

RAZISKAVA: DOLOČANJE ZAČETKA STAROSTI SE PREMIKA V POZNEJŠA LETA

Subjektivno dojetanje starosti se je sčasoma bistveno spremenilo, kar potrjuje nemška raziskava, ki jo je izvedel Markus Wettstein z Univerze Humboldt v Berlinu.

Raziskava, ki je vključevala več kot 14.000 odraslih Nemcev, rojenih med letoma 1911 in 1974, razkriva, da mlajše generacije starost dojemajo kot nekaj, kar nastopi kasneje v življenju v primerjavi s starejšimi generacijami.

Udeleženci, rojeni leta 1911, so starost začeli zaznavati pri 71 letih, medtem ko so tisti, rojeni leta 1956, menili, da se starost začne šele pri 74 letih. To spremembo v zaznavanju starosti lahko pripišemo daljši pričakovani življenjski dobi in boljšemu zdravstvenemu stanju.

Raziskava poudarja pomen ohranjanja močnih družinskih vezi in medgeneracijskih interakcij, saj te spodbujajo pozitivno dojetanje staranja. Vendar sodoben način življenja pogosto vodi v fizično ločitev generacij, kar lahko prispeva k negativnim stereotipom o staranju. Pomembno je spodbujati smiselne interakcije s starejšimi, da bi zmanjšali predsodke in na novo opredelili dojetanje starosti.



Digitalna revolucija je prav tako odigrala ključno vlogo pri preoblikovanju odnosa do staranja. Starejše generacije so se morale prilagoditi novim tehnologijam, medtem ko so mlajše generacije, kot so milenijci in generacija Z, odraščale v digitalnih okoljih, kar vpliva na njihovo dojetanje staranja in družbenih povezav.



Za zdravo staranje in spoštovanje različnih obdobij življenja je ključnega pomena, da se že v zgodnji mladosti zavedamo neizogibnosti staranja in skrbimo zase. Redefiniranje družbenega odnosa do staranja zahteva prepoznavanje raznolikosti izkušenj staranja ter spodbujanje medgeneracijskega razumevanja in empatije.