

**Eesti Ekspress 31.07.2019**

## **Vanade meeste valik: aktiivne vananemine või nähtamatusse tiksumine**

„Mehed on surnud,“ vastatakse, kui küsid, kus on mehed vanematele inimestele suunatud ettevõtmistes. Küla- ja seltsimajade ringides, päevakeskustes ja väärivate ülikoolides osaleb iga kümne naise kohta umbes üks mees. Seda on väga vähe.

- NB! PABERKANDJAL ILMUNUD SISU -

„Mehed on surnud,“ vastatakse, kui küsid, kus on mehed vanematele inimestele suunatud ettevõtmistes. Küla- ja seltsimajade ringides, päevakeskustes ja väärivate ülikoolides osaleb iga kümne naise kohta umbes üks mees. Seda on väga vähe.

Aga sellise puusalt tulistatud vastusega ei saa rahule ei jääda. Meeste-naiste suhe 1 : 10 on õige, kuid see käib saja-aastaste ja vanemate inimeste kohta. Näiteks 65–74aastaste seas on kahe mehe kohta kolm naist. Miks siis ei ole mehi näha vanemaealistele mõeldud tegevustes, mida rahastatakse sageli kesksetest vahenditest ehk need on mõeldud üldise hüvena? Kui „Kõik on surnud“ argument ei toimi, siis on järgmised varrukast võtta: „Mehi ei huvita seltsitegevus“ ja „Vanemad mehed on nii haiged“.

Selles, et mehi ei huvita, on juba tilgake tõde. Tikkimine, tants või loengud tervisehädadest, mis on keskuste programmides juba aastakümneid olnud olulisel kohal, ei pruugi tõepoolest vanemates meestes tekitada käivitavat sädet. Põhjus, miks vanematele inimestele suunatud tegevused kalduvad olema naiseliku sisuga, johtub tõsiasjast, et eestvedajad on naised. Aga kõige suuremat kurja teeb asjaolu, et üldjuhul nähakse keskealiste rahastajate ja eestvedajate poolelt vaadates vanemaid inimesi ühtlase halli massina. Neil ei eristata ei soolisi, samuti mitte hariduslikke, vanuselisi või muid sotsiodemograafilisi tunnuseid, mida nooremate rahvastikurühmadega tegeledes kunagi ära ei unustata. Kui on loomulik, et 30aastasel naisel ja 30aastasel mehel on eri huvid, võimed, ootused ja me pöördume nende poole erinevate sõnumitega, kasutades eri kanaleid, siis on see nii ka neist 40 aastat rohkem elanud naiste ja meestega. Pole ju mingit vanusepiiri, mida ületades käib krõks, mehed-naised kaotavad oma erinevused ning muutuvad üleöö ühesugusteks. Ka uuringud kinnitavad, et kogukonnaelu korraldades on vanemad inimesed ja iseäranis mehed tihti peale unustatud.

Kui mehed ennast ise pakkuma ei tule, siis kas sellest peaks järeldama, et probleemi pole?

Eestis elavad 65aastased, s.o pensioniikka jõudnud mehed ja naised keskmiselt 18,7 aastat (Eurostat 2017). Kaheksateist aastat on sama pikk aeg, kui vastsündinust areneb täiskasvanud ühiskonnaliige. Kas ja millist arengut me näeme vanematel inimestel sama pikaks perioodiks? Meil pole enam ühiskondlikku kokkulepet, et vanemasse ikka jõudes peab inimene taanduma aktiivsest elust ja andma teed noorematele, vahetama ettenähtud ja kindlaid rolle, näiteks pidama tagasitõmbunult lesepolve või liikuma tööinimese rollist pensionäri rolli. (Veel kakskümmend aastat tagasi oli tööandjal õigus töötaja teatud vanuse saabudes töölt lahti lasta, mida nimetati pensionile saatmiseks.) Vastupidi, arenenud ühiskond näeb vananemist individuaalse protsessina, mille üldine eesmärk on säilitada tervis ning vastavalt oma võimetele ja huvidele õppida ja osaleda sotsiaalses ja/või produktiivses tegevuses.

Eduka vananemise kontseptsioon on välja vahetamas aegunud rolliteooriat või eemaldumise teooriat. Põhjus on see, et vananevatel ühiskondadel pole püsijäämiseks muud lahendust kui vanemaealiste potentsiaali kasutamine. Aktiivsena vananemist on vaja juba puhtalt majanduslikel põhjustel. Kuid see on vaid pool asjast. Panustav elustiil vanemas eas on ka inimese isikliku rahulolu ja rõõmu allikas. See on elu, kus töövõimeline teeb võimetekohast tööd või annab oma panuse ühiskonnaellu muus vormis, ja kui see muutub võimatuks, tuleb oma kodus ja kogukonnas iseseisvalt toime nii kaua, kui see vähegi võimalik on. Teiste sõnadega on aktiivsena vananemine mõõdukas eneseteostus ja pingutamine, mis eeldab ühiskonnaga kaasas käimist, suhtlemist ja arengut. Tunne, et oled ühiskonnale vajalik ja kasulik, saad kasutada oma teadmisi ja kogemust millegi suurema hüvanguks ja olla tunnustatud, on üks inimese põhivajadusi, mis vanusega kuhugi ei kao. Kuid mida vanem on inimene, seda vähem ta selle vajaduse täitmise eest ise võitleb.

Vananemine ei toimu isolatsioonis. Ümbritsevad inimesed peegeldavad teistele nende vananemist (moodustavad vananemiskeskonna) ja on või ei ole tema arengu stimulaatorid. Toetus aktiivsena vananemisele on meie igapäevases käitumises aga kahepalgelise loomuga. Räägime uhkuse ja õhinaga, kui keegi meie vanematest tuttavatest või pereliikmetest on aktiivse elustiiliga, aga kui vanem inimene aktiivne ei ole, siis me seda probleemiks ei pea. Siis leiame, et pension on puhkamiseks, eesti mees pole tuulelipp, ta tahab omaette mõtiskleda. Toetame neid vanemaid, kes on ise leidnud endale sisemise motivatsiooni säilitada aktiivne elustiil, ja

jätame välisest vaimsest toest ja tagant torkimisest ilma need, kellel endal sisemine vajadus ja motivatsioon puudub. Tuues paralleeli lastega – kiidame viielisi ja õigustame kahelisi.

Vanematel meestel on pensionile jäädes naistega võrreldes suurem risk jääda üksildaseks. Ühelt poolt on põhjus selles, et meeste sotsiaalsõrgustik on rohkem seotud tööga. Kui mõtleme uuesti meeste lühemale keskmisele elueale, siis on meie lahkunud mehed olnud ju siiajääjate sõbrad. Meeste sotsiaalsõrg tõmbub kiiremini kokku. Kui peaks juhtuma ka see, et abikaasa kõrvalt kaob, satub mehe sotsiaalne suhtlus iseäranis suure löögi alla. Keegi ei sunni, ei veena, ei kutsu, ei tunne huvi, keegi ei paku uusi ideid või sobivaid tegevusvorme, mis taaskäivitaks uudishimu.

Rahvusvahelises projektis „Vanad semud“ uuriti vanemate meeste kaasamist kogukonnaellu ning intervjueriti Lõuna- ja Ida-Eestis kokku sadat meest vanuses 60+. Kõige enam põhjendasid mehed oma passiivsust halva tervisega. Tervist omakorda käsitleti sageli sünonüümina vanadusele, mistõttu justkui vanadus on see, miks ei käida kodust väljas ega mõelda uute oskuste õppimisele. Tegelikult ei ole asi vanaduses, vaid tervises seisundi tõttu kaob tahtmine pingutada. Võib ju küsida, mis vahet seal on – vanadus või tervis. Täpne tuleb olla seepärast, et kui põhjus on vanus, siis ei saa keegi aidata, sest nooremaks inimest ei tee. Kui põhjus on tervises seisund, on aktiivsena vananemisest teadlikul kogukonnal võimalik teha palju. Näiteks, halb tervis võib väljenduda selles, et on raske kõndida või pikemalt kui pool tundi ühe koha peal istuda. Selliseid takistusi on väga lihtne kõrvalda. Tegevus, millesse mees kutsuda, ei peaks olema korraldatud nii, et seal tuleb tundide viisi istuda. Samuti lahendab väga paljud probleemid kohalik vajaduspõhine transport.

Palju on räägitud naiste nähtamatuks muutumisest – kui füüsiline ilu enam silmi ei pimesta. Sellele, et ka vanemad mehed kõrgemas vanuses läbipaistvaks muutuvad, pole palju mõeldud. Me ei ela muinasjutus, kus tegelased ise õhku haihtuvad. Neid muudavad nähtamatuks kõrvalseisjad, kes on enda aktiivsest elust pimestatud. [OBJ]

Tiina Tambaum on Tallinna Ülikooli Eesti demograafia keskuse teadur.

- PISITEKST -

- Meeste sotsiaalsõrg tõmbub kiiremini kokku. Kui peaks juhtuma ka see, et abikaasa kõrvalt kaob, satub mehe sotsiaalne suhtlus iseäranis suure löögi

alla.