

۷	پیشگفتار نویسندگان
۹	پیشگفتار مترجمان
۱۱	فصل اول: سالمندی و جامعه
۴۱	فصل دوم: پژوهش در سالمندی
۷۹	یک بررسی موضوعی: طنز جنایت: قربانیان و بزهکاران مو نقره‌ای
۸۳	فصل سوم: دنیای سالمندی: دیدگاه‌های جمعیت‌شناختی
۱۱۷	فصل چهارم: فرد سالمند در بافت اجتماعی
۱۴۷	یک بررسی موضوعی: خلاقیت و سن: داستان واقعی
۱۵۱	فصل پنجم: سالمندی و خانواده: زمینه‌های شخصی و نهادی
۱۸۹	فصل ششم: کار و بازنشستگی در دوره زندگی
۲۳۳	مقاله موضوعی: تصویری از مردان و زنان سالمند در رسانه‌ها
۲۳۹	فصل هفتم: اقتصاد و سالمندی جامعه
۲۷۷	یک بررسی موضوعی: سالمندان عصر دیجیتال
۲۸۱	فصل هشتم: سالمندی و سلامت: افراد، نهادها و سیاست‌ها
۳۲۷	یک بررسی موضوعی: سالمندستیزی: لوازم آرایشی و زیبایی
۳۳۳	فصل نهم: سیاست، دولت و سالمندی در آمریکا
۳۷۳	فصل دهم: سالمندی در عرصه جهانی
۴۰۹	یک بررسی موضوعی: خاکستری شدن رنگین کمان: سالمندان LGBT
۴۱۵	فصل یازدهم: نسل پرزایش و چشم انداز در حال تغییر سالمندی
۴۴۹	فصل دوازدهم: پویایی جامعه سالمندی در آینده
۴۷۷	منابع
۵۴۹	واژه یاب

# پیشگفتار نویسندگان

هر ویرایش جدید کتاب درسی فرصت‌های تازه‌ای را برای نویسندگان فراهم می‌کند تا مطالب را دقیق‌تر، به‌روزرسانی و گسترش دهند، و موضوعاتی را که در سال‌های اخیر مطرح شده‌اند، در بر بگیرد. این نسخه منعکس‌کننده مطالب افزوده شده و موضوعات مهم جدید است، در حالی که تمرکز خود را بر روند زندگی و جنبه‌های جامعه‌شناختی سالمندی حفظ می‌کند. در این نسخه، ما همچنان به بررسی مطالعات جدیدتر، از جمله توجه بیشتر به سالمندی جهانی و تغییرات قابل توجهی که اکنون در سالمندی جمعیت در ایالات متحده و سراسر جهان در حال انجام است، ادامه می‌دهیم. کتاب ۱۲ فصلی به‌خوبی با اکثر برنامه‌های آموزشی برای یک تکلیف خواندن "یک فصل در هفته" هماهنگ است.

## نگاه مداوم

در ارائه دانش در مورد سالمندی در زمینه اجتماعی، ما بر پنج موضوع اصلی تمرکز می‌کنیم. موضوع اول تمرکز بر مسیر زندگی است. این دیدگاه، بحث‌های ما را در مورد حرکت افراد و گروه‌ها از طریق مراحل و انتقال‌های مرتبط با سن در همه نهادهای اجتماعی اصلی آگاه می‌کند و موضوعی سازمان‌دهی برای تحقیقات جدید و تحولات نظری در زمینه سالمندشناسی فراهم می‌کند. دومین موضوع اصلی تمایز خرد/کلان در درک سالمندی به عنوان یک پدیده اجتماعی است. سالمندی افراد در لایه‌هایی از بافت اجتماعی از خانواده گرفته تا نظام‌های سیاسی و اقتصادی رخ می‌دهد. درک پویایی پیچیده در میان این سطوح چندگانه، کلید درک عمیق فرآیندها و نتایج سالمندی است. سومین موضوع کلیدی ساخت اجتماعی است. با این رویکرد، که در فصل ۱ توضیح داده شده و در فصل‌های دیگر مورد بررسی قرار گرفته است، نشان می‌دهیم که سالمندی بسیار بیشتر از یک سفر فردی در زمان است. سالمندی یک فرآیند اجتماعی پیچیده است که هر یک از ما را در سفر تحت‌تأثیر قرار می‌دهد و به نوبه خود تحت‌تأثیر جمعی کسانی است که این سفر را انجام می‌دهند. چهارمین ویژگی متمایز این متن، تأکید آن بر تنوع جمعیت سالمند است. این تمرکز از بین بردن کلیشه در تمام فصل‌ها وجود دارد و بر این نکته تأکید می‌کند که چگونه تجربه سالمندی تحت‌تأثیر ویژگی‌های اجتماعی قرار می‌گیرد. مواد تنوع را بر اساس جنسیت، طبقه اجتماعی، نژاد/قومیت، نسل و حتی تفاوت‌های سنی در جمعیت سالمند نشان می‌دهد.

موضوع کلیدی نهایی ادغام یادگیری تئوری با محتوای مربوط به سالمندی است. خواندن تئوری‌ها بدون محتوای زیاد برای بسیاری از دانش‌آموزان چالش برانگیز است. در عوض، بخش‌های "کاربرد تئوری" در سرتاسر فصل‌های ما پراکنده است که یک نظریه خاص را در رابطه با محتوایی مانند مراقبت‌های بهداشتی، مراقبت از خانواده یا

بازنشستگی توصیف می‌کند. به این ترتیب تئوری با کاربردهایی استوار می‌شود که آن را مرتبط‌تر و به یاد ماندنی‌تر می‌کند. ما دو ویژگی را از نسخه‌های قبلی ادامه داده ایم و یک ویژگی جدید اضافه کرده‌ایم. اول، ما فرصت خود را برای دانش آموزان به روز کرده ایم تا موضوعات را از طریق "تمرین وب" در پایان هر فصل بررسی کنند. این‌ها را می‌توان به روش‌های مختلفی در کلاس‌ها استفاده کرد. دانش آموزان این تمرین‌ها را مکمل‌های مفیدی برای مطالب ارائه شده در فصل خواهند یافت. یکی از ویژگی‌های مستمری که برای کمک به دانش آموزان در ارتباط با مطالب و تعمیق درک آنها از مفاهیم انتزاعی طراحی شده است، گنجاندن سؤالاتی برای تفکر و بحث در پایان هر فصل است. در نهایت، اصطلاحات کلیدی که برای بررسی و بحث مفید هستند، در متن برجسته شده و در پایان هر فصل فهرست شده‌اند. اصطلاحات به صورت پررنگ و با تعریفی در متن کتاب ارائه شده‌اند و از عناصر ضروری درک مطالب ارائه شده هستند. بسیاری از ما از طریق تجربیات شخصی یا خانوادگی خود به راحتی با سالمندی ارتباط برقرار می‌کنیم. به ندرت دانش‌آموزان وارد دوره‌ای می‌شوند که پیامدهای یک جامعه سالمندی را برای مؤسسات اجتماعی اصلی درک کند. بر اساس گسترش بنیادی تخیل جامعه‌شناختی به تخیل سالمندشناختی، ما امیدواریم که دیدگاه دانش‌آموزان را به تصویر بزرگ‌تری از سالمندی به‌عنوان یک پدیده اجتماعی بسط دهیم که زندگی آن‌ها را قبل از اینکه خودشان بزرگ‌تر شوند، تغییر دهد. یکی از راه‌هایی که سعی می‌کنیم دیدگاه خود را نسبت به سالمندی گسترش دهیم، از طریق سومین ویژگی ادامه‌دارمان، مجموعه‌ای از شش "مقاله موضوعی" است که بین فصل‌ها در سراسر کتاب پراکنده شده‌اند. قصد ما از این موارد این است که از لنز سالمندی نگاه کنیم و به مجموعه‌ای از مسائل معاصر نگاه کنیم، که منعکس‌کننده روشی جذاب‌تر برای "فکر کردن خارج از چارچوب" در مورد پیامدهای سالمندی برای افراد و جامعه بزرگ‌تر است. موضوعات جالب و از نظر اجتماعی مهم، مانند پزشکی ضد سالمندی، سالمندی LGBT و خلاقیت در طول زندگی برای فراهم کردن فرصت‌هایی برای بحث، برداشتن گامی بیشتر با دانش به‌دست‌آمده در فصل‌های قبل، و پیوند مفاهیم به تجربیات مشترک دنیای واقعی به کار گرفته می‌شوند.

برای تکمیل کتاب، دو محصول جانبی، یک کتابچه راهنمای مربیان و ارائه‌های پاورپوینت مرتبط با فصل، از طریق ایمیل [textbook@springerpub.com](mailto:textbook@springerpub.com) در دسترس مربیان واجد شرایط است. این دو جلد کمکی به ادغام این نسخه پنجم از سالمندی، جامعه و دوره زندگی در آموزش موجود شما کمک می‌کند. اسلایدهای پاورپوینت مضامین و مفاهیم اصلی هر فصل را نشان می‌دهد. می‌توان از آنها در سخنرانی‌ها و به عنوان راهنمای مطالعه استفاده کرد. کتابچه راهنمای مربیان سازماندهی شده است تا به دانش آموزان کمک کند تا آنچه را که قرار است یاد بگیرند، ارزیابی کنند، درک و حفظ مطالب را ارزیابی کنند، آنها را قادر سازد تا مفاهیم اصلی را در مسائل جدید به کار ببرند، و آنها را تشویق کنند که آینده خود را در دنیایی کهنسال تصور کنند.

هدف اصلی و مستمر ما از نگارش این کتاب ارائه نوع جدیدی از کتاب درسی در مورد جنبه‌های اجتماعی سالمندی انسان بوده است - کتابی که نه دایره‌المعارفی در پوشش یافته‌های پژوهشی و نه بیش از حد با اصطلاحات خاص است. امیدواریم در این دوره پنجم با دقت بیشتری به این اهداف نزدیک شده باشیم.

# پیشگفتار مترجمان

وضعیت سالمندی جمعیت در ایران به یک چالش اجتماعی تبدیل شده است. به طوری که میزان سالمندی جمعیت از ۵ درصد در سال ۱۳۵۵ به حدود ۱۰/۷۱ درصد در حال حاضر (حدود ۹/۲ میلیون نفر در سال ۱۴۰۱)، افزایش یافته است. اما این وضعیت در سال های آینده، رشد سریع تری به خود خواهد گرفت و پیش بینی می شود این میزان به ۲۰ درصد در سال ۱۴۲۱ و حدود ۳۳ درصد در دهه ۱۴۴۵-۱۴۳۵ (حدود ۳۵ میلیون نفر) برسد که نشان دهنده منحصراً بفرودترین شتاب افزایش جمعیت سالمندی در مقایسه با اغلب کشورهای جهان می باشد. این افزایش سهم کمی سالمندی، با تغییرات عمده ای چون: پدیده سالمندان تنها یا کم اطرافیان (خانوار هسته ای توأم با کاهش بعد خانوار)، بحران ورشکستگی صندوق های بازنشستگی نامتوازن، افزایش شدید هزینه های دولت و بیمه ها در بخش سلامت و مراقبت و خدمات حمایتی هدفمند از سالمندان و گسترش روزافزون نیاز به خدمات هوشمند و محله محور و... همراه است، که احتیاج به سیاستگذاری کوتاه و دراز مدت و برنامه ریزی سریع برای ایجاد زیر ساخت های مواجهه با بحران سالمندی دارد، به طوری که بتواند همه ابعاد محیطی، رفاهی، اجتماعی، اقتصادی، سلامت و خدماتی مرتبط با زندگی سالمندان را پوشش دهد.

کتاب درسی و دانشگاهی مورگان و کانکل<sup>۱</sup> با عنوان "سالمندی، اجتماع و رویکرد دوره زندگی"<sup>۲</sup> در قالب ۱۲ فصل منسجم به بحث رشد و شخصیت سالمندان به عنوان کنشگران اجتماعی در طول دوره زندگی تا اواخر عمر پرداخته است. این کتاب برای پژوهشگران، اساتید، دانشجویان و متخصصین سالمندشناسی، پرستاری سالمندان و طب سالمندی، اساتید و دانشجویان حوزه های بین رشته ای مانند روانشناسی و علوم رفتاری، مددکاری اجتماعی، جامعه شناسی، و حوزه های توانبخشی و مراقبین سلامت مطالب مفیدی را فراهم می کند. البته فعالان حوزه سلامت سالمندان می توانند با تهیه این کتاب دانش و آگاهی خود را در حیطه چالش های دوران سالمندی بویژه در اواخر عمر آنها بالا ببرند.

گروه مترجمان

شیراز - پائیز ۱۴۰۱

1. Leslie A. Morgan, PhD, Suzanne R. Kunkel, PhD.
2. Aging, Society, and the Life Course

فرد به تنهایی عمل نمی‌کند، اگرچه موجودات آگاه می‌خواهند طوری انجام دهند و رفتار کنند که گویی بر زندگی خود کنترل دارند و می‌توانند کاری را انجام دهند که به بهترین وجه خوشایند آنهاست... هیچ فردی واقعاً مستقل از تأثیرات هم‌نوعان ما عمل نمی‌کند. در همه جا زندگی اجتماعی وجود دارد که محدودیت‌هایی را ایجاد می‌کند و بر عملکرد فردی تأثیر می‌گذارد. مردم برای اهداف خاص همکاری، رقابت، ترکیب و سازماندهی می‌کنند، به طوری که هیچ کس برای خودش زندگی نمی‌کند. (بلکمار<sup>۱</sup>، ۱۹۰۸، صفحه ۳-۴)

### اهداف یادگیری

- طرح این موضوع اینکه "سالمندی بُعدی اجتماعی دارد".
- توصیف مفهوم نسل و اینکه چگونه نسل‌ها به شکل‌گیری واقعیت‌های سالمندی کمک می‌کنند.
- نشان دادن اینکه چرا سن تقویمی یک معیار نه چندان معنی‌دار برای افزایش سن است.
- توضیح اینکه چگونه تخیل جامعه‌شناختی در مطالعه سالمندی اهمیت دارد.
- بیان مثال‌هایی از چگونگی الگوبرداری از سالمندی بر اساس ویژگی‌های اجتماعی مانند جنسیت، نژاد، قومیت و طبقه اجتماعی.

سالمندی چیزی است که برای همه ما اتفاق می‌افتد. این یک فرآیند طبیعی و تقریباً اجتناب‌ناپذیر است. با این حال، افراد سالمندی اغلب موضوع شوخی‌های بد و کلیشه‌های منفی هستند و بسیاری از افراد جامعه ما از سالمند شدن می‌ترسند. یک بازدید سریع از بخش کارت تولد کارت فروشی محلی شما، دل مشغولی ما را به دیدگاه‌های منفی و شوخی درباره سالمندی تایید می‌کند. علیرغم این مشغله، ایده‌های ما در مورد معنای واقعی سالمندی و چرایی اهمیت آن بسیار متنوع است. در نظر گرفتن:

- در سن ۴۰ سالگی، طبق قانون تبعیض سنی در استخدام، افراد در نیروی کار از نظر قانونی به عنوان "کارگران سالمند" تعریف می‌شوند.
  - یک زن ۷۰ ساله در هند در سال ۲۰۱۰ زایمان کرد و سالمندترین مادر جدید جهان شد. این رویداد بحث‌های علمی و اخلاقی گسترده‌ای را در مورد اینکه چه زمانی یک زن برای بچه‌دار شدن خیلی سالمند است، برانگیخت، اما بحث کمی در مورد اینکه چه زمانی ممکن است مرد برای پدر شدن خیلی سالمند باشد وجود داشت.
  - در سال ۲۰۰۹، یک خلبان ایالات متحده آمریکا با فرود هواپیما در رودخانه هادسون پس از پرواز دسته‌ای از پرندگان به داخل موتور، توانست جان ۱۵۰ نفر را نجات دهد. کاپیتان سولنبرگر<sup>۱</sup> را "معجزه خلبان هادسون"<sup>۲</sup> لقب دادند. او حدود یک هفته از تولد ۵۸ سالگی خود عقب بود و سال‌ها تجربه او به عنوان عاملی در توانایی او برای واکنش موثر به شرایط اضطراری ذکر شد. سال بعد بازنشسته شد.
  - اکثر افرادی که ۷۵ سال سن دارند فکر نمی‌کنند که به رده سنی "سالمند" تعلق دارند.
  - در سن ۱۶ سالگی، افراد به اندازه کافی بزرگ هستند که بتوانند رانندگان گواهینامه داشته باشند، در ۱۸ سالگی به اندازه کافی بزرگ هستند که بتوانند رای دهند، و در سن ۲۱ سالگی به اندازه کافی بزرگ هستند که الکل مصرف کنند.
  - در برخی ایالت‌ها، راننده سالمندی که به دنبال تمدید گواهینامه است، باید یک سری آزمایشات را پشت سر بگذارد تا آمادگی خود را برای رانندگی نشان دهد. به عنوان مثال، در نیوهامپشایر، متقاضیان تمدید ۷۵ سال و بالاتر باید در آزمون جاده شرکت کنند. جورجیا، ویرجینیا و کارولینای جنوبی از جمله ایالت‌هایی هستند که برای متقاضیان مجوز سالمند نیاز به آزمایش بینایی دارند.
  - در پللی آف ۲۰۱۰ NBA، مفسران پیش‌بینی کردند که بوستون سلتیکس<sup>۳</sup>، که بالاترین میانگین سنی را در بین تیم‌های لیگ داشت، برای کسب عنوان قهرمانی "بسیار سالمند" خواهد بود. برخی دیگر پیش‌بینی کردند که سال‌ها تجربه تیم سالمندورزی آنها را تضمین می‌کند.
  - پروژه ژنوم انسان به طور بالقوه می‌تواند امید به زندگی را به میزان قابل توجهی افزایش دهد. اگر امید به زندگی ۲۰۰ باشد، ۷۵ سالگی به چه معناست؟ چه اتفاقی برای ایده‌های ما در مورد تحصیلات، مشاغل و پدربزرگ و مادربزرگ خواهد افتاد؟
- این مثال‌ها دو نکته بسیار مهم را نشان می‌دهد. اول، ما تعاریف اجتماعی رسمی و غیررسمی زیادی از سن و سالمندی داریم. دوم، معانی و تجربیات سالمندی در موقعیت‌ها، فرهنگ‌ها و زمان‌ها متفاوت

1. Sullenberger

2. Miracle on the Hudson pilot

3. Boston Celtics

است. بنابراین، پرسش‌هایی در مورد زمان آغاز سالمندی، چيستی آن و چرایی اهمیت آن تنها با توجه به زمینه‌های اجتماعی که سالمندی در آن اتفاق می‌افتد قابل پاسخگویی است.

## ابعاد سالمندی

اگر از کسی بخواهید که "سالمندی" را تعریف کند، ممکن است به طور منطقی پاسخ دهد که این به معنای بزرگ شدن است. اما، بزرگ شدن به چه معناست؟ آیا صرفاً گذشت زمان، داشتن یک تولد دیگر است؟ به طور فزاینده‌ای، محققان استدلال می‌کنند که سن تقویمی یک متغیر نسبتاً بی‌معنی است (نگاه کنید به فرارو ۲۰۰۷؛ مدوکس و لاتون، ۱۹۸۸). سن تنها راهی برای نشان دادن رویدادها و تجربیات انسانی است. این رویدادها و تجربیات مهم هستند، نه خود زمان. گذشت زمان تنها به این دلیل نگران‌کننده است که هر چند ضعیف با سایر تغییرات مرتبط است: فیزیکی، روانی و اجتماعی.

### سالمندی زیستی

گذشت زمان برای موجودات انسانی مربوط به بلوغ است. جدول‌های زمانی رشدی برای تغییرات قابل پیش‌بینی که با افزایش سن روی می‌دهند وجود دارد، از جمله نمودارهای رشد برای نوزادان و یادگیری زبان برای کودکان. در زندگی بعدی، گذشت زمان به تعداد زیادی تغییرات فیزیکی خاص مانند موهای خاکستری، چروک شدن پوست، و تغییر در ظرفیت تولید مثل، پاسخ سیستم ایمنی و عملکرد قلبی عروقی مربوط می‌شود. یک سوال جالب در مورد این تغییرات فیزیکی این است که آیا آنها پیامدهای طبیعی و اجتناب‌ناپذیر افزایش سن هستند؟ در واقع، تحقیقات نشان می‌دهد که برخی از تغییراتی که ما به عنوان جنبه‌های طبیعی سالمندی در نظر می‌گیریم، قابل تغییر، قابل پیشگیری و مرتبط با انتخاب‌های سبک زندگی و شیوه‌های فرهنگی هستند. به عنوان مثال، در حالی که برخی از چین و چروک‌های پوست و برخی از دست دادن خاصیت ارتجاعی شریانی به نظر می‌رسد به فرآیندهای فیزیکی سالمندی مربوط می‌شود، میزان تغییر و سرعت زوال تحت‌تأثیر انتخاب‌های سبک زندگی و فرهنگ است.

می‌دانیم که چروک شدن پوست با قرار گرفتن در معرض آفتاب و سیگار کشیدن تسریع و تشدید می‌شود و برخی از تغییرات در طول زمان در عملکرد قلب و عروق مربوط به رژیم غذایی، ورزش و سیگار کشیدن است. به طور مشابه، بیشتر ما افراد ۷۰ سال‌های را می‌شناسیم که به اندازه یک فرد متوسط ۴۰ ساله فعال، سالم و سرزنده هستند. شواهد فزاینده تنوع زیادی را در سالمندی فیزیکی در بین افراد نشان می‌دهد. این شواهد فزاینده از تنوع منجر به راه‌های جدیدی برای تفکر در مورد سالمندی شده است.

در دوره‌های قبلی سالمندی، محققان به دنبال تغییرات "عادی" بودند که با سالمندی همراه بود. مهم‌ترین بخش این جستجو، تمایز تغییرات سنی طبیعی از فرآیندهای پاتولوژیک یا بیماری بود که با