

Joanna Wnęk-Gozdek¹

Recenzja książki: Tomasz Frąckowiak, 2019. *Fenomen długowieczności. Perspektywa psychologiczna*. Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa, s. 488

Ludzie od zarania czasu poszukiwali sposobów na przedłużenie życia i zachowanie jego jakości na jak najwyższym poziomie. Fenomen długowieczności był przedmiotem rozważań naukowców reprezentujących najróżniejsze dziedziny. Czynnikiem sprzyjającym rozwojowi wiedzy w tym obszarze był sukcesywny wzrost populacji, której udało się osiągnąć wiek Matuzalema. Jak wynika ze statystyk Głównego Urzędu Statystycznego w Polsce aktualnie (stan na 31 XII 2019) żyją 5 942 osoby, które osiągnęły 100 i więcej lat: 4 649 kobiet i 1 293 mężczyzn (GUS, 2019). Zakład Ubezpieczeń Społecznych, który wypłaca tej grupie honorowe świadczeni, szacuje, że w 2040 roku można spodziewać się nawet 20 tysięcy, a w 2060 r. około 66 tysięcy.

W ostatnim czasie na rynku wydawniczym pojawiła się obszerna publikacja autorstwa Tomasza Frąckowiaka pt. *Fenomen długowieczności. Perspektywa psychologiczna*. Autor związany jest z Uniwersytetem Wrocławskim, a jego zainteresowania naukowe ogniskują się wokół psychologii starzenia się. Od dawna prowadzi badania nad cechami osób długowiecznych oraz poczuciem jakości życia tej populacji. Jednym z celów jego działalności naukowej jest promowanie bogactwa doświadczeń życiowych stulatków. W 2008 roku opracował wraz dr Magdaleną Wnuk-Olenicz galerię wrocławskich stulatków (2008).

Prezentowana monografia *Fenomen długowieczności* ma na celu ukazanie poczucia jakości życia osób, które przekroczyły granicę 90 roku życia. Autor rozpatruje powyższą kwestię w kontekście takich aspektów, jak: cechy osobowości, doświadczenia autobiograficzne oraz sposób życia osób długowiecznych. Doświadczenie długowieczności omawiane jest w wymiarze psychofizycznym, psychospołecznym, podmiotowym oraz duchowym. Szeroka analiza teoretyczna i przegląd dotychczasowych badań nad stulatkami pozwala czytelnikowi uzyskać ogólny zjawiska długowieczności z perspektywy biologicznej, psychologicznej, demograficznej. Prezentowane badania obejmują próbę 103 osób długowiecznych oraz próby kontrolne składające się z osób będących w wieku późnego starzenia się (75–89) oraz osób reprezentujące wiek wczesnego starzenia się (60–74). Zastosowanie w badaniach strategii ilościowej i jakościowej pozwala na holistyczną charakterystykę sylwetki najstarszych mieszkańców Polski. Walory naukowe opracowania wzbogaca ilość stosowanych przez T. Frąckowiaka narzędzi badawczych. Dzięki temu prezentowana monografia nabiera charakteru przewodnika metodologicznego dla osób pragnących zgłębiać wiedzę na temat długowiecznych seniorów.

¹ Doktor, Uniwersytet Pedagogiczny im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, Instytut Nauk o Wychowaniu; joanna.wnek-gozdek@up.krakow.pl

Analiza części jakościowej (narracyjnej) obejmuje 7 przypadków. Na ich podstawie autor opracował *ogólny model doświadczenia długowieczności, stanowiący charakterystykę dziewiątego etapu rozwoju psychospołecznego*. Jest on wypadkową wyłonionych wcześniej na podstawie narracji dziesięciu indywidualnych modeli doświadczenia długowieczności.

Analiza danych ilościowych opiera się na kwestionariuszowych pomiarach poczucia jakości życia oraz cech osobowości osób długowiecznych. Zaprezentowane wnioski bazują na dokonywanych zestawieniach korelacyjnych uzupełnianych wynikami *Koła Shalita* i wskaźnikiem bilansu autobiograficznego. Nie będę zdradzać dalszych szczegółów syntezy badań, zachęcając tym samym do sięgnięcia po opracowanie.

Recenzowana publikacja stanowi znaczący głos w dyskursie nad sposobami polepszenia samopoczucia najstarszych mieszkańców globu. Przystępność i przejrzystość prowadzonego przez autora wywodu sprawia, że po monografię mogą sięgać osoby reprezentujące różne środowiska i stan zaawansowania wiedzy na temat uwarunkowań pomyślnego starzenia się. Przytaczane transkrypcje rozmów z osobami długowiecznymi stanowią kopalnię wiedzy o najważniejszych wydarzeniach historycznych XX wieku, codziennym życiu w różnych okresach ubiegłego wieku oraz jednostkowych losach. Poza tym skłaniają do refleksji nad naturą procesu starzenia się.

Bibliografia

GUS (2019). Ludność według płci i roku urodzenia, <http://demografia.stat.gov.pl/bazademografia/Tables.aspx> (16.09.2019).

Frąckowiak, T., Wnuk-Olenicz, M. (2008). Wrocławscy stulatkowie. W: (red zbiorowa), *Wrocław dziękuje Stulatkom*. Wrocław: Wyd. Muzeum Miejskiego Wrocławia.