

Data zgłoszenia: 13.03.2024 • Data akceptacji: 15.08.2024 • Data publikacji: 30.09.2024

Dorota Augustyn¹ 

Tomasz Berek² 

Katarzyna Dendek³ 

Sandra Kempa⁴ 

Realizacja potrzeb edukacyjnych w uniwersytecie trzeciego wieku. Perspektywa słuchaczek i słuchaczy

Meeting educational needs at the University of the Third Age – the participants' perspective

Streszczenie:

Celem niniejszego artykułu było ukazanie znaczenia potrzeb senierek i seniorów uczestniczących w zajęciach uniwersytetów trzeciego wieku. Przeprowadzone zostały wywiady narracyjne z seniorkami i seniorami korzystającymi z ofert UTW na Śląsku i w Małopolsce. W drodze analizy wyłoniona została kategoria UTW jako miejsce realizacji potrzeb. Dotyczy ona rozwoju i realizacji różnorodnych pasji i zainteresowań w wielu dziedzinach, np. artystycznych, czytelniczych, sportowych, językowych. Odnosi się również do wykorzystania własnych zdolności i kompetencji, co pozwala seniorkom i seniorom czuć się potrzebnymi. Wspiera także dbanie o potrzeby zdrowotne poprzez zajęcia ruchowe, ale również dostarczanie wiedzy z wyżej wymienionego zakresu. Istotne jest też podtrzymywanie relacji z innymi oraz poznawanie nowych ludzi. Na podstawie badań wynioskowano, że z perspektywy słuchaczek i słuchaczy UTW warto uczestniczyć w zajęciach, gdyż jest to odpowiednie środowisko do rozwoju hobby, zdobywania wiedzy, jak i dzielenia się swoimi umiejętnościami. Wymienione wyżej czynniki wspierają realizację potrzeb senierek i seniorów.

Słowa kluczowe:

potrzeby edukacyjne, uczenie się, słuchaczki i słuchacze uniwersytetów trzeciego wieku, realizacja potrzeb

1 Akademia WSB Poland, dorota.augustyn01@gmail.com

2 Akademia WSB Poland, tomasz.berek@o2.pl

3 Akademia WSB Poland, kasia23dx@interia.pl

4 Akademia WSB Poland, sandra.kempa96@gmail.com

Abstract:

This article aimed to show the importance of the needs of seniors participating in universities of the third age. Narrative interviews were conducted with seniors attending U3A in Silesia and Małopolska. Through the analysis, the category was selected U3A as a place to meet needs. It concerns the development of diverse passions and interests in many areas, for example, art, reading, sports, and language. Moreover, it also refers to using abilities and competencies, which allows seniors to feel needed. It also supports taking care of health needs through exercise classes and providing knowledge in the above-mentioned field. It is also essential to maintain relationships with others and meet new people. Based on research, it was agreed that U3A members find it worth participating in U3A as it is a suitable environment for developing hobbies, acquiring knowledge, and sharing one's skills. The factors mentioned above support the fulfillment of the needs of seniors.

Keywords:

educational needs, learning, U3A participants, meeting needs

Wprowadzenie

W zestaw ogólnych norm kulturowych wpisane są: pochwała mądrości życiowej, doświadczenia, a także szacunek dla osób starszych. Równocześnie, ze względu na współczesną juvenalizację kultury oraz zachwyt młodością, wyzwaniem jest stworzenie społeczności akceptującej starość i przychylniej każdej generacji (Szarota, 2023). Uniwersytety trzeciego wieku (dalej: UTW) niewątpliwie mogą być instytucją wspierającą realizację wielu potrzeb seniorów i seniorów. Pierwszy UTW powstał w 1973 roku w Tuluzie (Czerniawska, 2009; Konieczna-Woźniak, 2007). Wcześniej utworzone zostały liczne organizacje działające na rzecz osób w późnej dorosłości, np. Międzynarodowe Towarzystwo Gerontologiczne, Związek Organizacji Starszej Generacji Europy czy Międzynarodowe Centrum Gerontologii Społecznej. W Polsce UTW mają bogatą tradycję. Są placówkami, z których korzystają przede wszystkim osoby będące na emeryturze. Skupiają się głównie na edukacji osób we wczesnym etapie starości. Miejsca te sprzyjają zdobywaniu wiedzy i umiejętności, a także rozwijaniu różnych kompetencji, dzięki czemu ich słuchaczk i słuchacze mają możliwość wszechstronnego rozwoju. Bogata oferta UTW wpisuje się w ideę całożyciowego uczenia się – Lifelong Learning, czyli LLL (Fabiś & Konieczna-Woźniak, 2022). Założyć bowiem można, że przedpole starości, jak i sama starość na wielu jej etapach jest czasem rozwojowym (Erikson, 1982). Jest wyjątkowym okresem życia, który szczególnie we wczesnej jego fazie daje dużo możliwości aktywnego uczestnictwa w procesach edukacyjnych na wiele sposobów (Steuden, 2011). Jednakże konsekwencje procesów starzenia się jednostki w wielu aspektach życia człowieka (Stuart-Hamilton,

2000) obligują do uwzględnienia ich w (auto)kreowaniu ścieżki edukacyjnej w starości. Marcin Muszyński wyszczególnił następujące podejścia do edukacji w późnej dorosłości: jako element edukacji dorosłych, kształcenia ustawicznego oraz gerontologii społecznej (Muszyński, 2016). Warto w tym kontekście przyjrzeć się potrzebom edukacyjnym współczesnych aktywnych senierek i seniorów będących uczestniczkami i uczestnikami UTW, by dostrzec rolę, jaką pełni ta stale i dynamicznie rozwijająca się instytucja w realizacji potrzeb najstarszych Polek i Polaków.

Jan Sikora (2012), odnosząc się do definicji zaproponowanych przez autorów z różnych dziedzin określił potrzebę jako coś, co powinno zostać zaspokojone, aby jednostka mogła wystarczająco dobrze rozwijać swoje możliwości. Pojęcie *edukacji* jest trudne do zdefiniowania – można je rozumieć jako uczenie się lub nauczanie; oba terminy są stosowane zamiennie. Obecnie naukowcy zajmujący się tą tematyką zwracają uwagę, że edukacja jest nierozzerwalną częścią życia człowieka. Wskazują także na fakt, iż stanowi ona proces całościowy (Muszyński, 2014, 2023). Można zatem wysnuć konkluzję, że potrzeba edukacyjna jest dla wielu osób niezbędną częścią funkcjonowania.

Nota metodologiczna

Badania, których część przedstawiana jest w niniejszym artykule, prowadzono w paradygmacie konstrukcjonistycznym. Wśród cech konstrukcjonizmu społecznego eksponuje się subiektywność, która pozwala postrzegać rzeczywistość z różnych perspektyw. Kolejno świat postrzegany jest przez znaczenie nadawane mu przez jednostki. Następnie ukontekstowanie znaczeń pozwala na wykorzystanie danej sytuacji do zrozumienia świata (Muszyński, 2020). Na takim założeniu konstruowano przedstawione poniżej badanie potrzeb słuchaczek i słuchaczy UTW. Jest ono częścią pierwszą, jakościową, większego projektu ministerialnego pt. „Diagnoza potrzeb edukacyjnych i otwartości na nowoczesną dydaktykę seniorów. Nowy model edukacyjny uniwersytetów trzeciego wieku w Polsce”, realizowanego w ramach programu „Studenckie koła naukowe tworzą innowacje”. Niniejszy artykuł jest rozwinięciem wcześniejszej pracy pt. „Realizacja potrzeb edukacyjnych w uniwersytecie trzeciego wieku. Perspektywa słuchaczek i słuchaczy”, zasygnalizowanej we wcześniejszej monografii.

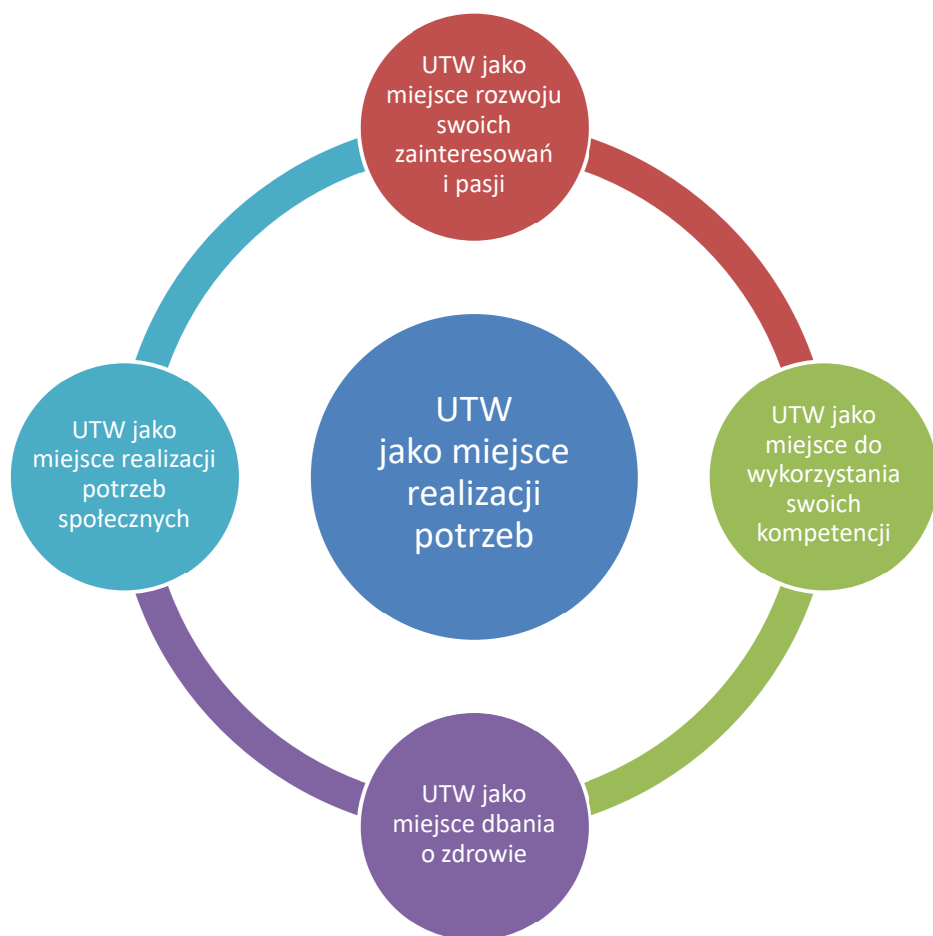
Celem artykułu jest ukazanie znaczenia potrzeb senierek i seniorów uczestniczących w zajęciach UTW. Problem badawczy koncentrował się wokół możliwości i oczekiwań realizacji potrzeb edukacyjnych, jakie narratorki i narratorzy – słuchaczki i słuchacze – formułują wobec UTW. Sformułowano zatem

następujące pytania badawcze: jakie znaczenia nadają narratorki i narratorzy potrzebom edukacyjnym realizowanym w UTW? Czego oczekują słuchaczki i słuchacze w funkcjonowaniu UTW, by móc realizować swoje indywidualne potrzeby edukacyjne?

Dla tak sformułowanych pytań badawczych najwłaściwszą metodą w założonym paradygmacie wydał się wywiad częściowo ustrukturyzowany, umożliwiający wymianę poglądów dotyczącą rzeczywistości między badaczem a badaną/badanym w zakresie przedmiotu badawczego (Kvale, 2004). Metoda ta polega na rozmowie, która jest kierowana oraz akceptowana i uznawana przez prowadzącego i narratorkę/narratora (Kostera & Krzyworzecka, 2012). Jak pisze Steinar Kvale, „Częściowo ustrukturyzowany wywiad zorientowany na świat życia służy zrozumieniu głównych wątków dotyczących codziennego świata życia, ujmowanego z perspektywy samych podmiotów. Celem tego rodzaju wywiadu jest uzyskanie opisu świata badanych, uwzględniającego interpretację znaczenia opisywanych zjawisk” (Kvale, 2010, s. 42).

Potencjalne narratorki i narratorów zaangażowano do badań na zasadzie doboru ochotniczego. Kryteriami doboru osób były: uczestnictwo w UTW przynajmniej od 5 lat, ukończony 60. rok życia. Od listopada 2023 do stycznia 2024 przeprowadzono wywiady narracyjne z uczestniczkami i uczestnikami UTW, które trwały od 20 do 90 minut. Materiał empiryczny zebrano w południowej części Polski – w województwach śląskim i małopolskim. Przeanalizowano 7 wywiadów z kobietami i 3 z mężczyznami w wieku od 62 do 81 lat. Zgromadzony materiał posłużył również do stworzenia narzędzia ilościowego, a co za tym idzie – kolejnej części badań. W tym artykule skupiono się na wybranych elementach analizy jakościowej, które pozwoliły skoncentrować się na realizacji potrzeb w UTW.

Na potrzeby pracy zmieniono imiona narratorek i narratorów. Seniorki i seniorzy zostali poinformowani o konieczności nagrania wywiadu, na co wyrazili zgodę. Zapewniono ich o poufności. Nagrania zostały poddane transkrypcji i zaimportowane do programu wspomagającego kodowanie Atlas.ti8. oraz zakodowane metodą 3K – kod, kategoria, koncepcja (Lichtman, 2013). W drodze analizy powstało drzewo kodowe, które w uproszczeniu przedstawia poniższy rysunek.

Ryc. 1. Realizacja potrzeb edukacyjnych z perspektywy słuchaczek i słuchaczy UTW

Źródło: badania własne.

Powyższe drzewo kodowe potwierdza realizację potrzeb edukacyjnych w UTW w czterech obszarach. Instytucja ta pozwala rozwijać swoje zainteresowania i pasje poprzez oferowanie szerokiego spektrum różnorodnych zajęć, gdzie każdy może wybrać coś zgodnie z własnymi preferencjami. Ponadto UTW stwarzają warunki do dzielenia się własnymi kompetencjami nabytymi w przeszłości. Sprzyjają także dbaniu o zdrowie poprzez oferowanie zajęć ruchowych i rekreacyjnych oraz umożliwianie zdobywania aktualnej wiedzy w dziedzinach dotyczących zdrowego stylu życia. Istotną sferą, o której wspomnieli badani, jest dbanie o relacje z innymi i nawiązywanie kontaktów społecznych. Wszystkie wymienione wyżej cztery kategorie odnoszą się do realizowania potrzeb senierek i seniorów w zakresie szeroko pojętej edukacji.

Analiza badawcza

Realizacja potrzeb edukacyjnych z perspektywy słuchaczek i słuchaczy UTW

UTW jako miejsce realizacji potrzeb

Instytucją, która może wspomóc rozwój w starości i na jej przedprożu, może stać się UTW. Szczególnie mocno idea uniwersytetów dla seniorów i seniorów zakorzeniła się w Polsce – stale rozwija się sieć placówek w działaniach swoich bliższych lub dalszych modelowi francuskiemu czy angielskiemu, a po części także fińskiemu (Sałustowicz et al., 2020) czy może właśnie specyficznemu dla polskich rozwiązań (Konieczna-Woźniak & Fabiś, 2019). Z wywiadów wyłania się obraz placówek, które w szczególności w czterech obszarach tworzą możliwości rozwojowe dla uczestniczek i uczestników. Jest to obszar społeczny – relacji międzyludzkich, miejsce rozbudzania czy realizacji swoich zainteresowań, przestrzeń do realizacji siebie w byciu dla innych i, w końcu, UTW pomaga zadbać o swoje zdrowie fizyczne i psychiczne.

UTW jako miejsce rozwoju swoich zainteresowań i pasji

UTW efektywnie odpowiada na potrzeby poznawcze i rozwijanie pasji swoich uczestniczek i uczestników, oferując im możliwość uczestnictwa w wykładach, warsztatach oraz grupach zainteresowań. Te różnorodne formy edukacyjne umożliwiają eksplorację i pogłębianie wiedzy w wybranych dziedzinach, co sprzyja intelektualnemu rozwojowi słuchaczek i słuchaczy. Jakość i różnorodność oferowanych treści prezentują poniższe wypowiedzi.

Oprócz wykładów z dziedziny humanistyki jest nauka języka angielskiego, jest również dużo zajęć ogólnorozwojowych, no i samo dokształcanie się.

(Beata)

Wszystkie wycieczki, które my mamy, czy zagraniczne, czy krajowe, to są wszystko wycieczki edukacyjne. To nie jest tak, że jedziemy, zjemy obiadek, to są edukacyjne wycieczki.

(Janina)

Fantastyczna sprawa, bo mogę się udzielać w tych różnych rzeczach, które tam są. Znaczą się gimnastyka, rytmika, te warsztaty teatralne.

(Dorota)

No, ja jak rozpocząłem, to rozpocząłem od kursu języka angielskiego (...) a żona to w ogóle była alfa omega, bo chyba chodziła na (...) Bo ten wachlarz zajęć jest bardzo różny.

(Krzysztof)

Zakres tematów dostępnych w UTW jest szeroki. Umożliwia uczestniczkom i uczestnikom nie tylko zdobywanie wiedzy, ale także stymulację umysłową, co jest kluczowe dla utrzymania zdolności kognitywnych w późnej dorosłości. Innym ważnym czynnikiem, który podkreślają słuchaczki i słuchacze, jest możliwość wyboru zajęć, co sprzyja zadowoleniu i motywacji do nauki.

W moim odczuciu, że po prostu to, co chciałem się nauczyć, to się nauczyłem (...) gdybym chodził na studia, to wiadomo (...) Uczę tego, co trzeba, a ja się uczyłem tego, co się chciałem uczyć.

(Jan)

Słuchaczki i słuchacze UTW doceniają bogatą ofertę różnorodnych zajęć, przyjmują kierowane do nich propozycje, z jednoczesną świadomością możliwości wyboru zgodnie ze swoimi preferencjami. Przykładowo, wymieniają zajęcia z robótek, językowe, ruchowe, artystyczne, komputerowe czy karciane. Podają także swoje pomysły na ciekawe w ich odczuciu zajęcia, których UTW nie oferuje, ale jakimi byliby zainteresowani. To pokazuje, jak istotne jest dla nich to miejsce, ale także, że zależy im na tym, aby ich pomysły były realizowane. Naznaczone to jest także poczuciem sprawczości, które polega na współuczestniczeniu w tworzeniu oferty UTW. Pojawił się na przykład pomysł stworzenia zajęć, na których można wspólnie rozwiązywać krzyżówki. Byłaby to dobra okazja do wymiany doświadczeń, wzbogacenia wiedzy, a także integracji i spędzania czasu z innymi seniorkami i seniorami.

Już my myśleliśmy o rozwiązywaniu krzyżówek (...) Zajęcia są (...) językowe, lektoraty, komputery, malarstwo. (...) Chór mamy.

(Julia)

Więc może taka sekcja, która rozwiązuje krzyżówki (...) Później, jak powstała sekcja gier towarzyskich, to od tego czasu uczestniczę w sekcji skata.

(Krzysztof)

Ja też jeszcze prowadzę na uniwersytecie grupę planszowiczy. W tym roku założyłam właśnie taką grupę (...) No i widzę bardzo duże zainteresowanie (...) Wszyscy chętnie się uczą.

(Mirosława)

UTW dostarcza uczestniczkom i uczestnikom radości, satysfakcji bez większych kosztów psychicznych i emocjonalnych, które były codziennością związaną z uczeniem się na wielu wcześniejszych etapach życia. Z przyjemnością uczęszczają na zajęcia, podczas których zdobywają nową wiedzę, rozwijają swoje zainteresowania, a także dostosowują się do zmieniającej się rzeczywistości, wykorzystując możliwości, których część z nich nie miała w przeszłości. UTW umożliwiają więc podążanie własnymi, utartymi ścieżkami, spełnianie marzeń, wdrażanie w życie niezrealizowanych w przeszłości planów edukacyjnych i ambicji.

Między innymi próbowałam się uczyć języka niemieckiego, którego wcześniej się nie mogłam uczyć (...) Gorsząc co niektórych, bo publicznie powiedziałam, że uniwersytet daje możliwość romansu z nauką, bo jest to sama przyjemność bez konsekwencji (...) A uniwersytet daje tu najlepsze możliwości, bo to jest skondensowane, nie trzeba tego szukać, wszystko jest w jednym miejscu i z tego powinno się właśnie skorzystać.

(Janina)

Spełniłem swoje marzenia, będąc uczestnikiem UTW. (...) to, co chciałem w życiu zrobić, to co mnie interesowało, to co było moją pasją, to w zasadzie wszystko mi się udało zrealizować na Uniwersytecie. (...) bo prowadzenie tego koła historycznego, powiem szczerze, ja się czuję, po tych 18 latach, jakbym skończył te swoje studia historyczne.

(Jan)

No chyba spełnianiem niespełnionych marzeń.

(Beata)

Ważne jest dla narratorek i narratorów także to, że mogą samodzielnie wybrać interesujące ich oferty, decydować o sobie, dopasować do swoich potrzeb, oczekiwań i zainteresowań. Wypowiedzi świadczą o ich poczuciu sprawczości, są przekonani o tym, że mogą kierować swoim rozwojem. UTW jest także przestrzenią dla twórców, osób o szczególnych zdolnościach, ponadprzeciętnej samodzielności, potencjale i kreatywności.

Największym moim zainteresowaniem jest muzyka, muzyka klasyczna (...) Przez wiele lat tutaj na Uniwersytecie organizowałam takie wycieczki dla innych. Chciałam ludzi też zarazić tą pasją. Pokazać im właśnie kulturę muzyczną. Jeździłam z nimi do (...) Bardzo dużo chętnych było, co mnie bardzo zaskoczyło.

(Ewa)

Raczej poszerzam swoje kręgi zainteresowań i swoją wiedzę.

(Krzysztof)

Propagowanie wiedzy, kultury i zdrowia (...) ale też bardzo ciekawym elementem poszerzania wiedzy po prostu są wykłady.

(Julia)

No chyba spełnianiem niespełnionych marzeń (...) jest nauka języka angielskiego, jest również dużo zajęć ogólnorozwojowych, no i autodokształcaniem się.

(Beata)

Napisałam książkę (...) Teraz szukam sponsora, żeby to wydać.

(Julia)

Możliwość samodzielnego decydowania o kierunkach własnej edukacji jest nie tylko odpowiedzią na ich aktualne zainteresowania, ale również stymuluje świadomy samorozwój. Zapewnia to seniorkom i seniorom nie tylko aktualizację wiedzy w obszarach już im znanych, ale również eksplorację nowych dziedzin, o których wcześniej nie przypuszczali, że mogą stanowić przedmiot ich zainteresowań.

No, ale na przykład wspaniałe mieliśmy zajęcia z nauki pływania (...) Panie, które mają po 70 lat, nauczyły się pływać (...) To jest majstersztyk w ogóle, uważam, i ja w życiu nie przypuszczałam, że mając ponad 70 lat jeszcze się można nauczyć pływać.

(Krzysztof)

Ostatecznie UTW jest miejscem, które nie tylko spełnia potrzeby poznawcze i samorozwoju, ale także adaptacyjne, co jest kluczowe dla utrzymania wartościowych relacji międzypokoleniowych. Ze względu na szybko zmieniający się świat, niezwykle istotne jest utrzymanie relacji międzypokoleniowych. Świadomość konieczności bycia na bieżąco z nowymi trendami, technologiami i zmianami społecznymi,

które są naturalne w życiu młodszych pokoleń, motywuje osoby w późnej dorosłości do aktywnego uczestnictwa w edukacji oferowanej przez UTW.

Uważam, że świat (...) idzie do przodu. Nasze dzieci też się rozwijają, każdy się rozwija, więc my, osoby starsze, też powinniśmy dążyć do tego, żebyśmy poznawali coś nowego (...) Chciałabym kiedyś razem z wnukiem porozmawiać na te same tematy, a nie być do tyłu i wnuk powie „Babciu, ty znów nic nie wiesz”.

(Beata)

UTW jako miejsce do wykorzystania swoich kompetencji

Seniorki i seniorzy mają możliwość wykorzystania swojego potencjału i kompetencji w ramach uczestnictwa w UTW. To doskonałe miejsce do zrealizowania potrzeby sprawczości, czucia się potrzebnym, robienia czegoś dla innych, ale także budowania społeczności i instytucji. Część uczestniczek i uczestników pełni różne funkcje, np. zasiadając w Radzie Słuchaczy lub prowadząc zajęcia dla innych. Takie działania wpisują się w realizację generatywności jako zdolności do kreowania rzeczywistości własnej i innych.

Tutaj się zaadaptowałam w Trzecim Wieku dość mocno. Był też czas kiedy byłam w samorządzie. Tak że troszeczkę więcej pracy wkładałam, no i organizowałam takie, jak wspominałam, rzeczy muzyczne.

(Ewa)

Działam sporo (...) zostałam wybrana do Rady Słuchaczy.

(Mirosława)

Już się zaangażowałam bardziej w pracę w samorządzie (...) w różne rzeczy się angażowałam, miałam to dobrze opanowane.

(Janina)

Seniorki i seniorzy udzielają się chętnie, wspierają UTW, wykorzystując swoje zdolności. Dzięki temu mają poczucie sprawstwa i samorozwoju, jednocześnie pogłębiając identyfikację ze środowiskiem i podnosząc własną samoocenę. Są dumni z tego, że mogą się wykazać swoimi umiejętnościami oraz wesprzeć to miejsce, biorąc tym samym na siebie odpowiedzialność za społeczność UTW.

To byłam jedną, która miała najbardziej opanowaną pracę z komputerem (...) No i właśnie będąc w samorządzie najwięcej (...) się angażowałam w te prace, które mogłam wykonywać na komputerze.

(Janina)

Ludzie powierzają mi organizację różnych imprez, jak Dzień Kobiet (...) więc na 130 osób zorganizować taką imprezę, to jest naprawdę wyczyn z mojej strony.

(Mirosława)

Utworzyliśmy (...) chór (...) żona tam jest do dzisiaj chórzystką.

(Krzysztof)

Szczególną możliwość przejęcia odpowiedzialności i organizacji zajęć mają osoby, które podejmują się prowadzenia założonych przez siebie grup hobby-stycznych, ciesząc się dużym zainteresowaniem i uznaniem uczestniczek i uczestników. UTW daje nowe możliwości spędzania wolnego czasu, przypominające działania klubowe.

Prowadzę (...) grupę planszowiczy (...) W tym roku w ogóle ponad 20 osób się zapisało do tej grupy. Wszyscy chętnie się uczą.

(Mirosława)

Chociaż niejednokrotnie spotkałam się z taką reakcją, w autokarze puszczałam też muzykę klasyczną, zawsze robiłam jakiś wykład na temat teatru, sztuki, kompozytora.

(Ewa)

UTW jako miejsce realizacji potrzeb społecznych

Angażowanie się w życie społeczności UTW jest znakomitą okazją do realizacji potrzeb społecznych, do budowania relacji i stwarzania szans na poznanie się i pogłębianie znajomości – tworzenie wspólnoty. Dla wielu słuchaczek i słuchaczy jest to jedyna możliwość nawiązania bezpośrednich relacji z innymi, a także kompensacji samotności.

To jest moje życie. Jestem wdową już od 15 lat (...) I szukałam towarzystwa, szukałam czegoś, żebym mogła coś robić, żebym mogła gdzieś działać, żebym się mogła obracać między ludźmi, bo nie lubię samotności (...) Dlatego uzupełnia moje życie ten uniwersytet.

(Zuzanna)

I po prostu jest jakś taką może też odskocznik w moim życiu, że mogę dalej współpracować z ludźmi.

(Julia)

To jest ważne, że też się spotykamy z ludźmi.

(Mirosława)

Trzeba dbać o siebie (...) możliwość spotkań, poznania nowych ludzi, tworzenia takich nieformalnych związków.

(Krzysztof)

Spotykamy się z koleżankami, z kolegami. Ostatnio właśnie dwóch kolegów namówiłam, żeby brali udział w naszych warsztatach teatralnych.

(Dorota)

Daje duże możliwości. I zajęcia czasu, bycia z ludźmi.

(Ewa)

Jak widać z powyższych wypowiedzi, UTW to miejsce, w którym seniorki i seniorzy zawierają nowe znajomości, mają kontakt z innymi, szczególnie z osobami o podobnych poglądach czy zainteresowaniach. Jest to sposób na zapobieganie i radzenie sobie z samotnością w sytuacjach utraty bliskiej osoby, partnerki życiowej czy partnera. UTW jest miejscem, które daje możliwości wsparcia społecznego i emocjonalnego.

UTW to również uczestnictwo w ciekawych projektach. Niektóre odpowiadają na potrzebę generatywności i przekazu międzypokoleniowego. Kontakt najstarszego pokolenia z młodymi osobami wydaje się wartościowy dla obu stron, jest okazją do wymiany doświadczeń, umiejętności, wiedzy, poznania się, budowania relacji z innymi generacjami przy wykonywaniu zwykłych, codziennych aktywności. Bardzo ważne jest spotkanie ludzi z różnych pokoleń. Sprzyja to zacieśnianiu więzi poprzez wspólne spędzanie czasu, dialog międzypokoleniowy. Osoby w późnej dorosłości potrzebują kontaktu z młodymi osobami, z którymi dzielą się historiami ze swojego życia, jednocześnie czerpiąc energię od młodszych.

Zbieraliśmy takie wspomnienia seniorów, rodzinne (...) razem z tymi młodymi gotowali (...) zbiecie babciowych takich smaków kulinarnych. Plus ta młodzież, co się uczy, to byli uczniowie ostatniego roku.

(Jan)

Bo przecież my, starsi, też możemy swoją wiedzę czy doświadczenie wnieść do rodziny. Nie tylko młodzi mogą przyjąć z nowościami, my też możemy pokazać, że czegoś możemy się nauczyć, nawet w tym wieku coś możemy pokonać i tą rodziną jakby (...) zaszcześcić.

(Beata)

Narratorki i narratorzy doceniają także wsparcie innych osób oraz wspólne zaangażowanie w przedsięwzięcia. W większej grupie jest możliwość stworzenia przestrzeni do różnorodnych pomysłów i działań. Taka współpraca podkreśla znaczenie wzajemnej pomocy w tworzeniu środowiska, które stymuluje rozwój intelektualny oraz osobisty, a także ułatwia wymianę wiedzy i doświadczeń.

Organizuję też jakieś ogniska, spotkania.. (...) Ale też dużo osób się angażuje razem ze mną, pomagają mi, więc też się cieszę.

(Mirosława)

Panowie grają w karty. Jest też sekcja robótek.

(Julia)

UTW jako miejsce dbania o zdrowie

Osoby starsze przywiązują wagę do stanu swojego zdrowia. Szczególnie ta wyemancypowana grupa uczestniczek i uczestników UTW dostrzega potrzebę troski o swoje zdrowie, o kondycję fizyczną i psychiczną. Dbałość o własne samopoczucie to również uprawianie sportu i rekreacja, podróżowanie czy zdrowe odżywianie. Organizatorzy oferują wiele różnorodnych zajęć związanych z aktywnością fizyczną, odpowiadając na te potrzeby. Przykładowo, są to: gimnastyka, gry zespołowe, taniec, aerobik, sporty wodne, spacer, wędrówki, joga, jazda na rowerze i inne zajęcia ruchowe. Dzięki temu możliwe jest poprawienie i utrzymanie dobrej kondycji, a także kontrola swojego samopoczucia, a nawet profilaktyka zdrowia.

No bo z tych ruchowych, to wiadomo, to jest dla ciała, to jest po to, żeby tam swoją kondycję poprawić.

(Krzysztof)

W olimpiadach sportowych uczestniczyłem, gimnastyka, siatkówka, ja nawet przez dwa lata w kółku tanecznym byłem.

(Jan)

Zapisałam się na gimnastykę, na jogę (...) No więc gimnastyka, rytmika (...) Spacer, z kijkami, wyprawy, wycieczki itd. I szczerze powiedziawszy, nie nudzę się.

(Mirosława)

Cały czas korzystam z ćwiczeń gimnastycznych. To jest gimnastyka i joga. Jogę ćwiczę już ponad 20 lat. A gimnastyka taka trochę rehabilitacyjna, więc w naszym wieku jest wskazana (...) Cały czas biorę udział w tych zajęciach i nie narzekam na nudę (...) Są olimpiady sportowe (...) Kiedyś też brałam udział. Raz zajęłam trzecie miejsce w sprincie na 100 metrów.

(Ewa)

Ludzie w późnej dorosłości niejednokrotnie doświadczają różnych dolegliwości związanych z ich wiekiem. W związku z tym zwracają szczególną uwagę na wiedzę, która jest im potrzebna do codziennego dbania o siebie. Dla uczestniczek i uczestników UTW ważna jest także profilaktyka gerontologiczna, realizowana poprzez wykłady, spotkania ze specjalistami i inne formy zdobywania wiedzy na tematy związane ze zdrowiem fizycznym i psychicznym – charakterystycznych dla osób w starości. Dotyczą one zagrożeń, dbania o siebie, zapobiegania i leczenia chorób, także tych cywilizacyjnych, z jakimi zmagać się mogą osoby w późnej dorosłości.

Wiadomo, że najwięcej było związanych tam ze zdrowiem (...) w tym wieku to każdy coś tam ma, problem mały albo większy.

(Krzysztof)

Są też wykłady, powiedzieć można, ze sfery medycznej. Dużo jest z kardiologii, cukrzycy. Takie choroby, mogłabym powiedzieć, które u nas się nasilają.

(Julia)

UTW umożliwia nie tylko dbanie o sferę fizyczną, ale także o zdrowie psychiczne, czy poprawę funkcjonowania pamięci. Takie holistyczne podejście sprzyja dobremu samopoczuciu w każdej sferze życia.

No, mam nadzieję na mój dalszy rozwój intelektualny (...) zdrowie psychiczne, bo to jest bardzo ważne.

(Beata)

Dyskusja i wnioski

Wraz z przejściem na emeryturę, zmienia się sytuacja społeczna osób starszych. Tracą kontakt ze swoim środowiskiem zawodowym. Pozostaje pustka w tym zakresie. Niektórzy próbują tę lukę zastąpić, włączając się w działania UTW i zyskując tam nowych znajomych, przyjaciół oraz rozwijając swoje pasje, spędzając czas z innymi, zdobywając przy tym nową wiedzę i umiejętności. Badania przeprowadzone na potrzeby niniejszego projektu wykazały, że uczestniczki i uczestnicy UTW biorą udział w różnorodnych zajęciach grupowych, co wspiera integrację z innymi. Instytucje te oferują seniorkom i seniorom różne programy edukacyjne i rozwojowe, dostosowane do ich indywidualnych zainteresowań i potrzeb. Udział w nich umożliwia nie tylko aktywne formowanie własnego życia poprzez realizację dawno odłożonych marzeń

i odkrywanie nowych pasji, ale również pozytywnie oddziałuje na ich dobre samopoczucie psychiczne i emocjonalne. Takie przestrzenie są przez nich bardzo cenione, ponieważ zapewniają możliwość nauki i rozwoju w atmosferze wolnej od stresu, presji i negatywnych emocji, idealnie odpowiadając na specyficzne potrzeby osób w późnej dorosłości. Ponadto UTW stwarzają okazję do aktywnego udziału senierek i seniorów w życiu społeczności poprzez prowadzenie zajęć dla innych uczestniczek i uczestników. Taka forma aktywności pozwala im na pełniejsze wykorzystanie swego potencjału i doświadczenia, daje szansę na realizację poczucia sprawczości i generatywności, czyli zdolności do tworzenia i kształtowania rzeczywistości. Jest to kluczowe dla ich poczucia wartości i satysfakcji, ponieważ umożliwia nadal znaczący wkład w społeczeństwo. Angażowanie się w życie UTW ma kluczowe znaczenie dla senierek i seniorów, stanowi dla wielu z nich jedyną okazję do nawiązania bezpośrednich relacji z innymi ludźmi. Takie działania nie tylko przeciwdziałają izolacji społecznej i samotności osób starszych, ale również umożliwiają budowanie i podtrzymywanie relacji społecznych. Udział w projektach o charakterze międzypokoleniowym, oferujących wymianę doświadczeń i wiedzy między osobami w późnej dorosłości a młodszym pokoleniem, jest cenny zarówno dla jednych, jak i dla drugich. Jak zauważa Helena Hrapkiewicz, UTW odgrywają istotną rolę w utrzymaniu zdrowia społecznego i psychicznego senierek i seniorów, sprzyjając tworzeniu społeczności i przyjaźni, co odpowiada na ich potrzebę przynależności i przeciwdziała samotności (Hrapkiewicz, 2005).

UTW oferują również wiele programów prozdrowotnych, które mają na celu utrzymanie senierek i seniorów w dobrym samopoczuciu i kondycji fizycznej przez długie lata. Podobne wnioski na ten temat uzyskała w swoich badaniach Renata Spyрка-Chlipała, która pisze, że osoby w późnej dorosłości inaczej niż wcześniej odczuwają i zaspokajają swoje potrzeby. Wynika to z faktu, że modyfikuje się struktura tych potrzeb oraz możliwości ich zaspokajania. Zmienia się sposób funkcjonowania osób starszych, co zależy od ich stanu zdrowia, kondycji czy możliwości finansowych. Dzięki zaspokojeniu potrzeb, człowiek rozwija się intelektualnie i kulturowo, co wiąże się także z uzyskiwaniem satysfakcji z osiągniętego celu (Spyрка-Chlipała, 2014).

Ponadto niniejsze badania wykazały, że uczestniczki i uczestnicy UTW dzięki udziałowi w zajęciach realizują swoje potrzeby. Uczą się przystosowywać do zmieniającego się dynamicznie świata, rozwijają swoje zainteresowania, wykorzystują swoje możliwości, poszerzają wiedzę oraz nawiązują relacje z innymi. O podobnych aspektach wspomina Iwona Mandrzejewska-Smół, która wysnuła wnioski na temat aktywności senierek i seniorów. Dzięki UTW osoby w późnej dorosłości łatwiej adaptują się do nowych sytuacji, poznają nowe

osoby, umiejętnie planują czas wolny, rozwijają zdolności, zdobywają wiedzę, minimalizują stres i odczuwają satysfakcję (Mandrzejewska-Smół, 2018).

Niektóre z tych kategorii wyłoniły się także w badaniach innych autorów. Jak piszą Piotr Sałustowicz, Barbara Goryńska-Bittner, Maciej Kokociński i Aleksandra Pryśłowska-Kamińska na podstawie typologii Howarda McClusky'ego wyodrębniono następujące potrzeby edukacyjne senniorek i seniorów: „radzenia sobie (...); ekspresywne (...); wspierania (...); wywierania wpływu (...); transcendentne (...)” (Sałustowicz i in., 2020).

Rozważając tematykę starości, zobaczyć można jej dwa wymiary: zarówno obiektywny, jak i subiektywny. Starość może być rozpatrywana z różnych perspektyw, np. biologicznie czy społeczno-kulturowo. Obecnie zagadnienia dotyczące aktywności ludzi w późnej dorosłości odnoszą się nie tylko do podejmowania działań, ale także sfery wewnętrznej, czyli myśli, emocji. Z kolei role życiowe w sensie obiektywnym związane są z potrzebami i oczekiwaniami społecznymi, natomiast subiektywnie – z poczuciem tożsamości i zadowolenia z życia. Trzecim wymiarem starości jest zdrowie, które z obiektywnego punktu widzenia wskazuje zdrowie i chorobę, aczkolwiek ważna jest również ocena stanu samopoczucia przez jednostkę, szczególnie w badaniach biograficznych. Następnym istotnym przykładem jest sytuacja materialna, która obiektywnie rzecz ujmując odnosi się do stanu posiadania, a jednocześnie subiektywnie jest to kwestia postrzegana przez jednostkę w sposób indywidualny. Sytuacje trudne obiektywnie obejmują doświadczenia osób badanych, np. wynikające z kataklizmu, natomiast subiektywnie dotyczą próby zrozumienia przeżywanych emocji związanych z momentami znaczącymi. Istotny jest także bilans życia, który w obiektywnym sensie obejmuje dorobek życia, natomiast w subiektywnym związany jest z oceną własnego życia, z poczuciem satysfakcji. Kolejnym przykładem jest czas, który z perspektywy obiektywnej odnosi się do przyjętych społecznie miar właściwych dla jego zakresu i roli, z drugiej strony jest to indywidualne odczuwanie upływu czasu w sensie biograficznym. Innym wymiarem postrzegania starości jest edukacja, która obiektywnie oznacza ukończone etapy, wskaźniki w postaci dyplomów, a subiektywnie odnosi się do mądrości życiowej, własnych doświadczeń, poczucia potrzeby uczenia się. Zainteresowania z kolei obiektywnie wyrażane są poprzez realizację hobby, jednak z drugiej strony dotyczą także uczuć i refleksji związanych z ich realizowaniem, jak również profitów z nich czerpanych.

Bibliografia

- Bednarz-Łuczewska, P., Łuczewski, M. (2012). Podejście biograficzne. W: D. Jemielniak (red.), *Badania jakościowe. Metody i narzędzia. Tom 2* (ss. 91–109). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Czerniawska, O. (2009). Uniwersytet Trzeciego Wieku, 30 lat działania. Przemiany, dylematy i oczekiwania w epoce ponowoczesnej. *Chowanna*, 33(2), 97–113. <https://www.ceeol.com/search/article-detail?id=254534>
- Dubas, E. (2016). Refleksje nad starością. Obiektywny i subiektywny wymiar starości – wprowadzenie w debatę. W: E. Dubas & M. Muszyński (red.), *Obiektywny i subiektywny wymiar starości* (ss. 13–22). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Erikson, E. H. (1982). *The Life Cycle Completed, a Review*. Norton.
- Fabiś, A., Konieczna-Woźniak, R. (2022). Polski fenomen uniwersytetów trzeciego wieku. *Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej*, 22(1), 55–78.
- Hrapkiewicz, H. (2005). Potrzeby osób w wieku starszym i próba ich realizacji. W: A. Fabiś (red.), *Seniorzy w rodzinie, instytucji i społeczeństwie. Wybrane zagadnienia współczesnej gerontologii*. (s. 103–108). Wydawnictwo Wyższej Szkoły Zarządzania i Marketingu.
- Konieczna-Woźniak, R. (2007). Uniwersytet Trzeciego Wieku. W: *Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku*, (ss. 1091–1097). Wydawnictwo Akademickie Żak.
- Konieczna-Woźniak, R., & Fabiś, A. (2019). Polish phenomenon of Universities of the Third Age. *Exlibris Social Gerontology Journal*, 16(1), 93–107. <https://doi.org/10.24917/24500232.161.7>
- Kostera, M., Krzyworzeka, P. (2012). Etnografia. W: D. Jemielniak (red.), *Badania jakościowe. Podejścia i teorie. Tom 1* (ss. 167–187). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Kvale, S. (2004). *InterViews. Wprowadzenie do jakościowego wywiadu badawczego*. Wydawnictwo Uniwersyteckie Trans Humana.
- Kvale, S. (2010). *Prowadzenie wywiadów*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Lichtman, M. (2013). *Qualitative Research in Education: A User's Guide* (3rd ed.). Sage Publications, Inc.
- Mandrzejewska-Smół, I. (2018). *Aktywność edukacyjna i zawodowa osób w wieku emerytalnym w perspektywie pomyślnego starzenia się. Diagnoza wybranych problemów*. Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Muszyński, M. (2014). Edukacja i uczenie się – wokół pojęć. *Rocznik Andragogiczny*, 21, 77–88.
- Muszyński, M. (2016). Zmiana pola znaczeń pojęcia *edukacja osób starych*. *Dyskurs Młodych Andragogów*, 17, 79–96.
- Muszyński, M. (2020). Paradygmat konstrukcjonizmu społecznego w badaniach nad starością i starzeniem się. *Kwartalnik Pedagogiczny*, 4 (258), 50–65.
- Muszyński, M. (2023). Trzy wymiary całościowego uczenia się – na przykładzie gerontologii edukacyjnej. *Edukacja Ustawiczna Dorosłych*, 122(3), 221–231.

- Sałustowicz, P., Goryńska-Bittner, B., Kokociński, M., Pryśłowska-Kamińska, A. (2020). Starzenie się a edukacja w zmieniającej się nowoczesności. W: P. Sałustowicz, B. Goryńska-Bittner, M. Kokociński, A. Pryśłowska-Kamińska (red.), *Potrzeby edukacyjne seniorów a uniwersytet trzeciego wieku* (ss. 15–45). Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Sikora, J. (2012). Teoretyczno-empiryczne aspekty związków potrzeb, popytu i konsumpcji w turystyce. *Ekonomiczne Problemy Usług*, 82, 125–137.
- Spyrka-Chlipała, R. (2014). Uwarunkowania i struktura potrzeb życiowych seniorów. *Roczniki Teologiczne*, 61(01), 235–247.
- Steuden, S. (2011). *Psychologia starzenia się i starości*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Stuart-Hamilton, I. (2000). *Psychologia starzenia się*. Zysk i S-ka Wydawnictwo.
- Szarota, Z. (2023). Wyzwania dla nowej starości – esej gerontologiczny. *Studia Paedagogica Ignatiana*, 26(3), 37–60.