

Какой у вас срок годности?

Когда Мария осталась без работы, она никак не думала, что не сможет вновь трудоустроиться. Богатейший опыт, умение ладить с людьми, отменная работоспособность, возможность трудиться сверхурочно, отсутствие маленьких детей как практически гарантия того, что сотрудница не будет бегать часто на больничный... Что еще нужно работодателю?! Как выяснилось, Мария не устроила руководителей всех восьми предприятий, потому что ей ...51 год. Правда, напрямую об этом соискательнице никто не сказал, дабы не нарушать закон.

■ Полина ВОРОБЬЕВА,
■ Ольга СМЕРНОВА

Откуда ноги растут

Этой весной фотограф Дмитрий Исхаков снял социальный проект, направленный на привлечение внимания к проблеме эйджизма – дискриминации по возрастному признаку. Цель проекта – поддержать людей, столкнувшихся с этой проблемой. Сам Дмитрий говорит, что в его окружении есть женщины, пребывающие в подавленном состоянии из-за отношения в обществе к людям 45+. В своем Instagram фотограф пишет: «В последние десятилетия технологии шагнули далеко вперед, и мы уже имеем возможность дольше поддерживать красоту, здоровье и бодрость духа. Однако женщины возраста 45+ все еще довольно часто воспринимаются пожилыми, несмотря на то что имеют те же и даже порой большие возможности для активной и счастливой жизни. В социальном проекте приняли участие 39-летняя Ксения Собчак, 42-летняя Елена Летучая и 59-летняя Сати Спивакова. Женщин обернули в целлофан, фольгу и крафтовую бумагу, нарисовали на теле штрихкод. Надпись на фото гласит: «Женщина не товар и не имеет срока годности». Несмотря на то что это общая проблема, особенно часто она касается женщин, так как общественные устои во многом еще остаются патриархальными».

Влияние гендерно окрашенного эйджизма встречается во всех сферах жизни и, конечно же, не ограничивается знаменитостями. В нашей культуре, ориентированной на молодежь, опытные сотрудники старше 50 лет часто сталкиваются с гендерно маркированным эйджизмом. Это как раз случай нашей героини.

Откуда же взялся эйджизм? Если обратиться к истории, то примеры дискриминации по возрасту мы найдем и там. Еще двести лет назад в России выходить замуж в шестнадцать считалось нормой, а до 1830 года невесте могло быть и тринадцать-пятнадцать лет. Более возрастные барышни не пользовались спросом. В XIX веке «застаревшей» могли назвать двадцатилетнюю невесту, а к двадцати пяти в отдельных губерниях девушкам добавлялись клички «перестарок», «засиделок» и просто «старых».

Сегодня возрастные рамки значительно сдвинулись. Замуж выходят позже, рожают детей и в 35, и в 40 лет, выглядят в свои 45 значительно моложе, чем женщины XX века. Но общество это словно не устраивает. Чем старше становится человек, тем больше он чувствует себя исключенным из общественной жизни, тем чаще сталкивается со снисходительным отношением молодых. И неважно, что он с легкостью учит третий язык и три раза в неделю ходит на фитнес. Это врачи. Потому что повсюду пишут и говорят, что с годами память слабеет, а тело стремится болеть.

Что делать

Как же человеку, переступившему пятидесятилетний рубеж, оставаться активным членом общества? И что делать, если тебя сократили/уволнили с работы и нигде не берут именно по причине возраста?

По мнению психолога Ольги Рудкиной, в России люди старшего возраста склонны жить интересами общества и расставлять приоритеты скорее в его пользу, чем в свою,



«**Чем старше становится человек, тем больше он чувствует себя исключенным из общественной жизни, тем чаще сталкивается со снисходительным отношением молодых.**

а нужно немного развернуться и почувствовать свои желания. Активная самореализация может быть не только в работе, но и в творчестве, в хобби. Тогда ощущение достижения результата, которое люди чаще всего испытывают на работе, после выхода на пенсию не будет утрачено. Важно компенсировать его либо поиском новых зон профессионального развития, либо реализацией творческого потенциала. К тому же творческое хобби можно монетизировать, и этому тоже нужно учиться.

Если же говорить о тех, кто пока не достиг пенсионного возраста, то, по словам Ольги Рудкиной, многие люди старше 50 лет, оставшись без работы, действительно сталкиваются с тем, что потенциальные работодатели не рассматривают их всерьез. Здесь самым важным, пожалуй, будет пробиться на собеседование. А дальше все зависит от самого кандидата на должность. Психолог советует показать все свои плюсы. Это может быть:

- опыт. У вас он солидный и разносторонний,
- стабильность. Сотрудник в возрасте не будет прыгать из одной компании в другую,
- стрессоустойчивость. Сотрудник 50 лет будет более выдержанным и уравновешенным, нежели 25-летний,
- возможность обучения молодежи и передача им своего бесценного опыта,
- психология «возрастных продаж». К взрослому, солидному человеку больше доверия, чем к молодому и неопытному.

А значит, больше клиентов и выше доход компании,

– выше ответственность. Если молодой сотрудник может что-то забыть, упустить, то сотрудник в возрасте максимально внимателен и аккуратен,

– грамотность. Это преимущество можно отметить и в отношении дела, и в отношении речи,

– широкий круг связей, полезных знакомств, контактов.

Не факт, что все это зацепит руководителя, но попытаться, безусловно, надо. Вопрос, делать это или нет, по сути, не стоит. Зато возникает другой: а откуда у людей вообще возникает желание дискриминировать кого-то из-за возраста?

И кто виноват

– Изначально дискриминация по возрасту зародилась благодаря предрассудкам. Так, страх собственной смерти может проявляться попытками избежать общения с пожилыми людьми. Это называется геронтофобией. Поскольку старики больше других ассоциируются со смертью, чтобы отдалить собственную или не сталкиваться с тяжелыми переживаниями, связанными со смертью, страх замещается на стереотипное поведение. Такой вот защитный механизм психики, – поясняет Ольга Рудкина.

Справедливости ради стоит сказать, что людей в возрасте сторонятся далеко не все и далеко не все способны на эйджизм. И здесь многое зависит от самого человека. Не секрет, что есть люди, обожающие поучать молодежь, бесконечно говорящие о своих болячках, осуждающие всех и вся, не разбирающиеся в современных технологиях, неумело и безвкусно одевающиеся. Таких молодое поколение либо не принимает совсем, либо в силу хорошего воспитания терпит скрипя зубами. Есть еще третий вариант – тот самый эйджизм, о котором говорилось выше.

А поскольку на других людей мы повлиять кардинально не можем, нужно брать за себя. Ведь старение организма – процесс длительный, и здесь многое зависит от того, занимается человек собой или нет.

– Наш мозг – а значит, и мы – стареет, если не образуются новые нейронные связи. А образуются они только при условии, что мы разрушаем самые разные стереотипы: двигательные, эмоциональные, интеллектуальные. Другими словами, нужно решать множество новых и нестандартных задач. Это важно, с одной стороны, чтобы научиться снимать стресс, а с другой – получать новые знания и навыки, чтобы не остаться не у дел. А уметь адаптироваться к современным условиям действительно важно, – считает Ольга Рудкина. – Нужно научиться давать себе постоянный импульс для развития мозга. Грамотный, интересный, разносторонний человек интересен в любом возрасте. ■

НА ЗАМЕТКУ

Группа специалистов по теории коммуникации из университета Мэсси в Новой Зеландии разработала ряд принципов, которые помогут справиться с дискриминацией по возрасту и реализовать свой потенциал. Главная идея заключается в том, чтобы по отношению к старости выйти из роли жертвы своего возраста и взять управление в свои руки. Вот эти принципы:

- воспринимайте старение с оптимизмом. Плохое настроение и негативные мысли отрицательно влияют на ваше физическое состояние;
- не травите себя фразой – «это старость». Если вы что-то забыли, это еще не значит, что вы теряете память. Избегайте таких обобщений и не притягивайте к себе то, чего на самом деле нет. То же самое относится к фразе «Мы уже не те». Осторожнее, такие фразы могут стать самосбывающимся пророчеством;
- осваивайте новые технологии. Найдите время, чтобы изучить и освоить современные гаджеты, познакомьтесь с новыми медиа. Это помогает убедиться в ложности эйджистских стереотипов о том, что пожилые люди не могут учиться новому;
- научитесь давать отпор. Не бойтесь говорить, что высказывания по поводу старости не менее оскорбительны, чем расистские или сексистские шутки;
- не ведитесь на рекламу всех антивозрастных средств. Заботиться о своем здоровье и внешнем виде надо в любом возрасте. Но не стоит тратить свои деньги на неэффективные пустышки.