

Η ΤΡΙΤΗ ΗΛΙΚΙΑ

Ποια θέση κατέχουν οι ηλικιωμένοι στην ελληνική κοινωνία σήμερα;

Θα ήταν εσφαλμένο να θεωρήσει κανείς τους ανθρώπους της τρίτης ηλικίας ως ένα ομοιογενές σύνολο. Αναμφισβήτητα, υπάρχουν ηλικιωμένοι που συμμετέχουν ενεργά στο κοινωνικό και πολιτικό γίγνεσθαι, κατέχουν θέσεις εξουσίας ή παράγουν αξιόλογο και αναγνωρισμένο έργο σε διάφορους τομείς της ανθρώπινης δραστηριότητας. Ωστόσο ευρύτερα, η θέση των ηλικιωμένων έχει υποβαθμιστεί σε σχέση με παλαιότερα, καθώς έχει περιοριστεί ο σημαντικός τους ρόλος σε ό,τι αφορά τη λήψη οικογενειακών αποφάσεων. Επιπλέον, οι άνθρωποι της τρίτης ηλικίας:

- γίνονται δέκτες κοινωνικής προκατάληψης και αποκλείονται από την κοινωνική δράση και ψυχαγωγία.
- αρκετοί δεν είναι οικονομικά αυτόνομοι με αποτέλεσμα να μην εξασφαλίζουν τα απαραίτητα μέσα για ποιοτική διαβίωση.
- η βιολογική τους φθορά απαιτεί παροχή υγειονομικής περίθαλψης και ασφάλιση, η οποία όμως, δεν τους προσφέρεται επαρκώς με αποτέλεσμα να υποφέρουν και να ταλαιπωρούνται από διάφορα νοσήματα.
- αισθάνονται κοινωνικά άχρηστοι, περνούν πολλές ώρες μοναξιάς και νιώθουν εγκαταλελειμμένοι. Η απογοήτευση τους προκαλεί δυσάρεστα συναισθήματα και συχνά τους οδηγεί στη μελαγχολία.
- συχνά αμφισβητούνται από τον περίγυρό τους οι απόψεις τους και γίνονται αποδέκτες άδικης κριτικής.

Αιτίες όλων των παραπάνω είναι:

- Η αλλαγή της δομής της οικογένειας, που πλέον έχει τον σύγχρονο τύπο της πυρηνικής οικογένειας. Παρουσιάζεται δηλαδή με ολιγομελή σύνθεση(οι δύο γονείς και τα παιδιά), ενώ οι ηλικιωμένοι έχουν χάσει τη θέση εξουσίας που κατείχαν στο παρελθόν μέσα στο πλαίσιο της.
- Η αλματώδης εξέλιξη της σύγχρονης κοινωνίας, που οδήγησε στην αμφισβήτηση των παραδοσιακών αξιών και ιδεών, που οι ηλικιωμένοι εκφράζουν.
- Η διεύρυνση του χάσματος των γενεών.
- Η αδιαφορία της πολιτείας και της κοινωνίας ευρύτερα για την τρίτη ηλικία.
- Η εσωτερική μετανάστευση η οποία είχε ως αποτέλεσμα την ερήμωση της υπαίθρου από τους νέους, ειδικά των χωριών, και την κρίση των συγγενικών δεσμών.
- Ο έντονος ρυθμός ζωής, ειδικά στις μεγαλουπόλεις, η αποξένωση μεταξύ των ανθρώπων και η κρίση των συναναστροφών τους, η έλλειψη χώρων αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου.

Ποιες αντιστάσεις μπορούν να προβάλλουν οι ίδιοι οι ηλικιωμένοι απέναντι στα γηρατειά;

- Οι ηλικιωμένοι έχουν χρέος να μην παραιτηθούν από τα δικαιώματά τους, αλλά να προβάλλουν αντιστάσεις με σύνεση, να κατέχουν γνώση των αναγκών τους και των ζητημάτων που τους αφορούν και να διεκδικούν την κοινωνική θέση που τους αξίζει.
- Επιπλέον, είναι απαραίτητο να ενημερώνονται για τις κοινωνικές και τις πολιτικές εξελίξεις, έτσι ώστε οι αντιλήψεις τους να μην είναι

ετεροχρονισμένες και να μπορούν να εκφράζουν απόψεις πάνω στα διάφορα κοινωνικά ζητήματα , προκειμένου να προσφέρουν την πείρα και τη γνώση τους στους νεότερους συνανθρώπους τους.

- Οφείλουν οι ίδιοι να αναζητούν διάφορες ενασχολήσεις μέσω των οποίων θα αξιοποιούν δημιουργικά τον ελεύθερό τους χρόνο , θα έρχονται σε επικοινωνία με το συνάνθρωπο , θα ψυχαγωγούνται, εγκαταλείποντας τις προκαταλήψεις του παρελθόντος. . Με άλλα λόγια , πρέπει να αναλάβουν πρωτοβουλίες έτσι ώστε να αποκτήσουν ποιότητα στη ζωή τους.
- Ακόμη, θα πρέπει να αναγνωρίζουν την φυσιολογική διαφορετικότητα των νέων και να μην την κατακρίνουν, αλλά να την αποδέχονται. Θα ήταν χρήσιμο να στέκονται στο πλευρό των νέων με σεβασμό και με την κατάθεση χρήσιμων προτροπών για την αντιμετώπιση των δυσκολιών της ζωής.

Με ποιους τρόπους μπορεί να βοηθήσει η οικογένεια και ο κοινωνικός περίγυρος τους ηλικιωμένους;

α) Η οικογένεια :

- Έχει χρέος να στηρίζει συναισθηματικά και υλικά τα ηλικιωμένα μέλη , έτσι ώστε να μπορούν να βιώνουν μια αξιοπρεπή ζωή και να μην υποφέρουν από μοναξιά και εγκατάλειψη.
- Θα πρέπει να τους δίνει το δικαίωμα συμμετοχής σε αποφάσεις που αφορούν και τους ίδιους, χωρίς να έχουν απαξιώτικη στάση απέναντί τους .
- Οφείλει επίσης, να αντιμετωπίζει με υπομονή ενδεχόμενες ιδιορρυθμίες τους και να μην τους επικρίνει με επιθετικό τρόπο. Ο καλοπροαίρετος διάλογος , η αναγνώριση των αναγκών τους και ο σεβασμός της προσωπικότητας των ηλικιωμένων μπορεί να συμβάλλει θετικά προς την κατεύθυνση αυτή.
- Τέλος , οι νεότεροι δεν θα πρέπει να λησμονούν ότι οι άνθρωποι αυτοί έκαναν κάποιον αγώνα στο παρελθόν για να τους εξασφαλίσουν κάποια αγαθά απαραίτητα για την επιβίωση και τη διαβίωσή τους και το ότι το να τους αφιερώσουν κάποιον από τον ελεύθερό τους χρόνο και τη ζωντάνια της δικής τους μικρότερης ηλικίας, συνιστά ανεκτίμητη προσφορά για αυτούς. Ειδικά η επαφή με τα παιδιά δίνει στους ανθρώπους αυτούς χαρά και νόημα στη ζωή τους.

β) Ο κοινωνικός περίγυρος:

- Οφείλει να απαλλαγεί από τις προκαταλήψεις και την άρνηση εις βάρος των ηλικιωμένων, αφού είναι άτομα που προσέφεραν πολλά κατά το παρελθόν στην ευρύτερη κοινωνία. Ακόμη, να κατανοήσει ότι δεν παύουν να εξακολουθούν να είναι πολίτες που έχουν ανθρώπινα δικαιώματα και πρέπει κανείς να τους σέβεται και να αναγνωρίζει το δικαίωμα στη ζωή και στην ποιότητα ζωής για την οποία μόχθησαν κατά τα προηγούμενα χρόνια.

- Επίσης, όλοι οι κοινωνικοί φορείς είναι αναγκαίο να συνειδητοποιήσουν ότι η πείρα των μεγαλύτερων σε συνδυασμό με την ενεργητικότητα και τη δράση των νέων , μπορεί να επιφέρει την αποφυγή των λανθασμένων ενεργειών και την προώθηση των καλύτερων μέσων για την επίτευξη κοινωνικών στόχων.

- Αφετέρου, τα άτομα της τρίτης ηλικίας δεν θα πρέπει να αντιμετωπίζονται με οίκτο, αλλά είναι ευθύνη όλων να μην τους απορρίπτουν καθώς και να τους παρέχουν δυνατότητες ανάληψης πρωτοβουλιών, ώστε να έχουν την ευκαιρία να προσφέρουν στο συνάνθρωπο και να αισθάνονται ψυχικά υγιείς.

- Οι νεότεροι οφείλουν να επικεντρώσουν το ενδιαφέρον τους στα προβλήματα της τρίτης ηλικίας και να διεκδικήσουν εκ μέρους τους τα δικαιώματά τους για ιδανική συνταξιοδότηση και υγειονομική περίθαλψη , ζητήματα από τα οποία θα ωφεληθούν μακροπρόθεσμα και οι ίδιοι αν επιλυθούν.

Τι μέτρα μπορεί να πάρει η πολιτεία για να έχουν οι ηλικιωμένοι μια ζωή «γεμάτη» και ενδιαφέρουσα;

- Παροχή επαρκών συντάξεων για την εξασφάλιση των μέσων που θα καταστήσουν τη ζωή τους αξιοπρεπή .
- Οργανωμένη υγειονομική περίθαλψη και βελτίωση των όρων ασφάλισής τους.- *Βοήθεια στο σπίτι.*
- Διευρυμένη λειτουργία κέντρων απασχόλησης , όχι μόνο στα αστικά κέντρα αλλά και στην περιφέρεια, ώστε μέσα από προγράμματα ψυχαγωγίας και πολιτιστικές εκδηλώσεις να τους παρέχουν τη δυνατότητα δημιουργικής αξιοποίησης του ελεύθερου χρόνου καθώς και ευκαιρίες για ποιότητα ζωής.
- Οι χώροι φιλοξενίας των ηλικιωμένων θα πρέπει να διαθέτουν ειδικευμένο προσωπικό από κοινωνιολόγους και ψυχολόγους , καθώς και συνθήκες υγιεινής διαβίωσης, ενώ παράλληλα επιβάλλεται να γίνονται συχνοί έλεγχοι από το κράτος για την τήρηση των κανόνων λειτουργίας τους.
- Ακόμη, είναι απαραίτητο να οργανωθούν ομάδες εθελοντών που σε στενή συνεργασία με γιατρούς, ψυχολόγους , κοινωνιολόγους, θα προσφέρουν βοήθεια ανά πάσα στιγμή στους ηλικιωμένους . Το ειδικευμένο προσωπικό και η ύπαρξη κατάλληλης υποδομής είναι ευθύνη που βαρύνει την πολιτεία.