

داوطلبان سالمند سالم ترند



مارک گورمن، مشاور سیاسی ارشد سازمان بین المللی هلپ ایج
HELP AGE INTERNATIONAL در گفتگوی اختصاصی با "ثمر"

جمعیت سالمندان را در جهان تا سال ۲۰۵۰ چگونه پیش بینی می کنید؟

جمعیت جهان به سرعت در حال پیر شدن است. در سال ۲۰۱۴، در سراسر جهان ۸۶۸ میلیون نفر زن و مرد در سن ۶۰ سالگی وجود داشتند. پیش بینی می شود که این رقم کمتر از ۱۰ سال آینده به یک میلیارد نفر برسد و در سال ۲۰۳۰ به یک میلیارد و ۳۷۵ میلیون نفر برسد؛ یعنی افراد ۶۰ ساله و مسن تر ۱۶ درصد جمعیت جهانی را تشکیل دهند.

در همان زمان، افراد ۶۰ سال و مسن تر، از کودکان کمتر از ۱۰ سال بیشتر خواهند بود. در سراسر جهان، نسبت زنان و مردان مسن با سرعت بیشتری نسبت به جمعیت عمومی رشد کرده است. سالمندی جمعیت در سراسر جهان اتفاق می افتد اما در کشورهای در حال توسعه با سریع ترین رشد خود همراه است. در حال حاضر از ۱۵ کشوری که دارای بیش از ۱۰ میلیون نفر سالمند هستند، ۷ کشور جزو کشورهای در حال توسعه اند.

نرخ و ماهیت سالمندی جمعیت در مکان های مختلف نیز متفاوت است. در سراسر جهان، جمعیت ۸۰ ساله و مسن تر با سرعت بیشتری نسبت به جمعیت سالمندان در حال افزایش است؛ در حالی که در بعضی از کشورها جمعیت سالمندان نسبت به سایر افراد آن کشور بیشتر است. کشور ژاپن مسن ترین کشور جهان است که در آنجا تقریباً ۴۹ هزار و ۵۰۰ فرد مسن ۱۰۰ ساله وجود دارد که تا سال ۲۰۵۰، انتظار می رود این تعداد به ۶۱۷ هزار نفر افزایش یابد؛ ۵۰۰ هزار نفر آنان را زنان تشکیل می دهند و این بدان معناست که تا سال ۲۰۵۰ تقریباً یک درصد از جمعیت کشور ژاپن را افراد ۱۰۰ ساله یا مسن تر شامل می شوند.

به هر ترتیب، سالمندی روندی جهانی دارد. در حال حاضر زنان ۵۰ ساله و مسن تر بیش از ۲۰ درصد زنان جهان را تشکیل می دهند که با گذشت زمان این تعداد در حال افزایش است. در سراسر جهان در سال ۲۰۱۲، به ازای هر ۱۰۰ زن ۶۰ ساله و مسن تر ۸۴ مرد وجود داشت که این رقم برای هر ۱۰۰ زن ۸۰ ساله و مسن تر به ۶۱ مرد کاهش می یافت.

دیدگاه جامعه نسبت به سالمندان و بازنشستگی چیست؟

در بسیاری از کشورها مردم دارای عمر طولانی تری هستند و بیشتر عمر خود را در دوران بازنشستگی می گذرانند. در گذشته، بسیاری از کارگران برای مدت کوتاهی (کمتر از ۵ سال) پس از بازنشستگی زندگی می کردند. در حال حاضر، در برخی از کشورها بسیاری از مردم تا زمانی که بازنشسته شوند به فعالیت می پردازند که این موضوع منجر به بحث و گفتگو در مورد اهداف و هزینه های بازنشستگی می شود.

بازنشستگی در ابتدا تنها به معنای دریافت حقوق بازنشستگی بود، اما با گذر زمان این مفهوم تغییر کرد. به دلیل تعاملات پیچیده، هیچ دلیل واضحی برای بازنشستگی زودهنگام و دیرنگام وجود ندارد. در بعضی از مناطق، حقوق بازنشستگی مناسب بازنشستگی زودهنگام را افزایش داده و حقوقهای بازنشستگی ناچیز منجر شده افراد همچنان به کار کردن خود ادامه دهند. کارگران کم درآمد با توانایی کم، به دلیل درآمدهای بازنشستگی بسیار ناچیز، پس از کارگران حرفه ای بازنشسته می شوند.

سلامتی دلیل اصلی سالمندان برای بازنشستگی زودهنگام است، در صورتی که بیشتر کسانی که بازنشسته می شوند به دلیل ناتوانی و میزان حداقل حقوق بازنشستگی است. شواهدی وجود دارد که نشان دهنده وضعیت مناسب و یا کیفیت دوران پس از بازنشستگی است. به طور کلی، کیفیت کاری پایین منجر به بازنشستگی زودهنگام می شود که در این زمینه با بیماری همپوشانی دارد. تغییرات صنعتی (به ویژه کاهش صنعت در منطقه

اروپا و آمریکای شمالی) باعث می شود تا بسیاری از مردم به بازنشستگی زودهنگام روی آورند که در این شرایط، بازنشستگی به جای انتخاب فرد، در نتیجه وضعیت بازار کار روی می دهد.

همچنین مسئولیت مراقبت از سالمندان پس از بازنشستگی بسیار دشوار خواهد بود و می تواند منجر به بازنشستگی زودهنگام افراد شود که این مشکل جامعه سالمندان را دوچندان می کند. به نظر می رسد بسیاری از کارگران سالمند درصدد انتقال تدریجی از دوران کار به دوران بازنشستگی هستند که این امر می تواند مسئولیتهای مراقبت های اطرافیان از سالمندان را کاهش دهد. به طور کلی در بازنشستگی تدریجی، کاهش ساعات کار و مشاوره کاری تنها برای کارگران ماهر قابل دسترس است. کارفرمایان نیز می توانند برای بازنشستگی تدریجی اقدام کنند.

دیدگاه شما در خصوص کارآفرینی و فعالیتهای داوطلبانه بازنشستگان چیست؟

پژوهش های صورت گرفته حاکی از آن است که داوطلبان سالمند فعال تر هستند و نسبت به سایر افراد در رده سنی های مختلف استرس کمتری دارند. بسیاری از سالمندان به طور مرتب ورزش می کنند که فعالیت های فیزیکی منجر به شادابی آنها می شود؛ بنابراین، تعداد کمی از سالمندان دچار اضطراب، استرس، بی خوابی و افسردگی هستند. همچنین مطالعات نشان می دهد که تنهایی می تواند سامتی سالمندان را به خطر بیندازد. بنابراین با فعالسازی سالمندان می توانیم آنها را توانمند سازیم تا به سایر افراد از جمله نسل جوان مهارت های جدیدی را بیاموزند که در این صورت سالمندان می توانند با مشارکت های داوطلبانه خود به اقتصاد ملی نیز کمک کنند.

چگونه بازنشستگان می توانند برای دوران پس از بازنشستگی خود برنامه ریزی مالی داشته باشند؟

در بسیاری از کشورها، خدمات برنامه ریزی برای دوران بازنشستگی توسط شرکت های خصوصی و برخی از سازمانهای غیردولتی ارائه می شود؛ برای مثال، در کشور انگلستان دوره های آموزشی برای برنامه ریزی پس از دوران بازنشستگی برگزار می شود که فعالیت هایی در زمینه مشاوره مالی، مشاوره در زمینه جنبه های روانشناختی و اجتماعی در زندگی پس از کار، فرصت های داوطلبانه، مشاوره حقوقی (ایجاد اراده) و... ارائه می دهد. این خدمات مشاوره ای توسط دولت انگلیس به طور جدی تنظیم می شود تا از سوءاستفاده هایی نظیر ترغیب سالمندان به خرید محصولات مالی نامناسب جلوگیری شود.

آیا سالمندان تنها نیاز به ازدواج مجدد دارند؟ چرا؟

باتوجه به شرایط زندگی سالمندان در کشورهای مختلف و میزان امید به زندگی آنها، ممکن است ازدواج مجدد سالمندان تنها چندان ضرورتی نداشته باشد. بسیاری از سالمندان تنها در کشورهای توسعه یافته زندگی لذتبخشی دارند؛ چرا که بسیاری از مایحتاج زندگی برای آسایش سالمندان در اختیار آنها قرار داده شده است، مانند فرصت های داوطلبانه، در دسترس بودن باشگاه های اجتماعی، خدمات بهداشتی و وسایل حمل و نقل عمومی. برای مثال در لندن، استفاده از اتوبوس و قطار برای افراد مسن تر از ۶۰ سال رایگان است.

عواقب ازدواج در میان سالمندان چیست؟ دشواری های زندگی سالمندان تنها چیست؟ آیا میان شادی و جنسیت سالمندان ارتباطی وجود دارد؟ چگونه بازنشستگان پس از بازنشستگی خوشحال باشند؟

پاسخ من به تمامی این سؤالات مشابه است؛ تحقیقات صورت گرفته در میان سالمندان در این زمینه حاکی از آن است که احساس رضایت در زندگی پس از کار، فرآیندی است که می تواند به طور کامل در خانواده، جامعه، و در میان افراد (مردان و زنان) احساس شود؛ سالمندان توسط دیگران مورد احترام قرار می گیرند و این احساسات می تواند به افراد متأهل و همچنین سالمندان تنها انتقال یابد.

مترجم و خبرنگار: فریبا بهزاد