

„STARY, czyli jaki ...?”

W „Słowniku języka polskiego” PWN znalazłam dziewięć wyjaśnień określenia „stary”. Wybrałam spośród nich pięć, bo tylko one według mnie odnoszą się do człowieka. Jaki jest, więc **stary człowiek** według wspomnianego wyżej słownika?

Jest to ktoś:

- mający wiele lat;
- posiadający cechy charakterystyczne dla swojego wieku;
- posiadający wieloletnie doświadczenie w jakiejś dziedzinie;
- utrzymujący, dawny poprzedni sposób życia i postrzegania świata, inaczej mówiąc nieaktualny;
- znany, trwający od dawna, a mimo to nie tracący na aktualności;

Inaczej mówiąc jest to ktoś żyjący długo, posiadający cechy charakterystyczne adekwatne do wieku oraz posiadający wartościowe doświadczenia i umiejętności w jakiejś dziedzinie. Jednak warto podkreślić, że postrzegany jest z jednej strony, jako jednostka znana, trwająca od dawna, ale mimo to nietracąca na aktualności, zaś z drugiej strony, jako ktoś żyjący według dawnego stylu życia, posiadający przestarzałe poglądy i wiedzę, co czyni go osobą niekompetentną i nieaktualną w odniesieniu do współczesności.

Patrzę w lustro na swoją twarz. Widzę pewne oznaki wskazujące na upływ czasu, ale wciąż żyję pełnią życia. Jestem dość zdrowa i fit. Prowadzę bardzo aktywne życie pod wieloma względami – rodzina, praca, wolontariaty, pasje i spełnianie marzeń. Jestem szczęściarą, choć z drugiej strony mój realny wiek ustawia mnie już zdecydowanie w drugiej połowie życia.

Jestem, więc seniorem, czyli zgodnie z potocznym nazewnictwem JESTEM STARA.

Dzięki temu jednak mam pełne prawo podzielić się z Wami swoimi poglądami, doświadczeniami i przemyśleniami na temat „Stary, czyli jaki ...?”

Po pierwsze słowo STARY/STARA w odniesieniu do nas seniorów powinno być zakazane!

Jest nieprzyjemne, stygmatyzujące, niesie ze sobą (oparte na potocznym myśleniu) negatywne emocje i stawia nas w miejscu, z którego bardzo trudno jest się wydostać.

Gdy ktoś mówi – „senior”, albo „osoba starsza”, to słuchający nie potrafi kategorię stwierdzić, w jakiej kondycji fizycznej i psychicznej jesteśmy oraz, gdzie może nas umieścić z racji wieku, możliwości i potrzeb.

Daje to nam szansę na bycie sobą bez obciążeń spowodowanych przez pesel.

Wciąż słyhać dookoła informacje, że wszyscy „majstrują” przy języku polskim, bo tego powiedzieć nie wolno, bo tak nazywać nie można, bo nowe idzie i trzeba (według niektórych) słownictwo zmienić, uaktualnić, odnowić

Wiele tych wprowadzanych zmian jest dla mnie śmieszna, niepotrzebna i robiona trochę „na siłę, aby zaistnieć.

Dlaczego więc wciąż słyszę w mediach, na ulicy i w bliskim otoczeniu -

„O! Ten stary facet ...”, „Tamci ludzie są starzy ...”, „To jest dom opieki dla starych ludzi ...”, „Ze starymi, to tylko są problemy ...”, a ostatnio : „Czemu ci starzy ludzie jeżdżą wciąż autobusami? Dokąd tak jeżdżą? Ja nie mogę spokojnie dojechać do pracy/do szkoły ...”?

Przykłady mogłabym mnożyć w nieskończoność.

I to jest właśnie ten moment, kiedy należałoby bezwzględnie wprowadzić zmiany w używanym słownictwie. Ja ich wręcz oczekuję!

W dzisiejszych czasach, gdy panuje kult młodości, sprawności, szybkości, doskonałości, to nie za bardzo jest miejsce na „starość” w jakimkolwiek wydaniu.

Problem zaczyna się pojawiać, gdy zaczynamy przytaczać liczby:

- Liczba mieszkańców Polski z 2023 roku – 36,67 milionów;
- Ludność w wieku 60 lat i więcej – 9,7 milionów;
- W stosunku do roku 2022 zwiększyła się o 0,2% i osiągnęła poziom 25,7%;
- Według prognozy GUS liczba ludności w wieku 60 lat i więcej w roku 2030 ma wzrosnąć do poziomu 10,8 miliona!
- Większość tej grupy stanowią kobiety, bo jest ich 58,1%.

Tyle liczby mówią o sytuacji w Polsce. W innych, wysoko rozwiniętych krajach, grupa seniorów jest jeszcze wyższa.

Starzenie się społeczeństw, to wiele nowych problemów dla Państwa i pojedynczych obywateli. Muszą nastąpić poważne zmiany systemów wsparcia i opieki, a to łączy się bezpośrednio ze zmianami instytucjonalnymi, organizacyjnymi, ekonomicznymi, a nawet ze szkolnictwem, budownictwem, komunikacją i produkcją.

Szczegółnej troski wymagają od nas ludzie najsłabsi – chorzy, potrzebujący opieki, niesamodzielni, ubodzy. Jest to bardzo obszerny i ważny temat do analizy zarówno przez specjalistów w poszczególnych dziedzinach, ale i przez każdego z nas. Oprócz podejścia instytucjonalnego i organizacyjnego niezbędna jest uważność i otwartość na sytuację i potrzeby człowieka żyjącego tuż obok nas.

Państwo robi wiele, aby usprawnić działania instytucji opieki i wsparcia, powstaje i działa też wiele organizacji pozarządowych dedykowanych potrzebującym, ale niestety wciąż są dziury systemowe, w które najczęściej wpadają samotni, schorowani, o niskich dochodach ludzie, którzy nie mogą lub nie potrafią szukać pomocy.

Od 20-lat pracuję, jako opiekun osób starszych i chorych (USA, Wielka Brytania, Polska, Niemcy) więc z własnego doświadczenia wiem, jak to wygląda z bliska.

Panią Marię poznałam na spotkaniu grupy poetyckiej. Było miło i sympatycznie – czytaliśmy wiersze, dyskutowaliśmy na ciekawe dla nas tematy Wiersze, które przyniosła ze sobą Pani Maria były wręcz wstrząsające – o dźwiganiu ciężarów ponad siły, o kajdanach, o staniu pod ścianą, o matni, z której może wyzwolić tylko śmierć Śpieszyła się bardzo, więc ktoś z obecnych odwiózł ją do domu.

Takich historii, bardzo podobnych do siebie usłyszałam wiele – mąż/żona/rodzic/dziecko bardzo schorowany, często z demencją, leżący, agresywny, niszczący wszystko co znajdzie na swej drodze, niebezpieczny, z odleżynami ... dom często niedostosowany do potrzeb zaawansowanej opieki ... brak pomocy najbliższych, bo są daleko, bo sami mają problemy, bo ich nie ma ... brak wiedzy specjalistycznej, bo niby skąd ... nieliczni opiekunowie mają jakieś przeszkolenie medyczo – opiekuńcze, reszta wykonuje swoje obowiązki ucząc się na błędach, pytając innych ... A czemu nie ma Pani pomocy ze strony MOPSu? Bo nas nie stać. Zawsze trzeba coś dopłacić, a przecież trzeba kupić jedzenie, leki, pieluchy, kremy I koło się zamyka. Tylko się i płakać

I to są właśnie te luki systemowe, w które wpadają najbardziej potrzebujący i bezradni.
Jest więc jeszcze wiele do zrobienia, aby takich dramatów nie przeżywał nikt.

Robi się też dużo dla seniorów zdrowych, tych którzy chcą i mogą dbać o zdrowie i kondycję, którzy wciąż chcą się rozwijać, być aktywnymi na różne sposoby, czyli zwyczajnie żyć pełnią życia pomimo upływu czasu. I to jest wspaniałe, bo dzięki temu, że dookoła widać roześmianych, pełnych energii ludzi po 60-tce, to też trochę zmienia się ich postrzeganie przez młodsze społeczeństwo, czyli przez własne dzieci i wnuki!

Niestety, to wszystko co napisałam powyżej, to wciąż jeszcze nie jest obraz całkowity życia seniorów.

Pani Jola chodzi o lasce. Patrzą, jak codziennie rano idzie po zakupy. Obie ręce ma zajęte, bo w jednej laska, a w drugiej torba. Dziś pada deszcz. Kostka, z której ułożony został chodnik, to nieduże, wypukłe kwadraty. Laska ześlizguje się z mokrej, wypukłej powierzchni i pani Jola nie może bezpiecznie przejść swojej drogi. Drepcze więc wolniutko, aby uciekająca laska nie przewróciła jej.

Dlaczego kostka chodnikowa wypukła? Dlaczego nikt nie pomyślał?

Pani Jola była kiedyś świetną nauczycielką matematyki w pobliskiej szkole. Była Wciąż ma sprawny umysł i mogłaby douczać nadal dzieci, ale nikt jej nie chce zatrudnić, bo pani Jola ma 70 lat, czyli jest „stara”.

Pani Grażynka jest samotna. Bardzo lubi od wiosny, aż do jesieni przychodzić na główny plac miejski, który ma tuż obok bloku i tam spotykać się ze znajomymi.

Pani Grażynka przez 40 lat pracowała w kuchni i ma problemy z kręgosłupem. Problem w tym, że na placu większość ławek nie posiada oparcia. Te z oparciem najczęściej okupowane są przez innych bywalców, czyli w myśl zasady – kto pierwszy, ten lepszy.

Po co komu ławki bez oparcia? Taka moda ktoś powie. Tylko komu ona służy?

Młodzi ludzie, też chętnie siadają na tych z oparciem, co widać gołym okiem.

Dlaczego nikt nie pomyślał?

Dlaczego wydaje się kasę na rzeczy mało lub wcale nieużyteczne?

Pani Ania ma bardzo niską emeryturę, bo tak ułożyło się życie. Pani Ania ma wyższe wykształcenie, jest zdrowa, bardzo aktywna i twórcza. Robi dużo rzeczy dla otoczenia, jako wolontariuszka, ale potrzebuje dorobić. Od lat wysyła swoje CV (bardzo dobre CV) w różne miejsca, umawia się na spotkania, ale nic z tego nie wynika. Żadnej pracy dla Pani Ani nie ma, bo ma 65 lat, czyli jest zbyt „stara”.

Pan Stanisław ma problemy z sercem. Kiedyś był dyrektorem szkoły muzycznej i wciąż jest świetnym muzykiem. Czasem przygrywa tańczącym w klubie seniora i bardzo to lubi. „To taki powrót do przeszłości” - mówi i uśmiecha się. „W domu nie mam komu grać” - dodaje. Dzieci pana Stanisława mieszkają w sąsiednim mieście, więc pan Stanisław często korzysta z miejskiej komunikacji, aby dojechać do bliskich, do urzędów i do lekarza.

Tak samo zresztą, jak pani Zosia, pan Tadeusz, pan Jacek i wielu innych.

Jeżdżą na badania, do lekarzy, na większe zakupy, do urzędów, ale też do teatru, na koncerty, w odwiedziny Jeżdżą, bo żyją, bo wciąż są pełnowartościowymi ludźmi, choć szron na włosach, zmarszczki, zmieniona postura, czasem jeszcze nieodłączna laska lub chodzik

Dlaczego mieliby nie jeździć?

Komentarze w internecie sugerują, że obecność seniorów w autobusach utrudnia życie dojeżdżającym do pracy i szkoły.

A gdyby tak wykluczyć z podróżowania miejską komunikacją młodzież, bo mają zdrowe nogi i mogą na piechotę? To tylko żart, ale wydzwięk jest dla mnie podobny – próba ograniczenia praw ze względu na wiek.

Opisane przeze mnie sytuacje, działania i myślenie młodszego pokolenia są niestety typowe w pogłębianiu podziałów międzypokoleniowych, a tym samym tworzą mechanizmy sprzyjające wykluczaniu społecznemu seniorów ze względu na wiek!

Niedostosowana infrastruktura – chodniki, ławki, schody, brak poręczy, brak podjazdów zniechęca seniorów mniej mobilnych do wychodzenia z domu, do podejmowania działań, do aktywności i samodzielności, a głupie, egoistyczne komentarze w internecie są ze wszech miar szkodliwe społecznie.

Aby zmienić sytuację ogólną w postrzeganiu osób po 60-tce, a tym samym zmniejszyć podziały międzypokoleniowe i wykluczenie, potrzeba współpracy i współdziałania na wielu polach pomiędzy różnymi grupami wiekowymi.

Młodszemu pokoleniu trzeba pokazywać wartość seniorów – ich wiedzę, umiejętności, zdolności, zaś starsze pokolenie obcując z młodszym będzie je lepiej rozumieć. Wtedy przestaną być dla siebie obcy, czyli zagrażający, budzący lęk, niezrozumiali, głupi. Tylko społeczeństwo współpracujące, współtworzące i współistniejące jest gwarantem dobrego życia dla wszystkich.

Podsumowując – „STARY, czyli JAKI...?” -

doświadczony, mądry, twórczy, pełen pasji, mający więcej czasu, bliski, odpowiedzialny, wesoły, obecny

Oczywiście bywają i inni, o bardziej negatywnych cechach, ale wiek nie ma tu znaczenia.

Człowiek, to człowiek z całym swoim życiowym bagażem, poglądami, przekonaniem, możliwościami, potrzebami i podejściem do otaczającego świata!