



DOI: 10.19181/inter.2025.17.2.5

EDN: LSBBOL

Отношение женщин среднего возраста к концепции успешного старения

Ссылка для цитирования:

Зеликова Ю. А. Отношение женщин среднего возраста к концепции успешного старения // Интеракция. Интервью. Интерпретация. 2025. Т. 17. № 2. С. 92–110. <https://doi.org/10.19181/inter.2025.17.2.5> EDN: LSBBOL

For citation:

Zelikova Ju.A. (2025) Attitudes of Middle-Aged Women to the Concept of Successful Aging. *Interaction. Interview. Interpretation*. Vol. 17. No. 2. P. 92–110. <https://doi.org/10.19181/inter.2025.17.2.5>



Зеликова Юлия Александровна

Северо-западный институт управления РАНХиГС,
Санкт-Петербург, Россия

E-mail: zelikova-ya@ranepa.ru

Статья посвящена изучению процесса старения в современной России. Старение влияет на жизненные шансы пожилых людей, приводит к потере ресурсов и привилегий. Успешное старение — одно из основных понятий критической геронтологии. Эта концепция была сформулирована для противостояния нарративам о старении как о процессе упадка, снижения, дисфункции, отсутствия возможностей и желаний. Однако в какой степени следование этой концепции действительно способствует снижению страха старения и смягчает негативное отношение к пожилым людям — как со стороны общества в целом, так и со стороны тех, кто активно борется с внешними проявлениями возраста? Возможно ли сопротивление эйджизму хотя бы на теоретическом уровне? Каковы отношения между концепцией успешного старения и эйджизмом? Это основные вопросы данной статьи. Для ответа на них автор проводит глубинные интервью с женщинами среднего возраста из городского образованного класса, с достатком выше среднего, практикующими здоровый образ жизни (правильное питание, спорт и т.д.) и применяющими антивозрастные процедуры для замедления процесса старения (11 женщин в возрасте от 47 до 62 лет). Результаты исследования



показывают, что парадигма успешного старения не снижает страха перед наступлением старости и не уменьшает уровень эйджизма по отношению к пожилым людям. Продление среднего возраста — это не борьба с эйджизмом, а, скорее, капитуляция перед ним.

Ключевые слова: эйджизм; успешное старение; потребительское общество; антиэйдж; средний возраст; возрастные отношения

Введение

Процесс старения человека в современном мире происходит в контексте культуры, в которой тело становится проектом. Над телом работают, его формируют и контролируют [Calasanti, 2003]. Телесные изменения становятся фокусом внимания и самого человека, и тех, кто с ним взаимодействует. Индустрия косметологии, косметической хирургии сегодня располагает широким набором технологий, способных убрать следы старения, и использует разнообразные маркетинговые инструменты, чтобы привлекать клиентов. Противостоять влиянию этой индустрии очень сложно [Homan, Boyatzis, 2003].

В 1969 году Роберт Батлер сформулировал эйджизм как «систематическое стереотипирование и дискриминацию людей только потому, что они стары» [Butler, 1969: 243]. Он определил это явление по аналогии с расизмом и сексизмом. Автор подчеркивал, что несмотря на то, что эйджизм проявляется в стереотипах и предрассудках, он влечет за собой исключительное поведение, потерю ресурсов и привилегий. Это происходит из-за структуры общества, а не в результате индивидуальной неудачи [Gibson, 1998]. Таким образом, эйджизм — не только предубеждение, но и ограничение жизненных шансов пожилых людей.

Современное общество конструирует старение и старость с помощью тела. Общество приравнивает старость к болезням и упадку. Старость в общественном сознании — это время потерь, а не приобретений, упадка, а не достижений. Если тело не выглядит здоровым, значит, оно немолодое, значит, человек стар, значит, может быть социально исключен [Fagerström, Aarsten, 2013].

Могут ли активный образ жизни и использование достижений косметологии на протяжении всего жизненного пути преодолеть негативные стереотипы, связанные со старением? Возможно ли вообще сопротивление эйджизму? В статье ответы на эти вопросы рассматриваются на эмпирическом и теоретическом уровнях. Теоретически исследование опирается на концепцию успешного старения, которая была разработана как ответ эйджизму. Для оценки того, как теоретические основания концепции успешного старения соотносятся с эйджизмом, было проведено эмпирическое исследование методом глубинных интервью с 11 женщинами в возрасте от 47 до 62 лет, которые на протяжении всего жизненного пути ведут активный образ жизни, регулярно используют современные возможности косметологии и в целом

уделяют большое внимание своей внешности. Все интервью фокусировались на отношении информантов к возрастным изменениям, их восприятию старения собственного тела и особенно их представлениям о том, возможно ли в их случае избежать видимого старения, негативного отношения к себе и лишения тех привилегий, которые они имеют в настоящее время. Также в интервью был включен блок вопросов о том, как сами информантки воспринимают пожилых людей. При помощи этих вопросов предполагалось выяснить, насколько эйджизм присущ людям, которые ежедневно борются с собственным старением. Возможен ли успех в этой борьбе?

Теоретический подход. Успешное старение vs эйджизм

Подобно теориям властных отношений, которые лежат в основе других систем неравенства, обсуждение возрастных отношений также можно начать с того, какие этапы жизненного пути выделяются обществом, какие задачи человек должен решать на разных этапах, какие обязанности выполнять и какое поведение соответствует его возрасту [Quadagno, 2008]. Принадлежность к той или иной возрастной группе способно влиять на самооценку. От возраста зависит включенность в потоки распределения ресурсов и привилегий, что приводит к различиям в материальном положении и неравному доступу к власти. Возрастные отношения — это отношения привилегий и угнетения. Это означает, что одни возрастные группы — те, кто «не стар», — выигрывают за счет других, которых называют «старыми». Те, кому выгодна эта система, рассматривают свою позицию как естественную и несомненную. Напротив, люди, которых считают старыми, теряют власть, даже если они находятся в выигрыше с точки зрения положения в других иерархиях [Ferraro, Schafer, 2008].

Пожилые люди теряют авторитет и автономию потому, что они выглядят недостаточно хорошо, недостаточно молодо и здорово. Например, врачи обращаются с пожилыми пациентами иначе, чем с более молодыми, часто объясняя все проблемы старостью. Пожилые люди испытывают дискриминацию на рынке труда, теряя должности и доходы, потому что работодатели руководствуются видимыми признаками старения, оценивая способности пожилых людей усваивать новые знания, овладевать новыми навыками, выполнять работу. Этот механизм очень похож на расовую дискриминацию: вы видите человека с определенным цветом кожи и делаете вывод, способен ли он к работе, на которую претендует, или нет, достоин ли он ее или нет [Giles, Reid, 2005].

Невозможность зарабатывать деньги означает, что пожилые люди должны полагаться либо на членов семьи, либо на государство. Экономическая зависимость пожилых людей еще более отчетливо проявляет дискриминационный характер возрастных отношений. Тот, кто воспринимается как старый, подвергается маргинализации и утрачивает власть только потому, что он так



воспринимается. Возрастное неравенство считается естественным, потому что люди усваивают такое отношение к пожилым людям с детства, в процессе социализации. Поэтому люди боятся стареть и переживают свой опыт проживания старшего возраста в условиях глубокого культурного молчания.

Успешное старение — одно из важнейших понятий критической геронтологии [Gilleard, 2013], имеющее широкий спектр применения. Успешное старение существует как теоретическая парадигма, на базе которой разработан разнообразный инструментарий для прикладных измерений состояния здоровья, образа жизни, идеальных моделей борьбы со старением. Эта концепция породила дискурс родственных терминов, таких как продуктивное старение, позитивное старение, оптимальное старение, эффективное старение, независимое старение и здоровое старение [Calasanti, 2015].

Роберт Хавигхерст (1961) дал раннюю формулировку успешного старения. Он оптимистично описал эту концепцию с точки зрения удовлетворенности жизнью [Havighurst, 1961]. Хавигхерст и его сторонники считали, что успешное старение — это и адаптируемая теория, и проверяемый опыт. Более того, эту концепцию можно было применять и к теориям эмансипации, и к теориям активности, которые в то время были конкурирующими моделями осмысления пожилого возраста, возраста выхода на пенсию.

Джон Роуи и Рубен Кан [Rowe, Kahn, 1987; Rowe, Kahn, 1997; Rowe, Kahn, 1998; Rowe, 1997] представили схему, в большей степени ориентированную на состояние здоровья. Согласно этой схеме, успешное старение — понятие, применимое к людям со сниженными рисками хронических заболеваний, сохраняющим функциональность в старшем возрасте. Успешному противопоставляется обычное старение — понятие, применимое не к индивидам с патологиями, но с более высокими рисками хронических заболеваний. Ранняя работа Роуи и Кана приравнивала успешное старение к отсутствию или предотвращению болезней, однако позже они расширили понятие, включив в него когнитивные факторы и факторы образа жизни.

Фактически Роуи и Кан утверждали, что соответствующий образ жизни может привести к успешному старению. Они определили этот образ жизни как предупреждение болезней и инвалидности, поддержание физического и умственного состояния и социальной активности [Rowe, Kahn, 1998]. По словам Роуи, новая геронтология признала, что успешное старение кроме поддержания здоровья требует активного участия в жизни, включая межличностные отношения [Rowe, 1997].

Парадигма успешного старения вызвала критику за то, что основная мера ответственности за состояние здоровья была возложена на индивида, принимающего решения и выбирающего тот или иной образ жизни в процессе жизненного пути [Katz, 2013]. В своей книге “Successful Aging” Роуи и Кан писали, что пожилые люди могут существенно влиять на собственное старение [Rowe, Kahn, 1998]. Успешное старение зависит от индивидуальных выборов и поведения человека на определенном этапе жизненного пути. Человек должен планировать свою старость заранее, работать над тем, чтобы эта старость была успешной, здоровой, социально активной.

Работа Роуи и Кана была направлена на борьбу с мифами о старении, особенно с теми, которые прямо ассоциируют старение с упадком сил, возможностей и способностей. Однако гипотеза о том, что успешное старение — это минимизация ухудшения физического и когнитивного здоровья, а также сохранение социальных связей, нивелирует влияние социальных факторов на успех старения. Эта гипотеза не позволяет определить старость как особый этап жизненного пути, который отличается от среднего возраста. На данном этапе у людей другой доступ к средствам достижения успеха (как бы этот успех ни был определен). При этом само определение успеха — это вопрос социального неравенства [Calasanti, 2003].

В парадигме успешного старения властные отношения, лежащие в основе эйджизма, не подвергаются сомнению [Fagerström, Aarsten, 2013]. Отчасти эти властные отношения происходят из культуры, в которой эйджизм настолько укоренился, что его не всегда можно увидеть. Средний возраст стал стандартом старения, а его сохранение — критерием успеха. Проблема приобретает дополнительное значение в свете акцента на индивидуальном выборе образа жизни в парадигме успешного старения. Подразумевается, что если человек несет ответственность за свой успех, то старость, которая случается с тем, кто не достигнет успеха, т.е. не сможет сохранить здоровье, красоту и связанное с этим отношение, является оправданной и заслуженной.

В исследовании анализируется, насколько практики продления среднего возраста, практики сохранения здоровья и внешнего вида могут создавать позитивный дискурс вокруг старения, противостоять представлению о старости как периоде упадка и болезней, а также снижать страх старения. Данные исследования позволили также рассмотреть теоретический вопрос о том, в каких отношениях оказывается концепция успешного старения с эйджизмом.

Методология исследования

Эмпирическая часть данного исследования фокусировалась на группе людей среднего возраста. Этот выбор был сделан по нескольким причинам. Во-первых, средний возраст часто рассматривается как период относительно привилегированного статуса. Конечно, это зависит от многих пересекающихся статусов (образования, места проживания, здоровья и т.д.), но в целом средний возраст — это привилегия. В этот период жизни люди имеют лучший заработок по сравнению с тем, что было в более молодом возрасте и будет в более пожилом. К данному периоду жизни решены многие материальные проблемы (выплачена ипотека, оплачено обучение детей и т.д.). У людей среднего возраста достаточно авторитета, опыта и социальных связей для решения самых разнообразных жизненных вопросов. При этом люди среднего возраста еще не испытывают последствий возрастной дискриминации.

Однако — и это вторая причина для фокуса на среднем возрасте — телесные изменения, связанные со старением, уже становятся видимыми [Laz, 2003]. Люди среднего возраста отмечают эти изменения и идентифицируют



их как старение. Старость начинает актуализироваться, осмысляться и приобретает особое значение. Начинается поиск средств, которые помогут сохранить здоровье, внешность, скрыть возраст, отодвинуть старость. Понятие успешного старения становится особенно актуальным.

В исследовании принимали участие 11 женщин среднего возраста с высшим образованием, с доходом выше среднего, проживающие в Санкт-Петербурге. Выбор в пользу женщин был сделан потому, что мужчины и женщины по-разному стареют и переживают последствия старения. Женщины в пожилом возрасте испытывают особое давление из-за двойных стандартов в отношении стареющих мужчин и женщин [Sontag, 1972]. Возраст уничтожает традиционный источник женской власти и силы, тогда как мужчины имеют возможность компенсировать изменения, связанные с возрастом, увеличением социального и материального статуса. Это не значит, что эйджизм не имеет негативного влияния на мужчин, но женщины в процессе старения испытывают двойное негативное давление. Пожилые женщины становятся социально невидимы [Tomczyk, Klimczuk, 2019]. На них не обращают внимания мужчины, они не находят отражения своей жизни в рекламных образах или в СМИ, они лишены власти и авторитета.

В отличие от мужчин, женщины всех возрастов исторически определяются через культурную призму, которая представляет собой довольно узкий диапазон приемлемых образов. В результате женщины больше, чем мужчины, озабочены своей внешностью. Это не значит, что внешность не имеет значения для мужчин, но она не так важна, как для женщин. Мужчины социализированы так, чтобы воспринимать свое тело с точки зрения функциональности, а женщины — с точки зрения эстетики [Hess, Hinson, Statham, 2004]. Соответственно, мужчины и женщины по-разному используют свою внешность для повышения самооценности. Женщины всех возрастов не только больше, чем мужчины, озабочены внешним видом, но и чаще недовольны образом своего тела, особенно весом и фигурой. Именно поэтому в данном исследовании фокус был сделан на женщинах.

Исследование проводилось методом полуструктурированного интервью. В качестве информанток отбирались женщины, которые ведут здоровый образ жизни, регулярно занимаются спортом, пользуются антивозрастными услугами косметологов (применяют инъекционные технологии, используют аппаратную косметологию, массаж, лазерную шлифовку и т.д.). Эти практики, как правило, применяются для сохранения здоровья, улучшения внешнего вида и предотвращения последствий старения. Они подразумевают внимательное отношение к здоровью и внешности, что предусмотрено концепцией успешного старения. Таким образом, фокусирование на женщинах, которые используют anti-age практики, позволит проверить предположение, что успешное старение способно уменьшить давление эйджизма. В условиях эйджизма дискриминация происходит по принципу: если человек выглядит старым, значит он — старый, и он может быть дискриминирован. Но что происходит, если женщина среднего возраста не выглядит старой? Спасает ли забота о своей внешности от проявлений эйджизма со стороны общества?

Снижает ли успех в сохранении здоровья и красоты эйджистские установки самих информанток?

Во время рекрутинга информантки подтверждали, что их основной целью использования практик ЗОЖ и антивозрастных процедур является желание приостановить процессы старения. В ходе интервью обсуждались темы эффективности этих практик, осведомленности о возможностях антивозрастной индустрии, возрастные изменения, мысли информанток о старении и эйджизме и их предположение, смогут ли они избежать эйджизма.

Выборка была направленной (интервьюировались только женщины, практикующие ЗОЖ и антивозрастные процедуры) и относительно привилегированной. Все информанты имеют высшее образование, хороший доход, являются профессионалами с успешной карьерой. Все оценивают свое здоровье как хорошее (иногда отличное) или без серьезных нарушений. Акцент на привилегированной группе женщин среднего возраста был сделан для того, чтобы исключить негативные воздействия старения, связанные с отсутствием материальных средств, слабой осведомленностью о возможностях anti-age медицины и косметологии или плохим здоровьем.

Для анализа интервью использовалась методика интерактивного кодирования, описанная в книге "Qualitative data analysis: An expanded sourcebook" [Miles, Huberman, 1994]. Она предполагает открытое кодирование, которое разработано по аналогии с методом обоснованной теории (grounded theory) [Strauss, 1987]. В отдельный список вносятся коды первого уровня, которые представляют собой ответы информанта на вопрос интервьюера. Например, какие слова и образы используются при ответе на вопрос об оценке своего физического состояния, о том, что информант делает для сохранения внешнего вида, как оценивает свои достижения в этом вопросе.

После завершения первого этапа с помощью интерактивного кодирования конструировались коды более высокого уровня. Эти коды описывали связь между кодами первого уровня и темами, возникшими в ходе ответа информанта на вопросы интервью. Например, в ответах на вопрос о физическом состоянии возникла тема самооценки, т.е. обсуждение того, что дает информантке основание считать, что она выглядит достаточно молодо, что она в хорошей физической форме. Или в процессе обсуждения вопроса об отношении к пожилым людям возникла тема вины и ответственности пожилого человека, а также неуверенности в собственных результатах в борьбе со старением.

Темы, возникшие в ходе интервью, стали единицами анализа. Сначала формулировались вопросы, на которые важно было получить ответы (эти вопросы не задавались в ходе интервью). Далее на основе всего сказанного реконструировались ответы на возникшие вопросы. Так, например, в теме о самооценке возникли вопросы о том, кто является референтом молодости (человеком, который подтверждает успехи в сохранении молодости), чьими глазами информантки смотрят на себя в зеркало. На эти вопросы нет прямых ответов в интервью. Но их можно реконструировать из разных ответов,



которые прозвучали в ответах на другие вопросы. В этом и состоит техника интерактивного кодирования.

Анализ выявленных тем, формулирование вопросов и реконструирование ответов помогли увидеть связь между отдельными темами, позволили систематизировать данные и увидеть влияние жизненного пути на то, как женщина стареет, как она воспринимает старение и как видит собственную старость.

Индивидуальная ответственность за собственное старение

Все участницы исследования отмечали важность поддержания здорового и активного образа жизни в процессе старения. Все говорили о необходимости физических нагрузок и проявляли компетентность в вопросах питания и в том, как оно должно меняться с увеличением возраста. Однако в процессе обсуждения достижений рано или поздно появлялась мысль, что не все находится под нашим контролем. В рассуждениях возникали темы генетики, условий, в которых человек вырос, материальных возможностей и того, как человек жил в детстве и в молодости. Таким образом, может быть, до конца не сознавая этого, информантки говорили о том, что успешное старение — это некая привилегия. Оно не всем доступно. Но тем не менее собственные усилия, приложенные для сохранения физической формы, информантки всегда подчеркивали:

«Мое худощавое сложение всегда давало мне преимущество. Сейчас эти преимущества особенно очевидны, и я чувствую зависть... [к себе] Мне говорят, что ты же никогда не была толстой, тебе никогда не надо было худеть. Но я всю жизнь следила за тем, что я ем» (61 год).

«Косметолог, к которому я хожу уже лет 30, недавно мне сказала, что я просто богом поцелована: очень хорошая генетика. А мои заслуги? То, что я бегаю каждое утро с 20 лет, — это что, не считается?» (57 лет).

Приведенные примеры показывают, что меры anti-age, предпринимаемые информантками, социально направлены. Женщины хотят видеть от окружающих признание собственных усилий. Они ждут комплементов. Для них ценно восхищение не просто их внешностью, но и их силой воли, целеустремленностью, организованностью и терпением. Хорошо выглядеть — это не просто генетика, это работа. И она должна быть оценена. Слово «работа» встречается в самих интервью, например, когда разговор заходит о правильном питании («думать об этом, готовить здоровую пищу заранее — это работа»):

«Люди с детства курят и пьют, а потом говорят, что они плохо выглядят, потому что у них такая генетика. Генетику можно корректировать. Надо просто взять себя в руки, работать... Организм восстанавливается, генетика улучшается» (47 лет).

В интервью часто встречается тема уверенности в могуществе современных методов омоложения и некоторого презрения к тем, кто не использует эти возможности. Видна логическая связь: ты плохо выглядишь, значит, ты ленишься или ты некомпетентен. Все это выглядит как подсознательное оправдание эйджизма, т.е. «сами виноваты»:

«Сейчас все можно сделать. Я смотрю на некоторых известных людей и думаю: ну почему ты выглядишь как говно? С твоими-то деньгами» (54 года).

Для людей в привилегированном положении внешность — это не вопрос генетики, это вопрос желания или нежелания заниматься собой, тратить на себя деньги и время. Люди, не следящие за своей внешностью, по мнению информанток, достойны осуждения.

Забота о своей внешности в современном обществе стала моральным императивом. Молодое подтянутое тело, отсутствие морщин и седины символизируют самоконтроль и силу воли, а избыточный вес говорит о лени и отсутствии контроля. Все чаще с увеличением возраста людям навязывается обязанность дисциплинировать тело с помощью диеты и физических упражнений. В рамках этой идеологии старение рассматривается как болезнь, которую можно устранить, если человек стремится «правильно стареть». Таким образом, информанты демонстрировали приверженность идеям концепции успешного старения. До интервью они не слышали этого словосочетания, но понятия активного старения и здорового старения им были знакомы.

Значимые другие для женщин среднего возраста

Несмотря на то, что все информантки производили впечатление очень уверенных в себе женщин, в их нарративах постоянно появлялась тема необходимости подтверждения того, что у них все хорошо, что они прекрасно выглядят, что старость еще далеко. И эти подтверждения должны быть внешними (сами себя убедить в этом они не могли) и исходить от «значимых других». Анализ интервью позволил реконструировать, кто в данном вопросе является значимым другим для привилегированных женщин среднего возраста, что позволяет им повысить свою самооценку, как происходит процесс противопоставления себя тем, кто менее успешен.

Наиболее важными другими являются люди, которые моложе, причем значительно. Конечно, лучше, если это будут молодые мужчины, но мнение молодых женщин тоже очень важно. Следует отметить, что в интервью не было вопроса на эту тему. Но, рассказывая про себя, женщины часто упоминали ситуации, когда их возраст определяли на 10–20 лет меньше, чем на самом деле. Причем исходило это от людей существенно младше их. То, как люди более старшего возраста оценивали возраст информанток, было для них гораздо менее значимым.



Важным нарративом в теме признания успеха в том, том, как они выглядят, был разговор о сексуальном внимании со стороны мужчин. Но не любых, а мужчин либо статусных, либо намного моложе. И, конечно, очень важно, чтобы молодой мужчина не мог определить их возраст:

«Мужчины-ровесники меня раздражают, я не могу с ними, не знакомлюсь. В барах я обычно с подружками, они меня на 10–12 лет моложе, как правило. И если с нами знакомятся мужчины, они меня не выделяют, они думают, что я такая же по возрасту. И это мужчины лет на 10 моложе сами. И тут главное в разговоре — не называть никаких цифр, дат, особенно возраст детей. Меня подруга неожиданно спросила, и я сказала машинально, что Ване 25 лет скоро. У мужика просто глаза на лоб полезли. До этого я говорила ему, что мне 43 года, и он поверил» (53 года).

Одно интервью содержит рассказ об удачном знакомстве (это знакомство закончилось браком) с русским мужчиной, живущим в Германии. Во время общения мужчина никогда не спрашивал про возраст женщины и вообще ничего не говорил на эту тему, пока ему не понадобился ее паспорт, чтобы купить билет в Германию. Речь уже шла о свадьбе:

«...я послала ему копию паспорта, и он пишет: „Мы что, ровесники? Я думал, ты младше“. У меня просто сердце остановилось... Потом пропал на несколько дней, я думала, что все... Очень испугалась...» (48 лет).

Эта история показывает, что, во-первых, для следящей за своей внешностью женщины само собой разумеется, что она выглядит намного младше, и именно поэтому и даже только поэтому она привлекательна для мужчины. А во-вторых, она уверена, что ее возраст для мужчины настолько важен, что он готов отказаться от желания жениться на ней только потому, что ей столько же лет, сколько и ему. То есть вопрос внешности для женщин, которые много в нее инвестируют, настолько важен, что оценивается в первую очередь, отодвигая другие вопросы взаимоотношений на второй план.

Наша визуально-ориентированная культура изобилует «наркоманами внешнего вида», а социальный капитал, приписываемый опыту и зрелости, снижается. Слово «старый» ассоциируется со всем тем, что общество не ценит, — медлительностью, тусклостью, непривлекательностью, бездеятельностью, а не с мудростью, жизненным опытом, навыками коммуникации, пониманием и принятием. Поэтому стратегией женщин среднего возраста является использование своего привилегированного положения для сохранения молодой внешности, которая сама по себе является дополнительной привилегией.

Как показывают интервью, очень существенно повышают самооценку (и одновременно вызывают страх) встречи с одноклассниками или однокурсниками

спустя много лет после последней встречи. С одной стороны, информанты говорили о том, что имели возможность убедиться, что они хорошо выглядят, намного моложе большинства. А с другой — встреча с ровесниками напоминает о собственном возрасте:

«Все такие старые, никого не узнать. Невозможно поверить, что эти деды, что им столько же лет, как мне... Сразу подумала, что я тоже такая на самом деле, просто я сама себя не воспринимаю» (60 лет).

Удивительно, что достижения в спорте и физических упражнениях не обсуждались информантами как подтверждение собственной молодости. Даже опыт участия в марафонах (а среди информантов были и такие) не рефлексировался как доказательство того, что они еще молоды. Более того, в одном интервью, рассказывая про встречу с однокурсниками, информантка упомянула свою бывшую подругу:

«Она бежит даже марафоны, но выглядит... Даже не знаю, как сказать. Ну, старая баба, одним словом» (58 лет).

Неуверенность и напряженность в нарративах о возможности контролировать свою внешность в будущем

Разговор с информантками о практиках здорового образа жизни и антивозрастных процедурах сопровождался оптимизмом и верой в контроль над собственной внешностью. Общий тон интервью начинал меняться, когда формулировался вопрос о том, замечают ли информантки изменения в своем теле и в своей внешности. Как правило, женщины старались уйти от ответа, ссылаясь на то, что не способны сами оценить эти изменения, приводили оценки других. Кроме того, в нарративах через прямые оценки или косвенные комментарии высказывались сомнения в том, что они всегда смогут контролировать свое физическое состояние. Это был разговор не о снижении возможностей или упадке сил, а о том, что привычные некогда физические нагрузки или действия, связанные с риском, давно не практиковались и вряд ли когда-нибудь будут:

«Я поднималась на Эльбрус, в Непале по горам ходили... 8 лет назад поднималась на Килиманджаро. Не знаю... Пока больше не пробовала» (53 года).

«Когда-то машины на улице останавливались. Сейчас это трудно представить...» (55 лет).



«В 45 лет я бежала марафон в Париже. Специально все спланировала. Ну, потом коронавирус, война... Не бегала больше» (51 год).

Никто прямо не говорит, что утратил способность делать то, что делал раньше. Просто не было возможности, просто так получилось, просто этого больше не надо. Речь не идет о старении. Однако неуверенность в том, что повторение возможно, звучит в каждой фразе.

Еще больше сомнений появлялось, когда информантам задавались вопросы, как они представляют себя в 75 лет: как они будут выглядеть, что будут делать, готовы ли они к этому возрасту. В ответах появлялись напряженность и даже страх, а уверенность в том, что все возможно и все зависит только от нас, существенно снижалась. Кто-то скрывал свой страх за словами, что в 75 лет уже неважно, как выглядишь: *«уже можно куда-то уехать и жить на море»*. Кто-то ссылался на опыт своих родителей и говорил, что *«моей маме 75 лет, и все удивляются...»*. Однако общим для информанток является представление о том, что к 75 годам скорее всего их жизнь изменится принципиально. Никто из них не смог предложить привлекательный для себя образ старости. Даже в ответ на вопрос об эффективности современной косметологии и ее постоянном развитии информантка отметила:

«Моя косметолог новая — у нее ни одной морщинки, ни одной брыльки... Но на нее смотришь и понимаешь, что ей много лет, не знаю сколько даже, но много» (61 год).

Только одна информантка грустно сказала:

«Иногда я думаю, что надо перестать думать об этом. Просто жить спокойно — и все. Хватит хлестать дохлую лошадь. Надо перестать делать вид, что старости нет» (60 лет).

Женщины среднего возраста лучше, чем молодые женщины, понимают ограниченность своего ресурса и последствия его утраты. Поэтому любые разговоры о старости вызывают тревогу. Старость пугает отсутствием хорошего сценария и четкого плана действий. Осознание неизбежности приводит к смирению с тем, что рано или поздно старость наступит. Возможно, это будет красивая старость, но эйджизм от этого не уменьшится.

Возрастные изменения и эйджизм

Несмотря на веру в то, что косметология и здоровый образ жизни способны творить чудеса, несмотря на индивидуальные усилия и собственные достижения в замедлении проявлений старения, информанты выражали обеспокоенность тем, что их возможности контролировать процесс старения

ограниченны. Их опасения демонстрировали страх перед старостью и эйд-жизм. Более того, информанты в возрасте 55+ говорили, что уже чувствуют, как теряют какие-то привилегии из-за возраста.

Очевидно, опасения имеют гендерный характер. Страх женщин перед старением обусловлен снижением привлекательности, особенно сексуальной, которая была источником их статуса в более молодом возрасте [Hurd, 2011]. Многие исследования показывают, что жены часто интерпретируют ослабление сексуальной активности своих мужей как свидетельство снижения их привлекательности [Lodge, Umberson, 2012]. Возможно, именно этим объясняется такая зависимость от внимания со стороны молодых мужчин, которая проявляется в интервью. Если молодой мужчина хочет познакомиться, хочет отношений, значит, он хочет секса, значит, он находит женщину сексуально привлекательной. Отсутствие мужского внимания говорит об отсутствии сексуальности, т.е. о старости. В результатах анализа интервью можно увидеть, что снижение сексуальной привлекательности — это и есть их определение старости. И это ничем не отличается от определения эйджизма, которое дал Батлер.

Кроме влияния возраста на сексуальную привлекательность, информанты говорили о том, как возраст влияет на их карьеру:

«Мне никто ничего не говорит, и ко мне все хорошо относятся, но я знаю, что никакого повышения у меня больше не будет. И это проблема возраста. Все, кто выше по должности, все младше меня» (59 лет).

В теме старения появляется нарратив невидимости. Информантки в возрасте от 47 до 62 лет говорят о том, что иногда чувствуют себя невидимыми: для мужчин, для мужей, для руководства, для коллег и даже для детей. И становится понятным, почему в интервью такое большое значение отводится тому, чтобы именно выглядеть моложе, а не иметь хорошее здоровье. Если человека можно идентифицировать как старого, то включаются механизмы эйджизма, и все достижения в борьбе с морщинами, лишним весом, все спортивные успехи обесцениваются. Потому что старый человек (с морщинами или без морщин) постоянно находится в уязвимом положении.

Опасения респондентов по поводу старения отражали типичный дискурс болезней и упадка — те самые идеи о физических и умственных потерях, которые успешное старение старается вытеснить. Дискуссия об успешном старении показала, что информанты приравнивают успешное старение к тому, чтобы как можно дольше сохранять внешность, которая позволит классифицировать их как представителей среднего возраста. Они готовы были обсуждать стратегии предотвращения старости, использования новых косметологических процедур, продуктов, упражнений. Однако каждый раз разговор упирался в то, что можно убрать лет 10, но «когда тебе 75 — это уже не имеет значения» (59 лет).



Следует отметить, что в разговорах о пожилых людях информанты сами проявляли эйджизм, отказывая пожилым в сексуальности, в желаних, достижениях, привлекательности, способности развиваться:

«Моей маме 78 лет. Она хорошо выглядит. Но она тратит кучу денег на всякие нити и ерунду. Она опять потратила 50 тысяч... Цвет лица это улучшает... Мама, тебе 78 лет, какой цвет лица?» (55 лет).

«85 лет... Уже бы сидела себе спокойно на даче. То в бассейн ей надо, то еще куда-то... В Беларусь собралась... Деменция просто» (61 год).

Информанты боятся старения. Они еще не придумали, что будут делать, когда этот период настанет. Они говорят о том, что еще не видели никого, кто хотел бы стареть, не видели, на кого бы они хотели быть похожими в старости. Все примеры, которые их вдохновляют, это примеры людей, которые в пожилом возрасте живут так же, как они жили в среднем возрасте: продолжают работать, путешествуют, хорошо одеваются, меняют квартиры, строят дачи и т.д. Что интересно, внешность в этих примерах не актуализируется:

«У меня есть подруга, ей 70 лет. Она в 65 лет получила права и купила машину, в 67 лет продала квартиру и купила таунхаус, в 68 лет она открыла свой небольшой бизнес, продолжая работать там же, где и работала... И в 70 лет ей вдруг поперло на работе. Ей предложили должность. Раньше мечтать было нельзя» (59 лет).

Средний возраст остается ценным стандартом и статусом, стремление к успешному старению приравнивается к тому, чтобы его продлевать. Но как сохранение этого статуса связано с телесными практиками здорового образа жизни и с антивозрастными процедурами?

Анализ интервью позволяет реконструировать логику успешного старения с точки зрения привилегированной группы среднего возраста. В современном обществе старение стигматизируется. Одна из стратегий избежать стигматизации — скрывать свой возраст и выдавать себя за более молодого человека. Это специальная стратегия противостояния предрассудкам и приобретения власти и статуса. В среднем возрасте она дает дополнительные преимущества, связанные с молодой внешностью. А в пожилом возрасте — позволяет сохранить преимущества среднего возраста. Если человека не воспринимают как пожилого, не идентифицируют как пожилого, то ему позволено и вести себя как «непожилому» человеку.

Складывается парадоксальная ситуация. Старение одновременно воспринимается как то, что находится под контролем людей и вне их контроля. Все понимают, что реалии старения можно отложить, но нельзя избежать. Все понимают, что рано или поздно старение наступит. Это порождает страх,

враждебность и желание дистанцироваться. То есть успешное старение — это то, что поддерживает эйджизм, а не преодолевает его, то, что утверждает невыгодное положение пожилых людей.

Дискуссия

С одной стороны, все информанты, принимающие участие в данном исследовании, были согласны с тем, что идея успешного старения (они не знали этого термина, но хорошо понимали саму идею) дает возможность более позитивного дискурса в отношении старости. И то, что они уделяют так много внимания, сил и средств ЗОЖ и антивозрастным процедурам — это стремление к успешному старению. С другой — все их усилия в этом направлении не смогли уменьшить ни их собственного страха перед старением, так как они понимают свою неспособность контролировать старение, ни собственного эйджизма из-за нежелания признать право на старение.

Вместо того, чтобы вытеснить риторику о болезнях и упадке в пожилом возрасте из дискурса о старении, концепция успешного старения просто добавила еще один дискурс — о том, как стареть «правильно». В результате пожилые люди разделились на тех, кто стареет «успешно», и тех, кто делает это «неуспешно». Неуспешно стареющие — те, кто выглядят старыми, не вовлечены в социальную жизнь, имеют какие-то нарушения здоровья. При этом вина за неуспешность лежит на самих пожилых людях. К похожим выводам пришли в своих исследованиях другие ученые [Katz, Calasanti, 2015; Lodge, Umberson 2012].

Данное исследование также показало, что стремление контролировать и регулировать собственное старение имеет два важных последствия. Во-первых, это дополнительное бремя, с которым люди сталкиваются с возрастом. Они прилагают большие усилия, чтобы не стареть, чтобы выглядеть моложе. С возрастом это отнимает все больше времени и средств и одновременно все больше кажется бесполезным. Люди понимают, что эту войну им не выиграть. Исследование Сары Лэмб [Lamb, 2014] дало аналогичные результаты. Она анализировала богатых людей в возрасте от 62 до 100 лет. Те, кто решил, что может контролировать старение на индивидуальном уровне, воспринимали появление физического упадка как личную неудачу.

Во-вторых, концентрация на индивидуальном контроле над старением оправдывает эйджизм. Если можно избежать болезней, поддерживать физическое и умственное функционирование и оставаться социально вовлеченным, то для тех, кто этого не делает, исключение и стигматизация оправданны. И с этой точки зрения дискурс о неизбежном упадке и снижении в процессе старения выглядит более предпочтительно, чем дискурс вины за неуспешное старение. Если старение естественно, то никто не должен испытывать вину за то, что постарел. Но если старение больше не является природным процессом или результатом генетики, если полезное питание, спортивные занятия и антивозрастные услуги воспринимаются всемогущими, то старение превращается в личную неудачу.



Кроме этого, акцент на индивидуальной ответственности скрывает социальные основы как эйджизма, так и социального неравенства, которые определяют доступ к ресурсам, которые могут влиять на процесс старения. Исследование показывает, что нарратив об упадке можно пытаться опровергать, но это плохо получается. Наоборот, бремя отрицания ложится на плечи отдельных людей. Моя выборка мала и является привилегированной. Но от этого эйджизм людей, которые принимали участие в исследовании, их страх перед старением, который звучит в интервью, кажутся еще более впечатляющими.

Заключение

Результаты данного исследования основаны на небольшой выборке и не подлежат обобщению. Но оно показывает, как люди среднего возраста могут относиться к старости, находясь в относительно привилегированных условиях как в социальном плане, так и в отношении возраста. Это исследование направлено на то, чтобы показать ограничения концепции Роуи и Кана и невозможность модели успешного старения противостоять эйджизму. Кроме этого, исследование дает эмпирические подтверждения опасениям некоторых исследователей, считающих, что успешное старение укрепляет стандарт среднего возраста: чтобы не стареть, надо продлевать его как можно дольше [Dillaway, Byrnes 2009; Holstein, Minkler 2003].

Результаты данного исследования ни в коем случае не подвергают сомнению пользу здорового образа жизни. Они только показывают непреднамеренные последствия концепции успешного старения, которые заключаются в усилении эйджизма и увеличении бремени для людей в ситуации, когда они не хотят, чтобы их называли старыми. Концентрация внимания на индивидуальном образе жизни и личном выборе человека не меняет возрастные отношения. Концепт успешного старения не подвергает сомнению, что в пожилом возрасте тела слабеют, когнитивные способности снижаются, социальные контакты сокращаются. В этой парадигме не осмысливается отличие пожилого возраста от нормативных стандартов среднего возраста. Цель успешного старения состоит в том, чтобы показать, что пожилые люди (стигматизированная группа) на самом деле не сильно отличаются от более молодых групп и, следовательно, достойны такого же отношения.

Проблема, однако, в том, что пожилые люди все же отличаются от других возрастных категорий. Их тела стареют, их социальное окружение сокращается, потому что родственники и друзья умирают. Такова особенность этого этапа жизненного пути. Но это не значит, что пожилые люди в чем-то неуспешны. Концепция успешного старения Роуи и Кана неудачна, так как не рассматривает социальную природу эйджизма. На других этапах жизненного пути не возникает вопроса о том, что человек должен быть как-то дискриминирован из-за того, что с его телом происходят какие-то изменения и он теряет способность делать то, что он делал раньше. Без изменения негативных представлений о физических изменениях в пожилом возрасте ни одна идея о снижении эйджизма не будет работать.

Литература / References

- Butler R. (1969) Age-ism: Another Form of Bigotry. *The Gerontologist*. Vol. 9. No. 4. P. 243–246. DOI: https://doi.org/10.1093/geront/9.4_part_1.243
- Calasanti T. (2003) Theorizing Age Relations. In: S. Biggs, A. Lowenstein, J. Hendricks (eds.) *The Need for Theory: Critical Approaches to Social Gerontology for the 21st Century*. Amityville: Baywood. P. 199–218.
- Calasanti T. (2015) Combating Ageism: How Successful Is Successful Aging? *The Gerontologist*. Vol. 56. No. 6. P. 1093–1101. DOI: <https://doi.org/10.1093/geront/gnv076>
- Dillaway H.E., Byrnes M. (2009) Reconsidering Successful Aging: A Call for Renewed and Expanded Academic Critiques and Conceptualizations. *Journal of Applied Gerontology*. Vol. 28. No. 6. P. 702–722. DOI: <https://doi.org/10.1177/0733464809333882>
- Fagerström J., Aarsten M. (2013) Successful Ageing and Its Relationship to Contemporary Norms: A Critical Look at the Call to "Age Well". *Recherches Sociologiques et Anthropologiques*. Vol. 44. P. 51–73. DOI: <https://doi.org/10.4000/rsa.918>
- Ferraro K.F., Schafer M.H. (2008) Gerontology's Greatest Hits. *The Journals of Gerontology. Series B, Psychological Sciences and Social Sciences*. Vol. 63. No. 1. P. 3–6. DOI: <https://doi.org/10.1093/geronb/63.1.53>
- Gibson D. (1998) *Aged Care: Old Policies, New Problems*. Cambridge: Cambridge University Press.
- Giles H., Reid S.A. (2005) Ageism across the Lifespan: Towards a Self-categorization Model of Ageing. *Journal of Social Issues*. Vol. 61. No. 2. P. 389–404. DOI: <https://doi.org/10.1111/j.1540-4560.2005.00412.x>
- Gilleard C. (2013) Renaissance Treatises on "Successful Aging". *Ageing & Society*. Vol. 33. No. 2. P. 189–215. DOI: <https://doi.org/10.1017/S0144686X11001127>
- Havighurst R.J. (1961) Successful Aging. *The Gerontologist*. Vol. 1. No. 1. P. 8–13. DOI: <https://doi.org/10.1093/geront/1.1.8>
- Hess T.M., Hinson J.T., Statham J.A. (2004) Explicit and Implicit Stereotype Activation Effects on Memory: Do Age and Awareness Moderate the Impact of Priming? *Psychology and Aging*. Vol. 19. No. 3. P. 495–505. DOI: <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/0882-7974.19.3.495>
- Holstein M.B., Minkler M. (2003) Self, Society, and the "New Gerontology". *The Gerontologist*. Vol. 43. No. 6. P. 787–796. DOI: <https://doi.org/10.1093/geront/43.6.787>
- Homan K.J., Boyatzis C.J. (2009) Body Image in Older Adults: Links with Religion and Gender. *Journal of Adult Development*. Vol. 16. No. 4. P. 230–238. DOI: <http://dx.doi.org/10.1007/s10804-009-9069-8>
- Hurd C.L. (2011) *Facing Age: Women Growing Older in Antiaging Culture*. Lanham: Rowman & Littlefield
- Kahn R.L. (2002) Guest Editorial: On "Successful Aging and Well-Being: Self-Rated Compared with Rowe and Kahn". *The Gerontologist*. Vol. 42. No. 6. P. 725–726. DOI: <http://dx.doi.org/10.1093/geront/42.6.725>
- Katz S., Calasanti T. (2015) Critical Perspectives on Successful Aging: Does It "Appeal More than It Illuminates"? *The Gerontologist*. Vol. 55. No. 1. P. 26–33. DOI: <http://dx.doi.org/10.1093/geront/gnu027>
- Lamb S. (2014) Permanent Personhood or Meaningful Decline? Toward a Critical Anthropology of Successful Aging. *Journal of Aging Studies*. Vol. 29. P. 41–52. DOI: <http://dx.doi.org/10.1016/j.jaging.2013.12.006>
- Laz C. (2003) Age Embodied. *Journal of Aging Studies*. Vol. 17. No. 4. P. 503–519. DOI: [http://dx.doi.org/10.1016/S0890-4065\(03\)00066-5](http://dx.doi.org/10.1016/S0890-4065(03)00066-5)
- Lodge A.C., Umberson D. (2012) All Shook Up: Sexuality of Mid Later Life Married Couples. *Journal of Marriage and Family*. Vol. 74. No. 3. P. 428–443. DOI: <http://dx.doi.org/10.1111/j.1741-3737.2012.00969.x>
- Miles M.B., Huberman M. (1994) *Qualitative Data Analysis: An Expanded Sourcebook*. Thousand Oaks: Sage.



Quadagno J. (2014) *Aging and the Life Course* (6th ed.). New York: McGraw-Hill.

Rowe J.W. (1997) The New Gerontology. *Science*. Vol. 278. P. 367. DOI: <http://dx.doi.org/10.1126/science.278.5337.367>

Rowe J.W., Kahn R.L. (1987) Human Aging: Usual and Successful. *Science*. Vol. 237. P. 143–149. DOI: <http://dx.doi.org/10.1126/science.3299702>

Rowe J.W., Kahn R.L. (1997) Successful Aging. *The Gerontologist*. Vol. 37. No. 4. P. 433–440. DOI: <http://dx.doi.org/10.1093/geront/37.4.433>

Rowe J.W., Kahn R.L. (1998) *Successful Aging*. New York: Random House.

Sontag S. (1972) The Double Standard of Ageing. In: V. Carver, P. Liddiard (eds.) *An Ageing Population*. Milton Keynes: Open University. P. 72–80.

Strauss A. L. (1987) *Qualitative Analysis for Social Scientists*. Cambridge: Cambridge University Press.

Tomczyk L., Klimczuk A. (2019) *Between Successful and Unsuccessful Ageing: Selected Aspects and Contexts*. Crakow: Pedagogical University of Cracow. DOI: <http://dx.doi.org/10.24917/9788395373718>

Сведения об авторе:

Зеликова Юлия Александровна — кандидат социологических наук, доцент, кафедра сравнительных политических исследований, факультет международных отношений и политических исследований, Северо-западный институт управления РАНХиГС, Санкт-Петербург, Россия. **E-mail:** zelikova-ya@ranepa.ru. **РИНЦ Author ID:** 326589; **ORCID ID:** 0000-0002-1603-6652; **ResearcherID:** ABA-9175-2020.

Статья поступила в редакцию: 10.12.2024

Принята к публикации: 05.02.2025

БАК: 5.4.4

.....

Attitudes of Middle-Aged Women to the Concept of Successful Aging

DOI: 10.19181/inter.2025.17.2.5

Julia A. Zelikova

North-West Institute of Management of the Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, St. Petersburg, Russia
E-mail: kmakarova@eu.spb.ru

The article is devoted to the study of the aging process in Russia, which takes place in the conditions of consumer society and ageism. These conditions affect the life opportunities of the elderly, leading to the loss of resources and privileges. The article considers the possibilities of the concept of successful aging to counteract ageism and improve the quality of life of the elderly. Successful aging is one of the main concepts of critical gerontology. The concept has been formulated to counter narratives of aging as a process of decline, dysfunction, lack of opportunities and lack

of desires. However, the question arises to what extent this concept reduces the fear of aging and can counter negative attitudes towards the elderly. This is the main research question of this article. To answer it, the author conducts in-depth interviews with middle-aged informants from the urban educated class, with above-average income, practicing a healthy lifestyle (proper nutrition, sports, etc.), using anti-aging procedures to slow down the aging process (11 women aged 47 to 61). The results of the study show that the paradigm of successful aging does not reduce the fear of old age, nor does it reduce ageism toward older adults. Extending middle age is not a fight against ageism, but rather a capitulation to it.

Keywords: ageism; successful aging; consumer society; anti-age; middle age; age relations

Author Bio:

Julia A. Zelikova — Candidate of Sociology, Assistant Professor, Department of Comparative Political Studies, Faculty of International Relations and Politics, North-West Institute of Management of the Russian Presidential Academy of National Economy and Public Administration, St. Petersburg, Russia. **E-mail:** zelikova-ya@ranepa.ru. **RSCI Author ID:** 326589; **ORCID ID:** 0000-0002-1603-6652; **ResearcherID:** ABA-9175-2020.

Received: 10.12.2024

Accepted: 05.02.2025