

Vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų gerovė: rekomendacijos politikos formuotojams

Antanas Kairys

Vilniaus universitetas, Psichologijos institutas
antanas.kairys@fsf.vu.lt
<https://orcid.org/0000-0001-8082-8016>

Olga Zamalijeva

Vilniaus universitetas, Psichologijos institutas
olga.zamalijeva@fsf.vu.lt
<https://orcid.org/0000-0002-9186-8440>

Albinas Bagdonas

Vilniaus universitetas, Psichologijos institutas
albinas.bagdonas@fsf.vu.lt
<https://orcid.org/0000-0002-5712-9791>

Jonas Eimontas

Vilniaus universitetas, Psichologijos institutas
jonas.eimontas@fsf.vu.lt
<https://orcid.org/0000-0003-2638-0235>

Vilmantė Pakalniškienė

Vilniaus universitetas, Psichologijos institutas
vilmante.pakalniskiene@fsf.vu.lt
<https://orcid.org/0000-0002-8042-2910>

Raimonda Sadauskaitė

Vilniaus universitetas, Psichologijos institutas
raimonda.sadauskaite@fsf.vu.lt
<https://orcid.org/0000-0002-0514-1086>

Santrauka. Daugelis pasaulio šalių vienu svarbiausių savo tikslų laiko piliečių gerovę, jos svarba įtvirtinta ir Lietuvos teisės aktuose. Žmonių grupė, kurios gerovės supratimas darosi vis aktualesnis, – vyresnio amžiaus žmonės. Su populiacijos senėjimu susiduria daugelis šalių, tačiau Lietuva išsiskiria tuo, kad čia senėjimas vyksta ypač sparčiai. Tokie visuomenės pokyčiai skatina taikyti į vyresnio amžiaus asmenų grupės gerovės stiprinimą nukreiptas socialinės politikos priemones. Dėl to politikos formuotojams buvo parengtos rekomendacijos, kaip galima palaikyti ir stiprinti

Received: 09/01/2022. **Accepted:** 15/02/2022.

Copyright © 2021 Antanas Kairys, Olga Zamalijeva, Albinas Bagdonas, Jonas Eimontas, Vilmantė Pakalniškienė, Raimonda Sadauskaitė. Published by Vilnius University Press. This is an Open Access article distributed under the terms of the [Creative Commons Attribution Licence \(CC BY\)](https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/), which permits unrestricted use, distribution, and reproduction in any medium, provided the original author and source are credited.

vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų gerovę. Rekomendacijos paremtos Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją (SHARE) tyrimo 7-os bangos duomenimis. Vykdam šią bangą Lietuvoje apklausti 2024 asmenys, dalyvavo atsitiktinai atrinkti 50 metų ir vyresni žmonės ir jų partneriai. Buvo analizuoti duomenys apie įvairius gerovės aspektus, sveikatą, darbinę ir ekonominę situaciją, darbinę istoriją, vaikystės gyvenimo aplinkybes, persekiojimų patyrimą. Nustatyta, kad, remiantis skirtingais gerovės aspektais, tyrimo dalyvius galima sugrupuoti į aukštos, žemos ir vidutinės gerovės klasterius, taip pat rasta, kad Lietuvos gyventojai, palyginti su kitomis tyrime dalyvavusiomis šalimis, pasižymi santykinai žema gerove. Atlikus duomenų analizę, buvo suformuluotos rekomendacijos, apimančios galimas lėtinių ligų, gretutinių psichikos sveikatos sutrikimų, darbo, ekonominės situacijos, vaikystės aplinkos ir asmens gyvenimo istorijos sričių priemones. Rekomendacijos skirtos sveikatos, socialinės ir darbo bei švietimo ir mokslo politikos formuotojams.

Pagrindiniai žodžiai: senėjimas, rekomendacijos politikos formuotojams, gerovė, Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją (SHARE) tyrimas.

The Well-being of Older Age Lithuanians: Policy Implications

Summary. Many countries of the world consider the well-being of citizens to be one of their most important goals. Nowadays there is a growing concern about the well-being of older people. Considering the aging population, there is a call for social policies aimed at strengthening the well-being of older people. Therefore, recommendations were prepared for policymakers on possible ways to strengthen the well-being of the older age Lithuanian population. The recommendations are based on data from the 7th wave of the Survey of Health, Aging, and Retirement in Europe (SHARE). There were 2014 persons aged 50 and older interviewed in Lithuania in the 7th wave of the SHARE survey. Data on various aspects of well-being, health, work and economic situation, childhood circumstances, experiences of discrimination were analyzed. Based on different aspects of well-being it was found, that respondents can be grouped into high, low, and medium well-being clusters, moreover the analysis showed that the Lithuanian population has relatively low well-being compared to other countries. Recommendations were formulated covering possible measures for chronic diseases, co-morbid mental health disorders, work, economic situation, childhood environment, and personal life history. The recommendations are addressed to health, social and employment, education, and science policymakers.

Keywords: aging, well-being, policy implications, Survey of Health, Aging and Retirement in Europe (SHARE).

Įvadas

Daugelis pasaulio šalių ar valstybių sąjungų, tokių kaip Europos Sąjunga, vienu svarbiausių savo tikslų laiko piliečių gerovę. Pavyzdžiui, pačioje Europos Sąjungos sutartyje, 3 straipsnyje, teigiama, kad „Sąjungos tikslas – skatinti taiką, savo vertybes ir savo tautų gerovę“ (ES Taryba, 2008). Gerovės svarbą akcentuoja ir tarptautinės organizacijos, kaip antai Ekonominio bendradarbiavimo ir plėtros organizacija (Llena-Nozal et al., 2019) ar Jungtinės Tautos (United Nations, 2015). Visuomenės gerovė, kaip strateginis valstybės tikslas, atsispindi ir Valstybės pažangos strategijoje „Lietuvos pažangos strategija „Lietuva 2030“ (Lietuvos Respublikos Seimas, 2012).

Pasaulyje ir Europoje ilgą laiką vyravo tendencija valstybės ar regiono pažangą ir žmonių gerovę vertinti remiantis ekonominiais kriterijais, kurių populiariausias – bendrasis vidaus produktas (BVP). Tačiau pastaruoju metu pradėdama suprasti, kad toks požiūris yra ribotas, ir imamasi iniciatyvų visuomenės gerovę vertinti, pasitelkiant platesnį indikatorių spektrą. Europos Sąjungos iniciatyvoje „Daugiau nei BVP“ (angl. „Beyond GDP“) (European Commission, 2021), vertinant visuomenės pažangą ir gerovę, be tradicinio BVP, įtraukiami ir kiti objektyvūs socialiniai indikatoriai bei subjektyvus gerovės jausmas.

Taip pat yra aiškiai suprantama, kad su asmens gerove siejasi tikrai daug veiksnių (ES Taryba, 2019).

Žmonių grupė, kurios gerovės supratimas šiuolaikiniame pasaulyje darosi vis aktualesnis, – vyresnio amžiaus žmonės. Didžiąją dalį pasaulio šalių susiduriant su populiacijos senėjimu, Lietuva šiuo požiūriu išsiskiria tuo, kad mūsų šalyje senėjimas vyksta ypač sparčiai (Eurostat, 2019). Tokie kardinalūs visuomenės pokyčiai skatina taikyti į vyresnio amžiaus asmenų grupės gerovės stiprinimą nukreiptas socialinės politikos priemones (STRATA, 2020).

Tikimės, kad mūsų atlikta vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų gerovės veiksnių analizė padės taikliau išskirti prioritetus, parinkti socialinės politikos priemones, stebėti taikomų priemonių efektyvumą ir vyresnio amžiaus asmenų gerovės pokyčius Lietuvoje.

Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją (SHARE) tyrimas

Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją tyrimas (angl. *Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*, toliau – SHARE) yra viena iš pagrindinių mokslinių tyrimų infrastruktūrų Europos mokslinių tyrimų erdvėje, skirta aktualioms senėjančios visuomenės problemoms spręsti. Tai inovatyvi, tarpdisciplininė, tarptautinė, tinklinė duomenų bazė, apimanti iš 27 Europos šalių ir Izraelio valstybės gyventojų surinktus sveikatos, socioekonominio statuso, socialinio, šeimos tinklų ir kt. sričių duomenis. Pagrindinė SHARE užduotis – kaupti duomenis, skirtus analizuoti individo ir visuomenės senėjimo procesus, ir sudaryti prie jų prieigą mokslininkams iš viso pasaulio. Iki šių metų SHARE yra atlikusi 8-ias tyrimų bangas (2004–2005, 2006–2007, 2008–2009, 2010–2011, 2012–2013, 2014–2015, 2016–2017, 2019–2020 metais; 2020 metais buvo atliktas specialus COVID-19 situacijos tyrimas). 2021–2022 metais vykdomas 9-os bangos tyrimas. Interviu metu surinkti duomenys leidžia visapusiškai analizuoti vyresnių nei 50 metų žmonių funkcionavimą ir jo pokyčius, įvertinant fizinę ir psichikos sveikatą, ekonominį ir socialinį užimtumą, pajamas, turtą, pasitenkinimą gyvenimu ir daugelį kitų sričių. SHARE tyrimas yra longitudinalinis (tęstinis), tai yra tie patys respondentai tiriami kas dvejus metus. SHARE bendradarbiauja su beveik visomis senėjimo tyrimus atliekančiomis infrastruktūromis pasaulyje (pvz., Jungtinių Amerikos Valstijų atliekamam Sveikatos ir išėjimo į pensiją tyrimu (HRS), Didžiosios Britanijos longitudinaliniu senėjimo tyrimu (ELSA), Japonijos senėjimo ir išėjimo į pensiją tyrimu (JSTAR) ir kt.). Draugiau informacijos apie SHARE tyrimą galima rasti infrastruktūros puslapyje www.share-project.org.

Šios rekomendacijos grįstos SHARE 7-os bangos duomenimis (Bergmann et al., 2019; Börsch-Supan, 2020). Vykdamas SHARE 7-ą tyrimo bangą Lietuvoje apklausti 2024 asmenys (Latvijoje 1752, Estijoje 5105), dalyvavo atsitiktinai atrinkti 50 metų ir vyresni žmonės ir jų partneriai. 50 metų riba leidžia analizuoti tiek priešpensinio, tiek pensinio amžiaus asmenis, taip susidarant išsamesnę situacijos vaizdą. SHARE 7-os bangos tyrimo klausimyną sudaro keli šimtai klausimų, didžiąją jų dalį – SHARELIFE modulis, kuriame

renkama informacija apie gyvenimo istorijas darbo, sveikatos, ekonominės veiklos ir kt. srityse. Detalesnę informaciją apie SHARE 7-ą bangą galima rasti 7-os bangos metodologijos leidinyje (Bergmann et al., 2019).

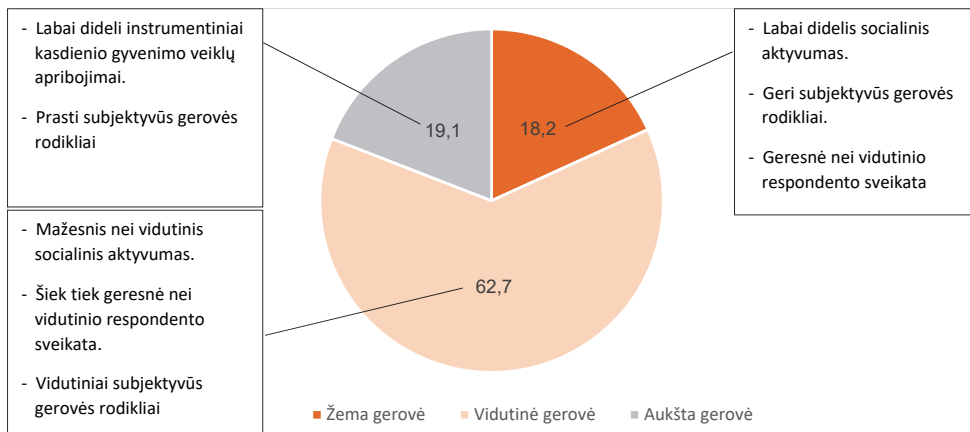
Šiose rekomendacijose pirmiausia aptarsime galimybę klasifikuoti vyresnio amžiaus gyventojus į grupes, remiantis gerovės aspektais (jie išvardyti kitame skyrelyje). Būtent šie gerovės aspektai yra pagrindas visai tolesnei analizei, su jais siejome įvairius galimus gerovės veiksnius. Analizuodami lėtinių ligų ir gretutinių psichikos sveikatos sutrikimų sąsajas su gerove, nagrinėsime lėtinių ligų skaičių ir tai, ar asmeniui buvo diagnozuoti nuotaikos ar emocijų sutrikimai. Analizuodami darbinės ir ekonominės situacijos sąsajas su gerove, atsižvelgėme į tokius veiksnius kaip pajamos vienam šeimos nariui, dabartinis darbinis statusas ir nedarbo patyrimas bent kartą gyvenime. Paskutiniame skyrelyje dėmesį skirsime žmonių gyvenimo istorijoms ir jų sąsajoms su gerove: iš didelio retrospektyvinių kintamųjų skaičiaus atrinkome tuos, kurie potencialiai turi stipriausias sąsajas su gerove, – vaikystėje namuose turėtų knygų skaičių ir persekiojimo patyrimą. Kiekvienas skyrelis, kuriame aptariami gerovės veiksniai, užsibaigs rekomendacijomis skirtingiems politiką formuojantiems subjektams.

Gerovės kriterijais grįstos Lietuvos vyresnio amžiaus gyventojų grupės

Siekdami suprasti vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų gerovę, analizavome tiek objektyvius, tiek subjektyvius rodiklius¹:

1 paveikslas

Tyrimo dalyvių pasiskirstymas pagal gerovę



¹ Detalesnę informaciją apie analizės metodologiją galima rasti projekto „Lyginamasis vyresnio amžiaus gyventojų gerovės ir jos veiksnių tyrimas Baltijos šalyse“ publikacijose: Kairys ir kt. (2021) bei Eimontas ir kt. (2021).

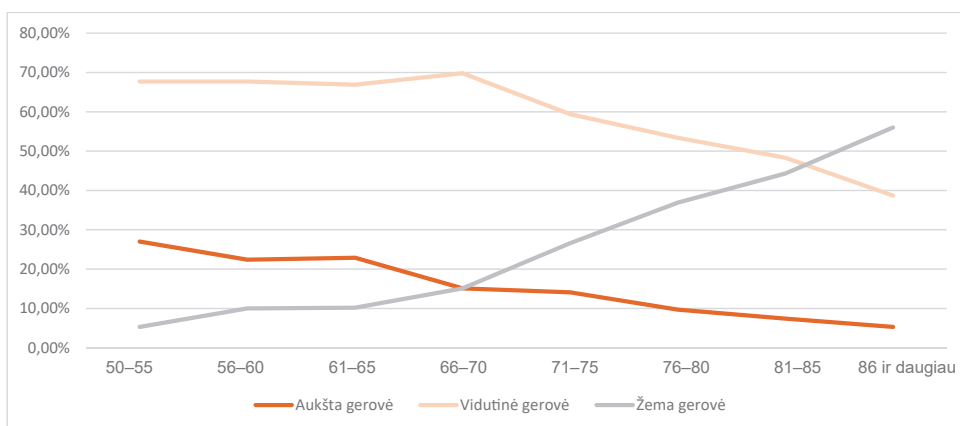
- Psichologinę gerovę.
- Pasitenkinimą gyvenimu.
- Subjektyviai vertinamą sveikatą.
- Žodinės atminties gebėjimus.
- Socialinį aktyvumą.
- Dalyvavimą laisvalaikio veiklose.
- Instrumentinius kasdienio gyvenimo veiklų apribojimus (tokius kaip ribotas galėjimas tvarkyti savo finansus ar savarankiškai pasirūpinti savo poreikiais).

Remdamiesi šiais rodikliais ir naudodami klasterinę analizę, 50+ metų Lietuvos gyventojus suskirstėme į tris grupes (1 pav.).

Analizė taip pat parodė, kad pasižyminčių aukšta ir žema gerove žmonių skaičius skirtingose socialinėse demografinėse grupėse yra skirtingas. 2 pav. matyti gerovės klasterių pasiskirstymas skirtingo amžiaus grupėse.

2 paveikslas

Gerovės klasterių pasiskirstymas skirtingo amžiaus grupėse

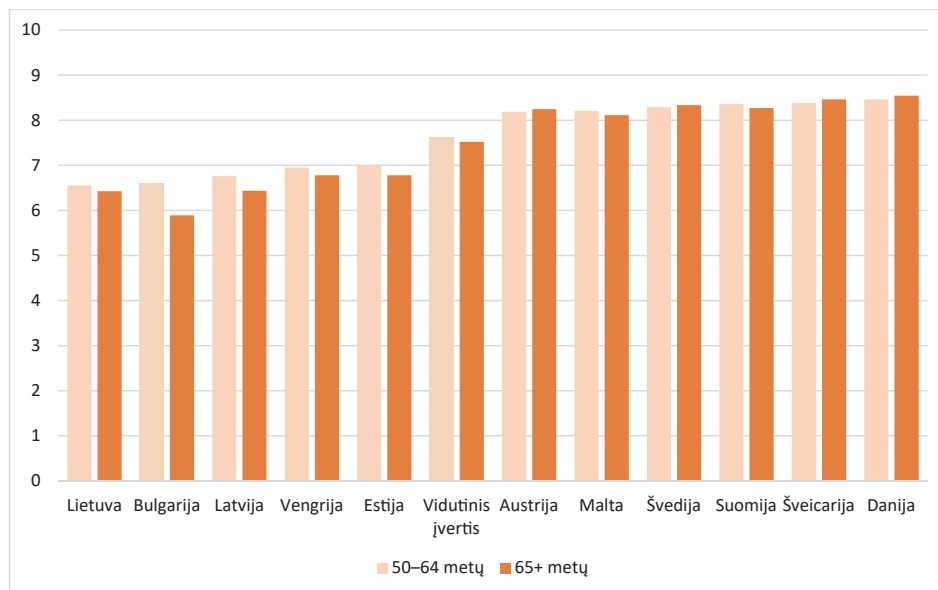


Kaip matyti iš 2 pav., maždaug nuo 65–66 metų sparčiau daugėja žemos gerovės klasterio žmonių, o aukštos ir vidutinės gerovės klasterių žmonių ima mažėti. Taip pat nustatyta, kad kiek didesnis moterų procentas pasižymi žema gerove (21,8 % moterų ir 14,4 % vyrų).

Rezultatai rodo, kad Lietuvos vyresnio amžiaus žmonės Europos Sąjungos šalių kontekste pasižymi gana prasta gerove. Pavyzdžiui, 3 pav. pateikti pasitenkinimo gyvenimu duomenys rodo, kad 65 metų ir vyresnių amžiaus grupės Lietuvos gyventojai pagal pasitenkinimą gyvenimu yra antri nuo galo po Bulgarijos, o 50–64 metų amžiaus grupės Lietuvos gyventojų įvertis yra mažiausias tarp tirtų šalių.

3 paveikslas

Pasitenkinimo gyvenimu skirtumai atskirose Europos šalyse



Pastaba. Pasitenkinimas gyvenimu vertintas 10-ies balų skale.

Visi šie rezultatai skatina ieškoti atsakymų, kokie veiksniai siejasi su gerove ir kaip ją būtų galima padidinti.

Lėtinės ligos, gretutiniai psichikos sveikatos sutrikimai ir gerovė

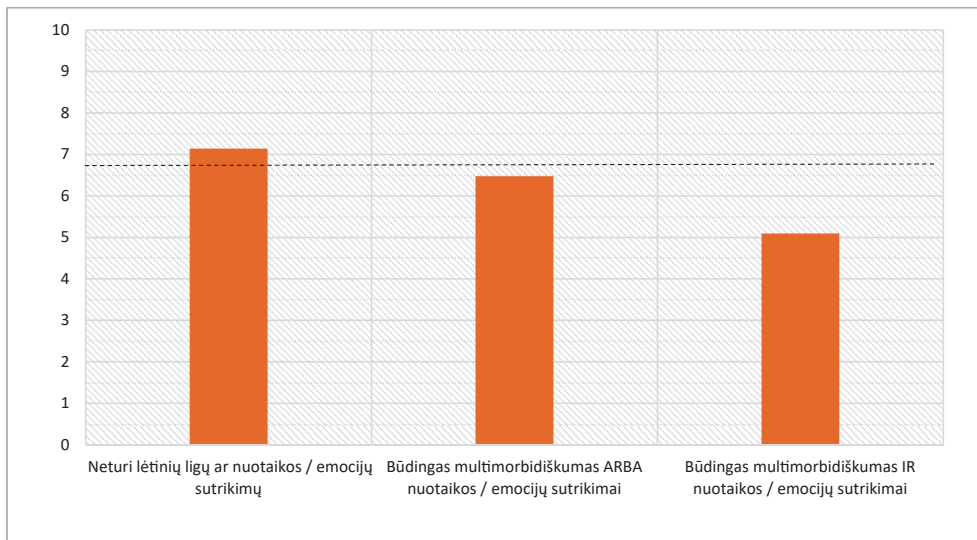
Gera sveikata yra neabejotinai viena iš svarbesnių gerovės prielaidų. Sveikas žmogus dažniausiai gali pasirūpinti savo poreikiais, siekti savo užsibrėžtų tikslų, mėgautis gyvenimu ir aktyviai dalyvauti visuomeninėse arba savo bendruomenės veiklose. Tuo pat metu retas 50-ies metų ar vyresnis žmogus nėra susidūręs su sveikatos problemomis. Epidemiologinės analizės rodo, kad maždaug pusė tokio amžiaus žmonių turi ne vieną, o jau kelias lėtines ligas, be to, multimorbidiškumas, t. y. sirgimas dviem ar daugiau lėtinių ligų vienu metu, yra dar labiau paplitęs 65 metų ir vyresnių žmonių grupėje (Nguyen et al., 2019). Tad jau ne atskiros ligos, o būtent multimorbidiškumas tampa nauju iššūkiu sveikatos priežiūros sistemai.

Multimorbidiškumas ne tik apsunkina gydymo procesą ir padidina sveikatos priežiūros paslaugų poreikį. Jis taip pat siejamas su didesne psichikos sveikatos sutrikimų, tokių kaip depresija ir nerimas, rizika. Įvertinus psichikos sveikatos sunkumą dažnumą 50-ies ir vyresnių Baltijos šalių gyventojų grupėje, buvo nustatyta, kad lėtinių ligų neturintiesiems ir turintiesiems tik vieną lėtinę ligą nuotaikos ar emocijų sutrikimų dažnumas yra gana panašus (atitinkamai 3,7 % ir 3,8 %), tačiau sergančiųjų dviem lėtinėmis ligomis ir daugiau

jų grupėje šis rodiklis yra kelis kartus didesnis ir siekia 10,7 %. O žemiausias pasitenkinimo gyvenimu lygis nustatytas grupėje, kuriai būdinga kelių lėtinių ligų ir emocinių sutrikimų kombinacija (4 pav.). Galiausiai, atliktas trijų Baltijos šalių palyginimas parodė, kad psichikos sveikatos sunkumai, įskaitant depresiją ir nerimą, Lietuvoje gyvenančių 50-ies ir vyresnių žmonių grupėje (9,3 %) pasitaiko dažniau nei kitose Baltijos šalyse (Estijoje – 7,5 %, Latvijoje – 4,5 %).

4 paveikslas

Pasitenkinimo gyvenimu lygis skirtingose sergamumo grupėse



Pastaba. Punktyrine linija pažymėtas bendras imties vidurkis.

Minėti tyrimų rezultatai rodo, kad sveikatos ir gerovės kontekste labiausiai pažeidžiama ir dėl to prioritetinga grupė yra asmenys, kenčiantys nuo dviejų ar daugiau lėtinių ligų ir gretutinių nuotaikos / emocijų sutrikimų. Tačiau šioje srityje yra dar keli spręstini dalykai, kuriuos svarbu paminėti. Pirmiausia, ne visi pacientai gali tiksliai atpažinti ir įvardyti savo psichologinius sunkumus, o šeimos gydytojai paprastai mažiau dėmesio skiria psichologinei savo pacientų būklei, tad tyrimai rodo, kad tik **mažiau nei pusei** pacientų, besilankančių pirminės sveikatos priežiūros įstaigose, depresija yra atpažįstama ir tiksliai diagnozuojama (Fernández et al., 2010). Dėl šios priežasties, siekiant užtikrinti reikiamą pagalbą, sveikatos priežiūros specialistai, ypač pirminės grandies, turėtų imtis proaktyvesnio vaidmens. O atsižvelgiant į tai, kad multimorbidiskumo grupėje kas dešimtas asmuo susiduria su psichikos sveikatos problemomis, pacientai, sergantys dviem ar daugiau lėtinių ligų, turėtų būti ta grupė, kurios psichikos sveikatai papildomas dėmesys skiriamas pirmiausia. Kitas sunkumas yra tas, kad, esant gretutinėms ligoms, depresijos gydymas gali būti apsunkintas ir neretai užsitiesia (Kraus et al., 2019). Be to, yra pripažįs-

tama, kad šiuo metu dar nėra pakankamai įrodymais grįstų, efektyvių ir specifinių darbo metodų, kurie būtų orientuoti į pagalbą asmenims, susiduriantiems su multimorbidiškumu ir gretutiniais nuotaikos / emocijų sutrikimais (Smith et al., 2021).

Be sveikatos priežiūros paslaugų, kurios galėtų prisidėti prie gerovės lygio kėlimo, dėmesingumas savo sveikatai ir savarankiškas sveikatos būklės stebėjimas yra svarbus veiksnys, siejamas su geresniais sveikatos rodikliais. SHARE tyrimo metu atliktos apklausos rezultatai parodė, kad beveik trečdalis (31,9 %) 50 metų ir vyresnių Baltijos šalių gyventojų reguliariai nesitikrina savo kraujospūdžio, o kiek daugiau nei ketvirtadalis (25,8 %) nesilanko reguliariai dantų priežiūrai ir patikrinimams. Duomenų analizė taip pat parodė, kad moterys yra labiau linkusios reguliariai stebėti savo būklę, kraujospūdį dažniau reguliariai matuoja vyresni nei 65 m., o reguliari dantų priežiūra dažnesnė 50–64 m. amžiaus grupėje. Vertinant priežastis, dėl kurių respondentai iki šiol nepradėjo reguliariai stebėti savo būklės, dažniausiai buvo nurodoma, kad tai neatrodė būtina arba kad nėra įprasta tai daryti. Šie duomenys rodo, kad 50-ies metų ir vyresnių Lietuvos gyventojų sveikatos raštingumas ir prevencinių veiksnių svarbos supratimas yra nepakankamas.

Remdamiesi tyrime gautais rezultatais ir siekdami pakelti vyresnio amžiaus asmenų gerovės lygį, Lietuvos Respublikos sveikatos apsaugos ministerijai siūlome šias priemones:

1. **Savalaikė diagnostika:** vyresniems nei 50 metų asmenims, sergantiems dviem lėtinėmis ligomis arba daugiau jų, rekomenduojamos profilaktinės psichologinės būklės patikros, apimančios depresijos ir nerimo simptomų įvertinimą pirminės sveikatos priežiūros įstaigose. Siūlome papildyti „Depresijos ir nuotaikos (afektyvių) sutrikimų ambulatorinio gydymo kompensuojamaisiais vaistais tvarkos aprašą“ (2012 m. rugsėjo 6 d. įsak. Nr. V-841) – multimorbidiškumą jame nurodyti kaip vieną iš depresijos rizikos veiksnių, nusakančių poreikį atlikti psichologinės būklės patikrą.
2. **Efektyvaus pagalbos modelio kūrimas:** kadangi šiuo metu nėra pakankamai pagrįstų rekomendacijų ir metodų, kurie būtų efektyvūs, teikiant pagalbą asmenims, kenčiantiems nuo multimorbidiškumo ir nuotaikos / emocijų sutrikimų, svarbu skatinti tikslinių (užsakomųjų) tyrimų šioje srityje finansavimą. Tokio pobūdžio tyrimai turėtų orientuotis ne tik į intervencijų šiai specifinei žmonių grupei efektyvumo įvertinimą, bet ir į šių metodų ekonominio naudingumo analizę.
3. **Rūpinimosi savimi skatinimas:** sveikatos raštingumo, susijusio su lėtinėmis ligomis, ir žinių apie savarankiško sveikatos būklės stebėjimo svarbą didinimas 50-ies metų ir vyresnių gyventojų grupėje. Šiam tikslui pasiekti gali būti pasitelkta vieša komunikacija šalies mastu ir visuomenės sveikatos biurų organizuojamos edukacinės kampanijos savivaldybių lygmeniu.

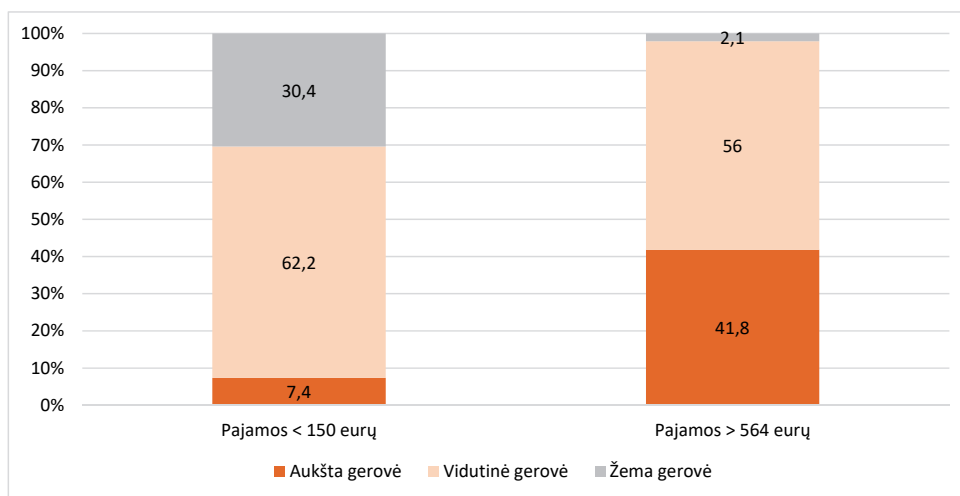
Darbas, ekonominė situacija ir gerovė

Kalbant apie bet kurio amžiaus asmenų gerovę, pajamos yra vienas iš pagrindinių veiksnių, kuris susilaukia išskirtinio visuomenės ir politikos formuotojų dėmesio. Atliktos analizės rodo, kad asmens gaunamos pajamos gali būti svarbus gerovės veiksnys (Howell & Ho-

well, 2008), tačiau šis ryšys dažniausiai būna sudėtingas, priklauso nuo daugybės sąveikų su kitais veiksniais (pvz., gali priklausyti nuo šalies išsivystymo lygio (Ngamaba et al., 2018)). Nepaisant to, vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų ekonominė padėtis verčia susirūpinti. 2017 metais, tai yra tais pačiais metais, kai Lietuvoje buvo vykdomas SHARE tyrimas, minimali skurdo rizikos riba buvo 307 eurai. Žemiau skurdo ribos gyveno 33,4 % 65 metų ir vyresnio amžiaus žmonių (2020 m. tokių jau buvo 36 %).

5 paveikslas

Pajamų ir gerovės sąsajos



Pastaba. < 150 eurų pajamos būdingos 10 % mažiausiai pajamų gaunančių respondentų, o > 564 eurų – 10 % daugiausia pajamų gaunančių.

Mūsų tyrimo rezultatai rodo, kad gerovė siejasi su pajamomis. Lyginant asmenis, kurie patenka į 10 % tų, kurių namų ūkio pajamos vienam asmeniui yra didžiausios (didesnės nei 564 eurai), su 10 % tų, kurių namų ūkio pajamos vienam asmeniui yra mažiausios (iki 150 eurų imtinai), matyti gana didelis gerovės skirtumas (5 pav.). Didžiausių pajamų grupėje tik 2,1 % respondentų pateko į žemos gerovės grupę, o mažiausių pajamų grupėje tokių buvo net 30,4 %.

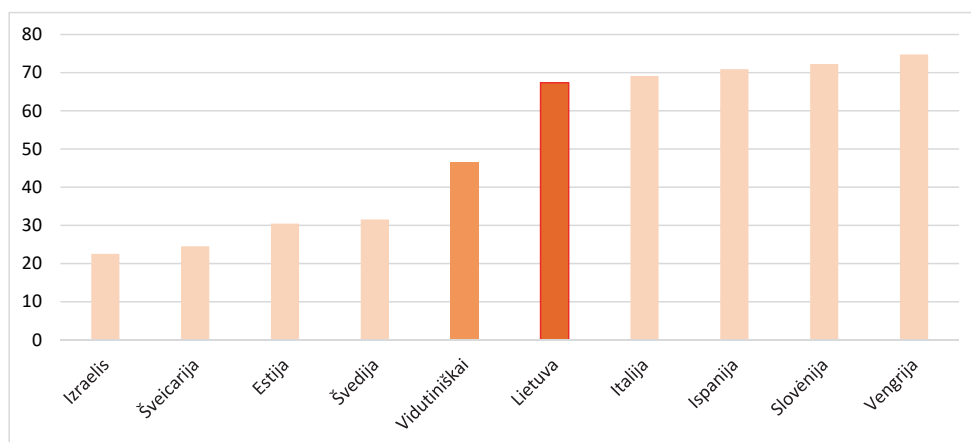
Dar vienas klausimas, kuris dažnai keliamas, kalbant apie vyresnio amžiaus asmenų gerovę, – pasitraukimo iš aktyvios darbo rinkos poveikis jų savijautai. Visuomenė išėjimą į pensiją dažnai suvokia kaip galimybę užtarnautai pailsėti, tad manoma, kad pasitraukimas iš aktyvios darbo rinkos turėtų sietis su geresne gerove. Mūsų atlikta analizė parodė, kad toks įsitikinimas, panašu, būdingas ir Lietuvos dirbantiems vyresnio amžiaus žmonėms. Nustatėme, kad dirbantys vyresnio amžiaus (50+) Lietuvos gyventojai priklauso šalių, kurių gyventojai kuo greičiau norėtų pasitraukti iš aktyvios darbo rinkos, grupei (6 pav.). Tačiau tiek mūsų tyrimo rezultatai, tiek kitos analizės rodo, kad išėjimas į pensiją nebūtinai visada siejasi su geresne gerove. Mūsų tyrimo rezultatai rodo, kad aktyvumas

darbo rinkoje siejasi su geresne gerove, o SHARE duomenų pagrindu atlikti kiti tyrimai (Wahrendorf et al., 2017) leidžia manyti, kad dirbančių pensinio amžiaus asmenų sveikata yra geresnė (tai gali būti tiek pasilikimo darbo rinkoje priežastis, tiek pasekmė), kitų šalių, pavyzdžiui, Singapūro ar Japonijos, tyrimai (Okamoto et al., 2018; Schwingel et al., 2009) taip pat rodo, kad dirbantys pensinio amžiaus žmonės pasižymėjo geresne gerove ir fizine bei psichine sveikata. Tačiau tyrimai (Belloni et al., 2016; Siegrist et al., 2007) taip pat atskleidžia, kad vyresnio amžiaus asmenų kokybiško pasilikimo darbo vietoje prielaida yra kokybiška darbo vieta. Žmonės, kurie lieka dirbti kokybiškose darbo vietose, nepatiria gerovės mažėjimo, o prastos darbo sąlygos gali sietis su mažesne gerove.

Dar viena mūsų atliktos analizės (Kairys et al., 2021) išvada – anksčiau žmogaus gyvenime patirtas nedarbo epizodas gali būti susijęs su ilgalaikiais neigiamais padariniais asmens subjektyviai gerovei, nors sąsaja ir nėra ypač stipri. Kitų tyrimų rezultatai rodo, kad priešpensinio amžiaus žmonės, netekę darbo, susiduria su didesne rizika sveikatai (Kang & Kim, 2014), tad išėjimas iš darbo, ypač nesavanoriškas, gali turėti neigiamų pasekmių asmens gerovei.

6 paveikslas

Procentas dirbančių vyresnio amžiaus žmonių, norinčių išeiti iš darbo, kai tik galės



Remdamiesi šiais rezultatais, Lietuvos Respublikos socialinės apsaugos ir darbo ministerijai siūlome tokias priemones:

1. **Pakankamų pajamų užtikrinimas.** Kadangi, tyrimo duomenimis, skurdas siejasi su daug prastesne gerove, būtina skirti tolesnę dėmesį vyresnio amžiaus Lietuvos gyventojų pajamų lygiui, ypač mažiausias pajamas turinčių asmenų pensijų kėlimui.
2. **Kokybiškų darbo vietų užtikrinimas vyresnio amžiaus darbuotojams.** Senėjanti visuomenė sukuria spaudimą vėlinti pensinį amžių ir taip skatinti didesnę kiekį žmonių likti darbo rinkoje. Tačiau atlikti tyrimai rodo, kad tai nebūtinai yra palanku visų darbuotojų gerovei – dirbantieji prastomis sąlygomis gali patirti neigiamą poveikį gerovei. Vykstant diskusijai apie pensinio amžiaus ilginimą,

rekomenduojame ieškoti įvairesnių ir į asmenį orientuotų skatinimo likti darbo rinkoje būdų, nukreiptų į paskatas žmonėms likti aktyviems darbo rinkoje, darbo vietos gerinimą, kovą su diskriminacija dėl amžiaus. Visuotinis pensinio amžiaus ilginimas gali lemti kai kurių grupių gyventojų gerovės prastėjimą.

3. **Kova su nedarbu.** Esant įrodymų apie nedarbo žalą įvairaus amžiaus asmenims, nedarbo lygio mažinimas tampa svarbus ne tik ekonominiu požiūriu, bet vertintinas ir kaip ilgalaikės gerovės užtikrinimo priemonė. Vyresnio amžiaus asmenims susiduriant su papildomais sunkumais įsidarbinant, be jau taikomų priemonių (remiamojo įdarbinimo), svarstytinis ir papildomas kitos: trumpų vyresnio amžiaus asmenims pritaikytų tikslinių mokymo programų, skirtų reikiamų įgūdžių įgijimui (pvz., IT įgūdžių), inicijavimas, subsidijos darbo vietos pritaikymui vyresnio amžiaus asmenų poreikiams. Vykdant aktyvios darbo rinkos politikos priemonių įgyvendinimo efektyvumo stebėseną, verta papildomai fiksuoti skirtingo amžiaus grupes pasiekiančių priemonių efektyvumą.

Asmens gyvenimo istorija ir gerovė

Europos sveikatos, senėjimo ir išėjimo į pensiją (SHARE) tyrimo 7-a banga, kurios duomenis analizavome, daugiausia buvo skirta surinkti informaciją apie vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo istorijas – jų vaikystę, darbo istoriją, šeiminio gyvenimo istoriją, patirtas represijas ir pan. Todėl ir mes skyrėme nemažai dėmesio žmonių gyvenimo įvykiams, o daugiausia dviem sritims – vaikystės aplinkai ir patirtam persekiojimui.

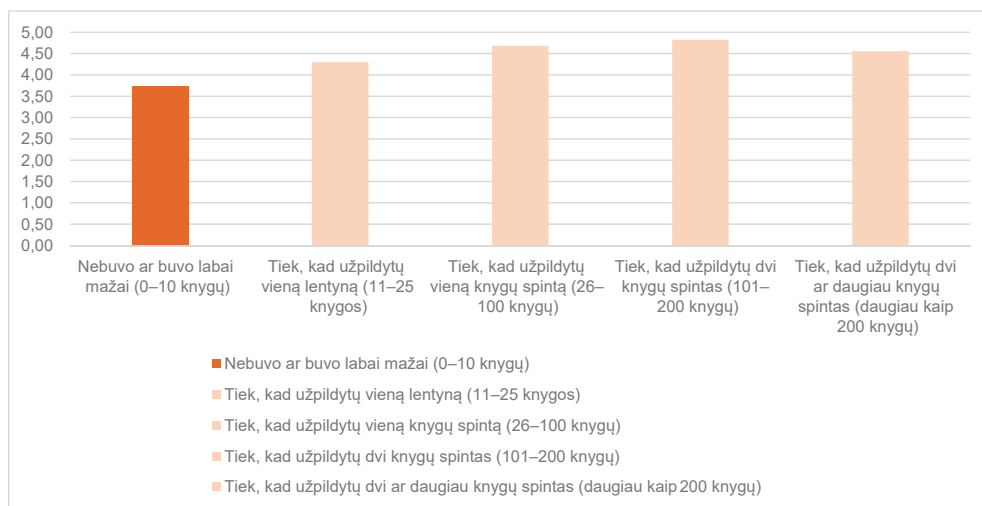
Gyvenimo sąlygos vaikystėje ir paauglystėje bei gerovė. SHARE tyrime daug klausimų skirta vaikystės ir paauglystės gyvenimo sąlygoms, siekta išsiaiškinti respondentų gyvenimo aplinkybes, kai jiems buvo 10 metų ar paauglystės (10–16 metų) laikotarpiu. Iš šios didelės gausos kintamųjų analizei atrinkome 19 retrospektyvaus gyvenimo kintamųjų ir išanalizavome jų sąsajas su dabartine asmenų gerove. Dėl didelių respondentų imčių visi retrospekcijos kintamieji (vaikystės gyvenimo kokybės rodikliai) reikšmingai siejasi su gerovės rodikliais pagyvenusiame amžiuje ir senatvėje. Iš šių retrospekcijos kintamųjų išsiskiria vienas kintamasis – tai knygų skaičius namuose, kai respondentui buvo 10 metų. Knygų skaičiaus kintamasis siejasi ir su kitais retrospekcijos kintamaisiais: kambarių skaičiumi bute ar name, kuriame gyventa, finansine šeimos padėtimi, matematiniais ir kalbiniais gebėjimais, taip pat su mokymosi trukme ir įgyto išsilavinimo lygiu. Taigi galima būtų manyti, kad čia veikia bendresnis veiksnys – šeimos materialinė būklė. Tačiau būtent knygų skaičiaus kintamasis išsiskiria ryšių stiprumu, o tai reiškia, kad knygų skaičius (ir su tuo sietina lavinimo aplinka) yra svarbus rodiklis ne tik kaip materialinės padėties indikatorius. 7 pav. pateikti duomenys rodo, kad vyresnio amžiaus žmonės, kurių namuose buvo mažiausiai knygų, pasižymėjo prastesne žodine atmintimi nei respondentai, kurių namuose knygų buvo daugiau.

Mūsų tyrimo rezultatai leidžia daryti prielaidą, kad turtingesnė skaitymo aplinka vaikystėje teigiamai veikia visapusišką žmogaus funkcionavimą pagyvenusiame amžiuje. Tas veikimas, žinoma, nėra tiesioginis. Pirmiausia su skaitymu susijusi mokymosi

sėkmė. Sėkmingesnis ir ilgesnės trukmės mokymasis, kuris padeda pasiekti ir aukštesnį išsilavinimo lygį, lemia ir tai, kad ilgesnį laiką senstant išlieka kognityvinis pajėgumas (skaitant kaupiamas kognityvinis rezervas). Žinoma, kad esminis veiksnys, nulemiantis sėkmingesnį gyvenimą vyresniame amžiuje, yra ne pats knygų skaičius vaikystėje, o tų knygų skaitymas. Knygų skaičius tik rodo, kad skaitymo aplinka bręstančiam asmeniui yra palanki. Skaitymo aplinkos sudarymas ir skaitybos skatinimas lavina pažintines funkcijas, atkuriamąją vaizduotę, o kartu kūrybinį mąstymą ir prisideda prie ilgesnio pažintinių gebėjimų išlikimo senstant (kognityvinio rezervo stiprinimo).

7 paveikslas

Knygų skaičiaus namuose ir žodinės atminties (10 žodžių atgaminimo) sąsajos



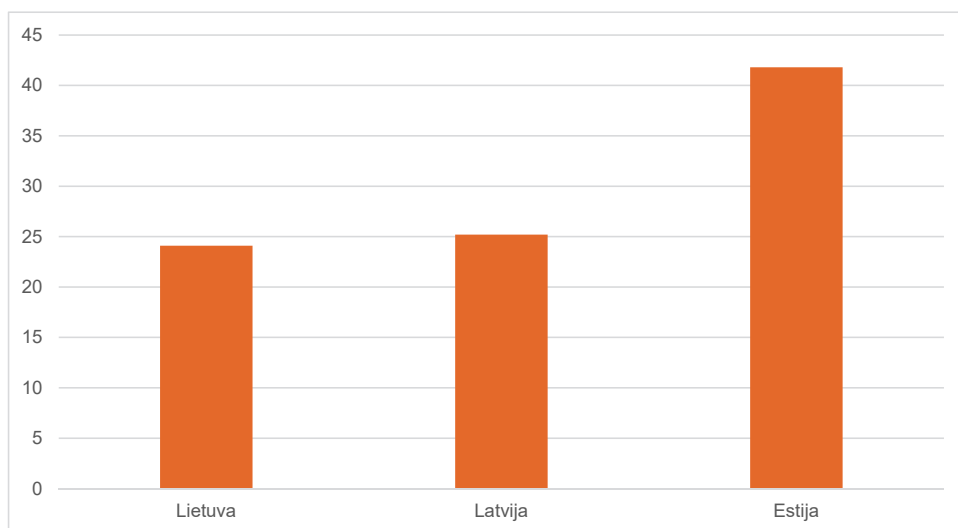
Tešdami gyvenimo istorijų analizę, aptarsime kitą gyvenimo patirčių sritį, kuri gali turėti tvirtas sąsajas su gerove – patirtas traumas ir persekiojimą.

Patirtų traumų sąsajos su gerove. Psichologiniai politinių represijų, persekiojimo ir diskriminacijos padariniai imti intensyviai tyrinėti pasibaigus Antrajam pasauliniam karui. Daugiausia dėmesio buvo skiriama nacių vykdytomis represijoms. Sovietų vykdytos represijos tęsėsi dar beveik pusę šimtmečio karui pasibaigus, tad tiek pat laiko kalbėti apie sovietų karo metu ir po karo vykdytas represijas buvo pavojinga. Tik Nepriklausomybės atkūrimo aušroje vėl aktyviau pradėti kelti į viešumą sovietų vykdyti nusikaltimai. Šis ilgą laiką vykęs traumavimas išskirtinis tuo, kad veikiamos ideologijos gimė ir augo kelios kartos žmonių. Per pastaruosius 20 metų atlikti Lietuvoje gyvenančių nuo sovietų vykdytų represijų nukentėjusių asmenų tyrimai rodo, kad psichologinius persekiojimo ir represijų padarinius jaučia ne tik tiesiogiai juos išgyvenusieji, bet ir jų palikuonys (Gailienė, 2015; Kazlauskas et al., 2017; Mažulytė et al., 2014; Vaskelienė et al., 2011). Anksčiau atlikti išsamūs tyrimai rodo, kad šis beveik 50 metų trukęs įvairių visuomenės grupių ir atskirų jos narių persekiojimas paveikė ir visuomenę plačiaja prasme. Represijų baimė kūrė ne-

kalbėjimo, nepasitikėjimo kultūrą – represuoti, išstremti žmonės, net grįžę iš tremties vietų, negalėjo laisvai kalbėti apie patirtas represijas. Šis visuomenės pokytis prof. D. Gailienės įvardijamas kaip kultūrinė trauma. Atkūrus nepriklausomybę ir pradėjus kalbėti apie sovietų vykdytus nusikaltimus bei oficialiai pripažinus visus nuo sovietų vykdytų represijų nukentėjusius žmones, buvo atkurtas istorinis teisingumas – nukentėjusieji – jų vardas ar veikla – buvo reabilituoti.

8 paveikslas

Procentas respondentų, kurių bent vienas iš tėvų patyrė diskriminaciją



Mūsų atlikto tyrimo duomenys rodo, kad represijas patyrusių asmenų proporcijos įvairiose šalyse skiriasi (žr. 8 pav.), daugiausia patyrusių represijas buvo Estijoje. Atlikta duomenų analizė parodė, kad bendrai patirta diskriminacija su gerove nesisieja, tačiau analizuojant skirtingų formų represijas patyrusias grupes atsiskleidžia psichologinės gerovės skirtumai. Tai galima aiškinti ir tuo, kad visos trys Baltijos šalys – Lietuva, Latvija ir Estija – skirtingai tvarkėsi su okupacijos padariniais po Antrojo pasaulinio karo. Taip pat skyrėsi šių šalių gyventojų patirtų represijų mastai. Pavyzdžiui, Lietuvoje dar ilgai po Antrojo pasaulinio karo vyko partizaninis karas. Mūsų atlikto trijų Baltijos šalių palyginamojo tyrimo rezultatai atskleidė patirtų represijų, persekiojimo ir diskriminacijos sąsajas su psichologine gerove vyresniame amžiuje. Skirtingi Lietuvos, Latvijos ir Estijos šalių rezultatai byloja, kad, kalbant apie individualius asmenų skirtumus, svarbu suprasti šalies istorinį ir socialinį-politinį kontekstą. Tačiau tai tik pirminė analizė ir reikia daug daugiau tyrimų, siekiant suprasti, kaip patirta diskriminacija ar persekiojimas paveikia žmonių gyvenimą.

Remdamiesi tyrimo rezultatais, Lietuvos Respublikos švietimo, mokslo ir sporto ministerijai rekomenduotume:

1. **Skatinti skaitymui palankią aplinką.** Namuose turi būti bent kelios dešimtys vaiko amžiui prieinamų knygų, siūlytina svarstyti galimybę nepasiturinčioms šeimoms suteikti valstybės lėšomis apmokėtą knygų krepšelį. Šviesti tėvus, kaip skatinti vaiko motyvaciją skaityti, kaip įvairinti skaitymo veiklą (pvz., aptariant tai, kas perskaityta). Rekomenduoti tėvams skaityti vaikams knygytes jau nuo pirmųjų gyvenimo metų (rodant paveikslėlius). Didinti knygų ir žurnalų prieinamumą (optimizuojant bibliotekų ir knygų skolinimosi tinklą). Bibliotekoms ar kitoms kultūros įstaigoms organizuoti skaitymo konkursus. Didinti finansavimą bibliotekoms, kad ne tik nacionalinio, bet ir žemesnio lygmens bibliotekos galėtų nupirkti bent aktualiausius leidinius, plėtoti paslaugas jų lankytojams.
2. **Inicijuoti ir finansuoti tyrimus,** skirtus tirti psichologinius politinių represijų, diskriminacijos ir persekiojimo padarinius. Reikalingi reprezentatyvios imties tyrimai, kuriuose būtų specifiskai tiriamos konkrečios vykdytos represijos, aiškiai išskirti skirtingi diskriminacijos tipai, tuo pat metu svarbus tęstinis nukentėjusių asmenų psichologinės gerovės stebėjimas, o tam reikalingi longitudinaliniai (tęstiniai) tyrimai.
3. **Plėtoti longitudinalinius (tęstinius) senėjimo tyrimus.** Senėjimo tyrimai, kurie aprėpia tarpdisciplininius duomenis, leidžia lyginti šalis ir analizuoti vyresnio amžiaus asmenų gerovės pokyčius, susidaryti platų su senėjimu susijusių procesų vaizdą ir suprasti iššūkius, kylančius mūsų visuomenėje. Šie tyrimai gali padėti surasti rodiklių, kurie leistų įvertinti asmenų gerovę, jos pokyčius, socialinių reformų poveikį.

Padėkos

Rekomendacijos parengtos vykdant projektą „Lyginamasis vyresnio amžiaus gyventojų gerovės ir jos veiksmų tyrimas Baltijos šalyse“, finansavimą skyrė Lietuvos mokslo taryba (LMTLT), sutartis Nr. S-GEV-20-9.

SHARE duomenų rinkimą finansavo Europos Komisija per FP5 (QLK6-CT-2001-00360), FP6 (SHARE-I3: RII-CT-2006-062193, COMPARE: CIT5-CT-2005-028857, SHARE-LIFE: CIT4-CT-2006-028812), FP7 (SHARE-PREP: GA N°211909, SHARE-LEAP: GA N°227822, SHARE M4: GA N°261982, DASISH: GA N°283646) ir Horizon 2020 (SHARE-DEV3: GA N°676536, SHARE-COHESION: GA N°870628, SERISS: GA N°654221, SSHOC: GA N°823782), DG Employment, Social Affairs & Inclusion. Papildomas finansavimas gautas iš Vokietijos švietimo ir mokslo ministerijos, Maxo Plancko mokslo pažangos draugijos (angl. *Max Planck Society for the Advancement of Science*), JAV nacionalinio senėjimo instituto (angl. *U.S. National Institute on Aging*, U01_AG09740-13S2, P01_AG005842, P01_AG08291, P30_AG12815, R21_AG025169, Y1-AG-4553-01, IAG_BSR06-11, OGH_A_04-064, HHSN271201300071C) ir įvairių kitų nacionalinių šaltinių (žr. www.share-project.org).

Literatūra

- Belloni, M., Meschi, E., & Pasini, G. (2016). The effect on mental health of retiring during the economic crisis: Mental health and retiring during the crisis. *Health Economics*, 25(2), 126–140. <https://doi.org/10.1002/hec.3377>
- Bergmann, M., Scherpenzeel, A., & Börsch-Supan, A. (Eds.) (2019). *SHARE Wave 7 Methodology: Panel Innovations and Life Histories*. Max Planck Institute for Social Law and Social Policy.
- Börsch-Supan, A. (2020). *Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe (SHARE) Wave 7. Release version: 7.1.0*. SHARE-ERIC. Data set. <https://doi.org/10.6103/SHARE.w7.710>
- Eimontas, J., Bagdonas, A., Kairys, A., Zamalijeva, O., Pakalniškienė, V., & Sadauskaitė, R. (2021). Vyresnio amžiaus asmenų psichologinės gerovės sąsajos su šeimos diskriminacijos patirtimi ir gyvenimo aplinkybėmis vaikystėje. *Psichologija*, 63, 118–136. <https://doi.org/10.15388/Psichol.2021.31>
- ES Taryba. (2008). *Europos Sąjungos sutarties suvestinė redakcija*. <https://eurlex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=OJ:C:2008:115:0013:0045:lt:PDF>
- ES Taryba. (2019). *Tarybos išvados dėl gerbūvio ekonomikos*. [https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LT/TXT/PDF/?uri=CELEX:52019XG1126\(06\)&from=EN](https://eur-lex.europa.eu/legal-content/LT/TXT/PDF/?uri=CELEX:52019XG1126(06)&from=EN)
- European Commission. (2021). *What is the “Beyond GDP” initiative*. https://ec.europa.eu/environment/beyond_gdp/index_en.html
- Eurostat. (2019). *Ageing Europe – 2019 edition. Looking at the lives of older people in the EU*. Publications Office of the European Union. <https://ec.europa.eu/eurostat/documents/3217494/10166544/KS-02-19-681-EN-N.pdf/c701972f-6b4e-b432-57d2-91898ca94893?t=1631631350686>
- Fernández, A., Pinto-Meza, A., Bellón, J. A., Roura-Poch, P., Haro, J. M., Autonell, J., Palao, D. J., Peñarrubia, M. T., Fernández, R., Blanco, E., Luciano, J. V., & Serrano-Blanco, A. (2010). Is major depression adequately diagnosed and treated by general practitioners? Results from an epidemiological study. *General Hospital Psychiatry*, 32(2), 201–209. <https://doi.org/10.1016/j.genhosppsych.2009.11.015>
- Gailienė, D. (2015). *Gyvenimas po lūžio: kultūrinių traumų psichologiniai padariniai: monografija*. Eugrimas
- Howell, R. T., & Howell, C. J. (2008). The relation of economic status to subjective well-being in developing countries: A meta-analysis. *Psychological Bulletin*, 134(4), 536–560. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.134.4.536>
- Kairys, A., Sadauskaitė, R., Bagdonas, A., Eimontas, J., Pakalniškienė, V., & Zamalijeva, O. (2021). Links of previously experienced unemployment to the subjective well-being of older adults in the Baltic states. *Socialinė teorija, empirija, politika ir praktika*, 22, 59–73. <https://doi.org/10.15388/STPEP.2021.29>
- Kang, M.-Y., & Kim, H.-R. (2014). Association between voluntary/involuntary job loss and the development of stroke or cardiovascular disease: A prospective study of middle-aged to older workers in a rapidly developing Asian country. *PLoS ONE*, 9(11), Article e113495. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0113495>
- Kazlauskas, E., Gailienė, D., Vaskeliene, I., & Skeryte-Kazlauskiene, M. (2017). Intergenerational transmission of resilience? Sense of coherence is associated between Lithuanian survivors of political violence and their adult offspring. *Frontiers in Psychology*, 8(1677), 1–8. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.01677>
- Kraus, C., Kadriu, B., Lanzenberger, R., Zarate, C. A., & Kasper, S. (2019). Prognosis and improved outcomes in major depression: A review. *Translational Psychiatry*, 9(1), Article 127. <https://doi.org/10.1038/s41398-019-0460-3>
- Lietuvos Respublikos Seimas. (2012). *Nutarimas dėl valstybės pažangos strategijos „Lietuvos pažangos strategija „Lietuva 2030“ patvirtinimo* (2012 m. gegužės 15 d. Nr. XI-2015). <https://e-seimas.lrs.lt/portal/legalAct/lt/TAD/TAIS.425517>
- Llena-Nozal, A., Martin, N., & Murtin, F. (2019). *The economy of well-being: Creating opportunities for people's well-being and economic growth* (OECD Statistics Working Papers No. 2019/02). OECD Publishing. https://www.oecd-ilibrary.org/economics/the-economy-of-well-being_498e9bc7-en
- Mažulytė, E., Skerytė-Kazlauskienė, M., Eimontas, J., Gailienė, D., Grigutytė, N., & Kazlauskas, E. (2014). Trauma experience, psychological resilience and dispositional optimism: Three adult generations in Lithuania. *Psichologija*, 49, 20–33. <https://doi.org/10.15388/Psichol.2014.49.3696>

- Ngamaba, K. H., Panagioti, M., & Armitage, C. J. (2018). Income inequality and subjective well-being: A systematic review and meta-analysis. *Quality of Life Research, 27*(3), 577–596. <https://doi.org/10.1007/s11136-017-1719-x>
- Nguyen, H., Manolova, G., Daskalopoulou, C., Vitoratou, S., Prince, M., & Prina, A. M. (2019). Prevalence of multimorbidity in community settings: A systematic review and meta-analysis of observational studies. *Journal of Comorbidity, 9*, 1–15. <https://doi.org/10.1177/2235042X19870934>
- Okamoto, S., Okamura, T., & Komamura, K. (2018). Employment and health after retirement in Japanese men. *Bulletin of the World Health Organization, 96*(12), 826–833. <https://doi.org/10.2471/BLT.18.215764>
- Schwengel, A., Niti, M. M., Tang, C., & Ng, T. P. (2009). Continued work employment and volunteerism and mental well-being of older adults: Singapore longitudinal ageing studies. *Age and Ageing, 38*(5), 531–537. <https://doi.org/10.1093/ageing/afp089>
- Siegrist, J., Wahrendorf, M., von dem Knesebeck, O., Jurges, H., & Borsch-Supan, A. (2007). Quality of work, well-being, and intended early retirement of older employees—Baseline results from the SHARE Study. *The European Journal of Public Health, 17*(1), 62–68. <https://doi.org/10.1093/eurpub/ckl084>
- Smith, S. M., Wallace, E., O’Dowd, T., & Fortin, M. (2021). Interventions for improving outcomes in patients with multimorbidity in primary care and community settings. *Cochrane Database of Systematic Reviews, 1*. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD006560.pub4>
- STRATA. (2020). *Senstanti Lietuvos visuomenė – analitinė apžvalga*. Vyriausybės strateginės analizės centras. <https://strata.gov.lt/images/tyrimai/2020-metai/zmogiskojo-kapitalo-politika/20200924-senstanti-lietuvos-visuomene.pdf>
- United Nations. (2015). *Transforming our world: The 2030 agenda for sustainable development*. <https://sdgs.un.org/2030agenda>
- Vaskelienė, I., Kazlauskas, E., Gailienė, D., & Domanskaitė Gota, V. (2011). Komunikacija apie patirtas politines represijas šeimoje: tarpgeneracinis aspektas. *International Journal of Psychology: A Biopsychosocial Approach, 9*(9), 91–104.
- Wahrendorf, M., Akinwale, B., Landy, R., Matthews, K., & Blane, D. (2017). Who in Europe works beyond the state pension age and under which conditions? Results from SHARE. *Journal of Population Ageing, 10*(3), 269–285. <https://doi.org/10.1007/s12062-016-9160-4>