

РАЗВИТИЕ ИНИЦИАТИВ АКТИВНОГО ДОЛГОЛЕТИЯ В СИСТЕМЕ СОЦИАЛЬНОЙ ЗАЩИТЫ НАСЕЛЕНИЯ СТАРШИХ ВОЗРАСТНЫХ ГРУПП

DEVELOPMENT OF ACTIVE LONGEVITY INITIATIVES IN THE SOCIAL PROTECTION SYSTEM OF THE POPULATION OF OLDER AGE GROUPS

**K. Prozorovsky
P. Ananchenkova**

Summary. The article discusses active longevity programs as an important element of the social protection system for older age groups in the context of global population aging. Active longevity is interpreted as a strategy aimed at optimizing the health, social engagement and safety of older people, which contributes to improving their quality of life and strengthening social cohesion. The main directions and elements of active longevity programs are described, including medical, educational and social support, technological integration and the development of labor activity. International indices for evaluating the effectiveness of active aging are presented, as well as examples of national strategies from various countries. Key challenges and prospects for the development of programs are highlighted, such as improving digital literacy, strengthening intergenerational ties, and adapting to structural barriers. The conclusion is made about the importance of active longevity for the socio-economic stability of society in the context of demographic changes.

Keywords: active longevity, social protection, population aging, intergenerational integration, health and safety, labor activity, digital literacy.

Прозоровский Кирилл Алексеевич

Аспирант,
Академия труда и социальных отношений, г. Москва
prozorovskiyka@incloud.ru

Ананченкова Полина Игоревна

Кандидат социологических наук, доцент,
ГБУ «Научно-исследовательский институт организации
здравоохранения и медицинского менеджмента
Департамента здравоохранения города Москвы»
ananchenkova@yandex.ru

Аннотация. В статье рассматриваются программы активного долголетия как важный элемент системы социальной защиты населения старших возрастных групп в условиях глобального старения населения. Активное долголетие трактуется как стратегия, направленная на оптимизацию здоровья, социальной вовлечённости и безопасности пожилых людей, что способствует повышению качества их жизни и укреплению социальной сплочённости. Описаны основные направления и элементы программ активного долголетия, включая медицинскую, образовательную и социальную поддержку, технологическую интеграцию и развитие трудовой активности. Приведены международные индексы оценки эффективности активного старения, а также примеры национальных стратегий различных стран. Выделяются ключевые вызовы и перспективы развития программ, такие как повышение цифровой грамотности, укрепление связей между поколениями и адаптация к структурным барьерам. Сделан вывод о значимости активного долголетия для социально-экономической устойчивости общества в условиях демографических изменений.

Ключевые слова: активное долголетие, социальная защита, старение населения, межпоколенческая интеграция, здоровье и безопасность, трудовая активность, цифровая грамотность.

Демографическая ситуация в мире свидетельствует о тенденции к старению населения в связи с достижениями национальных систем здравоохранения, улучшения питания, передовых медицинских технологий и снижения уровня рождаемости [1].

К 2050 году численность пожилого населения в мире увеличится примерно на 20,6 %, в результате чего во всём мире будет насчитываться около 2 миллиардов пожилых людей [2]. Из-за этого стремительного демографического перехода в ближайшие десятилетия может возникнуть потенциальная нехватка трудоспособного молодого населения. Поэтому важно разработать стратегии, с помощью которых пожилые люди смогут активно участвовать в улучшении своего благополучия и благополучия своих семей.

Актуальность изучения программ активного долголетия (активного старения) обусловлена необходимостью создания условий для реализации потенциала пожилых людей и их включения в экономическую и социальную жизнь. Эти программы становятся важным элементом системы социальной защиты, так как они помогают государствам адаптироваться к демографическим вызовам, снижая нагрузку на пенсионные и медицинские системы, а также повышая социальную сплочённость.

Современные демографические изменения, в первую очередь увеличение продолжительности жизни и старение населения, требуют пересмотра подходов к организации социальной защиты. Старшие возрастные группы становятся не только объектом социальной политики, но и важным ресурсом для устойчивого развития

общества. В этой связи концепция активного долголетия приобретает ключевое значение. Она направлена на сохранение физической, социальной и экономической активности пожилых людей, что способствует их интеграции в общество, улучшению качества жизни и снижению социальной изоляции.

Концепция активного долголетия, утвержденная в начале XXI века на Всемирном саммите по проблемам народонаселения, проходившем в Мадриде в 2002 году, основывается на принципах, разработанных Всемирной организацией здравоохранения (ВОЗ) и трактуется как «процесс оптимизации возможностей для здоровья, участия и безопасности с целью повышения качества жизни по мере старения людей» [3]. Вместе с тем, Европейская комиссия в своем понимании концепции активного старения исходит из необходимости оказания «помощи людям в том, чтобы они как можно дольше контролировали свою жизнь по мере старения и, по возможности, вносили вклад в экономику и общество» [4], трактуя понятие активного долголетия как «оптимизацию возможностей для работников всех возрастов работать в качественных, продуктивных и здоровых условиях до достижения пенсионного возраста, основанная на взаимной заинтересованности и мотивации работодателей и работников» [4].

Активное старение — это «стратегия достижения качества жизни, на которую влияют шесть факторов: физическая среда, здравоохранение и социальные услуги, социальная среда, экономические, личностные и поведенческие факторы» [5]. Эта модель подчеркивает необходимость обеспечения пожилым людям условий для поддержания физического и психического здоровья, активного участия в общественной жизни и финансовой стабильности. Теоретическая база программ активного долголетия связана с междисциплинарным подходом, который включает исследования в области социологии, геронтологии, экономики и социальной политики.

Программы активного долголетия рассматривают старение не как ограничение, а как новый этап жизни, который может быть наполнен социальной и экономической активностью. Эти программы выходят за рамки традиционной помощи пожилым людям, предлагая инструменты для их всесторонней интеграции в общество. Важной частью концепции является обеспечение равных возможностей для всех пожилых людей, независимо от их социального статуса, уровня доходов и состояния здоровья.

Программы активного долголетия играют ключевую роль в повышении социальной защищенности пожилых людей, предоставляя им доступ к широкому спектру услуг и возможностей. Их значение заключается в следующем:

1. Сохранение здоровья и продление активной жизни. Программы включают мероприятия, направленные на профилактику заболеваний, доступ к медицинским услугам, занятия физической активностью и развитие навыков самопомощи. Это помогает улучшить физическое и психическое состояние пожилых людей, снизить заболеваемость и предотвратить утрату трудоспособности.
2. Снижение социальной изоляции. Мероприятия, такие как участие в клубах по интересам, образовательных программах и культурных мероприятиях, способствуют укреплению социальных связей, что особенно важно для одиноких пожилых людей. Социальная активность уменьшает риск депрессии и способствует психологическому благополучию.
3. Продление трудовой активности. Программы переквалификации и наставничества помогают пожилым людям продолжать трудовую деятельность, что укрепляет их финансовую независимость и снижает нагрузку на пенсионные системы.
4. Формирование позитивного отношения к старению. Эти программы способствуют изменению общественного восприятия пожилых людей, разрушению стереотипов о старении и признанию их вклада в общественную жизнь.

Основными элементами программ активного долголетия выступают следующие системные блоки, реализуемые субъектами системы социальной защиты населения:

1. Здоровье и медицинская поддержка.

Программы, направленные на укрепление здоровья, включают скрининги, профилактические мероприятия, доступ к телемедицине и образовательные инициативы по здоровому образу жизни. Например, в Японии разработаны комплексные программы, сочетающие физическую активность, рациональное питание и поддержку ментального здоровья. Внедрение технологий, таких как носимые устройства для мониторинга здоровья, позволяет улучшать контроль за состоянием пожилых людей.

2. Образование и развитие навыков.

Современные программы предлагают пожилым людям возможности для обучения и переподготовки. Это включает курсы цифровой грамотности, участие в университетах третьего возраста, мастер-классы по различным видам творчества. Такие инициативы не только расширяют горизонты пожилых людей, но и укрепляют их когнитивные способности.

3. Трудовая занятость и наставничество.

Продление трудовой активности включает программы гибкой занятости, развитие системы наставничества

и стимулирование работодателей к найму пожилых сотрудников, которые позволяют пожилым работникам трудиться на условиях сокращенного рабочего времени, сохраняя часть пенсионных выплат.

4. Культурная и социальная активность.

Культурные мероприятия, волонтерские проекты и спортивные соревнования создают возможности для пожилых людей быть частью активного сообщества. В рамках этого блока активно развиваются инициативы, позволяющие активизировать участие пожилых граждан в разнообразных экологических, спортивных, творческих, образовательных и иных социально значимых проектах.

5. Технологическая интеграция.

Программы активного долголетия не могут быть отделены от технологических инноваций, поскольку цифровые устройства и технологии активно используются пожилыми в рамках мониторинга здоровья, коммуникаций с детьми, родственниками, друзьями, финансовых операций, осуществляемых через банковские приложения и пр. Развитие «умных» городов способствует созданию среды, удобной для пожилых людей, включая доступный транспорт и адаптированную инфраструктуру.

Для сравнительных международных исследований с 2012 года используются три основных социальных индекса, отражающих достижения в области активного долголетия и обеспечивающих базу для принятия решений, связанных со старением. Этими индексами являются:

- Глобальный индекс AgeWatch [6],
- Индекс активного старения [7],
- Социальный индекс старения (Индекс стареющего общества) [8].

Основные группы измеряемых показателей, включенные в указанные индексы, представлены в таблице 1.

Активная политика трудового долголетия в отношении пожилых людей направлена на увеличение числа работников старшего возраста на рынке труда, позволяя при этом лицам, достигшим установленного законом пенсионного возраста, продолжать работать или вернуться к трудовой деятельности. Эти цели необходимы для того, чтобы современное и будущее общество смягчило последствия сокращения численности населения трудоспособного возраста и его влияния на коэффициент зависимости и нехватку квалифицированных кадров. Таким образом, это способствует сокращению потенциальной бедности среди пожилых людей в будущем и поддерживает потенциал работников старшего возраста, которые могут сыграть важную роль в обеспечении экономического роста в будущем.

Национальные стратегии активного старения предлагают ряд рекомендаций, направленных на повышение качества жизни пожилых людей и работников старшего возраста. Среди них: организация непрерывного профессионального обучения для пожилых, создание комфортных условий труда, совершенствование методов управления персоналом и расширение услуг по трудоустройству. Особое внимание уделяется борьбе с эйджизмом и возрастной дискриминацией, разработке налоговых и льготных систем, развитию программ наставничества в профессиональных сообществах, а также укреплению мер, позволяющих совмещать трудовую деятельность с уходом за близкими на дому.

Понятие «социальное участие» является повторяющимся мотивом в политических заявлениях, пропагандирующих активное старение. Концепция активного старения предполагает постоянное и активное участие пожилых людей в социальной, экономической, культурной и общественной жизни. Однако одних индивидуальных стремлений недостаточно для поддержания активного образа жизни. Стремление пожилых людей к оптимальному уровню социальной вовлеченности всегда будет сталкиваться с рядом структурных барьеров и трудностей, которые могут привести к нежелательным последствиям в виде материальной и социальной изоляции.

В рамках национальных стратегических инициатив активного старения реализуются меры по улучшению социальной интеграции в пожилом возрасте: обеспечение безопасного, достаточного и стабильного дохода для всех пожилых людей; предоставление финансовых и социальных ресурсов уязвимым пожилым людям; признание социальных преимуществ, связанных с волонтерством и воспитанием внуков пожилыми людьми; расширение возможностей для обучения, повышения цифровой грамотности, активной гражданской позиции и солидарности между поколениями в пожилом возрасте; а также оказание дополнительной поддержки неофициальным опекунам пожилых людей.

Чтобы изменить отношение общества к старению с зависимого на активное, требуется смена парадигмы, которая позволит сохранять независимость и достоинство с возрастом. Общество должно стремиться не только к увеличению продолжительности жизни, но и к улучшению её качества, уделяя внимание продолжительности здоровой жизни. Важно создавать условия, которые позволяют пожилым людям оставаться активными как физически, так и умственно, с учетом их возможностей. Усиление профилактических мер, системы ухода и социальной поддержки способствует сохранению высокого уровня физического и умственного здоровья, обеспечивая пожилым людям независимость в повседневной жизни.

Таблица 1.

Сравнение областей, включённых в основные индексы активного старения
[составлено авторами на основе 6; 7; 8; 9]

Глобальный индекс AgeWatch	Индекс активного старения	Индекс стареющего общества
Трудоустройство пожилых людей	Уровень занятости в возрасте 55–59 лет Уровень занятости в возрасте 60–64 лет Уровень занятости в возрасте 65–69 лет Уровень занятости в возрасте 70–74 лет	Участие в рабочей силе Эффективный пенсионный возраст
—	Добровольческая деятельность Уход за детьми Уход за немощными и инвалидами	Время, проведенное в волонтерской деятельности, возраст 65+ лет
Гражданская свобода	Участие в политической жизни	—
—	Обучение на протяжении всей жизни	Переподготовка: неформальное образование, возраст 55–64 года
—	Физические упражнения	—
—	Независимая жизнь Доступ к медицинским услугам	—
Ожидаемая продолжительность жизни — 60 лет	Оставшаяся ожидаемая продолжительность жизни составляет 55 лет	—
Ожидаемая продолжительность здоровой жизни в 60 лет	Доля ожидаемой продолжительности здоровой жизни в 55 лет	—
Психологическое благополучие	Психическое благополучие	Объективное благополучие в возрасте 65 лет Субъективное благополучие в возрасте 50 лет
Валовой национальный доход на душу населения	—	Степень неравенства: Коэффициент Джини, возраст 65+ лет
Образовательный статус пожилых людей	Уровень образования	Среднее образование, возраст 55–64 года Высшее образование, возраст 55–64 года
—	Использование информационно-коммуникационных технологий	—
Социальная связанность	Социальная связанность	Социальная поддержка, возраст 65+ лет Доверие к соседям, возраст 50+ лет Передача средств между поколениями, возраст 65+ лет
—	—	Совместное проживание между поколениями, возраст 65+ лет
Покрытие пенсионного дохода	Относительный средний доход	Доход, возраст 65+ лет
Уровень бедности	Отсутствие риска бедности Отсутствие материальных лишений	Риск бедности, возраст 65+ лет Продовольственная безопасность
Относительное благополучие пожилых людей	—	Чистое пенсионное обеспечение Государственные расходы на долгосрочное медицинское обслуживание
Физическая безопасность	Физическая безопасность	Чувствуешь себя в безопасности, гуляя ночью в одиночестве
—	—	Внешний государственный долг
Доступ к общественному транспорту	—	—

С точки зрения улучшения условий для самостоятельной жизни в пожилом возрасте международный опыт активно демонстрирует совершенствование услуг по профилактике и укреплению здоровья; острую и гериатрическую реабилитацию; поддержку психического здоровья и благополучия, а также услуги по уходу на дому для пожилых людей; поддержку инициатив, способствующих созданию сообществ и служб, ориентированных на пожилых людей и людей с деменцией; максимальное обеспечение самостоятельности при долгосрочном уходе; повышение осведомлённости о жестоком обращении с пожилыми людьми и пренебрежительном отношении к ним; а также дальнейшее инвестирование в уход в конце жизни.

Программы активного долголетия являются важным элементом современной системы социальной защиты, способствующим повышению качества жизни пожилых людей, снижению социальной изоляции и укреплению социальной сплочённости. Их успешная реализация

требует комплексного подхода, включающего медицинскую, образовательную и социальную поддержку, а также активное использование современных технологий.

Для дальнейшего развития этих программ необходимо:

- повышать доступность образовательных и цифровых технологий для пожилых людей;
- развивать государственно-частное партнёрство для финансирования инициатив;
- укреплять межпоколенческие связи через программы наставничества и волонтерства;
- внедрять механизмы мониторинга и оценки эффективности программ;
- и пр.

Реализация концепции активного долголетия способствует не только улучшению качества жизни пожилых людей, но и социально-экономической устойчивости общества в условиях демографических изменений.

ЛИТЕРАТУРА

1. Christensen K., Doblhammer G., Rau R., Vaupel J.W. Ageing populations: The challenges ahead // *Lancet*. — 2009. — №374. — P.1196–208.
2. United Nations Department of Economic and Social Affairs Population Division. World Population Prospects 2019: Highlights (ST/ESA/SER.A/423). 2019. — URL: https://population.un.org/wpp/Publications/Files/WPP2019_Highlights.pdf (дата обращения: 7.10.2024 г.)
3. WHO. Active Aging: A Policy Framework. Geneva, Switzerland: WHO; 2002.
4. European social partners' autonomous framework agreement on active ageing and an inter-generational approach. — URL: <https://www.eurofound.europa.eu/en/european-industrial-relations-dictionary/active-ageing> (дата обращения: 7.10.2024 г.)
5. Edwards P. Active Ageing: A Policy Framework. Geneva: World Health Organization. 2002.
6. HelpAge International. Global AgeWatch index 2013: purpose, methodology and results. London: HelpAge International; 2013. [cited 2019 Apr 7]. — URL: <https://www.helpage.org/silo/files/global-agewatch-index-2013-purpose-methodologyand-results.pdf> (дата обращения: 7.10.2024 г.)
7. Zaidi A., Gasior K., Hofmarcher M.M., Lelkes O., Marin B., Rodrigues R., et al. Active ageing index 2012: concept, methodology and final results. — Geneva: United Nations Economic Commission for Europe (UNECE) and European Commission Directorate General for Employment, Social Affairs and Inclusion (DG EMPL); 2012. — URL: <https://statswiki.unec.org/display/AAI/VI.+Documents+and+publications> (дата обращения: 7.10.2024 г.)
8. Chen C., Goldman D.P., Zissimopoulos J., Rowe J.W., Research Network on an Aging Society Multidimensional comparison of countries' adaptation to societal aging. // *Proceedings of the National Academy of Sciences*. — 2018. — №115. — P.9169–9174.
9. Michel J.-P. Identification of the Best Societal Measurement of Healthy Aging. // *Annals of Geriatric Medicine and Research*. — 2019. — №23(2). — P.45–49