

Kohanemine muutustega, soovitused

Siirdumine pensionile on suur ja järsk muutus inimese elus. Muutuste mõjule inimestele pensionile minekul hakati pöörama tõsiselt tähelepanu alles 21. sajandi algusaastatel. Siis hakati rääkima ka inimese elukaarest: õpingud, tööiga, pensioniiga.

Töökeskond on inimesele tähtis ka kui enda identiseerimise võimalus. Seoses pensionile siirdumisega katkevad paljuski endised sotsiaalsed sidemed. Uuringud on näidanud, et naised võrreldes meestega, siirdudes pensionile, säilitavad rohkem endisi sotsiaalseid sidemeid. Meeste osas on see tingitud sellest, et meeste sotsiaalsed sidemed on suures osas seotud tööga ning osa endisi kolleegid lahkuvad suhteliselt ruttu meie hulgast. See asjaolu süvendab meeste üksildumise protsessi. Mingi osa pensionäridest vabanevad ka stressist, mis oli tingitud tööalasest tegevusest, kuid suurele osale pensionäridest mõjub pensionile siirdumine aktiivsust pärssivalt. Pole enam tööpäevale omast rutiini ja tegevusetus tekitab stressi ja frustratsiooni. Kuidas siis korraldada sujuvat üleminekut töötajast pensionäriks? Üks võimalus selliseks on võimalusel jätkata töötamist osalise tööajaga. Siin sõltub palju inimese suhtumisest, tema natuurist, töö iseloomust, töökonnast. Jaapanis on võimalus, et pensionäri saabudes saab tööandja vähendada töötaja palka 20-30%. seda hinnatakse kui mõlemale poolele kasulikku tehingut, kusfirmad lõikavad kasu vanema töötaja kogemustes ja oskustest, ei maksa aga vanuse tõttu kõrget palka, töötaja saab tööd jätkata ja saada lississetulekut.

Üldine suhtumine Jaapanis - tööta niikaua kui tervis lubab!

Suhtumine vananemisse on võtmetähtsusega vanuses 50+. Sellest kuidas inimene suhtub vananemisse, sõltub ka tema suhtumine perspektiivi- heaolu, sotsiaalne kaasatus, avatus kasutada oma hariduslikku võimekust (Fröbe & Schmidt-Hertha, 2013).

Raamistiku pensionile seonduva jaoks kujundab muidugi seadusandlus. Inimese seisukohalt tähtsaim on muidugi tervis, pensionile siirdumise põhjus ja sissetulek. Perspektiivse plaani koostamine pensionile siirdumisega seonduvate kohanemisküsimuste ületamiseks iseenesest ei garanteeri heaolu kuid tema puudumine reeglina toob pigem halva tulemuse.

Smid-Hertaja Rees (2017) märgivad, et formaalse plaani olemasolu on tähtis neile meestele ja naistele, kes identiseerivad end paljuski töökoha kaudu. Eriti suured kohanemisküsimused on nendel inimestel, kes töötasid juhtivatel ametikohtadel või olid ühiskondlikult aktiivsed. Eriti kui töölepingu katkestamisel koondamise tõttu või muul põhjusel vihjatakse nende võimete langusele

Seoses demograafiliste muutustega ühiskonnas on muutunud tähtsaks pensionäride kui täiendava tööjõuressursi rakendamise võimalused. See omakorda tõstab üles küsimuse elukestvast õppest:

1. võimaldab töövalmiduse säilimise

2. kindlustab täiendõppe vajaliku kvalifikatsiooni säilitamiseks.

Üldiselt on täiskasvanute haridus hariduspoliitika vaenae sugulane. Eestis ja EL- üldiselt on elukestev õpe paljuski jäetud MTÜ- de pärusmaaks., mis on alafinantseeritud ja ei täida oma ülesannet töövalmiduse säilitamise ühe abinõuna. Töövalmiduse säilitamine toimub läbi elukestva õppe erinevate vormide (rahvaülikoolid, kolmanda nooruse ülikoolid). Samas võimaldab programmide üldharidusliku iseloomu tekitada huvi, tõttu tuua eakad kodust välja, võimaldades sotsiaalset suhtlust, toetades positiivse psüühika säilimist, olles abinõu üksilduse vastu.

On rida probleeme täiendõppega kvalifikatsiooni täiendamiseks. Stipendiumid ja õppelaenud ei ole teatud vanuses enam kättesaadavad. Ei ole olemas EL direktiivi, mis kataks kutsehariduse ja väljaõppe poliitikat.

Kohandumisel on tähtis osa informatsioonil ja avalike teenuste kasutamise võimalustel Kohalikes Omavalitsustes.