

SENYVO AMŽIAUS ŽMONIŲ EGZISTENCINĖ VIENIŠUMO PERSPEKTYVA

Akvilė Virbalienė, Petras Šiurys, Andrius Vaitkevičius

Klaipėdos valstybinė kolegija, Klaipėdos universitetas

Anotacija

Straipsnyje pristatomas senyvo amžiaus žmonių egzistencinis vienišumas, kaip reiškiny. Analizuojamas egzistencinio vienišumo konceptas filosofiniu, teologiniu, psichologiniu, sociologiniu aspektais. Senyvo amžiaus žmonių egzistencinis vienišumas traktuojamas kaip socialinė problema, kylanti sumažėjus socialinių gebėjimų, esant individualių skirtumų. Pristatomi egzistencinio vienišumo ženklai ir atpažinimo būdai.

PAGRINDINIAI ŽODŽIAI: vienišumas, egzistencinis vienišumas, senyvo amžiaus žmonės, būsena.

Abstract

The article presents the phenomenon of the existential loneliness of elderly people. The concept of existential loneliness is analysed from philosophical, theological, psychological and sociological points of view. The existential loneliness of elderly people is treated as a social problem that begins with a decrease in social abilities and individual differences. Signs of existential loneliness and methods of recognition are presented.

KEY WORDS: loneliness, existential loneliness, elderly people, status.

DOI: <http://dx.doi.org/10.15181/mtd.v0i8.2483>

Įvadas

Daugelis mokslininkų iki šiol nesutaria dėl aiškios pagyvenusio amžiaus tarpsnio ribos, nes jį psichologai vertina ne remdamiesi biologinio amžiaus rodikliu, o labiau vertindami žmogaus socialinę raišką. Psichologijos mokslų atstovai senėjimą tyrinėja tiek remdamiesi amžiaus kriterijumi, tiek nagrinėdami kognityvinius procesus ir pažinimo pokyčius. Vis dėlto šis amžiaus tarpsnis labiau lieka stereotipų ir mitų pagrindu, formuojamas neigiamo baimės, paradimais ir vienatvės grindžiamo įvaizdžio.

Praeito amžiaus pabaigos aštuntojo dešimtmečio psichologijos mokslų tyrimai atskleidė, kad senyvo amžiaus žmonės turi reikšmingų poreikių, kurių psichoterapija, socialinis darbas ar kitos pagalbos sritys negali patenkinti, nes vyresnio amžiaus žmonėms kyla prasmės, orumo, religijos, meilės, reikalingumo, moralės, mirties ir kitų egzistencinių klausimų (plg. Erichsen, Buessing, 2013). Vadinas, šie poreikiai rodo atotrūkį tarp konkrečių senyvo amžiaus žmonių lūkesčių ir esamos padėties. Arba kitaip, jeigu žmogus pats savarankiškai neįveikia iššūkių, jam kyla specifinių poreikių, kuriuos reikia atpažinti ir siūlyti konkrečias jų tenkinimo strategijas.

Dažniausia specialistai dirbdami su senyvo amžiaus žmonėmis yra pastebėję vienišumo problemą, kurią sukelia atsiribojimas nuo savęs paties, savęs atmetimas (plg. Moustakas, 2008). Šie potyriai aiškiai iliustruoja egzistencinės vienvės reiškinį senyvo amžiaus žmonių gyvenime. Egzistencinio vienišumo problemos nesprendžiant, kyla psichosocialinių problemų, kurios tampa egzistenciniu nerimu ir sukelia beprasmybės jausmą, kurį I. D. Yalom'as (1980) įvardija kaip vieną iš keturių egzistencinių „dovanų“ šalia mirties, laisvės ir izoliacijos.

Vyresnio amžiaus žmonių vienvės tyrimų yra nemažai. Juose aprašomos strategijos, siekiant mažinti vienišumo potyrį, organizuojant socialinę ir fizinę veiklą, lengvinant žmonių socialinį bendravimą (plg. Vedreckytė, Žiuliukienė, 2019; Gaižauskaitė, Vyšniauskienė, 2019; Mikulionienė, Rapolienė, Valavičienė, 2018; De Leo, Trabucchi, 2018; Santaera, Servidio, Costabile, 2017; Österlind ir kt., 2017; Lindberg ir kt., 2015). Tyrimų, kuriuose didžiausias dėmesys skiriamas vyresnio amžiaus žmonių vienišumui Europos kontekste, reta. Apie senyvo amžiaus žmonių egzistencinius poreikius ir egzistencinį vienišumą kalbantys M. Sjöberg'as, A. K. Edberg'as, B. H. Rasmussen, I. Beck (2019) sutartinai pabrėžia egzistencinio vienišumo supratimo būtinybę ir siūlo jo mažinimo strategijas, kurios susijusios su pripažinimu, rūpesčiu, prasmingais minčių ir jausmų mainais.

Straipsnio objektas – senyvo amžiaus žmonių egzistencinis vienišumas.

Straipsnio tikslas – atskleisti senyvo amžiaus žmonių egzistencinio vienišumo perspektyvą.

Metodai: mokslinės literatūros analizė, interpretacija, sintezė.

1. Ontologinė vienišumo dimensija

Egzistencinė vieatvė mokslinėje literatūroje kartais apibūdinama kaip egzistencinė izoliacija. Ši būseną aprašyta vertinant iš filosofinio požiūrio taško, daugiausia egzistencialistų mokyklos atstovų. Jų raštuose nemažai dėmesio skiriama žmogaus egzistencijos ir gyvenimo prasmės klausimams. Ir klausimams, kurie susiję su gyvenimo prasme ir atsakymo į klausimą, kas gi yra žmogus, paieška? Ar jam būdingi vieatvės, saviizoliacijos, nesupratimo jausmai?

Viktor'as Frankl'is (2009) pabrėžia, kad egzistencinė vieatvės dimensija nėra kažkas, ką galėtume ignoruoti, nes tai yra buvimo žmogumi dalis. Remiantis šiuo autoriumi, vieatvė yra tai, be ko pats žmogiškumas nebūtų visa apimantis, be ko žmogiškai prigimčiai kažko trūktų. Vieatvė – būseną, jauseną, dažnai ir subjektyvi, labai asmeniška patirtis, kuri kartu neatsiejama ir nuo kiekvieno pasaulyje gyvenančio žmogaus patirties. Šiuo požiūriu vieatvės patirtis yra kažkas ypač unikalaus, kartu kažkas gerai pažįstamo visiems žmogiškosios prigimties dalininkams. Taigi tai tikrai daugiasluoksnė patirtis, kuria žmogus gali dalintis su kitais perteikdamas savo asmeninę patirtį, kartu atpažindamas kituose, jų patirtyse kažką panašaus į tai, ką jis pats išgyveno ar išgyvena.

2. Egzistencinio vienišumo koncepcijos pagrindai

Analizuojant egzistencinį vienišumą iš daugiadisciplinės perspektyvos būtina aptarti skirtingų mokslo šakų teorinius konceptus ir perspektyvas, pagrįstas žinomais tarptautinių mokslininkų darbais.

Žvelgiant iš socialinio darbo perspektyvos, C. R. Victor'as ir kt. (2005) vyresnio amžiaus žmonių vieatvę apibūdino kaip socialinę problemą, kurią būtina spręsti. Tik šiuolaikinėje visuomenėje gyvenimas po vieną išgalėjo kaip masinis reiškinys, kuris išaugo iki socialinės problemos. Teigiama, kad vienišumas yra problemiškas, nes didina psichinių ir fizinių ligų riziką vyresnio amžiaus žmonėms. Didelę įtampą sukelia artimiesiems, apsinkina sveikatos priežiūros ir socialinių paslaugų teikimo sektorių veiklą.

Kalbant iš bendruomenės perspektyvos senyvo amžiaus žmonių vienišumas verčia abejoti visuomenės vertybių sistemos stiprumu ir jos solidarumo jausmu (płg. Durkheim, 1960). Vieatvė turi savo socialinį kontekstą: „Ištraukta iš

socialinio konteksto ji tampa tuščia kategorija“ (Ten pat, 48), jos kilmė yra tiek išorinio, tiek vidinio pobūdžio. Tikėjimas, kad vienvė turi tik istorinį ir socialinį pagrindą, yra neteisingas, žalingas. Laikantis šio požiūrio žmonės nebeatsakingi už savo asmeninę patirtį ir reikalus. Jie tampa istorinių aplinkybių aukomis.

Vienatvės priežastys daugiausia glūdi vidiniame pasaulyje, charakteryje, apima emocijas ir funkcionavimo ypatumus. Tai susiję su neigiamu, netinkamu savęs supratimu. Vienatvės paveiktam žmogui būdinga savęs nemėgti, menka savivertė, savęs nepriėmimas, iškreiptas savivaizdis. Dažnai toks žmogus nemėgsta ir kitų žmonių. Jam būdinga emocinė individo nebranda, skurdi, archajiška individo veikimo sistema. Susidaro vaizdas, kad kalbant apie vienvė patys svarbiausi yra socialiniai gebėjimai – instituciniai ir savaiminiai. Skurdi, schematiška, netinkama socialinių veiksmų, ypač savaiminių ir neplanuotų, sistema greičiausiai yra pagrindinė vienvės priežastis. Tačiau kiti autoriai – L. C. Hawkey'us, J. T. Cacioppo (2007) teigia, kad vyresnis amžius koreliuoja su vienvė. Su amžiumi auga vienvės jausmas ir socialinė izoliacija. Šios koreliacijos stiprumas priklauso ir nuo individualių skirtumų: gyvenimo būdo, atsparumo stresui, įvairių patirčių, esamų socialinių ryšių, sveikatos būklės.

Tokį pat ryšį aprašo ir J. Schnittker'is (2007). Jo teigimu, amžiaus ir vienvės tarpusavio ryšys toks stiprus, kad priklauso ne vien nuo to, ar žmogus gauna paramą, tiesiog metams bėgant žmonės tampa vienišesni. Turėdami didesnę paramą, net ir būdami vieniši, žmonės jausis mažiau vieniši nei tie, kurių socialinė padėtis prasta. Būtina pabrėžti, kad fizinis vienišumas, kai aplinkui tiesiog nėra kitų žmonių, yra ypač slegiantis jausmas, tačiau tai ne sielvartas, greičiau liūdesys, nesant kitų žmonių kompanijos, bendravimo ilgesys. Ši patirtis glaudžiai siejasi su socialine izoliacija, kuri yra objektyvi socialinio tinklo dydžio ir sandaros priemonė, tuo tarpu socialinė vienvė – subjektyvi socialinio tinklo kokybės priemonė.

Socialinė izoliacija yra asmeninio lygmens savybė, nuo konteksto priklauso ir vienvė. Pavyzdžiui, žmogus gali būti socialiai izoliuotas – neturintis objektyvaus socialinio tinklo ar turintis menką socialinį tinklą, bet tai nebūtinai reiškia, kad jis jaučiasi vienišas. Atsižvelgiant į individualius poreikius ir socialinių normų derinį, gali jaustis neįjaukiai būdamas vienišas, esant menkam bendravimo tinklui, bet gali kentėti nuo vienvės net ir būdamas tarp žmonių.

Žvelgiant iš sociologijos perspektyvos vienišumas yra daugiaprasmiškas konstruktas, moksliniame diskurse jis dažniausia tiriamas kaip socialinė izoliacija santykyje su neigiamais fizinės ir psichikos sveikatos padariniais ar kaip socialinės rizikos veiksnys, ypač išryškėjantis senatvėje. A. Ågren'as (2017) vienišumą laiko reiškiniu, kuris gali priklausyti nuo visuomenės, istorinio ir kultūrinio konteksto. Sociologas Robert'as Weiss'as (1973) vieatvę apibūdina kaip emocinę ir socialinę izoliaciją. Emocinė izoliacija pasireiškia artimo emocinio ryšio nebuvimu, socialinė – tuo, kad nėra prieigos prie socialinio tinklo (angl. *social network*) (Tornstam, Rydell ir kt., 2010). Taigi daugelis sociologų sutaria, kad vieatvė yra žmonių susvetimėjimo pasekmė.

J. Szczepański's (1988) skiria dvi žmogaus egzistencijos būsenas – vienišumo ir vieatvės. Vieatvė yra kontaktų su kitais žmonėmis ir savimi stoka, o vienišumas yra būseną, kai bendraujama tik su savimi, dėmesį sutelkus tik į savo vidinį pasaulį. Vieatvė yra neigiama būseną, kurią lydi ne tik nerimas, bet ir mirties baimė, kaip paskutinė vieatvės forma. Ji daugiausia nulemta sutrikusio individo vidinio pasaulio vystymosi. Sociologijoje vieatvės esmė yra ta, kad senyvo amžiaus žmogus netenka kontaktų ne tik su kitais žmonėmis, tikslinėmis grupėmis, bet ir praranda ryšį su savimi pačiu.

Sociologai ieško, kaip pagrįsti vieatvę transformuojant ir funkcionuojant šiuolaikinėms visuomenėms. Pastebėta, kad šiais laikais civilizacijos pokyčiai stiprina neigiamą transformacijų kryptį tipinėse individo socialinėse kontrolinėse grupėse: šeimoje, mokykloje, universitete, darbo aplinkoje ir pan. Taigi vienišumas kelia pavojų mūsų išlikimui, tad kūnas sukūrė išpėjimo sistemą, kad vienišas žmogus grįžtų į visuomenę. Išpėjimo sistema kelia stresą, nerimą ir skausmą, t. y. tam tikrą nepatogumą, kurį patyręs žmogus ima ieškoti draugijos. Ir priešingai, geri santykiai aktyvina mūsų apdovanojimų sistemą (Cacioppo, 2014).

Psichologinė vienišumo refleksija neatsiejama nuo filosofinių ir sociologinių refleksijų, rečiau – nuo teologinių. Kalbant apie psichologinę refleksiją vienišumas ir vieatvė suvokiami ne tik kaip universali žmogaus prigimtine ir egzistencinė savybė, bet ir kaip individo vidinė, asmeninė patirtis, nulemta artimų ryšių su kitais žmonėmis stokos. Šios patirties pobūdis ne tik neigiamas (vienišumas, izoliacija, susvetimėjimas), jis gali būti ir teigiamas,

nes skatina žmogaus vystymąsi, transcendenciją, kūrybingumą, brendimą. Kiekviena asmeninė vienvė patirtis yra skirtinga. Paprastai ji susijusi su skausmu, kančia, ašaromis, baime ir nerimu, neviltingumu ar nerimavimu, tuštumos jausmu, nusivylimu, depresija, rūstybe, kalte, ilgesiu.

Vienatvės žavesį žmonės pastebi daug rečiau. Be vidinių priešasčių, susijusių su asmenybe, vienvė, anot psichologų, kyla ir esant tam tikroms socialinėms sąlygoms, pavyzdžiui, šiuolaikinė civilizacija su jai būdingomis tendencijomis. Taigi vienišumą egzistencijos kontekste tyrinėję M. Sjöberg'as ir kt. (2018) dėl vyresnio amžiaus žmonių egzistencinės vienvės padarė išvadą, kad tai nemalonus jausmas, neretai siejamas su mirtimi, onkologinėmis ligomis ir panašiai. M. Sjöberg'as, I. Beck'as ir kt. (2018) tai vadina egzistencine izoliacija ir daro išvadą, kad nepaisant tarpusavio santykių, egzistuoja neįveikiamas atotrūkis, kai žmonės yra visiškai vieniši.

V. E. Frankl'is žmogaus patirtį apibūdina kaip vidinę tuštumą ir beprasmybės jausmą. Tai pastebimai pasireiškia senyvame amžiuje. Taigi pažeidžiamų vyresnio amžiaus (75 m. ir vyresni) žmonių egzistencinė vienvė gali būti suvokiama kaip jausmas, kad esi įstrigęs silpname menkstančiame kūne. Kai esi priklausomas nuo kitų žmonių, mažėja tavo gebėjimas išsaugoti autonomiją ir kontroliuoti savo gyvenimą, auga beviltiškumo ir pažeidžiamumo jausmas. Gausėjantys praradimai kelia baime, kad tapsi visiškai priklausomas nuo kitų. Taigi supranti, kad mirtis yra neišvengiama ir galėtų būti išeitis.

Kai neįmanoma nuveikti reikšmingų dalykų, gailimasi dėl praeities sprendimų, apima egzistencinė vienvė. Jos patirtis siejasi su jaučiamu kitų abejingumu, nes tai lemia jausmą, kad esi niekam tikęs, tik objektas, aplanko apleistumo jausmas. Egzistencinė vienvė kyla tokiose situacijose, kai esi vienas ir negali su kažkuo užsiimti bendra veikla, pasidalyti mintimis, jauti fizinio artimumo stoką, tai kelia liūdesį, sielvartą, tuštumos ir apleistumo jausmą. Be to, ji neatsiejama nuo jausmo, kad nematai tikslo ir prasmės, tai apibūdinta kaip egzistencija vakuume, nulemta jausmo, jog esi pasimetęs, esi laukiamajame ir lauki mirties (Sjöberg, Beck ir kt., 2018).

J. Österlind'as, B. M. Ternstedt'as ir kt. (2017) ištyrė vyresnio amžiaus žmonių išgyvenimus tais momentais, kai artėja mirtis. Ši patirtis aiškinta kaip vienišumo jausmas, kurį papildo egzistencinė vienvė. Kadangi vyres-

nio amžiaus žmonės teigė turintys mažai galimybių pasikalbėti apie gyvenimą ir mirtį, Švedijoje inicijuota nacionalinė studija, skirta vyresnio amžiaus žmonių egzistencinės vienatvės patirties atskleidimui. Daugiadiscipliniškai išanalizavus egzistencinį vienišumą pateikta jo apibrėžtis, orientuota į pažeidžiamų vyresnio amžiaus žmonių patirtį. Egzistencinis vienišumas apibrėžiamas kaip supratimas, kad esi atsiskyręs nuo kitų žmonių ir visatos, pirmiausia patirdamas save kaip mirtingąjį arba, ypač krizės laikotarpiu, suprasdamas, kad nesitapatinti bendravimu gilioju žmogiškuoju, t. y. autentišku, lygmeniu, tad paprastai jauti neigiamas emocijas ar nuotaikas, pavyzdžiui, liūdesį, beviltiškumą, sielvartą, beprasmiškumą ar kančią (Edberg, Bolmsjö, 2019). Taigi egzistencinis vienišumas paprastai reiškia atsiribojimą nuo gyvenimo, tarsi įstrigus silpnumo akimirkose, kai su tavimi abejingai elgiamasi, neturi su kuo pasidalyti prasmingais gyvenimo momentais, nebematai gyvenimo prasmės (Sjöberg, 2018).

Vis dėlto egzistencinę vienatvę galima palengvinti, kai tave pripažįsta kiti, tai yra, kai esi jų rūpesčio objektas, patiri intymumą, vyksta prasmingi minčių ir jausmų mainai. Ją galima palengvinti pašalinus neigiamas mintis ir jausmus, prisitaikius prie esamos situacijos ir ją priėmus, į gyvenimą žvelgiant per dvasinę prizmę, sugebant atsitraukti ir prasiblaškyti (Sjöberg ir kt., 2019).

Filosofiškai į vienišumą galima žvelgti imant konkretų istorinį laikotarpį. Senovės ir viduramžių filosofija vienatvę apibūdina kaip pavienį pasinėrimą į save ir vėlesnį savo paties „aš“ aukštesnio transcendentinio pagrindo atradimą. Renesanso laikotarpiu filosofai vienišumo problemą ima svarstyti dialektiškai, teigiamas puses išskirdami kaip vienatvę, o neigiamas – kaip izoliaciją. Tačiau, pasak E. Levin'o (1994), savo egzistencijos su kitu negali pasidalinti. Gali tik leisti kitam būti greta. Tai patvirtina ir A. Šliogeris (2009), kurio teigimu, nesama kolektyvinės patirties ar kolektyvinio patirties objekto. Vadinas, nuo pat gimimo žmogus vienas pats viską jaučia ir suvokia. Vienas jis geriausiai save supranta, tad neretai kritiniais gyvenimo momentais arba pajutę poreikį ieškoti prasmės bei nusiramavimo, žmonės savo noru laikinai atsiskiria nuo visuomenės.

Taigi išryškėja du vienišumo aspektai: egzistencinis vienišumas, kuris yra neišvengiama žmogaus egzistencijos dalis, ir vienišumas, nulemtas atsiribo-

jimo nuo savęs paties ir savęs atmetimas, kuris nėra vienvė, labiau neapibrėžtas ir trikdantis nerimas. Egzistencinė vienvė yra vidinė ir fundamentali žmogaus gyvenimo realybė, kur dera skausmas ir kūrybos triumfas po ilgų vienvos valandų. Egzistencinę vienvę patiriantis žmogus save supranta kaip atsiskyrusį, vienišą asmenį, tuo tarpu žmogus, kuris yra vienišas ir dėl to jaučia nerimą, nuo savęs, kaip jaučiančio, sąmoningo žmogaus, atsiriboja.

Vienišumo filosofinė koncepcija paraleli teologinei vienišumo perspektyvai, kurios pradžia siekia viduramžius. Jos pagrindai, žinoma, užfiksuoti Biblijos tekstuose ir įvykiuose. Krikščionybė suteikia unikalią vienišo Dievo žmogaus – Jėzaus Kristaus – patirtį. Ji kviečia kiekvieną dieviškų tiesų ieškančią žmogų sekti Jo pavyzdžiu nuo gimimo iki mirties, kaupiant religinės vienvės patirtį. Religinės vienvės poreikio pripažinimą galima atsekti ir teologijos knygoje, ypač palaimintojo Aurelijaus Augustino darbuose. Jo pagrindinė mintis – vienišumas yra žmogaus atsiskyrimo nuo Dievo pasekmė (Aleynikova, 2018). Vienišumas, kurį Dievas tapatina su žmogumi, yra egzistencinis ir galiojantis visiems asmenims. Čia išryškėja pagrindinė antropologinė problema, kad žmogus buvo sukurtas kaip sociali, santykiuose esanti būtis, tačiau vis tiek, ypač mirties valandą, patirs aukščiausio vienišumo ar vienvės jausmus. Vienišumo samprata, remiantis Pradžios knyga, kartu su egzistenciniu žmogaus vienišumu „nupuolus“, leidžia vienišumo patirtį vadinti vertinga, suteikiant jai konkretų vaidmenį žmogaus gyvenime. Tai yra priimti ir mylėti save, pripažįstant savo nepaneigiamą dvasinę vertę.

3. Senyvo amžiaus žmonių egzistencinio vienišumo ženklai

Kiekvienas žmogus skirtingais gyvenimo laikotarpiais gali jausti vienvę, bet kai kuriems dėl to kyla didesnė rizika. Vyresnio amžiaus žmonės dažniau patiria socialinę izoliaciją ir vienvę, kaip pasekmę to, kad gyvena vieni, nebeturi artimų šeimos ryšių, susilpnėję ryšiai su aplinka ar negalėjimas (neretai nesant transporto) aktyviai dalyvauti vietos bendruomenės veikloje. Pažeidžiamų vyresnio amžiaus (65 m. ir vyresnių) žmonių vienvę patiriama kaip beviltiškumas, liūdesys, tuštuma, nerimas, buvimas nematomu kitiems, įkvėpimo stoka.

Patiriamą vienvė vyresnio amžiaus (85 m. ir vyresni) žmonės apibūdino kaip apleistumo ir gyvenimo daug ką praradus jausmą. Pažeidžiamų vyresnio amžiaus (75 m. ir vyresni) žmonių egzistencinė vienvė gali būti suvokiama kaip jausmas, kad esi įstrigęs silpname, menkstančiame kūne. Kai esi priklausomas nuo kitų žmonių, mažėja tavo gebėjimas išsaugoti autonomiją ir kontroliuoti savo gyvenimą, auga beviltiškumo ir pažeidžiamumo jausmas. Gausėjant praradimų, kyla baimė, kad tapsi visiškai priklausomas nuo kitų, taigi supranti, kad mirtis yra neišvengiama ir galėtų būti išeitis. Kai nebegali nuveikti reikšmingų dalykų, gailiesi dėl praeities sprendimų, apima egzistencinis vienišumas.

Be to, egzistencinio vienišumo patirtis lemia apleistumo jausmą, tai, kad esi niekam tikęs, tik objektas. Jis kyla situacijose, kai esi vienas ir negali su kuo nors užsiimti bendra veikla, pasidalyti mintimis. Fizinio artimumo stoka kelia liūdesį, sielvartą, tuštumos ir apleistumo jausmus. Be to, egzistencinis vienišumas neatšiejamas nuo jausmo, kad nebematai tikslo ir prasmės, esi lyg egzistenciniame vakuume, kurį lemia jausmas, jog esi pasimetęs, tarsi būtum laukiamajame ir lauktum mirties (Sjöberg, Beck ir kt., 2018). J. Österlind'as, B. M. Ternstedt'as ir kt. (2017) ištyrė, kaip slaugos namuose gyvenantys vyresnio amžiaus žmonės išgyvena artėjančią mirtį. Ši patirtis aiškinta kaip vienišumo jausmas nežinios situacijoje, papildęs egzistencinės vienvės jausmą. Vyresnio amžiaus žmonės teigė turintys mažai galimybių pasikalbėti apie gyvenimą ir mirtį.

Išsamiau pažeidžiamų vyresnio amžiaus žmonių egzistencinio vienišumo požymius apibūdino sveikatos priežiūros specialistai kokybinėje studijoje, kurią parengė M Sundström'as, A. K. Edberg'as ir kt. (2018). Egzistencinio vienišumo ženklai gali būti kontakto siekis, prašant dėmesio, arba pyktis. Šie požymiai aprašyti kaip būdingi vyresnio amžiaus žmonėms, turintiems įvairių bendravimo problemų. Kita egzistencinio vienišumo išraiška – kontaktų prašymas ar ilgesys, pavyzdžiui, dažnai net kelis kartus kreipiantis pagalbos, taip siekiama ryšio su žmogumi, artimumo ir intymumo. Šį socialinių kontaktų poreikį sveikatos priežiūros specialistai apibrėžė kaip nepasotinamą. Be to, vyresnio amžiaus žmonių egzistencinio vienišumo požymiai pasireiškia kaip apgailėstumas, kaltė, jausmas, kad esi niekam tikęs, nesvarbus kitiems, svetimas.

Egzistencinis vienišumas siejamas su didesniu drovumu, nerimu, pykčiu, silpnesniu socialinių gebėjimų jausmu, optimizmu, menkesne socialine para-

ma, tad primena vienišumą didinantį sindromą. Be to, vienišumui būdingas didesnis neigiamas poveikis ir dažnesnės neigiamos sąveikos, tad individai ne tik bendraudami su kitais skleidžia neigiamas emocijas, bet ir iš aplinkos perima neigiamas bendravimo patirtis, kurias toliau perduoda kitiems (Cacioppo, Fowler, Chistakis, 2009). Vienišiemis žmonėms būdinga menkesnė savigarba, jie linkę į save ir kitus žvelgti neigiamai. Dažniau nei nevieniši žmonės jie nesiūti, kad bus kitų priimti. Psichologų atlikti tyrimai atskleidė, kad vieniši žmonės linkę bendrauti su kitais vienišais žmonėmis, tad jų vienvė galiausiai tik auga (Cacioppo, Fowler, Christakis, 2009). Tyrėjų teigimu, vienvė yra fizinio skausmo socialinis papildymas, esant fiziniam skausmui, socialinis skausmas yra funkcinis, nes skatina individus jį mažinti, ieškoti bendravimo, kad jautųsi saugūs ir būtų patenkinti gyvenimu (Masi ir kt., 2011). Vis dėlto, bandant išsivaduoti iš vienvės, kuri komplikuoja gyvenimą, nepakanka, kad vienoje erdvėje esantys žmonės imtų bendrauti. Draugystės gali būti nepasiekiamos, nes vienišų žmonių mintys ir elgesys lemia, kad šie žmonės, kaip bendravimo partneriai, tampa mažiau patrauklūs vienas kitam.

Specialistai turėtų gebėti pastebėti visus požymius, kurie rodo būtinybę išreikšti emocijas, net jei asmuo atsisako kalbėtis ir prašo jį palikti vieną. Kalbant apie egzistencinį vienišumą, svarbu pabrėžti, kad kartais pats žmogus nesuvokia išgyvenęs vienvę, tad jaučia negalavimą, nepasitenkinimą, kuriuos gali lemti įvairūs veiksniai, įskaitant atsiribojimą nuo savo emocijų ir poreikių. Taigi darbuotojas ar bet kuris į pagalbą ateinantis žmogus vienvę išgyvenančiam asmeniui turi gebėti padėti atsakyti į jam rūpimus klausimus, įveikti visas kliūtis ir sunkumus, su kuriais gali susidurti spręsdamas egzistencines pagyvenusią žmonių vienvės problemas.

Išvados

Egzistencinio vienišumo, kaip reiškinių, analizė socialinio darbo kontekste atskleidė glaudų jo ryšį su socialine problema, kurios ištakos – menkesni socialiniai gebėjimai ir asmenų individualūs skirtumai. Senyvo amžiaus žmonių vienišumas glaudžiai susijęs su visuomenės vertybių sistema ir solidarumo sklaida visuomenėje.

Sociologijos požiūriu egzistencinis vienišumas traktuojamas kaip nuo visuomenės istorinio ir kultūrinio konteksto neatsiejamas daugiabriaunis konstruktas. Šiuolaikinėje visuomenėje didėja žmonių socialinė izoliacija, susvetimėjimas, lemiantis egzistencinį vienišumą.

Psichologijos požiūriu egzistencinis vienišumas susijęs su asmens vystymosi galimybėmis, geresniu savęs pažinimu, kūrybingumu, kita vertus, jis turi ir neigiamą aspektą, kai išgyvenamas liūdesys, beviltiškumas, sielvartas, beprasmybė ar kančia, suvokiant savo fundamentalų atsiskyrimą nuo kitų žmonių.

Filosofinis teologinis egzistencinio vienišumo suvokimo kontekstas išryškina du aspektus, kurie susiję su vienišumu, kaip neišvengiama asmens egzistencine dalimi ir atsiribojimu nuo savęs paties. Krikščionišku požiūriu tai tapatinama su religinės tiesos apie vieatvę ir pačios vieatvės poreikiu, kurios užduotis – atrasti prasmę vieatvėje, pripažįstant savo nepaneigiamą dvasinę vertę.

Senyvo amžiaus žmonių egzistencinio vienišumo ženklai visuomenėje gali būti matomi arba nematomi. Labiausiai atpažįstami yra neigiami jausmai ir išgyvenimai, tokie kaip liūdesys, nerimas, sielvartas, apgailėstavimas, kaltė, nereikalingumo jausmas ir panašiai. Ir egzistencinio vienišumo ženklai gali būti kontakto siekis, artimumo, intymumo poreikis, dar labiau didinantis asmens izoliaciją.

Literatūra

- Ågren, A. (2017) What are we talking about? Constructions of loneliness among older people in the Swedish news-press. *J Aging Studies*, 41, 18–27.
- Aleynikova, O. S. (2018). Loneliness in the history of philosophical culture. *Philosophy*, 7 (73), 119–122.
- Cacioppo, J. T., Fowler, J. H., Christakis, N. A. (2009). Alone in the crowd: The structure and spread of loneliness in a large social network. *Journal of Personality and Social Psychology*, 97 (6), 977–991.
- Cavallero, P., Ferrari, M. G., Bertocci, B. (2006). Loneliness and social relations: two aspects of the life of elderly women. [In Italian: Solitudine e relazioni sociali: due aspetti della vita delle donne anziane]. *Psychofenia*, 9 (14), 99–118.
- De Leo, D., Berardinelli, M., Scarpino, O. Trabucchi, M. (2018). Loneliness in Adolescents: A Flash Survey through Smartphones. *Open Journal of Medical Psychology*, 8, 45–52.

- Frankl, V. E. (2009). *Žmogus ieško prasmės*. Vilnius: Katalikų pasaulio leidiniai.
- Durkheim, E. (1960). *The Division of Labor in Society*. Illinois: The Free Press of Glencoe.
- Erichsen, N. B., Buessing, A. (2013). Spiritual Needs of Elderly Living in Residential/Nursing Homes. *Evidence-based Complementary and Alternative Medicine*, 5, 2–12.
- Gaižauskaitė, I., Vyšniauskienė, S. (2019). *Vyresnio amžiaus žmonių potencialas savanoriškai veiklai ir pagalba vienišioms vyresnio amžiaus žmonėms*. Tyrimo ataskaita. Lietuvos socialinių tyrimų centras.
- Hawkey, L. C., Cacioppo, J. T. (2007). Aging and loneliness: Downhill quickly? *Current Directions in Psychological Science*, 16 (4), 187–191.
- Yalom, I. D. (1980). *Existential psychotherapy*. Basic Books.
- Larsson, H., Rämgård, M. Bolmsjö, I. (2017). Older persons' existential loneliness, as interpreted by their significant others – an interview study. *BMC Geriatrics*, 17, 19–29.
- Levinas, E. (1994). *Etika ir begalybė*. Vilnius: Baltos lankos.
- Lindberg, E., Ekebergh, M., Persson, E. Hörberg, U. (2015). The importance of existential dimensions in the context of the presence of older patients at team meetings – in the light of Heidegger and Merleau-Ponty's philosophy. *International journal of qualitative studies on health and well-being* 19, 10–21.
- Masi, C. M. Hsi-Yan, C. Hawkey, L. C. (2011). A Meta-Analysis of Interventions to Reduce Loneliness. *Personality and Social Psychology Review*, 15 (3), 219–266.
- Mikulionienė, S., Rapolienė, G., Valavičienė, N. (2018). *Vyresnio amžiaus žmonės, gyvenimas po vieną ir socialinė atskirtis*. Vilnius: Lietuvos socialinių tyrimų centras.
- Moustakas, C. E. (2008). *Vienatvė*. Vilnius: Žmogaus psichologijos studija.
- Österlind, J., Ternstedt, B. M., Hansebo, G., Hellström, I. (2017). Feeling lonely in an unfamiliar place: older people's experiences of life close to death in a nursing home. *International Journal of Older People Nursing*, 12, 1–10.
- Österlind, J., Ternstedt, B. M., Hansebo, G., Hellström, I. (2017). Feeling lonely in an unfamiliar place: older people's experiences of life close to death in a nursing home. *International Journal of Older People Nursing*, 12, 89–99.
- Santaera, P., Servidio, R., Costabile, A. (2017). Elderly people and depression: the role of loneliness [In Italian: Anziani e depressione: il ruolo della solitudine]. *Psychogeriatrics*, 3, 22–29.
- Schnittker, J. (2007). Look (closely) at all the lonely people: Age and the social psychology of social support. *Journal of Aging and Health*, 19 (4), 659–682.
- Sjöberg, M., Beck, I., Rasmussen, B. H., Edberg, A. K. (2018). Being disconnected from life: meanings of existential loneliness as narrated by frail older people. *Aging Ment Health*, 22, 1357–1364.

- Sjöberg, M., Edberg, A. K., Rasmussen, B. H., Beck, I. (2019). Being acknowledged by others and being able to bracket negative thoughts and feelings: Frail older people's narrations of how existential loneliness is eased. *International Journal of Older People Nursing*, 14, 25–38.
- Sundström, M., Edberg, A. K., Rämgård, M. (2018). Encountering existential loneliness among older people: perspectives of health care professionals. *International Journal of Qualitative Studies on Health and Well-being*, 13 (1), 123–135.
- Szczepański, J. (1988). Individuality and society. *Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny*, 3 (22), 1–13.
- Šliogeris, A. (2009). *Melancholijos archipelagai*. Vilnius: Apostrofa.
- Tornstam, L., Rydell, M., Vik, I., Öberg, E. (2010). *The loneliness in Sweden 1985–2008* [In Swedish: Ensamheten i Sverige 1985–2008]. Uppsala: Department of Sociology.
- Vedreckytė, J., Žiuliukienė, V. (2019). *Vienišumą lemiančių veiksnių analizė*. Lietuvos socialinių tyrimų centras.
- Victor, C. R., Scambel, S. (2005). *The prevalence of, and risk factors for, loneliness in later life: A survey of older people in Great Britain*. *Ageing and Society*, 25, 357–375.

AN EXISTENTIAL PERSPECTIVE ON LONELINESS IN ELDERLY PEOPLE

Akvilė Virbalienė, Petras Šiurys, Andrius Vaitkevičius

Summary

Research by psychologists in the late 1990s showed that older people have significant needs that cannot be met by psychotherapy, social work, or other areas of help, as they face issues of meaning, dignity, religion, love and necessity, morality, death and other existential issues (Erichsen, Buessing, 2013). Professionals working with the elderly have noticed the problem of loneliness caused by self-alienation and self-rejection (Moustakas, 2008). These experiences illustrate clearly the phenomenon of existential loneliness in

the lives of the elderly. If the problem of existential loneliness is not solved, it causes psycho-social problems that turn into existential anxiety and cause a sense of meaninglessness, which Yalom (1980) identifies as one of the four existential ‘gifts’, along with death, freedom and isolation. Studies focusing on the loneliness of older people in a European context are rare. However, the existential needs and existential loneliness of the elderly are discussed by Edberg and Bolmsjö (2019) and Sjöberg *et al.* The aim of this study is to reveal a multidisciplinary perspective on the existential loneliness of elderly people.

A scientific analysis of the literature was performed. This method was chosen to reveal the phenomenon of existential unity from a multidisciplinary perspective, revealing the holistic and existential nature of loneliness. Existential loneliness is associated with a social problem, the origins of which lie in diminished social skills and individual differences between individuals. The loneliness of the elderly is closely linked to the value system of society and the spread of solidarity in society. From a sociological point of view, existential loneliness is treated as a multifaceted construct related to the historical and cultural contexts of society, and is therefore in a constant negative transformation within social groups.

From the point of view of psychology, existential loneliness is related to the possibilities of a person’s development, deeper self-knowledge, and discovery of creativity, while on the other hand, existential loneliness has a negative connotation of sadness, helplessness, grief, meaninglessness and suffering.

From a philosophical-theological perspective of the perception of existential loneliness, two aspects emerge relating to loneliness as an inevitable existential part of a person and isolation from oneself. From a Christian point of view, this is equated with the need for religious loneliness, whose task is to discover meaning in loneliness, while acknowledging its undeniable spiritual value.