

CZU: 159.938.363.1:159.923

CRIZA VÂRSTEI A TREIA: PROBLEME ȘI SOLUȚII*Liliana SALCUȚAN**Universitatea de Stat din Moldova*

Procesul de tranziție la economia de piață a amplificat și a aprofundat și mai mult problemele socioeconomice, inclusiv: s-a înrăutățit cu mult nivelul de trai al populației, au apărut fenomenele sărăcie, șomajul latent, diferențierea socială a devenit mai accentuată, s-au înrăutățit condițiile locative, s-a redus accesul la serviciile medicale, educaționale și sociale etc., probleme care, la rândul lor, au influențat negativ procesele demografice.

Ca proces individualizat, *îmbătrânirea* este un concept care include schimbările fizice ale organismului uman după viața adultă, schimbările psihologice produse individual și capacitățile mintale, precum și schimbările modului în care persoana este percepută în societate, în ceea ce așteaptă ea și în ceea ce se așteaptă de la ea, fiind astfel un fenomen multidimensional, afectând persoana din punct de vedere biologic, psihologic, social.

Procesul îmbătrânirii este rezultatul unor fenomene complexe ce imprimă modificări continue și ireversibile în structura organismului, care în a doua jumătate a vieții antrenează o scădere a capacității de adaptare a individului la mediu printr-o creștere a sensibilității și vulnerabilității acestuia față de factorii perturbatori ai mediului social.

Asocierea proceselor naturale de involuție cu bolile cronice creează apariția unor probleme relaționale și familiale deficitare pentru acestea, transformându-le în una dintre grupele de risc cel mai sporit de îmbolnăvire, cauzate fiind de incapacitatea de a se adapta schimbărilor vieții sociale, lucru adesea manifestat prin criza vârstei a treia.

Scopul acestui articol este de a identifica particularitățile psihosociale ale crizei vârstei a treia, fiind propuse metode practice de lucru: *pregătirea cetățenilor pentru procesul pensionării, consilierea individuală și de grup* a persoanelor care au fost absorbite de viața profesională sau familială, ceea ce nu le-a permis să-și reactualizeze propria personalitate. În practica asistențială, aceste tehnici nu pot fi realizate, cauza fiind nedorința și nepregătirea profesioniștilor pentru a lucra cu persoanele vârstnice, care devin în ultimul timp unul dintre grupurile cele mai numeroase.

În concluzie vom menționa că unii vârstnici, nefiind pregătiți de a se pensiona, pășesc în acest stadiu încrezuți, nefiind susținuți de nimeni, iar alții au nevoie de îndrumarea profesioniștilor (psihologi, asistenți sociali profesioniști) pentru a reduce criza vârstei a treia.

Cuvinte-cheie: *vârsta a treia, persoană vârstnică, criză de identitate, disperare, absorbție, roluri pasive, consiliere individuală.*

THIRD AGE CRISIS: PROBLEMS AND SOLUTIONS

The transition process to the market economy has increased socio-economic issues, including worsening of living standard, poverty phenomenon, social differentiation, latent unemployment, worsening of housing maintenance and utilities board, poor accessibility of medical, educational and social services, which all had a negative impact on demographic processes.

As an individualized process, old age is a concept that includes physical changes in human body after adult life, individual psychological changes, mental capacity. The ageing evolution is a result of multiple phenomenon with continuous and irreversible changes in human body. These changes lead to a decrease in the individual ability to adaption to the environment.

The association of natural changes of involution with chronic diseases cause domestic problems turning them into the group with the highest risk of illness. These are caused by the inability to the changes adaption in social life, which is often manifested by the crisis of the third age.

The purpose of this article is to identify the psychosocial features of the third age crisis, proposing the application of practical working methods: training citizens for the retirement process, individual and group counseling of people who have been taken up by work or family life. In social work, these techniques can not be achieved because of unwanted and unprepared professionals to work with older people.

In conclusion, some older people go to this stage of their life – the retirement – not being prepared for and supported by anyone. But others need guidance of professionals (psychologists, social workers etc.) to reduce the third age crisis.

Keywords: *third age, older people, identity crisis, desperation, preoccupation, passive roles, individual counseling.*

Introducere

În secolul al XXI-lea, una dintre cele mai actuale probleme ale omenirii o constituie îmbătrânirea demografică a populației, având implicații majore asupra dezvoltării socioeconomice a diferitelor regiuni ale Terrei. Atât în țările economic dezvoltate, cât și în majoritatea țărilor în curs de dezvoltare, ponderea persoanelor

vârstnice în structura populației crește cu ritmuri accelerate, impunând necesitatea elaborării unor politici specifice în acest domeniu. Îmbătrânirea populației este un rezultat al progresului obținut în diferite domenii: psihologie, drept, medicină, asistență socială, ce a condus la reducerea mortalității, în special a persoanelor vârstnice și la creșterea duratei medii de viață. Din acest considerent, numeroase persoane, trecând prin criza vârstei a treia, întâmpină diferite dificultăți în procesul de adaptare la aceste particularități ale vârstei.

Procesul de tranziție la economia de piață a amplificat și a aprofundat și mai mult problemele socioeconomice, s-a înrăutățit nivelul de trai al populației, au apărut fenomenele sărăcie și șomajul latent, s-a accentuat diferențierea socială, s-au înrăutățit condițiile locative, s-a redus accesul la serviciile medicale, educaționale și sociale etc., probleme care, la rândul său, au influențat negativ asupra proceselor demografice. Efectele tranziției demografice au fost agravate de rând cu greutățile vieții cotidiene, ceea ce a condus la emigrarea populației și la accentuarea îmbătrânirii populației.

Schimbări psihosociale și fizice la vârsta a treia

Ca proces individualizat, *îmbătrânirea* include manifestarea schimbărilor fizice, psihologice și a schimbărilor sociale în rezolvarea problemelor care solicită implicarea unui spectru larg de profesioniști din diferite domenii: psihologic, medical, asistențial și juridic.

Considerăm importantă încercarea de a defini procesul îmbătrânirii, în care vom utiliza termeni specifici, fiind prezentate diferite interpretări ale psihologilor, care utilizează în această sferă semantică trei denumiri: „perioada de regresie”, „vârsta a treia” sau „vârsta bătrâneții”, fiind specifică etapei ce începe cu 65 de ani. Specific „perioadei de regresie” sunt utilizați indicatorii:

- perioada de trecere la bătrânețe (65 – 74 de ani);
- perioada bătrâneții medii sau propriu-zise (75 – 84 de ani);
- perioada longevivilor sau marii bătrâneți (peste 85 de ani).

Unii gerontologi consideră că bătrânețea începe de la 65 de ani și precizează două etape: *bătrânețea timpurie* (65-74 de ani) și cea *înaintată* (peste 75 de ani). Așa cum afirmă gerontologul român C.Bogdan, expresia „*persoane vârstnice*” întrușchipează în sine categoria de persoane care au depășit mijlocul vieții, sunt cele care se află în cea de a treia sau a patra perioadă a vieții, în care pierderile și declinul pe plan fiziologic, psihologic, economic și social sunt cele mai grave, nefiind întotdeauna datorate unei evoluții biologice, fiind implicați concomitent factorii sociali, economici și culturali [1, p.21].

Gerontopsihologii consideră că vârsta de 55 ani constituie grupul care urmează a fi pregătit pentru pensioană, ceea ce va reduce manifestarea crizelor și stărilor depresive ce pot apărea mult mai târziu.

Așa cum afirmă sociologul român D.Gârleanu-Șoitu, procesul îmbătrânirii este rezultatul unor fenomene complexe ce imprimă modificări continue și ireversibile în structura organismului, care în a doua jumătate a vieții antrenează o scădere a capacității de adaptare a individului la mediu printr-o creștere a sensibilității și vulnerabilității acestuia față de factorii perturbatori ai mediului social [2, p.23]. Asocierea proceselor naturale de involuție cu bolile cronice determină apariția unor probleme relaționale și familiale deficitare pentru acestea, transformându-le în una dintre grupele de risc cel mai sporit de îmbolnăvire, cauzate fiind de incapacitatea de a se adapta la schimbările vieții sociale, lucru adesea manifestat prin criza vârstei a treia, la care ne vom referi mai jos.

Specificul crizei la vârsta a treia

Pentru a înțelege factorii ce conduc la manifestarea crizei urmează să identificăm elementele ce o formează. Psihologul rus И.Малкина-Пых o identifică drept tulburare emoțională în starea de echilibru a persoanei, care o împiedică să se adapteze la viața cotidiană. În urma producerii acesteia au loc perturbări în organismul omului, fiind determinate de evenimente stresante ce duc la producerea unor pierderi [3, p.18]. Pentru unele persoane criza poate fi temporară, pentru altele nu, conducând chiar la depresie. Rețeaua socială ce-l înconjoară pe vârstnic poate deveni puntea de trecere de la criză spre o viață împlinită alături de persoanele dragi.

Devenind o situație traumatică, adesea este percepută de oameni ca generator de consecințe cu efecte extrem de negative asupra vieții lor individuale, familiale și sociale. Fiind identificată drept criza etapei de dezvoltare, psihologul danez E.Erikson (1966) o caracterizează drept integritate psihică *versus* disperare, devenind esențială în explicarea factorilor de manifestare a personalității oamenilor vârstnici. Astfel, așa cum explică autorul, în această perioadă vârstnicul își evaluează realizările din timpul vieții. În cazul corespunderii acestora, se manifestă satisfacția pentru propria viață, moartea fiind acceptată; astfel, are loc atingerea echilibrului de integritate psihică.

După vârsta de 65 de ani, odată cu pensionarea, dispar următoarele roluri:

- rolul profesional;
- rolul parental, în momentul plecării copiilor din casa părintească (în cazul în care acest rol a fost îndeplinit);
- pierderea sau decesul partenerului de viață;
- apariția tot mai frecventă a întrebărilor despre rolul propriei existențe;
- frica de moarte.

Dificultatea apare atunci când aceste probleme n-au fost rezolvate favorabil, ceea ce conduce la manifestarea unei faze de disperare, numită și depresia bătrâneții.

Problema esențială care aduce conceptul bătrâneții pe terenul psihologiei constă în faptul că societatea, dar și persoana însăși, prin stereotipul bătrânului neajutorat și dependent de ceilalți, conduce la sporirea dificultăților de adaptare, care, la rândul lor, conduc la manifestarea unor mutații ale stresurilor și, în cel mai rău caz, ale depresiilor. În viziunea cercetătorilor, perioada vârstei a treia are un rol esențial în sistemul ciclului vital, deoarece realizarea acesteia permite conștientizarea valorificării potențialului personalității vârstnicului. În acest sens, considerăm oportună poziția lui E.Erikson, care considera că ultimul stadiu al ciclului vital îl constituie conflictul psihosocial manifestat la nivelul fiecărei personalități (E.Erikson, 1966). Trebuința ce urmează a fi satisfăcută – convingerea în valorificarea vieții trăite. De aceea, omul trebuie să efectueze o reevaluare a succeselor și insucceselor sale, iar atenția trebuie focalizată pe percepțiile viitoare și nu pe cele trecute ale ciclului vital. Perioada bătrâneții este caracterizată prin atingerea unor forme noi ale identității, ale *Eu-lui*, care necesită reactualizarea și conștientizarea comportamentului care trebuie să producă schimbări la nivelul personalității pentru a atinge o împlinire sufletească. Dacă individul nu-și poate schimba direcția acțiunilor, urmează să trăiască viața cu frică în fața morții, devenind adesea o persoană dependentă de viciile vieții cotidiene.

Teoria lui Erikson a fost dezvoltată de Peck, care menționa că, pentru a atinge „o bătrânețe reușită”, persoana trebuie să rezolve 3 probleme de bază ce atrag manifestarea schimbărilor la nivelul personalității [3, p.49]:

1. *Transedentare versus absorbția rolurilor*, devine un proces de diferențiere a rolurilor sociale. În timpul realizării activităților profesionale, persoana este integral absorbită de rolul profesiei dictate. În acest sens, din momentul pensionării, aceasta trebuie să stabilească ierarhia activităților care o vor ajuta să fie ocupată integral. Dacă persoana a selectat și a acceptat viața familială, atunci părăsirea locului de muncă, părăsirea de către copiii adulți a casei părintești vor atrage un flux de emoții negative, cu care aceasta nu se va putea isprăvi.

2. *Transcedentarea corpului versus absorbția lui* constituie dimensiunea ce influențează capacitatea individului de a evita concentrarea exagerată la toate intensificările stării proaste de sănătate ce sunt manifestate la bătrânețe. În viziunea autorului, oamenii trebuie să învețe se să sustragă de la senzațiile bolii, să depășească crizele generate de înrăutățirea stării de sănătate și să se bucure de „viață din plin” prin îmbunătățirea relațiilor sociale, lucru important pentru personalitatea vârstnicului.

3. *Trancedentarea Eu-lui versus absorbție* este dimensiunea de conștientizare a acțiunilor efectuate de propria personalitate, care va avea de suferit mai târziu. Persoanele vârstnice trebuie să înțeleagă că cu toate că moartea este inevitabilă, ele trebuie s-o perceapă conștient, fapt ce le fac să se sustragă de la tema dată, revenind la experiența de pregătire și transmitere a valorilor și tradițiilor tinerei generații, ceea ce contribuie la schimbarea personalității lor.

În fiecare societate, criteriul vârstei oamenilor constituia elementul cel mai important, căruia îi erau acordate statute și roluri prestigioase. Așa cum se menționează în literatura de specialitate, perioada bătrâneții semnifică prestigiu social, experiență, înțelepciune, capacitatea de a găsi soluții echitabile conflictelor din cadrul comunității, însă frica pe care o au oamenii în etate față de problemele de ordin economic îi face să fie fragili în societatea în care trăiesc [4, p.87]. În Republica Moldova nu întotdeauna se găsesc soluțiile optime de combatere a sărăciei pentru persoanele defavorizate, printre care întâlnim diferite categorii: copii din familii defavorizate, adulți defavorizați, vârstnici săraci etc. Înțelepciunea vârstnicilor, experiența lor profesională și de viață constituie un suport moral al societății și un exemplu demn de urmat.

Strategii pentru diminuarea efectelor produse de criza vârstei a treia

Specificul acestei crize se determină încă din perioada finalizării rolului profesional. Prezența „*crizei vârstei a treia*” este explicată de profesioniștii care lucrează cu oamenii în etate. Ei propun două strategii ce permit înlăturarea efectelor acestei tulburări:

1) *strategia constructivă* – permite identificarea de către vârstnic a noilor roluri ce permit realizarea unei dezvoltări progresive a personalității, păstrarea relațiilor sociale, conducând la manifestarea utilității sale. Aceasta se produce datorită interacțiunii armonioase dintre elementele primare și secundare ale structurii ierarhice. Este specifică persoanelor ce doresc să producă schimbări pe tot parcursul vieții, nu le este frică să accepte cu ușurință roluri sociale noi;

2) *strategia distructivă* – constituie tendința de păstrare a propriului *Eu*, vârstnicul fiind implicat în activități ce conduc la creșterea economică pentru a putea „supraviețui” în calitate de individ pe fonul funcțiilor psihofiziologice. Posibilitatea de a se dezvolta, schimbând rolurile sociale, este practic imposibilă. Acest model conduce la destructurarea sensului vieții, ierarhia structurală nu mai funcționează, iar sensul fundamental se divide în elemente secundare, fiind perceput drept pierdere a sensului vieții în general.

În cazul rezolvării reușite a crizei vârstei a treia, la persoanele vârstnice se produce schimbarea scenariului privind îmbătrânirea, ceea ce conduce la adaptarea și absorbirea rolurilor sociale noi, care permit manifestarea unui activism social sănătos, lucru fascinant pentru cetățenii de vârstă a treia. În caz contrar, la persoanele care manifestă dificultăți de rezolvare a crizei se va agrava starea de sănătate, va crește fragilitatea – probleme-cheie ale profesioniștilor care vor depune eforturi mari pentru a schimba viziunea lor față de valorile, tradițiile și stereotipurile comportamentelor. Acest grup de vârstnici va întâmpina dificultăți de adaptare din cauza scepticismului, care adesea se formează în procesul acumulării experienței de viață.

Situația de criză la persoanele vârstnice care nu au reușit să rezolve conflictul identității se poate manifesta diferit; la unele persoane direcția de bază a vieții o constituie respectarea cu strictețe a prescripțiilor medicale, identificarea noilor preparate și administrarea regulată a preparatelor medicale ce vor conduce la reducerea și diminuarea senzațiilor bolii.

Majoritatea celor care nu pot depăși criza vârstei a treia se confruntă cu depresia situațională de vârstă, fiind caracterizată prin schimbări ale dispoziției: senzația inutilității, lipsa de interes față de ceva, dureros este perceput procesul singurătății, la vârstnici crește accentuat frica, adesea fiind identificate forme iraționale (*frica de a nu fi atacat, de a nu fi urmărit*). Toate acestea contribuie la elaborarea planurilor individuale de lucru cu vârstnicii, care trebuie să înceapă de la organizarea timpului, fiindu-le propuse acele activități pe care le vor realiza cu certitudine, dezvoltând propriul program individual al identității personale.

În **concluzie**, vom menționa că societatea atribuie un rol social procesului de îmbătrânire, considerând că orice membru al său trebuie să se conformeze cerințelor asociate grupului din care face parte. Din această perspectivă, persoanele de vârstă a treia sunt cele care treptat își pierd rolurile sociale și care trebuie să se adapteze la mai multe schimbări. Pentru a depăși problemele legate de îmbătrânire, urmează să accepte roluri noi manifestate prin: promovarea unui activism social, învățarea continuă, voluntariat în rândul seniorilor, dorința de a transmite generațiilor tinere cunoștințele proprii. Toate acestea vor contribui la valorificarea personalității vârstnicilor.

Referințe:

1. BOGDAN, C. *Geriatric*. București: Editura Medicală, 1997.
2. GÂRLEANU-ȘOITU, D. *Vârsta a treia*. Iași: Editura Institutul European, 2006, 226 p. ISBN 973-611-391-4
3. RĂDULESCU, M. *Sociologia vârstelor*. București: Hyperion XXI, 1994. 180 p. ISBN 973-96161-6-X
4. МАЛКИНА-ПЫХ, И. *Кризисы пожилого возраста*. Москва: ЭКСМО, 2005. 368 с. ISBN 5-699-07429-5

Date despre autor:

Liliana SALCUTAN, lector, Facultatea de Psihologie, Științe ale Educației, Sociologie și Asistență Socială, Universitatea de Stat din Moldova

E-mail: lilianasalcutan@gmail.com

Prezentat la 20.10.2018