index/docId/272/file/Christina_Lukas_Abh%c3%a4ngigkeitsunterst%c3%bctzungsskript.pdf [accessed 29.09.2022].

UNECE (2019): "Bekämpfung von Altersdiskriminierung in der Arbeitswelt", In: UNECE Kurzdossier zum Thema Altern Nr.21.

Universität Köln (2022): „Altersdiskriminierung", available at: https://vielfalt.uni-koeln.de/antidiskriminierung/glossar-diskriminierung-rassismuskritik/altersdiskriminierung (accessed: 03.08.2022).

World Health Organisation (2022): „Ageing: Ageism", available at: https://www.who.int/news-room/questions-and-answers/item/ageing-ageism (accessed: 05.08.2022).

Smart Against Ageism

Съфинансирано от Европейския съюз

Подкрепата на Европейската комисия за издаването на тази публикация не представлява одобрение на съдържанието, което отразява единствено възгледите на авторите, и Комисията не носи отговорност за използването на съдържащата се в нея информация.