

KAKO DOSEČI POLNO ŽIVLJENJE PO UPOKOJITVI

Starejši mora zmeraj stremeti k ciljem. V drugem življenjskem obdobju so mu cilje bodisi postavljali drugi, bodisi so bili njegovi osebni cilji del splošnih prizadevanj v okolju. Sedaj si mora cilje več ali manj postaviti sam in v soglasju z okoljem in razmerami. Paziti mora, da so ti cilji zanj dovolj velik izziv, da mu nudijo dovolj življenjske napetosti. Zanje se mora truditi. In prav ta trud nudi tisto telesno in duševno napetost. S cilji se življenjski boj nadaljuje in primerno naprežanje ohranja zdravje in duševno ravnotežje. Človek brez ciljev in načrtov za prihodnost je brez življenjske radosti, mlahav, brezbrizen in se predaja zgolj zunanjim vplivom. Sam pa izginja, po malem usiha in propada. Kratkoročni cilji prinašajo sprotna veselja in samopotrjevanje. Z bolj dolgoročnimi cilji se človek v okolju uveljavi.

Cilji so tudi način samouresničevanja. Ni potrebno po tihem šteti: »Koliko let bom sploh še živel?«, in potem sam sebe zavirati v željah in načrtih! Nič hudega, če ostanejo nekateri cilji neuresničeni, ko življenje zastane, saj so človeku bogatili življenje s pričakovanji vse do zadnjih dni. Slovenski pregovor pravi: »Delaj tako, kot da boš večno živel!...« Cilji človeku strukturirajo čas, razdelijo ga na posamezna obdobja. Cilje časovno opredelimo. Zato nas navdaja veselje, če cilj zares dosežemo takrat kot smo načrtovali.

Lahko pa se zgodi tudi drugače: smo razočarani in drugič se bomo bolj potrudili, da cilj dosežemo. Čas se s tem porazdeli na bolj dejavne in bolj sproščene urice. Ni vse enako. Tudi okolje zazna, če ima starejši svoje cilje. Tedaj ga prične bolj upoštevati in spoštovati. Brez lastnih ciljev pa je starejši človek vsem na razpolago.

V tretjem življenjskem obdobju moramo razviti novo socialno mrežo

Drugi pogoj za enakovredno in polno življenje po upokojitvi je nova socialna mreža. Sodelavce in znance, ki smo jih imeli v službi ob upokojitvi, človek pusti za seboj. Tudi otroci so velikokrat že odšli od doma. Za nameček je morda izgubil še življenjskega sopotnika ali sopotnico. Temeljne psihosocialne potrebe (potreba po varnosti, socialni pripadnosti, ljubezni, samopotrjevanju, spoštovanju) pa so ostale in ostanejo bistveni del človeka vse življenje. Človek potrebuje ljudi tudi zato, ker samo z njimi lahko krepi svoji družbeni jaz, gradi svojo

družbeno vrednost. Zdaj si mora najti nove prijatelje, nove stalne človeške vezi, znova mora vzpostaviti stike z vrstniki. Bežni stiki in samo občasna srečanja z ljudmi na avtobusu, v trgovini ali v zdravniški čakalnici niso dovolj. Z nekaterimi ljudmi mora stikati trajnejše in globlje vezi. Ljudi pa ne spoznamo kar tako, »na suho«. Z ljudmi nas povežejo skupne dejavnosti, to, kar počnemo. Če se bosta upokojenec ali upokojenka študijsko lotila slikarstva, se bosta navezala na mentorja slikarja in na kolege v študijskem krožku. Večkrat se bosta pogovarjala z galeristom, našla si bosta svojega obrtnika z okvirji, trgovino s slikarskimi potrebščinami. S slikanjem bosta požela pri nekaterih znancih in sorodnikih veliko priznanja in dobila veliko pozornosti. Slikanje bo postalo tema pogostih razgovorov. Živo se bosta zanimala za »ex-tempore« in »formo vivo«. Če se bosta teh slikarskih srečanj udeležila, se jima bo krog znancev in prijateljev razširil tudi v mednarodni prostor.

Dejavnosti so pogoj za nastajanje socialnih odnosov

Človek lahko vzpostavlja stike z drugimi ljudmi tudi z bolj preprostimi dejavnostmi. Poglejmo si primer gospe, ki se je po upokojitvi, ko je postala vdova, preselila v manjše stanovanje, da bi pomagala otrokom, ki jim je prepustila večje, družinsko stanovanje. Zdelo se ji je, da je najbolj zapuščen človek na svetu. Nikogar v bloku ni poznala. Kmalu je odkrila, da jo obdajajo prijazni ljudje. Še sama ni vedela, kdaj se je ponudila skupnosti stanovalcev za blagajničarko. Tedaj je spoznala vse v stolpnici in dobila je priložnost, da okrog sebe zbere ljudi, ki so ji najbolj pri srcu. Kmalu je navezala več prijateljskih stikov. Ena od sosed jo je zvabila v planinsko društvo. »Klapa« se zdaj dobiva pozimi in poleti in med seboj so si zelo blizu. Gospa zdaj ve tudi vse o družinah svojih kolegov. Če kdaj ne gre na izlet, jo takoj obda več telefonskih klicev. Vse to se ji je zdelo še premalo, ni bila čisto zadovoljna in odločila se je, da potegne na dan stari fotoaparati. Dogodke v sorodstvu ali pri prijateljih je od takrat dalje vedno slikala. Vse fotografije se ji niso posrečile. Čeprav so jo hvalili, je bila njena predstava o lepi sliki drugačna. Brskala je po antikvariatu in med starimi knjigami našla poceni priročnike. Skrbno jih je preučila. Po petih letih se je odločila, da se posveti umetniški fotografiji. Veliko truda je bilo treba za to, da napravi zares dobro fotografijo. Najbolj uspele je uporabljala za čestitke in voščilnice, občasno je kakšno povečano sliko dala bližnjim kot darilo.

Upirajte se diskriminaciji po starosti

Diskriminaciji po starosti (zelo očitni v naši družbi!), zapostavljanju in podcenjevanju starejših se morajo najprej upreti starejši sami. V vsakdanjih dogodkih in drobnih gestah drugih ljudi morajo prepoznati predsodke in socialni stereotip, nanj odgovoriti in se mu upreti. Na glas morajo izraziti svoj pogled in ugovarjati omejevanju, na katerega naletijo. Poglejmo zdaj nekaj primerov. Visoko izobražen 68-letni moški se je odločil, da gre na operacijo krčnih žil še na drugi nogi, ker so težave postale zelo moteče (pred 15 leti so mu uspešno operirali eno nogo!). Zdravnica specialistka ga je pregledala in ugotovila: »Osebam po šestdesetem letu starosti teh operacij ne delamo več, delamo jih samo mlajšim.« In vendar so vsi starejši ljudje celo življenje plačevali socialno zavarovanje, zdaj, ko bi te storitve zares potrebovali, pa jim povedo, da nege niso potrebni oziroma je niso vredni. Prizadet in osramočen je naš znanec poskušal čimprej izginiti iz ambulante, ne da bi kaj rekel ali se uprl. Morda je menil, da je tudi za to že prestar? Kdo mu bo urejal »socialno posteljico«, če si je ne bo sam? Sramoto je doma zamolčal tudi hčerki – zdravnici. Preko znancev je dobil specialista v Mariboru. Temu se je zdelo prestižno, da hodijo k njemu v Maribor tudi pacienti iz Ljubljane. Po uspešni operaciji zdaj živi brez težav.

Drugi primer: V Piranu so imeli akcijo merjenja krvnega pritiska v javnosti. Merili so ga mimoidočim. Zelo se ga je razveselila 80-letna profesorica tujih jezikov. Zelo aktivna in živahna, še vedno polno zaposlena s prevodi, inštrukcijami in planinstvom je imela občutek, da premalo nadzoruje svoje zdravje. Merjenje pritiska se ji je ponudilo kot lepa priložnost. Medicinska sestra je začela izpolnjevati obrazec, druga ji je že nastavila aparat. Ko je na vprašanje, koliko je stara, povedala, koliko ji je let, se je vse končalo. »Nič ne bo! Pritisk merimo samo do 65 leta.« In že so aparat nataknil na mlajšo roko. Začela je ugovarjati. To se je mlajši ekipi merilcev zdelo še bolj nenavadno in nemogoče. V takšnem primeru bi bilo najbolje ekipo najprej povprašati po razlogih, če pa ne bi pomagalo, bi bilo dobro poklicati na pomoč novinarje ali morda kakšno društvo, ki se ukvarja z zagovorništvom enakih možnosti in pravic za vse.

Tretji primer: Zazvoni telefon in predstavi se mlada raziskovalka iz zasebnega inštituta, ki za državni denar dela raziskavo in zbira mnenja občanov. 63-letna gospa vljudno odgovarja, ker je prepričana, da je potrebno znanost podpreti. Po nekaj vprašanjih je treba povedati starost.

Vsega je konec. »Oh, nič ne bo! Mi anketiramo in zbiramo stališča samo do ljudi 60-ega leta starosti.« In raziskovalka je prekinila telefonsko zvezo. Ali stališča starejših niso pomembna? Ali ni v Sloveniji četrtna prebivalstva v kategoriji upokojenec(-ka)? Ali je mogoče graditi demokracijo samo na treh četrtinah prebivalstva?

Četrty primer: Družina si je finančno opomogla in se iz stanovanja v bloku preselila v vrstno hišo. Spoznavali so nove sosede. 58-letno gospo je zelo presenetil 90-letni sosed. Še vedno se je vozil v trgovino s kolesom. »Zelo se čudim, da se pri taki starosti še vedno vozite s kolesom,« mu je nekega dne zaupala. »Vozil se bom, dokler bom mogel. Ne vem, zakaj se sedaj ne bi vozil. Na kolesu sem bil vse življenje, kot da sem rojen z njim. Vsa kolesa pri hiši (hčerkino, zetovo, vnukovo) znam samo jaz popravljati.« »Jaz pa sem svoje kolo pri 42-ih letih oddala, ker se mi je zdelo, da sem za kolesarjenje prestara.« Stereotipi o starejših ljudeh so, tako kot velja tudi za druge stereotipe, zmeraj povezani z okoljem, v katerem nastanejo. Če se nam zdi, da se starejši ljudje ne morejo gibati, da morajo sedeti lepo v miru, za zapečkom, pa morda že v sosednji Avstriji niso povsem takega mnenja. Sicer tam ne bi srečevali jat starejših ljudi, ki tako kot vsi drugi, ali celo hitreje, v oprijeti kolesarski opravi, s čelado na glavi in na kolesih otovorjenih s prtljago, premagujejo kilometre vzdolž Donave, vse od Passau-a do Bratislave. Še več, združujejo se v študijske skupine, ki se neprestano podajajo na pot v druge države. Lep primer kulturnega turizma v starosti!

Peti primer: 70-letna gospa se odloči, da bo zamenjala avto. Nov avto bo bolj zanesljiv, ker sama ne ve kaj veliko o popravilu avta. V avtomobilskem salonu si ogleduje avtomobile. Prodajalec jo gleda z začudenjem in s posebnim nasmeškom na obrazu. Ko ga opazi, mu pojasni, da kupuje nov avto. Ima Opel Astro, a vedno si je želela Vectro... »Aha! Glejte, gospa, za vas bi bilo primerno kaj takega,« pravi prodajalec in jo odpelje v oddaljen kot avtomobilskega salona k najmanjšemu avtomobilu. Prodajalec je verjetno opazil šok in razočaranje na njenem obrazu, a vzroka ni dojel. Ponovno se je potrudil. »Poglejte še to poceni Astro! Izdelana je sicer na Poljskem in ni modernih oblik, je pa za polovico cenejša od nove nemške Aste.« Presodil je, da bi za staro gospo bil ta poceni avto več kot dober, ker je za starejše dobro tudi kaj slabšega.

Podobne primere najdemo na vsakem koraku in pritisk na starejše, da ostanejo znotraj kalupa, je zelo močan. Neprimerne ocene in stališča mlajših lahko starejši zavrnejo in izrazijo svoje mnenje, gredo z njimi v dvogovor. Ni dobro, da molče prenašajo vse, kar jim navržejo. S

svojimi odločitvami in vedenjem lahko dokažejo, česa so sposobni in kakšne ambicije, želje in potrebe imajo.

Podcenjevanje starejših ljudi in družbeni razvoj v informacijski družbi

Vse znanje in bogate življenjske izkušnje starejših nič ne pomagajo, če razmišljajo in ravnajo v skladu z družbenim stereotipom. Ljudje so navajeni, da je starost nekaj, kar je vredno podcenjevanja, zato se navadno temu ne upirajo in diskriminacija po starosti je značilna zlasti za socialno zaostale družbe industrijskega sveta. V informacijski družbi si z močjo mišic, ki morda v starosti vendarle plahni, ne moremo kaj veliko pomagati. Pomembno je, ali se znamo hitro in pravilno odločati, se vživljati v ljudi, se z njimi primerno sporazumevati, ali znamo stvari tudi predvidevati itd. Starejši imajo vse naštetu pri roki. Na sodobni stopnji razvoja moč mišic ni več najpomembnejša. Za življenje so zdaj pomembne informacije, znanje, izkušnje in osebnostne lastnosti ter sposobnosti, kot je npr. sposobnost vživljanja v druge, socialno predvidevanje, sposobnost pravilnega odločanja med možnostmi, odpornost za stres, itd. Mnogo tega imajo starejši, ker so jih oblikovali življenje in doživetja. Mnoga tega, kar od nekoga, ki je šele zapustil šolske klopi, ne moremo pričakovati.

Razvoj deluje v dobro temu, da pridobijo starejši z drugimi enakovreden položaj v družbi. Kako hitro se bo to zgodilo, je v veliki meri odvisno od starejših samih, od družbenega, političnega, ekonomskega in kulturnega razvoja družbe. Odvisno je od vrednot, ki bodo v prihodnje uravnavale mišljenje in ravnanje ljudi. Če se bo družba humanizirala in če bomo višje cenili ljudi od ekonomskih ciljev in zahtev, tedaj bo tudi položaj starejših ljudi drugačen. »Povej mi, kakšen je v tvoji družbi položaj starejših ljudi in povem ti, v kakšni družbi živiš«, pravijo nekateri.

Usposabljanje za novo trajnejšo dejavnost

Po upokojitvi si ljudje zaželijo, da bi počeli kaj novega. Vračanje v staro dejavnost ali prejšnjo službo jih vedno razočara. Prejšnjega položaja tam nimajo več in hitro dobijo občutek praznine. Počutijo se odveč. Za to, da bi počeli nove stvari, pa se morajo še česa naučiti. Pogosto se starejši izobražujejo, ker bi radi z novim znanjem začeli kaj novega, npr.: sodelovanje pri telefonu »klic v stiski«, svetovanje pri načrtovanju življenja in poklicne poti mladih, računalniška prodaja izdelkov. Uspešno bi radi vrtnarili, razstavljali bi svoje slike na

razstavi, preoblikovali bi knjigovodstvo tega ali onega obrtnika, preuredili dom, dopisovali bi si, se ukvarjali z novinarstvom itd. Samo žele in vedeti ni dovolj. Tudi ni dovolj, da ima nekdo bogate izkušnje. Šele, ko človek z znanjem in izkušnjami lahko nekaj počne, se znanje družbeno uveljavi. Človek pa se samopotrjuje, ker dobi od ljudi odziv.

Temeljitejše usposabljanje za novo dejavnost potrebujejo starejši, ker se morajo lotiti neke sorazmerno trajne dejavnosti. Enkratne stvari ne zadostujejo, da bi z njimi zadovoljili osnovne psihosocialne potrebe ljudi.

Če se znova vrnemo k slikanju: če bi šel nekdo naključno na slikarsko razstavo, bi bil to zanj tako bežen dogodek, da ne bi prav nič prispeval k njegovi povezanosti z okoljem. Drugače bi bilo, če bi se v slikarstvo poglobljaj, si na koledarju vsak mesec zaznamoval, katere razstave želi videti, in se odločil, kaj ga zlasti zanima. Vtise z razstav bi zlagoma uredil. Spoznal in povezal bi se z ljudmi s podobnimi zanimanji, na otvoritvah bi spoznal slikarje in ljubitelje slikarstva. V družbi bi se o slikarstvu pogovarjal kot poznavalec, v tem bi užival in dokazal drugim, da o tem veliko ve. Čez čas bi se lahko tudi sam vpisal v študijski krožek za slikarstvo in začel še sam slikati.

No, to je le en primer trajnejše in strukturirane, čeprav prostočasne dejavnosti. Nekaj, kar nam je slučajno enkrat uspelo napraviti, nam nedvomno ne bo prineslo družbenega priznanja.

Delo kot osnova za pridobitev in kot ohranjanje družbenega položaja

V družbi so ljudje z visokim, srednjim, nižjim ali zelo nizkim družbenim položajem. Osebe na najvišjem družbenem položaju so ugledne, imajo velik vpliv na okolje, bolj jih upoštevajo, uživajo v družbi nekatere privilegije in vse, kar poskušajo, lažje dosežejo kot drugi. V naslednji nižji socialni kategoriji so ljudje s srednjo družbeno močjo in ugledom. Te sicer okolje manj upošteva in jim nakloni manj dobrin, vendar še vedno dovolj, da lahko dosežejo svoje cilje in zadovoljujejo svoje potrebe. Pri ljudeh z nizkim družbenim položajem pa je boj za obstoj mnogo trši. Za vsako dobroto se morajo zelo truditi in boriti. Ker nimajo družbenega vpliva, niso ugledni in je njihova družbena moč zelo majhna, naletijo v okolju na mnoge ovire. Vso svojo energijo morajo uporabiti za to, da sploh preživijo. Po upokojitvi se človek znajde v podobni situaciji, ker je z zaključkom službe izgubil svoj socialni položaj. Upokojenci so kategorija prebivalstva, izločena iz družbe. V razvitih državah se trudijo, da bi

olajšali življenje ljudem z nizkim družbenim položajem in socialno izločenim. Ustanove za izobraževanje odraslih tako pripravljajo posebne izobraževalne programe o tem, kako povečati svojo družbeno moč, pa tudi politično, psihološko in ekonomsko moč.

Ob upokojitvi človek izgubi družbeni položaj, ker je bil ta odvisen od službe in poklicnega dela, s katerim je bil vpet v družbo. Tudi zaradi starosti ga okolje potiska vedno bolj na rob družbe. Z novo dejavnostjo si upokojenec(-ka) ponovno postavlja svoj družbeni položaj. Ponovno postaja nekdo, ponovno mu rasteta ugled in vplivnost, pridobiva si družbeno moč, brez katere je zelo težko živeti. Pri ljudeh žanje priznanje in tako ga ponovno začnejo upoštevati in spoštovati. Delo in ustvarjanje povezuje ljudi v skupnost. Starejši človek, ki se je denimo po upokojitvi učil tujega jezika, se naučil prevajati in je na koncu izdal pesniško zbirko, dobi dosti več odzivov kot tisti, ki čepi v kotu med štirimi stenami. Ali pa tisti, ki se je po upokojitvi, denimo, usposabljal za razumevanje odnosov med ljudmi, postane pomemben svetovalec ljudem v svojem okolju. Radi prihajajo k njemu in ga spoštujejo.

Pomemben del »polnega življenja« tudi po upokojitvi je ustvarjalno, proizvodno in (ne sme nas biti sram reči!) tudi pridobitno delo. Zakaj ne bi človek po upokojitvi tudi sam kaj storil za svoje gmotno blagostanje? Zakaj bi morala biti starost povezana z revščino in pomanjkanjem? Pokojnina je samo eden od virov vzdrževanja. To nam v javnosti neprestano ponavljajo. Prihaja kot renta iz zavarovanja, plačanega v drugem življenjskem obdobju. Pokojnina ni miloščina mlajših dejavnih prebivalcev starejšim, ampak je jasen ekonomski odnos med rodovi. Vzajemnostna pogodba med rodovi, pravijo. V času službe je iz solidarnosti posamezen človek del svojega denarja dajal pokojninskemu zavarovanju. Morda bi ga lahko sam bolje naložil v donosnejše oblike! Starejši ljudje imajo dovolj moči, sposobnosti, znanja in izkušenj, da lahko prevzemajo občasna dela in krajše odgovornosti. Tam, kjer ne bi mogli zaposliti človeka za poln delovni čas, lahko za nekaj ur na teden »vskoči« upokojenec(-ka). Zakaj bi v družbi znanje in sposobnosti ljudi zavrgli, če ugotavljamo, da nam znanja manjka? Zakaj bi starejši človek skrival to, kar zna in zmore?

Omejevalni predpisi in zakonodaja

Slovenska zakonodaja preprečuje, da bi po upokojitvi še živeli v skladu s svojimi sposobnostmi in zanimanji. Na razne načine, z več zakoni in predpisi omejuje delovanje starejših. Vse mreže ustanov so namenjene mlajšim. Starejši nimajo organiziranih oblik

javnega življenja. Zakon prepoveduje, da bi upokojenci še raziskovali, prevzeli novo delo, itd. Malo stvari lahko počnejo, če se odločijo, da bodo še naprej uporabljali svoje sposobnosti in znanje in delali. Malo stvari jim zastareli zakoni dovoljujejo. Še več, govor je, da bi tiste, ki delajo in prispevajo k družbenemu in ekonomskemu razvoju, kaznovali tako, da bi jim odvzeli del prisluzene pokojnine.

Precejšen del svobode bi upokojencem priborili, če bi npr. Zveza društev upokojencev in druge organizacije družno dosegle, da se omejevalni zakoni in predpisi popravijo ali povsem ukinejo. Vsi se lahko pojavljamo svobodno na trgu in dokazujemo svoje zmožnosti in kvalificiranost, samo starejši ne, ne glede na to, koliko so sposobni. V družbi tako brezskrbno izgubljam del človeškega kapitala in to v času, ko se moč neke družbe (države) meri prav po njem. Z omejevalnimi zakoni izgublja posamezna starejša oseba svojo svobodo in družba potrebne potenciale. Na škodi sta obe strani. Omejevanje in diskriminacija nikomur ne koristita.

Upokojevanje starejših delavcev ni nikoli povečalo števila delovnih mest za mlade, lahko pa je prekinilo tradicijo in kontinuiteto nekega podjetja ali ustanove. Brez prisotnosti starejših zaposlenih morajo mladi delo in pogoje dela spoznavati znova od začetka. Delovne zmožnosti različnih rodov se med seboj dopolnjujejo. Vsakdo lahko prevzame svoj delež ustvarjanja in dela. To preprečuje socialno izločenost starejših in kulturno ter delovno osiromašenost mladih.

Kaj lahko storimo proti socialni izločenosti starejših?

Osnovnošolci so na pobudo Zveze društev upokojencev pisali prosti spis o starejših ljudeh. Pisali so na tri teme: »Kakšen bom, ko bom star?«, »Stari ljudje v moji ulici« in »Moja dedek in babica«. Raziskavo spisov smo opravili na Oddelku za pedagogiko in andragogiko Filozofske fakultete v Ljubljani. Prišli smo do zanimivih ugotovitev. Čimbolj pišejo otroci na sploh o starosti, tem bolj negativna so njihova mnenja o starejših, ker se izražajo pod vplivom stereotipa. O starih iz njihove ulice že pišejo bolj pod vplivom dejanskih vtisov in izkušenj in njihova mnenja o starejših so bolj pozitivna od prejšnjih. Največ doživetij imajo s svojimi babicami in dedki, zato so njihova mnenja o starejših v teh spisih najbolj pozitivna in vesela. Pokazala se je jasna zakonitost, da čimbolj se mladi družijo s starejšimi, tem boljše mnenje imajo o njih. Izkušnje postopoma razbijejo negativen stereotip o starosti. Neposrednih

izkušenj in druženja s starimi ljudmi pa mladi ne morejo imeti veliko, če so starejši socialno izločeni, živijo v samoti in se nimajo kje pojavljati.

Pomanjkanje skupnega izkustva predsodke o starejših še bolj utrdi. « Sanjal sem, da sem star in ko sem se zjutraj zbudil iz te more, sem se oddahnil!« je zapisal četrtošolec. Starost je ena sama izguba v stereotipnem pogledu ljudi in ni čudno, da ga je fant tako dramatično izrazil v svojem spisu.

Življenje teče po zelo konkretnih poteh. Ugotavljamo negativne pojave diskriminacije ljudi po starosti kot so: izguba družbenega položaja, siromaštvo, socialna izločenost, negativen odnos okolja do starejših itd.

Že ob upokojitvi se vedenje starejših prilagodi pričakovanjem okolja in njegovim predstavam o starosti. Postajajo podredljivi, pasivni, umikajo se v samoto, čeprav ni pravega razloga za to. Ker se počutijo socialno izločeni, se trudijo, da bi se pravilno obnašali in bili med ljudmi sprejeti. S tem svoje želje, sposobnosti in potrebe podredijo predstavam ljudi v okolju. Poskušajo biti skrbni do drugih, zmeraj na razpolago. Tarnajo o nadlogi let... Skratka, želijo biti čim bolj prilagojeni stereotipu.

V začetku marsikaj zaigrajo, se pretvarjajo, npr. da jim samota prija, da so »po naravi pasivni«, potem pa jih te lastnosti postopoma zares prevzamejo. Ali se socialnemu stereotipu o starosti že na začetku uprejo in hodijo dalje svojo samostojno pot, ali pa jih pritiski okolja spremenijo in pohabijo. Veliko je odvisno od osveščenosti ljudi in od tega, kako so osebno razviti. Oboje jim bo pomagalo pri tem, da branijo svoje interese.

Če bodo verjeli, da si v šestdesetih letih svojega življenja ne morejo več najti prijateljev, tako kot menijo drugi, potem jih tudi ne bodo več našli. Če bodo prepričani, da so prestari za učenje, se bodo vedno manj učili in hitro propadali. Namesto na predsodke naj bi se opirali na to, kar dejansko zmorejo in želijo. Borili naj bi se, da to tudi uresničijo.