



Marek Niezabitowski

Kilka uwag o problemach środowiska zamieszkania na tle potrzeb osób starszych dotyczących tej sfery

DOI 10.24917/24500232.15.2

Słowa kluczowe: kompetencja środowiskowa, stres środowiskowy, bariery architektoniczne, przywiązanie do miejsca zamieszkania, relacje sąsiedzkie osób starszych

Keywords: environmental competence, environmental stress, architectural barriers, place attachment, neighborly relations of elderly people

SOME REMARKS CONCERNING THE ISSUES OF RESIDENTIAL ENVIRONMENT
IN THE CONTEXT OF NEEDS OF ELDERLY PEOPLE REGARDING THIS SPHERE

Abstract:

The aim of the article is to show the needs of elderly people concerning residential environment and deprivations in that sphere. The deprivations will be presented in the light of the concept of environmental stress, and they regard to architectural barriers, lack of infrastructure and social support experienced by senior citizens. In turn, the seniors' needs regarding residential environment will be illustrated by typology of causes of staying in present place of residence till the end of their lives. The needs which senior citizens want to satisfy in their habitat as well as experienced barriers, discomforts and stresses will be pictured by quotes of elderly inhabitants of housing estates in Upper Silesia, interviewed within the researches conducted by the author of the article as a member of research teams.

Wprowadzenie

Przesłanki do kontynuacji, a nawet intensyfikacji zainteresowań środowiskiem zamieszkania ludzi starszych można odnaleźć w co najmniej kilku faktach o charakterze empirycznym, teoretycznym lub praktycznym. Mają swoje źródła w badaniach naukowych, w doktrynach czy ideach (*ageing in place*), jak również założeniach czy

priorytetach europejskiej polityki społecznej, akcentowanych w dokumentach. Oto przykładowe cztery takie przesłanki:

1. Po pierwsze, tematyka ta była zawsze obecna i istotna we wszystkich dotychczas realizowanych w naszym kraju ogólnopolskich wielkoskalowych badaniach gerontologicznych, w tym tych pod egidą Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego. Mam tu na myśli badania z lat 1967–1968 (Piotrowski, 1973) pod kierunkiem prof. Jerzego Piotrowskiego, badania z lat 1999–2001 (Synak, 2003) pod kierunkiem prof. Brunona Synaka oraz badania PolSenior z lat 2007–2011 (Mossakowska, Więcek, Błędowski, 2012) pod kierunkiem prof. Piotra Błędowskiego.

2. Po drugie, duże międzynarodowe badania Enable-Age¹ pokazują, że seniorzy z wiekiem coraz więcej czasu spędzają w swoim mieszkaniu, co wykazuje istotność jakości najbliższego środowiska zamieszkania dla jakości życia osób starszych, a ponadto potwierdza sens idei „Ageing in place”.

3. Po trzecie, Międzynarodowy Plan Działania w Sprawie Starzenia się (Madryt, 2002) wiąże ściśle jakość życia ludzi starszych z ich środowiskiem zamieszkania, skoro mieszkanie i środowisko życia eksponuje jako jeden z tematów/zagadnień w ramach priorytetu: tworzenie sprzyjającego i wspierającego środowiska (Szatur-Jaworska, 2012, s. 20).

4. Po czwarte, pewne rozwiązania z zakresu polityki społecznej i programy unijne realizowane w różnych krajach czynią zadość temu priorytetowi, ponieważ są ukierunkowane na jak najlepsze dostosowanie otoczenia architektonicznego oraz infrastruktury i usług do potrzeb i ograniczeń osób starszych, tak, by mogli jak najdłużej pozostać w aktualnym, oswojonym środowisku zamieszkania. Dobrymi przykładami są tu takie rozwiązania, instytucje czy praktyki, jak: dwie strategie brytyjskiego rządu: *Lifetime homes, lifetime neighbourhoods* (dom na całe życie, osiedle/sąsiedztwo na całe życie), czy strategia mieszkaniowa (*Laying the foundations. A housing strategy for England*), promujące i wspierające niezależne, samodzielne życie seniorów w ich środowisku zamieszkania (Stula, 2012). Podobnie, francuski projekt pt. *Vivre chez soi* (mieszkać jak najdłużej w swoim domu) ukierunkowano na tworzenie rozwiązań sprzyjających intensyfikacji zastosowania inteligentnych urządzeń wspierających bezpieczne i samodzielne życie osób starszych (Stula, 2012).

Środowiskiem życia codziennego osób starszych, w tym ich środowiskiem zamieszkania, zajmuje się od kilkudziesięciu lat intensywnie gerontologia środowiskowa (*environmental gerontology*). W tej subdyscyplinie naukowej środowisko jest analizowane głównie w kontekście zaspokajania potrzeb seniorów. Może ułatwiać zaspokajanie tychże potrzeb lub je utrudniać – stanowić barierę. Do środowiska tego człowiek się adaptuje lub przekształca je pod kątem swoich potrzeb. Zdolność do zaspokajania potrzeb w danym środowisku Malcolm Powell Lawton nazwał

1 Projekt *Enable-Age*, dotyczący środowiska mieszkaniowego ludzi starszych, realizowano w latach 2001–2004 przez zespoły badawcze ze Szwecji, Niemiec, Wielkiej Brytanii, Węgier i Łotwy (zob. Scheidt, Windley, 2006, s. 112–113).

kompetencją środowiskową (*environmental competence*). Jest to kluczowa kategoria teoretyczna w badaniach zachowania i jakości życia człowieka, w tym seniora w jego środowisku zamieszkania. Tak ujmuje tę problematykę ekologiczna teoria starzenia się Powella Lawtona i Lucille Nahemow (Lawton, Nahemow, 1973). W ramach tej teorii autorzy ci skonstruowali dwie hipotezy – *environmental docility hypothesis* – pokazującą, że presja zmian środowiska mieszkaniowego dotyka tych, których kompetencje są najniższe i ich adaptacja do niego jest bardzo utrudniona. Druga hipoteza (*environmental proactivity hypothesis*) akcentuje możliwość czynnej adaptacji dzięki korzystaniu z zasobów obiektywnie dostępnych w otoczeniu (Scheidt, Norris-Baker, 2003, s. 57) – środowisku życia codziennego – co oznacza samodzielne zaspokajanie potrzeb i realizowanie preferowanej formy aktywności. Ludzie starsi ze względu na obniżającą się sprawność i coraz gorsze zdrowie coraz trudniej adaptują się do środowiska, które ze względu na ich ograniczenia stawia coraz więcej barier. Coraz większy opór trzeba pokonać, by funkcjonować w takim otoczeniu. Wszystko jest w ich odczuciu jakby coraz wyżej czy dalej, choć nadal w tym samym miejscu. Dlatego seniorzy tak cenią sobie, gdy wszystko, czego potrzebują, jest blisko zlokalizowane w mieszkaniu, budynku, na osiedlu i w przestrzeni miejskiej.

Stres środowiskowy powstaje wtedy, gdy zaadaptować się do otoczenia nie można, a zmienić go też się nie da. Jest to zespół postaw i odczuć negatywnych, dyskomfortowych związanych ze środowiskiem życia codziennego. Badacze zajmujący się tą problematyką wyróżnili kilka typów sytuacji rodzących (powodujących) stres tego rodzaju. Są to przede wszystkim: 1) wydarzenia katastrofalne, np. klęski żywiołowe, 2) stresory osobiste, np. śmierć bliskiej osoby, 3) stresory tła (Lazarus, Cohen, 1977; za: Bell, Greene, Fisher, Baum, 2004, s. 156). Analizy subiektywnej oceny środowiska zamieszkania najczęściej odwołują się do stresorów tła. Według Rottona (1990) takie właśnie stresory można podzielić na uciążliwości życia codziennego (*daily hassles*), czyli dyskomforty i niedogodności o małym nasileniu towarzyszące rutynowym czynnościom życia codziennego w miejscu zamieszkania oraz *stresory otoczenia* – chroniczne czynniki działające w środowisku, np. zanieczyszczenie, hałas, zatłoczenie (Bell, Greene, Fisher, Baum, 2004, s. 157). Stresory otoczenia są szkodliwe i czynią adaptację konieczną, jeśli nie dokonano zmiany w tymże otoczeniu. Adaptacja ta nastrocza szczególnie dużo trudności i wymaga wysiłku w przypadku stresorów oddziałujących długotrwale, jeśli nawet nie intensywnie. Przykładem może być hałas (Evans, Hygge, Bullinger, 1995; za: Bell, Greene, Fisher, Baum, 2004, s.157) lub kłopoty z sąsiadami (White, Rotton 1998; za: Bell, Greene, Fisher, Baum, 2004, s.157). Niestety kontakt z innymi osobami, które też doświadczyły oddziaływania tychże czynników oraz inne strategie skuteczne w innych sytuacjach stresogennych nie prowadzą do redukcji subiektywnie odczuwanego stresu (Bell, Greene, Fisher, Baum, 2004, s.157).

Jak widać z powyższego sąsiedzi znacząco oddziałują na człowieka w jego środowisku zamieszkania – są źródłem stresu, gdy tworzą problemy, ale mogą też być źródłem pozytywnych doświadczeń, gdy kontakt z nimi jest przyjemny czy nawet wspierający. Człowiek, jak wiadomo, jest istotą społeczną – ma zatem silnie rozwinięte potrzeby psychospołeczne – te w piramidzie Masłowa zajmują ważne miejsce. Najczęściej od sąsiadów oczekujemy by byli niekonfliktowi, przyjaźni lub chociaż poprawni w relacjach (Rożałowska, 2010; Turowski, 1976; Kryczka, 1981; por. Bujwicka, 2004). Chętnie korzysta się z ich wsparcia w codziennych drobnych sprawach typu pożyczenie cukru czy popilnowanie mieszkania w czasie wyjazdu na wakacje. I choć w koncentrycznej na ogół strukturze sieci wsparcia zajmują pozycję peryferyczną – sytuują się na obrzeżach tej sieci, na dalszych jej kręgach – w środowisku życia codziennego tu i teraz odgrywają ważną rolę w życiu seniorów (Niezabitowski, 2010, s. 75–79; Niezabitowski, 2011, s. 25–26; Niezabitowski, 2018, s. 226–227; Czekanowski, 2003, s. 167–169; Grotowska-Leder, 2008, s. 16–17).

Jak można wnioskować z badań i potocznych doświadczeń, środowisko zamieszkania osób starszych ma wielorakie aspekty, a wśród nich niewątpliwie fizyczne, w tym architektoniczne, jak również psychologiczne i społeczne. Wszystkie składają się na jakość życia seniora/seniorów. Odczucia seniorów związane z niektórymi spośród tych aspektów zostaną zilustrowane materiałem badawczym w dalszej części tego artykułu. Materiał ten pochodzi głównie z dwóch projektów badawczych: PolSenior² i projekt polsko-niemiecki³, w których uczestniczyłem osobiście jako jeden z wykonawców.

W ramach podprojektu badań ogólnopolskich PolSenior zespół badawczy zrealizował 166 wywiadów kwestionariuszowych i 31 wywiadów swobodnych ze starszymi

- 2 Praca naukowa finansowana ze środków na naukę w latach 2007–2011 jako projekt badawczy zamawiany PBZ-MEiN-9/2/2006, realizowana pod kierunkiem prof. dr hab. Piotra Błędowskiego z SGH w Warszawie. W wyniku realizacji projektu powstała monografia: Mossakowska M., Więcek A., Błędowski P. (red.): *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce*. Termedia Wydawnictwa Medyczne, Poznań 2012. Kierownikiem podprojektu pt. *Kapitał społeczny seniorów w warunkach różnych środowisk urbanistycznych a wymogi ich dostosowania do aktywizacji życiowej i jakościowego zabezpieczenia potrzeb ludzi starych* był dr hab. Adam Bartoszek, prof. UŚ z Instytutu Socjologii UŚ, a wykonawcami prof. dr hab. inż. arch. Elżbieta Niezabitowska, dr inż. arch. Beata Kucharczyk-Brus i dr Marek Niezabitowski z Politechniki Śląskiej. Efektem badań (w ramach tego podprojektu) była monografia: Niezabitowska E., Bartoszek A., Kucharczyk-Brus B., Niezabitowski M.: *Środowisko zamieszkania polskich seniorów w badaniach interdyscyplinarnych: studia przypadków na wybranych przykładach*. Wydawnictwo Naukowe „Śląsk”, Katowice 2013.
- 3 Projekt polsko-niemiecki o symbolu UE7/Rar-3/2011 pt. *Wczoraj, dzisiaj i jutro polskich i niemieckich wielkich osiedli mieszkaniowych. Studium porównawcze modeli rozwoju urbanistycznego i ich akceptacji na przykładzie Katowic i Lipska* (2011–2012), finansowany przez Polsko-Niemiecką Fundację na Rzecz Nauki (nr projektu nadany przez Fundację: 2010–21). Kierownik projektu: prof. dr hab. inż. arch. Elżbieta Niezabitowska. Uczestnicy

mieszkańcami trzech osiedli na Górnym Śląsku (os. „Superjednostka” w Katowicach, patronackie osiedle dla kolejarzy na „Zatorzu” w Gliwicach oraz popegeerowskie osiedle w Poniszowicach za Gliwicami). Z kolei w przypadku projektu polsko-niemieckiego materiał empiryczny obejmuje 589 wywiadów kwestionariuszowych i 100 wywiadów swobodnych, w tym 22 ze starszymi mieszkańcami (wiek 60 lat i więcej) trzech osiedli w Katowicach (os. Tysiąclecia, os. Paderewskiego i os. Zgrzebnioka). Realizacja obu projektów była ukierunkowana na ustalenie jak postrzegane jest przez starszych mieszkańców wyżej wymienionych osiedli ich środowisko zamieszkania głównie pod kątem więzi sąsiedzkich, wsparcia społecznego, form aktywności, doświadczanych barier architektonicznych. Przy czym należy dodać, że w przypadku projektu PolSenior środowisko zamieszkania osób starszych zostało ujęte zarówno we wspomnianych badaniach na Górnym Śląsku, jak i w kwestionariuszu ogólnopolskim tegoż projektu. Szersze opracowanie materiału m.in. z wyżej wymienionych badań przedstawiłem w monografii poświęconej psychospołecznym aspektom środowiska zamieszkania osób starszych (Niezabitowski, 2018).

Źródła stresu środowiskowego i dyskomfortu doznawanego przez seniorów w miejscu zamieszkania w świetle wybranych badań w Polsce

Przyjazne środowisko i mieszkanie to priorytet według Międzynarodowego Planu Działania w Sprawie Starzenia się (Madryt, 2012). Tymczasem wielu seniorów doświadcza barier zaspokajania swoich potrzeb w środowisku zamieszkania oraz innych dyskomfortów w tej sferze obniżających jakość ich życia.

Realizacja projektu PolSenior pokazała, że nieco ponad jedna trzecia (35,2%) respondentów tego badania doświadcza negatywnych skutków wad technicznych mieszkań i oddziaływania barier architektonicznych utrudniających codzienne życie; odczuwa te niedogodności 20% osób w wieku 55–64 lata, 23,3% seniorów z kohorty 65–74 lata i 67,5% w wieku 75–79 lat (Bartoszek, Niezabitowska, Kucharczyk-Brus, Niezabitowski, 2012, s. 523). Ponadto materiał empiryczny zebrany w tychże badaniach pokazuje, że najczęściej wymienianymi przez seniorów-respondentów barierami (niedogodnościami) są: wysokie i strome schody (52,6%), brak windy (47,8%), brak podjazdu do budynku dla osób poruszających się na wózku (30,3%), brak poręczy i uchwytów (25,2%). Innymi źródłami utrudnień w życiu codziennym (w poruszaniu się po budynku) są w świetle wyników tych badań głównie: wąskie klatki schodowe i drzwi, nierówności nawierzchni na korytarzach i schodach, ciasne windy, brak poczucia bezpieczeństwa przy wejściu do budynku, co wynikało z braku światła,

w projekcie ze strony polskiej to prof. UŚ. dr hab. Adam Bartoszek, dr inż. arch. Beata Kucharczyk-Brus, dr inż. arch. Beata Komar, dr Marek Niezabitowski. Uczestnicy ze strony niemieckiej to prof. dr hab. Sigrun Kabisch, dr Katrin Grossman, dr Annegret Hasse z Helmholtz Zentrum für Umweltforschung (UFZ) w Lipsku.

chodnika, awarii domofonów lub źle działających drzwi (Bartoszek, Niezabitowska, Kucharczyk-Brus, Niezabitowski, 2012, s. 519). Jak wykazały rezultaty tych badań, przestrzeganie barier zależy od wieku seniorów. Częściej dotkliwość barier utrudniających wchodzenie do budynku i wychodzenie z niego podkreślały osoby starsze (respondenci badań PolSenior) z młodszych grup wiekowych – chodzi o kohortę 65–69 lat (47,0%), podczas, gdy już w kohorcie 70–74 lata tylko 30,0% respondentów wskazywało tego typu bariery. Chodzi tu o takie urządzenia, jak: podjazdy i pochylnie dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich (Bartoszek, Niezabitowska, Kucharczyk-Brus, Niezabitowski, 2012, s. 521).

Analizy, które osobiście prowadziłem w ramach badań, których byłem kierownikiem lub wykonawcą pozwoliły mi naświetlić naturę doświadczanych przez seniorów problemów związanych z barierami architektonicznymi wywołującymi stres środowiskowy oraz sposób przeżywania tego stresu. Zwrócę uwagę na kilka barier tego typu, które wyraźnie oddziaływały na jakość życia badanych osób starszych.

Niedostosowanie łazienki do ograniczeń sprawności

Nierzadko seniorzy będący respondentami badań techniką wywiadu pogłębionego, ze względu na ograniczenia ich sprawności, które towarzyszą im na tym etapie ich życia, podkreślają jak ważna jest dla nich możliwość dostosowania wyposażenia łazienki do tych ograniczeń (Niezabitowski, 2013, s. 237; Niezabitowski, 2014 a, s. 93–94; Niezabitowski, 2018, s. 275). Respondentka podprojektu badań PolSenior – starsza Pani z chorobą Parkinsona tak opisuje jakie zabiegi dla przystosowania jej mieszkania do tej choroby były nieodzowne: „Mieszkanie było w niewielkim stopniu dostosowane do choroby. Wymiana wanny na prysznic z zamontowanym siedziskiem do korzystania w trakcie brania prysznicu. Usunięcie zbędnych drzwi. Zrobienie miejsca w pokoju dziennym na domową rehabilitację” (kobieta, 76 lat, os. Superjednostka, Katowice). O podobnych potrzebach dostosowania mieszkania do obniżającej się sprawności mówi także inna respondentka z katowickiej „Superjednostki”: „Przydałaby się zmiana w łazience albo obniżona wanna, żeby łatwiej było wchodzić, ale takich wanien nawet w marketach nie widziałam. Dobrym wyjściem byłby prysznic, taki z brodzikiem, ale to się wiąże właśnie z przebudową łazienki, a tego mi się już nie chce robić, bo mam 83 lata” (kobieta, 83 lata, os. Superjednostka, Katowice).

Z kolei inna respondentka podkreśla na czym polegają walory prysznica dla osoby starszej z ograniczeniami sprawności. Jej wypowiedź pokazuje ponadto, że warto myśleć o problemach starzenia się, projektując przestrzeń łazienki, gdy jest się jeszcze sprawnym. Chodzi o to, żeby dostosowanie wyposażenia tego pomieszczenia, gdy będzie to konieczne, było możliwe, a nie utrudnione. 83-letnia mieszkanka osiedla Tysiąclecia mówi o tym tak:

[...] Myśmy przerobiły łazienkę na, znaczy wannę żeśmy zlikwidowały, mamy prysznic [...] No ja uważam, że w każdym tym mieszkaniu, gdzie są ludzie starsi, znaczy młodzi powinni myśleć, że za 20 lat nie będą umieć nogi podnieść do wanny... że jest to nie-

bezpieczne... Jednak prysznic to jest bardzo wygodna rzecz. Tak, tak... i jeszcze z tym krzeselkiem... Krzeselko ma i się siada. [...] także nawet tu osoba starsza se usiądzie czy głowę sobie umyje, do połowy się umyje, tak że ja uważam, że prysznic to jest najlepsza rzecz. Tych wanien nie powinni w ogóle instalować (kobieta, 83 lata, os. Tysiąclecia, Katowice).

Badania wykazują ponadto, że bariery doświadczane w starości kumulują się i zlikwidowanie barier o charakterze architektonicznym w mieszkaniach seniorów napotyka na bariery innego typu. Przystosowanie wyposażenia pomieszczeń, w tym łazienki do ograniczeń związanych z wiekiem i chorobami czy starzeniem się wymaga remontów, a te są dla ludzi starszych za dużym wydatkiem finansowym, stresem wywołanym przez męczące zdarzenia remontowe, problemem organizacyjnym (Bartoszek, Niezabitowska, Kucharczyk-Brus, Niezabitowski, 2012, s. 523; por. Niezabitowski, 2018, s. 42–43). Bez wsparcia rodziny i spółdzielni mieszkaniowych lub innych podmiotów czy instrumentów polityki społecznej seniorzy najczęściej nie decydują się na te konieczne remonty modernizacyjne i przystosowujące mieszkania do ich ograniczeń.

Brak lub za mało ławek i poręczy

W bezpośrednim otoczeniu budynków osiedlowych seniorom brakuje miejsc, gdzie można usiąść, gdy jest się zmęczonym chodzeniem lub gdy szwankuje poczucie równowagi, co grozi upadkiem i kontuzją.

[...] ja mam taką chwiejną równowagę i muszę co jakiś czas odpoczywać. Więcej ławek by się przydało dla starych ludzi w otoczeniu (kobieta, 83 lata, os. Superjednostka, Katowice).

Gdy chwiejna staje się równowaga osoby starszej, kolejnym niezbędnym przystosowaniem budynku oczekiwanym przez seniorów stają się poręcze, pozwalające się chwycić mocno i pewnie, i dzięki temu utrzymać stabilną pozycję ciała – statyczną, jak i w ruchu i czuć się bezpiecznie. Brak takiego poczucia bezpieczeństwa może stanowić poważną barierę wychodzenia z mieszkania i budynku. Jedna z respondentek badań PolSenior opisuje tę kwestię w bardzo krótki i konkretny sposób: „Przydałyby się poręcze na korytarzu tak, żeby móc się złapać” (kobieta, 59 lat, os. Superjednostka, Katowice).

Zbyt ciężkie drzwi wejściowe do budynku

Kolejnym poważnym źródłem stresu środowiskowego dla starszych mieszkańców są za ciężkie drzwi, stawiające zbyt duży fizyczny opór w czasie ich otwierania lub przytrzymywania, gdy trzeba przejechać wózkiem inwalidzkim lub chodzikiem. To kolejna sytuacja, w której trudno utrzymać równowagę. 59-letnia respondentka podprojektu badań PolSenior, od lat niepełnosprawna, opisuje swoją niedogodność związaną z drzwiami tak:

[...] Na korytarzach to te drzwi są tak ciężkie, że samemu jest bardzo ciężko. Jak wózek czy coś, na klatkę z chodzikiem [wyjść – przyp. M.N.] to ciężko otworzyć. Na klatce są ciężkie (kobieta, 59 lat, os. Superjednostka, Katowice).

Brak windy lub winda niezatrzymująca się na każdym piętrze

Zaawansowany wiek i coraz mniejsza sprawność powodują, że wchodzenie po schodach wiąże się z ogromnym wysiłkiem i zmęczeniem, z czasem jest przyczyną unikania wchodzenia po schodach i zwiększa konieczność korzystania z windy. Obecność windy na danym piętrze decyduje nawet o percepcji i ocenie tego piętra przez seniorów. Jak ważna jest winda zatrzymująca się na każdym piętrze pokazuje następująca wypowiedź jednej z mieszkank katowickiej „Superjednostki”, w której ocenie mieszkanie jest: „Nie do końca dobre. Kiedyś mi się podobało, ale teraz brakuje piętra, na którym byłaby winda” (kobieta, 76 lat, os. Superjednostka, Katowice). Inna respondentka, poruszająca się na wózku inwalidzkim (od 20 lat chora na stwardnienie rozsiane) pozytywnie ocenia swoje piętro właśnie dlatego, że tam zatrzymuje się winda: „[...] ważne, że jest na tym piętrze winda, bo to jest najważniejsze” (kobieta, 59 lat, os. Superjednostka, Katowice). 70-letni architekt z wieloletnim stażem projektanta, właściciel prywatnego biura projektowego, wyraża przekonanie, że winda jest niezbędnym elementem wyposażenia budynku, niezależnie od liczby kondygnacji. Mówi o tym tak: „To jest właśnie problem całego osiedla Zgrzebnioka [katowickie osiedle mieszkaniowe – przyp. M.N.], które i tak nie jest najwyższe. Teraz jak robię nawet trzykondygnacyjne, to już tam wsadzam windę. Jak pan robi trzykondygnacyjny budynek, to on jest automatycznie o wyższym standardzie, to nie jest moloch, no to do tego standardu mu tam dodać coś przynależnego temu standardowi [trzeba – przyp. M.N.], jeszcze dodatkowo go jak to się mówi wzmacnia. Cztery to bezwzględnie, nie ma siły, absolutnie” (Niezabitowski, 2018, s.273).

Niedostatki wsparcia oraz braki infrastruktury i usług

Jak wynika z badań polsko-niemieckich przeprowadzonych na trzech wybranych osiedlach w Katowicach, część starszych mieszkańców tychże osiedli, będących respondentami tych badań, odczuwa brak wsparcia (Niezabitowski, 2018, s. 249). Świadczą o tym ich deklaracje, iż łącznie, przynajmniej w dwóch na pięć sytuacji – na wypadek choroby, problemów finansowych, trudności w robieniu zakupów, sprzątnięciu mieszkania, załatwianiu spraw urzędowych i samotności – muszą liczyć tylko na siebie. Problem ten, jak wynika z przeprowadzonych badań surveyowych dotyczy: 31,2% starszych (wiek 65 lat i więcej) mieszkańców osiedla Tysiąclecia, 34,2% z osiedla Paderewskiego i 10,0% z osiedla Zgrzebnioka. W świetle tych wskaźników procentowych małe, „kameralne” osiedle Zgrzebnioka, względnie jednorodne społecznie, na tle dwóch pozostałych wielkich blokowych osiedli wyróżnia się gęstszymi, efektywniejszymi sieciami wsparcia w środowisku sąsiedzkim. Jeśli chodzi o dwa pozostałe duże blokowiska, istnieje potencjalne zagrożenie, że znaczne odsetki se-

niorów będą żyły bez wsparcia w fazie późnej starości (Niezabitowski, 2018, s. 249). Analogicznie większe walory z punktu widzenia dostępnych sieci wsparcia prezentuje również kameralne popegeerowskie osiedle w Poniszowicach koło Gliwic, będące przedmiotem studiów w podprojekcie badań ogólnopolskich PolSenior. W przypadku tego osiedla najwięcej seniorów – respondentów deklarowało, że może liczyć na wsparcie sąsiadów w razie choroby – 47,5%, podczas gdy na pozostałych dwóch osiedlach (Zatorze w Gliwicach i Superjednostka w Katowicach) odsetki te wynosiły odpowiednio 26,2% i 10,8%.

Ustalenia poczynione w rezultacie przywołanego w tym artykule podprojektu badań PolSenior (2007–2011) pokazują, że w ramach więzi sąsiedzkich seniorzy mogą uzyskiwać potrzebne im wsparcie, ale nawet ci, którzy zbudowali w ciągu swojego życia najefektywniejsze sieci wsparcia sąsiedzkiego, gdy tracą sprawność w stopniu odbierającym im samodzielność w codziennej samoobsłudze oczekują, że zajmie się nimi rodzina (dzieci, wnuki itd.) (Niezabitowski, 2010, s. 78–79; Niezabitowski, 2011, s. 26).

Gdy w życiu seniorów pojawia się wzrastająca z czasem niesamodzielność, a czynności życiowe sprawiają im coraz więcej problemów, chętnie skorzystaliby z obsługi innych. Niektórzy starsi mieszkańcy katowickich osiedli badanych w projekcie polsko-niemieckim dostrzegali potrzebę zorganizowania usług gastronomicznych dla tych, którzy już nie mają siły, by przygotowywać sobie posiłki (Niezabitowski, 2018, s. 279). Oto przykładowe wypowiedzi seniorów świadczące o tym zapotrzebowaniu:

[...] Ale pomoc, jeżeli by można było taki punkt, w którym by starsi ludzie mogli korzystać na przykład z jakiegoś no... nie wszyscy potrafią gotować, a jeżeli rodziny mają to jakieś takie rzeczy, taki punkt by się zawsze przydał. Taki punkt choćby ktoś gotował obiady jakiś tańszych, dostosowanych do tego. Tak, tak mógłby być, bo się starzejemy jako osiedle, jednocześnie jedni umierają, to wchodzi młodzi ludzie, ale tych starszych ludzi tutaj przybyło bardzo dużo, ale wie Pan, to musiałby być wywiad zrobiony, ilu jest takich ludzi, czy to by się opłacało komukolwiek, bo to dzisiaj warunki ekonomiczne decydują o tym czy to warto czy nie” (kobieta, 82 lata, os. Zgrzebnioka, Katowice), „[...] przydałaby się tutaj, jakaś taka na zasadzie cateringu salka, w której można by było, bo jest cały szereg osób samotnych, zjeść na przykład fajny obiad, tanie dania, smaczne. To by się przydało zdecydowanie (kobieta, 74 lata, os. Zgrzebnioka, Katowice).

Z kolei, gdy starość przynosi znaczną utratę sprawności oraz wzrost zapotrzebowania na całodobową obsługę i opiekę, niektórzy starsi mieszkańcy trzech analizowanych osiedli w Katowicach sygnalizowali oczekiwanie, by w granicach ich osiedla zbudowano całodobową placówkę dla osób starszych (Niezabitowski, 2018, s. 278). Ilustracją tych oczekiwań są następujące wypowiedzi respondentów:

[...] No takie coś by mogło być. Takie coś to naprawdę by się tutaj przydało. Takie coś, taki dom. Dla starszych osób. [...] tu dużo osób by poszło... tu jest dużo takich też... co pomocy potrzebują na co dzień. To ja to jeszcze se poradzę sama, ale są takie osoby, którzy potrzebują pomocy na co dzień (kobieta, 77 lat, os. Tysiąclecia),

czy

Tak. Proszę Panią za Lidlem tam jest miejsce. [...] Oj to tam powinien być dom spokojnej starości. [...] Dom, to jest spełnienie.. tej spokojnej starości - to powinien Piast wybudować. Bo Piast jest dobrą spółdzielnią... (kobieta, 71 lat, os. Tysiąclecia).

Decyzja o pozostaniu w aktualnym środowisku zamieszkania do końca życia mimo doświadczanych dyskomfortów – typologia przyczyn⁴

Mimo scharakteryzowanych powyżej niedogodności osoby starsze nierzadko chcą lub decydują się pozostać w swoim aktualnym środowisku zamieszkania do końca życia.

Co ich zatrzymuje mimo niedogodności i nie w pełni zaspokojonych potrzeb? Odpowiedzią na to pytanie jest w jakimś stopniu typologia przyczyn pozostawiania osób starszych w aktualnym środowisku zamieszkania, którą sformułowałem w wyniku analiz, bazujących na materiale zebranym w ramach kilku projektów badawczych przywołanych wcześniej. Typologia ta obejmuje następujące przyczyny, które zarazem odzwierciedlają w niemałym stopniu cenione przez seniorów walory aktualnego miejsca zamieszkania (Niezabitowski, 2018, s. 233–248, 286–288):

- przywiązanie do miejsca (*place attachment*),
- przyzwyczajenie do miejsca zamieszkania,
- przekonanie o walorach społecznych środowiska zamieszkania,
- funkcjonalna zależność od miejsca zamieszkania,
- kompetencja środowiskowa – poczucie kontroli nad środowiskiem,
- obawa przed zmianą środowiska na inne,
- chęć zachowania niezależności, prywatności i intymności – utożsamianych z od lat zajmowanym mieszkaniem.

Ad. 1. Przywiązanie do miejsca zamieszkania oznacza najczęściej to, co Graham D. Rowles nazywa *autobiographical insideness*, czyli przywiązanie do miejsca zamieszkania, kojarzonego z subiektywnie znaczącymi wydarzeniami biograficznymi z życia danej osoby (Rowles, 1983, 1984). W przypadku kobiet nierzadko jest to pamięć o czasach, gdy w aktualnym, od lat tym samym miejscu zamieszkania wychowywały swoje dzieci, gdy były one w wieku przedszkolnym i szkolnym. Pokazuje to cytat z wywiadu:

No pewnie, tu dzieci się moje wychowywały, ja tu dorastałam ... wszystkich tu znam ... [...] Znam okolice i ludzi dookoła, to wprowadzać się nie chciałam (kobieta, 76 lat, Zatorze, Gliwice).

4 Moją autorską typologię sformułowaną na podstawie analiz materiału zebranego w kilku projektach badawczych przedstawiłem w: Niezabitowski M., 2018, *Trwałość relacji osób starszych ze środowiskiem zamieszkania – przyczyny i konsekwencje* [w:] *Środowisko zamieszkania w doświadczeniu osób starszych. Wybrane aspekty psychospołeczne w ujęciu socjologicznym*, M. Niezabitowski, Wydawnictwo Politechniki Śląskiej, Gliwice, s. 229–250.

Może to być także sentyment wynikający ze świadomości, że ktoś „wyrósł” w danym środowisku lokalnym, przeszedł tu całą swoją socjalizację czy przywiązanie do ludzi kojarzonych i związanych zamieszkiwaniem z aktualnym miejscem zamieszkania seniora, jak ilustruje to wypowiedź jednego z respondentów badań w Zabrze: „[...] z Zandki się nie wyprowadzę, tu się wychowałem. Nigdy się nie wyprowadzę!” (65 lat, mężczyzna, os. „Zandka”, Zabrze). Gdy jest to właśnie takie przywiązanie do ludzi związanych z miejscem odpowiada to terminowi *social insideness* Rowlesa, który oznacza społeczny aspekt przywiązania do miejsca. Analogicznie u księży emerytów przywiązanie do ludzi zamieszkujących społeczność lokalną parafii nierzadko skutkuje w pełni akceptowaną decyzją o pozostaniu na emeryturze na ostatniej parafii proboszczowskiej⁵ (Niezabitowski, 2014 b, s. 373–376; Niezabitowski, 2014 c; Niezabitowski, 2018, s. 234–235). Tożsamość seniora często na różne sposoby zrasta się z miejsce zamieszkania. Niektóre psychospołeczne i psychologiczne mechanizmy tego połączenia/związku naświetlił w swoich badaniach Robert L. Rubinstein (Rubinstein, 1987, 1989) czy Eugene Rochberg-Halton (Rochberg-Halton, 1984) (por. Rubinstein, Parmelee, 1992, s. 151–154; por. Niezabitowski, 2017, s. 249–253; por. Niezabitowski, 2018, s. 113–119).

Ad. 2. Gdy przyczyną decyzji o pozostaniu w aktualnym środowisku zamieszkania jest przyzwyczajenie, to siła tej postawy oznacza poczucie bezpieczeństwa, pewność i to odczucie, że jest się w miejscu, które dobrze się rozpoznaje, w którym wie się czego można się spodziewać. Jedna z respondentek badań przywołanych w literaturze przedmiotu, 75-letnia mieszkanka Filadelfii tak opisała swoją znajomość mieszkania po latach jego użytkowania: „Mogłabym poruszać się po moim domu nawet z zawiązanymi oczami” (Rubinstein, Parmelee, 1992, s.147). Potwierdzają to także fragmenty wypowiedzi starszych mieszkańców osiedli katowickich analizowanych w przywołanym projekcie polsko-niemieckim: „W tym wieku nie przesadza się starych drzew, człowiek się już przyzwyczał” (kobieta, 67 lat, os. Tysiąclecia) czy „Tutaj mi jest dobrze” (kobieta, 62 lata, os. Paderewskiego).

Ad. 3. Gdy mam na myśli przekonanie o walorach społecznych środowiska zamieszkania, wskaźnikami takich postaw są m.in. odpowiedzi na pytania typu: Co Panią zatrzymuje w aktualnym mieszkaniu, nawet jeśli nie spełnia wszystkich Pana/Pani oczekiwań? Znamienne, że jedna z interlokuterek odpowiedziała krótko – „Ludzie” (kobieta, 67 lat, os. Tysiąclecia, Katowice), co ilustruje kwintesencję psychospołecznej jakości środowiska zamieszkania. Opisując walory relacji sąsiedzkich, seniorzy-respondenci odwołują się do form wsparcia i zasobów, dostępnych w ramach typów sąsiedztwa eksponowanych niegdyś w badaniach Piotra Kryczki (1981). Są to walory

5 Ustalenia takie wynikły z realizacji projektu badawczego własnego nr N N 116 430637 pt. *Współczesne trajektorie kapłaństwa i adaptacji księży do życia na emeryturze. Przypadki duszpasterzy parafialnych diecezji województwa śląskiego* (2009–2011; kierownik: dr Marek Niezabitowski), finansowanego przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego (rozliczonego przez Narodowe Centrum Nauki).

charakterystyczne dla sąsiedztwa świadczeniowego i towarzysko-przyjacielskiego. Oznacza to, że seniorzy cenią sobie, iż sąsiadom można zostawić klucze od mieszkania, by je popilnowali w czasie wyjazdu na wakacje i podlali w tym czasie kwiatki. W ramach tego typu relacji sąsiedzkich można liczyć na to, że sąsiedzi zadzwonią na pogotowie, gdy seniorom przydarzy się wypadek. Ten typ relacji zawiera w sobie ponadto wzajemne zapraszanie się na kawę, herbatę czy inne poczęstunki okazjonalnie, a także możliwość poproszenia na przykład o drobne naprawy lub inne przysługi. Czytelnie pokazują to następujące cytaty z wywiadów przeprowadzanych na trzech katowickich osiedlach w ramach projektu polsko-niemieckiego: „Jak wspomniałem mamy bardzo dobre relacje. Czasem pilnujemy sobie wzajemnie mieszkań, odbieramy sobie pocztę itp.” (mężczyzna, 64 lata, os. Paderewskiego, Katowice), „[...] dwa piętra wyżej mamy takiego sąsiada, z którymi się przyjaźnimy do teraz. I on może wpadać i my możemy wpadać do niego. Z jakiej okazji?(pytanie ankietera) Och no na pewno z okazji urodzin [...] on nam pomaga, a my mu znów pomagamy w czymś innym no i tak bez okazji właściwie się też spotykamy” (kobieta, 63 lata, os. Tysiąclecia, Katowice).

Ad. 4. Funkcjonalna zależność od miejsca zamieszkania polega na głębokim przekonaniu, potwierdzonym wieloletnim doświadczeniem życia codziennego w danym miejscu, że tylko w tym miejscu można skutecznie zaspokajać swoje potrzeby i realizować preferowane formy aktywności. W wypowiedziach badanych seniorów zazwyczaj sprowadza się to do podkreślania ogromnego znaczenia korzystnej lokalizacji mieszkania i osiedla w przestrzenie miasta, co przekłada się na bliską, szybką, łatwą dostępność usług, instytucji, interakcji społecznych, form aktywności w najbliższym otoczeniu. Przez starszych mieszkańców osiedli ceniona jest bliskość placówek służby zdrowia, sklepów, fryzjerów, przystanków tramwajowych i autobusowych, oraz w zależności od indywidualnych preferencji także placówek kulturalnych. Dobrze ilustruje to wypowiedź jednego z respondentów badań polsko-niemieckich, realizowanych na trzech osiedlach w Katowicach: „[...] Wszystko co jest mi potrzebne jest pod ręką. Fryzjer, przychodnia, apteka, sklepy spożywcze, piekarnia, sklep mięsny. Wszystko jest” (mężczyzna, 64 lata, os. Paderewskiego, Katowice).

Ad. 5. Kompetencja środowiskowa jako kolejny powód pozostawania w aktualnym środowisku zamieszkania do końca życia polega na poczuciu kontroli nad tym środowiskiem. Oznacza to, że gdy seniorom udało się dostosować mieszkanie do swoich potrzeb, to pomimo niedogodności i trudów starości, mogą przejawiać tendencję do odkrywania jego walorów, do budowania w sobie przekonania, że jest „ich” – że lepszego by nie znaleźli, lepiej do nich dostosowanego. Postawę tę czytelnie ilustruje następujący cytat z wywiadu przeprowadzonego w ramach podprojektu badań PolSenior:

[...] Dostosowaliśmy miejsce dla siebie, nigdy byśmy się już nie wyprowadzili. Niewygodą może być winda, która zatrzymuje się co trzy piętra. Mieszkanie więc oceniam jako średnie. Przyzwyczailiśmy się już do niego. [...] Większej wygody chyba bym nigdzie nie znalazła (kobieta, 76 lat, os. Superjednostka, Katowice).

Ad. 6. Poniekąd rozszerzeniem powyższego jest kolejna przyczyna decyzji o pozostaniu w aktualnym miejscu zamieszkania – obawa przed zmianą środowiska na inne. Środowisko, w którym przebywa się od lat jest oswojone i dobrze poznane – w nim można się czuć, poruszać i zaspokajać potrzeby bezpiecznie. Każde inne było by już na swój sposób obce, nieznanne, mniej bezpieczne, nie moje. Czytelnie pokazuje to fragment wypowiedzi respondentki badań polsko-niemieckich prowadzonych w Katowicach: „Nie, nie planuję wyprowadzki nigdzie, nawet gdyby jakiś dom daleko by mi się tego, to też bym nie chciała. Już w moim wieku, to jest ciężko zaadoptować się w nowym miejscu, to jest ciężko, w nowym otoczeniu” (kobieta, 72 lata, os. Tysiąclecia, Katowice). By zilustrować to także danymi ilościowymi z przywołanych już wielokrotnie badań polsko-niemieckich, dodam, że 52%, 60,5% oraz 80% seniorów (wiek 65+) z osiedli Tysiąclecia, Paderewskiego i Zgrzebnioka w Katowicach deklaruje, że czuje się za stara/stary, żeby zaczynać nowe życie w nieznanym środowisku (Niezabitoski, 2018, s. 242–243). W tym innym miejscu sąsiedzi mogą być z innego świata społecznego, nie wiadomo czy okażą się wspierający i przyjaźni, czy usługi, lekarz i inne ważne instytucje będą korzystnie zlokalizowane i zaakceptowane przez seniora. Ponadto dzieci mogą mieszkać już zbyt daleko od tego nowego miejsca zamieszkania, by odwiedzać, pomagać i wspierać stale starą mamę czy tatę.

Ad. 7. Chęć zachowania niezależności, prywatności i intymności – to dla seniorów bardzo ważna przyczyna decyzji o pozostaniu w swoim mieszkaniu do końca życia. To oznacza dla nich mieszkanie, w którym czują się u siebie – moje miejsce, w którym mogę robić, co mi się podoba. Obrazują to trafnie następujące cytaty z wypowiedzi respondentów badań polsko-niemieckich w Katowicach oraz z wywiadów z seniorami przebywającymi w domu pomocy społecznej na Górnym Śląsku:

[...]gdybym nie dała sama sobie rady, to musiałabym coś pomyśleć. Chociaż niechętnie bym tam [do domu spokojnej starości – przyp. M.N.] szła, na pewno. Zawsze w swoim to jest w swoim. To jest zupełnie co innego. Nie jestem uzależniona od nikogo. Kiedy chce to se wstanę, kiedy chce to se coś zrobić? A tam? Tam jest rygor. Tam jest rano śniadanie, obiad i kolacja i cześć” (kobieta, 77 lat, os. Tysiąclecia, Katowice) czy „Zięć mi godo „przyjdź do nos”, ale jo tam woła ciasny, ale własny [kąt – przyp. M.N] (śmiech) (kobieta, 81 lat, os. „Zandka”, Zabrze).

Badania kanadyjskie pokazują, że własne mieszkanie dla seniora jest symbolem statusu osoby niezależnej właśnie (Després, Lord, 2005).

Zarysowane powyżej przyczyny pozostawiania seniorów w aktualnym miejscu zamieszkania do końca życia nierzadko kumulują się, to znaczy, że w indywidualnych przypadkach na decyzję o pozostaniu składa się kilka z wymienionych przyczyn równocześnie. Może także dochodzić do konfliktów między tymi istotnymi elementami jakości środowiska zamieszkania osób starszych, gdyby próbowali się odnaleźć w nowym środowisku. Kierując się na przykład pragnieniem zamieszkania w ekologicznie atrakcyjniejszym środowisku, np. na wsi czy w pod lasem, może im po jakimś czasie brakować rozrywek kulturalnych charakterystycznych dla środowiska miejskiego, do

którego wbrew pozorom przywykli. Dochodzi czasami do reemigracji seniorów z takich atrakcyjnych ekologicznie terenów z powrotem do miasta, by być blisko istotnych dla ich poczucia bezpieczeństwa sieci wsparcia – głównie blisko dzieci, które mogą się nimi zaopiekować, gdy tracą sprawność.

Podsumowanie

Analiza materiału empirycznego pozyskanego z kilku obszernych projektów badawczych wskazuje, że osoby w wieku senioralnym przejawiają tendencję do pozostawiania w aktualnym środowisku zamieszkania, nawet jeśli nie spełnia ono całkowicie ich oczekiwań. Za zjawisko to odpowiedzialne są różnorakie mechanizmy, w tym między innymi przywiązanie czy przyzwyczajenie lub świadomość, że w tym środowisku można skutecznie zaspokajać potrzeby i realizować czynności czy aktywności życia codziennego.

Model presji środowiskowej (Lawton, Nahemow, 1973) zdaje się nawet wskazywać, że jeśli seniorzy przez lata przystosowywali mieszkanie do swoich potrzeb mimo niedogodności, to teraz gdy są starzy mają poczucie, że lepiej przystosowanego do nich nie znaleźliby już. Boją się, że w innym już nie odnaleźliby się.

Nie można na podstawie powyższych konstatacji badawczych formułować wniosku praktycznego, że nie należy dbać o akceptowalną dla seniorów jakość środowiska zamieszkania, skoro i tak w nim pozostaną i dożyją swoich ostatnich dni. Przeciwnie, jeśli wiele godzin w ciągu doby spędzą w tym mieszkaniu i jego najbliższym otoczeniu, jego kształt, estetyka i wyposażenie w sprzęty ułatwiające życie jest niezbędne. Procesy dostosowywania mieszkań, budynków i otoczenia osiedlowego do specyfiki ograniczeń osób starszych powinny być w razie potrzeby wspomagane przez odpowiednie instrumenty polityki społecznej; istotny udział powinny mieć spółdzielnie mieszkaniowe, od których nierzadko seniorzy tego oczekują (np. lokalizacji domu spokojnej starości w granicach osiedla).

Oczekiwania te ponadto odwołują się do zapotrzebowania na usługi gastronomiczne dla niesamodzielnych i samotnych starszych mieszkańców osiedli.

Można, jak sądzę, w ślad za wypowiedzią 70-letniego architekta, wyrazić nadzieję, że odtąd budynki niezależnie od liczby kondygnacji będą projektowane i wznoszone z windami zatrzymującymi się na wszystkich piętrach.

Przystosowywanie osiedli do wzrastającej liczby mieszkańców w starszym wieku musi być ponadto oparte na rzetelnych diagnozach sytuacji seniorów, ich sieci wsparcia, sprawności i potrzeb związanych z miejscem zamieszkania i jego wyposażeniem. Problemy te powinny stać się przedmiotem badań socjologicznych, skoro procesy demograficznego starzenia się populacji mieszkańców osiedli będą postępowały. Ponadto dla kształtowania środowiska osiedli, zwłaszcza infrastruktury, stosownie do potrzeb tej i innych grup wiekowych mieszkańców, nieodzowne są analizy SWOT, poprzedzone badaniami demograficznymi. Rozwój osiedla musi być tak planowany, by ta przestrzeń

architektoniczna i środowisko zamieszkania mogły sprzyjać zaspokajaniu potrzeb wszystkich kategorii mieszkańców, w tym niepełnosprawnych i starszych (Universal Design) (Goldsmith, 1997; Goldsmith, 2000; Preiser, Smith, 2011; Vavik, 2009; por. Niezabitowski, 2018, s. 280–284, 299; por. Wysocki, 2015).

Bibliografia

- Bartoszek A., Niezabitowska E., Kucharczyk-Brus B., Niezabitowski M., *Warunki zamieszkania seniorów – główne ustalenia badawcze* [w:] *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce*, M. Mossakowska, A. Więcek, P. Błędowski (red.), Termedia Wydawnictwa Medyczne, Poznań, s. 511–530.
- Bell P., Greene T., Fisher J., Baum A., 2004, *Psychologia środowiskowa*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Bujwicka A., *Typy sąsiedzkiego ładu* [w:] *Wokół socjologii przestrzeni*, A. Ajer, P. Starosta (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
- Després C., Lord S., 2005, *Growing Older in Postwar Suburbs: The Meanings and Experiences of Home* [in:] *Home and Identity in Late Life: International Perspectives*, G.D. Rowles, H. Chaudhury (eds.), Springer, New York, p. 317–340.
- Evans G.W., Hygge S., Bullinger M., 1995, *Chronic Noise and Psychological Stress*, „Psychological Science”, No. 6, p. 333–338.
- Goldsmith S., 1997, *Designing for the Disabled. The New Paradigm*, Routledge, New York.
- Goldsmith S., 2000, *Universal Design. A Manual of Practical Guidance for Architects*, Architectural Press, Oxford, Boston, Johannesburg, New Delhi.
- Grotowska-Leder J., 2008, *Wsparcie społeczne w perspektywie teorii socjologicznych – kontekst więzi, sieci społecznych, sieci wymiany społecznej* [w:] *Sieci wsparcia społecznego jako przejaw integracji i dezintegracji społecznej*, J. Grotowska-Leder (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź s. 9–27.
- Kryczka P., 1981, *Społeczność osiedla mieszkaniowego w wielkim mieście. Ideologie i rzeczywistość*, PWN, Warszawa.
- Lawton M.P., Nahemow L., 1973, *Ecology and the Aging Process* [in:] *The Psychology of Adult Development and Aging*, C. Eisdorfer, M.P. Lawton (eds.), American Psychological Association, Washington DC, p. 619–674.
- Lazarus R.S., Cohen J.B., 1987, *Environmental Stress* [in:] *Human Behavior and the Environment: Current Theory and Research*, I. Altman, J.F. Wohlwill (eds.), V. 2. Plenum, New York, p. 89–127.
- Mossakowska M., Więcek A., Błędowski P., 2012, *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce*, Termedia Wydawnictwa Medyczne, Poznań.
- Niezabitowski M., 2013, *Badania socjologiczne jakościowe – wywiady* [w:] *Środowisko zamieszkania polskich seniorów w badaniach interdyscyplinarnych: studia przypadków na wybranych przykładach*, E. Niezabitowska, A. Bartoszek, B. Kucharczyk-Brus, M. Niezabitowski, Wydawnictwo Naukowe „Śląsk”, Katowice, s. 224–250.
- Niezabitowski M., 2014 a, *Znaczenie miejsca zamieszkania w życiu ludzi starszych. Aspekty teoretyczne i empiryczne*, „Problemy Polityki Społecznej. Studia i Dyskusje”, nr 1, s. 81–101.

- Niezabitowski M., 2014 b, *Proboszcz na emeryturze. Wybrane aspekty psychospołeczne w świetle teorii i wywiadów*, „Śląskie Studia Historyczno-Teologiczne”, nr 2, s. 361–384.
- Niezabitowski M., 2014 c, *Procesy biograficzne w analizie adaptacji księży do środowiska zamieszkania na emeryturze. Wybrane aspekty psychospołeczne*, „Przegląd Socjologii Jakościowej”, nr 4, s. 80–105.
- Niezabitowski M., 2017, *Miejsce i przestrzeń w życiu ludzi starszych* [w:] *Encyklopedia starości, starzenia się i niepełnosprawności*. Tom 2., A.A. Zych (red.), Thesaurus Silesiae, Katowice, s. 249–253.
- Niezabitowski M., 2018, *Środowisko zamieszkania w doświadczeniu osób starszych. Wybrane aspekty psychospołeczne w ujęciu socjologicznym*, Wydawnictwo Politechniki Śląskiej, Gliwice.
- Piotrowski J. (red.), 1973, *Miejsce człowieka starego w rodzinie i społeczeństwie*, PWN, Warszawa.
- Preiser W.F.E., Smith K.H. (eds.), 2011, *Universal Design Handbook*, Mc Graw Hill, New York, Chicago, San Francisco, Lisbon, London, Madrid, Singapore, Sidney, Toronto.
- Rotton J., 1990, *Individuals under stress* [in:] *Social psychology: living with people*, C.E. Kimble (ed.), W.C. Brown, New York, p. 505–543.
- Rowles G. D., 1983, *Geographical Dimension of Social Support in Rural Appalachia* [in:] *Aging and Milieu: Environmental Perspectives on Growing Old*, G.D. Rowles, R.J. Ohta (eds.), Academic Press, New York, p. 111–130.
- Rowles G.D., 1984, *Aging in Rural Environments* [in:] *Elderly People and the Environment*, I. Altman, M.P. Lawton, J.F. Wohlwill (eds.), Plenum, New York, p. 129–157.
- Rożałowska B., 2010, *Sieci społeczne i stosunki sąsiedzkie w społeczności lokalnej osiedla Zandka* [w:] *Ludzie i instytucje w procesie przemian miejskiej społeczności lokalnej. Studium socjologiczne na przykładzie osiedla Zandka w Zabrze*, M. Niezabitowski, B. Rożałowska (red.), Wydawnictwo Politechniki Śląskiej, Gliwice, s. 63–86.
- Rochberg-Halton E., 1984, *Object Relations, Role Models and Cultivation of the Self*, „Environment and Behavior”, no. 16, p. 335–368.
- Rubinstein R.L., 1987, *The Significance of Personal Objects to Older People*, „Journal of Aging Studies”, No. 1, p. 226–238.
- Rubinstein R.L., 1989, *The Home Environments of Older People: A Description of Psychological Processes Linking Person to Place*, „Journal of Gerontology”, No 4, p. 45–53.
- Rubinstein R.L., Parmelee P.A., 1992, *Attachment to Place and the Representation of the Life Course by the Elderly* [in:] *Place Attachment*, I. Altman, S.M. Low (eds.), Plenum Press, New York, London, p. 139–163.
- Scheidt R.J., Norris-Baker C., 2003, *Many Meanings of Community: Contributions of M. Powell Lawton* [w:] *Physical Environments and Aging: Critical Contributions of M. Powell Lawton to Theory and Practice*, R.J. Scheidt, P.G. Windley (eds.), The Haworth Press Inc., New York, London, Oxford, p. 55–66.
- Scheidt R., Windley P., 2006, *Environmental Gerontology: Progress in the Post-Lawton Era*. [in:] *The Psychology of Aging*, J. Birren, W. Schaie (eds.), Elsevier, San Diego, p. 105–125.
- Synak B., (red.), 2003, *Polska starość*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk.
- Szatur-Jaworska B., 2012, *Aktywne starzenie się i solidarność międzypokoleniowa w debacie międzynarodowej*, „Problemy Polityki Społecznej. Studia i Dyskusje”, nr 17, s. 15–28.
- Turowski J., 1976, *Kształtowanie się zbiorowości w wielkich miastach*, „Studia Socjologiczne”, nr 1.

- Vavik T. (ed.), 2009, *Inclusive Buildings, Products and Services: Challenges in Universal Design*, Tapir Academic Press, Trondheim (Norway).
- White S.M., Rotton J.M., 1998, *Type of Commute, Behavioral Aftereffects and Cardiovascular Activity: A Field Experiment*, „Environment and Behavior”, No. 30, p. 763–780.

Netografia

- Stula S., 2012, *Living in Old Age in Europe. Current Developments and Challenges: Working Paper No.7 of the Observatory for Sociopolitical Developments in Europe*, German Association for Public and Private Welfare (DV), Berlin 2012, <http://www.sociopolitical-observatory.eu/en/publications.html> [30.09.2017].
- Wysocki M., 2015, *Zapewnianie dostępności poprzez projektowanie uniwersalne*, [w:] *Dostępność Funduszy Europejskich 2014–2020 dla osób z niepełnosprawnościami w praktyce*, Fundacja Aktywizacja, Warszawa, <https://www.aktywizacja.org.pl/biblioteka/publikacje/34-49-publicacja-dostępność-funduszy-europejskich-2014-2020-dla-osób-z-niepełnosprawnościami-w-praktyce> [24.01.2019].