

2(14)/2017

Exlibris
Biblioteka Gerontologii Społecznej
Exlibris
Social Gerontology Journal

Oczekiwana starość

EXLIBRIS
Biblioteka Gerontologii Społecznej
EXLIBRIS
Social Gerontology Journal

2 (14) /2017

Redakcja
Artur Fabiś, Joanna Wnęk-Gozdek

© **Wydawca / Publisher:**

Instytut Nauk o Wychowaniu,
Uniwersytet Pedagogiczny im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie
EXLIBRIS Biblioteka Gerontologii Społecznej
www.bgs.up.krakow.pl



Recenzenci / Reviewers:

www.bgs.up.krakow.pl

Redaktor naczelna / Editor-in-chief:

Zofia Szarota

Zastępcy redaktor naczelnej / Deputy editor-in-chief:

Elżbieta Dubas, Artur Fabiś

Rada Naukowa/ Scientific Council

Przewodnicząca / Chair:

Małgorzata Halicka (Uniwersytet w Białymstoku)

Członkowie / Members:

Beata Bugajska (Uniwersytet Szczeciński), **Bojana Filej** (University Alma Mater, Slovenia), **Marvin Formosa** (Department of Gerontology, University of Malta), **Giovanni Lamura** (National Institute of Health & Science on Ageing, Italy), **Nadiia Lutsan** (Precarpathian National University, Ukraine), **Jolanta Maćkiewicz** (Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie; National Representative of the International Network for the Prevention of Elder Abuse), **Edward Alan Miller** (Department of Gerontology, University of Massachusetts Boston, USA), **Marcin Muszyński** (Uniwersytet Łódzki), **Pamela Nadash** (Department of Gerontology, University of Massachusetts Boston, USA), **Maria de Fátima Pereira da Silva** (Polytechnic Institute of Coimbra – Higher School of Education, Portugal), **Jolanta Perek-Białas** (Szkoła Główna Handlowa, Warszawa; Uniwersytet Jagielloński w Krakowie), **Thomas Scharf** (Institute for Ageing, Newcastle University, United Kingdom), **Mala Kapur Shankardass** (University of Delhi, India), **Joaquim J. F. Soares** (Mid Sweden University, Sweden), **Piotr Szukalski** (Uniwersytet Łódzki), **Arkadiusz Wąsiński** (Uniwersytet Łódzki), **Tatyana Zelenova** (Moscow Social-Humanitarian Institute, Russia), **Maria Zralek** (Wyższa Szkoła Humanitas w Sosnowcu), **Adam A. Zych** (Dolnośląska Szkoła Wyższa)

Redaktor statystyczny / Statistical editor:

Łukasz Tomczyk

Sekretarz Redakcji / Assistant editor:

Katarzyna Sygulska, e-mail: bgs.exlibris@wp.pl

Projekt okładki / Cover design:

Kamil Baś

ISSN 2450-0232 (wersja papierowa)

ISSN 2719-9045 (wersja elektroniczna)

DOI 10.24917/24500232.142

Skład, druk i oprawa:

Wydawnictwo Naukowe Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

EXLIBRIS Biblioteka Gerontologii Społecznej, Nr Rej. Pr. 2898,
jest uwzględniona w bazie czasopism naukowych Index Copernicus oraz CEJSH

Spis treści

Wstęp	7
-------	---

ARTYKUŁY

<i>Artur Fabiś</i> Starość oczekiwana	11
<i>Elżbieta Trafialek</i> Kapitał społeczny w starzejącym się społeczeństwie	18
<i>Ewelina Konieczna</i> ...a w sercu ciągle maj. Serial Grace i Frankie jako afirmacja (po)godnej jesieni życia	30
<i>Sabina Zalewska</i> Samotność i osamotnienie w doświadczeniach i narracjach małżeństw z dużym stażem pożycia małżeńskiego	40
<i>Krzysztof Klimek</i> „Babcia skacze jak kangur”. Recepta na zdrowe życie bez recepty dla seniorów w reklamach telewizyjnych	56
<i>Małgorzata Rozenbajgier</i> Międzypokoleniowa transmisja wartości w percepcji studentów	68
<i>Joanna K. Wawrzyniak</i> Animator osób starszych – szansa na aktywizację osób w wieku 55+	86
<i>Klaudia Maksim-Dąbrowska</i> Szkola SuperBabci i SuperDziadka jako innowacyjna forma aktywizacji seniorów	97

Adrian Biela

Marzenia jako wyznacznik subiektywnego poczucia jakości życia
osób starszych 106

Justyna Antczak-Kujawin

O metodach badań sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu
– z perspektywy logopedy 118

Joanna Wnęk-Gozdek

„Nawet w nadchodzącej starości są rzeczy warte wyczekiwania”
– przepis stulatków nasatysfakcjonującą starość 129

RECENZJE

Katarzyna Sygulska

Recenzja książki: Jerzy Stochmiałek, *Kryzysy życiowe osób dorosłych. Refleksje andragogiczne i edukacyjne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Warszawa 2015 143

SPRAWOZDANIA

Aleksandra Litawa

Sprawozdanie z V Ogólnopolskiego seminarium naukowego z cyklu
Jesiennych Spotkań Andragogicznych: *Sztuka: percepcja – uczestnictwo –
twórczość – w edukacji człowieka dorosłego* 146

Adrian Biela

Interdyscyplinarna Ogólnopolska Konferencja Naukowa
„Aktywność międzypokoleniowa jako droga do społecznej edukacji
przez, dla, do i w starości” 149

Katarzyna Sygulska

Letnia Szkoła Andragogów i Poradzoznawców 156

Noty o Autorach 159

Wstęp

W ludzką egzystencję wpisane jest oczekiwanie. Czym ono jest? Słownik języka polskiego podaje kilka definicji tego pojęcia. Po pierwsze, jest „przewidywaniem, że coś nastąpi”. Można przypuszczać, że temu oczekiwaniu towarzyszyć będzie gromadzenie odpowiednich zasobów, tak, aby spotkanie z tą nadchodzącą rzeczywistością nie zaskoczyło nas. Po wtóre, jest „czekaniem na kogoś lub na coś z nadzieją lub niecierpliwością”. Oba określenia niosą ze sobą raczej pozytywny wydźwięk. I wreszcie oczekiwanie jest „stawianiem się w przyszłości czymś udziałem”. Nieuchronnym i bezwzględny w swej predestynacji.

Jedną z takich rzeczywistości, która niechybnie wiąże się z ludzką egzystencją jest starość. Stykamy się z nią na co dzień, wnikliwie obserwujemy, badamy i opisujemy, a wszystko to, aby ją lepiej poznać, przygotować się i oczekiwać na jej nadejście. Ten ostatni cel może wprowadzać pewien dysonans. Czy starość może być oczekiwana? Z pewnością tak, jeżeli dostrzeże się jej wartość i swoiste bogactwo.

Niniejszy tom Exlibris Biblioteki Gerontologii Społecznej ma na celu wieloaspektowe spojrzenie na starość, „oswojenie” opisywanych obszarów, tak, aby oczekiwanie na nią było w jak najmniejszym stopniu stresogenne. Autorzy poszczególnych artykułów dzielą się z Czytelnikami swoimi naukowymi spostrzeżeniami i wynikami prowadzonych poszukiwań badawczych.

Wprowadzeniem do całości rozważań są dwa artykuły. Pierwszy, Artura Fabisia, zawiera refleksje nad różnymi mechanizmami odsuwania myśli o starzeniu się oraz zaklinania nadchodzącej nieuchronnej rzeczywistości. Stosowanie tych mechanizmów stanowi reakcję na wszechobecny i ekspansywny kult młodości i witalności. Autor zachęca, aby „poznać, zrozumieć, upowszechnić starość” we wszystkich jej barwach, po to, aby ukazać jak najszerszą perspektywę „oczekujących” na nią.

Rozważania Elżbiety Trafiałek z kolei oscylują wokół znaczenia osób starszych w społeczeństwie. Tworzą oni niezwykle cenny kapitał społeczny, o który należy dbać

i który należy rozwijać za pomocą takich instrumentów, jak: system ubezpieczeń społecznych i finansowania świadczeń emerytalnych, fundusze celowe, rozwój usług społecznych, infrastrukturę pomocową oraz opiekę zdrowotną. Zarządzanie tym kapitałem stanowi kluczowe wyzwanie dla współczesnych społeczeństw.

Jedną z innowacyjnych form rozwijania kapitału osób starszych oraz ich aktywizacji jest opisywana przez Klaudię Maksim-Dąbrowską Szkoła SuperBabci i SuperDziadka. Szkoła ta ma przygotowywać do świadomego i odpowiedzialnego pełnienia tych, jakże ważnych ról społecznych, wyposażać w niezbędną wiedzę, a także pomagać osobom starszym w odnalezieniu się w obecnej rzeczywistości społecznej. Inicjatywa ta, jak zauważa Autorka, cieszy się zainteresowaniem nie tylko ze względu na walory edukacyjne, ale także integracyjne.

Realizowanie różnego rodzaju projektów na rzecz środowisk seniorów jest możliwe dzięki pracy i zaangażowaniu osób, które potrafią umiejętnie mobilizować kapitał intelektualny osób starszych oraz wspierać inkluzję ich potencjału w różne sfery życia społecznego i zawodowego. Artykuł Joanny K. Wawrzyniak zawiera charakterystykę profesji lokalnego lidera oraz zadań, jakie ma on podjąć w kontekście polityki senioralnej.

Stopień zaangażowania w życie społeczne uzależniony jest od wielu czynników, w tym stanu zdrowia. Justyna Antczak-Kujawiak koncentruje się na zagadnieniach związanych z pracą logopedyczną z osobami starszymi, zwłaszcza tymi dotkniętymi otępieniem. Przybliża metody badań sprawności leksykalno-semantycznej stosowane w Polsce i na świecie oraz prezentuje autorski test służący do oceny zachowań językowych seniorów.

Rozwój cywilizacyjny ludzkości jest możliwy dzięki nieustannemu przekazowi międzypokoleniowemu. Transmisja kulturowa odbywa się na różnych poziomach. W każdym przypadku wymaga wzajemnej akceptacji, poszanowania i współpracy między pokoleniami. Trzeba pamiętać, że ten duchowy dorobek poprzednich pokoleń daje młodym ludziom niezbędne do rozwoju poczucie zakorzenia i stabilizacji, a także pozwala pewniej iść w przyszłość. Międzypokoleniowa transmisja wartości w rodowisku rodzinnym to kolejne istotne zagadnienie związane z procesem oswojania i oczekiwania na starość. Małgorzata Rozenbajgier w swoim artykule prezentuje wyniki badań dotyczące znaczenia tego przekazu w percepcji krakowskich studentów. Celem prowadzonych przez Autorkę badań było poznanie wartości przekazywanych przez rodziców w środowiskach: miejskim i wiejskim.

Starość w mediach jest wprawdzie obecna, ale często opiera się na określonych stereotypach. Wizerunek osób starszych jest kreowany w taki sposób, aby wpisywał się w pożądaną przez wszystkich model aktywnej i pomyślnej starości. Jak zauważa A. Stefaniak-Hrycko, raczej rezygnuje się ze zbyt drastycznych dla telewizzki czy czytelnika wizerunków pomarszczonych i siwych kobiet i mężczyzn (2012, s. 89). W rekomendowanej publikacji znajdują się trzy artykuły oscylujące wokół tego zagadnienia. Pierwszy, autorstwa Eweliny Koniecznej, dotyczy refleksji nad rolą przekazów medialnych we

wspieraniu pozytywnego starzenia się. Analizowany serial Grace i Frankie stanowi przykład afirmacji (po)godnej jesieni życia, walki z utartymi wzorcami oraz kampanii przeciw dyskryminacji i wykluczeniu kulturowemu. Autorka zwraca uwagę na jego walory edukacyjne, integracyjne oraz kulturalne. Krzysztof Klimek w artykule zatytułowanym *Babcia skacze jak kangur* omawia wybrane reklamy TV, koncentrując się na polecanych preparatach leczniczych oraz sposobie ukazania seniorów korzystających z tych, przywracających radość życia, specyfików. Rozważania o osuwaniu starości za pomocą przekazu medialnego zamyka artykuł Joanny Wnęk-Gozdek poświęcony czterem sylwetkom stulatków: Danucie Szaflarskiej, Stanisławowi Kowalskiemu, Antoniemu Rosikonowi i siostrze Dominice z Nowego Sącza. Autorka stara się przybliżyć Czytelnikowi receptę wspomnianych seniorów na długowieczną i pomyślną starość.

Jedną ze składowych definicji pomyślnego starzenia jest posiadanie celów i marzeń na przyszłość. Artykuł Adriana Bieli ukazuje ten aspekt ludzkiej egzystencji. Marzenia dodają seniorowi energii do działania, motywują i ukierunkowują. Poza tym pomagają oderwać się od nierzadko trudnej i smutnej codzienności.

Trzeba pamiętać, że starsi ludzie często doświadczają samotności i osamotnienia. To bolesne doświadczenie prowadzi do obniżenia jakości ich życia. Artykuł Sabiny Lucyny Zalewskiej ukazuje implikacje doświadczania osamotnienia wśród małżeństw z dużym stażem. Autorka, przywołując narracje badanych seniorów, pokazuje, że pojawiające się w krytycznych momentach subiektywne odczucie osamotnienia może mieć różne konsekwencje dla jednostki i związku. W zależności od podejścia do tego doświadczenia, może ono przyczyniać się do polepszenia relacji w między małżonkami lub prowadzić do izolacji i osamotnienia.

Zgłębiając powyższe treści, warto sięgnąć do polecanej przez Katarzynę Sygulską publikacji Jerzego Stochmiałka *Kryzysy życiowe osób dorosłych. Refleksje andragogiczne i edukacyjne*.

W publikacji znajdują się także sprawozdania z dwóch wydarzeń, które stały się okazją do spotkania i wymiany doświadczeń środowisk zajmujących się problematyką z zakresu andragogiki i gerontologii. Pierwsze, V Ogólnopolskie Seminarium Naukowe z cyklu Jesiennych Spotkań Andragogicznych, odbyło się w Katowicach. Drugie, Interdyscyplinarna Ogólnopolska Konferencja Naukowa „Aktywność międzypokoleniowa jako droga do społecznej edukacji przez, dla, do i w starości” w Krakowie.

Przekazując Czytelnikowi ten numer, mamy nadzieję, że zaprezentowane tematy staną się okazją do lepszego poznania starości i interioryzacji wartości oczekiwania.

Joanna Wnęk-Gozdek,
Artur Fabiś

ARTYKUŁY

Artur Fabiś

Starość oczekiwana

DOI 10.24917/24500232.142.1

Słowa kluczowe: dobre starzenie się, potrzeby, oczekiwania

Keywords: good ageing, needs, expectations

Abstract:

The paper is an introduction to the subsequent texts published herein. It presents reflections on the ways different generations perceive old age as good, expected stage of life. Expectations of the oldest generation regarding the vision of good ageing are compared to the ones shared by other generations, and differences were identified. These reflections were confronted with the most important ageing theories: theory of active ageing and theory of exclusion (withdrawal). The author pays particular attention to discrepancies between systemic activities aimed at supporting development in old age and actual needs of the oldest generation. He points out to individualism and subjective vision of one's old age as a reference point for defining good ageing and creating the expected old age.

Pojęcie *starość* jest obecnie w naszej kulturze używane z niezwykłą ostrożnością. Skojarzenia z tym, co stare nie są zazwyczaj zbyt pozytywne. Stare zastępowane jest przez nowe: w domyśle – lepsze. Stare przemija, nowe dopiero się staje. Rzadko kiedy więc osoby stare nazywają się właśnie starymi, lepiej użyć eufemizmów typu: *wcześniej urodzony, w jesieni życia, dojrzały*. Inni też śmieiej korzystają z łagodniejszych określeń typu: senior, człowiek starszy. To znamienne, bo nikt nie zastanawia się nawet nad określeniami, które mogłyby urazić ludzi młodych. Powszechnie nie używa się takich zwrotów jak *junior, młodszy, czy we wiośnie życia...*, po prostu: młody. Nawet sięgając po fachową literaturę odnajdujemy natarczywą ingerencję, tych, którzy za wszelką cenę chcą podążać głównym nurtem i zachować poprawność. I tak oto niezwykle wartościowa książka Roberta D. Hilla *Pozytywne starzenie się* otrzymuje podtytuł *Młodzi duchem w jesieni życia*, gdy oryginalny zapis brzmi

A guide for mental health professionals and consumer. Czyżby ingerencja tłumacza? O młodości ducha nic się przecież z książki nie można dowiedzieć. Byłoby to zresztą nielogiczne. Młodzi duchem są ci, którzy nie dojrzały, u których rozwój fizyczny przegonił rozwój mentalny. Czyż w rozwoju człowieka nie chodzi o to, by dokonywał się on we wszystkich aspektach równolegle: fizycznym, psychicznymi i duchowym? Zbigniew Lew-Starowicz w tytule książki *Seks w jesieni życia* także korzysta z eufemizmu, który nie bardzo daje się obronić. Tytuł książki *Przeciw samotności* można by było zaakceptować, gdyby pojęcie samotność odczytywać potocznie. Jako termin używany w wielu dyscyplinach naukowych oznacza raczej pozytywny, a nawet oczekiwany stan w starości (w przeciwieństwie do osamotnienia), dlaczego więc *przeciw*? Takie działania środowiska naukowego utrwalają postawy zdystansowania się do starości, a może nawet przyczyniają się do utrwalania pewnych stereotypów i oczekiwanych wzorców starzenia się w: zdrowiu, aktywności na wielu obszarach, bez samotności, głębszej refleksji.

Starzy ludzie nie pasują do współcześnie preferowanych wartości płynnej nowoczesności (Bauman, 2006). Już sam charakter płynności jest obcy starszej generacji, bo wartości z perspektywy osób starych mają mieć charakter stały. A w płynnej nowoczesności to, co jest wartością dzisiaj, jutro już może nią nie być. Młodość, zdrowie, piękno, bogactwo, szybkość, luksus, zabawa i posiadanie nie są raczej atrybutami starości, a dominują we współczesnej kulturze konsumpcji. Do tego nowoczesność oznaczająca nowe technologie, urządzenia niedostosowane do potrzeb i możliwości ludzi starych (Morbitzer, 2013), zastępowanie kontaktów międzyludzkich kontaktami pomiędzy urządzeniami czy przeniesienie wielu aktywności w rzeczywistość wirtualną nie ułatwiają funkcjonowania w codzienności cyfrowym imigrantom, którymi są osoby starzejące się i stare. Jeśli nawet odnaleźć wartości uniwersalne dla wszystkich generacji, to są one zbieżne tylko z nazwy. W nieco skrzywionym przez stereotypy zwierciadło wygląda to tak: dla starszego pokolenia patriotyzm nie oznacza marszu z okrzykami rasistowskimi, przyjaźń nie jest tożsama z interesowną znajomością, a być katolikiem nie ogranicza się jedynie do deklaracji. Dla młodych zaś patriotyzm nie znaczy wylewania krwi za ojczyznę, przyjaźń nie musi trwać do grobowej deski, a religijność nie musi przejawiać się pielgrzymką. Nie łatwo jest być starym w świecie kreowanym przez młodych. I jeszcze odpowiadać na oczekiwania młodszych generacji, opierających wizję starości na stereotypach, które sprowadzają seniorów do roli wycofanych zawodowo, niesamodzielných, schorowanych. I dlatego stary człowiek, powinien dzisiaj ustąpić miejsca w pracy młodemu, nie pchać się do władzy, a raczej wesprzeć młodsze generacje finansowo czy odciążać je w wychowaniu dzieci. Oczekiwać jeszcze można, by starzy ludzie zadbali o historię rodu i organizowali imprezy rodzinne. Jeśli jednak jest przyzwolenie na emancypację ludzi starych, to tylko z założeniem, że będą oni się starzeć na zasadach, które dyktują młodsze pokolenia. Mogą więc być aktywni, bo aktywność, to jedna z wyjątkowo stałych wartości płynnej nowoczesności, jednakże dla seniorów zawężona. Mogą być aktywni edukacyjnie i fizycznie – dbając o swoje

zdrowie oraz kondycję fizyczną i psychiczną. Innymi słowy, mogą robić wszystko, by upodobnić się do młodszych generacji, by nie okazywać oznak starzenia się. Na inne działania nie ma przyzwolenia, a przynajmniej nie ma wsparcia. Modelowy senior to osoba uśmiechnięta, ciesząca się życiem, nie obciążająca innych swoimi problemami. Wykreowany obraz starzenia się pozwoli zapomnieć o trudnej starości wszystkim generacjom, tej starszej też, bez względu na to, czy tego chcą, czy nie. Aktywny senior nie przypomina młodym, że i oni się zestarzeją i będą niedołąźni – przeciwnie aktywny senior, to nadzieja na to, że i młodsze pokolenia w przyszłości takie będą. Starości wycofanej, zależnej, chorej i przeżywającej straty lepiej nie oglądać, nie zajmować się nią. Po co sobie przypominać, że starość istnieje, w dodatku nie zawsze taka, jak z broszury uniwersytetu trzeciego wieku, a straty są stałym elementem codzienności i stracić można wszystko to, co tak mozolnie przez całe życie się gromadziło. Taka wizja starości może umacniać stereotypowe postawy (Cuddy, Norton, Fiske, 2005), wzbudzając niepokój, agresję, która z kolei może przerodzić się w ageizm (Trafialek, 2016). Lepiej popatrzeć z podziwem i dumą na pana Stanisława, stuczterolatka-sportowca, który pokonuje dystans stu metrów w niespełna 33 sekundy. Lepiej podziwiać DJ Wikę, osiemdziesięciolatkę obsługującą profesjonalną konsolę i spełniającą się jako DJ-ka – najstarsza w Polsce. Naprawdę? To jest piękna starość, wzniosła starość, starość oczekiwana? Przez kogo oczekiwana, przez starzejącą się osobę czy przez inne generacje? Na ile starość każdy może sobie sam wykreować opierając się na własnych potrzebach i oczekiwaniach, a na ile musi być ona odpowiedzią na potrzeby i oczekiwania innych? Mówiąc wprost - na ile jest dzisiaj odpowiedzią na *terror aktywności*? Bo kreowanie wizerunku aktywnego seniora, który powiela aktywność z dorosłości, to wywieranie nacisku na starzejących się ludzi, by zarzucili swoją własną wizję rozwoju na rzecz tej powszechnie wykreowanej, jedynej słusznej, bo aktywnej. Można jeszcze przypuszczać, że takie wyobrażenie starości, jest kolejnym mechanizmem polegający na zaklinaniu rzeczywistości. Polega on na tak zwanym magicznym myśleniu młodych i starzejących się: jeśli im się udało, to i mnie się uda być sprawnym jeszcze przez wiele lat – mam jeszcze czas się o to zatroszczyć, można odłożyć starość na dalszy plan. I nie jest to tylko mechanizm obronny młodych. Starzy ludzie też potrafią przekonywać, że są „młodzi duchem”, co oznaczać może jedynie: wiem, że wyglądam staro, ale robię wszystko, żeby być młodym, nie przyznaję się do starości, nie akceptuję jej. Co oznacza *młodość ducha*? Nic innego jak to, że jest się niedojrzałym względem swojego wieku, mówiąc piękniej słowami Konstantinosa Tsatsosa - *Dusza i ciało są jak małżeństwo. Muszą zestarzeć się równocześnie. Inaczej dusza zamęczy ciało lub ciało duszę*. I tak właśnie męczy się stare ciało, które wykonywać musi wysiłek ponad swoje możliwości i tak męczy się dojrzała dusza, która musi obcować z obcą sobie sztuką i zachowaniami nieadekwatnymi do wkradającej się nieśmiało dojrzałości. Taka postawa, to wyrzeczenie się mądrości, która ma stanowić zwieńczenie starości, a nawet całego życia (Erikson 1963). Chyba, że jest etapem przejściowym, poprzedzającym trudy integracji myśli o własnej skończoności, a nie przejaw rozpaczliwego trzymania się młodości.

Innym mechanizmem odsuwania myśli o starzeniu się i przemijaniu jest porównywanie się do swoich przodków – jeśli oni żyli długo, to i mnie czeka długie życie – zaklinanie rzeczywistości. Czy te mechanizmy nie przynoszą więcej szkód niż pożytków w starości? Czy starość nie jest czasem przede wszystkim dla siebie, na angażowanie się w wewnętrznie spójne działania, czasem na przemyślenia, bilansowanie życia, refleksję nad przemijaniem. Adam A. Zych pyta otwarcie: „...czy starość, rozumiana jako czas umierania, najpierw w sferze społecznej, a potem w kolejnych zakresach życiowych jednostki, aż do śmierci biologicznej, nie jest najlepszym okresem na uporządkowanie spraw całego życia, na retrospektywne spojrzenie bądź wgląd w całość życia, wprowadzie bez możliwości jego zmiany, ale z możliwością zadośćuczynienia czy poprawy, na pogodzenie się z własnym bratem po kilkunastu latach milczenia czy na proste powiedzenie słowa «kocham» tym, których naprawdę kochamy?” (2014, s. 354). Czy nie tego uczą nas Erikson (1963) czy Tornstam (1989)? Jedna z narratorek w badaniach jakościowych z zakresu trosk egzystencjalnych na pytanie o bilans życia odpowiada „nie mam czasu nad pierdołami myśleć” (Fabiś, 2018). Tylko czy ten czas kiedyś nadejdzie? Być może oczekiwanie – przez kogo? – starości aktywnej, zaangażowanej ma sens, gdy mowa o wczesnej starości? Gdy kobieta w wieku sześćdziesięciu lat otrzymuje podziękowanie za pracę i odesłana zostaje na emeryturę¹, można oczekiwać tylko jednego, że będzie się spełniać na wielu płaszczyznach życia, bo będzie to starość oczekiwana przez nią samą. Czy będzie to aktywna starość? Może być, bo w tym wieku jest się gotowym na nowe wyzwania i często pełnym energii napędzanej poczuciem wolności i chęcią zmian, a może też być zaangażowana, co nie jest tożsame z powszechnie eksponowaną aktywnością osób starszych, bo jak wyjaśnia Beata Bugajska zaangażowanie to „wybór własnego bycia w świecie, zmierzający do osobistego rozwoju w kierunku realizacji uniwersalnych wartości, zgodnie z etycznym wymiarem etosu społecznego, w poczuciu akceptacji zmian, będących konsekwencją procesu starzenia się człowieka” (2015, s. 29). Co oznaczać może także czytanie dawno zakupionych i zakurzonych już książek, zamknięcie się w pracowni garncarskiej, spisywanie historii swojej rodziny, słuchanie swoich ulubionych płyt winylowych, czy pielęgnowanie kwiatów w ogrodzie.

Jednakże stale powracać musi pytanie o czas wycofany, o osoby zależne, o starość powszechną, która też może kiedyś nastąpić. Model aktywnego starzenia może być długo satysfakcjonujący, pan Stanisław i DJ Wika z pewnością czerpią wiele radości ze swojej aktywności, to jest pewnie dobra starość, przynajmniej dla tych dwojga. Nie można więc tak prosto odrzucić założenia, że nieakceptacja własnej starości, wy-

1 Obniżenie wieku emerytalnego wydaje się bliskie ageizmowi instytucjonalnemu. Nie ma żadnych podstaw ekonomicznych, a w ręcz przeciwnie – w krajach starzejących się wiek emerytalny ulega stałemu podwyższaniu, a tym bardziej „gerontologicznych”, by obniżyć wiek emerytalny – ludzie starzy podali ofiarą polityki. Pod płaszczykiem poprawy życia w starości wyrządza się wielką szkodę wielu osobom zaangażowanym w swoje życie zawodowe, bo nie ulega wątpliwości, że przepisy te doprowadzą do zwalniania starszych pracowników w przypadku przekroczenia przez nich wieku emerytalnego, by zatrudniać młodszych.

pieranie, unikanie, zastępowanie myśli o starzeniu się oraz podejmowanie wszelkich działań mających na celu przekonywanie siebie i innych o własnej „młodości ducha” może mieć sens. W końcu można też wziąć pod uwagę łączenie tych postaw wobec starości. Przecież można uprawiać sport, prowadzić dyskoteki i jednocześnie angażować się w rozwój duchowy, konfrontować z troskami egzystencjalnymi. Choć badania jakościowe (Fabiś, 2018) z aktywnymi edukacyjnie seniorami przekonują raczej, że wysoki poziom aktywności (w tym wypadku edukacyjnej) nie idzie w parze z postawami konstruktywnymi wobec problemów ostatecznych, nie można wykluczyć takiej hybrydowej postawy. Zatem, nie można wykluczyć, że model aktywnego starzenia się aż do końca swoich dni jest najlepszym rozwiązaniem, choć jest jedynie alternatywą dla wąskiej grupy najbardziej wyemancypowanych przedstawicieli starszych pokoleń.

W końcu zasadnicze pytanie opierać się będzie o subiektywizm starzenia się, a więc założenie, że o starości decydować mają sami starzejący się. Czy nie każdy może sam decydować o tym, jak chce żyć – szczególnie w starości, gdy wszelkie powinności świata zewnętrznego ustępują miejsca pogłębiającej się autonomii? Czy każdy musi przejść wszystkie etapy rozwojowe i doświadczyć trudów konfrontacji z własną śmiertelnością, dojrzałością osobową, jak tego żądają teorie rozwoju psychospołecznego? Można też tego nie chcieć! Jak nie chcą tego kreujący politykę społeczną, czy większość badaczy starości. Może lepiej poczekać, aż czas ten sam nadejdzie i człowiek zostanie zmuszony do podjęcia refleksji nad własnym życiem i śmiercią, a także do dokonania bilansu życia czy zmierzenia się z problemem osamotnienia? Zgodnie z założeniem jednej z narratorek wywiadu, która stwierdza, że nie ma sensu robić bilansu życia: *jeszcze nie jestem przykuta do łóżka* (Fabiś 2018). W dodatku jest jeszcze nadzieja, że do konfrontacji nie dojdzie w ogóle, czy nie takiej sobie właśnie śmierci życzymy, by umrzeć szybko, zniecka, bez bólu, a najlepiej bez świadomości (Fabiś, 2018)?

A może jednak warto poznać, zrozumieć, upowszechnić starość wycofaną, transcendingą, refleksyjną? My, badacze starości też wpisujemy się w ogólny nurt eksplorowania tej pozytywnej strony starości i obszarów aktywnej starości (Muszyński 2016), może nadszedł także czas dla nas, byśmy odpowiedzieli na apel Marvina Formosy (2012) i Larsa Tornstama (2005) i rozpoznali potrzeby tych, do których trudniej dotrzeć, z którymi się ciężko rozmawia, którzy nie chcą dać się łatwo poznać, a którzy nie reprezentują tego modelowego starzenia się? Wtedy pewnie łatwiej będzie określić realizowaną i oczekiwaną starość też tych wycofanych, mniej wyemancypowanych.

Jak więc można rozumieć pojęcie starości oczekiwanej? Przede wszystkim można je rozpatrywać z perspektywy oczekujących – jeszcze nie starych, a w szczególności decydentów, czyli innych generacji kreujących rzeczywistość, kreujących starość innych. Rządowy program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych ASOS zakłada, że to właśnie aktywność poprawi jakość życia osób starszych i to właśnie ta droga do lepszego życia uznana została za jedynie słuszną, bo jak czytamy: „jest przedsięwzięciem kompleksowym, uwzględniającym obszary i kierunki wsparcia umożliwiające osiągnięcie celu głównego, jakim jest poprawa jakości i poziomu życia osób starszych

dla godnego starzenia się poprzez aktywność społeczną” (<https://www.mpips.gov.pl/seniorzyaktywne-starzenie/rzadowy-program-asos/>). A co z oczekiwaniami samych starzejących się? Czy mają dostosować się do oferty postępować, jak życzą sobie tego decydenci? A co z tymi, którzy swoich potrzeb nie mogą wyartykułować? Czy mają takie same szanse na samorealizację jak ci, którzy wybrali aktywny model starzenia się (czy dostosowali się do tego modelu)? Oczekiwać by raczej należało, żeby wsparcie rozwoju osób starzejących się nie koncentrowało się wyłącznie na już aktywnych i zaangażowanych seniorów, lecz by zostały wzięte pod uwagę potrzeby pozostałej części najstarszych generacji. Wtedy można też oczekiwać, że zaangażowanie, a nie tylko wąsko rozumiana aktywność, osób starszych dostarczy im satysfakcji prowadząc ich do starości godnej, szczęśliwej i własnej. Wydaje się, że cechą konstytutywną godnego starzenia się jest wolny wybór, wybór swojej własnej starości, odpowiadającej przede wszystkim potrzebom i oczekiwaniom samej osoby starzejącej się. Byłoby to zgodne z założeniami egzystencjalistów (Kierkegaard, 1972; Heidegger, 1994;) dla których życie zgodne z własną wolą stanowi najlepszą drogę do rozwoju człowieka. Jednakże inną nie mniej ważną przesłanką jest zintegrowanie idei własnej skończoności, która sprawia, że życie nabiera sensu, bo tylko idea śmierci może dowartościować jej przeciwieństwo – życie. Ale i z tym założeniem można się nie zgadzać zamieniając *memento mori* na *carpe diem*.

Bibliografia

- Bauman Z., 2006, *Płynna nowoczesność*, Wydawnictwo Literackie, Kraków.
- Bugajska B., 2015, *Dziewiąta faza w cyklu życia – propozycja rozszerzenia teorii psychospołecznego rozwoju E. H. Eriksona*, Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej, 1(9)/2015, s. 19–26.
- Cuddy A.J.C., Norton M.I., Fiske S.T., (2005), *This old stereotype: The pervasiveness and persistence of the elderly stereotype*, Journal of Social Issues, 61(2), s. 267–285.
- Erikson E.H., 1963, *Childhood and society* (2nd ed.), W.W. Norton, New York.
- Fabiś A., 2018, *Troski egzystencjalne w starości. Perspektywa geragogiczna* – praca w przygotowaniu, Kraków.
- Formosa M., 2012, *Critical educational gerontology: a third statement of first principles*, „International Journal of Education and Ageing”, 2 (1), s. 300–317.
- Heidegger M., 1994, *Bycie i czas*, PWN, Warszawa.
- Kierkegaard S., 1972, *Bojaźń i drżenie. Choroba na śmierć*, PWN, Warszawa.
- Lew-Starowicz Z., 2000, *Seks w jesieni życia*, Bellona, Warszawa.
- Morbitzer J., 2013, *Senior w społeczeństwie informacyjnym*, Biblioteka Gerontologii Społecznej 1-2/2013, s. 15–34.
- Muszyński M., 2016, *Przegląd wybranych stanowisk dotyczących teorii gerotranscendencji* [w:] *Refleksje nad Starością. Obiektywny i subiektywny wymiar starości*, E. Dubas, M. Muszyński (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź, s. s. 23–36
- Tornstam L., 1989, *Gero-transcendence: A meta-theoretical reformulation of the Disengagement Theory*, „Aging” vol. 1, 55–63, s. 55–63.
- Tornstam L., 2005, *Gerotranscendence. A developmental theory of positive aging*, Springer Publishing Company, New York.

- Twardowska-Rajewska J. (red.), 2005, *Przeciw samotności*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań.
- Trafiałek E., 2016, *Innowacyjna polityka senioralna XXI wieku. Między ageizmem, bezpieczeństwem socjalnym i active ageing*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń.
- Zych A.A., 2014, *Starość darem losu, życiowym zadaniem i wyzwaniem dla przyszłości*. [w:] *Starość darem, zadaniem i wyzwaniem*, A.A. Zych (red.), Stowarzyszenie Przyjaciół Domu Pomocy Społecznej „Pod Dębem” w Dąbrowie Górniczej, Sosnowiec–Dąbrowa Górnicza, s. 347–357.



Elżbieta Trafiałek

Kapitał społeczny w starzejącym się społeczeństwie

DOI 10.24917/24500232.142.2

Słowa kluczowe: demograficzny wiek, srebrna gospodarka, kapitał społeczny

Keywords: demographic aging, silver economy, social capital

SOCIAL CAPITAL IN AN AGEING SOCIETY

Abstract:

The text discusses some of the challenges of social policy in the context of increasing demographic aging. Based on assumptions that in the unavoidable silver economy the growing population of seniors must be seen as valuable social capital- the major optimising its instruments have been pointed. They included: social security system and financing the retirement pensions, target funds, the development of social services, aid and medical care infrastructure- all solutions assessed against the respecting the European market economy rules, social justice, lifelong learning and active ageing.

Wprowadzenie

Malejące wskaźniki przyrostu naturalnego, zmiany w strukturze wiekowej ludności i wzrost liczebności populacji uprawnionej do otrzymywania świadczeń emerytalnych z jednej strony generują ryzyko powstawania coraz większych obciążeń dla gospodarki, z drugiej – skutkują potrzebami reformowania systemów zabezpieczenia społecznego, zmiany progów wieku emerytalnego, podejmowania innowacyjnych prób wykorzystania potencjału trzeciej generacji dla wzrostu gospodarczego. I choć coraz dłuższe życie jest ogromnym sukcesem cywilizacyjnym, to zdania na temat metod kształtowania jego jakości w fazie starości – podzielone. Poza wszelką dyskusją pozostaje jedynie fakt, że ranga *silver economy* przynajmniej w najbliższych kilku dekadach będzie rosnąć¹. Tak w Polsce, jak i całej Europie, Japonii czy

1 Precyzyjne wyjaśnienie zakresu i znaczenia pojęcia (Szukalski, 2012, s. 12 i n.).

Kanadzie, a ostatnio nawet w Stanach Zjednoczonych Ameryki Pn. i w Chile – objętych zjawiskiem narastającej starości demograficznej.

Wzrost liczebności populacji w wieku poprodukcyjnym, w wieku 60+/65+, w tym 80+, przewidywany w europejskich prognozach demograficznych przynajmniej do roku 2050, poza potrzebą uznania rangi „srebrnej gospodarki”, oznacza coraz większe zapotrzebowanie na opiekę geriatryczną i infrastrukturę leczniczą. Na rozwój usług społecznych adekwatnych do potrzeb i możliwości skutecznego reagowania na takie zjawiska, jak: wielochorobowość, wypadkowość, niesprawność, samotność, osamotnienie (Tłokiński, 2016, s. 128–131; Rocznik Statystyczny 2016, s. 227–229) czy bezradność. Następane pokolenia seniorów będą lepiej wykształcone od obecnie żyjących, sprawne fizycznie, świadome znaczenia niezależności finansowej, zdrowego stylu życia, ale przecież także oczekujące na uznanie prawa do wszechstronnej aktywności, wypoczynku, pełnienia ról w rodzinie, środowisku, organizacjach społecznych, politycznych, do uczestnictwa w kulturze, kształceniu ustawicznym. Tym bardziej, że czas potencjalnej aktywności zawodowej z różnych powodów nierzadko jest obecnie skracany (wydłużona w czasie edukacja, bezrobocie, niepełnosprawność, renty, niższe progi emerytalne), a przestrzeń życia wymagająca odpowiedniego zagospodarowania – coraz większa. Z punktu widzenia odpowiedzialności za dostosowywanie instytucji, struktur i profesjonalnych kadr do nowych zadań generowanych zmianami demograficznymi, omawiany problem wymaga też zintegrowanych, długofalowych, interdyscyplinarnych i międzyresortowych inicjatyw, inwestycji, działań edukacyjnych i organizacyjnych. W tym także ukierunkowanych na wzmacnianie spójności między szeroko rozumianym kapitałem społecznym, a wyzwaniem współczesności sygnalizowanymi hasłami: *silver economy*, *lifelong learning*, *czy active ageing*.

1. Ludzie starzy jako kapitał społeczny

Konieczność dostrzegania potencjału trzeciego pokolenia będzie narastać równolegle do potrzeb rozwoju gospodarczego i ograniczania wydatków na świadczenia społeczne - adekwatnie do poziomu chłonności rynków pracy, do zmian demograficznych zachodzących w obrębie struktury społecznej i zmian diagnozowanych w obrębie modelu rodziny. Odchodzące od aktywności zawodowej kolejne roczniki będą stanowić cenny kapitał ludzki o potencjale:

- kulturowym – pokoleniowy przekaz tradycji, wartości uniwersalnych;
- opiekuńczym i samopomocowym – zredukowane role społeczne, potrzeba afiliacji i współuczestniczenia w życiu społeczności lokalnej, udzielania wsparcia, angażowania się w prace wspólnot rodzinnych, sąsiedzkich i lokalnych;
- integracyjnym i emocjonalnym – dążenie do kompensacji utraconych ról społecznych, do udziału w życiu społeczności lokalnych, aktywność w organizacjach społecznych, politycznych, pozarządowych;

– edukacyjnym – dostrzeganie rangi kształcenia ustawicznego i edukacji całościowej, korzystania z sieci internetowej, dostępu do mediów i nowych technologii przekazu;

– i najważniejszym ze społecznego punktu widzenia – ekonomicznym oraz politycznym (Klimczuk, 2012).

Politycznym, bo populacja seniorów to nie tylko najliczniejszy, ale i najbardziej zdyscyplinowany elektorat o znaczącym wpływie na kształt przyszłej polityki, struktur władzy i w konsekwencji – modelu państwa. Ekonomicznym, bo jako uzyskujący stałe, ewidencjonowane dochody, emeryci stanowią znaczącą grupę płatników w systemie podatkowym, ubezpieczeń oraz na rynku konsumpcji dóbr i usług, w tym: prawnych, socjalnych, administracyjnych, organizacji gospodarstwa domowego, informacyjnych, edukacyjnych, rehabilitacyjnych, medycznych, kulturalnych, turystycznych.

Optymalne wykorzystanie potencjału zawartego w kapitale ludzkim seniorów przynajmniej w najbliższych kilku dekadach stanowić, zatem powinno priorytet zadaniowy polityki społecznej. Planowanie i wdrażanie zmian wymaga prospektywizmu i konsekwencji w realizacji strategii na rzecz skuteczności szeroko rozumianej polityki senioralnej (Worach-Kardas, 2015, s. 13). Wiąże się też z przekształceniami w sferze instytucjonalnej i funkcjonalnej. Kompleksowe działania wymagają planowania i realizacji z uwzględnieniem prakseologicznej triady: diagnoza, prognoza, strategia działań długofalowych. Warto tu wymienić przynajmniej kilka z nich. To: promocja zasad aktywnego starzenia się i samodzielności w miejscu zamieszkania; ograniczanie rozwoju instytucjonalnych form opieki na rzecz lokalnych sieci wsparcia; rozwój wolontariatu i innych inicjatyw środowiskowych; budowa dialogu międzypokoleniowego; wsparcie materialne i organizacyjne rodzin sprawujących opiekę nad starszymi i niepełnosprawnymi; upowszechnianie edukacji gerontologicznej (wiedza o starości i przygotowanie do tej fazy życia tak własnej, jak i bliskich), rozbudowa systemu kształcenia w zawodach towarzyszących pracy socjalnej (opiekunów osób starszych, asystentów osób niepełnosprawnych, asystentów rodzinnych, pielęgniarek i opiekunów środowiskowych).

2. Kierunki zmian w polityce senioralnej

2.1. Finansowanie systemu emerytalnego

Podstawę zabezpieczenia społecznego osób starszych w Polsce stanowi system emerytalny. Od 1998 roku tworzą go dwa publiczne i obowiązkowe filary: repartycyjny i kapitałowy. W pierwotnej wersji za prowadzenie pierwszego odpowiadał Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS), a drugiego - Otwarte Fundusze Emerytalne (OFE). Obecnie rozważana jest możliwość likwidacji OFE i zastąpienia ich funduszami prywatnymi oraz pracowniczymi programami emerytalnymi. Wcześniej, przez kilka lat zadania ZUS sukcesywnie rozbudowywano, a rolę OFE ograniczano. Szczególnie od czasu reformy z 2013 roku, kiedy nastąpiło przejęcie przez ZUS z OFE 153,2 mld zł.

Środki zostały przekazane do Skarbu Państwa na umorzenie obligacji skarbowych oraz do Funduszu Rezerwy Demograficznej (FRD) i Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (FUS) (Dz.U. z 2013 r., poz. 1442 ze zm.). Trzeci – kapitałowy filar systemu ubezpieczeń społecznych, oparty na składkach dobrowolnych, prowadzony przez instytucje prywatne pod nadzorem państwa, od czasu uruchomienia w 1998 roku cieszy się umiarkowanym zainteresowaniem gromadzących środki na starość. W 2016 roku skupiał 1,8 mln uczestników i dysponował kapitałem w wys. 17,4 mld zł. Problem płynności finansowej w systemie emerytalnym polega na równoległym pogłębianiu się dwóch procesów: narastania starości demograficznej i rosnących zobowiązań płatniczych ZUS oraz malejących wpływów ze składek na ubezpieczenia (emerytalne, rentowe, chorobowe, zdrowotne, społeczne).

W świetle ostatniego raportu Najwyższej Izby Kontroli (NIK) – pływy do instytucji ubezpieczenia społecznego systematycznie maleją, a obligatoryjne wydatki na świadczenia i koszty obsługi rosną (2016, s. 211). Na spadek przychodów wpływają niższe wpływy „z tytułu poboru i dochodzenia składek innych niż na FUS, w szczególności na OFE” (ibidem). W końcowej części raportu wyraźnie podkreślono, że w 2015 roku kondycja finansowa ZUS uległa pogorszeniu.

Do roku 2016, w czasie wdrażania tzw. „reformy67”, w wersji optymistycznej formułowanej przez analityków rynku i ekonomistów zakładano, że przynajmniej do roku 2021 braki w kasie ZUS corocznie będą mieściły się w granicach 48,7-50,5 mld zł. W wersji pesymistycznej przewidywany deficyt miał systematycznie narastać aż do poziomu 90 mld zł w 2021 roku; a w wersji katastrofalnej przyjęto, że po przekroczeniu poziomu 66% niewydolności systemu – ZUS będzie potrzebował w ciągu pięciu lat ponad 380 mld dofinansowania do gwarantowanych świadczeń emerytalno-rentowych (Stańczyk, 2017). Według obliczeń resortu finansów, przywrócenie progów wieku emerytalnego do poziomu 60/65 lat – już w 2017 roku będzie wymagało dodatkowych dopłat z budżetu w wysokości 8,6 mld zł, w 2018 – 10,2 mld, w 2019 – 11,9 mld zł i w kolejnych latach coraz wyższych dotacji systemu (Kostrzewski, Miączyński, 2016, s. 1). W debatach emerytalnych, prowadzonych w ramach konsultacji społecznych przed obniżeniem progów wieku emerytalnego do poziomu 60/65 lat, podkreślano, że ani podniesienie wysokości składek na ubezpieczenia emerytalno-rentowe, ani ustawowe zmuszanie potencjalnych świadczeniobiorców ZUS do odchodzenia od aktywności zawodowej nie zapobiegą wówczas przynajmniej dwóm złym następstwom zmiany: złamaniu reguł społecznych i zrujnowaniu finansów publicznych. Kontrreforma systemu została jednak przeprowadzona i już 1 października 2017 roku prawo do świadczeń emerytalnych uzyskało dodatkowo 330 tys. osób, czyli 80-90 tys. osób więcej niż zakładano wcześniej (Solska, 2017, s. 20-23). Obecnie dofinansowanie do gwarantowanych wypłat świadczeń emerytalnych z ZUS kształtuje się na poziomie 25%, ale w najbliższej dekadzie może wzrosnąć do 50%. Przy stałym wzroście liczebności uprawnionych do przechodzenia na emeryturę i coraz wyższych wskaźnikach dalszego trwania życia po przekroczeniu progu 60+/65+ – z całym prawdopodobieństwem

stwem można, zatem przewidywać albo niewypłacalność systemu emerytalnego, albo regres gospodarczy. Wynika to przynajmniej z dwóch zależności: im większe dotacje z budżetu państwa do ZUS – tym bardziej ograniczone możliwości inwestowania w gospodarkę, rozwój, inwestycje i innowacje; im słabsza kondycja gospodarcza kraju – tym mniejsze możliwości indywidualnego gromadzenia środków w funduszach emerytalnych na rynkach kapitałowych; im więcej tzw. „młodych” emerytów – tym więcej „bieda-emerytur”.

Ponieważ nawet w sytuacji, gdy z zapisów nowej ustawy (Dz. U. 2017, poz. 715, tom 1) skorzysta tylko 80% uprawnionych to – jak wynika z obliczeń prezesa ZUS – „koszt operacji do roku 2021 wyniesie 54 mld zł” (Solska, 2017, s. 20). Dla ograniczenia przewidywanych wydatków opracowywane są nowe strategie rozwiązań systemowych i zachęcania do dalszego pozostawania na rynku pracy. Rozważane są rozwiązania ukierunkowane na rozbudowę III filara ubezpieczeń (fundusze prywatne, kapitałowe), likwidację OFE, wprowadzenie Pracowniczych Planów Kapitałowych (PPK) przy wsparciu ich 3 mld zł z Funduszu Pracy (FP) (Osiecki, Godusławski, 2017). Podstawą funkcjonowania systemu ubezpieczeń emerytalnych jest jednak umowa społeczna oparta na dwustronnej wiarygodności. Dotychczasowe rekonstrukcje systemowe nie sprzyjają jej utrwalanu. Odbiegają od rozwiązań europejskich oraz trendów i prognoz demograficznych. Alternatywą jest, zatem obecnie albo utrzymanie ustawowego wieku emerytalnego na poziomie 60+/65+ aż do utraty płynności finansów publicznych (co w perspektywie czasu zrodzi konieczność wprowadzenia tzw. „emerytur obywatelskich” – dla wszystkich jednakowo niskich), albo promocja - na wzór rozwiązań zachodnio-europejskich - efektywnego wieku emerytalnego, ruchomego, promującego aktywność na rynku pracy. Przy poszukiwaniu optymalnych rozwiązań należy uwzględnić zasadę, że bezwarunkowe bezpieczeństwo socjalne dla wszystkich jest nie do pogodzenia z odpowiedzialnością, szczególnie za przyszłe pokolenia.

Wraz z kurczeniem się rynku pracy i słabnącymi wpływami składkowymi do systemu emerytalnego rośnie ilość podmiotów dofinansowujących gwarantowane ustawowo wydatki ZUS. To: dotacje i pożyczki z budżetu, OFE i FRD. Wszelkie przepływy w systemie o sukcesywnej redukcji cech kapitałowych zawsze jednak cechuje niezmienna zależność, że im większe dofinansowanie do redystrybucji, tym głębszy deficyt budżetu państwa.

2.2. Fundusze celowe

Istotnym instrumentem ograniczania obciążeń budżetowych wydatkami ZUS są państwowe fundusze celowe, definiowane jako: „organizacyjne formy finansów publicznych tworzone na podstawie odrębnej ustawy, których przychody pochodzą ze środków publicznych, a koszty są ponoszone na realizację wyodrębnionych zadań państwowych” (Raport NIK, 2016, s. 195). To podmioty bez osobowości prawnej. Na koniec 2015 roku w Polsce funkcjonowało 29 funduszy celowych, 11 agencji wykonawczych, 15 instytucji gospodarki budżetowej oraz 38 osób prywatnych. Dotacje

z budżetu państwa stanowiły 26,3% łącznych przychodów tych jednostek. 90% dotacji dotyczyło funduszy celowych, z czego ponad 60% przekazanych do FUS (Raport NIK, 2016, s. 206). Zakładana rola państwowych funduszy celowych w funkcjonowaniu systemu zabezpieczenia społecznego może być postrzegana jako ważka, przydatna i użyteczna – ale realna efektywność w istocie mało znana. Fundusze, zarządzane wyłącznie przez administrację państwową, pozostają poza kontrolą, a nade wszystko poza możliwością społecznego monitorowania przepływu środków.

W kategorii funduszy celowych związanych z gwarancjami bezpieczeństwa społecznego dla społeczeństwa, poza FUS, warto wymienić choćby takie, jak: Fundusz Emerytur Pomostowych (FEP), Fundusz Emerytalno-Rentowy (FER), Fundusz Prewencji i Rehabilitacji (FPiR), Gwarantowanych Świadczeń Pracowniczych (FGSP), Fundusz Administracyjny (FA) czy Fundusz Pracy (FP). Składki na ich funkcjonowanie z reguły mają charakter obligatoryjnych – zarówno dla pracodawców, jak i pracowników, ale sposoby wydatkowania środków dostępne dla niewielu instytucji, takich np. jak NIK.

Specyficzne reguły finansowania obowiązują w odrębnym systemie ubezpieczenia społecznego rolników (Kasa Rolniczego Ubezpieczenia Społecznego – KRUS), w ponad 90% utrzymywanym z dotacji budżetowych, podobnie jak i powołane dla jego wspierania fundusze celowe (Raport NIK, 2016, s. 202). Jednym z nich jest FA powołany dla finansowania „kosztów obsługi ubezpieczonych i świadczeniobiorców w sprawach dotyczących objęcia ubezpieczeniem, składek na ubezpieczenie, przyznawania i wypłaty świadczeń z ubezpieczenia [...] oraz obsługi zadań w zakresie ubezpieczeń zdrowotnych i innych zleconych przez państwo [...]” (Dz. U. z 2013 r. poz. 1403 ze zm., art. 79). Fundusz, w 75% finansowany z budżetu, podobnie jak FER i FPiR, pozostaje w dyspozycji KRUS i stanowi podstawę finansowania zadań ustawowych (Kłos, 2010, s. 132 i n). Te trzy podstawowe fundusze celowe w finansowaniu świadczeń rolniczych uzupełniane są transferami z pozabudżetowego Funduszu Składkowego Ubezpieczenia Społecznego Rolników (FS). To fundusz posiadający osobowość prawną. Nadzór nad nim sprawuje Rada Nadzorcza składającą się z 9 osób. Zgodnie z zapisami obowiązującej ustawy (Dz. U. 2016r. poz. 277, 2043, art. 75), KRUS prowadzi samodzielną gospodarkę finansową.

Problem dysproporcji między wpływami składkowymi, a wydatkami na cele emerytalno-rentowe tak w KRUS, jak i w ZUS powoduje stały wzrost deficytu sektora finansów publicznych. Rozwiązanie polegające na przeniesieniu w 2013 roku części środków zgromadzonych w OFE do ZUS z ekonomicznego i wizerunkowego dla Unii Europejskiej (UE) punktu widzenia przyniosło doraźną poprawę; ze społecznego skutkowało jednak spadkiem zaufania obywateli do państwa oraz powszechną kontestacją wykorzystywania tzw. „ręcznych metod” regulacji systemu opartego na indywidualnych oszczędnościach. Sytuacja z każdym kolejnym rokiem jest trudniejsza. W raporcie NIK z 2016 roku podkreślono, że: „rozdrobienie gospodarki finansowej sektora finansów publicznych działającej w formie państwowych funduszy celowych wpływa na zwiększenie kosztów administrowania zgromadzonymi środkami i nie

sprzyja kontroli dyscypliny finansów publicznych” (Raport NIK, 2016, s. 196). To problem niezmiernie istotny, szczególnie w sytuacji, gdy Komisja Europejska (KE) w kolejnych dokumentach podkreśla, że wydatki z budżetu na dofinansowywanie systemu emerytalnego pochłaniają w Polsce ponad 50% ogółu wydatków na cele zabezpieczenia społecznego, w konsekwencji czego „wpływ transferów socjalnych na ograniczanie ubóstwa jest coraz mniejszy” (Sprawozdanie krajowe – Polska 2015, s. 17 i n.). Kondycja systemu nie ulega jednak poprawie, a potrzeby dofinansowywania wydatków rosną mimo wielokrotnych prób reformowania struktur, funkcji i zasad.

System nadal obejmuje cztery podsystemy ubezpieczeń społecznych: pracowników, rolników, przedsiębiorców i służb mundurowych. Nadal związany jest z krytykowanymi funduszami celowymi i obsługującymi je kosztownymi agencjami wykonawczymi. Nadal też polityka zabezpieczenia społecznego (w tym: senioralna, prorodzinna) realizowana jest przez nadmiernie rozbudowaną sieć instytucji, organizacji, rozproszona i finansowana ze zbyt wielu źródeł.

3. Usługi społeczne

W odniesieniu do populacji osób w starszym wieku, usługi społeczne pozostają w ścisłym związku z zakresem zainteresowań interdyscyplinarnej polityki senioralnej. W sferze poszukiwań naukowych mieszczą się, zatem na pograniczu: demografii, socjologii, polityki społecznej, medycyny, ekonomii, gerontologii, geriatry, andragogiki i geragogiki; a w kategorii działań praktycznych obejmują: bezpieczeństwo fizyczne i socjalne, edukację, ochronę zdrowia, rynek towarów i usług, transport, dostęp do informacji, mediów i kultury.

Sektor usług społecznych adresowanych do seniorów klasyfikowany jest w zależności od diagnozowanych problemów, deficytów środowiskowych, zadań badawczych i organizacyjnych. Stosownie do celu wyznaczającego potrzeby uruchamiania usług dla osób starszych, ich charakter może się różnicować: od aktywizacyjnych, integracyjnych, edukacyjnych, towarzyskich – po socjalne, opiekuńcze, pielęgnacyjne, rehabilitacyjne i w zakresie prowadzenia gospodarstwa domowego. Organizowane są przez państwowe i samorządowe instytucje pomocowe, będąc jednocześnie jednym z najbardziej znaczących zadań stojących przed sektorem pozarządowym², organizacjami użyteczności publicznej, fundacjami, jednostkami *non-profit*. A przede wszystkim – przed solidarnym, spójnym pokoleniowo, odpowiedzialnym społeczeństwem obywatelskim.

W literaturze przedmiotu interpretacyjna jednomyślność autorska z reguły dotyczy nie tyle definicji i klasyfikacji usług społecznych, co „przyszłościowego” charakteru usługowej strategii wypełniania obszarów niedostatku populacji najstarszych odpowiednimi treściami. Obok sieci istniejących już domów dziennego pobytu, ośrodków samopomocy środowiskowej, świetlic i klubów seniora (popularne od kilku lat

2 Więcej na ten temat (Furmańska-Maruszak, Wójtewicz, Zamojska, 2014).

formy integracji środowiskowej w gminie) – system wsparcia systematycznie winien być wzbogacany o coraz to nowe formy – świadczone w postaci usług. Jak na razie – usług z reguły finansowanych ze środków publicznych. W przyszłości – w warunkach odpowiedniego zarządzania rynkiem pracy i kapitałem społecznym – usług, które sprzyjać mogą powstawaniu nowych miejsc pracy, zapotrzebowaniu na specjalizacje i zawody w służbach społecznych, na kierunki kształcenia i podnoszenie kwalifikacji dla sprawnego świadczenia usług społecznych.

Współczesną miarą dobrej jakości życia w okresie starości jest samodzielność i możliwie długie pozostawanie w środowisku lokalnym, rodzinnym, w miejscu wieloletniego zamieszkania. Ludzie starsi nie lubią ani izolacji, ani bezczynności, ani niesamodzielności, ani też rozłąki z rodziną, sąsiadami, przyjaciółmi, z budowaną przez lata dorosłego życia indywidualną przestrzenią życiową. Nowy model struktury i życia rodziny, mobilność zawodowa i edukacyjna pokolenia młodych, wreszcie wymogi rynku pracy ograniczają możliwości sprawowania opieki, organizowania systematycznego wsparcia wyłącznie przez krewnych i współzamieszkujących z osobami starszymi. Wraz z narastaniem reprezentacji seniorów w ogólnej strukturze społecznej rośnie, zatem zapotrzebowanie na systematyczne i profesjonalne ich wspieranie w środowisku zamieszkania, a w sytuacjach kryzysowych – organizowanie także usług w zakresie opieki medycznej, całodobowej, długoterminowej, paliatywnej.

W Polsce usługi społeczne adresowane do osób starszych realizowane są głównie w domach pomocy społecznej oraz w rejonach opiekuńczych ośrodków pomocy społecznej i powiatowych centrów pomocy rodzinie. W działaniach pomocowych odnoszone są głównie do sieci udostępnianych w poszczególnych środowiskach mieszkań chronionych, lokali aktywizujących, warsztatów terapii zajęciowej, stref sportu i rekreacji, hospicjów i domów pomocy społecznej. Poza usługami w zakresie medycyny zachowawczej, rehabilitacji i całodobowej opieki pielęgnacyjnej, obejmują pomoc w prowadzeniu gospodarstwa domowego, przygotowywanie lub dostarczanie posiłków, pomoc w wychodzeniu na spacer, w załatwianiu zakupów i spraw w urzędach. W zależności od kondycji ekonomicznej adresatów, finansowane lub dofinansowywane są ze środków publicznych.

Oferta rynkowa najczęściej wynika ze stereotypowego postrzegania seniorów. Z utożsamiania ich potrzeb życiowych z kompensacją deficytów sprawnościowych, psychicznych i ekonomicznych. Nie uwzględnia jeszcze potrzeb ludzi aktywnych, sprawnych, zainteresowanych dbałością o siebie i otoczenie, w miarę samodzielnych ekonomicznie. Kryteria dochodowe wykluczają ich z grona potencjalnych adresatów usług społecznych organizowanych i kontraktowanych przez instytucje publiczne. Więc niezbędne wsparcie, pomoc i usługi „załatwiają” sobie sami i na własny koszt. To ogromny katalog pomocy doraźnej, obejmujący: zakupy, wymianę książek w bibliotekach, naprawy sprzętu domowego, sprzątanie, opiekę domową nad chorymi, niepełnosprawnymi (o ograniczonej sprawności fizycznej i psychicznej), rehabilitację pourazową i profilaktyczną, pomoc w prowadzeniu gospodarstwa domowego i przygo-

towywaniu posiłków, usługi kosmetyczne, fryzjerskie, organizowanie transportu, opieki nad zwierzętami, prowadzenie ogródków, nawiązywanie kontaktów z instytucjami, pomoc w zamianie lub sprzedaży mieszkań i domów, w remontach, naprawach, sprzedażach, w racjonalnym gospodarowaniu oszczędnościami, w organizowaniu wyjazdów leczniczych, krajoznawczych, rodzinnych i wiele innych. To nadal ogromna, ale niezagospodarowana przestrzeń społeczno-ekonomiczna, mieszcząca się w definicyjnych ramach tzw. „szarej strefy”. Z powodu braku zintegrowanych działań instytucjonalnych i szybkiego diagnozowania deficytów, reagowania na społeczne potrzeby – potencjał trzeciej generacji (także ekonomiczny) nie jest odpowiednio wykorzystywany dla rozwoju rynku pracy i rejestrowanych, profesjonalnych usług społecznych, a cenny kapitał społeczny – kapitał ludzki pomijany w działaniach innowacyjnych, w inwestycjach na przyszłość. A to niezmiernie ważki element dobrej organizacji *silver economy*, nieuniknionej przecież w sytuacji narastającej starości demograficznej.

4. Opieka zdrowotna i instytucje wsparcia

Coraz dłuższe życie nie zawsze idzie w parze ze sprawnością, samodzielnością i satysfakcją z jakości życia. Ograniczenia zdrowotne w naturalny sposób rzutują na zdolność do samodzielnego funkcjonowania i samoobsługi. Kompleks tych, wzajemnie wyznaczających się czynników, ostatecznie kształtuje kondycję psychiczną i samozadowolenie z życia. Trudności wynikają z faktu, że współczesne rodziny nie zawsze samodzielnie mogą rozwiązywać problemy związane z opieką nad starszymi krewnymi. Wymagają pomocy i wsparcia w tworzeniu oferty usług i budowania dla nich przyjaznej przestrzeni życiowej. To kompatybilny i konieczny do uwzględniania we wszelkich inicjatywach wzmacniania bezpieczeństwa zdrowotnego obywateli związek systemu ochrony zdrowia (ambulatoryjna, szpitalna i stacjonarna opieka zdrowotna, ratownictwo medyczne i pomoc doraźna, sieć aptek) z systemem pomocy społecznej (placówki pomocy społecznej i wsparcia dziennego) oraz wsparcia środowiskowego (jednostki organizacji pozarządowych, świetlice, wsparcie rodzinne i sąsiedzkie). Ważny jest dostęp do przychodni, poradni specjalistycznych, do opieki ambulatoryjnej, dostęp i gwarancje leczenia w placówkach stacjonarnej opieki zdrowotnej. To obszar wymagający rozbudowy i reorganizacji.

W świetle kolejnych raportów NIK, brak szpitalnych oddziałów geriatrycznych zwielokrotnia nie tylko koszty leczenia, ale i ryzyko umieralności osób w starszym wieku. Z uwagi na wielochorobowość towarzyszącą starości, potencjalni pacjenci geriatryczni kierowani są przez lekarzy pierwszego kontaktu do licznych specjalistów. To wydłuża i zakłóca cykl leczenia. Podnosi też jego koszty, bez zwiększania szans na skuteczność terapii (Trafiałek, 2016, s. 161). Z dokumentów opracowanych przez Rządową Radę Ludnościową (RRL) wynika, że polityka zdrowotna wobec osób starszych jest nieskuteczna i źle zorganizowana: „w systemie ich leczenia brakuje koordynacji opieki wysokospecjalistycznej z podstawową opieką medyczną [...] w systemie

ochrony zdrowia występuje dyskryminacja ze względu na wiek w zakresie procedur diagnostycznych i leczniczych” (2014, s. 92).

Analiza europejskich statystyk także nie napawa optymizmem. Od lat w Polsce notowany jest najniższy w Europie wskaźnik dostępności do lekarzy geriatrów, a w niektórych województwach usługi specjalistyczne dla osób starszych w ogóle nie są kontraktowane przez Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ). To nadal rozległa przestrzeń do zagospodarowania instytucjonalną i środowiskową współpracą lokalnych jednostek samorządowych, ochrony zdrowia i pomocy społecznej, wspieranych inicjatywami społeczeństwa obywatelskiego.

Zakończenie

W ciągu ostatnich dziesięciu lat przeciętne dalsze trwanie życia wzrosło w kraju o 3 lata, a średnia oczekiwana długość życia tylko w okresie zmiany systemowej (od 1990 roku) – o 6 lat (z 71 do 77). Według prognoz Głównego Urzędu Statystycznego (GUS), do 2020 roku populacja w wieku poprodukcyjnym wzrośnie o niemal pół miliona, a w wieku produkcyjnym spadnie o 600 tys. osób³. Powrót do wcześniejszych progów wieku emerytalnego spowoduje narastanie dysproporcji w reprezentacjach grup wieku produkcyjnego i poprodukcyjnego, zwiększy ryzyko pauperyzacji w starości, a służby społeczne zobliguje do takiej kalkulacji współfinansowanych kosztów kompensowania deficytów podopiecznych, aby nie stanowiły nadmiernego obciążenia dla finansów publicznych i samorządowych. Skutki odczują wszyscy. Z dużym prawdopodobieństwem można jednak założyć, że na wzór rozwiązań europejskich z czasem samo życie wymusi i większe zainteresowanie trwaniem aktywności zawodowej i wyższy standard usług społecznych, świadomie zleczanych i współfinansowanych przez zainteresowanych i ich bliskich. Proces edukacji Polaków, co do poszanowania rangi samoodповідzialności za bezpieczeństwo socjalne i życiowe w zasadzie nadal trwa. Tymczasem jakość życia seniorów w coraz większej mierze będzie kształtowana tak demografią, dominującym modelem życia rodzinnego i relacji międzypokoleniowych, jak i mentalnością społeczną, poziomem akceptacji dla reguł społeczeństwa obywatelskiego. Nie bez znaczenia pozostanie dostęp do funduszy europejskich, wdrażanie coraz wyższych standardów życia, usług i instytucji oraz kadencyjny charakter politycznych priorytetów.

Jakość życia ludzi w starszym wieku zawsze będzie pozostawać w silnej zależności od wcześniejszego statusu zawodowego i ekonomicznego, od poziomu wykształcenia, środowiska rodzinnego i miejsca zamieszkania, ale poziom, zakres i znaczenie tych wzajemnych związków w każdej kolejnej dekadzie wyznaczać będą inne mechanizmy i preferencje. Funkcjonowanie rodzin i ich najstarszych członków w przyszłości będzie

3 Na podstawie: *Spisy powszechne w Polsce*, <http://www.stat.gov.pl/spisy> [2.11.2015]; *Rocznik Demograficzny 2015*, GUS, Warszawa 2015, s. 138; *Rocznik Statystyczny RP 2016*, op. cit., s. 208–240.

inne niż obecnie, bo generowane takimi przekształceniami i ryzykami współczesności, jak: popularność gospodarstw jednoosobowych; ryzyko pauperyzacji w fazie starości powodowane bezrobociem przed emeryturą lub ograniczoną aktywnością zawodową w okresie składkowym; wzrost ryzyka występowania psychologicznych źródeł wykluczenia społecznego w fazie starości (izolacja, samotność, osamotnienie, bezradność); wyższy poziom wykształcenia, świadomości praw, dostępu do wiedzy i informacji ludzi w starszym wieku, wyższe aspiracje i oczekiwania; przestrzenne oddalenie członków rodzin (migracje zarobkowe), a zatem i mniejsza sieć powiązań międzygeneracyjnych.

Wraz z ograniczaniem znaczenia funkcji opiekuńczej rodziny, zmianami zachodzącymi w obrębie jej funkcji i struktur oraz równoległym do tego zjawiska wzrostem aspiracji, potrzeb, oczekiwań osób starszych w zakresie dostępu do dóbr, usług, do różnorodnych form aktywności, ranga inwestowania w siebie dla aktywnego, pomyślnego starzenia się będzie wzrastać. Należy zatem promować idee prozdrowotne i partycypacyjne, choćby takie, jak zawarte w ministerialnej ekspertyzie zatytułowanej *Indeks aktywnego starzenia w ujęciu regionalnym*:

- dążenie do wzrostu i stabilizacji terytorialnej wskaźników zatrudnienia osób w wieku 55+;
- promocja aktywnego udziału w życiu społecznym, w tym w wolontariacie, we wspólnotach mieszkaniowych, lokalnych, w pracy opiekuńczej na rzecz rodziny;
- gwarancje bezpieczeństwa w miejscu zamieszkania – bezpieczeństwa zdrowotnego, socjalnego, mieszkaniowego;
- upowszechnianie wiedzy i promocja działań podejmowanych na rzecz edukacji gerontologicznej i geragogicznej, w tym uświadamiania rangi potencjału wieku, kapitału ludzi w starszym wieku (Perek-Białas, Mysińska, 2013, s. 15–22).

Od lat doskonałym przykładem wdrażania modelu *active ageing* są uniwersytety trzeciego wieku (UTW) kompensujące osobom nieaktywnym zawodowo liczne potrzeby: afiliacji, pełnienia ról, kontaktu z ludźmi, aktywności społecznej, ustawicznego kształcenia, dostępu do aktualnej wiedzy niezbędnej w codziennym funkcjonowaniu, samopomocy, bycia użytecznym i widocznym w społecznej przestrzeni. Przede wszystkim jednak promujące aktywność, samodzielność, ustawiczny rozwój, poprzez znaczącą rolę samorządów – ucząc też satysfakcjonującego zaangażowania w budowanie struktur społeczeństwa obywatelskiego.

W warunkach starości demograficznej społeczeństw, racjonalne, zgodne ze standardami współczesności gospodarowanie kapitałem ludzkim stanowi poważne, interdyscyplinarne wyzwanie wobec kreatorów życia społecznego. Wobec polityków, polityków społecznych, władz i jednostek samorządowych, wobec oświaty i służby zdrowia, wobec wszystkich odpowiedzialnych za upowszechnianie wiedzy gerontologicznej, za przygotowanie kolejnych pokoleń do rozumienia istoty i satysfakcjonującego przeżywania trzeciej terycji życia.

Bibliografia

- Analiza wykonania budżetu państwa i założeń polityki pieniężnej w 2015 roku*, 2016, Raport NIK z 8 czerwca 2016 roku, Warszawa, s. 211.
- Furmańska-Maruszak A., Wójtewicz A., Zamojska M., 2014, *Dobra i usługi społeczne dla najstarszego pokolenia. Szanse rozwoju w kontekście realiów społeczeństwa masowej konsumpcji*, WN UMK, Toruń.
- Indeks aktywnego starzenia w ujęciu regionalnym*. Ekspertyza dla Departamentu Polityki Senioralnej MPiPS, opracowana przez J. Perek-Białas i E. Mysińską w 2013 roku, MPiPS, Warszawa, wrzesień–październik 2013, s. 15–22.
- Klimczuk A., 2012, *Kapitał społeczny ludzi starych – na przykładzie mieszkańców miasta Białystok*, Wiedza i Edukacja, Białystok.
- Kłos B., 2010, *Ubezpieczenie społeczne rolników a rozwój obszarów wiejskich*, Studia BAS, nr 4 (24), s. 132.
- Kostrzewski L., Miączyński P., 2016, *Emerytalna rewolucja*, „Gazeta Wyborcza” z 29.09, nr 28 (8835), s. 1.
- Rekomendacje Rządowej Rady Ludnościowej*, 2014, RRL, Warszawa, s. 92.
- Rocznik Demograficzny 2015*, GUS, Warszawa, s. 138.
- Rocznik Statystyczny RP 2016*, GUS, 2016, Warszawa.
- Solska J., 2017, *Po balu będzie ból*, „Polityka” 2017, nr 39(3129) z 27.09–3.10.2017, s. 20–23.
- Sprawozdanie krajowe – Polska 2015*. Dokument roboczy służb Komisji z 26.02.2015 r. Komisja Europejska, Bruksela 2015, s. 17 i n.
- Szukalski P., 2012, *Trzy kolory: srebrny. Co to takiego silver economy?* „Polityka Społeczna”, nr 5/6, s. 12 i n.
- Tłokiński W., 2016, *Zmiany w interakcjach społecznych na starość. Komunikacyjne osamotnienie [w:] Realność złego starzenia się. Poza polityczną i społeczną powinnością*, L. Buliński (red.), Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń, s. 128–131.
- Trafiałek E., 2016, *Innowacyjna polityka senioralna. Między ageizmem, bezpieczeństwem socjalnym i active ageing*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń.
- Ustawa o ubezpieczeniu społecznym rolników*, Dz.U. 2016, poz. 277, 2043, art. 75.
- Ustawa z dnia 10 lutego 2017 r. o zmianie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych oraz niektórych ustaw*, Dz. U. 2017, poz. 715, tom 1.
- Ustawa z dnia 13 października 1998 r. o systemie ubezpieczeń społecznych*, Dz.U. 2013, poz. 1442 ze zm.
- Ustawa z dnia 20 grudnia 1990 roku o ubezpieczeniu społecznym rolników*, Dz. U. 2013, poz. 1403 ze zm., art. 79.
- Worach-Kardas H., 2015, *Starość w cyklu życia. Społeczne i zdrowotne oblicza późnej dorosłości*, „Śląsk” WN, Katowice.

Netografia

- Informacja o wynikach kontroli NIK z 18.11.2014 r.*, <https://www.nik.gov.pl/kontrola> [09.09.2016].
- Osiecki G., Godusławski B., *Jest zielone światło dla likwidacji OFE*, „Dziennik Gazeta Prawna” z 13.XI.2017, <http://biznes.gazetaprawna.pl/artykuly> [25.11.2017].
- Spisy powszechne w Polsce*, <http://www.stat.gov.pl/spisy> [4.12.2015].
- Stańczyk M., *Czekają nas głodowe emerytury. Nie ma wyjścia, trzeba oszczędzać*, <https://biznes.onet.pl/emerytury> z 3.003.2016, [05.10.2017].



Ewelina Konieczna

... a w sercu ciągle maj **serial *Grace i Frankie* jako afirmacja** **(po)godnej jesieni życia**

DOI 10.24917/24500232.142.3

Słowa kluczowe: pomyślna starość, pozytywne starzenie się, serial telewizyjny

Keywords: successful aging, positive aging, TV series

...THERE IS STILL SPRING IN MY HEART

GRACE AND FRANKIE TV SERIES AS AN AFFIRMATION OF BRIGHT AUTUMN
OF LIFE

Abstract:

The subject of this article is one of the Netflix's series – *Grace and Frankie* (2015–2017). The show is a voice against the lack of elder women in social and media space and against discrimination and exclusion in terms of culture and dignity of the elders. The purpose of the topic is to attract attention to the role of media, including popular TV series, in presenting ways and possibilities to experience aging well promoting and supporting successful and positive aging, and counteracting the negative stereotypes of old age. The show in question can constitute appealing form of media's social education which fits perfectly into the contemporary pro-elderly policy.

W ostatniej dekadzie powstało wiele filmów fabularnych i dokumentalnych, które coraz śmielej poruszają tematy związane ze starością i starzeniem się człowieka¹. Ważny element współczesnej kultury stanowią nie tylko filmy ale również popularne seriale telewizyjne i telenowele, które mają często edukacyjny i wychowawczy wymiar wpi-

1 Wybrane filmy o tej tematyce omówiłam w książce *Seniorzy i film. Aktywizacja i integracja społeczna osób starszych przez uczestnictwo w kulturze filmowej*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń 2016.

sujący się w obszar „ukrytej edukacji” (Jakubowski, 2006, s. 131). Seriale dostarczają przykładów i wzorów zachowań, służąc kreowaniu własnej tożsamości człowieka i zaspokajaniu potrzeby wspólnotowości. Cieszące się niesłabnącą popularnością seriale rodzinne pokazują odbiorcom ich własne wizerunki oraz umożliwiają identyfikację z określonymi wartościami. Stanowią przestrzeń identyfikacyjną widza – przestrzeń teleuczestnictwa, w której widz żyje życiem bohaterów, współuczestniczy w rozwiązywaniu ich problemów, doświadcza życzliwości, poczucia bezpieczeństwa i przyjemności z bycia częścią wirtualnej rodziny. Przedstawiona w serialach rodzina tworzy opowieść, która odsyła widzów do określonej wspólnoty wyobrażeń. Seriale zapewniają widzom zarówno indywidualne doświadczenia, jak i doświadczanie wartości podzielanych kulturowo, które są usytuowane w szerszym porządku społecznym. Motywy oglądania seriali rodzinnych mogą być różnorodne. Niektórzy widzowie czynią to z potrzeby emocjonalnego uczestnictwa i identyfikacji, inni zaś czerpią przyjemność z oglądania przyjaznego, pozbawionego przemocy świata lub satysfakcję z krytycznego i ironicznego ich odbioru (Kisiełewska 2009, s. 340–344). Powstają również seriale opowiadające o jesieni życia jak np. *Grace i Frankie* (*Grace and Frankie*) emitowany od 2015 roku w serwisie internetowym Netflix. *Grace i Frankie* – tytułowe bohaterki tego niezwykle popularnego na całym świecie amerykańskiego serialu wraz z aktorkami odtwarzającymi te role – Jane Fondą i Lili Tomlin stały się ikonami pozytywnego starzenia i walki z nieobecnością starych kobiet w przestrzeni społecznej i medialnej, jak również kampanii przeciw dyskryminacji i wykluczeniu kulturowemu oraz godnościowemu osób starszych. W siedemdziesięciokilkuletnie bohaterki serialu wcielają się aktorki o kilka lat starsze. Jane Fonda skończyła osiemdziesiąt lat, natomiast Lili Tomlin jest od niej dwa lata młodsza. Metrykalnego wieku nie potwierdzają ich ekranowe wizerunki. Obie kobiety mogą poszczycić się nie tylko nadzwyczajną urodą zatrzymaną w czasie dzięki medycynie estetycznej, ale także świetną kondycją fizyczną i niespożytą energią, tak w serialu jak i w realnym życiu. Przykład przywołanego serialu, ukazującego sposoby i możliwości doświadczania pogodnej i pomyślnej starości posłuży do refleksji nad rolą przekazów medialnych we wspieraniu pozytywnego starzenia się.

Pomyślna starość

Starość bywa utożsamiana z osłabieniem oraz utratą sił fizycznych i psychicznych, z chorobami czy zniedołężnieniem, ale takie jej postrzeganie nie odpowiada wielu starszym osobom. Indywidualne różnice pomiędzy ludźmi występują w każdym wieku, również wśród ludzi starych są zarówno osoby nieaktywne i schorowane, jak i aktywne społecznie, zawodowo, intelektualnie czy fizycznie. Sytuacja społeczna człowieka w okresie późnej dorosłości zależy od kosztów starzenia się, czyli strat ponoszonych w tym czasie (*aging losses*). Związane ze stratami zdarzenia krytyczne to przede wszystkim utrata zdrowia (i atrakcyjności fizycznej), strata bliskich osób,

statusu zawodowego, społecznego i ekonomicznego, utrata przydatności i prestiżu, zbliżająca się perspektywa śmierci. Krytyczne zdarzenia stanowią dla człowieka wyzwanie i są źródłem nowych, często niezwykle trudnych zadań; wymagają ustosunkowania się do nich oraz przystosowania (Straś-Romanowska 2000, s. 269). Istotną rolę w procesie adaptacji do starości odgrywa stan zdrowia oraz status ekonomiczny, jako czynniki determinujące reakcje na krytyczne wydarzenia starości. Badania wykazały, że zdrowe i żyjące w korzystnych warunkach materialnych osoby cechowała duża witalność, optymizm, poczucie humoru, twórcza postawa do życia oraz brak defektów w funkcjonowaniu umysłowym (Straś-Romanowska 2000, s. 267–268). Według koncepcji Paula B. Baltesa, procesy starzenia można interpretować w kategoriach zachwianej równowagi pomiędzy zyskami a stratami w biegu życia. Podstawową stratą jest „kurczenie się przestrzeni życiowej”, czyli wycofywanie się ludzi starszych z różnych form aktywności oraz pełnionych ról. Równocześnie w tym okresie życia następuje wzrost indywidualności, która umożliwia ignorowanie reguł i oczekiwań związanych z rolą, wiekiem i pozycją społeczną. Zjawisko kurczenia się przestrzeni życiowej jest kompensowane wysoką aktywnością starzejącego się człowieka (większą niż wskazywałyby na to jego możliwości), która jest reakcją na pojawiające się ograniczenia. Aktywność ta pozwala na podejmowanie nowych ról i zadań, co maksymalizuje zyski i zapobiega dalszym stratom. Badania empiryczne potwierdzają korzystne aspekty teorii aktywności, która opisuje procesy zdrowego starzenia się (Oleś 2012, s. 169–170).

Tradycyjna teoria aktywności, zakłada, że w czasie naturalnego procesu starzenia dotychczasowe zaangażowanie życiowe nie powinno być przerwane, a utrzymanie aktywności społecznej oraz podejmowane na emeryturze zajęcia zastępcze rekompensują utracone wraz z młodością wartości (Straś-Romanowska 2000, s. 268). W zależności od rodzaju indywidualnych potrzeb adaptacja człowieka do starości może przybierać różne formy. Potrzeby te między innymi mogą dotyczyć osobistego rozwoju, poczucia własnej wartości, przynależności, realizowania planów życiowych, dostosowywania się do zmieniających warunków otoczenia, oczekiwań społecznych. Formy aktywności uzależnione są przede wszystkim od indywidualnych preferencji i umiejętności, stanu zdrowia, oczekiwań i propozycji środowiska osoby starszej (Steuden 2012, s. 83). Według psychologicznych teorii konstruktywnej starości (teoria starości z wyboru, teoria stylu życia, teoria kompensacyjna, teoria przepływu) życie jest zadaniem, polegającym na ciągłym poszukiwaniu wiedzy i zdobywaniu nowych umiejętności. Teoria aktywności stanowi zespół hipotez, zakładających, że dobre samopoczucie osób starszych zależy od utrzymania aktywności fizycznej, intelektualnej oraz od zaangażowania w życie społeczne. Koncepcja ta, której orędownikami byli m.in. Robert James Havighurst, Ruth Shole Cavan, Ernest, Watson Burgess, Herbert Goldhamer, ujmuje proces starzenia się jako gromadzenie się napięć dotyczących obrazu siebie, powstających pod wpływem zmian w pełnieniu ról społecznych i zakłada jak największą, zależną od stanu zdrowia i wieku aktywność do najpóźniejszych lat (Zych 2013, s. 46). Z drugiej

strony krytycy idei „aktywnego starzenia się” wskazują na jednostronne propagowanie takiej koncepcji starości, która nie obejmuje ludzi starszych o ograniczonym potencjale. Aktywna wizja starości nie odpowiada wyzwaniom polityki społecznej, obejmującej różne zjawiska starzenia się jak np. wycofanie społecznie. „Od osób wycofanych społecznie nie można oczekiwać, że będą one realizować postulowaną przez świat polityki wizję aktywnego seniora. Trzeba raczej stworzyć możliwość kontaktu ze starszym człowiekiem, tak aby mimo jego wycofania docierały do niego niezbędne informacje” (Schönbrodt, Veil 2015, s. 74).

Idea pomyślnego starzenia się (*successful aging*) zanim została spopularyzowana przez amerykańskich psychologów i gerontologów (Johna Wallis’a Rowe’a, Roberta L. Kahn’a) pojawiła się w literaturze w latach 50. XX wieku, a u jej podstaw leży teoria aktywności. Pomyślnie starzejącymi się nazwa się ludzi żyjących dłużej niż inni, czyli cechujących się długowiecznością oraz odczuwających życiową satysfakcję w podeszłym wieku (Hill 2010, s. 38). Zgodnie z koncepcją Carol D. Ryff, wysuniętą w latach 80. XX wieku, pomyślne starzenie się stanowi „wyidealizowaną formę ludzkiego funkcjonowania, którego efektem jest optymalny rozwój człowieka w ciągu całego życia” (Ryff 1982, s. 209–214). Zdaniem Rowe’a i Kahn’a pomyślne starzenie się charakteryzuje osoby, które cieszą się dobrym zdrowiem i nawet w siódmej i ósmej dekadzie życia nie doświadczają albo doświadczają niewielkiego pogorszenia stanu zdrowia spowodowanego wiekiem. Osoby starzejące się pomyślnie dzięki wrodzonej konstrukcji psychicznej, osobistym wyborom życiowym i prozdrowotnym zachowaniom zminimalizowały pogarszanie się stanu swojego zdrowia. Podstawowe czynniki procesu pomyślnego starzenia to: małe ryzyko choroby lub wynikającej z niej niepełnosprawności, wysoki poziom funkcji mentalnych i fizycznych oraz aktywność życiowa. Pomyślne starzenie się jest zatem procesem „posuwania się w latach w warunkach odporności na działanie niekorzystnych sił związanych z procesem starzenia się” (Hill 2010, s. 40). Pojęcie pomyślnego starzenia się zainicjowało koncepcję takiego właśnie dobrego (pozytywnego) starzenia się (*positive aging*). Według koncepcji Roberta D. Hilla, wykorzystującego założenia psychologii pozytywnej Martina E. P. Seligmana, pozytywne starzenie wymaga od człowieka wykorzystania przez niego dostępnych mu zasobów, które pomogą w zoptymalizowaniu tego doświadczenia. Aby starzeć się w pozytywny sposób należy zatem wykorzystać wrodzone predyspozycje psychiczne, które zależą od siły woli lub stanu umysłu, warunki środowiskowe (m.in. dostęp do usług medycznych i opiekuńczych, warunki mieszkaniowe, praca oraz inne zajęcia) oraz cechy indywidualne takie jak osobowość, postawy, przekonania (Hill 2010, s. 42). Koncepcja pozytywnego starzenia się Roberta D. Hilla nie ignoruje realiów starości, ale skupia się na idei podejmowania pewnych działań, które zwiększają dobrostan nawet w realiach pogarszania stanu zdrowia lub utraty bliskich. Według Hilla istnieje siedem strategii, które wymagają zastosowania wcześniej wyróżnionych działań. Do strategii pozytywnego starzenia się autor zalicza: odnajdywanie sensu starszego wieku, uczenie się niezależnie od wieku, wykorzystywanie przeszłości w celu kształtowania mądrości,

pielęgnowanie długotrwałych relacji międzyludzkich, wspieranie osobistego rozwoju poprzez dawanie oraz otrzymywanie pomocy, wybaczenie sobie i innym, posiadanie wdzięcznego stosunku do życia (Hill 2008, s. 23).

Proces przystosowania do starości zaczyna się wraz z pojawianiem się deficytów, strat oraz obniżaniem się sprawności psychofizycznej. Dobrze przystosowany człowiek starszy jest zadowolony życia i szczęśliwy, ma zaufanie do innych oraz radzi sobie z typowymi dla tego okresu życia zadaniami (Steuden 2012, s. 71). Pozytywne starzenie zależy od zdolności zaadaptowania się do starości czyli przede wszystkim od umiejętności radzenia sobie z codziennymi problemami oraz dbania o jakość życia pomimo doświadczania utraty ważnych do tej pory wartości. Jednakże sposób adaptacji do nowej sytuacji życiowej po zakończeniu aktywności zawodowej zależy od typu osobowości. Jak wynika z teorii wycofania się (*disengagement theory*), to nie aktywność a wyłączenie się z życia społecznego stanowi naturalną potrzebę rozwojową człowieka starszego. Starszym ludziom do dalszego rozwoju osobowości i osiągnięcia równowagi psychicznej potrzebne są, bowiem bierność i wycofanie się, które sprzyjają analizie wspomnień, reinterpretacji przeżyć i doświadczeń oraz ponownemu odkrywaniu ich znaczeń. Ale jak pokazują badania starsze osoby z jednej strony akceptują ograniczenie swej aktywności, a z drugiej żałują utraty poczucia własnej wartości spowodowanej wycofaniem się z aktywnego życia. Mechanizm adaptacji do starości, poza teorią aktywności i teorią wycofania się, wyjaśnia jeszcze jedna teoria – teoria stresu starości (*age-stress theory*). Krytyczne zdarzenia, jakie występują w życiu starzejącego się człowieka (utrata sprawności czy dotychczasowego statusu społecznego) są przyczyną stresu. Stres powoduje zatrzymanie cyklu rozwojowego, a najważniejsze stają się takie czynniki, które miały znaczenie we wczesnym dzieciństwie jak na przykład poczucie bezpieczeństwa i potrzeba ogólnej stymulacji. Prowadzi to do przemienności reagowania; człowiek starszy uczy się nowych zachowań, ale szybko powraca do starych schematów (Straś-Romanowska 2000, s. 268–270). W opinii psychologów adaptacja do starości jest ważnym zadaniem rozwojowym, lecz nie jest nadrzędnym celem rozwoju człowieka. Aby przystosowanie do starości było procesem efektywnym powinno być związane z mądrością pragmatyczną, będącą cechą rozumu, zaś dalszy rozwój podmiotowy łączy się z mądrością transcendentną, która jest cechą osobowości człowieka (Straś-Romanowska 2000, s. 228). Podstawą efektywnej adaptacji do starości, jak wynika z przytoczonych badań i teorii psychologicznych, jest także podtrzymywanie tych funkcji, które najwolniej ulegają pogorszeniu, podejmowanie działań kompensacyjnych jak również optymizm.

Problem społecznych aspektów starzenia się i starości coraz częściej jest rozpatrywany z perspektywy dyskryminacji i wykluczenia społecznego osób starszych i przeciwdziałania temu wykluczeniu, poprzez różne programy, również samopomocowe i działania społeczno- kulturalne, których celem jest poprawa jakości życia i wzrost aktywności osób starszych (Orzechowska 2008, s. 149–155). *Ageizm* stanowi dzisiaj jedno z obowiązkowych pojęć obok seksizmu, rasizmu czy mobbingu (Malec-Ra-

wiński 2013, s. 174). Dyskryminacja osób starszych wyłącznie ze względu na wiek jest bolesnym problemem, który wymaga refleksji i być może działań edukacyjnych. „Dyskryminacja osób w podeszłym wieku różni się od innych postaw tym, że wszyscy jesteśmy jej potencjalnymi ofiarami. Dyskryminujący i dyskryminowani nie zostali rozdzieleni na dwa wrogie obozy; różni ich tylko upływający czas.[...] Dyskryminujący propagują poglądy, które z czasem obrócą się przeciwko nim” (Kirkwood 2005, s. 34). Poza dyskryminacją ważnym problemem dotyczącym ludzi starszych jest ich cywilizacyjne, psychospołeczne, kulturowe i godnościowe wykluczanie. Wykluczenie cywilizacyjne obejmuje wykluczenie cyfrowe, językowe, techniczno-sprawnościowe, infrastrukturalne i wynika z utraty (z własnej winy lub z powodów zewnętrznych) możliwości korzystania ze zdobyczy cywilizacyjnych. Powodem jest najczęściej brak umiejętności korzystania z technologii cyfrowych, brak dostępu do urządzeń i obiektów. Rozwój technologii i postępująca komputeryzacja wielu obszarów życia staje się dla wielu seniorów trudną do pokonania barierą, którą pogłębia obniżona sprawność intelektualna i fizyczna, utrudniająca uczenie się i wykorzystywanie nowych kompetencji. Zagrożeniem dla osób starszych jest również wykluczenie psychospołeczne, objawiające się brakiem możliwości prowadzenia aktywności społecznej i obywatelskiej oraz pozbawieniem możliwości uczestniczenia w procesach decyzyjnych w obrębie własnej grupy i szerszej społeczności (Olbrycht 2014, s. 14). Wykluczenie kulturowe natomiast spowodowane jest dominacją kultury rynkowej i konsumpcyjnej, do której seniorzy, zarówno jako konsumenci jak i producenci, ze względu na czynniki ekonomiczne i zdrowotne mają ograniczony dostęp. Najpoważniejszym jednak zagrożeniem jest wykluczenie godnościowe, które polega na „pozbawieniu człowieka poczucia godności, a co za tym idzie poczucia podmiotowego funkcjonowania i egzystencjalnego sensu bycia podmiotem, wartością dla siebie i innych” (Olbrycht 2014, s. 15).

Serial *Grace i Frankie* jako przykład pozytywnego starzenia się

Odpowiednia edukacja oraz aktywny udział w kulturze mogą wspierać proces pozytywnego starzenia się, jak również zapobiegać wykluczeniu psychospołecznemu, cywilizacyjnemu i godnościowemu osób starszych. Dzisiaj kultura coraz częściej zawłaszczona jest przez kulturę popularną, która stała się „rajem nowych ziemskich możliwości” (Morin 2000, s. 493). Związana z przemysłem rozrywkowym kultura jest dla wielu ludzi podstawowym źródłem doświadczenia i znaczeń, to „kultura popularna przejęła rolę pedagogii konstruującej granice sensu ludzkiego życia” (Melosik, Szkudlarek 2010, s. 116). Zdaniem teoretyków związek edukacji i kultury popularnej systematycznie narasta, co wymaga namysłu nad relacjami pomiędzy jednostką a jej kulturą. Do programów edukacji obok tekstów kultury „wysokiej”, „elitarnej” włączane są coraz częściej teksty kultury popularnej. Tego typu działania edukacyjne umożliwiają szerokie spojrzenie na kulturę popularną jako swoistą mozaikę treści i form, z której odbiorcy wybierają te im odpowiadające (Melosik, Szkudlarek 2010, s. 121–

122). Kultura popularna najczęściej jest identyfikowana z przekazem medialnym ale „jej obszar staje się jednym z podstawowych środowisk socjalizacyjnych człowieka w świecie” (Pankowska 2010, s. 21).

Współczesną przestrzeń medialną w dużej mierze wypełniają seriale o zróżnicowanej tematyce. Twórcy telewizyjnych i sieciowych seriali szybciej reagują na zmiany polityczne, społeczno-kulturowe i obyczajowe, wprowadzając do scenariuszy aktualne refleksje nad przeobrażeniami współczesnego świata. Seriale stały się ważnymi tekstami kultury reżyserowanymi i/lub produkowanymi przez uznanych reżyserów i reżyserki, takich jak David Fincher, Martin Scorsese, Steven Spielberg, Jane Campion czy Agnieszka Holland. Również aktorzy i aktorki – tak jak ma to miejsce w serialu komediowym o Frankie i Grace – są odpowiedzialni za produkcję oraz reżyserię wybranych odcinków. Odtwórczynie głównych ról (Lili Tomlin i Jane Fonda) są, bowiem także producentkami serialu.

Opowieść o *Grace i Frankie*, (licząc trzydzieści dziewięć półgodzinnnych odcinków – trzy sezony po trzynastu epizodów), emitowaną w latach 2015–2017 w internetowym serwisie Netflix, polubili widzowie na całym świecie. Scenarzystka Marta Kauffman, ma już za sobą medialny sukces jako autorka scenariusza serialu *Przyjaciele* (*Friends*, 1994–2004). *Grace i Frankie* to także opowieść o przyjaźni i miłości, doprawiona elementami „ukrytej pedagogii” (Melosik, Szkudlarek, s. 122). Można założyć, że punktem wyjścia narracji o losach dwóch par starszych osób jest tradycyjna teoria aktywności, głosząca konieczność utrzymania aktywności społecznej oraz podejmowanie zajęć zastępczych, które rekompensują utracone wartości. Serialowe postaci, mimo znalezienia się na życiowym zakręcie, jakim stał się rozpad wieloletnich małżeństw, nie tracą radości życia, szukają nowych doświadczeń i wyzwań. Historia czterech starszych osób zaczyna się od „wyjścia z szafy” pary siedemdziesięcioletnich mężczyzn i poinformowania żon o ponad dwudziestoletniej, ukrywanej przed nimi homoseksualnej miłości. Sytuacja ta tylko pozornie wydaje się mało prawdopodobna, istnieje jednak wiele par mających podobne doświadczenia. Osoby, które przed laty nie miały odwagi ujawnić swej orientacji i zdecydowały się życie w związkach heteroseksualnych, korzystają teraz ze zmian obyczajowych, które umożliwiają im *coming out* i ujawnienie swej tożsamości seksualnej. Rozpoczęcie nowego życia nie jest łatwe, także dla ekranowych bohaterów. Szok, niedowierzanie, wściekłość to pierwsza reakcja zdradzanych i oszukiwanych przez lata kobiet. Następuje bolesne rozstanie z dotychczasowymi życiowymi partnerami, ale i początek solidarnej przyjaźni, zmuszonych do wspólnego zamieszkania (w domu na plaży) dwóch wcześniej nieprzepadających za sobą starszych pań. Potem szybki rozwód (niewierni mężowie to prawnicy specjalizujący się w rozwodach) i początek nowego życia. Zawsze elegancka, zadbana i powściągliwa Grace (Jane Fonda) jest byłą właścicielką firmy kosmetycznej, katoliczką i matką dwóch córek. Ekspresyjna Frankie (Lili Tomlin) to artystka oraz emerytowana nauczycielka sztuki, hippiska, ekolożka, Żydówka i buddystka, matka dwóch adoptowanych synów, w tym jednego z Ugandy. Obie kobiety więcej dzieli niż łączy, więc początkowo ledwie się tolerują, mieszkając

w domu przed laty kupionym wspólnie przez mężów-gejów, jednak po jakimś czasie rozumieją, że są zdane na siebie i tworzą siostrzański duet. Zamiast dalej rozpaczać nad rozpadem czterdziestoletnich związków biorą się w garść i rozpoczynają „krucjatę” przeciw niewidzialności starszych kobiet w przestrzeni społecznej. Są przekonane, że mają, mimo swego wieku, prawo do miłości, również erotycznej, więc nie tylko wchodzi w związki z nowymi partnerami, ale dbają o swój oraz innych kobiet w podobnym wieku, komfort w życiu seksualnym, próbując wprowadzić na rynek lubrykant dla kobiet po menopauzie. Przedsięwzięcie to, ze względu na nieekologiczne, zdaniem Frankie – twórczyni oryginalnej receptury – podejście potencjalnych współników z firmy kosmetycznej niestety nie powiodło się. Ale przedsiębiorcza Grace, pragnąca założyć nową firmę nie poddaje się i wymyśla Vibrant – specjalny wibrator o miękkim, żelowym uchwycie zaprojektowany specjalnie dla starszych kobiet z artretyzmem, który staje się hitem internetowej sprzedaży. Zmagania z prawem do życia intymnego stają się tutaj rodzajem walki o godną i pomyślną starość, która zwykle nie kojarzy się z tą sferą życia. Otwarte mówienie o potrzebach erotycznych czy homoerotycznych starszych osób nie jest powszechną praktyką i należy raczej do tematów tabu. Natomiast w tym serialu ex-mężowie Grace i Frankie – Robert (Martin Sheen) i Sam (Sam Waterson) po latach ukrywania swej miłości tworzą nowy, oparty na wzajemnym szacunku i czułości szczęśliwy związek.

Mimo początkowego gniewu i żalu za utraconymi bezpowrotnie małżeństwami cała czwórka aktywnie uczestniczy w życiu rodzinnym i społecznym, nieustannie się wspiera, zarówno w rozmaitych zdarzeniach i doświadczeniach życiowych, jak i w chorobie, bo tak jak inni starsi ludzie, oni również chorują, mają swoje lepsze i gorsze dni. Przebyte choroby zmuszają ich do zmiany przyzwyczajeń i codziennych nawyków, do dbałości o dietę i zdrowy tryb życia. W sytuacjach zagrożenia zdrowia i życia wszyscy bliscy – obecni i byli partnerzy, dzieci własne i cudze – współpracując ze sobą angażują się w opiekę i troskę o chorych. Ten wątek filmowej narracji ma wyraźny charakter edukacyjny w duchu „ukrytej pedagogii”, bo zwraca uwagę na znaczenie zdrowego trybu życia oraz rolę wzajemnej i międzypokoleniowej pomocy. Serial ten jest nie tylko afirmacją pomyślnego i pozytywnego starzenia się, ale także pochwałą rodziny, która mimo rozmaitych problemów ciągle trzyma się razem. Wszyscy starsi bohaterowie starają się przeżywać pogodnie swą starość, realizując swoje pasje zawodowe i artystyczne, dbając równocześnie o szczęśliwe życie osobiste. Udać im się to dzięki umiejętności doświadczenia pozytywnych stanów emocjonalnych, optymistycznej interpretacji dokonań życiowych, korzystnej ocenie wydarzeń oraz pomyślnej realizacji celów osobistych i zadań rozwojowych (Oleś 2012, s. 246). W ujęciu psychologicznym efektywną adaptację do starości warunkuje poczucie sensu i celu życia oraz własnej godności, poczucie własnej wartości i akceptacja siebie, umiejętność pozytywnego przewartościowywania trudnych sytuacji, otwartość na nowe doświadczenia, zdolność radzenia sobie z problemami, troska o stan zdrowia wraz z podejmowaniem działań prozdrowotnych, akceptacja doświadczenia utraty ważnych wartości, podejmowanie

działań o charakterze kompensacyjnym, pozytywna postawa wobec starości i innych ludzi, dopasowanie sposobu życia do swoich możliwości poznawczych, motorycznych, emocjonalnych i zdrowotnych oraz aktywny udział w życiu społecznym i rodzinnym (Steuden, 2012, s. 215). Omawiany serial ilustruje wszystkie wymienione czynniki warunkujące adaptację do pomyślnego starości, a jego bohaterowie wyposażeni zostali w cechy umożliwiające pozytywne starzenie się. Na nowo odnaleźli sens i cel życia, poradzili sobie z trudnymi sytuacjami, stali się otwarci na nowe doświadczenia, ponownie podjęli zadania zawodowe i artystyczne, zaangażowali się w działania, przeciwdziałające dyskryminacji i wykluczeniu ze względu na wiek i orientację seksualną.

Zakończenie

Serial *Grace i Frankie* prezentuje wyidealizowany obraz starości i starzenia się, ale jest to wizerunek niezwykle ważny kulturowo i społecznie, przede wszystkim, dlatego, że opowiada o starości, tworząc audiowizualną egzemplifikację psychologicznych koncepcji pomyślnego i pozytywnego starzenia się. Można zarzucać realizatorom użycie przeestetyzowanej formy oraz popularyzowanie poprawionych chirurgicznie i odmłodzonych twarzy aktorek i aktorów, ale już ich wigor i sprawność fizyczna oraz prywatne zaangażowanie w politykę senioralną jest autentyczne. Serial zrealizowany w konwencji komedii obyczajowej porusza poważne problemy, które okraszone są inteligentnymi żartami, co wcale nie umniejsza ich wagi, ale pomaga zdystansować się do trudnych życiowych doświadczeń i szukać pozytywnych rozwiązań. Popularność serialu oglądanego również przez ludzi młodych dowodzi, że istnieje potrzeba podejmowania i ukazywania w przekazach medialnych problematyki dotyczącej starości i starzenia się. Opowiadanie o starości w lekkiej, komediowej formie potrzebne jest nie tylko, tym, którzy czują przed nią obawę i lęk. Jak wynika z badań seniorzy bardzo chętnie oglądają właśnie komedie i filmy poprawiające nastrój (*good felling movies*) [Konieczna, 2016, s. 159], a serial *Grace i Frankie* na pewno poprawi humor niejednemu widzowi, niezależnie od jego wieku. Ponadto pełni niepodważalną funkcję edukacyjną, ukazując starość jako etap życia wymagający przystosowania się do nowej sytuacji życiowej i godzenia się z doświadczaniem straty. Tak prowadzona narracja może być również formą edukacji społecznej przez media, wpisującej się w politykę prosenioralną; edukacji, której cel stanowi przeciwdziałanie negatywnym stereotypom starości, zapobieganie wykluczeniu psychospołecznemu i cywilizacyjnemu seniorów, sprzyjanie integracji pokoleń oraz wspieranie działań promujących przygotowanie się do starości (Szarota, 2014, s. 17–19).

Bibliografia

- Hill R.D., 2010, *Pozytywne starzenie się. Młodzi duchem w jesieni życia*, tłum. M. Lipa, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa.
- Hill R.D., 2008, *Seven Strategies for positive aging*, W.W. Norton & Company, New York.

- Jakubowski W., 2006, *Edukacja w świecie kultury popularnej*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.
- Kirkwood T., 2005, *Czas naszego życia. Co wiemy o starzeniu się człowieka*, Wydawnictwo Charaktery, Kielce.
- Kisielewska A., 2009, *Polskie tele-sagi – mitologie codzienności*, Wydawnictwo Rabid, Kraków.
- Konieczna E., 2016, *Seniorzy i film. Aktywizacja i integracja społeczna osób starszych przez uczestnictwo w kulturze filmowej*, Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń.
- Malec-Rawiński M., 2013, *Znaczenie krytycznej gerontologii edukacyjnej dla badań i praktyki*, „Rocznik Andragogiczny”, t. 20.
- Melosik Z., Szkudlarek T., 2000, *Kultura, tożsamość, edukacja*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Warszawa.
- Morin E., 2000, *Kultura czasu wolnego* [w:] *Antropologia kultury*, A. Mencwel (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa.
- Olbrycht K., 2014, *Senior – strażnik i przewodnik w świecie wartości*, [w:] *Człowiek w przestrzeni lokalnej-dobre praktyki wspierania rozwoju, aktywizacji i integracji społecznej osób starszych*, A. Szczurek-Boruta, B. Chojnacka-Synaszko (red.), Wydawnictwo Adam Marszałek, Toruń.
- Oleś P.K., 2012, *Psychologia człowieka dorosłego*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Orzechowska G., 2008, *Společne aspekty starości i starzenia się człowieka*, [w:] *Pedagogika społeczna i jej współczesne konteksty*, G. Orzechowska (red.), Wydawnictwo Edukacyjne Akapit, Toruń.
- Pankowska K., 2010, *Wstęp. Wychowanie estetyczne dziś – nowa rzeczywistość, nowe zadania* [w:] *Sztuka i wychowanie. Współczesne problemy edukacji estetycznej*, K. Pankowska (red.), Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa.
- Ryff C.D., 1982, *Successful aging: A development approach*, „Gerontologist”, nr 22.
- Studen S., 2012, *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Straś-Romanowska M., 2000, *Późna dorosłość. Wiek starzenia się*, [w:] *Psychologia rozwoju człowieka*, t. 2, B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Zych A.A., 2013, *Przekraczając „smugę cienia”. Szkice z gerontologii i tanatologii*, Wydawnictwo Naukowe „Śląsk”, Katowice.

Netografia

- Schönbrodt B., Veil K., 2015, *Zjawisko wycofania społecznego w kontekście „aktywnego starzenia się”. Potrzeba działania i przykłady dobrych praktyk w Niemczech*, tłum. L. Król, <http://recesja.icm.edu.pl/ips/problemyps/pps18/PPS18-Schonbrodt.pdf> [24.02.2015].



Sabina Zalewska

Samotność i osamotnienie w doświadczeniach i narracjach małżeństw z dużym stażem pożycia małżeńskiego

DOI 10.24917/24500232.142.4

Słowa kluczowe: starość, małżeństwo, rodzina, relacje, samotność, osamotnienie,

Keywords: senility, marriage, family, relationships, loneliness, solitude

LONELINESS AND ISOLATION IN EXPERIENCES AND NARRATIVES
OF COUPLES WITH CONSIDERABLE MARRIAGE EXPERIENCE

Abstract:

Most researchers and authors dealing with loneliness and solitude clearly distinguish these two concepts. In their reflections they most often point to the existence of two distinct states, ie objective – physical, or loneliness, as opposed to the subjective – psychic, which is loneliness (sometimes called mental loneliness). Despite the recognition of this distinction, there is still no consensus on the content behind the two terms. It is worth mentioning that many writers on loneliness related to old age do not define it at all (Abrams, Blau, Sheldon, Karn).

According to I. Yoloma, loneliness results from a lack of communication with another person. This is especially noticeable in the elderly, who have been eliminated from everyday life due to family, health or social situations. Solitude is the most common result of the lack of social relationships, including relationships with the family. It causes emotional disorders, reduces or limits the ability to accept and to work effectively.

The narratives of the subjects clearly distinguish these two states: loneliness and solitude. They can also point to the specific experiences of their lives which confirm the different nature of these two states. Purpose of the study was to describe the unique phenomenon of solitude in a relationship. Also show many aspects of loneliness, resulting from the experience of the subjects.

Wprowadzenie

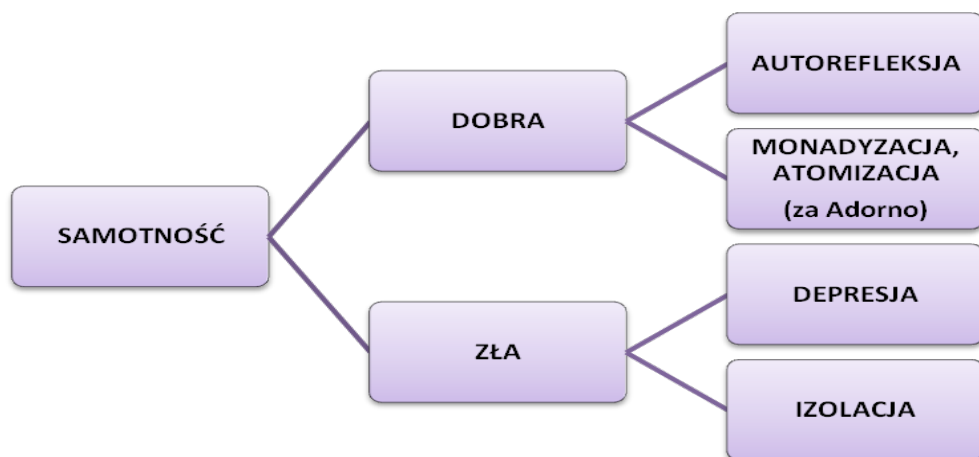
Problem samotności obecny jest w wielu dyscyplinach, choć nie zawsze jest w nich wyraźnie artykułowany, ukrywa się często pod innymi terminami i problemami. W naukach społecznych samotność pojęta jako izolacja, brak kontaktów emocjonalnych, społecznych z innymi, jest traktowana jako szansa i możliwość prawidłowego rozwoju psychicznego człowieka, ale też zagrożenie. Właściwie każdy okres życia ludzkiego wymaga pewnego rytmu kontaktów i samotności (Buber 1993, s. 19).

Małżeństwo jest jednym z ważniejszych zadań rozwojowych przypisanych kulturowo wczesnej dorosłości. Warunkiem jego podjęcia jest efektywne poradzenie sobie z wcześniejszymi zadaniami rozwojowymi, a w szczególności wypracowanie własnej tożsamości w powiązaniu z uzyskaniem niezależności od rodziców i innych dorosłych. Podjęcie ról małżeńskich przez młodych dorosłych jest w znacznej mierze wymogiem społecznym wobec osoby uznanej za dorosłą. Co więcej, ich podjęcie stanowi często wyznacznik rozpoczęcia dorosłego życia. Zawarcie małżeństwa jest istotnym wydarzeniem w życiu człowieka, które pociąga za sobą konieczność podjęcia innych zadań związanych z tą sferą życia (Liberska, Matuszewska 2001, s. 13).

Samotność i osamotnienie w małżeństwie

Posługując się metajęzykiem i spoglądając na naturę ludzką oraz szukając nadrzędnej dla człowieka przyczyny, czyli jego dobra, odniosę się do koncepcji zaproponowanej przez Elżbietę Dubas. Poza wymiarem naturalnym, samotności przypisywany jest także wymiar ostateczny i transcendentálny. Samotność odnoszona jest do wartości ponadkulturowych i nadprzyrodzonych. Dubas pisze o samotności jako o zjawisku emocjonalnym, charakteryzującym się dwoistością, sytuacja samotności wzbudza bowiem w człowieku emocje. Najczęściej są to emocje negatywne – mówimy wówczas o samotności „złej”, zwanej osamotnieniem. Osamotnienie wiąże się z bólem, cierpieniem, dyskomfortem uczuciowym, ogranicza ono rozwój jednostki, zaburza jej normalne funkcjonowanie. Samotność wzbudza jednak też odczucia pozytywne. „Dobra” samotność oznacza pozytywny wymiar przeżywania sytuacji samotności. Łączy się ona z afirmacją samotności, radością życia samotnego, przynosi jednostce oczekiwane korzyści rozwojowe. Rozróżnienie to jest niezwykle istotne dla refleksji nad samotnością i osamotnieniem¹. Graficznie przedstawia to rysunek.

1 Rozróżnienie to stosują także w swoich pracach: K. Osińska, 2002, *Doświadczenie samotności*, [w:] *Samotność chciana i niechciana*, A. Matusiak (red.), Wydawnictwo Espe, Kraków; E. Sujak, 1998, *Rozważania o ludzkim rozwoju*, Wydawnictwo Znak, Kraków; P. Tillich, 1991, *Samotność i osamotnienie*, „Znak”, nr 4, s. 4; W. Kruczyński, 2005, *Wirus samotności*, Wydawnictwo Prószyński Media, Warszawa.



Rys 1. Samotność dobra i zła (Zalewska 2015, s. 40)

Dla potrzeb artykułu warto uściślić rozumienie samotności dobrej i złej, także wprowadzić odrębność rozumienia samotności i osamotnienia. Tym bardziej, że dla podejmowanych rozważań są to zagadnienia niezwykle istotne i wymagające szczegółowego dookreślenia.

Analizując wymiary osamotnienia w małżeństwie należy, jak pisze Anna Kotlarska-Michalska, zaznaczyć, że małżeństwo niejako z definicji winno wykluczać istnienie poczucia samotności i osamotnienia u małżonków z tej prostej przyczyny, że bardzo często motywacja uczuciowa ludzi wstępujących w związki małżeńskie połączona jest z chęcią bycia z kimś blisko, z chęcią zagwarantowania sobie oparcia psychicznego w drugiej osobie. Badając motywy zawarcia małżeństwa, można odnotować, obok motywacji uczuciowej i instytucjonalnej również często motywację w formie asekuracji przed osamotnieniem (Kotlarska-Michalska 2001 s. 160).

Badania Jonathan *James* Sherwooda i Joseph Jonathan Scherera wykazały, że wzajemna komunikacja, polegająca na jasnym komunikowaniu swoich oczekiwań, otwartym ujawnianiu swoich potrzeb, prowadzeniu rozmów na temat przyczyn rozbieżności między oczekiwaniami wobec małżonka a ich realizacją, może uchronić małżonków przed poczuciem osamotnienia i konfliktem (Cieślak 1988, s. 17-20) (Cieślak 1988, s. 17-20). Mężczyźni odczuwający samotność i osamotnienie w związku małżeńskim oczekują od swoich żon głównie: zaufania (33,3%), pomocy w trudnych sytuacjach (25%), okazywania uczuć (16,7%), zrozumienia (16,7%) i miłości (8,3%). Kobiety odczuwające samotność i osamotnienie oczekują od swoich partnerów: zrozumienia (42%), miłości (23,0%), wierności (15,4%), pomocy w trudnych sytuacjach (7,7%) (Kotlarska-Michalska 2001 s. 164).

Ważnymi czynnikami wpływającymi na poczucie samotności i osamotnienia w związku są czynniki więziotwórcze. Do nich możemy zaliczyć akceptację wzajemną małżonków. Polega ona na przyjmowaniu partnera takim, jakim on jest, jego typu psychofizycznego. Akceptacja ułatwia proces przystosowania się do ról małżeńskich, ułatwia proces komunikacji i współpracę małżonków w wielu dziedzinach. Z badań Martyny Badyny wynika, że żonaci mężczyźni odczuwający samotność i osamotnienie znacznie częściej wyrażają niezadowolenie z cech partnerki (58,3%) niż mężczyźni nieodczuwający samotności i osamotnienia (18,4%). Wśród kobiet uskarżających się na poczucie samotności i osamotnienia wskaźnik braku akceptacji męża jest równie wysoki (57,7%), dwukrotnie wyższy niż w grupie kobiet tak nieodczuwających (29,2%) (Bandyna 1996, s. 56).

Dynamiczny i biograficzny wymiar życia ludzkiego i małżeńskiego. Teoretyczne i metodologiczne ramy badań

Indywidualność człowieka zapisuje się w jego całościowej biografii, a biografia jednostkowa odzwierciedla niepowtarzalność i oryginalność każdego człowieka. Biografia tworzy się w warunkach zewnętrznych. Jest ona trudna do rozeznania często dla samego nosiciela biografii, jak i dla osób z zewnątrz. Biografia należy do najbardziej ludzkich właściwości opisujących człowieka – gdzie człowiek jawi się, jako istota biograficzna. Biografia zawiera pamięć doświadczeń, odnoszących się do wydarzeń w życiu jednostki, które zostały przez nią przeżyte i zapamiętane, najczęściej jako ważne i znaczące. Aktualnie zaś są pamiętane, przypominane lub mogą być przypomniane. Doświadczenia także formowały tożsamość jednostki na przestrzeni biegu jej życia (Zalewska 2015, s. 63).

Teoria rozwoju małżeństwa i rodziny wiąże się z rozwojem w ciągu całego życia. Rozwój małżeństwa i rodziny można ująć, jako serię stadiów, które obejmują pełen asortyment zdarzeń i wyzwań, pojawiających się w ciągu życia u wszystkich jej członków. Stadia te są wyznaczane zwykle poprzez zmiany w liczbie członków (w skutek urodzin, śmierci lub opuszczania domu rodzinnego), etapy rozwoju dzieci lub poprzez powiązanie rodziny z innymi systemami społecznymi, na przykład przejście jakiegoś członka rodziny na emeryturę. Dzięki temu można sporządzić możliwą do przewidzenia chronologię stadiów życia rodziny (Turner, Helms 1999, s. 70).

Maria Ziemska w 1975 roku wyodrębniła i opisała sześć faz cyklu rozwoju małżeństwa i rodziny ze względu na występowanie nowych ról oraz nowych zadań w jej życiu. Przechodzenie z fazy do fazy, zdaniem Ziemskiej, wymaga w początkowym okresie adaptacji do nowych ról i zadań; w przypadku trudności mogą pojawić się kryzysy, które zostały nazwane rozwojowymi, gdyż można je przewidzieć w odróżnieniu od kryzysów losowych pojawiających się nieoczekiwanie, jak poważna czy przewlekła choroba, śmierć w rodzinie, okres bezrobocia któregoś z rodziców. W tej koncepcji przeobrażenia poszczególnych członków rodziny, zaznaczające się w biografii rodzi-

ców i dzieci wiążą się z rozwojem małżeństwa jako pary i rodziny jako małej grupy (Ziemska 1999, s. 46).

Faza małżeństwa pierwotnego – pojawiają się w niej role męża i żony oraz dokonuje się budowanie postaw życia rodzinnego;

Faza okresu przedszkolnego – po urodzeniu się pierwszego dziecka rodzice podejmują role matki i ojca, spełniają zadania opiekuńcze, uwzględniając rozwój dziecka;

Faza z dzieckiem w wieku szkolnym (7–13 lat) – z chwilą pójścia dziecka do szkoły rodzice dbają o nie, stwarzając warunki do uczenia się i zachęcając do postępów szkolnych. Jest to pierwszy etap, który rodzice odczuwają jako wchodzenie dziecka w środowisko szkolne i rówieśnicze, a więc zostaje zapoczątkowany proces powolnego oddalania się od rodziny;

Faza rodzicielska z dzieckiem dorastającym – kiedy młoda dziewczyna czy chłopiec stają się bardziej samodzielni, a rodzice muszą jeszcze wiele uwagi i czasu poświęcać ich problemom, także szkolnym, dużo rozmawiać i darząc zaufaniem, uczyć odpowiedzialności;

Faza wtórna małżeństwa – kiedy dzieci odchodzą z domu, a rodzice wchodzą w role teścia i teściowej, a następnie babci i dziadka. Równocześnie małżonkowie koncentrują się wzajemnie na sobie po odejściu dzieci z domu, na własnych czy wspólnych zainteresowaniach i osiągnięciach zawodowych;

Faza małżeństwa emeryckiego – kiedy społeczne role pozarodzinne tracą na znaczeniu, dochody stają się niższe, trzeba wspólnie prowadzić gospodarstwo domowe i wspierać się w sytuacjach niedomagania zdrowia. Zainteresowanie dziećmi i wnukami starzejącej się parze stwarza dużo gratyfikacji emocjonalnych (Tamże).

W niniejszym artykule pragnę przedstawić refleksję dotyczącą dwóch ostatnich faz życia małżeńskiego.

Na podstawie analizy wskaźników przeanalizowanych przez Annę Kotlarską-Michalską można stwierdzić, że na poczucie samotności i osamotnienia w małżeństwie w sposób istotny statystycznie wpływają następujące cechy: płeć, staż małżeński, wykształcenie, praca zawodowa, wysokość dochodów oraz miejsce zamieszkania (Kotlarska-Michalska 2001, s. 160).

Z badań przeprowadzonych przeze mnie wśród małżeństw z dużym stażem pożycia małżeńskiego wynika, że poczucie samotności wśród badanych małżonków jest duże – u żon 71,35%, a u mężów 71,40%. Nie oznacza to jednak, że nisko oceniają oni jakość swojego małżeństwa, wręcz przeciwnie. Małżonkowie stwierdzają, że „nadal się kochają”: 65,75% żon i 65,75% mężów, „odczuwają większą bliskość”: 62,85% żon i 60,00% mężów, „współmałżonek jest mi nadal bliski” dla 71,50% żon i 85,75% mężów (Zalewska 2012, s. 298–303). Świadczy to o tym, że samotność nie musi mieć nic wspólnego z odczuwaną satysfakcją z życia małżeńskiego. Do poczucia osamotnienia w tej grupie małżeństw przyznaje się 20% żon i 14,30% mężów (Tamże, s. 303). 19,60% kobiet i 48,00% mężczyzn przyznaje się do tego, że przyczyną, dla której się nie rozstali i nadal są razem jest strach przed samotnością (Tamże, s. 267).

Materiał narracyjny (narracje biograficzne) i ilościowy (Self Confrontation Method opracowana przez Huberta Hermansa), prezentowany w tym artykule został zgromadzony w trakcie badań przeprowadzonych na przełomie lat 2009–2013. Grupa badawcza, z którą miałam bezpośredni kontakt, to osoby, które zgłosiły się do Katolickiego Ośrodka Pomocy Psychologiczno-Pastoralnej Poradnia Dewajtis lub wzięły udział w warsztatach dla małżeństw prowadzonych przeze mnie w ramach działalności poradni. Osoby do badania były celowo wybrane spośród wszystkich osób zgłaszających się do mnie do poradni lub uczestniczących w warsztatach. Do poradni zgłaszali się ludzie z problemem odczucia samotności i osamotnienia (tak nazywały swój problem przy zgłoszeniu) lub problemami w relacjach małżeńskich.

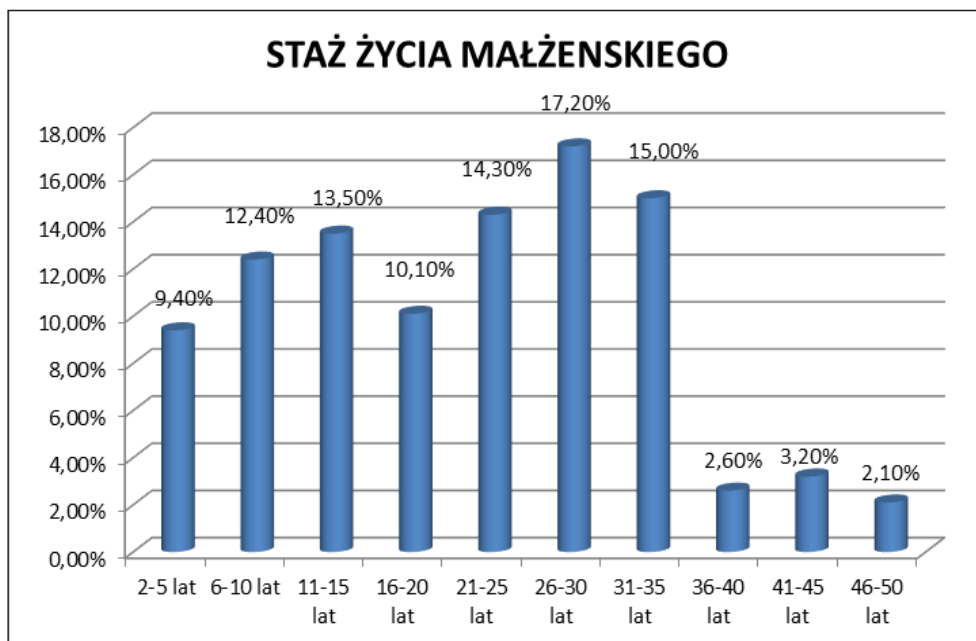
Celem badań było opisanie wyjątkowego zjawiska, jakim jest samotność w związku, a także ukazanie wieloaspektowości samotności wynikającej z doświadczeń badanych.

Z całej grupy do badań wybrano 92 osoby. Grupa ta składała się w 62% z kobiet i 38% z mężczyzn. Założeniem przyjętym w badaniach, przy doborze grupy było to, aby związek, w którym były osoby badane był: małżeński (ważnie zawarty: sakramentalny² lub cywilny³) i trwały (nie były to osoby będące w separacji). Badani, także z racji

2 Małżeństwo jest jednym z siedmiu sakramentów świętych. W teorii sakrament ten powinien być udzielany tylko raz w życiu, jednak Kościół katolicki dopuszcza jego ponowne przyjęcie. Drugi raz małżeństwo może bowiem zawrzeć wdowiec lub wdowa. W Kościele katolickim sakrament małżeństwa rozumiany jest jako związek mężczyzny i kobiety. To połączenie stanowi symboliczną więź Chrystusa z Kościołem. Małżeństwo w katolicyzmie uznawane jest za sakrament, ponieważ odzwierciedla prawdziwą miłość, jaka łączy Chrystusa z Kościołem. Tak jak Jezus zawarł przymierze z ludźmi, tak mężczyzna z kobietą zakładają trwałą wspólnotę. Sakramentu małżeństwa w Kościele katolickim udziela się podczas uroczystości nazywanej ślubem. Łaski tej udziela Chrystus za pośrednictwem kapłana. Tradycja nakazuje, aby ceremonia odbyła się przy udziale dwóch (innych niż ksiądz i para młoda) katolików. Są to tak zwani świadkowie. Podczas uroczystości przyszli małżonkowie wyznają gotowość do wspólnego, opartego na zaufaniu i miłości życia oraz do przyjęcia nowego członka rodziny (czyli potomstwa). Kapłan udziela im błogosławieństwa, a młodzi małżonkowie na znak miłości i wierności nakładają na palce obrączki. Są one symbolem tego aktu wzajemnego powierzenia się sobie. Ślub, który łączy mężczyznę i kobietę sakramentem małżeństwa, ma moc prawno-kanoniczną. Oznacza to, iż ludzie ci są połączeni nierozzerwalną więzią. Oczywiście istnieje możliwość odstępstw od tej teorii, można sakrament na przykład unieważnić (jeśli jest ku temu poważny powód). Ewangelia wyróżnia cztery wymiary małżeństwa chrześcijańskiego. Są to: płodność (wydawanie potomstwa), decyzyjność (trwałość miłości), trwałość i wierność (nierozzerwalność małżeństwa) oraz ofiarności (znoszenie trudu i cierpienie związku). Katechizm Katolicki Kościoła, Małżeństwo jako sakrament <http://wypracowania24.pl/religia/1980/sakramenty-malzenstwo-co-to> [12.08.2013].

3 Definicja małżeństwa została określona w ustawodawstwie polskim, w świetle art. 18 Konstytucji RP i przepisów Kodeksu rodzinnego i opiekuńczego, jako związek mężczyzny i kobiety sformalizowany przez normy regulujące przesłanki jego zawarcia. Związek między dwiema osobami płci odmiennej pociągający za sobą pewne wzajemne prawa

szerokiej grupy wiekowej, byli na różnych etapach życia małżeńskiego. Staż małżeński osób badanych przedstawia poniższy wykres.



Wykres 1. Staż życia małżeńskiego grupy z Poradni Dewajtis

Źródło: badania własne

Wśród osób badanych największą grupę stanowiły osoby ze stażem małżeńskim 25–30 lat (17,20%). Podobną grupę pod względem liczebności stanowili badani ze stażem 31–40 lat wspólnego pożycia w związku (15,00%) oraz 21–25 lat (14,30%). Najmniej liczną grupę stanowiły osoby mające staż w przedziałach: 45–50 lat (2,10%), 36–40 lat (2,60%) oraz 41–45 lat (3,2%). Wyróżniono tu wiele kategorii, gdyż było to istotne dla dalszej części pracy. Staż małżeński jest istotny dla ukazania małżeństwa jako procesu. Wśród badanych były osoby, które reprezentowały małżeństwa w każdym z etapów życia małżeńskiego. Zgromadzono bardzo obszerny materiał liczący 1068 stron maszynopisu.

i obowiązki, ustalone w przepisach prawnych i zwyczajach. W Polsce dopuszcza się jedynie monogamiczne związki małżeńskie, co oznacza, iż jedna osoba nie może pozostawać w związku małżeńskim z kilkoma osobami jednocześnie. Por. Ustawa z dnia 25 lutego 1964 r. Kodeks rodzinny i opiekuńczy, miejsce publikacji: Dz. U. z 2012 r. poz. 788, z późn. zm.; Ustawa z dnia 29 września 1986 r. Prawo o aktach stanu cywilnego, miejsce publikacji: Dz. U. 2011 r. Nr 212 poz. 1264, z późn. zm.

Samotność i osamotnienie w małżeństwach z dużym stażem pożycia małżeńskiego

Samotność w związku może pojawić się na każdym z etapów jego trwania, np. tuż po urodzeniu pierwszego dziecka lub kiedy staż małżeństwa jest długi, np. w czasie syndromu opuszczonego gniazda. Każda zmiana w relacji przynosi ryzyko kryzysu i wówczas nierozwiązane problemy mogą stać się pożywką dla bycia samotnym w partnerstwie (Korc, 2013).

M. Ziemska (Ziemska 1999, s. 45–46.) opisała sześć faz cyklu rozwoju małżeństwa i rodziny ze względu na występowanie nowych ról oraz nowych zadań w życiu. Ze względu na podjęty temat interesujące wydaje się to, jak samotność wygląda w każdym z etapów małżeństwa z dużym stażem pożycia. Z czym małżonkowie muszą się zmagać w tym konkretnym czasie i które z zadań życiowych dostarcza im największych trudności? Ciekawe wydaje się, czy trudności te mają wpływ na odczuwanie samotności przez nich i w jakim stopniu natężenia to się dzieje?

1. Faza wtórna małżeństwa

Jest to czas, kiedy dzieci odchodzą z domu, a rodzice wchodzi w rolę teściowej i teścia, następnie babci i dziadka. Równocześnie małżonkowie koncentrują się wzajemnie na sobie po odejściu dzieci z domu, na własnych czy wspólnych zainteresowaniach, osiągnięciach zawodowych (gdyż w Polsce pracowali i pracują zazwyczaj oboje małżonkowie). Jest to okres krytycznego spojrzenia na własne przemijanie. Kobiety z reguły wkraczają w menopauzę. Nie wszyscy mężczyźni radzą sobie z emocjonalnością żon w tym okresie. Często także widząc przemijanie – starzenie się żon – nie odnoszą tego do siebie. Pragną udowodnić i potwierdzić, że oni są jeszcze młodzi. Objawia się to w ich zachowaniu i inwestycjach finansowych. Jest to trudny czas dla małżonków. Często na początku w związku z usamodzielnieniem się dzieci odczuwają samotność. Nie zawsze w partnerze widzą ratunek przed samotnością. Rozpamiętują relacje z dziećmi i tęsknią za nimi.

Ciekawe wydaje się, jaki rodzaj samotności odczuwają wówczas małżonkowie? Na ile jest to samotność, a na ile już osamotnienie? Czy są świadomi swojego stanu i czy podejmują jakieś działania, aby się z niego wydostać? Przytoczone poniżej narracje odnoszą się do opisywanej fazy życia małżeńskiego.

Kobieta 56 lat, N36/1

Samotność, samotność i jeszcze raz samotność (wzdycha). Dzieci są już na swoim. Syn ma już swoje dziecko. Córką pracuje w Londynie. Rzadko ich widuję. Czasem, gdy opieki nad wnuczką potrzebuję, to przychodzą. Ale oni sobie radzą i szczerze Pani powiem, że ja z synową to tak się dobrze nie rozumiemy. Nie chcę się wtrącać, więc wolę z boku być. Bardzo tęsknię za córką. Ale ona już nie wróci. Powiedziała, że w Polsce to ona takich perspektyw jak tam, to nie ma. Tylko patrzeć jak kogoś znajdzie i jeszcze bar-

dziej się tam zadowoli. Ja na emeryturze już jestem. Chciałam pracować, ale praca dla młodych potrzebna, więc mnie wysłali na emeryturę. Mąż jeszcze pracuje. On ma swoje życie, odrębne od mojego. Bo my już obok siebie żyjemy. Ja całe dnie w domu. Sama. On w pracy, z kolegami. Jak wraca, to opowiada, co się wydarzyło. A czy mnie to interesuje (pytanie retoryczne)? On sam nie bywa, więc mnie nie rozumie. A czy to najedzony głodnego zrozumie (pytanie retoryczne)? Nigdy (mówi podniesionym głosem)! Ja już swoje przeżyłam, dzieci odchowalam, to teraz byśmy mogli razem spokojnie sobie żyć. Ale z nim się nie da. Ciągłe go nosi. Teraz synowi na działkę dom pomaga stawiać. Wpadnie do domu po pracy jak burza, szybko coś zje i tyle go widzę. A ja znów sama zostaję. Mówię mu, że może razem do sanatorium byśmy pojechali, pobyli gdzieś wspólnie. To on mi na to z uśmiechem, że nie potrzebuje, i że czuje się świetnie i nic mu nie dolega. A gdy dzieci były w domu inaczej bywało. Do domu go ciągnęło, a teraz (ścisza głos).

Kobieta 50 lat, N48/1

Jak najmłodsza na studia wyjechała, to w domu zrobiło się tak cicho. Oj, tak strasznie cicho. Wcześniej to chciałam, żeby byli ciszej. Myśli czasem własnych słyszać nie było. I tylko krzyczałam na nich. A teraz mam, co chciałam i źle mi z tym. Taka jestem sama. Gdyby nie praca, to chyba bym zwariowała. Ta cisza mi przeszkadza. Skarżę się mężowi, a on nic tylko się śmieje i mówi, że mam, co chciałam. Wie Pani, że jak jestem sama i nie mogę znieść tej ciszy to telewizor głośno w pokoju włączam i radio w kuchni. To namiastka tego, że może ktoś jest. To głupie, wiem, ale tak robię.

(...) w zasadzie dobrze nam z mężem razem. Tylko ostatnio kłócić się zaczęliśmy. Mąż jest na mnie zły, że starszemu synowi pieniądze daję. Ale on rodzinę ma. Małe dziecko. Nie starcza im. To czasem dam mu parę złotych, by sobie porządne buty kupił czy kurtkę. W końcu matką jego jestem i nie jest mi obojętne czy obdarty chodzi. Mąż uważa, że sam powinien sobie radzić. A jak sobie nie radzi, to otwarcie powinien to powiedzieć i coś by się tam pomogło. A on za plecami, po cichutku po kryjomu się u mnie wspomaga. A może jest zazdrosny, że syn do mnie po pomoc przychodzi (pytanie retoryczne)? Ale, wie Pani, on nie prosi, tylko opowiada jak jest. To ja sama mu dam. On nawet nie chce. Ale mówię mu, że mam prawo, bo matką jego jestem i wtedy bierze. Czasem wpadam do nich wnukiem się zająć. Chcę, by młodzi sobie wyszli, ze sobą pobyli. Młodość ma swoje prawa. To jedyna moja pociecha. Ale to rzadko się zdarza. Radzę sobie bez mojej pomocy.

Kobieta 59 lat, N54/1

Zbliża się starość. Czuję to każdego dnia. Mój mąż się złości, gdy tak mówię. Twierdzi, że on stary nie jest, tylko w sile wieku. Często powtarza, że Pablo Picasso w jego wieku był młodym ojcem, a żonę miał młodszą od własnej córki. Zgrywus z tego mojego męża. A na kręgosłup to kto ciągle narzeka. A na prostatę, to niby ja, że moczu oddać nie może i po nocach łązi do łazienki (wzdycha). Jak byśmy nie zaprzeczali temu przemijaniu i tak ono się stanie. Tylko pogodzić się z tym trzeba i tyle. Dzieci już na swoim. Wpadają

do nas. Pomagają, nie powiem. Ale one już własne życie mają. Czym innym są zajęci. Ja Pani szczerze powiem, że ja tej samotności nie lubię. Jednocześnie nie zmuszam się, by ją zagłuszyć. Już mi tak nie spieszo do spotkań z koleżankami. Wychodzić mi się nigdzie nie chce. Z jednej strony bym coś zrobiła, z drugiej zapału brak. I tak się to we mnie kotłuje. Niechęć taka do życia i chęć by to zmienić.

(...) myślałam, że chociaż skorzystają z mojego doświadczenia. Przecież już przeżyłam bycie matką i żoną. Ale skąd. Mówią, że swoje błędy popełniać będą. Nawet słuchać nie chcieli. A mogłam się im przydać. Mąż mówi, bym im dała spokój, skoro nie chcą to nie. On nic nie rozumie (podnosi głos, reflektuje się i opuszcza głowę)!

Mężczyzna 59 lat, N57/1

Z moja żoną jest źle. Albo chodzi po domu i płacze po kątach. Gdy pytam, co jej jest, mówi, że nic. Albo się kłóci ze mną o byle, co. Tak jakby tylko pretekstu potrzebowała. Jak opowiadam dzieciom, to wierzyć mi nie chcą. Tak jest, od kiedy dzieci już dom opuściły i swoim życiem żyją. Nie wiem zupełnie, co mam robić. Żona już nie pracuje. Odeszła na wcześniejszą emeryturę. Miała kłopoty ze zdrowiem. Lekarze mówili, że tak będzie dla niej lepiej. Ale chyba nie jest. Pałęta się po domu z kąta w kąt. Nie odzywa się do mnie, a jak już to krzyczy i pretensje ma o w wszystko. Mówi, że samotna jest (krzyczy)! Samotna, a co ja mam powiedzieć. Wracam z pracy i nie ma do kogo nawet gęby otworzyć. Bo ona niby jest, niby nieobecna. Cóрка mówi, że ona menopauzę ma i pewnie depresję. Mówiła, że rozmawiała z nią. Do lekarza umówiła. Matka poszła, tabletki dostała, ale nawet ich nie wykupiła. Ja tam się nie znam. Prosty człowiek jestem. Ale jak lekarz mówi, że brać powinna, to chyba powinna. A ona, że wariatkę z niej nie zrobimy i z nią wszystko w porządku jest. Tylko jak dzieci pojadą i płacze w sypialni, to prosi bym jej pomógł, bym jej nie zostawiał. Wieczna huśtawka nastrojów. Dobrze, że pracę mam i tam jakoś uspokoić myśli mi się udaje. Kolega mówił, że z jego żoną było podobnie dwa lata temu. Ale do lekarza poszła i odkąd te leki bierze to jest lepiej. Tylko, że moja nie bierze i nie chce. Nie wiem, co mam zrobić i czy w ogóle powinienem. Bo ona czasem krzyczy, żebyśmy ją wszyscy w spokoju zostawili.

Mężczyzna 68 lat, N53/2

A ja powiem szczerze Pani, że szczęśliwy jestem. Wszystko ma swój czas. Teraz z żoną jesteśmy sami. Jeszcze niedawno to córka z zięciem mieszkali z nami i wnukami. Teraz już na swoje się wyprowadzili. I jak tylko to się stało, to z żoną powiedzieliśmy: nareszcie. Niech Pani źle nie pomyśli. Kochamy ich. Pomagaliśmy jak mogliśmy. Po ślubie od razu u nas zamieszkali, by na swoje zbierać. Trudno, pomyślałem. Damy radę. Ale tego, by być tylko z żoną nie mogłem się doczekać. My już niemłodzi jesteśmy. Ciszę lubimy i spokój. Mamy swoje przyzwyczajenia. A młodzi, jak to młodzi, swój świat. Tak więc doczekaliśmy się. Bardzo z żoną lubimy wyjeżdżać na krótkie wycieczki i zwiedzać. Jak dzieci i wnuki były z nami, to nie mogliśmy tego robić. Zawsze byliśmy potrzebni. A teraz co tydzień gdzieś wyruszamy. Zawsze chcieliśmy to robić. Na początku, jak dzieci były

małe, to jeździliśmy pociągiem. Samochodu nie mieliśmy. Ale to bardzo męczące okazało się. Więc zaprzestaliśmy. Teraz mamy samochód i dużo wolnego czasu. Do każdej takiej wyprawy przygotowujemy się dobrze, czytamy o miejscowości, o historii i tradycjach. Nie jedziemy w ciemno. Sprawia nam to dużo frajdy. Żona szykuje kosz piknikowy, czasem jemy na miejscu w jakimś barze. Poznajemy sporo ludzi. Zimą nie jeździmy, bo niebezpiecznie. Wtedy rozmawiamy o miejscach, gdzie warto pojechać i wpisujemy je na naszą listę. Należymy do stowarzyszenia Małe Ojczyzny. Spotykamy się z członkami od czasu do czasu. Bardzo lubimy spędzać razem czas, myślę tu o żonie i o mnie. Tak jakbyśmy znów młodzi byli i mieli po dwadzieścia kilka lat. Tylko siły i zdrowie już nie te. Ale chęci może jeszcze większe (uśmiecha się figlarnie i klepie ręką po udzie).

Jest to okres, w którym, jak wynika z narracji badanych, małżonkowie najczęściej odczuwają osamotnienie. Pojawia się dużo nagromadzonych negatywnych uczuć. Opisywane osamotnienie związane jest bezpośrednio z opuszczeniem przez dzieci domu rodzinnego. Rodzice, zwłaszcza kobiety, nie potrafią sobie poradzić z trudnym uczuciem pustki. Nie widzą wsparcia w małżonku. Jest tak nie dlatego, że współmałżonek nie zawsze chce go udzielić, ale dzieje się tak dlatego, że izolują się od niego, uciekają od rozmów, dzielenia się tym, co trudne, od kontaktu fizycznego. Zatracają się w swojej samotności, co doprowadza je do osamotnienia. Nie potrafią sobie z tym uczuciem poradzić. Jednak nie wszystkie narracje wskazują na osamotnienie. Wiele osób mówi jedynie o uczuciu samotności, które daje czas na refleksję i odbudowę wspólnej relacji z małżonkiem. Odbudowana relacja daje duże poczucie zadowolenia ze związku i możliwość realizacji własnych marzeń i pragnień zawieszonych na czas rodzicielstwa. W narracjach pojawia się także kwestia przemijania. Jest ono akceptowane lub zaprzeczane. Jest źródłem konfliktów wewnętrznych i zewnętrznych (ze współmałżonkiem), nie jest jednak źródłem odczuwanej samotności. Doświadczenie osobiste jest nieprzekazywalne, każdy musi je sobie uezierać sam. Rodzice, zwłaszcza w tym okresie, chcieliby przekazać swoje doświadczenia rodzicielskie dzieciom. One jednak tego nie chcą i tego nie oczekują. Rodzi to w małżonkach frustrację. Budzi uczucia negatywne, którymi dzielą się ze współmałżonkiem. Jak wynika z narracji, nie zawsze jest to przez małżonka rozumiane i podzielane. Brak tego zrozumienia rodzi uczucie samotności i oddalenia. Jednak, gdy małżeństwo przetrwa ten etap, małżonkowie uporządkują swoją emocjonalność, to osiągają wysoką jakość związku małżeńskiego. Z badań (Zalewska 2012, s. 312–357) wynika, że satysfakcja ze związku w tym okresie może przypominać pierwszy okres małżeństwa.

2 Faza małżeństwa emeryckiego

Jest to faza, w której role społeczne pozarodzinne tracą na znaczeniu, dochody stają się niższe, trzeba wspólnie prowadzić gospodarstwo domowe i wspierać się w sytuacjach niedomagania zdrowia. Poprzez interesowanie się dziećmi i wnukami, starzejącą się parą stwarza (sobie i rodzinie) dużo gratyfikacji emocjonalnych. Jest to

tw. okres eschatologiczny. Przygotowanie się na odejście współmałżonka i życie w samotności. Współmałżonkowie często podsumowują wtedy swoje życie. Wysoko oceniają także jakość życia małżeńskiego w tym czasie. Opiekują się sobą wzajemnie.

Rodzą się pytania, na które można znaleźć odpowiedź w poniższych narracjach. Czy jest miejsce na odczuwanie samotności w tym okresie? Jeśli tak, to jakie są jej przyczyny?

Mężczyzna 66 lat, N55/1

Dzieci nam pomagają. Czasem podrzucają pieniądze na konto. Mówią, że to na leki lub lody (uśmiecha się). Gdyby nie to, to ciężko by było. Zdrowie już nie to i siły już nie te. Choć moja żona nadal piękna jak w dniu, gdy ja poznałem. A musi Pani wiedzieć, że to była najładniejsza dziewczyna w całym zakładzie i mogła wybrać każdego chłopca. A wybrała mnie (zamyślony, milczy). Człowiek myśli, że góry by pokonał, a tu rzeczywistość. Męczy się szybko. My już z żoną mamy w zwyczaju poobiednią drzemkę. Czujemy się tacy zmęczeni. Musimy odpocząć. Często rozmawiamy ze sobą. Ulubionym tematem naszych rozmów są wnuki. Tacy jesteśmy z nich dumni. Te dzieci teraz to tak szybko się rozwijają i tyle potrafią. Mają także taką wiedzę. A tych sprzętów do ich rozwoju, masa. Te zabawki, co są teraz, to kiedyś nam się o takich nie śniło. Nasze wnuki są wspaniałe. Tak szybko nauczyły się literek i czytać. Dobrze się uczą. Zdobywają nagrody w szkole. Zawsze o nas pamiętają. I w urodziny i imieniny. W inne święta także. To dobre dzieciaki. Cieszymy się, że ich się dochowaliśmy.

Mężczyzna 67 lat, N62/1

Muszę się pogodzić, że zdrowie u mnie już nie takie jak kiedyś. Z żoną postarzelismy się bardzo. W końcu jesteśmy już dziadkami. Te wnuki to cała nasza radość. A niewiele radości już nam w życiu pozostało. Pieniądzy ledwo nam starcza. Wie Pani, leki takie drogie, a żona trochę niedomaga. Ale i wymagań dużych nie mamy, To i potrzeby niewielkie (uśmiecha się). Spory kawałek życia przeżyliśmy razem, To się liczy. Nie powiem, że zawsze było łatwo. Czasem było ciężko. Nasze małżeństwo miało kryzys. O mało co byśmy się rozwiedli. To było w pierwszych latach. Cóрка nam się urodziła, a moja mama wiedziała wszystko lepiej. Dziś sam jestem teściem, wiem, co się czuje. Wtedy było inaczej. Żona bardzo ciężko z tego powodu cierpiała. Przetrwaliśmy (uśmiecha się). Było minęło.

(...) Teraz żyjemy sobie spokojnie. Nigdzie się nie spieszymy, nie mamy wielu powodów do kłótni. Choć trochę żałuję (uśmiecha się). Jak się pokłóciliśmy, to godzenie zawsze było przyjemne (puszcza oko). Rozumie Pani (pytanie retoryczne)? Teraz coraz częściej myślimy o śmierci i o tym, że spotkamy się później dopiero tam (spogląda w górę). Niby to jeszcze przed nami, a już z tego powodu czujemy smutek i samotność. Dlatego tak ważne są dla nas wnuki. Odrywają nasze myśli od tych przykrych ewentualności. Mówi się: żyj chwilą obecną. My z żoną wszystko planowaliśmy. Zawsze. Z wyprzedzeniem. Stąd te nasze obawy i myśli, że niedługo zostaniemy sami. Albo ja, albo ona. I choć to jeszcze nie nastąpiło już przygotowujemy się do samotności.

Kobieta 70 lat, N91/1

Teraz mój mąż w szpitalu jest. Mówią, że coś z wątrobą. Nie wie Pani nawet, jak za nim tęsknię. Nie byłam dobra dla niego. Ciągłe zrzędziłam. A jak go teraz w domu nie ma, to taka sama się czuję, taka bezradna. Nie doceniałam go. Teraz to mu to mówię (uśmiecha się). A on na to: że lepiej późno niż wcale. Bo widzi Pani, niby nic już mi pomóc za dużo nie mógł, ale był (podnosi głos)! Wartość drugiego człowieka odczuwamy zawsze wtedy, gdy go zabraknie obok nas. A zwłaszcza, jak go kochamy. A ja swojego męża bardzo kocham. Różnie to w naszym małżeństwie bywało. Było i lepiej i gorzej. Kłóciliśmy się i godziliśmy się. Pewnie we wszystkich małżeństwach tak jest. Dzieci poszły na swoje. Mamy wnuki. Czas mija, proszę Pani i nie chce się zatrzymać. Gdybym wiedziała wtedy to, co dziś wiem, to nie marnowałabym go tak głupio na kłótnie i ciche dni. Ale do wszystkiego trzeba dorosnąć, wielu rzeczy doświadczyć, by zrozumieć, jak bardzo kocha się drugiego człowieka. Ja to już wiem. I muszę się liczyć z tym, że już niedługo będziemy razem. Ale ta myśl mnie przeraża i czyni jeszcze bardziej samotną niż dziś, gdy on jest tylko w szpitalu.

Narracje małżonków będących w tej fazie życia małżeńskiego są najcenniejszym źródłem informacji o małżeństwie, gdyż małżonkowie potrafią spojrzeć wstecz na swoje życie i dokonać głębokiej refleksji nad nim. Narracje te nie są już tak bardzo emocjonalne, lecz są obrazem procesu jakim jest życie małżeńskie. W zasadzie w narracjach nie pojawia się samotność czy osamotnienie jako uczucie doznawane. Pojawia się notoryczna samotność jako coś, czego będą doznawać po stracie małżonka i na co się przygotowują. Swoją związek w tym okresie określają jako stabilny i satysfakcjonujący. Głównym źródłem ich rozważań są wnuki, które dostarczają im uczucia dumy i satysfakcji oraz własne zdrowie, które pogorsza się znacząco w tym okresie życia. Zakończenie kariery zawodowej to jednocześnie początek nowego życiowego etapu – także w związku. Mężczyznom najtrudniej zaakceptować własną bezczynność zawodową w sytuacji, gdy żona nadal pracuje. Dlatego często podejmują jakieś prace dodatkowe. Generalnie panowie niezależnie od tego, co sami robią, najlepiej czują się u boku niepracującej kobiety. Jeśli zarówno kobieta, jak i mężczyzna byli aktywni zawodowo najlepszym rozwiązaniem okazywało się jednocześnie odejście z pracy. Kobiety kończące pracę w jednym miejscu, chętnie szukają innego zajęcia, często skłaniają się ku wolontariatowi, podczas gdy panowie wolą w pełni cieszyć się wolnym czasem. Emerytowane kobiety martwią się zmianami, jakie zajądą w ich życiu, koniecznością wypełniania wolnego czasu, niepokoją się również o sprawy finansowe oraz stan zdrowia. Z narracji wynika, że największe zmartwienia mężczyzn wiążą się z utratą statusu społecznego, trudnościami w porozumieniu z żoną oraz pogorszeniem stanu zdrowia. Jak widać z narracji, na tym tle dochodzi do konfliktów pomiędzy małżonkami. Są to jednak konflikty, które rozwiązują i nie prowadzą one do pogłębiających się uczuć negatywnych. Zarówno panie, jak i panowie zgadzają się co do tego, że dobrym spo-

sobem na spędzanie wolnego czasu są podróże. Poza tym kobiety chciałyby kształcić się lub założyć własną firmę. Dla panów istotne jest poświęcenie czasu rodzinie oraz zadbanie o kondycję. Życie po przejściu na emeryturę zmienia się i aż 60% par twierdzi, że są to zmiany na lepsze (Zalewska 2012, s. 148–169)⁴.

Zakończenie

W społeczeństwie, którego fundamentem jest szeroko rozumiana autonomia i skupienie się na indywidualnych osiągnięciach, praca nad związkiem wcale nie jest kuszącą perspektywą. Ludzie uczą się koncentrować na sobie i swoim ego, zamiast rezygnować z niektórych rzeczy dla dobra partnera. W dzisiejszym świecie, w którym panuje wysoka konkurencja w każdej dziedzinie życia, ludzie nagradzani są za indywidualne osiągnięcia, a nie za to, jak porozumiewają się z innymi. Bardziej ceniona jest niezależność niż współpraca. Poświęcanie się dla takich wartości jak lojalność i trwałość wydaje się po prostu nierozsądne. Statystyki rozwodowe odzwierciedlają charakter współczesnego społeczeństwa. Jeżeli ciągle małżonkowie skupiają się tylko na sobie i własnych osiągnięciach, partner staje się narzędziem wykorzystywanym w walce o lepszy byt dla siebie. Prof. Bogdan Wojciszke w wywiadzie: *Nie jesteśmy przystosowani do tego, by przez 50 lat żyć w jednym związku* wyraźnie wskazuje na te problemy (Wojciszke 2015). Jego zdaniem partner powinien odzwierciedlać piękno i doskonałość naszego wewnętrznego ja (albo, dużo częściej, wynagradzać przykre i niedoskonałe aspekty naszej osobowości). Ten smutny obraz wyłania się z narracji i doświadczeń małżeńskich. Jednak nie wszystkich. Jeśli związek potraktujemy jako możliwość rozwoju, rzeczywistość, która się zmienia i przekształca, to pozwala on wtedy stać się nam nie tylko lepszymi ludźmi, ale także kształtować lepsze i głębsze relacje międzyludzkie. Małżeństwo w takim rozumieniu, nie tylko ulega przekształceniu/procesowi, ale samo w sobie staje się procesem. Z doświadczeń i narracji badanych w tym nurcie, można postawić tezę, że **samotność zmienia człowieka i jego spojrzenie na dotychczasową sytuację oraz na jego relacje**. Gdy badani poddali swoje doświadczenie głębokiej refleksji, zauważali, że samotność przyczynia się do polepszenia relacji w związku. Musieli na związek spojrzeć z dystansu i zobaczyć go jako perspektywę dynamiczną, zmie-

4 Por także: S.L. Zalewska, 2004, *Aksjologiczny wymiar małżeństwa i rodziny po usamodzielnieniu się dzieci*, [w:] *Aksjologia edukacji dorosłych*, J. Kostkiewicz (red.), Wydawnictwo KUL, Lublin; S.L. Zalewska, 2005, *Samotność i osamotnienie w małżeństwach, których dzieci usamodzielnili się i odeszły z domu rodzinnego*, [w:] *Edukacyjne tendencje XXI wieku w dialogu i perspektywie*, A. Karpińska (red.), Wydawnictwo Trans Humana, Białystok; S.L. Zalewska, 2008, *Syndrom „pustego gniazda”. Budowanie nowej tożsamości przez małżonków*, [w:] *Tożsamość – reminiscencje*, E. Gawęł-Luty, J. Kojkoła (red.), Wydawnictwo „Harmonia”, Gdańsk; S.L. Zalewska, 2008, *Syndrom Pustego Gniazda. Dezintegracja małżeństwa i rodziny czy etap nowych wyzwań?*, [w:] *Rodzina i praca z perspektywy wyzwań i zagrożeń*, L. Golińska, B. Dudka (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.

nijająca się. A samotność, jako sposobność do namysłu nad nim. Tak rozumiane małżeństwo, jako proces, napotyka na ważne, przełomowe momenty, zwane zdarzeniami krytycznymi. B. Cartet i M. McGoldrick⁵ wyróżniają w cyklu życia małżeńskiego i rodzinnego aż sześć takich momentów. Momenty te nazywają nieodwracalnymi zdarzeniami, które prowadzą do adaptacji i przy głębokiej refleksji nad sobą, umożliwiają tym samym dalszy rozwój małżeństwa. Mogą także prowadzić do dysfunkcji i tym samym do rozkładu życia małżeńskiego, zwłaszcza, gdy tej refleksji zabraknie. W obu przypadkach, w momencie krytycznym u małżonków pojawia się odczucie samotności, które może stanowić szansę do rozwoju lub pogłębić się i przekształcić w osamotnienie.

Bibliografia

- Bandyna M., 1996, *Przejawy poczucia osamotnienia w małżeństwie*, niepublikowana praca magisterska, Instytut Socjologii UAM, Lublin.
- Buber M., 1993, *Problem człowieka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Carter B., McGoldrick M., 2005, *The Changing Family Life Cycle: A Framework from Family*, New York.
- Cieślak K., 1988, *Model interakcji w małżeństwie wg Sherwooda i Scherera*, „Problemy Rodziny”, nr 4, s. 12–25.
- Kotlarska-Michalska A., 2001, *Poczucie osamotnienia w małżeństwie* [w:] *Małżeństwo: męskość, kobiecość, miłość, konflikt*, H. Liberska, M. Matuszewska (red.), Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań, s. 155–170.
- Kruczyński W., 2005, *Wirus samotności*, Wydawnictwo Prószyński Media, Warszawa.
- Liberska H., Matuszewska M., 2001, *Wybrane psychologiczno-społeczne mechanizmy funkcjonowania małżeństwa* [w:] *Małżeństwo: Męskość, kobiecość, miłość, konflikt*, H. Liberska, M. Matuszewska (red.), Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań, s. 13–46.
- Osińska K., 2002, *Doświadczenie samotności* [w:] *Samotność chciana i niechciana*, A. Matusiak (red.), Wydawnictwo Espe, Kraków, s. 11–30.
- Sujak E., 1998, *Rozważania o ludzkim rozwoju*, Wydawnictwo Znak, Kraków.
- Tillich P., 1991, *Samotność i osamotnienie*, „Znak”, nr 4, s. 3–8.
- Turner J. S., Helms D.B., 1999, *Rozwój człowieka*, Wydawnictwo: WSiP, Warszawa.
- Zalewska S.L., 2004, *Aksjologiczny wymiar małżeństwa i rodziny po usamodzielnieniu się dzieci* [w:] *Aksjologia edukacji dorosłych*, J. Kostkiewicz (red.), Wydawnictwo KUL, Lublin, s. 401–416.
- Zalewska S.L., 2005, *Samotność i osamotnienie w małżeństwach, których dzieci usamodzielnili się i odeszły z domu rodzinnego* [w:] *Edukacyjne tendencje XXI wieku w dialogu i perspektywie*, A. Karpińska (red.), Wydawnictwo Trans Humana, Białystok, s. 308–329.

5 Sześć momentów krytycznych w cyklu życia małżeńskiego i rodzinnego: 1. opuszczenie domu przez młodą osobę; 2. związanie się z partnerem; 3. narodziny dziecka; 4. wkraczanie dzieci w fazę adolescencji; 5. opuszczenie domu przez dorastające dzieci; 6. sprawowanie opieki nad starzejącymi się rodzicami przez ich dorosłe dzieci. (Carter, McGoldrick 2005, s. 46–58).

- Zalewska S.L., 2008, *Syndrom „pustego gniazda”. Budowanie nowej tożsamości przez małżonków* [w:] *Tożsamość – reminiscencje*, E. Gawęł-Luty, J. Kojkoła (red.), Wydawnictwo „Harmonia”, Gdańsk, s. 421–437.
- Zalewska S.L., 2008, *Syndrom Pustego Gniazda. Dezintegracja małżeństwa i rodziny czy etap nowych wyzwań?* [w:] *Rodzina i praca z perspektywy wyzwań i zagrożeń*, L. Golińska, B. Dudka (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź, s. 297–307.
- Zalewska S.L., 2012, *Syndrom pustego gniazda. Małżeństwo i rodzicielstwo po usamodzielnieniu się dzieci*, Wydawnictwo UKSW, Warszawa.
- Zalewska S.L., 2015, *Samotność i osamotnienie w narracjach i doświadczeniach małżeńskich*, Wydawnictwo UKSW, Warszawa.
- Ziemska M., 1999, *Zmiany w relacjach małżeńskich w cyklu życia rodziny* [w:] *Rodzina współczesna*, M. Ziemska (red.), Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa.

Netografia

- Katechizm Katolicki Kościoła, *Małżeństwo jako sakrament* <http://wypracowania24.pl/religia/1980/sakramenty-malzenstwo-co-to> [12.08.2013].
- Kodeks rodzinny i opiekuńczy 2017*, Dz.U. 2017, poz. 682, <http://prawo.sejm.gov.pl/isap.nsf/DocDetails.xsp?id=WDU20170000682> [13.11.2017].
- Korcz K., 2013, *Samotność w związku*, <http://portal.abczdrowie.pl/samotnosc-w-zwiazku>, [23.05.2013].
- Wojciszke B., 2015, *Nie jesteśmy przystosowani do tego, by przez 50 lat żyć w jednym związku*, <http://natemat.pl/133251,wojciszke-nie-jestesmy-przystosowani-do-tego-by-przez-50-lat-zyc-w-jednym-zwiazku> [20.02.2015].

Krzysztof Klimek

„Babcia skacze jak kangur” Recepta na zdrowe życie bez recepty dla seniorów w reklamach telewizyjnych

DOI 10.24917/24500232.142.5

Słowa kluczowe: starość, seniorzy, reklamy telewizyjne, leki, suplementy diety

Keywords: old age, seniors, television advertising, drugs, diet supplements

„GRANDMA JUMPS LIKE A KANGAROO”. PRESCRIPTION FOR HEALTHY LIVING
WITHOUT PRESCRIPTION FOR SENIORS IN TV COMMERCIALS

Abstract:

Most older people (seniors) face many problems in their lives. In particular, we are dealing with fairly common health problems in old age, which were exposed at the beginning of the article. In the following, short formulas (over-the-counter and diet supplements) were presented, which are presented in pharmaceutical television advertisements. The selected TV commercials were mainly focused on how to show older people in the context of their use of dietary supplements. First of all, the occurrence of health problems in seniors, ie muscle and joint pain and cardiovascular disorders. The reported cases of use by seniors showed, based on the content of the ads, how quickly and effectively they can regain fitness, activity and joy of life.

Seniorzy i ich problemy

W ciągu ostatnich kilkudziesięciu lat długość życia człowieka uległa istotnemu wydłużeniu. Dane statystyczne wskazują, że w wielu krajach świata osoby w wieku podeszłym (powyżej 65 roku życia) i starczym (powyżej 80 roku życia) stanowią najszybciej zwiększającą się część populacji. Zakłada się, że do 2030 roku w Unii Europejskiej, Ameryce Północnej i Japonii liczba osób powyżej 65 roku życia zwiększy się 2–3 krotnie (Drzewoski, Kasznicki, 2008, s. 285).

Starość, jako specyficzny okres życia człowieka, związany jest z pewnymi właściwościami funkcjonowania człowieka. Dlatego dość często stanowi to podstawę do przypisywania mu wielu różnych cech. Większość z nich wskazuje jednoznacznie

na stan degradacji biologicznej, psychologicznej i społecznej człowieka – spadek wydolności fizycznej, osłabienie funkcjonowania narządów zmysłu, utrata zdrowia, osłabienie pamięci, brak zdolności twórczych, spadek zainteresowania życiem społecznym, wycofywanie się z większości pełnionych ról społecznych itd. (Grzeszczak, 2004, s. 117). W literaturze funkcjonuje nawet pojęcie tak zwanych „plag starości”, do których zalicza się biologiczny proces zniedołężnienia, widoczny ubytek sprawności fizycznej, patologiczną „wielochorobowość” pełną bolesnych i długotrwałych cierpień. Ponadto do tych dolegliwości dopisuje się psychiczne niedomogi, które uwyrażniają się w postępującym ośpieniu umysłowym, poczuciu osamotnienia i różnych charakterologicznych dewiacjach (Tchorzewski, 2004, s. 98).

Starość należy zestawiać, jak twierdzi Adam Zych, z niepokojami egzystencjalnymi i zagrożeniami związanymi z „(...) retrospektywnym spojrzeniem na własne życie, z samotnością i osamotnieniem, z budowaniem starczych kompromisów i pozbywaniem się złudzeń, z przejściem od oczarowania do rozczarowania życiem (...), z doświadczaniem losu, który często bywa trudny, nieubłagany, okrutny (...)” (Zych, 2008, s. 161). Dalej cytowany powyżej autor pisze: „Nadchodzi ten chłodny wiek wyrzeczeń, gdy wyostrza się nasze spojrzenie z perspektywy lat, a zarazem zmniejsza się zainteresowanie życiem, kiedy nic już nie jest w stanie ucieszyć człowieka, gdy samotność przeplata się z nudą, kiedy dużo, aż za dużo wolnego czasu, a życie mija jak złudzenie, jedynie przestrzeń jest konkretna, zaś pod stopami ten czas niepewny, godziny ponad miarę puste, bezbarwne jak powietrze (...)” (Zych, 2008, s. 166). Zatem nie dla każdego człowieka lata podeszłe są wiekiem upragnionym. Sama starość postrzegana często jest jako fizyczna nieatrakcyjność związana z przewlekłymi chorobami, spadkiem aktywności, zależnością od innych. Taki obraz ludzi starych zakorzeniony w świadomości społecznej powoduje, iż mogą oni czuć się bezwartościowi, odepchnięci, bezradni. Również świadomość przemijania może być dla nich źródłem smutku, przygnębienia, lęku. Ale człowiek musi zmierzyć się z chwiejnością, dwuznacznością, niepewnością codziennej egzystencji, chociaż często napęlnia go to lękiem, strachem i przerażeniem. Nigdy jednak w obliczu trudności nie powinien zbyt łatwo się poddawać, ulegać pokusie pasywności i bierności. Nie może i nie powinien rezygnować z życia, a raczej w pełni korzystać z tego, co przynosi mu każdy dzień.

Tymczasem współczesny człowiek starszy nie chce być ciężarem dla nikogo, nie chce być zależnym od innych ludzi. Starszy człowiek chce być nadal samodzielny. Nie jest mu jednak łatwo, bo nie dość, że musi borykać się ze swoimi ograniczeniami związanymi z wiekiem, to jeszcze musi pokonywać wiele przeszkód wynikających z wejściem w jesień życia. Mamy tu przede wszystkim na uwadze: mniejszą atrakcyjność wyglądu zewnętrznego, trudności materialne, choroby, zmniejszenie sprawności, utratę osób bliskich, trudności z wypełnieniem wolnego czasu, poczucie samotności, poczucie nieużyteczności (Piekarska, Piekarski, 2017, s. 17–18). Z drugiej strony, wydłużające się lata życia nie zawsze oznaczają ograniczenia w co-

dziennym funkcjonowaniu. Obserwuje się, bowiem wiele osób, które weszły w wiek uznany za starość, a mimo to:

1. Zachowują sprawność fizyczną, umysłową i przez wiele lat uczestniczą w różnych formach aktywności społecznej – rodzinnej, sąsiedzkiej, towarzyskiej. Na ogół dotyczy to młodszych roczników ludzi starych.

2. Rozwijają swoje zainteresowania, odkrywają swoje hobby, podejmują naukę. Wskazują na to dynamicznie rozwijające się Uniwersytety Trzeciego Wieku, będące jednocześnie płaszczyzną nowych znajomości, przyjaźni, wyjazdów turystycznych, aktywności fizycznej (Mieczysław Marczuk, Za: Butrym-Kawczyńska, 2008, s. 162).

W tym kontekście możemy, zatem mówić o „starzeniu pomyślnym”. Termin ten oznacza optymalny przebieg starzenia się, który cechują: brak chorób, w tym dobry stan zdrowia psychicznego, pozytywne zachowania zdrowotne (zdrowa dieta), utrzymanie zdolności poznawczych, kontynuacja aktywnego w życiu społecznym i pożytecznych działaniach, na tyle minimalne deficyty fizjologiczne, psychologiczne i społeczne, przypisywane wiekowi kalendarzowemu, że pozwalają odczuwać ogólne zadowolenie z życia (Piekarska, Piekarski, 2017, s. 18).

Dolegliwości zdrowotne w okresie starości

Wraz z upływem lat w organizmie człowieka dochodzi do wielu zmian fizjologicznych i patofizjologicznych pogarszających możliwości jego funkcjonowania. Starzenie się związane jest ze stopniowym spadkiem sprawności fizycznej, wzrastającą częstością występowania niepełnosprawności i współistniejących chorób przewlekłych. Prowadzi to czasem do trudności w wykonywaniu podstawowych czynności dnia codziennego. Dodatkowo sytuację komplikuje występowanie szeregu zmian degeneracyjnych dotyczących niemal wszystkich układów i funkcji ustroju. Zmian związanych ze starzeniem nie można uniknąć, możliwe jest jednak ich złagodzenie poprzez stosowanie odpowiednich działań prewencyjnych, takich jak regularna aktywność fizyczna, właściwa dieta, niepalenie tytoniu, ograniczenie spożywania alkoholu, kontrola masy ciała, czy nadciśnienia tętniczego (Kostka, 2008, s. 263)

O kondycji życiowej i samopoczuciu człowieka starszego, jego autonomii, aktywności, stylu życia na emeryturze, a w efekcie o jakości życia w okresie starości, w znacznym stopniu decyduje jego stan zdrowia (Leszczyńska-Rejchert, 2005, s. 72). Do najczęściej występujących problemów zdrowotnych wieku podeszłego zalicza się: zmęczenie, bóle głowy i bezsenność; bóle stawów i kręgosłupa; dolegliwości sercowo-naczyniowe; zawroty głowy, zaburzenia równowagi, upadki; zaburzenia neurologiczne; zaburzenia w oddawaniu moczu; osłabienie widzenia; osłabienie słuchu; upośledzenie lokomocji; niesprawność intelektualna (Grodzicki, Kociemba, Skalski, 2007, s. 44). Pogarszający się stan zdrowia wywiera negatywny wpływ na możliwości fizyczne i stan psychiki. W chorobach somatycznych wiąże się z chronicznymi bólami, a w przypadku chorób psychicznych z degradacją psychiczną. Zły stan zdrowia ogranicza mobilność (można

poruszać się tylko na terenie domu – czasem za pomocą wózka bądź trzeba pozostać w łóżku), zmusza do przerywania pracy, utrudnia prowadzenie domu i wykonywanie podstawowych czynności życiowych. Może także przyczynić się do zmniejszenia się liczby kontaktów z innymi ludźmi, utrudnić lub uniemożliwić aktywny udział w życiu społecznym, kulturalnym itp. Niekorzystny stan zdrowia zmniejsza możliwość rozrywki, sprzyja złemu samopoczuciu. Wszystko to może prowadzić do procesów wycofywania się z życia, do bierności, frustracji, do potrzeby korzystania z pomocy innych, z opieki lekarskiej, rehabilitacji, a nawet do hospitalizacji, czy też do instytucji opiekuńczej. Przy słabym stanie zdrowia zwiększa się zależność od innych, a u osób wymagających długotrwałej terapii i opieki nasila się stan apatii i bierności (Leszczyńska-Rejchert, 2005, s. 72–73). Trzeba przy tym dodać, że opieką lekarską, zgodnie z doniesieniami ekspertów, objętych jest 86% osób starszych, stomatologiczną – 27%, a pielęgniariską – 32% i rehabilitacyjną – 13%. Dane te świadczą o poważnym deficycie w powszechnej dostępności do usług zdrowotnych (Szarota, 2007, s. 87). Szacuje się również, że jedynie około 10-20% osób starszych prezentuje cechy pomyślnego starzenia, natomiast pozostała część podaje dolegliwości lub choroby przebyte, które u blisko połowy z nich powodują trwałe upośledzenie funkcjonowania w życiu codziennym (Grodzicki, Kociemba, Skalski, 2007, s. 42).

Zdrowie można rozpatrywać z różnych punktów widzenia podkreślając wybrane aspekty rzeczywistości podmiotowej i społecznej. Podkreśla się odpowiedzialność za własne zdrowie, a także zachęca do podejmowania szeregu decyzji mających na celu wspieranie zdrowia (liczne działania profilaktyczne, udział w badaniach przesiewowych, prowadzenie zdrowego stylu życia – zwłaszcza w zakresie odpowiedniej diety, aktywności fizycznej, dbałości o bezpieczeństwo, radzenie sobie ze stresem i obciążeniem, rezygnacji z używek itp.). W ostatnich latach można zauważyć kilka tendencji związanych z podejściem do zdrowia. Jedną z nich jest poszerzanie się zakresu pojęciowego zdrowia (obejmuje ono już nie tylko sferę somatyczną człowieka, ale także sferę psychiczną, obszar pracy, wypoczynku, stylu życia itp.). Drugi trend podkreśla zmienność zdrowia, zarówno w czasie, jak i w odniesieniu do zmian dokonujących się w jednostce i jej otoczeniu. Kolejną tendencją jest rozpatrywanie zdrowia w kategoriach potencjału sprzyjającemu wzrostowi i adaptacji do ograniczeń i wymagań środowiska. Wreszcie widoczny jest nurt, w którym odpowiedzialność za własne zdrowie leży przede wszystkim w rękach podmiotu. Zdrowie często bywa też odnoszone do szczęścia lub związane jest z wysoką jakością życia (Za: Gałuszka, Diec, 2014, s. 169).

Jak zauważa Agata Chabior, „(...) choroba jest wpisana w życie każdego człowieka. Zaburza w nim porządek duchowy i psychiczny. Stanowi swoisty element cielesnej kondycji człowieka, tak jak starzenie się i śmierć. Choroba wyzwala różne postawy wobec niej. (...) Choroba jako integralna część ludzkiego życia rozciąga się na jego płaszczyzny: cielesną, psychiczną i duchową. (...) Chorobę traktuje się jako element cielesnej, a przede wszystkim psychicznej kondycji człowieka, który wpływa na jego stan w każdej płaszczyźnie jednostkowego, rodzinnego i społecznego funkcjonowania”

(Fabiś, Wawrzyniak, Chabior, 2015, s. 274–275). Procesy chorobowe w starości przebiegają pod wieloma względami w odmienny sposób, niż ma to miejsce we wcześniejszych okresach życia. Niemal we wszystkich grupach chorób obserwuje się liniową zależność narastania z wiekiem częstości ich występowania. Dotyczy to szczególnie tak zwanych schorzeń cywilizacyjnych, takich jak cukrzyca, miażdżycy i nadciśnienie tętnicze, ale też nowotwory oraz zaburzenia w sferze psychicznej (Grodzicki, Kociemba, Skalska, 2007, s. 62).

Samoocenę stanu zdrowia uznano za relatywnie dobry miernik stanu zdrowia. Niska ocena stanu zdrowia – zasadniczy wykładnik jakości życia zależnej od zdrowia – jest w dużym stopniu objaśniana złym samopoczuciem seniorów. Przekonują o tym liczne dolegliwości zgłaszane przez osoby starsze. Najczęściej wymieniane jest zmęczenie, bóle głowy i bezsenność (deklaruje je ok. 70% osób w podeszłym wieku), a także bóle stawów i kręgosłupa oraz dolegliwości sercowo-naczyniowe (uskarża się na te choroby po prawie 60% seniorów). Zgłaszane jest też osłabienie widzenia (40% osób), jak również osłabienie słuchu i upośledzenie lokomocji (po ok. 32%), czy też zawroty głowy, zaburzenia równowagi i upadki (ok. 30%). Co czwarta starsza osoba wskazuje na zaburzenia neurologiczne, a co piąta na zaburzenia w oddawaniu moczu (Grodzicki, Kociemba, Skalska, 2007, s. 43–44). Wysokie odsetki wymienionych dolegliwości wskazują na współwystępowanie wielu z nich, co pośrednio świadczy o wielochorobowości i wielonarządowym charakterze patologii w tym wieku.

W krajach rozwiniętych, wraz z wydłużaniem się życia zwiększa się zapadalność na niektóre, jeśli nie większość chorób. Dane statystyczne z USA wskazują, że do najczęstszych chorób przewlekłych u osób powyżej 70 roku życia należą: zapalenie stawów – 58%, nadciśnienie tętnicze – 45%, choroby serca – 28%, nowotwory – 19%, cukrzyca – 12% oraz udar mózgu – 9%. Wymagają one stosowania leków o różnych mechanizmach działania, niekiedy przez wiele lat (Drzewoski, Kasznicki, 2008, s. 285).

Suplementy diety – leki z „telewizyjnej apteki”

W procesie starzenia fizjologiczne zmniejszenie rezerwy czynnościowej narządów powoduje, że załamanie czynności jednego narządu często w krótkim czasie wywołuje dysfunkcje kolejnych. Ta tzw. wielochorobowość, która jest typowym problemem medycyny geriatrycznej pociąga za sobą konieczność jednoczesnego stosowania wielu leków, a to z kolei zwiększa ryzyko wystąpienia działań niepożądanych i interakcji między stosowanymi preparatami leczniczymi. „Co więcej, działania niepożądane w przypadku ich nierozpoznania stają się dodatkowym schorzeniem wymagającym leczenia. W ten sposób wytwarza się typowa geriatryczna kaskada zapisywania leków” (Wieczorkowska-Tobis, Rajska-Neumann, 2010, s. 269).

Chociaż ludzi starych cechuje wielochorobowość, ograniczona sprawność fizyczna i zwiększone zapotrzebowanie na profesjonalną opiekę, to nie mogą oni liczyć na profesjonalną opiekę, co skutkuje pogłębianiem się niesprawności, znieдоłączaniem

i uzależnieniem od osób trzecich oraz wzrostem zapotrzebowania na wsparcie instytucjonalne, opiekuńcze i socjalne (Mielczarek, 2014, s. 329). Można nawet spotkać się z opiniami, że ludzie starzy to grupa najbardziej zaniedbana medycznie. Poza tym, pogarszający się wraz z upływem lat poziom zdrowia i sprawności osób starych oraz malejąca w związku z tym ich samodzielność powodują, że nasila się potrzeba korzystania z pomocy lub wręcz opieki ze strony osób trzecich oraz ponoszenia znacznych kosztów na lekarstwa i pomoc medyczną (Bojanowska, 2012, s. 19).

Współcześnie termin „zdrowie” oraz jego korelaty są coraz częściej wykorzystywane również w przekazach reklamowych. Zwiększa się liczba komunikatów szeroko pojętego marketingu społecznego, bezpośrednio nawiązujących do problematyki zdrowia i jego zagrożeń. Dotyczą one dwóch zasadniczych obszarów działania: podawania informacji i porad na temat zdrowia, chorób, śmiertelności i sposobów zapobiegania powyższym problemom, ułatwiania dostępu do metod ochrony zdrowia i leczenia, czynienia ich bardziej przyjaznymi dla pacjenta (Piasecka, 2008, s. 97). Wśród dominujących w kampaniach reklamowych motywów można odnotować problematykę zapobiegania chorobom i ich skutkom oraz ich zwalczania lub leczenia.

Reklama jest publiczną prezentacją (przekazywaniem informacji o produktach masowej konsumpcji do bardzo wielu osób); medium oddziałującym w silnie perswazyjny sposób (wielokrotne powtarzanie informacji reklamowych); subiektywną informacją eksponującą pozytywne cechy firmy/institucji/organizacji i jej produktów/usług; zróżnicowanym i ekspresywnym oddziaływaniem na zmysły ludzkie przy wykorzystaniu dźwięku, fotografii, obrazu, dźwięku itp.; bezosobowym przekazem promocyjnym (Piasecka, 2008, s. 105). Z kolei Bogusław Kwarciak ujmuje reklamę jako sumę informacji i perswazji. Informacja dotyczy promowanego produktu, a perswazja związana jest z oddziaływaniem na zachowanie, uczucia i poznanie odbiorcy drogą racjonalną, odbieraną w sposób świadomy i emocjonalny, jednak – uświadamianą tylko częściowo (za: Piasecka, 2008, s. 104).

Największą ilość reklam z udziałem seniorów generuje przemysł farmaceutyczny i zielarski (tzw. reklamy „medyczne”). Wizerunek osób starszych wykorzystywany jest zwłaszcza w reklamach preparatów przeznaczonych do leczenia dolegliwości łączonych najczęściej z wiekiem dojrzałym i zaawansowanym takich, jak: bóle stawów, spadek sprawności umysłowej oraz problemy z układem trawiennym (Malarowicz-Jakubów, 2016, s. 308). Jak zauważa Ewa Zierkiewicz, „oglądając reklamy telewizyjne i natrafiając na reklamy zamieszczane w prasie kobiecej można spostrzec, że występująca w nich starość jest przede wszystkim chora: na serce, na stawy, na reumatyzm, na choroby wieńcowe, na brak pamięci itp.” (za: Stefaniak-Hrycko, 2012 s. 91). I rzeczywiście, zupełnie inaczej niż w reklamach „familijnych”, „estetycznych” bądź „eksperyckich”, tutaj ludzie starsi pojawiają się wyjątkowo często. Mają problemy niemal ze wszystkim: od serca począwszy na pamięci skończywszy. O niedoborze witamin nie wspominając.

Seniorzy sięgają więc po odpowiedni do odczuwanych dolegliwości produkt, najczęściej w postaci suplementu diety bądź rzadziej, lek dostępny w aptekach bez recepty. W reklamach telewizyjnych pojawiają się, zatem głównie preparaty na bóle mięśni i stawów, dolegliwości układu krążenia, kłopoty z pamięcią, niedobór witamin. Poniżej scharakteryzowane zostaną pokrótce najbardziej „popularne” produkty farmaceutyczne, zalecane w przypadku występowania bólów mięśni, kości i stawów. Oto one¹: a) *Opokan* – preparat wskazany jako lek przeciwzapalny i przeciwbólowy w bólach kostno-stawowych i mięśniowych w przebiegu chorób reumatoidalnych i zwyrodnieniowych stawów; b) *Dolgit* – stosowany przy artretyzmie i reumatyzmie; wskazany do miejscowego leczenia reumatyzmu mięśniowego, chorób zwyrodnieniowych i zapalnych stawów i kręgosłupa, stanów zapalnych tkanek miękkich stawów, w sztywności barku, bólach krzyża, w następstwie zranień i urazów; c) *Voltaren Max* – żel, opracowany specjalnie z myślą o osobach cierpiących na długotrwałe bóle stawów, które przeszkadzają im w wykonywaniu codziennych czynności oraz dla osób cierpiących na chorobę zwyrodnieniową stawów. Jest lekiem działającym przeciwbólowo, przeciwzapalnie i przeciwobrzękowo w różnego rodzaju bólach kostno-stawowych, urazach ścięgien, więzadeł, mięśni i stawów; d) *Artikon MSM* – przeznaczony dla osób dążących do utrzymania prawidłowego funkcjonowania elementów narządu ruchu, takich jak chrząstka stawowa i kości; polecany w szczególności dla osób aktywnych fizycznie oraz obciążonych wysiłkiem fizycznym, a także dla osób w podeszłym wieku.

Warto jeszcze zwrócić uwagę na to, że w reklamach pojawiają się produkty na dolegliwości związane z układem krążenia (*Polocard* i *NeoMag Cardio*), na kłopoty z pamięcią (*Bilomag Plus*) oraz na niedobór witamin – preparaty witaminowe (*Vita-Miner Senior*, *D-Vitum forte Osteo*, *Apetizer senior*).

Pojęcie „suplement diety” wydaje się brzmieć fachowo, natomiast zgodnie z prawem oznacza on po prostu żywność, ponieważ „Suplementy diety określane są jako produkty stanowiące źródło skoncentrowanych składników odżywczych i innych składników o działaniu fizjologicznym” (Bojnarowicz, Dźwigulska, 2012, s. 427). Podobnie jak inne produkty tej kategorii (np. nabiał czy warzywa) suplementy diety zawierają określone substancje odżywcze, jednak w bardziej skoncentrowanej formie. Dzięki temu mogą być przyjmowane w różnych postaciach, np. tabletek, ampulek, saszetek czy syropu, umożliwiających przyjęcie odpowiednich porcji. Podstawowym celem ich stosowania jest uzupełnianie normalnej diety bądź ewentualnych niedoborów w diecie.

Coraz więcej jest na rynku produktów, których skład, wygląd oraz przeznaczenie mogą sugerować, że stanowią one „odpowiedniki” lub nawet „zastępują lek”. Leki - zarówno te na receptę, jak i bez recepty - to produkty o potwierdzonym badaniami działaniu leczniczym lub profilaktycznym, udowodnionym w procesie rejestracji. Suplementy diety mogą w pewnym stopniu działać na organizm (wywołując efekt

1 Informacje przygotowano w oparciu o treści zaczerpnięte z ulotek preparatów (suplementów diety)

fizjologiczny), jednak nie leczą ani nie zapobiegają chorobom. „Suplementy diety są źródłem składników odżywczych, które mogą obniżyć ryzyko pojawienia się niektórych chorób. Należy pamiętać jednak, że reklama i prezentacja suplementów diety nie może przypisywać im właściwości zapobiegania chorobom lub ich leczenia, a także nie powinny odwoływać się do takich właściwości” (Bojnarowicz, Dźwigulska, 2012, s. 428).

„Suplementacja zdrowia” seniorów, czyli jak szybko odzyskać sprawność, aktywność i radość życia

Kategorią niezwykle ważną dla wszystkich ludzi jest jakość życia, która w okresie starości nabiera szczególnego znaczenia. Największe znaczenie w kształtowaniu jakości życia najstarszego pokolenia mają w kolejności następujące czynniki: zdrowie fizyczne; bezpieczeństwo ekonomiczne, czyli dysponowanie stabilnym i adekwatnym dochodem służącym zaspokojeniu potrzeb podstawowych; towarzystwo, koleżeństwo i życie społeczne; życie rodzinne; funkcjonalne zdrowie, czyli zdolność do samoobsługi i samoopieki; doświadczanie miłości i opieki ze strony potomstwa (Zbigniew Woźniak, Za: Fabiś, Wawrzyniak, Chabior, 2015, s. 257). Zdrowie jest wyznacznikiem jakości życia. Umożliwia zaspokojenie potrzeb, utrzymywanie więzi i komunikacji ze środowiskiem społecznym, realizowanie własnych planów w sferze pełnionych ról społecznych i w życiu prywatnym oraz pozwala człowiekowi bez przeszkód uczestniczyć w kulturze i zajęciach rekreacyjno-sportowych.

Zdrowie nabiera szczególnego znaczenia w podeszłym wieku, ponieważ warunkuje funkcjonowanie jednostki na poziomie fizjologicznym, psychologicznym i społecznym. Zakończenie etapu aktywności zawodowej i wychowanie potomstwa (które opuszcza dom), wiąże się z wycofaniem seniora z wcześniej pełnionych ról. Stan jego zdrowia warunkuje dalsze funkcjonowanie i wchodzenie w nowe role – emeryta, babci, dziadka, singla z powodu śmierci współmałżonka itp. (Błaszczuk, Rynkowska, 2014, s. 180). Dobre zdrowie gwarantuje człowiekowi możliwość przyjemnego spędzenia czasu. Pozwala na samodzielność, dłuższe życie i większą radość. Ciesząc się względnie dobrym zdrowiem, senior może zachować aktywność i przeżyć dobrą starość.

Starość wiąże się jednak z całą gamą przypadłości dotyczących w równym stopniu kobiet i mężczyzn. Wizerunek osób starszych wykorzystywany jest zwłaszcza w reklamach preparatów przeznaczonych do leczenia dolegliwości łączonych najczęściej z wiekiem dojrzałym i zaawansowanym, takich jak: bóle stawów, spadek sprawności umysłowej, dolegliwości sercowo-naczyniowe oraz problemy z układem trawiennym. W reklamach leków i suplementów diety seniorów przedstawia się sympatycznie i z empatią. Nic dziwnego, jeśli to do nich, jako grupy społecznej i wiekowej, skierowana jest oferta reklamowa i to oni mają kupić (kupować) prezentowane i zachwalane produkty medyczne.

Stosowanie reklamowanych preparatów medycznych ma zapewnić seniorom, jak już wcześniej wspomniano, zachowanie aktywności, sprawności i radości życia – w bardzo

krótkim czasie i z dużą skutecznością. Stan dobrego samopoczucia jest, jak się wydaje, na wyciągnięcie ręki. Wystarczy wziąć eksponowaną w reklamie „cudowną tabletkę” lub ampulkę, zażyć odpowiedni syrop albo zastosować niezawodny żel bądź krem.

Niezwykła skuteczność stosowanych przez seniorów preparatów ukazana zostanie na przykładzie suplementów diety szczególnie zalecanych przy bólach mięśniowych i kostno-stawowych. Oto, bowiem na oczach odbiorców reklam dokonuje się „cudowna przemiana” ludzi w podeszłym wieku. Wystarczy posmarować stawy kolanowe żelem *Voltaren Max*, a efekt jest wręcz „piorunujący”: tytułowa „babcia skacze jak kangur” i „babcia daje radę” jak stwierdza z zachwytem wnuczek, gdy babcia wraz z nim dziarsko ćwiczy na huśtawce wagowej. Wnuczek dokonuje zarazem odkrycia sekretu takiego zachowania babci – to żel spowodował, że babcię nie bołą już kolana i może z powodzeniem wspólnie uczestniczyć z nim w zabawach. Z podobną sytuacją mamy do czynienia w przypadku stosowania kremu *Dolgit* przez osoby cierpiące na bóle stawów – babcię opiekującą się wnukiem i starszego mężczyznę łowiącego ryby na jeziorze. Dla kobiety ból w ramieniu był tak silny, że nie była w stanie bawić się z wnukiem, a wędkarz już nie był w stanie łowić ryb (i oczywiście wiosłować łódką). „W końcu pomógł mi ten żółty krem z apteki” stwierdza mężczyzna, a kobieta dodaje z przekonaniem: „*Dolgit* krem, nie znam nic lepszego”. *Dolgit*, żółty krem z apteki, niezawodny na bóle stawów, pozwala na wykonywanie codziennych czynności, zabawę z wnukiem (babcia), realizowanie swojej pasji (wędkarz).

Kolejny preparat przeciwbólowy to *Opokan*, stosowany w bólach kostno-stawowych i mięśniowych. Znowu na przykładzie kobiety i mężczyzny (ale w odrębnych reklamach) pokazano skuteczność kolejnego produktu farmaceutycznego. Dominujące przesłanie to zwrot „bez bólu przez cały dzień i całą noc”. Kobieta występująca w reklamie informuje: „Jeszcze nie tak dawno bóle reumatyczne nie dawały mi żyć, do momentu, kiedy przyjaciółka poleciła mi *Opokan*”, a mężczyzna narzeka: „Przez lata dokuczały mi bóle stawów i kręgosłupa”. W obydwu przypadkach *Opokan* odmienił życie tych ludzi. Jak zgodnie mówią, już jedna (!) tabletką skutecznie uwalnia ich od bólu. Pozwala bez trudu wykonywać codzienne czynności. Dla seniora nie sprawia już problemu podnoszenie dużej skrzyni z jabłkami, mycie samochodu, noszenie na naręczu drewna do kominka, podnoszenie do góry wnuka czy też taniec z małżonką. Kobieta również bez trudu podnosi do góry wnuczkę, dźwiga koszyk z zakupami, pokonuje schody, podlewa kwiaty i przygotowuje ciasto w kuchni. Teraz życie tych seniorów z *Opokanem* wygląda zupełnie inaczej, a kobieta stwierdza dobitnie: „Dla mnie *Opokan* jest najskuteczniejszy, nie zamienię go na nic innego”. A kapsułki *Artikonu MSM* również pozwalają na wykonywanie bez trudu różnych czynności – w reklamie pokazano zabawę dziadka z wnuczką na huśtawce wagowej. Przekaz dla odbiorcy jest jasny, stawy seniora działają bez zarzutu.

Należy podkreślić jeszcze, iż w trakcie reklamowania suplementów diety należy przestrzegać obowiązujących w tym zakresie dwóch reguł. „Pierwsza z nich mówi, że reklama suplementu diety nie może wprowadzać w błąd w szczególności, co do

charakterystyki suplementu, w tym jego nazwy, rodzaju, właściwości, składu, ilości, trwałości, źródła lub miejsca pochodzenia, metod wytwarzania lub produkcji oraz przez przypisywanie środkowi spożywczemu działania lub właściwości, których nie posiada, a także przez sugerowanie, że środek spożywczy posiada szczególne właściwości, jeżeli wszystkie podobne środki spożywcze posiadają takie właściwości. Druga reguła mówi o tym, że reklama nie może przypisywać suplementowi diety właściwości zapobiegania chorobom lub ich leczenia ani odwoływać się do takich właściwości” (Bojnarowicz, Dźwigulska, 2012, s. 431). Można powiedzieć zatem, że opisane powyżej preparaty przeciwbólowe ani nie leczą, ani też nie zapobiegają chorobom. One po prostu skutecznie uwalniają seniorów od bólu stawów, kości, kręgosłupa i mięśni, jak zapewniają o tym osoby starsze występujące w reklamie.

Wizerunek seniora w reklamie farmaceutycznej

Media nieustannie podkreślają korzyści płynące z „posiadania” zdrowego ciała i w tym kontekście formułują odpowiednie przekazy reklamowe, dotyczące stosowania różnych preparatów medycznych i suplementów diety. Z jednej strony, przedstawiane są różne banalne problemy osób starszych, między innymi bóle stawów i kręgosłupa, zagrożenie zmarszczkami, dolegliwości sercowe, wzdęcia, nietrzymanie moczu itp. Z drugiej zaś widzimy sielski, reklamowany obraz świata po „suplementacji”. Obraz zadbanych, radosnych i szczęśliwych seniorów.

Starsze osoby obecne w reklamach farmaceutycznych czy też medycznych na ogół przedstawiane są w relacjach z najbliższymi – najczęściej z wnukami, jak wynika to z przeprowadzonej powyżej analizy reklamowanych preparatów na bóle mięśni i kostno-stawowe. Portretowane są najczęściej w przyjemnej dla oka scenerii: w ogrodzie, w parku, na placu zabaw, w domu (salon, kuchnia, sypialnia), rzadziej na ulicy czy też nad wodą. Wspomniany kontekst rodzinny wiąże się z najpopularniejszą rolą pełnioną przez starsze osoby, a więc z rolą babć i dziadków. W takich reklamach starsi bohaterowie troszczą się nie tylko o własne zdrowie, ale również o swoich wnuków.

Wraz z poprawą stanu zdrowia widocznej przemianie ulega styl życia seniora. Wcześniej przygarbiony i ponury, poruszający się z wysiłkiem i z grymasem bólu wykonujący codzienne czynności, teraz może na nowo korzystać z uciech doczesności, „czerpać z życia”. Teraz wreszcie może cieszyć się życiem, realizować swoje pasje. Może wiosłować i łowić ryby (*Dolgit*), dbać o kwiaty i wykonywać różne prace w kuchni (*Opokan*), spacerować z partnerem i z psem w parku (*Vita Miner Senior*). „Odrobinę upraszczając, można powiedzieć, że wszystkie te reklamowane produkty są poniekąd lekami na starość, bowiem osoba, która pierwotnie posiadała szereg cech typowych dla starców (samotna, zgarbiona, nieszczęśliwa, schorowana), staje się pogodną osobą w podeszłym wieku, niepozabawioną poczuciem humoru i energii” (Stefaniak-Hrycko, 2012, s. 91).

Seniorzy pojawiający się w rozpatrywanej grupie reklam są uśmiechnięci, schludnie ubrani, z miłą aparycją, wyzwalający w odbiorcach pozytywne nastawienie i wrażenie.

„Jednak radosne twarze starszych ludzi zdają się mówić, że w tym właśnie momencie utrwalonym w reklamie, osiągają pełnię szczęścia, mogą przebywać wraz z najbliższymi” (Stefaniak-Hrycko, 2012, s. 90). Najczęściej zaś odnosi się to do ulubionego przez seniorów towarzystwa wnuków, sprawowania opieki nad nimi. Babcie i dziadkowie, jak pokazują niektóre reklamy (*Voltaren Max*, *Dolgit*, *Artikon MSM*, *D-Vitum forte Osteo*), bardzo chętnie uczestniczą wspólnie z wnukami w różnych zabawach (najczęściej na huśtawce wagowej lub rzucanie latającymi dyskami). Inne obrazy dotyczą opieki nad wnukami, odbierania ich z przedszkola i szkoły (*Dolgit*, *Opokan*) lub uczestnictwa w uroczystościach i przedstawieniach przedszkolnych i szkolnych (*Polocard*). Bardzo trafnie ujęto to w reklamie *Polocardu*: „Pamiętaj, twoje serce bije nie tylko dla Ciebie”.

Na podstawie przeprowadzonej analizy reklamowanych preparatów medycznych można stwierdzić, iż ogólny wizerunek seniora w nich przedstawiany jest bardzo pozytywny. Zazwyczaj w równej mierze pojawiają się w przekazach TV zarówno dojrzałe kobiety, jak i starsi mężczyźni, i zazwyczaj przypisywane są im role babci i dziadka. W komunikacji podkreślane są najczęściej takie wartości jak ciepło, bliskie więzi z rodziną, opiekuńczość, aktywność. Bardzo rzadko w reklamach medykamentów seniorzy występują samodzielnie, jako np. samodzielna atrakcyjna kobieta czy atrakcyjny mężczyzna, która lub który realizuje własne pasje, zainteresowania.

Reasumując, trzeba koniecznie podkreślić, że nie „wyleczymy się” suplementami diety. „Na bóle mięśni i stawów”, „na serce”, „na wzrok”, „na wątrobę”, „wzmacniające odporność”, „na problemy z apetytem”, „oczyszczające z toksyn” itp. – niezależnie od przekazów reklamowych suplementy diety nie leczą ani nie zapobiegają chorobom. Niektóre składniki znajdujące się w lekach występują także w suplementach diety. W tym przypadku ich zawartość lub stężenie jest jednak niższe, przez co nie wykazują działania leczniczego. Prezentowane w reklamach TV suplementy diety na bóle mięśni i kostno-stawowe także nie leczą tych dolegliwości ani nie zapobiegają chorobom mięśni, kości, stawów i kręgosłupa. Wspomniane preparaty „uwalniają” po prostu ludzi starych od bólu, pozwalają im na wykonywanie codziennych czynności, na realizowanie swoich pasji, na opiekę nad wnukami. Nie potrzebują żadnej recepty na stosowanie zalecanych (zachwalanych) produktów medycznych. Ich recepta na zdrowe życie jest właśnie stosowanie *Opokanu*, *Dolgitu*, *Voltarenu* i *Artikonu*. Przynajmniej tak to wynika z przekazu reklamowego – bardzo sugestywnego, przekonującego. Przecież seniorzy są tak radosni, szczęśliwi i zadowoleni z życia. Nie pozostaje, zatem nic innego, jak po obejrzeniu spotu reklamowego sięgnąć np. po *Opokan*? I sprawdzić, czy rzeczywiście zażycie jednej tabletki dokonuje cudu?

Bibliografia

- Błaszczuk K., Rynkowska D., 2014, *Zdrowie seniorów wobec czynników ryzyka* [w:] *Historyczno-społeczne aspekty starzenia się i starości*, M. Stawiak-Ossosińska, A. Szplit (red.), Kielce, s. 180–189.
- Bojnarowicz H., Dźwigulska P., 2012, *Suplementy diety. Część I. Suplementy diety a leki – porównanie wymagań prawnych*, „Hygeia Public Health”, nr 47 (4), s. 427–432.

- Bojanowska E., 2012, *Ludzie starsi w rodzinie i społeczeństwie*, [w:] *O sytuacji ludzi starszych*, J. Hryniewicz (red.), Warszawa, s. 19–32.
- Butrym-Kawczyńska Z., 2008, *Wyzwania rodziny: zdrowie, choroba, niepełnosprawność, starość*, Lublin.
- Drzewoski J., Kasznicki J., 2008, *Odrębności farmakoterapii wieku podeszłego* [w:] *Aspekty medyczne starzenia się człowieka*, M. Karasek (red.), Łódź, s. 285–298.
- Fabiś A., Wawrzyniak J., Chabior A., 2017, *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*, Kraków.
- Gałuszka A., Diec A., 2014, *Seniorzy wobec wyzwań współczesności. Rozumienie zdrowia – perspektywa osobista i zawodowa* [w:] *Historyczno-społeczne aspekty starzenia się i starości*, M. Stawiak-Ossosińska A. Szplit (red.), Kielce, s. 160–179.
- Grodzicki T., Kociemba J., Skalska A. (red.), 2007, *Geriatry z elementami gerontologii ogólnej. Podręcznik dla lekarzy i studentów*, Gdańsk.
- Grzeszczak I., 2004, *Stereotyp starości* [w:] *Zdrowie człowieka i jego edukacja gerontologiczna*, Kuchcińska M. (red.), Bydgoszcz, s. 117–124.
- Kawczyńska-Butrym Z., 2008, *Wyzwania rodziny: zdrowie, choroba, niepełnosprawność, starość*, Lublin.
- Kostka T., 2010, *Rehabilitacja i aktywność ruchowa osób w starszym wieku* [w:] *Geriatry. Wybrane zagadnienia*, K. Galus (red.), Wrocław, s. 277–288.
- Kostka T., 2008, *Znaczenie aktywności ruchowej w podeszłym wieku* [w:] *Aspekty medyczne starzenia się człowieka*, M. Karasek (red.), Łódź, s. 264–283.
- Krasnowska G., Sikora T., 2011, *Suplementy diety a bezpieczeństwo klienta*, „Żywność. Nauka. Technologia. Jakość”, nr 4 (77), s. 5–23.
- Leszczynska-Rejchert A., 2005, *Człowiek starszy i jego wspomaganie w stronę pedagogiki starości*, Olsztyn.
- Malarowicz-Jakubów A., 2016, *Osoby starsze jako konsumenci reklam*, „Gerontologia Polska”, nr 24, s. 307–311.
- Mielczarek A., 2014, *Wykluczenie społeczne ludzi starych – źródła, przejawy, konsekwencje*, [w:] *Starość darem, zadaniem i wyzwaniem. Wybór materiałów konferencyjnych*, A. Zych (red.), Dąbrowa Górnicza, s. 315–336.
- Piasecka A., 2008, *Komunikowanie wartości zdrowia w polskich kampaniach społecznych – wymiar edukacyjny*, Toruń.
- Piekarska J., Piekarski W., 2017, *Aktywny senior. Jak zachować sprawność intelektualną w podeszłym wieku?*, Warszawa.
- Stefaniak-Hrycko A., 2012, *Starość w reklamie telewizyjnej – śmiesz czy przeraża?*, „Nowiny Lekarskie”, nr 1 (81), s. 89–95.
- Szarota Z., 2007, *Społeczne wykluczanie starości – edukacyjna riposta*, [w:] *Edukacja dorosłych wobec zjawiska marginalizacji*, Fabiś A. (red.), Mysłowice, s. 85–99.
- Tchorzewski A., 2004, *Starość, jej sens i znaczenie w procesie wychowania i rozwoju człowieka*, [w:] *Zdrowie człowieka i jego edukacja gerontologiczna*, Kuchcińska M. (red.), Bydgoszcz, s. 97–101.
- Wieczorkowska-Tobis K., Rajska-Neumann A., 2010, *Odmienność farmakoterapii geriatrycznej*, [w:] *Geriatry. Wybrane zagadnienia*, Galus K. (red.), Wrocław, s. 257–276.
- Zych A., 2008, *Przekraczając smugę cienia. Szkice z gerontologii i tanatologii*, Kraków.

Małgorzata Rozenbajgier

Międzypokoleniowa transmisja wartości w percepcji studentów

DOI 10.24917/24500232.142.6

Słowa kluczowe: transmisja wartości, proces uczenia się, rodzice, dzieci

Keywords: transmission of values, learning, parents, children

INTERGENERATIONAL TRANSMISSION OF VALUES IN STUDENTS' PERCEPTION

Abstract:

Upbringing is a process during which values and norms of conduct are transferred within a family. In spite of many changes taking place within the family itself and its surrounding environment, the family preserves these values and adjusts them to contemporary times. Its impact is particularly essential due to the affectional bond linking adults and children and their susceptibility to diverse influences. The article will present results from research on the subject.

Międzypokoleniowa transmisja wartości

Międzypokoleniowa transmisja wartości jest procesem, który zawiera ciągłość pokoleniową w ujęciu pokolenia historycznego w odniesieniu i w korelacji z systemem akceptowanych i przekazywanych wartości, postaw oraz zachowań (czyli wskazuje na podobieństwo między rodzicami a dziećmi). Występująca zależność odzwierciedla ciąg wpływów i zależności związanych z przekazywaniem wzorów kulturowych, etycznych i społecznych bliskich pokoleniu rodziców i dziadków oraz innych członków rodziny. „Tworzona koalicja opiera się na metodzie modelowania, na internalizacji wartości wzorów oraz wpływów intencjonalnych i spontanicznych. Proces ten polega na przekazywaniu wartości ważnych dla rodziców poprzez specyficzny kontakt ze swoimi dziećmi. Wartości istnieją tylko w szczególnych warunkach [...] w obrębie złożonego układu, który nazwiemy «sytuacją aksjologiczną», której ośrodkiem, a zarazem czynnikiem decydującym o jej powstaniu jest człowiek, [...] obdarzony

świadomością i wolnością, zdolny do autorefleksji i twórczości” (Elżanowska 2012; Brzozowski 2007, s. 46–87; Nowak 2001, s. 9–12; Wróblewska 2000, s. 45–47; Pietrzak 2007, s. 37–42; Trojnieł 2006, s. 18–20).

Tworzenie się systemu wartości przebiega na bazie wewnętrznych doświadczeń i odczuć osoby oraz w kontaktach z ludźmi (Maslow 1971; Chałas 2006, s. 45–89), czyli w myśl systemowego rozumienia rodziny, odbywa się w relacji i interakcji. Dzięki procesowi uczenia się obserwacyjnego dziecko nabywa nowe formy zachowania poprzez obserwację modelu (w tym wypadku rodzica), ale bez naśladowania jego reakcji w sposób jawny i mimo tego, że zachowania te często nie posiadają żadnej wartości instrumentalnej dla dziecka (Bandura 1992; Kowalewska 2001, s. 398–400; Magda 2000, s. 11–14). Jest to możliwe dzięki procesowi tzw. *abstrakt modeling* (modelowanie abstrakcyjne), który jest ważną częścią uczenia się obserwacyjnego, a dzięki któremu obserwator uczy się nie tylko obserwowanych u modelu zachowań, ale leżących u jego podstaw systemów wartości, sposobów rozwiązywania problemów, standardów samooceny (Bandura 1992; Ostrowska 2007, s. 18–26; Żywczoł 2006, s. 70–84; Wójcik 2006, s. 25).

Z czasem dziecko zaczyna realizować ukazywane wartości nie pod wpływem przymusu, ale świadomego wyboru i dzięki temu może samodzielnie kierować swoim postępowaniem, ponosząc za nie odpowiedzialność.

Zdaniem E. Elżanowskiej (2012, s. 97–114) „system wartości człowieka służy mu do opisu i oceny świata, a wyraża się to w tym, że zjawiska, fakty, obiekty są przez niego uważane za szczególnie ważne. Wartości mają wpływ na kierunek i sposób zachowania w różnych sytuacjach życiowych, są więc regulatorem świadomego i celowego działania. Jednak samo uznanie wartości za ważne nie ma bezpośredniego wpływu regulacyjnego na zachowanie człowieka, dopóki nie uzyska wysokiego statusu w hierarchii tych wartości (Reykowski 1977, s. 762–825; Róg 2004, s. 11–18; Wagner 2005, s. 36–79; Jasioneł 2006, s. 27–69) i jeśli nie zostanie odpowiednio opracowane poznawczo. To opracowanie poznawcze (Tomaszewski 1984, s. 84–98) polega na nadaniu wartości treści subiektywnej w oparciu o posiadane przez człowieka doświadczenie. Treści nadawane wartościom są efektem oddziaływań wychowawczych (Taraszewski 1985, s. 363–375; Blanco 2003, s. 41–58; Olbrycht 2002, s. 52–73). Początkowo dziecko przyjmuje wartości i treści, które się z nimi kryją, w postaci, w jakiej są przekazywane od osób znaczących. Taki pierwotny, zewnętrzny system wartości dzięki oddziaływaniom wychowawczym rodziców zostaje stopniowo uwewnętrzniony, a w konsekwencji uznany za własny i realizowany w życiu”.

Wartości rodziców wywierają wpływ na zachowanie się dziecka, niezależnie od jego wieku, poprzez fakt, że rodzina stanowi dla niego grupę odniesienia (Bulla 1987, s. 76–97; Łopatkowa 2006, s. 46–71) i w ten sposób wyznacza m.in. perspektywę poznawczą i hierarchię wartości dziecka (Ziółkowska 1981, s. 46–87; Talarczyk 2004, s. 8–10; Róg, Orzechowska 2004, s. 11–18). Rodzice w procesie socjalizacji dziecka przekazują mu wiedzę o świecie oraz gotowe schematy ujmowania rzeczywistości. Przez zamierzone i niezamierzone oddziaływania wychowawcze, słowne deklaracje

i konkretne zachowania dostarczają wzorców postępowania i ukierunkowują moralnie (Bulla 1987, s. 76–97; Chrobak 2001, s. 15; Denek 2000, s. 4–13; Noga 2004, s. 11–12). Dziecko za pośrednictwem procesu identyfikacji, naśladownictwa, modelowania, internalizację, asymiluje wartości oraz ich systemy, tworząc stopniowo własną hierarchię wartości (Ziemska 1977, s. 58–74; Tysza 1986, s. 254–298; Ostrowska 2004, s. 5–7; Łobocki 2002, s. 89–134; Rembowski 1979, s. 79–92, Elżanowska 2012, s. 100; Klimek 2001, nr 4, s. 5–8).

W rodzinie dokonuje się proces socjalizacji, poznawania ról społecznych oraz kształtuje się umiejętność życia w społeczeństwie.

Badania własne

Celem podjętych badań było poznanie wartości przekazywanych przez rodziców dzieciom ze środowiska miejskiego i wiejskiego w retrospektywnym ujęciu studentów. W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego oraz technikę ankiety. Do badań opracowano autorski kwestionariusz ankiety, w którym zawarto pytania otwarte i zamknięte. Badani mieli możliwość udzielania wielokrotnej wypowiedzi. Kwestionariusz ankiety przygotowano w oparciu o klasyfikację wartości opracowaną przez R. Jedlińskiego i M. Rokeacha (Łobocki 2004, s. 99–102).

W badaniach uczestniczyło 235 studentów (w tym 114 pochodzących ze środowiska miejskiego oraz 121 pochodzących ze środowiska wiejskiego). Badania przeprowadzono na terenie Małopolski w 2017 roku.

Wyniki badań

W poniższych zestawieniach tabelarycznych oraz graficznie przedstawiono uzyskane wyniki badań.

Tabela 1. Wartości religijne przekazywane przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenci pochodzący z miasta N = 114		Studenci pochodzący ze wsi N = 121			
	L	%	L	%	L	%
Wiara w Boga	102	89,5	105	86,8	207	88,1
Wiedza o Bogu	68	59,6	60	49,6	128	54,5
Wiara w zbawienie	53	46,5	56	46,3	109	46,4
Umiejętność przebaczenia	69	60,5	82	67,8	151	64,2
Wiara w życie wieczne	48	42,1	43	35,5	91	38,7
Miłość Boga	64	56,1	70	57,8	134	57,0
Rodzice nie przekazywali takich wartości	6	5,3	3	2,5	9	3,8

Źródło: badania własne

Wielu rodziców przekazuje wartości religijne swoim dzieciom. W grupie studentów pochodzących z miasta najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące takich wartości jak: wiara w Boga (89,5%), umiejętność przebaczenia (60,5%), wiedza o Bogu (59,6%) oraz miłość Boga (56,1%).

Rodzice studentów pochodzących ze wsi również przekazywali wartości religijne a wśród nich najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące takich wartości jak: wiara w Boga (86,8%), umiejętność przebaczenia (67,8%), wiedza o Bogu (49,6%), miłość Boga (57,8%), wiara w zbawienie (46,3%).

Zauważyć można, że wystąpiły niewielkie różnice w wynikach badań obu grup studentów. Różnice te dotyczą wiedzy o Bogu, umiejętności przebaczenia oraz wiary w życie wieczne.

Dla ogółu badanych najważniejsze i najczęściej wybierane wartości religijne dotyczyły wiary w Boga (88,1%) oraz umiejętność przebaczenia (64,2%).

Ten model przekazywanych wartości jest związany z kulturą i tradycją polskich rodzin, z których większość to rodziny katolickie. Dla tych rodzin wartości religijne są bardzo ważne i niezbędne w życiu.

Tabela 2. Wartości uniwersalne przekazywane przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenci pochodzący z miasta N = 114		Studenci pochodzący ze wsi N = 121			
	L	%	L	%	L	%
Dobro	102	89,5	102	84,3	204	86,8
Prawda	95	83,3	98	81,0	193	82,1
Wzajemna pomoc	98	86,0	107	88,4	205	87,2
Wrażliwość na potrzeby innych	87	76,3	81	66,9	168	71,4
Bliskie koleżeństwo	38	33,3	34	28,1	72	30,6
Odwaga	53	46,5	45	37,2	98	41,7
Wytrwałość	68	59,6	66	54,5	134	57,0
Posłuszeństwo	65	57,0	63	52,1	128	54,5
Grzeczność	83	72,8	80	66,1	163	69,4
Samokontrolę	50	43,9	30	24,8	80	34,0
Niezależność	54	47,4	44	36,4	98	41,7
Pokój	51	44,7	38	31,4	89	37,9
Szacunek	5	4,4	2	1,7	7	3,0

Źródło: Badania własne

Z grupy studentów pochodzących z miasta najwyższy odsetek wśród wartości uniwersalnych uzyskały wypowiedzi dotyczące: dobra (89,5%), wzajemnej pomocy

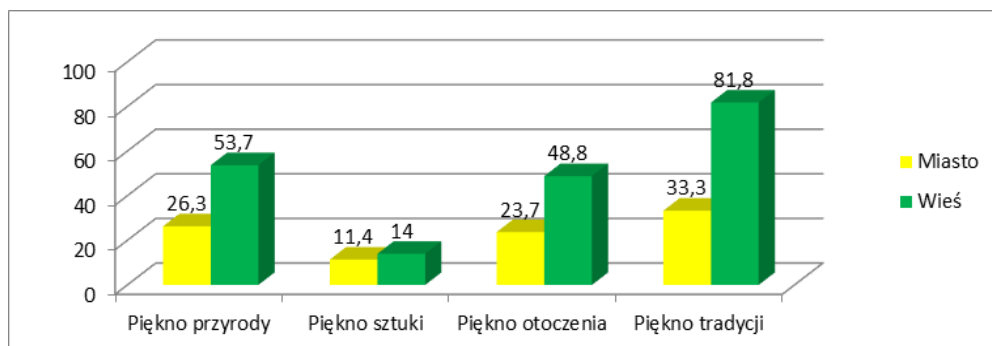
(86,%), prawdy (83,3%), wrażliwości na potrzeby innych (76,3%), grzeczności (72,8%), wytrwałości (59,6%), posłuszeństwa (57%).

Z kolei studenci ze wsi najczęściej wskazywali takie wartości, jak: wzajemna pomoc (88,4%), dobro (84,3%), prawda (81%), wrażliwość na potrzeby innych (66,9%), grzeczność (66,1%), wytrwałość (54,5%) i posłuszeństwo (52,1%).

Między wynikami badań obu grup wystąpiły niewielkie różnice (tabela 2).

W grupie ogółu badanych najczęściej wybierane wartości uniwersalne to: wzajemna pomoc (87,2%), dobro (86,8%) oraz prawda (82,1%).

Rodzice przekazując te wartości dzieciom chcieli je dobrze przygotować do podejmowania i pełnienia ról społecznych. Posiadanie wielu pozytywnych cech ułatwi im nawiązywanie relacji i wywiązywanie się z powierzonych obowiązków.



Wykres 1. Wartości estetyczne przekazywane przez rodziców (badani z miasta N = 114, badani ze wsi N = 121)

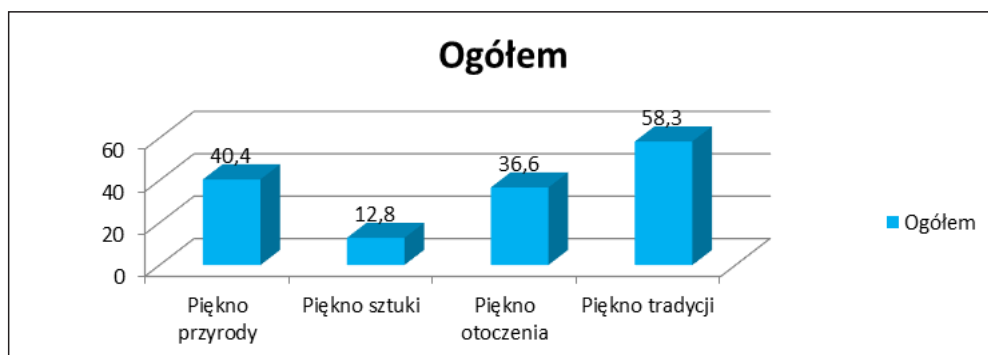
Na wykresie 1 oraz 2 przedstawiono wyniki badań dotyczące wartości estetycznych. Najwyższy odsetek wśród wypowiedzi badanych z miasta dotyczy: piękna tradycji (33,3%), piękna przyrody (26,3%), piękna otoczenia (23,7%).

Wśród badanych ze środowiska wiejskiego najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi: piękno tradycji (81,8%), piękno przyrody (53,7%), piękno otoczenia (48,8%) .

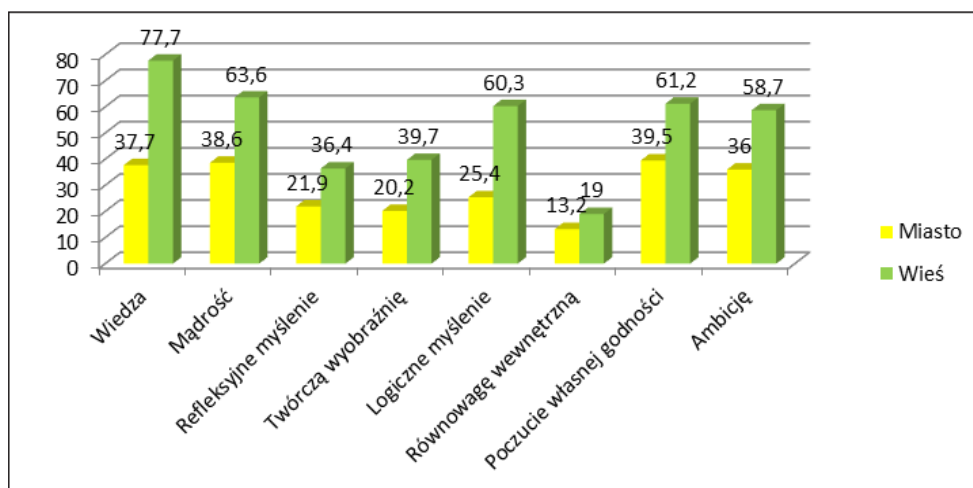
Znaczne różnice w wynikach badań dotyczą: piękna tradycji, piękna przyrody oraz piękna otoczenia (wykres 1).

Najczęściej wybierane wartości estetyczne w grupie ogółu badanych to piękno tradycji (53,3 %) oraz piękno przyrody (40,4%).

Wartości estetyczne wzbogacają wszechstronny rozwój dziecka, dlatego też rodzice przekazywali je dzieciom. Wiążą się one z poprawą jakości życia w obszarze kultury dnia codziennego i rosnących aspiracji oraz oczekiwań jak również godniejszego i piękniejszego życia.



Wykres 2. Wartości estetyczne przekazywane przez rodziców w opinii ogółu badanych (ogółem N = 235)



Wykres 3. Wartości poznawcze przekazywane przez rodziców (badani z miasta N = 114, badani ze wsi N = 121)

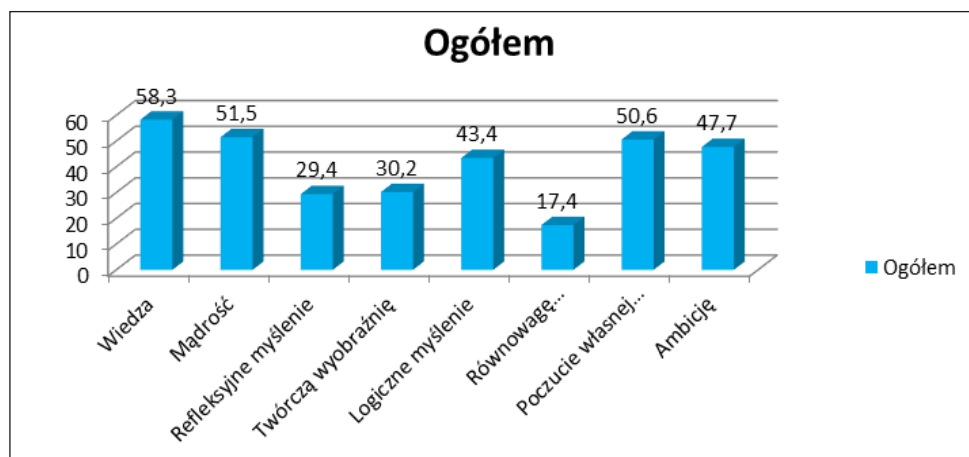
Wyniki badań zaprezentowane na wykresie 3 oraz 4 przedstawiają dane dotyczące wartości poznawczych. W grupie badanych z miasta najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące: poczucia własnej godności (39,5%), mądrości (38,6%), wiedzy (37,7%), ambicji (36%).

Wśród studentów ze wsi najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące: wiedzy (77,7%), mądrości (63,6%), logicznego myślenia (61,2%), logicznego myślenia (60,3%), ambicji (58,7%).

Między wynikami badań obu grup wystąpiły znaczne różnice (wykres 3).

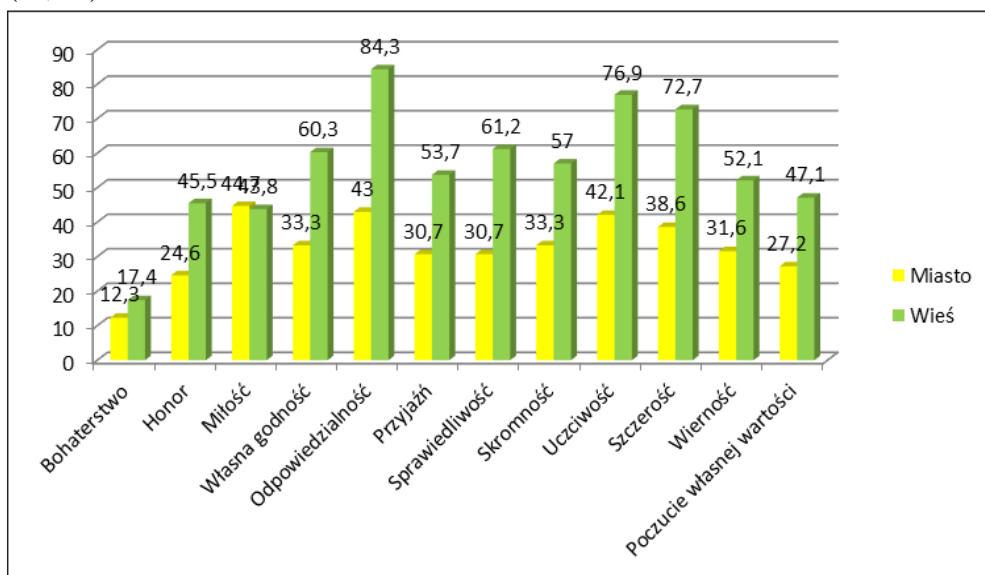
Dla ogółu badanych istotnymi i najczęściej wybieranymi wartościami poznawczymi była: wiedza (58,3%), mądrość (51,5%) oraz poczucie własnej wartości (50,6%).

Wartości poznawcze były zdecydowanie częściej wybierane przez badanych ze wsi, co sugeruje, że dla tej grupy badanych wartości te są cenione i ważne w życiu. Może to obrazować wzrost aspiracji edukacyjnych mieszkańców wsi.

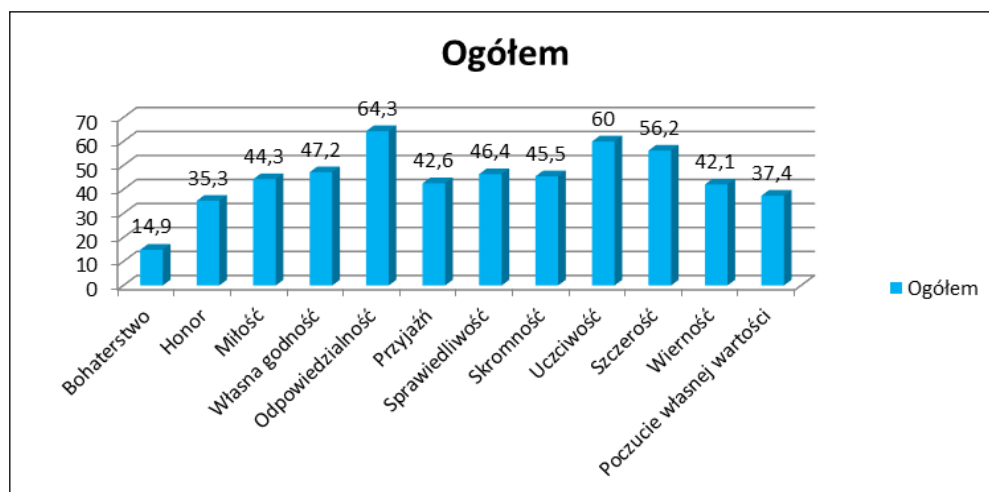


Wykres 4. Wartości poznawcze przekazywane przez rodziców w opinii ogółu badanych (ogółem N = 235)

Wyniki badań zamieszczone na wykresie 5 oraz 6 ilustrują dane dotyczące wartości moralnych. Najwyższy odsetek wśród wypowiedzi badanych z miasta dotyczy: miłość (44,7%), odpowiedzialność (43%), uczciwość (42,1%), szczerść (38,6%), skromność (33,3%).



Wykres 5. Wartości moralne przekazywane przez rodziców (badani z miasta N = 114, badani ze wsi N = 121)



Wykres 6. Wartości moralne przekazywane przez rodziców w opinii ogółu badanych (ogółem N = 235)

Najczęściej wybieranymi wartościami moralnymi w grupie ogółu badanych była: odpowiedzialność (64,3%), uczciwość (60%) oraz szczerowość (56,2%).

Wartości moralne były bardzo często przekazywane przez rodziców. Zdecydowanie częściej przekazywano je w środowisku wiejskim. W tym środowisku wartości te są szczególnie ważne, co potwierdzają wyniki badań. Wartości moralne są cechami cenionymi i pożądanymi w rozmaitych grupach społecznych i zawodowych a także w rodzinach, dlatego też rodzice przekazywali je dzieciom.

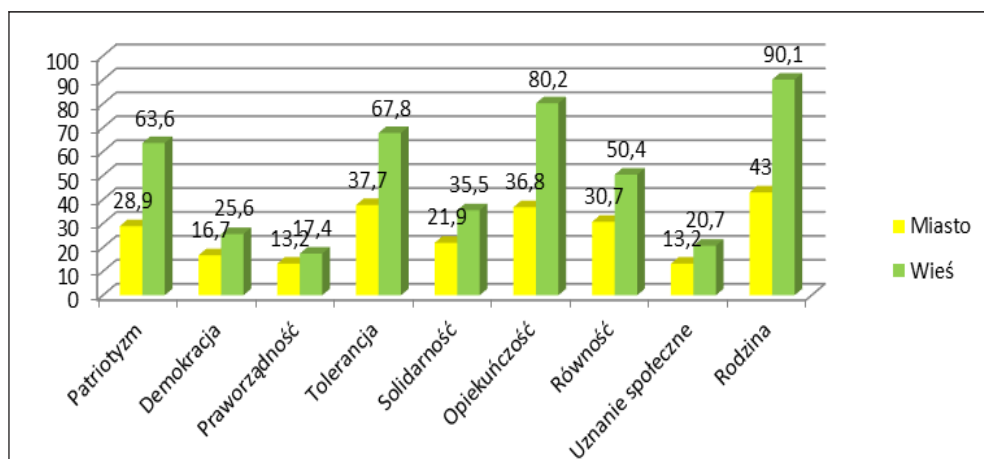
Przedstawione wyniki badań na wykresie 7 oraz 8 przedstawiają dane dotyczące wartości społecznych. W grupie badanych z miasta najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące: rodziny (43%), tolerancji (37,7%), opiekuńczości (36,8%), równości (30,7%), patriotyzmu (28,9%).

W grupie studentów ze wsi najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące: rodziny (90,1%), opiekuńczości (80,2%), tolerancji (67,8%), patriotyzmu (63,6%), równości (50,4%).

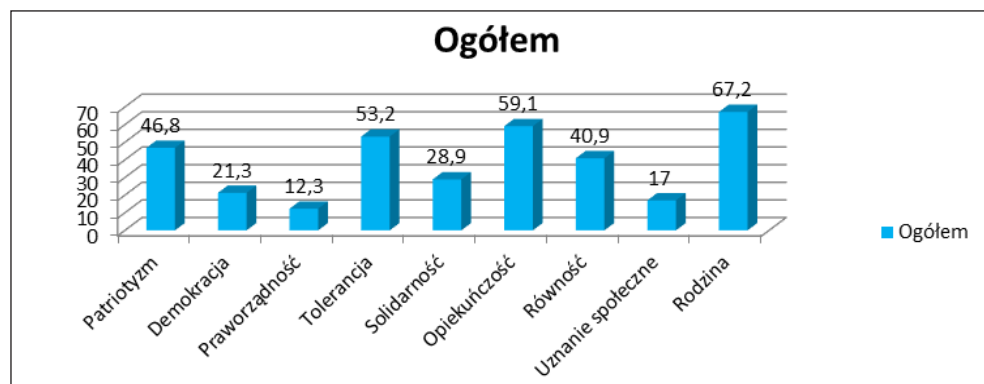
Wartościami społecznymi najczęściej wybieranymi przez studentów była rodzina (67,2%), opieka (59,1%) oraz tolerancja (53,2%).

Wartości społeczne takie jak rodzina, opiekuńczość, tolerancja, patriotyzm oraz równość i solidarność to cechy niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania społeczeństwa. Badani cenią te wartości, które mogą służyć innym, w tym społeczeństwu i krajowi.

Między wynikami badań obu grup wystąpiły znaczne różnice (wykres 7).



Wykres 7. Wartości społeczne przekazywane przez rodziców (badani z miasta N = 114, badani ze wsi N = 121)



Wykres 8. Wartości społeczne przekazywane przez rodziców w opinii ogółu badanych (ogółem N = 235)

Tabela 3. Wartości witalne przekazywane przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenci pochodzący z miasta N = 114		Studenci pochodzący ze wsi N = 121			
	L	%	L	%		
	Wiedza o zdrowiu	66	57,9	68	56,2	134
Siłę	36	31,6	40	33,1	76	32,3
Dbłość o własne zdrowie	95	83,3	94	77,7	189	80,4
Dbłość o czystość	96	84,2	104	86,0	200	85,1

Źródło: badania własne

Z grupy studentów pochodzących z miasta najwyższy odsetek wśród wartości witalnych uzyskały wypowiedzi dotyczące: dbałości o czystość (84,2%), dbałości o własne zdrowie (83,3%), wiedzy o zdrowiu (57,9%).

Najwyższy odsetek wśród wartości witalnych uzyskały wypowiedzi studentów ze wsi dotyczące: dbałości o czystość (86,%), dbałości o zdrowie (77,7%), wiedzy o zdrowiu (56,2%).

Między wynikami badań obu grup wystąpiły niewielkie różnice (tabela 3).

Wartości te są obecnie bardzo popularne wśród wielu młodych i starszych osób. Wielu z nich aktywnie uprawia sport, korzysta z siłowni lub chodzi na basen. Popularność tych wartości potwierdzają uzyskane wyniki badań. Wartości te wpisują się również w wiele programów profilaktycznych i prozdrowotnych.

Tabela 4. Wartości pragmatyczne przekazywane przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenci pochodzący z miasta N = 114		Studenci pochodzący ze wsi N = 121			
	L	%	L	%	L	%
Zaradność	85	74,6	90	74,4	175	74,5
Spryt	53	46,5	41	33,9	94	40,0
Talent	35	30,7	37	30,6	72	30,6
Gotowość pracy	79	69,3	83	68,6	162	68,9
Obowiązkowość	101	88,6	99	81,8	200	85,1

Źródło: Badania własne

Wśród studentów pochodzących z miasta najwyższy odsetek wśród wartości pragmatycznych uzyskały wypowiedzi: obowiązkowość (88,6%), zaradność (74,6%), gotowość pracy (69,3%).

W grupie studentów ze wsi najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące: obowiązkowości (81,8%), zaradności (74,4%), gotowości pracy (68 %). Wynikami badań obu grup nie wykazują znaczących różnic (tabela 4).

Wartości pragmatyczne najczęściej wybierane przez ogół badanych dotyczyły obowiązkowości (85,1%), zaradności (74,5%) oraz gotowości podjęcia pracy (68,9%).

Rodzice starają się uczyć swoje dzieci radzenia sobie w różnych czasach trudnych sytuacjach życiowych, dlatego wartości takie jak: zaradność, spryt, gotowość pracy jak również obowiązkowość są szczególnie cenne dla młodego człowieka. Wartości te wyrażają również promowanie postaw aktywnych, kreatywnych oraz świadomość potrzeby samodzielności i odpowiedzialności za swój los i własny rozwój.

Tabela 5. Wartości prestiżowe przekazywane przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenci pochodzący z miasta N = 114		Studenci pochodzą- cy ze wsi N = 121			
	L	%	L	%	L	%
Dążenie do sławy	3	2,6	5	4,1	8	3,4
Dążenie do kariery	38	33,3	40	33,1	78	33,2
Dążenie do władzy	1	0,9	4	3,3	5	2,1
Dążenie do posiadania majątku	13	11,4	19	15,7	32	13,6
Dążenie do posiadania pieniędzy	33	28,9	33	27,3	66	28,1
Dostatnie życie	65	57,0	54	44,6	119	50,6
Dążenie do wiedzy	2	1,8	5	4,1	7	3,0
Nie przekazywano tych wartości	1	0,9	11	9,1	12	5,1

Źródło: Badania własne

W grupie badanych z miasta najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące: dostatnie życie (57%), dążenie do kariery (33,3%), dążenie do posiadania pieniędzy (28,9%).

Badania sugerują, że u 0,9% przypadków nie przekazywano takich wartości.

Najwyższy odsetek wśród wartości prestiżowych uzyskały wypowiedzi studentów ze wsi dotyczące: dostatnie życie (44,6%), dążenie do kariery (33,1%), dążenie do posiadania pieniędzy (27,3%). W tej grupie badanych u 9,1% przypadków rodzice nie przekazywali takich wartości.

Między większością wyników badań obu grup wystąpiły niewielkie różnice. Za- uważać jednak można istotną różnicę dotyczącą wypowiedzi: dostatnie życie gdzie wyższy odsetek uzyskali studenci z miasta (57%), (tabela 5).

Z wartości prestiżowych w grupie ogółu badanych najczęściej wybierane było dostatnie życie (50,6%).

Dla wielu młodych ludzi awans społeczny i kariera są cennymi wartościami, które czasami dominują nad wartościami rodzinnymi. Młodzi ludzie chcieliby mieć dostatnie życie i realizować się w pracy zawodowej uzyskując kolejne stopnie awansu zawodowego co prowadzi do kariery zawodowej.

Wśród studentów pochodzących z miasta najwyższy odsetek wśród wartości hedonistycznych uzyskały wypowiedzi: szczęścia (80,7%), radości (77,2%), zadowolenia (57%), zabawy (44,7%).

W grupie studentów ze wsi najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące: szczęścia (83,5%), radości (75,2%), zadowolenia (57,9%), zabawy (54,5%).

Między większością wyników badań obu grup wystąpiły niewielkie różnice. Za- uważać jednak można większą różnicę dotyczącą wypowiedzi: zabawa gdzie wyższy odsetek uzyskali studenci ze wsi (54,5%), (tabela 6).

Tabela 6. Wartości hedonistyczne przekazywane przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenci pochodzący z miasta N = 114		Studenci pochodzący ze wsi N = 121			
	L	%	L	%	L	%
Radość	88	77,2	91	75,2	179	76,2
Zadowolenie	65	57,0	70	57,9	135	57,4
Zabawa	51	44,7	66	54,5	117	49,8
Szczęście	92	80,7	101	83,5	193	82,1
Przyjemność	50	43,9	56	46,3	106	45,1

Źródło: Badania własne

Cenione wartości hedonistyczne i najczęściej wybierane przez grupę ogółu badanych dotyczyły szczęścia (82,1%), radości (76,2%) oraz zadowolenia (57,4%).

Wartości hedonistyczne są często promowane w szeroko rozumianych mediach. Dlatego też rodzice przekazując te wartości chcieliby, by ich dzieci doświadczwały szczęścia, radości i zadowolenia. Wartości te dodają energii każdemu człowiekowi, pozwalają popatrzyć z nadzieją w przyszłość i lepiej sobie radzić z codziennością.

W grupie badanych z miasta wartości są przekazywane poprzez: rozmowę (91,2%), przekazywanie informacji (58,8%), własny przykład i podawanie innych przykładów (51,8%).

Najwyższy odsetek wśród sposobów przekazywania wartości uzyskały wypowiedzi studentów ze wsi dotyczące przekazywania wartości poprzez: rozmowę (91,7%), przekazywanie informacji (64,5%), własny przykład i podawanie innych przykładów (57%).

Wynikami badań obu grup nie wykazują znaczących różnic (tabela 7).

Najczęściej wybieranymi sposobami przekazywania wartości w grupie ogółu badanych była rozmowa (91,5%) oraz przykład rodzica i przekazywanie innych przykładów (54,5%).

Rodzice w różny sposób przekazywali wartości swoim dzieciom, najczęściej była to rozmowa ale też własny przykład. Wspólna rozmowa i przekazywanie wzorców postępowania jest szczególnie ważne w procesie wychowania. Dziecko poprzez obserwację rodzica modeluje jego postępowanie a wspólne rozmowy i spędzony czas zbliżają rodziców i dzieci. Będzie to owocować w przyszłości poprzez podobne zachowanie dorastających dzieci, które w swoich rodzinach będą postępować podobnie.

Wśród studentów pochodzących z miasta najwyższy odsetek wśród okoliczności przekazywania wartości uzyskały wypowiedzi: w trakcie wspólnych rozmów (70,2%), przy wykonywaniu obowiązków domowych (50,9%), w czasie spotkań rodzinnych (48,2%), w trakcie spędzania czasu wolnego (47,4%), w czasie świąt (44,7%).

W grupie studentów ze wsi najwyższy odsetek uzyskały wypowiedzi dotyczące: wspólnych rozmów (66,9%), w czasie świąt (53,7%), przy wykonywaniu obowiązków domowych (49,6%), przy każdej okazji (48,8%), w czasie spotkań rodzinnych (46,3%).

Wyniki badań obu grup nie wykazują znaczących różnic (tabela 8).

Tabela 7. Sposoby przekazywania wartości przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenci pochodzący z miasta N = 114		Studenci pochodzący ze wsi N = 121			
	L	%	L	%	L	%
Przez rozmowę	104	91,2	111	91,7	215	91,5
Poprzez oglądanie za- bytków	21	18,4	21	17,4	42	17,9
Poprzez własny przykład i podawanie innych przykładów	59	51,8	69	57,0	128	54,5
Poprzez przekazywanie informacji	67	58,8	78	64,5	145	61,7

Źródło: Badania własne

Tabela 8. Okoliczności przekazywania wartości przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenci pochodzący z miasta N = 114		Studenci pochodzący ze wsi N = 121			
	L	%	L	%	L	%
W czasie spotkań rodzinnych	55	48,2	56	46,3	111	47,2
W czasie świąt	51	44,7	65	53,7	116	49,4
W trakcie uczenia się	46	40,4	53	43,8	99	42,1
Przy wykonywaniu obowiązków domowych	58	50,9	60	49,6	118	50,2
W trakcie spędzania czasu wolnego	54	47,4	54	44,6	108	46,0
Przy każdej okazji	51	44,7	59	48,8	110	46,8
W trakcie wspólnych rozmów	80	70,2	81	66,9	161	68,5

Źródło: Badania własne

Różne sytuacje i okoliczności mogą sprzyjać przekazywaniu wartości dzieciom. W grupie ogółu badanych najczęściej wartości były przekazywane w trakcie wspólnych rozmów (68,5%), w czasie wykonywania obowiązków domowych (50,2%) oraz w czasie świąt (49,4%).

Podkreślić należy, że rodzice wykorzystywali różne sytuacje i okoliczności do przekazywania wartości. Bardzo ważne jest to, że te wartości były przekazywane i że rodzice nie szukali jakichś szczególnych okazji do ich przekazywania lecz przekazywali wartości w nadarzających się sytuacjach, które tylko sprzyjały przekazywaniu wartości.

W grupie studentów z miasta częstotliwość przekazywania wartości to: często (43,9%), bardzo często (43%), jednakże 0,9 % badanych wskazało, że nigdy nie były przekazywane wartości.

Najwyższy odsetek wśród częstotliwości przekazywania wartości uzyskały wypowiedzi studentów ze wsi dotyczące: często (50,4%), bardzo często (38,8%) natomiast 0,8% badanych wypowiedziało się, że wartości nie były przekazywane w ich rodzinie.

Uzyskane wyniki wskazują na podobieństwo obu grup w zakresie wartości deklarowanych jako te, które były przekazywane przez ich rodziców badań z obu grup nie wykazują znaczących różnic (tabela 9).

Tabela 9. Częstotliwość przekazywania wartości przez rodziców

Odpowiedzi	Badani				Ogółem N = 235	
	Studenti pochodzący z miasta N = 114		Studenti pochodzący ze wsi N = 121			
	L	%	L	%	L	%
Bardzo często	49	43,0	47	38,8	96	40,9
Często	50	43,9	61	50,4	111	47,2
Czasami	14	12,3	12	9,9	26	11,1
Nigdy	1	0,9	1	0,8	2	0,9

Źródło: Badania własne

Częstotliwość przekazywania wartości była różna. W grupie ogółu badanych najczęściej wybierana odpowiedź to: często (47,2%).

Motywy przekazywania wartości przez rodziców są różne. Poniżej zamieszczono kilka przykładowych wypowiedzi.

Abym mogła być dobrym człowiekiem dla społeczeństwa i bliskich osób, abym umiała się odnaleźć w każdej życiowej sytuacji.

Ponieważ sami utożsamiali się z tymi wartościami i pragnęli przekazać je następnym pokoleniom, chcieli, aby ich dzieci prowadziły życie w oparciu o wartości, rozwijały się, wiodły szczęśliwe życie kierując się wartościami.

Abyśmy byli ludźmi, którzy potrafią odróżnić dobro od zła, by nasze życie nie było marną drogą bez celu.

Rodzice sami żyją tymi wartościami, są dla nich priorytetowe.

Zależało im na naszej przyszłości, edukacji, zdobyciu dobrej pracy.

Ponieważ chcieli wychować mnie na mądrą odpowiedzialną osobę, wrażliwą na piękno otaczającego świata oraz innych ludzi i ich potrzeby. Dzięki temu wiem czym kierować się w życiu.

Rodzice przekazując wartości kierowali się różnymi motywami. Najczęściej przekazywali wartości dzieciom, by one wyrosły na dobrych i mądrych ludzi, którzy w przyszłości podejmą różne odpowiedzialne role społeczne. Przejęte wartości od rodziców pomogą im w wielu różnych sytuacjach życiowych i będą stanowiły pewnego rodzaju „drogowskaz postępowania”, które zapewne zostaną przekazane ich dzieciom stanowiąc ciągłość kulturową i narodową.

Analiza wyników badań

Z przeprowadzonych badań wynika, że rodzice przekazywali swoim dzieciom różne wartości. Najczęściej przekazywanymi wartościami religijnymi we wszystkich grupach badanych była wiara w Boga, umiejętność przebaczenia i miłość Boga.

Wśród wartości uniwersalnych najczęściej wybieranymi w grupie ogółu badanych była wzajemna pomoc, dobro, prawda i wrażliwość na potrzeby innych. Wartości te miały nieco więcej wyborów w grupie badanych z miasta.

Najczęściej wybieranymi wartościami estetycznymi w grupie ogółu badanych było piękno tradycji, piękno przyrody i piękno otoczenia. Wymienione wartości były zdecydowanie częściej wybierane przez badanych ze wsi. Wystąpiły duże różnice między obiema badanymi grupami.

Najważniejsze i najczęściej wybierane wartości poznawcze dla ogółu badanych to wiedza, mądrość, poczucie własnej wartości oraz ambicja. Wartości te były częściej wybierane przez badanych ze wsi. Zaznaczyły się tu duże różnice pomiędzy badanymi ze wsi i z miasta.

Wartości moralne najczęściej wybierane przez ogół badanych dotyczą odpowiedzialności, uczciwości, a także szczerości. W uzyskanych wynikach badań wystąpiły duże różnice między badanymi z miasta i ze wsi.

Najważniejsze i najczęściej wybierane wartości społeczne w grupie ogółu badanych to rodzina, opiekuńczość i tolerancja. Najwięcej wyborów tych wartości dokonali badani ze wsi co spowodowało duże różnice między obu grupami badań.

Wartości witalne najczęściej wybierane w grupie ogółu badanych dotyczą dbałości o czystość i własne zdrowie. Między obu grupami badań wystąpiły niewielkie różnice.

Wśród wartości pragmatycznych w grupie ogółu badanych wybory najczęściej dotyczyły obowiązkowości, zaradności i gotowości pracy. Różnice między obu grupami badań są niewielkie.

Wartości prestiżowe najczęściej wybierane przez ogół badanych dotyczyły dostatecznego życia. Więcej wyborów dokonali badani z miasta.

Najczęściej wybieranymi wartościami hedonistycznymi w grupie ogółu badanych było szczęście, radość i zadowolenie. Między obu grupami badań wystąpiły niewielkie różnice.

W opinii ogółu badanych rodzice przekazywali najczęściej wartości poprzez rozmowę, przekazywanie informacji oraz własny przykład. Różnice między obu grupami badanych są niewielkie.

Najczęstsze okoliczności przekazywania wartości zdaniem ogółu badanych to czas wspólnych rozmów, wypełnianie obowiązków domowych oraz w czasie Świąt. W obu grupach badanych wystąpiły niewielkie różnice.

Motywy przekazywania wartości przez rodziców były różne. Rodzice przekazując wartości chcieli przygotować swoje dzieci do odpowiedzialnego podejmowania ról społecznych i zawodowych oraz szczęśliwego życia w oparciu o wartości.

Podsumowanie

Badani z obu środowisk udzielili podobnych odpowiedzi co do wartości religijnych, uniwersalnych, witalnych, pragmatycznych, prestiżowych i hedonistycznych. W zakresie tych wartości nie występują zdecydowane różnice, co może świadczyć o jednorodności hierarchii wartości przekazywanych przez polskie rodziny zarówno z miast, jak i ze wsi.

Podobny odsetek wypowiedzi badanych dotyczył również sposobu przekazywania wartości oraz okoliczności i częstotliwości przekazywania wartości. W tym zakresie wyniki badań nie wykazały znaczących różnic.

Znaczące różnice w wypowiedziach badanych dotyczyły wartości estetycznych, poznawczych, moralnych, społecznych i prestiżowych. W środowisku wiejskim wyższy odsetek wypowiedzi dotyczył wartości estetycznych, poznawczych, moralnych i społecznych, a w środowisku miejskim wartości prestiżowych (dostatnie życie).

Z przeprowadzonych badań wynika, że rodzina przechowuje wartości, które sama otrzymała od swoich przodków i w wielu przypadkach żyje zgodnie z tymi wartościami. Rodzina przekazuje wartości swoim dzieciom w różnych sytuacjach i z różną częstotliwością. Istotne jest to, że wartości są przekazywane dzieciom i dzieci są uczone życia zgodnie z wartościami, które otrzymały. Zapewne wartości te pomogą im w życiu dorosłym samodzielnie i świadomie podejmować różne decyzje i dokonywać różnych wyborów.

Wyniki wyborów dokonywanych przez badanych dotyczących wartości uniwersalnych wpisują się w model człowieka poznającego wartości humanistyczne jako wiodące dla jednostek i społeczeństw szeroko rozumianego współlistnienia, norm i reguł społecznych ogólnie przyjętych za wiodące i obowiązujące.

Dorośle dzieci przejmą w przyszłości ważne zadanie transmisji wartości i wzorów przekazywanych kolejnemu pokoleniu, zachowując ciągłość i uniwersalność wzorów konstytuujących ludzkość i wzory cywilizacyjne.

Bibliografia

- Bandura A., 1992, *Observational learning* [w:] *Encyclopedia of learning and memory*, L.R. Squire (red.), Macmillan, New York.
- Bandura A., 1992, *Observational learning* [w:] *Encyclopedia of learning and memory*, L.R. Squire (red.), Macmillan, New York.
- Blanco L., 2003, *Wartości w życiu rodziny*, Wydawnictwo Jedność, Kielce.
- Brzozowski P., 2007, *Wzorcową hierarchia wartości : polska, europejska czy uniwersalna? : psychologiczne badania empiryczne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin.
- Bulla B., 1987, *Spostrzeganie hierarchii wartości rodziców przez młodzież a jej własna hierarchia wartości* [w:] *Orientacja dzieci i młodzieży w sytuacjach społecznych*, M. Jon, (red.), Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wyd. PAN, Wrocław-Warszawa-Kraków-Gdańsk-Łódź, s. 76-97.
- Chałas K., 2006, *Wychowanie ku wartościom : elementy teorii i praktyki*, T. 1, *Godność, wolność, odpowiedzialność, tolerancja*, Wyd. 2 popr., Wydawnictwo Jedność, Kielce.
- Chrobak S., 2001, *Wychowanie przez wartości*, „Gazeta Szkolna”, nr 3, s. 15.
- Denek K., 2000, *Wartości i cele edukacji szkolnej*, „Edukacja”, nr 3, dod. s. 4-13.
- Elżanowska H., 2012, *Międzypokoleniowa transmisja wartości w rodzinie*, „Studia z Psychologii w KUL”, Wyd. KUL, Lublin, tom 18, s. 97-114.
- Jasionek S., 2006, *Wychowanie moralne*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Filozoficzno-Pedagogicznej „Ignatianum”, Wydawnictwo Apostolstwa Modlitwy, Kraków.
- Klimek L., 2001, *Dokąd zmierza młodzież? : cele i dążenia życiowe współczesnej młodzieży*, „Opieka Wychowanie Terapia”, nr 4, s. 5-8.
- Kowalewska J., 2001, *Budowanie systemu wartości w programie wychowania*, „Wychowanie w Przedszkolu”, nr 7, s. 398-400.
- Łobocki M., 2002, *Wychowanie moralne w zarysie*, Impuls, Kraków.
- Łobocki M., 2004, *Teoria wychowania w zarysie*, Impuls, Kraków.
- Łopatkowa M., 2006, *Pedagogika serca w dobie globalizacji*, Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej im. Marii Grzegorzewskiej, Warszawa.
- Magda M., 2000, *Wrażliwość moralna a rozwój moralny człowieka*, „Wychowanie na co Dzień”, nr 1/2, s. 11-14.
- Maslow A.H., 1971, *New knowledge in human values*, Harper and Row, New York.
- Noga H., 2004, *Wzór osobowy jako nośnik wartości*, „Wychowawca”, nr 6, s. 11-12.
- Nowak D., 2001, *Młodzież wobec deklarowanych wartości*, „Wychowanie na co Dzień”, nr 7/8, s. 9-12.
- Olbrycht K., 2002, *Prawda, dobro i piękno w wychowaniu człowieka jako osoby*, Wyd. 2., Uniwersytet Śląski, Katowice.
- Ostrowska K., 2004, *Wartości w naszym życiu*, „Wychowawca”, nr 6, s. 5-7.
- Ostrowska K., 2007, *Wychowanie jako wprowadzenie w życie wartościowe*, „Problemy Opiekuńczo-Wychowawcze”, nr 1, s. 18-26.
- Pietrzak M., 2007, *Wartości w ocenie młodzieży licealnej*, „Nowa Szkoła”, nr 1, s. 37-42.
- Rembowski J., 1979, *Rodzina w świetle psychologii*, WSiP, Warszawa.
- Reykowski J., 1977, *Osobowość jako centralny system regulacji i integracji czynności człowieka* [w:] *Psychologia*, T. Tomaszewski (red.), PWN, Warszawa, s. 762-825.

- Róg A., Orzechowska M., 2004, *Wychowanie do wartości*, „Edukacja i Dialog”, nr 5, s. 11–18.
- Talarczyk M., 2004, *Znaczenie wartości*, „Wychowawca”, nr 6, s. 8–10.
- Taraszkiewicz M., 1985, *Wartości i cele osobiste młodzieży*, „Psychologia Wychowawcza” nr 4, s. 363–375.
- Tomaszewski T., 1984, *Ślady i wzorce*, WSiP, Warszawa.
- Trojnieł S., 2006, *Autorytet w procesie wychowania*, „Lider”, nr 11, s. 18–20.
- Tyszką Z., 1986, *Społeczna przynależność rodziny a sytuacja rodzinna dziecka* [w:] *Rodzina i dziecko*, M. Ziemska (red.), PWN, Warszawa, s. 254–298.
- Wagner I., 2005, *Stalność czy zmienność autorytetów : pedagogiczno-społeczne studium funkcjonowania i degradacji autorytetu w zmieniającym się społeczeństwie*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.
- Wójcik L., 2006, *Autorytet i rozsądek*, „Wychowawca”, 2006, nr 10, s. 25.
- Wróblewska W., 2000, *Transformacja a wartości cenione przez młodzież*, „Nowa Szkoła”, nr 4, s. 45–47.
- Ziemska M., 1977, *Rodzina a osobowość*, Wiedza Powszechna, Warszawa.
- Ziółkowski M., 1981, *Znaczenie – interakcja – rozumienie*, PWN, Warszawa.
- Żywczok A., 2006, *Poszanowanie godności człowieka – «klucz» pedagogicznego autorytetu*, „Chowanna”, T. 1, s. 70–84.

Joanna K. Wawrzyniak

Animator osób starszych – szansa na aktywizację osób w wieku 55+

DOI 10.24917/24500232.142.7

Słowa kluczowe: animator osób starszych, lider lokalny, aktywność seniorów, inkluzja społeczna, aktywność zawodowa 55+, polityka pro senioralna

Keywords: old people animator, senior activity, social inclusion, job activity, senior politics.

ANIMATOR OF SENIORS – ACTIVATION OF PEOPLE 55 PLUS

Abstract:

The article shows characteristic of a local leader and the tasks he is supposed to take in senior politics contexts. Author indicates the necessity of job activation of people 55+ considering new activity context for this group and social inclusion of elder people simultaneously. Realizing project in this area are being described as well.

Wprowadzenie

Polityka senioralna jest to ogół celowych działań organów administracji publicznej wszystkich szczebli oraz innych organizacji i instytucji, które realizują zadania kształtujące warunki godnego i zdrowego starzenia się. Rozumiana jest szeroko jako działania podejmowane w okresie całego życia człowieka, prowadzące do zapewnienia warunków wydłużenia aktywności – zarówno zawodowej, jak i społecznej oraz samodzielnego, zdrowego, bezpiecznego i niezależnego życia osób starszych.

Odpowiednio zaprojektowana i opracowana polityka senioralna, reagująca na aktualne, zmieniające się wyzwania rzeczywistości, jest istotnym elementem polityki społecznej.

Celem polityki senioralnej w Polsce jest wspieranie i zapewnienie możliwości aktywnego starzenia się w zdrowiu oraz możliwości prowadzenia w dalszym ciągu samodzielnego, niezależnego i satysfakcjonującego życia, nawet przy pewnych ogra-

niczeniach funkcjonalnych, np. takich jak konieczność sprawowania opieki nad rodzicami lub innymi osobami zależnymi (Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020).

Zasadniczym filarem długofalowej polityki prosenioralnej w Polsce zdaje się być zatem realizacja zadania wydłużania aktywności zawodowej i jednocześnie inkluzja potencjału osób starszych w sferze życia społecznego. Za osobę starszą (seniora) uważa się osobę co najmniej sześćdziesięcioletnią (60+), a definicja taka jest zgodna z przyjętą przez Pierwsze Światowe Zgromadzenie na temat Starzenia się Społeczeństw ONZ w 1982 r. Ze względu na specyfikę gospodarki kapitalistycznej oraz społeczeństwa postindustrialnego opartego na znaczącym udziale nowoczesnych technologii i kompetencji w pracy i życiu codziennym, za grupę wiekową spełniającą wymogi współczesnego rynku pracy w najmniejszym stopniu, uznaje się osoby w wieku 55+ (czyli grupa zawierająca się w tzw. przedpolu starości)¹. Stąd też w wielu przykładach aktywizacji i edukacji do/dla rynku pracy znajduje się ta kohorta jako obszar dla działań opisanych w założeniach polityki prosenioralnej.

W Polsce diagnozuje się tendencję panującą wśród pracowników 55+ do jak najszybszego przechodzenia na świadczenia emerytalne oraz istnienie szeregu możliwości korzystania z różnego rodzaju transferów socjalnych (także świadczeń rodzinnych czy pomocy społecznej), co znacząco wpływa na dezaktywizację na rynku pracy. Nie do przecenienia są, więc rozmaite działania zmierzające do wydłużania okresu kariery zawodowej, podniesienia kompetencji osób starszych, stworzenia przyjaznego im systemu pracy, w tym strategii szkoleń i podnoszenia kwalifikacji zawodowych.

Działania te są w pełni uzasadnione biorąc pod uwagę wskaźnik zatrudnienia osób w wieku 55–64 lata w Polsce (42,5% w 2014 r. wg danych Eurostatu) oraz o jednej z najniższych średnich wieku przechodzenia na emeryturę wśród państw europejskich – 58 lat (Adamczyk 2015).

Kluczową kwestią stają się kryteria i wskaźniki poziomu aktywności zawodowej i zatrudnienia, ale również bezrobocia osób 50+, gdyż pogłębia się niekorzystny wymiar danych dotyczących zatrudnienia w tej grupie wiekowej: w IV kwartale 2016 r. pracowało 16,3 mln Polaków, czyli o prawie 50 tys. (tj. o 0,3%) więcej niż w analogicznym okresie 2015 r., natomiast liczba pracujących w wieku 50+ zmniejszyła się o 23 tys. (0,5%) osób. Wskaźnik zatrudnienia w tej grupie spadł o 0,2 punkty procentowe (z 33,4% do 33,2%) przy wzroście o 0,6 p. proc w grupie 15–50 lat. W 2015 roku 60% kobiet w przedziale wiekowym 55–64 lata było biernych zawodowo z powodu emerytury, w przedziale wieku 65+ jest to już 90% (GUS 2016).

Wśród wielu przyczyn niskiego wskaźnika zatrudnienia osób w wieku 55+ wymienia się brak systemowych rozwiązań dotyczących podnoszenia kwalifikacji edukacyjnych, w tym: deficyt odpowiednich szkoleń i form uczenia się wspomagających skutecznie

1 Terminem tym posługuje się m.in. Piotr Szukalski dla określenia osób w wieku 46–65: P. Szukalski, 2009, *Plany związane z przechodzeniem na emeryturę osób na przedpolu starości*, [w:] *Ubezpieczenia społeczne. Teoria i praktyka*, Łódź, s. 10–15.

osoby w tej grupie wiekowej do przystosowania się, bądź lepszego funkcjonowania na rynku pracy, niewłaściwe podejście do potrzeb i predyspozycji osób szkolących się, niska podaż usług edukacyjnych w mniejszych miejscowościach oraz na obszarach wiejskich (Sergiejuk, Gajderowicz, Sztanderska 2010, s. 11–21).

Jednocześnie jako bariery w zatrudnianiu osób w tym wieku wskazywane są praktyki dyskryminacyjne (zwłaszcza na etapie rekrutacji) oraz okres ochronny jako podstawowy czynnik zniechęcający do zatrudniania osób w wieku przedemerytalnym. Zwieszaniu zatrudnienia w tej grupie może sprzyjać tworzenie programów szkoleniowych, w tym programów specjalnych adresowanych do najstarszych pracowników, planowanie i rozwój kariery zawodowej dostosowanej do możliwości i ambicji pracowników oraz wykonywanego zawodu, regulowany czas pracy, ewaluacja efektywności pracowników i efektów podejmowanego kształcenia, korzystanie z wiedzy i doświadczenia starszych pracowników poprzez tworzenie zespołów złożonych z pracowników w różnym wieku, mentoring.

Istotną przeszkodą w kształceniu się starszych pracowników jest także brak zachęt (w tym finansowych) do szkolenia się.

Wszystkie wymienione czynniki (bariery) wpływają w znaczącym stopniu na niską aktywność zawodową osób w okresie przedpola starości, a także emerytów (w tym przedwczesnych). Obecnie emerytami są osoby, które skorzystały z niej w wieku 60 lat (głównie kobiety) oraz w wieku 65 lat (mężczyźni). Sporą grupę stanowią osoby, którym przysługiwało prawo do wcześniejszych emerytur oraz osoby reprezentujące uprzywilejowane zawody (tzw. służby mundurowe, górnictwo, wymiar sprawiedliwości) kończące wcześniej niż inni karierę i/lub pobierający uposażenie emerytalne niezależnie od ilości zgromadzonych składek. W świetle obecnie obowiązujących przepisów, osoby te dezaktywują się zawodowo około 10 lat za wcześnie niż wskazuje na to dzisiejsze prawo emerytalne. Jednocześnie w związku z wydłużającym się życiem człowieka naturalną tendencją jest wydłużanie także okresu aktywności zawodowej, w zestawieniu z tendencją demograficzną zaś wskazuje się na konieczność wydłużania okresu pracy zawodowej ponad (każdy) wiek emerytalny.

Potrzeby w zakresie aktywności

Pracę zawodową uważa się za podstawową formę działalności człowieka, definiującą go w ciągu dorosłego życia, podstawę statusu społecznego i uznania, istotne źródło satysfakcji życiowej. Aktywność ta bywa konieczna w celu ponownego określenia (bądź podtrzymania) własnej tożsamości społecznej, zwłaszcza w przypadku osób trzeciego wieku – sprawnych i często chcących pracować.

Ze względu na rosnącą liczbę osób starszych w społeczeństwie i jednocześnie zmniejszającą się liczbę potencjalnych przyszłych pracowników, jednym z najistotniejszych celów polityki społecznej jest wspieranie aktywnego starzenia się i wydłużanie okresu życia zawodowego w celu utrzymania bądź pozyskania odpowiedniego

poziomu zatrudnienia osób w wieku dotąd uznawanym za poprodukcyjny. Jest to priorytet społeczny i ekonomiczny większości krajów europejskich (zapisany w wielu dokumentach strategicznych UE, m.in. w *Biała księga. Plan na rzecz adekwatnych, bezpiecznych i stabilnych emerytur* 2012).

Prognozowane do roku 2060 wielkości związane z koniecznością wydłużania życia zawodowego ponad przyjęty obecnie wiek emerytalny, ze względu na brak gwarancji odpowiednich środków utrzymania w starości, wynoszą: 7,9 lat dla mężczyzn i 6,5 roku dla kobiet, zatem bezdyskusyjną koniecznością stają się programy aktywizacji zawodowej skierowane do osób w późnej dorosłości.

Znaczącym problemem jest zatem, iż osoby w przedpolu starości są traktowane w naszej gospodarce jako „prawie emeryci”, przez co ich potencjał jest niedoceniany na rynku pracy. Jednocześnie cele Strategii Lizbońskiej dla krajów Unii Europejskiej zakładają zatrudnienie w tej grupie wiekowej na poziomie 50%. Polacy jednak zakładają wczesne przechodzenie na emeryturę nad dłuższą karierę zawodową, dlatego zintensyfikowanie działań na rzecz większej zatrudnialności osób 50+ z jednej strony i edukacja dorosłych w kierunku uświadamiania korzyści z długiego życia zawodowego z drugiej, powinny być priorytetem zarówno w polityce społecznej, jak i w systemie kształcenia (edukacji formalnej, pozaformalnej, w mediach).

Niska aktywność zawodowa i społeczna seniorów często pociąga za sobą inne skutki, np. zmniejszenie akceptacji dla nich ze strony otoczenia, budowanie negatywnego stereotypu seniorów, ich dyskryminację, a w efekcie ich ekskluzję, wycofanie i życie w samotności, patologizację życia codziennego (uzależnienia, izolacja) będących zarówno skutkiem, jak i przyczyną przedwczesnego wycofania się z aktywności.

Uczestnictwo seniorów w życiu społecznym i zawodowym jest determinowane licznymi czynnikami, jak: płeć (kobiety częściej podejmują aktywność społeczną), wykształcenie (im wyższe, tym wyższy poziom aktywności), stan zdrowia, środowisko rodzinne, warunki bytowe (im gorsze, tym mniejsza aktywność), doświadczenia i poziom aktywności we wcześniejszych fazach życia, miejsce zamieszkania (w miastach jest więcej ofert spędzania czasu wolnego) oraz istnienie i działalność instytucji kulturalnych w najbliższym otoczeniu. Wpływ tych czynników powoduje, że w Polsce seniorzy częściej poświęcają czas na czynności pasywne (oglądanie telewizji, rozmowy ze znajomymi, odpoczynek), względnie pasywne (czytanie książek, słuchanie radia, komputer) prace domowe, jak naprawy domowe, ogródek, zajmowanie się wnukami, pomoc dorosłym dzieciom².

Mobilizacja kapitału społecznego (a także intelektualnego) seniorów nie jest zadaniem łatwym zważywszy na brak tradycji w tym zakresie oraz przedkładanie problemów

2 Na tego rodzaju formy aktywności seniorów zwraca uwagę m. in. Andrzej Klimczuk, *Kapitał społeczny ludzi starych na przykładzie mieszkańców miasta Białystok*, Wiedza i Edukacja, Lublin 2012, s. 94–107; Sposoby spędzania czasu na emeryturze, Komunikat z badań, CBOS BS/106/2012, Warszawa; RAPORT *Instytucje wobec potrzeb osób starszych*, Instytutu Rozwoju Służb Społecznych, Warszawa, grudzień 2010 r., s. 38–45.

o charakterze zdrowotnym i finansowym, a także codziennych prac na rzecz rodziny, ponad kwestie działalności społecznej, obywatelskiej czy edukacyjnej. Z tego względu coraz częściej wskazuje się na potrzebę oddziaływań na rzecz zmiany ról i pozycji osób starszych w społeczeństwie, zwłaszcza w świetle prognoz demograficznych i gospodarczych, poprzez szeroko wdrażane i realizowane na dużą skalę projekty o charakterze aktywizacyjnym oraz edukacyjnym, także w wymiarze międzypokoleniowym. Coraz ważniejsze staje się także wspieranie seniorów w aktywności zawodowej i ekonomicznej (Chabior, Krawczyk-Blicharska, 2014). Duże znaczenie może mieć w tej kwestii istnienie i inicjowanie lokalnych, oddolnych działań wśród seniorów, wspieranie ich, angażowanie i uświadamianie korzyści z dłuższej aktywności społecznej.

W tym kontekście niezwykle ważnym działaniem, bez którego nie sposób prawidłowo zrealizować aktywizację, zdaje się być diagnoza potrzeb co do form aktywności, w jakie angażować mieliby się seniorzy. Dużą wartość mogą mieć lokalne diagnozy tego rodzaju; W wymiarze ogólnopolskim danych jakościowo-ilościowych dostarczył raport zespołu Instytutu Rozwoju Służb Społecznych (2010, s. 112–121)³. Z treści raportu dowiadujemy się, że starsze pokolenie jest najmniej aktywne w środowisku lokalnym, choć dla większości z nich jest to jedyne środowisko, w jakim funkcjonują po zaprzestaniu pracy zawodowej. W szerszej aktywności społecznej starszego pokolenia (65+), mierzonej uczestnictwem w organizacjach społecznych, partiach, grupach religijnych itd. bierze udział 12,5% ludzi starych.

Zebrane dane pozwoliły przede wszystkim odpowiedzieć na pytanie o zasadność realizowanych usług w obszarze szeroko rozumianej edukacji. Zarówno zajęcia komputerowe, hobbystyczne i ruchowe, jak i artystyczne oraz krajoznawcze zostały uznane za te, których seniorzy szczególnie pożądamy. Najmniej amatorów znajduje nauka języków obcych.

W osobnej części badań analizie został poddany zakres usług związanych ze wzmacnianiem potencjału osób starszych. Obszar ten składa się z czterech kategorii usług skierowanych do osób starszych: edukacji gerontologicznej, usług edukacyjnych (uniwersytet III wieku, poradnictwo dla osób w wieku przedemerytalnym przygotowujące do roli emeryta, szkolenia z nowych technologii, jak bankomat, telefon komórkowy oraz

3 Badanie *Instytucje wobec potrzeb osób starszych* zostało przeprowadzone w 2010 roku w ramach projektu „Koordynacja na rzecz aktywnej integracji” i ma charakter ogólnopolski. Podstawowym celem badań, którymi kierował Instytut Rozwoju Służb Społecznych, była diagnoza oferty usług świadczonych na rzecz osób starszych. Badanie zostało zrealizowane przy współpracy z Regionalnymi Ośrodkami Polityki Społecznej we wszystkich województwach. Przedmiotem zainteresowania były usługi lub działania realizowane w 16 województwach, których beneficjentami są osoby starsze. Opracowany kwestionariusz ankiety został rozesłany do gmin w całej Polsce (2479 gmin), a wymieniono w nim 89 rozmaitych usług bądź działań. Wszystkie pytania miały charakter zamknięty z możliwością wskazania jednej odpowiedzi.

poznawanie technologii informatycznych i informacyjnych), szkoleń z zakresu utrzymania higieny osobistej i urody oraz z przeciwdziałania dyskryminacji ze względu na wiek.

Wyniki badań wskazują, że w obszarze dotyczącym wzmacniania potencjału osób starszych istnieje duża dysproporcja pomiędzy poszczególnymi usługami i tak: najrzadziej realizowane jest poradnictwo dla osób w wieku przedemerytalnym przygotowujące do roli emeryta – w 65 gminach/miastach, szkolenia z zakresu technologii jak bankomat, telefon – w 96 gminach, działania edukacyjne służące przeciwdziałaniu dyskryminacji w 126, szkolenia służące poprawie utrzymania przez osoby starsze higieny osobistej i zadbanego wyglądu – w 154, edukacja gerontologiczna w 188, szkolenia z informatyczne w 260, a uniwersytet trzeciego wieku działał w 327 miastach/gminach.

Respondenci udzielili ponadto odpowiedzi na pytanie o potrzebę realizacji poszczególnych usług i tu wskazano kolejno najistotniejsze, zdaniem seniorów, usługi: szkolenia z zakresu higieny i urody, szkolenia z nowoczesnych technologii informacyjnych, edukacja gerontologiczna oraz edukacja antydyskryminacyjna. Najniższa okazała się pozycja uniwersytetów III wieku w hierarchii usług najbardziej potrzebnych: zaledwie 37% respondentów uznało, że istnieje uzasadniona potrzeba powoływania tego rodzaju podmiotów.

Jeszcze mniejszą popularnością wśród respondentów cieszy się poradnictwo dla osób w wieku przedemerytalnym przygotowujące do roli emeryta: 35% wskazań. Natomiast potrzebę realizacji szkoleń z zakresu utrzymania higieny i atrakcyjnego wyglądu dostrzegło blisko 50% respondentów, co wskazuje na największą dysproporcję w przypadku tej usługi pomiędzy liczbą faktycznie realizowanych usług a potrzebą ich realizacji.

Dla porównania, innych nieco danych dostarcza diagnoza potrzeb przeprowadzona w województwie opolskim, wskazując jednocześnie na konieczność odpowiedniej kompozycji treści skierowanych do seniorów w działaniach aktywizacyjnych⁴. Ocze-

4 M. Kalski, I. Damboń-Kandziora, *Problemy i oczekiwania osób starszych w zakresie aktywizacji. Wyniki sondażu społecznego. Seniorzy w województwie opolskim – szanse i wyzwania*. Raport zawiera dane z przekrojowych badań społecznych realizowanych wśród 390 osób w wieku 50+ w województwie opolskim w roku 2013 w projekcie „Tranzytowe miejsca pracy – import modelu wsparcia dla szczególnie wrażliwych grup na rynku pracy”, realizowanego od lutego 2013 do czerwca 2015 roku przez Towarzystwo Społeczno-Kulturalne Niemców na Śląsku Opolskim; Projekt pn. „Młodość przychodzi z wiekiem – aktywny senior w Aglomeracji Opolskiej”, Projekt dla seniorów z terenu Aglomeracji Opolskiej, realizowany przez Opolskie Centrum Demokracji Lokalnej FRDL i Stowarzyszenie Aglomeracja Opolska dla seniorów z Aglomeracji Opolskiej dla 220 seniorów w wieku 60+, w 2016, zgodnie z danymi uzyskanymi w drodze badania potrzeb aktywizacyjnych seniorów obejmował: szkolenia „asystent edukacyjny”, usługi społeczne dla osób starszych, w tym: zajęcia teatralne, wyjścia do instytucji kultury (kina, teatru i filharmonii), wycieczki turystyczno-rekreacyjne po Opolszczyźnie, doradztwo dla seniorów (231 godz. z różnych dziedzin w zależności od zapotrzebowania poszczególnych osób oraz konsultacje ze specjalistami, np. prawnikiem, rehabilitantem, informatykiem).

kiwaną przez największą grupę osób formą aktywności są wyjazdy grupowe w formie wycieczek, pielgrzymek, wczasów (46%). Na drugim miejscu znalazły się zajęcia ruchowe jako odpowiedź na niedogodności związane ze zdrowiem i pewnego rodzaju forma rehabilitacji, co połączyć można z aktywnością rekreacyjną w formie wycieczek po okolicy (30%). Dużym zainteresowaniem cieszą się kwestie związane z profilaktyką zdrowotną (porady lekarskie, specjalistów żywienia, rehabilitantów, osób profesjonalnie dbających o urodę – 25%), wyższą nieco lokatę mają zajęcia komputerowe (28%, czyli trzecie miejsce w rankingu potrzeb). Ponadto w ramach klubów dyskusyjnych chcą oni gościć znane osoby, autorytety z różnych dziedzin życia społecznego, specjalistów wielu profesji (21%). Znacznie mniejszym zainteresowaniem natomiast cieszą się aktywności stereotypowo przypisywane osobom starszym, jak zajęcia z ogrodnictwa i sadownictwa, manualne, kulinarne, rękodzielnicze, lecz także – zawodowe (6%). Najwyżej punktowane zajęcia badani seniorzy wskazywali również, jako te, dla których zrezygnowaliby z udziału w innych, np. z kursów językowych, zawodowych, manualnych, zawodowych, hobbystycznych.

Może to oznaczać dużą wagę, jaką przywiązują osoby starsze do pogłębiania wiedzy z zakresu zdrowia, szeroko rozumianej profilaktyki gerontologicznej (dieta, ćwiczenia fizyczne, rehabilitacja, dbanie o wygląd) oraz do integracji, rekreacji i wyjazdów poza najbliższe, znane już im, środowisko. Obszarem szczególnego zainteresowania zdają się być dla seniorów także nowe technologie, co potwierdzają zajęcia realizowane w ramach UTW i innych form kształcenia seniorów. Jednocześnie można je traktować jako działania profilaktyczne, a z pewnością jest to jeden z kryteriów inkluzji społecznej osób w tym wieku.

Do barier uniemożliwiających lub utrudniających udział osób po 50. roku życia w zajęciach aktywizacyjnych zaliczyć można kwestie finansowe, w tym brak środków na dojazdy oraz na udział w płatnych zajęciach i kursach (45%), kwestie mobilności i transportu, jak brak połączeń komunikacją publiczną, brak własnego samochodu (30%) oraz utrudnienia wynikające z obowiązków zawodowych, rodzinnych i domowych pełnionych przez seniorów (29%).

Okazuje się, iż w przypadku 20% respondentów zły stan zdrowia może być przeszkodą w uczestniczeniu w zajęciach aktywizacyjnych. Natomiast (jedynie) 7% badanych seniorów stwierdziło, iż nie widzi jakichkolwiek barier uniemożliwiających lub utrudniających udział w zajęciach aktywizacyjnych.

Przedstawione w raporcie dane, ale również inne, pomniejsze diagnozy i regionalne działania na rzecz pobudzania aktywności seniorów, wskazują na konieczność inicjowania i rozwijania nowego obszaru pedagogicznego - gerontologii edukacyjnej, by edukacja w tym obszarze była poprawna metodycznie, a jej treści korelowały z potrzebami społecznymi i indywidualnymi seniorów (Szarota, Kijak 2013, s. 48–51). Autorzy wskazują tu na takie wymiary edukacji, jak: edukacja do starości, edukacja w starości, edukacja przez starość, edukacja dla starości, przygotowanie do roli seniora, oddziaływanie kierowane na seniorów, uczący się senior, dialog międzypokoleniowy,

przekaz wartości, kształcenie gerontologiczne, proces przygotowania kadr do pracy z seniorami.

We wskazanych obszarach przodują organizacje pozarządowe realizując projekty finansowane przez Unię Europejską oraz z funduszy centralnych, ministerialnych, skierowane do (przyszłych) liderów lokalnych, animatorów i asystentów osób starszych, co traktować można jako (niewielki, ale znaczący) element kształcenia kadr do pracy z seniorami.

Nowy (?) profil zawodowy osoby dorosłej

Animator osób starszych zdaje się być odpowiednią osobą, by integrować działania edukacyjne, aktywizujące oraz inkluzyjne w obszarze pracy socjalnej z seniorami. Ważną rzeczą jest, jednakże, rekrutacja takich osób oraz ich właściwe przygotowanie do pracy animacyjnej, czego wymaga nie tylko specyfika praktyki na tym polu, lecz także liczne zapisy programowe strategii rozwoju województw oraz wymogi (np. inkluzji społecznej, aktywizacji zawodowej) stawiane poszczególnym krajom przez organy Unii Europejskiej.

Dobrym pomysłem może okazać się wyselekcjonowanie lokalnych liderów, którzy spełnialiby się w roli animatorów, aktywizatorów oraz asystentów edukacyjnych osób starszych – głównie z racji znajomości ludzi oraz problemów, jakie towarzyszą lub utrudniają seniorom codzienną aktywność. Poza wzajemną znajomością seniorów i lidera, ważnym kryterium ich wyłaniania jest identyfikacja z lokalną społecznością, zaznajomienie z problematyką miejscowości. W pracy animacyjnej istotne jest wzajemne zaufanie, a jemu sprzyjać może wiek lidera – zbliżony do wieku aktywizowanych osób. Oczekuje się, iż lider będzie potrafił uruchomić siły społeczne akumulowane w otoczeniu, a częstokroć on sam jest jednostkową siłą zmagającą się z oporem, niechęcią i biernością społeczności.

Wyłonienie takiego lidera, który pełniłby funkcję animatora osób starszych, nie jest sprawą łatwą, ponieważ powinien on cechować się określonymi atrybutami osobowościowymi (poczucie własnej wartości, odpowiedzialność i uczciwość, pozytywne myślenie, kreatywność, odwaga, umiejętność budowania zespołu), a jednocześnie spełniać oczekiwania grupy społecznej, z której pochodzi (posiadanie określonych kompetencji, ideowość, identyfikacja z reprezentowaną społecznością, umiejętność rozwiązywania konfliktów) i której działania/ rozwój ma animować.

Lokalny lider to podmiot integrujący społeczność, posiadający kompetencje intelektualne, wiedzę, określoną samoświadomość obywatelską oraz stanowiący grupę odniesienia dla mieszkańców (Legutko-Kobus 2011). Powinna być nim osoba znana w społeczności, szanowana, ciesząca się autorytetem i zaufaniem, a jednocześnie inspirująca, motywująca do rozwoju i aktywności – także poprzez wprowadzanie zmian w codziennym funkcjonowaniu i schematach działań. Takim liderem w małych społecznościach jest często przedstawiciel instytucji, która cieszy się zaufaniem, np.

nauczyciel/dyrektor szkoły, duchowny/proboszcz, twórca ludowy (liderzy nieformalni), sołtys, wójt (liderzy formalni).

Kompetencje i wiedza liderów, którzy zostają animatorami osób starszych, powinny być szczególnie wzmacniane, a kwestią kluczową w ich pracy jest zdobywanie zaufania poprzez działanie – zwłaszcza w małych społecznościach – wsiach, gminach, małych miastach. Coraz częściej bowiem rolą animatora jest nie tyle odpowiedzialność za realizację zadań aktywizacyjnych czy osiągnięcie zamierzonego celu, lecz moderowanie i pobudzanie do działania każdego uczestnika, członka zespołu czy społeczności (Legutko-Kobus 2011).

Do uniwersalnych celów realizowanych przez animatorów osób starszych można zaliczyć: powrót na rynek pracy osób nieaktywnych zawodowo, pobudzenie aktywności społecznej mieszkańców, import i adaptacja dobrych praktyk, kreowanie potrzeby bycia aktywnym w starszym wieku. Cele te są odzwierciedleniem problemów i kontrowersji związanych z aktywnością osób 55+ - zwłaszcza długotrwale bezrobotnych, w tym kobiet.

Wśród problemów tych wskazać można trudności z definiowaniem grupy (osoby starsze? emeryci? osoby w wieku poprodukcyjnym?), pasywne postawy (zniechęcenie do szukania pracy, korzystanie z zasiłków), bierność zawodowa i społeczna (niska samoocena, niepowodzenia w szukaniu pracy, wykluczenie cyfrowe), niskie dochody ograniczające aktywność społeczną, obciążenie obowiązkami rodzinnymi (kobiety, które zostały babkami lub opiekunkami osób chorych i niesprawnych).

Wymienione problemy, będące w istocie cechami osób 55+, uświadamiają jak trudne jest zachęcenie ich do wszelkiego rodzaju aktywności.

Realizowane w ostatnich latach projekty aktywizujące seniorów, wyłaniały jednocześnie lokalnych liderów, podejmujących następnie pracę animatorów osób starszych. Dobrym przykładem zdaje się być wspomniany już projekt „Tranzytowe miejsca pracy”, w ramach którego wykształcono 40 animatorów osób starszych spośród liderów lokalnych w wieku 50+. Projekt był sposobnością na zdobycie wiedzy i praktyki podczas sześciomiesięcznej nauki (w tym wizyt studyjnych w Austrii), pozyskania stypendium w trakcie jego trwania, a także zatrudnienia po zakończeniu w charakterze animatorów w poszczególnych gminach bądź samozatrudnienia jako animator świadczący usługi na rzecz domów kultury, klubów, stowarzyszeń zajmujących się aktywizacją i animacją rozwoju.

Charakter pracy animatora, wyłonionego jako lokalnego lidera z małych społeczności, stwarza duże możliwości i szanse na rozwój mieszkańców, zasobów i potencjału wsi, miasteczek i całych gmin. Jednak lider w procesie nieustannej pracy animacyjnej potrzebuje ciągłego wsparcia (szkoleń, inspiracji) oraz zaplecza – ludzkiego i technicznego. Jest to bowiem z jednej strony forma aktywizacji zawodowej osób w przedpolu starości lub starszych, którzy pracę animatora wykonują, z drugiej zaś cenne i regularnie podejmowane działania animujące rozwój osób będących na emeryturze – biernych,

niezadowolonych ze swej bierności i nieusatisfakcjonowanych czasem wolnym na emeryturze. Zawód animatora może, więc być zawodem podwójnych korzyści.

Zakończenie

Osoby starsze przedkładają obowiązki rodzinne, domowe nad indywidualne potrzeby uczestnictwa i działania w grupie seniorów, stąd oferta animacyjna oraz formy aktywizowania muszą uwzględniać to ograniczenie – także w rozumieniu ilości czasu poświęcanego na działania społeczne i edukacyjne oraz jego rozkładu w porach dnia.

Innym inhibitorem aktywizacji i inkluzji społecznej mogą być pasywne i roszczeniowe (także wyuczone) postawy seniorów, wynikające z ich apatii, niskiej samooceny oraz budowania ograniczeń skazujących ich na samotność.

Częściej, niżby sobie życzył animator, udział w aktywności społecznej może nie być życiowym priorytetem seniora i może przegrywać w zderzeniu z kłopotami dnia codziennego, takimi jak bariery finansowe, zdrowotne i bytowe oraz z problemy rodzinne. Warto jednak podkreślać, budując przekonanie wśród seniorów, a także animatorów, iż zajęcia aktywizujące są swoistym oknem na świat, włączającym osoby starsze do działań społecznych i przeciwdziałających bezpośrednio samotności i rutynie, a pośrednio poprawiających także ich kondycję fizyczną i psychiczną. Te same korzyści mogą wynosić także animatorzy rekrutowani spośród osób dorosłych bezrobotnych – często długotrwale, więc narażonych na marginalizację społeczną, brak odczuwanej satysfakcji, niższą pozycję w społeczności, a także niedostatek kontaktów społecznych. Zarówno animator, jak i osoba aktywizowana mają szanse wzbogacać własny rozwój i potencjał oraz kapitał społeczności, w której funkcjonują.

Bibliografia

- Adamczyk M.D., 2015, *Aktywnie ku emeryturze*, Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej Oddział w Lublinie, Lublin.
- Biała Księga. Plan na rzecz adekwatnych, bezpiecznych i stabilnych emerytur, Komisja Europejska, Bruksela, dnia 16.2.2012 r., com(2012) 55 final.
- Chabior A., Krawczyk-Blicharska M., 2014, *Innowacyjne sposoby wspierania, i aktywizacji społeczno-ekonomicznej osób 60+ – nowe propozycje i dobre praktyki*, „Edukacja Dorosłych”, nr 2 (71), s. 243–254.
- Kalski M., Damboń-Kandziora I., 2014, *Problemy i oczekiwania osób starszych w zakresie aktywizacji. Wyniki sondażu społecznego. Seniorzy w województwie opolskim – szanse i wyzwania*, Urząd Marszałkowski w Opolu, Opole, s. 29–43.
- Klimczuk A., 2012, *Kapitał społeczny ludzi starych na przykładzie mieszkańców miasta Białystok*, „Wiedza i Edukacja”, s. 94–107.
- Kowalska I., 2015, *Sytuacja przejścia na emeryturę (W świetle badań diagnostycznych)*, „Edukacja Dorosłych”, nr 1 (72), s. 127–142.

Osoby powyżej 50 roku życia na rynku pracy w 2015 roku, Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, Departament Rynku Pracy, Wydział Analiz i Statystyki, Warszawa
Sytuacja osób powyżej 50. i 60. roku życia na rynku pracy Dolnego Śląska. Raport końcowy 2013. Obserwatorium Dolnośląskiego Rynku Pracy i Edukacji, Wrocław.

Szarota Z., Kijak R., 2013, *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa, s. 48–51.

Netografia

Główny Urząd Statystyczny, 2016, *Kobiety i mężczyźni na rynku pracy*, https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5821/1/6/1/kobiety_i_mezczyzni_2016.pdf [12.11.2017].

Krajowy Program Przeciwdziałania Ubóstwu i Wykluczeniu Społecznemu 2020. Nowy wymiar aktywnej integracji na, www.mpips.gov.pl/bip/akty-prawne/programy/krajowy-program-przeciwdzialania-ubostwu-i-wykluczeniu-spolecznemu-2020-nowy-wymiar-aktywnej-integracji/ [22.11.2017].

Dane Eurostatu na temat wskaźników zatrudnienia w wieku 55–64 na:

http://wskaznikizrp.stat.gov.pl/komponenty/export/005002002003K_wskaznik_zatrudnienia_osob_w_wieku_55-64_lata_pl.pdf;jsessionid=Ip0wr7BYO_sbrk_hA7IGaA_eLogHgZkSUtGC9dVk.veadmz40 [04.09.2016].

Informacje o projekcie „Tranzytowe miejsca pracy”: <http://www.opolskisenior.pl/o-projekcie-3> [08.08.2016].

Legutko-Kobus P., 2011, *Rola lidera lokalnego w rozwoju gminy*, artykuł na: <https://ssl-kolegia.sgh.waw.pl/pl/KES/kwartalnik/archiwum/Documents/PLegutkoKobus6.pdf> [06.09.2016].

Raport: *Instytucje wobec potrzeb osób starszych*, Instytut Rozwoju Służb Społecznych, Warszawa, 2010 r., <http://irss.pl/wp-content/uploads/2011/07/Instytucje-wobec-potrzeb-osob-starszych-raport-IRSS.pdf> [12.08.2016].

Sergiejuk M., Gajderowicz T., Sztanderska U., 2010, *Prawne i finansowe uwarunkowania zarządzania wiekiem w Polsce i innych krajach Unii Europejskiej*, Warszawa, s. 28–29 na: <https://www.parp.gov.pl/files/74/517/18984.pdf> [21.08.2016].

Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020, Uchwała nr 238 Rady Ministrów z dnia 24 grudnia 2014 r., Warszawa 2014, na: <http://senior.gov.pl/source/ZDPS%2014-02-04%20%20Monitor%20Polski.pdf> [06.09.2016].

Klaudia Maksim-Dąbrowska

Szkoła SuperBabci i SuperDziadka jako innowacyjna forma aktywizacji seniorów

DOI 10.24917/24500232.142.8

Słowa kluczowe: Szkoła SuperBabci i SuperDziadka, aktywizacja, dziadkowie, wnuki, edukacja

Keywords: SuperGrandma and SuperGrandpa school, activating, grandparents, grandchildren, education

THE SUPERGRADMA AND SUPERGRADPA SCHOOL AS AN INNOVATIVE FORM OF ACTIVATING SENIORS

Abstract:

The world changes all the time, every human being has new challenges which he has to face. For senior citizens who started life in a very different reality than we live in nowadays it is harder to use the achievements of modern technology compared to youth generation. The role of grandmother and grandfather is also changing during years, but it still sustains important for seniors, grandchildren and their parents. In order to prepare the elderly for this kind of very important activities the SuperGrandma and SuperGrandpa school was created. It consists of an innovative method of activating seniors from Senior Clubs or University of the Third Age in a very interesting and entertaining way. The purpose of the article is to present the capabilities of the school, how they are done, what kind of initiatives are done and what kind of advantages does it give to grandmothers and grandfathers that do attend the program.

Wprowadzenie

Aktywność jednostki na przestrzeni życia jest podstawą dla szeroko rozumianego rozwoju osobistego. Staje się ona szczególnie istotna w okresie starości, gdyż dzięki niej można spowolnić przebieg procesu starzenia się, zachować zdrowie oraz zapewnić zaspokojenie potrzeb człowieka. Ograniczenie dotychczasowych ról społecznych – zawodowych oraz rodzinnych – sprawia, iż czynnikiem warunkującym jakość życia

seniorów jest wielopłaszczyznowa aktywność. Człowiek jest aktywny na przestrzeni całego życia, początkowo przez kilkanaście lat edukacji, a następnie kilkadziesiąt lat pracy zawodowej. W tym okresie zarówno szkoła, jak i praca determinują nasze życie, pozostałe formy aktywności dostosowane są do godzin nauki i pracy. Jednostka po przejściu na emeryturę, pozbawiona stałego czynnika wyznaczającego organizację czasu, staje przed trudnym zadaniem – dokonania wyboru spośród różnych form aktywności, które może lub będzie podejmować. Bardzo istotne staje się znalezienie aktywności zapewniających satysfakcję, realizację zainteresowań, dających radość oraz warunkujących kontakty społeczne, wykorzystując swój potencjał jednocześnie adaptując się do nowej sytuacji.

Pośród wielu współcześnie dostępnych form aktywności dla osób w starszym wieku na uwagę zasługuje Szkoła SuperBabci i SuperDziadka, będąca innowacyjną formą aktywizacji najstarszego pokolenia. Zajęcia umożliwiają zdobywanie nowej wiedzy oraz umiejętności, zachowanie sprawności fizycznej oraz rozwój osobisty. Nadrzędnym celem projektu jest przygotowanie seniorów do pełnienia roli babci oraz dziadka w sposób odpowiedzialny i świadomy. Znaczącą rolę w całokształcie programu odgrywa wspieranie rodziców najmłodszego pokolenia, jednocześnie unikając ingerencji w stwarzane przez nich sytuacje wychowawcze. Szkoła ta stanowi alternatywę dla dotychczas istniejących instytucji, których działalność statutowa skierowana była do osób starszych. Głównym czynnikiem decydującym o wyjątkowym charakterze projektu jest koncentracja na odpowiednim przygotowaniu do pełnienia ról społecznych babci i dziadka, nie zapominając przy tym o zaspokojeniu podstawowych potrzeb uczestników: przynależności społecznej, bezpieczeństwa, bycia potrzebnym, samorealizacji i akceptacji ze strony otoczenia.

Relacje międzypokoleniowe

Kontakty babci oraz dziadka z wnukami na przestrzeni dziejów otoczone były szczególną troską. Relacja ta jest naturalna, umożliwia realizację fundamentalnych zadań rodziny oraz utrzymanie właściwej struktury tej grupy społecznej. Rola babci i dziadka jest jedną z ostatnich przypisanych ról społecznych, których nie wybieramy. Społeczna rola seniorów posiadających wnuki posiada dwie charakterystyczne właściwości: dorośli pełnią tę rolę niezależnie od swojej woli, jest ona mniej precyzyjnie określona w porównaniu do roli rodzica. Brak dokładnego określenia zadań, funkcji przypisanych roli dziadków może implikować różnorodność działań podejmowanych w ramach jej wypełniania (Żywczoł 2013, s. 195–196). Według badań Centrum Badań Opinii Społecznej przeprowadzonych w 2011, ponad połowa dorosłych Polaków (51%) deklaruje, że bardzo często w okresie dzieciństwa spotykała się ze swoimi dziadkami, zaś 24% dość często. Jednocześnie z grupy badanych, którzy znali swoją babcię oraz dziadka 61% osób określiło swoje relacje z nimi jako bardzo bliskie, natomiast 25% jako raczej bliskie. Wyniki te mogą wskazywać, iż częstotliwość

spotkań z dziadkami determinuje poczucie więzi pomiędzy pokoleniami. Kolejne pytania dotyczące wdzięczności względem dziadków pokazują, że 72% badanych zawdzięcza „coś” najstarszemu pokoleniu. Większość respondentów (65%) na pytanie precyzujące, co zawdzięcza dziadkom, odpowiadała, że docenia ich rolę w opiece nad nimi w procesie wychowania, 64% badanych jest wdzięczna za miłość okazywaną przez dziadków, kolejne 57% podkreśla ich ogromną rolę w poznaniu dziejów rodziny, taki sam procent badanych docenia seniorów za przekazanie im zasad moralnych, z kolei 44% dostrzega rolę dziadków w ukształtowaniu umiejętności pragmatycznych m.in. prowadzenia gospodarstwa domowego, opiece nad innymi członkami rodziny. Przytoczone wyniki badań wskazują, jak istotną rolę w wychowaniu i życiu najmłodszego pokolenia odgrywają dziadkowie oraz jak wiele korzyści niosą za sobą bliskie kontakty międzypokoleniowe (Kowalczyk 2012).

Literatura przedmiotu oraz obserwacja rzeczywistości ujawniają, że w ciągu ostatnich kilku dekad rola dziadków ulegała zmianie. Czynnikiem zasadniczo determinującym zmiany były przemiany społeczne, polityczne oraz zmiany o charakterze globalnym. Obecnie dziadkowie są postrzegani jako odpowiedni opiekunowie dla wnuków, którzy odgrywają istotną rolę w procesie wychowania najmłodszych członków rodziny. Struktura rodziny jest kwestią indywidualną, determinuje ją wiele czynników. O pozycji osób starszych w relacjach rodzinnych decydują role, jakie pełnią w tej grupie społecznej, rodzaj podejmowanych działań oraz stopień zainteresowania uczestnictwem w życiu swoich wnuków (Kempińska 2015, s. 84). Niezwykle istotne staje się zagadnienie relacji interpersonalnych w rodzinie oraz budowanie więzi międzypokoleniowych, czemu sprzyja wzajemna pomoc i troska. Człowiek niezależnie od innych czynników (przynależności do określonej klasy społecznej) preferuje niesienie pomocy członkom swojej rodziny. Jednak zakres pomocy jest kwestią indywidualną, którą determinuje wiele czynników. Rodzice, dziadkowie często pomagają dzieciom, natomiast dzieci rzadziej to odwzajemniają. Nie wyklucza to jednak określenia relacji rodzinnych jako solidarności międzypokoleniowej. Termin ten oznacza wzajemną życzliwość oraz gotowość udzielenia pomocy wobec członków rodziny wielopokoleniowej (dziadków, rodziców, dzieci). Solidarność ta stwarza możliwości transferu międzypokoleniowego, czyli przepływu dowolnych środków oraz zasobów pomiędzy poszczególnymi generacjami (Szlendak 2012, s. 253–254).

Funkcjonowanie jednostki w rzeczywistości społeczno-kulturowej

Osobowość jednostki określa się poprzez stałość oraz regularność sposobów zachowań na przestrzeni poszczególnych okresów życia. Nie istnieje zatem wzorzec starości, gdyż pomiędzy ludźmi występują różnice indywidualne. Pojawiają się one w wyniku odmiennych doświadczeń, cech uwarunkowanych genetycznie, indywidualnej strategii realizacji planów życiowych oraz procesów adaptacyjnych (Szarota

2004, s.45). Przekroczenie przez osoby dorosłe progu starości nie jest jednoznaczne ze stabilizacją rozwojową, lecz umożliwia pełniejsze zrozumienie sensu własnej egzystencji, poczucie spełnienia, zadowolenia, osiągnięcie satysfakcji (Landwójtowicz 2015, s. 291). Działania podejmowane w czasie wolnym mogą sprzyjać zarówno rozwojowi zainteresowań, poszukiwaniu nowych form aktywności, jak również doprowadzić do bierności i bezczynności. Kwestia zarządzania czasem w ostatnim etapie życia powinna być przedmiotem zainteresowania emerytów oraz całego społeczeństwa (Zrałek 2014, s. 25).

Aktywność człowieka jest potrzebą psychiczną, której realizowanie oddziałuje pozytywnie na samopoczucie jednostki, niezależnie od jej wieku, jak również na szeroko rozumiany rozwój osobisty. Zaangażowanie w życie społeczne oraz umiejętność adaptacji do zmieniającej się sytuacji życiowej determinuje poziom odczuwanego szczęścia oraz zadowolenia (Kosioł 2015, s. 39–40). Aktywizacja osób będących w okresie późnej dorosłości może być definiowana jako zespół działań, których celem jest łagodzenie przebiegu procesu starzenia się, jednocześnie ułatwiając adaptację tej grupy społecznej do „bycia starym”. Aktywność umożliwia rozwój, który stanowi szansę dla jednostki na godny i bardziej korzystny przebieg procesu starzenia się. Bierność nieuchronnie prowadzi do utraty sprawności na wielu płaszczyznach m.in. fizycznej, intelektualnej oraz zaniku twórczego myślenia. Coraz bardziej powszechna staje się idea uczenia się przez całe życie. Edukacja ustawiczna jest uwarunkowana poprzez warunki społeczno-kulturowe, nie jest już jedynie ściśle związana z instytucjami edukacyjnymi w tradycyjnym rozumieniu. Życie towarzyskie jest definiowane jako jeden z filarów edukacji ustawicznej (Wnuk 2012, s.15). Edukacja najstarszego pokolenia spowalnia regres zdolności poznawczych, pomaga zachować zdrowie psychiczne, a także umożliwia wszechstronny rozwój. Proces uczenia się staje się determinantem progresu na wielu płaszczyznach: intelektualnej, społecznej, fizycznej oraz poprawy jakości życia. Instytucje organizujące proces edukacji seniorów posiadają rozległe możliwości wyboru przekazywanych treści. Taki charakter doboru zakresu treści edukacyjnych pozwala osobom starszym na zdobycie wiedzy w wielu dziedzinach, kształtowanie umiejętności, uzyskanie nowych kompetencji. Wymienione pozytywne konsekwencje są zdeterminowane przez wewnętrzną motywację uczestników oraz bezpośrednio uwarunkowane przez osobiste zainteresowania (Fabiś 2014, s. 42). Jerzy Halicki podkreśla, iż aktywność edukacyjną podejmuje niski odsetek Polaków w okresie późnej dorosłości. W tej grupie dominują osoby posiadające wykształcenie przynajmniej na poziomie średnim, co oznacza, że jest to niewielka część całej grupy najstarszego pokolenia. Istotną rolę odgrywa fakt, że edukacja seniorów umożliwia lepszą adaptację do starości. Ciągłe kształcenie stanowi szeroko rozumianą aktywizację, socjalizację, sprzyja przyjmowaniu postawy otwartości na otaczającą rzeczywistość jednocześnie na reprezentantów młodszych generacji. Ponadto aktywne zdobywanie wiedzy na

przestrzeni całego życia minimalizuje ryzyko marginalizacji społecznej najstarszej grupy wiekowej w społeczeństwie (Pikuła 2015, s. 72–73).

Obok aktywności edukacyjnej nie mniej znaczącą, pełniącą szereg funkcji jest aktywność kulturalna, która nie jest domeną osób starszych. Większość seniorów nie wykazuje aktywności na płaszczyźnie społecznej, kulturalnej, w mniejszym stopniu postrzega siebie jako autorów własnej egzystencji, przeważa postawa pesymizmu. Czynniki motywującymi do aktywności kulturalnej są: potrzeba kontaktów społecznych, realizacja swoich zainteresowań i pasji, jak również chęć czerpania przyjemności z podejmowanych działań. Zasadniczymi barierami dla podejmowania aktywności kulturalnej na tym etapie życia są często niewystarczające środki finansowe, pogarszający się stan zdrowia, brak kompetencji, brak wykształconej potrzeby korzystania z oferty kulturalnej, jak również nieskuteczne rozpowszechnienie informacji o ofercie kulturalnej (Słowińska 2014, s. 273). Pojawiający się regres intelektualny i fizyczny jednostki może być zatem nie tylko konsekwencją postępującego procesu starzenia się, lecz także wynikiem braku aktywności angażującej różne obszary funkcjonowania człowieka (Bugajska 2012, s. 21).

Obecna rzeczywistość społeczna, nieustanne zmiany, kultura typu instant, relatywizm wartości, globalizacja, konsumpcjonizm, postęp technologiczny wszystkie te czynniki determinują codzienne życie jednostek w społeczeństwie. Dodatkową wartość i znaczenie zyskują wartości duchowe, kwestie transcendentalne, wiara, mądrość życiowa, pogłębiona refleksja nad egzystencją, jej sensem. Wszystko to stanowi powrót do fundamentów, które są oparciem dla całościowego rozwoju człowieka. Ostatnia faza życia – starość implikuje głęboki namysł nad przebiegiem własnego życia, jego bilansem (Konieczna-Woźniak 2015, s. 52).

Koncepcja Szkoły SuperBabci i SuperDziadka – innowacyjną formą aktywizacji seniorów

Projekt Szkoła SuperBabci i SuperDziadka adresowany jest do osób po 50 roku życia. Jego celem jest wspieranie babć i dziadków w pełnieniu odpowiedniej roli w rodzinie. Uczestnikami projektu są osoby będące na podobnym etapie życia, co ułatwia lepsze zrozumienie wzajemnych potrzeb, problemów czy oczekiwań. Szkoła poza przekazywaniem wiedzy, kształtowaniem umiejętności przydatnych w pracy z wnukami, pomaga seniorom odnaleźć się w obecnej rzeczywistości społecznej starając się zaspokoić potrzeby: przynależności, akceptacji ze strony otoczenia, emocjonalnego wsparcia oraz szeroko rozumianej aktywności. Działając wielopłaszczyznowo, wspiera rozwój osobisty osób starszych jak również przygotowuje do odpowiedzialnego wspierania rodziców najmłodszego pokolenia. W programie szkoły dominują aktywne metody pracy, których celem jest zwiększenie kompetencji seniorów w opiece nad dziećmi. Program Szkoły obejmuje zagadnienia z psychologii rozwoju dziecka, udzielania pierwszej pomocy, pedagogiki

zabawy, podstaw obsługi komputera oraz korzystania z zasobów internetowych. Przekazywane są informacje za pomocą, jakich działań, form, metod, zabaw i gier wspierać wszechstronny rozwój dzieci. Dziadkowie są przygotowywani do uczestnictwa w wychowaniu wnuków w sposób odpowiedzialny, tak, aby nie podważać autorytetu, roli rodziców oraz pełnić swoje role w sposób świadomy. Uczestnicy projektu są angażowani ponadto w działania na rzecz społeczności lokalnej. Organizowane są spotkania wielopokoleniowe, podczas których osoby starsze opowiadają o przeszłości, dawnych tradycjach, zabawach w szkołach i przedszkolach, tym samym stwarzając płaszczyznę transmisji kulturowej. Celem takich działań jest m.in. inicjowanie komunikacji międzypokoleniowej. Taka forma w przestrzeni środowiska lokalnego ma szczególne znaczenie, zwłaszcza gdy nie każde dziecko ma bliski, stały kontakt ze swoim dziadkiem, a co uwarunkowane jest to wieloma czynnikami m.in. znaczną odległością miejsca zamieszkania dziadków od miejsca zamieszkania dziecka i jego rodziców. Wizyty seniorów w placówkach oświatowych mają także na celu ukazanie najmłodszym starości w sposób pozytywny, jako nowe możliwości, a nie jedynie ograniczenia i problemy dla jednostki oraz pozostałych członków społeczeństwa. Istotne dla prawidłowego funkcjonowania całego społeczeństwa, wszystkich jednostek jest, aby dzieci dostrzegły osoby starsze, ich potrzeby, problemy, nauczyły się doceniać podejmowane przez nich działania, a w rezultacie darzyły je należytyym szacunkiem. Tak, aby jako osoby dorosłe świadomie dbały o zaspokojenie potrzeb najstarszych członków społeczeństwa, otoczyły je troską oraz udzielały pomocy i wsparcia. Istotę wolontariatu stanowi bezinteresowność, chęć działań na rzecz innych osób. Nie wyklucza to jednak, iż zaangażowanie seniorów w szeroko rozumianą działalność w ramach wolontariatu niesie wiele korzyści również dla nich samych. Obserwując radość na twarzach dzieci, które odwiedzają uświadamiają sobie, że ich działania są potrzebne dla społeczeństwa, towarzyszy im uczucie radości, satysfakcji, co daje wiele energii i siły do podejmowania aktywności. Osoby starsze stanowią źródło bezcennej wiedzy, mądrości życiowej, doświadczenia, mogą one dla najmłodszych okazać się nieocenioną pomocą w rozwiązywaniu problemów pojawiających się w przestrzeni całego życia. Przekazywanie dziedzictwa kulturowego, pomaga kształtować dzieciom poczucie tożsamości, pozwala na kontynuację obyczajów i tradycji oraz uczy szacunku dla wytworów kultury. Projekt zwraca także uwagę na problem społeczny, jakim jest potrzeba efektywnej komunikacji i dialogu międzypokoleniowego pomiędzy dziadkami oraz wnukami. Aktywizacja osób starszych na wielu płaszczyznach, umożliwia każdej z nich znalezienie rodzaju aktywności związanego ze swoimi zainteresowaniami, zapewnia tym samym możliwość wszechstronnego rozwoju oraz samorealizacji. Szkoła SuperBabci i SuperDziadka implikuje wiele pozytywnych konsekwencji dla jej uczestników: organizację czasu wolnego, aktywność fizyczną, aktywizację kulturalną, rozwój zainteresowań oraz rozwój osobisty, zaspokojenie potrzeb: przynależności, emocjonalnego wsparcia, akceptacji ze strony otoczenia,

aktywności, poprawę ogólnej sprawności organizmu, spowolnienie przebiegu procesu starzenia się, jak również w korzystny sposób oddziałuje na samoocenę, poczucie wartości życia oraz jego sensu.

Pierwsza Szkoła SuperBabci i SuperDziadka powstała w 2008 roku w Lublinie. Autorem i pomysłodawcą jest doktor Zofia Zaorska (Koncepcja Szkoły SuperBabci i SuperDziadka opracowana przez dr Zofię Zaorską, <http://superbabciaisuperdziadek.pl>). Pani doktor zainspirowana pełnieniem społecznej roli babci postawiła za cel projektu przygotowanie dziadków do roli pełnionej w rodzinie. W pierwszym roku działalności zrealizowany został program, który obejmował ponad 100 godzin dydaktycznych. Raz w tygodniu odbywały się warsztaty trwające 3 godziny, natomiast w weekendy trwające od 10 do 15 godzin. Uczestniczyło 30 osób. W latach późniejszych powstały także szkoły w Białymstoku, Supraślu, Siemiatyczach, Krakowie, Poznaniu, Wrocławiu, Warszawie. Niestety w wyniku różnych czynników m.in. braku źródeł finansowania przestały być realizowane w Warszawie, Poznaniu, Wrocławiu, Supraślu i Siemiatyczach. Obecnie funkcjonują w następujących miastach: Krakowie, Ozimku koło Opola, Białymstoku, Lublinie, Rajgrodzie koło Białegostoku. Celem projektu jest przekazywanie wiedzy oraz kształtowanie umiejętności, dzięki którym dziadkowie w sposób świadomy i odpowiedzialny będą pełnić swoje role w rodzinie oraz społeczeństwie dbając o wszechstronny rozwój wnuków oraz własny. Program edukacyjny obejmuje zajęcia aktywizujące na wielu płaszczyznach: zajęcia ruchowe m.in. na basenie czy „Nordic Walking”, zajęcia plastyczne bazujące na różnych technikach, nauka oraz doskonalenie umiejętności obsługi komputera, jak również spotkania z kosmetyczkami, wizażystkami, aby seniorzy nie zapominali o sobie i zaspokajaniu swoich potrzeb. Ponadto organizowane są liczne wspólne wycieczki dla dziadków oraz ich wnuków, a także międzypokoleniowe spotkania okolicznościowe m.in. noworoczne, podczas których poprzez wspólną zabawę powstaje płaszczyzna komunikacji oraz budowane są relacje interpersonalne. Uczestnicy projektu są przygotowani do pełnienia roli aktywnych opiekunów, którzy swoje działania koncentrują na aktywnym spędzaniu czasu z dzieckiem, organizacji zabaw mających na celu pobudzenie procesów poznawczych u dziecka, rozwój intelektualny, społeczny. Ponadto dziadkowie pomagają w rozwiązywaniu problemów pojawiających się w życiu wnuków, stanowią wsparcie, prowadzą wiele rozmów z dziećmi, co buduje bliską relację oraz poczucie, że są kochane i w każdej sytuacji mogą otrzymać pomoc (Historia rozwoju Szkoły SuperBabci i SuperDziadka, <http://superbabciaisuperdziadek.pl>).

Poza działalnością, którą obejmuje program edukacyjny projektu, seniorzy podejmują także inne inicjatywy. W Lublinie powstał Teatr Bajarka, który przygotowuje spektakle dla dzieci, które przedstawiane są w szkołach, przedszkolach, świetlicach. Osoby starsze poprzez takie inicjatywy działają na rzecz społeczności lokalnej, zapewniając jednocześnie sobie poczucie satysfakcji oraz zadowolenia (Tamże).

Podsumowanie

Szkoła SuperBabci i SuperDziadka stanowi innowacyjną metodę aktywizacji seniorów. Projekt ten w porównaniu do pozostałych skierowanych do osób starszych wyróżnia cel działalności, którym jest przygotowanie seniorów do pełnienia ról społecznych babci i dziadka w sposób świadomy i odpowiedzialny, tak, aby w sposób aktywny spędzali czas z wnukami m.in. wykorzystując przedmioty codziennego użytku jednocześnie znajdując dla nich nowe zastosowania. Czas, który dziadkowie poświęcają dzieciom powinien być wykorzystany w sposób efektywny, żeby podejmowane aktywności sprzyjały wszechstronnemu rozwojowi dzieci, jednocześnie zaspokajając potrzeby emocjonalne i społeczne dziadków. Podczas warsztatów osoby starsze zdobywają wiedzę oraz kształtują umiejętności przydatne w pracy z dziećmi. Uczestniczą także w zajęciach, których celem jest wypracowanie lepszego samopoczucia ich samych, rozwój osobisty, budowanie relacji interpersonalnych, samorealizacja. W dobie tak gwałtownych i wieloaspektowych przemian, labilności systemu wartości, niedostatku wrażliwości i życzliwości Szkoła SuperBabci i SuperDziadka odpowiada na potrzeby obecnej rzeczywistości społecznej tworząc płaszczyznę dialogu międzypokoleniowego oraz warunki dla efektywnej komunikacji. Projekt niesie za sobą także wiele korzyści zarówno dla uczestników, ich dzieci, wnuków oraz całego społeczeństwa. W obliczu zjawiska starzenia się społeczeństw niezwykle istotna staje się kwestia aktywizacji osób starszych, zaspokojenia ich potrzeb, tak, aby wykorzystać tkwiący w nich potencjał twórczy oraz ogromną wiedzę i doświadczenie. Opisane inicjatywy będące przykładem dobrych praktyk, korzystnych dla poszczególnych jednostek oraz ogółu, zasługują na pilną uwagę członków społeczeństwa oraz instytucji i środowisk wychowawczych i społecznych. Kluczowa staje się kwestia upowszechniania tego typu działań oraz stworzenia ogólnopolskiej sieci szkół, aby seniorzy posiadali większy wybór dostępnych form aktywności oraz ostatecznie dokonali wyboru tej, która stanowić będzie spełnienie ich potrzeb oraz oczekiwań w sposób jak najbardziej adekwatny do ich indywidualnych możliwości.

Bibliografia

- Bugajska B., 2012, *Tożsamość człowieka w starości studium socjopedagogiczne*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin.
- Fabiś A., 2014, *Educating seniors, conditions for senior education in Poland*, „Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej”, nr 1–2 (8), s. 41–61.
- Kempińska U., 2015, *Rola seniorów w rodzinie*, „Pedagogika społeczna”, nr 4 (58), s. 81–96.
- Konieczna-Woźniak R., 2015, *Aktualne/zapomniane tematy gerontologii- mądrość ludzi starszych i jej rola w życiu ludzi młodych*, „Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej”, nr 1 (9), s. 51–64.
- Kosiół M., 2015, *Psychologiczne aspekty pomyślnego starzenia się*, „Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej”, nr 1 (9), s. 37–49.

- Landwójtowicz P., 2015, *Osoba starsza w perspektywie systemowej terapii rodzin* [w:] *Oblicza starości we współczesnym świecie*, P. Brudek, A. Gamrowska, I. Januszewska, S. Steuden (red.), Wydawnictwo KUL, Lublin, s. 291–308.
- Pikuła N.G., 2015, *Poczucie sensu życia osób starszych Inspiracje do edukacji w starości*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków.
- Słowińska S., 2014, O „gettoizacji” aktywności kulturalnej seniorów, „Rocznik Andragogiczny”, nr 21 (2014), s. 271–282.
- Szarota Z., 2004, *Gerontologia społeczna i oświatowa*, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków.
- Szlendak T., 2012, *Socjologia rodziny Ewolucja historia, zróżnicowanie*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Wnuk W., 2012, *Aktywizacja osób starszych. Istota – zadania – możliwości i ograniczenia* [w:] *Trzecia zmiana Andragogiczne rozważania na temat projektu @ktywny Senior*, E. Jurczyk-Romanowska (red.), Wydawnictwo Naukowe Instytutu Technologii Eksploatacji-PIB, Radom.
- Zrałek M., 2014, *The social context of ageing in Poland*, “Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej”, nr 1–2 (8), s. 9–39.
- Żywczok A., 2013, *Miłość trzeciej generacji do wnuków-analiza solidarności międzypokoleniowej* [w:] *Miłość – akt preferencji duchowości człowieka studium bliskości uczuciowej*, A. Żywczok (red.), Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa.

Netografia

- Kowalczuk K., 2012, *Rola dziadków w naszym życiu*, Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa, CBOS/8/2012, http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2012/K_008_12.PDF [14.05.2017].
- Konceptja Szkoły Superbabci i SuperDziadka opracowana przez dr Zofię Zaorską, <http://superbabciaisuperdziadek.pl/about/konceptja/> [14.05.2017].
- Historia rozwoju Szkoły SuperBabci i SuperDziadka, <http://superbabciaisuperdziadek.pl> [14.05.2017].



Adrian Biela

Marzenia jako wyznacznik subiektywnego poczucia jakości życia osób starszych

DOI 10.24917/24500232.142.9

Słowa kluczowe: marzenia, starość, jakość życia, pomyślnie starzenie się

Keywords: dreams, old age, quality of life, successful aging

THE DREAMS AS A DETERMINANT OF THE SUBJECTIVE SENSE OF QUALITY OF LIFE OF THE ELDERLY

Abstract:

The ability to create dreams is an important part of the existential health of the elderly. Every man, regardless of age, must follow his dreams, which determine his state of mind. Dreams affect the quality of life, its creativity, prosperity. Dreams fully reflect human desires, wants, needs. In this article the following questions will be raised: What are dreams in a senior's life? What is the nature and purpose of dreams? In addition, the conditions for the emergence of dreams in old age will be presented. Dreams give seniors energy to act, stimulate human motivation, integrate people, regulate sense of identity and sense of life, direct action, and relax.

Wprowadzenie – znaczenie marzeń

Jak pisał autor Alchemika: „Bo los gorąco pragnie, abyś podążał śladem Własnej Legendy” (Coelho, 1995, s. 47). To właśnie możliwość tworzenia nieskrępowanych marzeń jest jednym z wyznaczników zdrowia egzystencjalnego człowieka oraz wyznacznikiem pomyślnego podejścia do przyszłości, tej najbliższej z racji skróconej perspektywy „jutra” w wieku senioralnym (Bugajska, Timoszyk-Tomczak, 2010). Są bowiem nie tylko źródłem energii działania, ale także źródłem nadziei i samorealizacji (Kałużna-Wielobób, 2011, s. 168–169). Każdy winien tworzyć marzenia, za nimi podążać i ich realizacji się poświęcać. Tylko takie podejście sprawia, że jednostka jest w stanie w sposób kreatywny planować swoją najbliższą przyszłość, dalsze zamiary i tym samym dbać o homeostazę wewnętrzną.

Marzenia w myśl *Encyklopedii PWN* są pewnymi luźno powiązаныmi myślami, fantazjami, wyobrażeniami, które wynikają z osobistych pragnień silnie zakorzenionych uczuciowo (PWN, 1997, s. 491). To silne zabarwienie uczuciowe sprawia, że człowiek nadaje im tak wielką wartość i ma ogromne pragnienie ich realizacji.

Marzenia w swej naturze odnoszą się do przyszłości. Należy jednak pamiętać, iż możemy w rozważaniach psychologiczno-pedagogicznych mówić o sferze marzeń odnoszących się do przeszłości, zarówno tych zrealizowanych, jak i nadal oczekujących na realizację. W odniesieniu do osób starszych czynnik ten ma ogromne znaczenie z uwagi na redefinicję czasu i przejście z nastawienia przyszłościowego na retrospekcyjny – przeszłościowy (Bugajska, Timoszyk-Tomczak, 2010, s. 83). Przy czym osoby starsze nie powinny ograniczać swoich marzeń jedynie do zdarzeń minionych i zaprzestać fantazjowania na temat swojej przyszłości, nawet jeśli jest ona ograniczona i niepewna.

Piotr K. Oleś, bazując na stanowisku Daniela Levinsona, umiejscawia marzenia w obrębie nasyconych koncepcji poznawczych. Według niego dotyczą one wprost naszych celów życiowych. Mimo że są pełniejsze niż czysta ludzka fantazja, to nie są aż tak sprecyzowane jak zaplanowane oczekiwania. Zatem nie są tworem spontanicznej i luźnej wyobraźni myślowej, ale i nie wpisują się w zaplanowane poczynania (Oleś, 2000, s. 83).

Dla Kazimierza Obuchowskiego (1993, s. 181) są one nieodłącznym elementem egzystencji każdego człowieka: niezależnie od wieku. Sama moc i charakter marzeń są zależne od jednostki i tylko ona w sposób wolny i nieskrępowany jest w stanie tę aktywność wyobrażeniowo-myślową definiować, a poprzez to zaspokajać wynikające z niej zamierzenia, pragnienia, dążenia i chęci (Dymara 2010, s. 21).

W marzeniach w sposób jednoznaczny dochodzi do ujawnienia się wartości wolności w swojej prawdziwej postaci. Jej prawdziwość w odniesieniu do marzeń oznacza uwolnienie wewnętrznych pokładów rozumu i serca w akcie kreacyjnym marzeń, a także uwolnienie mechanizmów poczucia odpowiedzialności za ich realizację w akcie twórczym¹. Tylko w pełni wolna jednostka oba te akty jest w stanie wcielać w życie. Podobnie jak wolność, tak i marzenia same w sobie są czymś pozytywnym, jeśli jednak odbierane są negatywnie, to raczej odnosi się to do skutku, sposobu urealnienia, nie zaś do natury marzeń.

W niniejszym artykule postuluje się utrzymanie swobody kreacyjnej i twórczej marzeń u osób starszych jako wyznacznika zdrowego stylu życia opartego na wolności wyobrażeniowo-realizacyjnej.

Cele życiowe marzeń

Wydaje się, iż najważniejszym celem życiowym marzeń w wieku senioralnym jest przekraczanie społecznych uprzedzeń i stereotypów umiejscawiających ostatni okres życia w kategoriach straty i bierności, w tym utraty możliwości wyobrażeniowych.

1 Odwołanie do pełności i niepełności wartości: (Stróżewski 2013).

Nadal funkcjonujące przywary starości zdają się jej odbierać prawo do tworzenia wspomnianej Własnej Legendy, zamykając starość w niemocy i stagnacji. Dostrzeżone obrazy coraz większego zaangażowania służb pomocowych, uczelni wyższych, placówek aktywizacji, wolontariuszy i liderów aktywności w przewartościowanie starości, jej integrowanie z otoczeniem ludzi młodszych oraz jej aktywizowanie na przedpolu wyobrażeniowo-pragnieniowym, a następnie realizacyjnym, pozwalają wierzyć, iż błędnie interpretowane mechanizmy starzenia się przestaną raz na zawsze być postrzegane jako coś negatywnego.

Marzenia mogą bowiem, dzięki przeżytych chwilom, silniejszym pokładom autorefleksyjności (Kędziora, 2011) i autoprzeżywalności, stawać się coraz mocniej zabarwione emocjonalnie i uczuciowo, przez co mogą wywoływać albo stany pobudzające do życia, albo też stany frustracji i rezygnacji (Kałużna-Wielobób, 2011, s. 169). Są zdecydowanie dojrzalej odbierane u osób w podeszłym wieku. Ich natura jest, bowiem o wiele bardziej skupiona w obrębie „tu i teraz” z racji mniejszej puli czasu do wykorzystania.

Celam praktycznym tworzenia marzeń jest po pierwsze warstwa diagnostyczna, która objawia się w charakterze bilansowania swojego życia, a ściślej mówiąc w ocenie realizacji marzeń życiowych w okresach przeszłych. Dokonywany swoisty rezonans spełnionych i niespełnionych marzeń i nastawienie do wyniku tego bilansu obrazuje właściwe postawy i strategie życiowe konkretnej jednostki, jakie wypracowała wobec własnego życia. Ocena realizacji wynika z refleksyjności i na jej podstawie człowiek jest w stanie określić, na ile określona osoba podążała za swoimi marzeniami kiedyś, ale także na ile jest w stanie w dalszym ciągu je tworzyć i je realizować. Wariant pierwszy zakłada nastawienie twórcze, gdzie przekonanie o sprawstwie daje motywację do dalszego fantazjowania i projektowania rozwiązań. Wariant drugi jest tożsamy z teorią wyłączania (Zych 1995) – wycofywania się z projekcji swojego „ja”.

Marzenia, ich ciągłość projekcyjna, pełnią również rolę terapeutyczną, których główny sens tkwi w wyzwaniu jednostki z apatii i zniechęcenia ku światu przeżywanemu i osobliwemu poprzez odkrywanie siebie, swoich pragnień i dążeń. Profilaktyka marzeń, jako jeden z elementów terapii, polega na pobudzaniu sił jednostki do fantazjowania i spełniania tych fantazji. Naprawa wiąże się z odejściem, przy użyciu własnych sił lub wsparcia osób bliskich, animatorów, od roli przegranego na rzecz roli aktywnego i mogącego działać. Korygowanie zaś jest mechanizmem powolnej akceptacji zmienności przedmiotów marzeń, sposobów ich realizacji i kierunków docelowych. To akceptacja swojego stanu, wieku, możliwości, i przelanie tego kapitału w stronę twórczą, nie tożsamą z poprzednimi okresami życia, ale równie fascynującą i kreatywną, choć dotyczącą odmiennych celów życiowych na skutek zmiany pełnionych ról społecznych.

Trzecim, choć nie ostatnim, istotnym celem marzeń jest ich animacyjny charakter, czyli wprost definiowany popęd do spełnialności. Marzenia same z siebie zdają się „wołać” o ich spełnienie i pobudzać do aktywności. Utrzymanie stanu fantazjowania

jest zatem wyznacznikiem aktywizowania, najpierw wyobraźniowego, a następnie sprawczego. Zaczyna się od myśli, a kończy się na działaniu zmierzającym do realizacji swoich pragnień. Dlatego tak istotne jest utrzymanie przez seniora chęci do projektowania marzeń i w dalszej kolejności pobudzanie do ich spełnienia.

Agnieszka Biela (2015) uznaje marzenia za formę twórczego myślenia. Myślenie twórcze z perspektyw marzeń odnosi się do pokładów kreatywności człowieka, jego wiary we własne możliwości sprawcze, potencjalnego „ja mogę”, i przekraczania ograniczeń natury osobistej. Kreatywność ta sprawia, że każdy może stać się bohaterem i autorem swojego życia, autorem jego powodzenia, tzw. barwy życiowej oznaczającej różnorodność przeżyć czy też kreatorem najbliższej przestrzeni. Warto, bowiem pamiętać o marzeniach przekraczających własne ja, czyli o tych odnoszących się do zapewnienia dobra i szczęścia innym ludzi, co przejawia się np. w skali zaangażowania dobroczynnego seniorów.

Kategorie marzeń

Alina Kałużna-Wielobób (2013, s. 111) wyróżniła dwie kategorie marzeń:

1) marzenie przybierające formę fantazji, które dla ogólnego rozumienia wydają się być, i najczęściej takie są, nierealne do spełnienia. Typ ten odnajduje swój upust w fantazjach mimo braku realności w rzeczywistości;

2) marzenia mające formę pewnej wizji siebie w przyszłości. Wizje te sprawiają, że podmiot skupia się na własnych dążeniach, które precyzuje i przekłada na realny świat możliwości.

Z tej racji można dokonać podziału marzeń człowieka na cztery typy z uwagi na stopień realności wizji:

- marzenia realne, lecz nierealizowane z powodu przekonania o ich nierealności,
- marzenia realne i za takowe uważane – realizowane,
- marzenia nierealne, lecz traktowane jako realne,
- marzenia nierealne i za takowe uważane, tym samym odrzucane w procesie realizacyjnym.

Typ pierwszy odnosi się do osób, które nie posiadają przekonania o realności marzeń. Przy czym należy pamiętać, iż to przekonanie może wynikać z braku wiary we własne możliwości lub też może być wynikiem negatywnej autodiagnozy aktualnego stanu siebie, w tym stanu zdrowia, doświadczenia traum życiowych itd. Typ drugi i trzeci skłania wewnątrznie podmiot do ich spełnienia. O ile typ drugi ma szansę urzeczywistnienia i nie powoduje żadnych zastrzeżeń, tak typ trzeci może siebie skazywać na niepowodzenie i rezygnację. Dochodzi bowiem do pewnego dysonansu między przekonaniem jednostkowym, subiektywnymi a obiektywnymi przesłankami realizacji. W takim przypadku mówi się o osobach „bujających w obłokach”. Takie osoby określa się jako tych tracących orientację w rzeczywistości. Jednostka taka może w społecznym mniemaniu narażać się na ośmieszenie. Jednakże z punktu widzenia

psychologii osoby takie często przekraczają społeczne ograniczenia i mogą mimo wieku stać się innowatorami zmiany.

Najwięcej obaw zdaje się nastroczać typ pierwszy, który ewidentnie zdaje się prezentować zrezygnowany styl życia, który nie wierzy we własny potencjał, kapitał, umiejętności, co w największy sposób ogranicza podmiot. Realne działania wspierająco-animacyjne winny najmocniej kierować się w ich stronę.

Zdecydowanie nie można marzeń dzielić i kategoryzować na te pozytywne i negatywne. To przejaw ludzkiej tendencji do redukowania zdarzeń w kategoriach „biało-czarnych”, a nie realne obrazowanie ich wartości. Mówiąc o wartości marzeń, należy pamiętać, iż same z siebie zdają się zaprzeczać swojej negatywności. Ani projektowanie marzeń nie powinno nieść negatywnych uczuć, ani ich natura nie wydaje się być negatywna, o ile nie doszło do potraktowania ich jako źródła frustracji z uwagi na stopień autorefleksyjności seniora, która podąża w kierunku destrukcyjnym. Negatywny z pewnością może być sposób ich urzeczywistniania bądź skutek tego urzeczywistnienia. Zatem „marzenie jest (...) poza kryteriami standardu przedmiotowego” (Obuchowski 1993, s. 182).

Kryterium przedmiotowe odróżnia marzenia odnoszące się do osób, obiektów, czynności, zdarzeń. Innym kryterium podziału może być częstotliwość wyrażania. I tak są marzenia projektowane przez dużą część społeczności (np. chęć bycia kochanym) i takie, które są osobliwe. Autorzy artykułu *The Typical Dreams of Canadian University Students* wnioskuje, że są marzenia cechujące się wysokim poziomem konsystencji oraz wysoką częstotliwością, pojawiające się jako wspólny wzorzec dla wielu podmiotów (Nielsen i in. 2003, s. 212).

Droga realizacji marzeń

Marzenia mają charakter procesowy i nie są pojedynczym zdarzeniem. Mało tego – cechuje je cykliczność. Przebieg poszczególnych cykli zależy od stopnia motywacji (zarówno tej wewnętrznej, jak i zewnętrznej) do działania. Każde działanie jest wielorako motywowane (Maslow 2006, s. 79–80), a każda jednostka wyposażona jest w konkretne dyspozycje (Kliś 1998, s. 251), które warunkują powodzenie w realizacji marzeń.

Cykliczność marzeń dokładnie zobrazował Ducio Demetrio (2006), dzieląc płaszczyzny marzeń na dwie kategorie. Pierwsza zorientowana jest na innych, gdzie dochodzi do projektowania marzenia, przygotowania pewnej jeszcze nieuporządkowanej strategii, by w dalszej części tego cyklu stać się projektem marzeniowym uwzględniającym trudności i przeszkody. Kategoria druga cyklu rozpoczyna się od osiągnięcia świadomości przejścia z poziomu ogólnego do poziomu „ja”, by następnie zamknąć marzenie w sobie i określić je jako wartość indywidualną koniecznie zmierzającą do realizacji, a przynajmniej domagającą się realizacji. Jednostka w tym drugim etapie cyklu odczuwa swoistą odnowę, zaczyna ufać w swoje możliwości i jest na tyle zeterminowana, że chce nadal eksplorować marzenia.

Z tej przyczyny tak ważne jest ugruntowanie znaczenia marzeń w utrzymaniu jakości życia, ponieważ to one zapewniają radość odkrywania siebie, projektowania swojego życia w sposób bardziej spontaniczny, wyłuskiwania często skrytych pragnień, które nie zostały ujawnione przed otoczeniem społecznym lub, będąc ujawnione na jakimś etapie realizacyjnym, uległy zatarciu.

Jedynym mankamentem prezentowanej wyżej cykliczności marzeń jest brak dostrzegania pojawiających się w każdym etapie życia człowieka tzw. kryzysów życiowych, traum i zdarzeń krytycznych, które w sposób bezpośredni uderzają w człowieka i stają się poważną przeszkodą w spokojnym przeżywaniu siebie. Może to być śmierć kogoś bliskiego, własna choroba, poważne problemy członka rodziny oraz wiele innych zdarzeń nastrożających zmartwień.

I faza		II faza
2. Przygotowanie strategii	3. Planowanie marzenia/ projekt	4. Spotkanie z trudnościami/ przeszkodami/ucieczka
	Cykl marzenia zorientowany na innych	
1.Początek marzenia lub projektu	(indywiduacja społeczna Ja)	5. Reorganizacja życia
6. Zamknięcie jednej fazy	7. Osiągnięcie świadomości fazy przejściowej	8. Zamykanie się w sobie i poszukiwanie podstawowych wartości
	Cykl marzenia zorientowany na siebie	
10. Ponowne doświadczenie i ponowna eksploracja możliwości		9. Odnowa osobista, zaufanie, radość, samowystarczalność
IV faza Reintegracja		III faza Nabieranie dystansu

Schemat 1. Cykliczność marzeń

Źródło: D. Demetrio, 2006, *Edukacja dorosłych*, [w:] *Pedagogika – subdyscypliny wiedzy pedagogicznej*, t. 3, Śliwerski B. (red.), GWP, Gdańsk, s. 141.

Mając w pamięci fakt kryzysów życiowych, warto jednak pamiętać, że odpowiednio motywowana osoba, która czuje się bezpiecznie, akceptowana, ważna, z upływem czasu, przy pomocy bliskich, na nowo wróci do stanu spokoju wewnętrznego, a przynajmniej to prawdopodobieństwo powrotu jest znacznie wyższe niż u osób osamotnionych i pozbawionych oddziaływań społecznych. Umiejętność marzeniotwórczości jest

odповідzią „ku jakiemu kierunkowi w czasie zmierzamy” (Bilikiewicz 1948, s. 157) – czy będzie to odejście, czy też ponowne uczestnictwo.

Marzenia a poczucie jakości życia

Halina Zielińska-Więczkowska i Kornelia Kędziora-Kornatowska za podstawowe czynniki satysfakcji życiowej i poczucia jakości życia przyjmują: po pierwsze kondycję zdrowotną jednostki, po drugie aktywność życiową, po trzecie poziom wykształcenia, po czwarte optymizm życiowy, po piąte poczucie koherencji, po szóste rodzinę (2010, s. 12–14).

Czynnik pierwszy w odniesieniu do marzeń należy przede wszystkim skierować do sfery zdrowia psychicznego, tj. zdolności do tworzenia marzeń, kreatywności ich urzeczywistniania i skali cieszenia się w trakcie ich werbalizacji. Tutaj kluczowe jest badanie, na ile senior jest skory patrzeć w przyszłość mając na uwadze swoją przeszłość, jakie przejawia chęci do fantazji i w jaki sposób prezentuje swoje pragnienia (z kierunkiem i przedmiotem ich umiejscawiania). Ponadto warto badać, jak osoba starsza reaguje na mechanizmy pobudzania do realizacji pragnień, na ile sama angażuje się w realizację zamierzeń oraz na ile już zrealizowane marzenia wpływają na jej pogodę ducha i czy w ogóle mają na to wpływ. Może, bowiem się okazać, że takiego wpływu nie mają i stopień wycofania jest głęboko posunięty, i żadne zabiegi ożywiające jednostkę nie dają jej realnej satysfakcji.

Zgodnie z definicją Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) zdrowie, to poza dobrostanem umysłowym i duchowym, stan poczucia dobrostanu fizycznego i społecznego. Kierunek marzeń zależy, zatem nie tylko od stanu psychicznego, ale także od kondycji zdrowotnej i samopoczucia określonej jednostki, skali jej optymizmu życiowego, skali zaspokojenia podstawowych potrzeb bytowych.

Badania psychologiczne wykazują silną korelację między takimi aspektami zdrowia psychicznego, jak: jakość przechodzenia kryzysów rozwojowych, dokonywany bilans życiowy przez określoną jednostkę, tworzone i realizowane przez nią marzenia. A. Kałużna-Wielobób (2010, s. 199–201) przeprowadziła badania na grupie kobiet w wieku średnim. Badania te, dowiodły, że:

- kobiety w wieku średnim, które mają usilne poczucie, że nie zrealizowały swoich młodościowych marzeń, mają większą skłonność do dokonywania negatywnego bilansu życia oraz charakteryzują się mniejszą dojrzałością od kobiet, które mają poczucie, że zrealizowały młodościowe marzenia;

- największą tendencję do dokonywania negatywnego bilansu życia mają kobiety, które jako swoje aktualne marzenia wymieniają marzenia związane jedynie z minimalistycznym zaspokojeniem podstawowych potrzeb;

- kobiety w wieku średnim, które nie podjęły działań zmierzających do realizacji ich aktualnych marzeń, mają większą tendencję do dokonywania negatywnego bilansu życia oraz większą świadomość negatywnych zmian związanych z wiekiem w porównaniu z kobietami, które podjęły takie działania.

Czynnik drugi – aktywność życiowa, jest nierozzerwalnie związany z marzeniami, bo to one pobudzają człowieka do działania i stają się pewnego rodzaju stymulatorem. Utrzymanie marzeń jest zatem tożsame z utrzymaniem aktywności umysłowej i sprawczej. Oczywiście w każdym wieku dokonuje się wiele rzeczy, które bezpośrednio nie były przedmiotem czyichś marzeń, ale to właśnie pragnienia są silnie nacechowane uczuciowo i emocjonalnie, i im można przypisać duży poziom motywujący wewnętrznie.

Co do czynnika trzeciego, trudno jest jednoznacznie udowodnić, jakie znaczenie ma wykształcenie w projektowaniu marzeń. Prawdopodobnie łatwiej odnieść marzenia do wykształcenia. Nasuwa się w tym miejscu dowód w postaci niezliczonej rzeszy słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku, seniorów uczestniczących w różnych kursach, szkoleniach, warsztatach, konferencjach, spotkaniach naukowych, wieczorach spotkań z ważnymi osobami itd.

Bezpośrednim mechanizmem określającym znaczenie marzeń w życiu jednostki jest zrozumienie ich wpływu na poziom optymizmu życiowego. Truizmem jest mówienie o satysfakcji osoby ze spełnionego marzenia, zaś czymś bardziej interesującym jest zbadanie, na ile jednostka pozostaje pozytywnie nastawiona do swojego życia w przypadku stwierdzenia niepowodzeń w dochodzeniu do realizacji pragnień. Skalę optymizmu życiowego trzeba również odnieść do innych zdarzeń życiowych (w tym trosk egzystencjalnych i zdarzeń krytycznych), ale sam fakt pozostawania w dobrym samopoczuciu ma realny wpływ na dalsze projektowanie siebie.

Ostatnie dwa czynniki odnoszą się do poczucia harmonii i spokoju. Wydaje się, że marzenia mogą mieć znaczenie w osiąganiu spokoju wewnętrznego, o ile dany senior umiał przededefiniować i zaakceptować zmienność roli życiowej i zmienność otoczenia rodzinnego, zawodowego i społecznego. Zakłócić je mogą zdarzenia krytyczne, np. śmierć kogoś bliskiego (Fabiś, Fabiś 2011). W tym miejscu warto także wspomnieć o zmieniającym się modelu rodziny i coraz częstszym pozostawianiu w odrębnych gospodarstwach domowych. Tutaj znaczenie ma to na ile jednostka poradziła sobie z bólem straty czy samotnością i w jaki sposób zareagowała na te sytuacje oraz na ile jej otoczenie włączyło ją w swoje działania.

Zatem można powiedzieć, że marzenia mają wpływ na poczucie jakości życia, ale i rekapitulacja swojego życia ma wpływ na formę i kształt projektowanych marzeń. Przypomina to błędne koło, ponieważ senior pozostawiony bez wsparcia, rozumianego jako pobudzanie i włączanie, może ulec pokusie demobilizacji marzeniowej, zwłaszcza w sytuacjach trudnych, a tym samym przestać tworzyć i kreować siebie, co w konsekwencji wyłączy go z głównego nurtu życia, wywołując apatię i zniechęcenie życiowe. Z drugiej strony ten zachęcający do fantazjowania może przekraczać pewne ograniczenia i tym samym mieć poczucie większego sprawstwa i mocy, co z kolei pobudza go do dalszego życia, dodając mu życia do lat (Błachnio 2012, s. 82).

Marzenia a pomyślne starzenie się

John W. Rowe i Robert L. Kahn (1987, s. 143–149) utożsamiają pomyślne starzenie się z doświadczeniem niewielkiej straty w stanie zdrowia. Pomijają jednak ważną kwestię stylu życia, który łączący w sobie elementy podejścia prozdrowotnego (utrzymanie i stymulowanie kondycji psychofizycznej), proaktywnego (aktywność połączona z wypoczynkiem) i konstruktywnego, o którym pisała Iwona A. Oliwińska (2010, s. 47), to on w większym stopniu definiuje człowieka niż to ma miejsce z samym stanem fizycznym człowieka. Osoby starzejące się pomyślnie prowadzą taki tryb życia, który realnie sprzyja ich dobremu starzeniu się, wykorzystując optymalne potencjały życiowe albo nawet na pierwszy „rzut oka” przekraczając ich możliwości (Hill 2010, s. 39).

W badaniu pomyślnego starzenia się należy uwzględnić poziom umiejscowienia w sobie strategii akceptacji, czyli strategii starości nastawionej na pogodzenie się z ostatnim etapem rozwojowym, realistycznym podejściem do samego siebie, adekwatnym realizowaniem siebie oraz właściwym uczestnictwie w pełnieniu nowych ról rodzinnych, obywatelskich i społecznych. Tak zwana dobra starość domaga się afirmacji „ja” w późniejszym okresie życia (Brzezińska 2011, s. 41). Afirmacja ta przejawia się najpełniej w uczestnictwie w życiu swojego najbliższego otoczenia. Poprzez uczestnictwo należy rozumieć realne wpływanie na podejmowane decyzje, angażowanie się w działania czy dzielenie się swoją mądrością.

Jedną z osobliwych form akceptacji starości jest potraktowanie jej w kategoriach wartości. Za Elżbietą Dubas (2013, s. 148–149) możemy wyznaczyć warunki percepcji prowartościowej starości, do których zaliczymy: dojrzałą postawę wobec życia, dojrzałą postawę wobec starości, dojrzałą postawę wobec zdrowia, postawę aktywności, realizację potrzeb, posiadanie pasji i zainteresowań oraz zdrowe relacje społeczne.

Świat marzeń seniora rozciąga się między dojrzałą postawą wobec życia, gdyż w tym aspekcie objawia się postawa realizacji kolejnego zadania do spełnienia, aż do posiadania pasji i zainteresowań. To właśnie utrzymywanie zainteresowania życiem, jego zmianą i różnorodnością pobudza do tworzenia nowych celów, pragnień i marzeń. Marzenia wpisują się także w sferę zdrowotną. Pomagają uzyskać spokój wewnętrzny i harmonię. Ich żywe utrzymywanie w starości, aktywne tworzenie i realizowanie napędza jednostkę do przekraczania sztucznie tworzonych barier, zarówno przez siebie, jak i otoczenie. Nie bez przyczyny tak wielką siłę stanowią miejsca aktywizacji w starości. Coraz więcej inicjatyw wykorzystujących wartość starości i samych osób starszych zmienia obraz tego okresu życia.

Warunki nastawienia marzeniotwórczego

Poza wspomnianymi elementami zdrowego podejścia do starości, preferowanymi stylami i strategiami życia w starości, afirmacją siebie w zmieniającej się roli społecznej istotne w utrzymaniu „żywołności” marzeń, pragnień, dążeń są:

- bycie odpowiednio otwartym (Rożdżeński 2010, s. 50–52) na doznania dziś i jutro;
- przekonanie o swojej niezwykłości i indywidualności (Rożdżeński 1999, s. 23), co nie pozwala na redukowanie siebie do schematów widzianych oczyma ogółu, tzn. zaprzeczanie uproszczonym wizjom starości próbującym widzieć ten okres życia jako czas spadku lub utraty możliwości;
- kształtowanie w sobie nawyków skutecznego działania – poczynawszy od proaktywności, poprzez wizjonerstwo do zrozumienia i stawiania sobie nowych wyzwań (Covey 2015);
- podążanie za przykładami pozytywnej starości – szukanie prawidłowych autorytetów przeżywania tego okresu życia;
- odwołanie się do wymiaru umysłowego, emocjonalnego i duchowego własnego życia (Fabiś 2015).

Otwartość na możliwe doznania jest filarem utrzymania nastawienia twórczego. Nie można pozwolić by ostatni okres życia kojarzył się z powolnym odchodzeniem. Marzenia wymagają otwartości jednostki poprzedzonej samopoznaniem, autodefinicją, wnikięciem w swoją duchowość, w których utajone są prawdziwe pragnienia i chęci podmiotu. Pomocne w tym są osoby, które swoim przykładem pokazują, jak skutecznie i kreatywnie realizować siebie mając kilkadziesiąt lat. Najwyrazistszym przykładem jest chociażby postać najstarszej didżejki, która mając ponad 80 lat „bituje” na imprezach w całym kraju w czasie imprez zarówno dla młodych, jak i starszych słuchaczy – mowa o DJ Wice.

Tak istotne jest kształtowanie w biegu swojego życia nawyków skutecznego działania, które oczywiście są wynikiem całonocnej aktywności nie zaś incydentalną umiejętnością człowieka możliwą do wyuczenia się w danej chwili. Jak wskazuje Zofia Szarota (2014), nawyki starości są skutkiem naszego postępowania we wcześniejszych fazach życia i dlatego tak ważne jest przygotowanie się do starości, która jest zadaniem i wyzwaniem, a nie problemem.

Podsumowanie

Tworzenie marzeń jest pożądaną w każdym okresie życia. Ich werbalizacja, a potem realizacja ma zasadnicze znaczenie w poczuciu psychicznego zadowolenia, a tym samym wpływa na jakość życia i jego ocenę (tworzony bilans). Marzenia dają seniorowi energię do działania, pobudzają sferę motywacyjną człowieka, integrują osobę, regulują jej poczucie tożsamości i sensu życia, ukierunkowują poczynania, zapewniają możliwość kreatywnego realizowania siebie oraz działają relaksacyjnie (Majewska-Kofarowska 2012, s. 48–49). Nawet nierealistyczne projekty przyczyniają się do ni-

welowania napięć spowodowanych codziennością. Pozwalają na przekroczenie czasowości. Mimo swojej krótszej perspektywy czasowej w starości, stają się kluczowym mechanizmem wyrwania podmiotu z nastawienia retrospekcyjnego ku przyszłości, tworzonej dzięki własnej wyobraźni i własnym pragnieniom.

Za Olgą Czerniawską, warto powtórzyć, iż każda opowieść marzeń jest inna, bo każdy ma inną biografię (2002, s. 30). Doświadczenia człowieka starego są inne, w inny sposób kierowane i przeżywane, same zaś marzenia nie kończą się wraz z osiągnięciem określonego wieku i, jak podkreśla autorka, „dynamizują starość” (2010, s. 111).

Bibliografia

- Biela A., 2015, *Trening kreatywności. Jak pobudzić twórcze myślenie*, Wydawnictwo Edgar Mariusz Jachimczuk, Warszawa.
- Bilikiewicz T., 1948, *Psychologia marzenia sennego*, Księgarnia Gdańska A. Krawczyński, Gdańsk.
- Błachnio A., 2012, *Starość non profit. Wolontariat na Uniwersytecie Trzeciego Wieku w Polsce i na świecie*, Wydawnictwo UKW w Bydgoszczy, Bydgoszcz.
- Brzezińska M., 2011, *Proaktywna starość. Strategie radzenia sobie ze stresem w okresie późnej dorosłości*, Wydawnictwo Engram, Warszawa.
- Bugajska B., Timoszyk-Tomczak C., 2010, *Przeszłość – teraźniejszość – przyszłość. Kształtowanie zrównoważonej perspektywy czasowej w starości*, [w:] *Elan vital v priestore medzigeneračných vzťahoj. Zborník príspevkov z konferencie s medzinárodnou účasťou*, B. Balogová (red.), Univerzity v Prešove, Prešov, s. 108–114.
- Coelho P., 1995, *Alchemik, Drzewo Babel*, Warszawa.
- Covey S.R., 2015, *7 nawyków skutecznego działania*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań.
- Czerniawska O., 2002, *Drogi edukacyjne i ich meandry*, „Biblioteka Edukacji Dorosłych”, t. 27.
- Czerniawska O., 2016, *Pamięć serca*, [w:] *Starość. Poznać, przeżyć, zrozumieć*, M. Halicka, J. Halicki, E. Kramkowska (red.), Wydaw. Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok.
- Czerniawska O., 2010, *Rola marzeń w życiu ludzi starszych*, „Rocznik Andragogiczny”, s. 107–113.
- Demetrio D., 2006, *Edukacja dorosłych*, [w:] *Pedagogika – subdyscypliny wiedzy pedagogicznej*, t. 3, Śliwerski B. (red.), GWP, Gdańsk, s. 113–136.
- Dymara B., 2010, *Dziecko w świecie marzeń*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.
- Dubas E., 2013, *Starość znana i nieznaną – wybrane refleksje nad współczesną starością*, „Rocznik Andragogiczny”, 20, s. 135–152.
- Fabiś A., 2015, *Rozwój duchowy jako atrybut dojrzałości w starości*, „EXLIBRIS Biblioteka Gerontologii Społecznej”, 1(9), s. 11–18.
- Fabiś A., 2011, *Śmierć jako wyzwanie dla opiekunów i osób wspierających ludzi starszych*, „Biblioteka Gerontologii Społecznej”, t. III, s. 141–157.
- Freud Z., 2000, *Psychologia życia codziennego. Marzenia senne*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Hasło: *Marzenie*, Encyklopedia Popularna PWN, 1997, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, s. 491.

- Hill R.D., 2010, *Pozytywne starzenie się. Młodzi duchem w jesieni życia*, Laurum, Warszawa.
- Kałużna-Wielobób A., 2011, *Funkcje marzeń według uczennic liceum, studentek i kobiet w wieku średnim*, „Rocznik Komisji Nauk Pedagogicznych”, t. LXIV, s. 159–174.
- Kałużna-Wielobób A., 2010, *Marzenia kobiet w wieku średnim*, Wydawnictwo Naukowe UP, Kraków.
- Kałużna-Wielobób A., 2013, *Marzenia współczesnych kobiet w różnych okresach rozwojowych*, „Teraźniejszość-Człowiek-Edukacja”, 1(61), s. 109–136.
- Kędziora S., 2011, *Duchowość i religijność osób starszych*, „Biblioteka Gerontologii Społecznej”, t. IV, s. 147–158.
- Kliś M., 1998, *Motywacja*, [w:] *Podstawy psychologii. Podręcznik dla studentów kierunków nauczycielskich*, Pilecka W., Rudkowska G., Wrona L. (red.), Wydawnictwo Naukowe AP, Kraków, s. 249–282.
- Majewska-Kofarowska A., 2012, *Marzenia w przestrzeni życiowej seniorów – konteksty, znaczenia*, „Edukacja Dorosłych”, 1, s. 43–51.
- Maslow A., 2006, *Motywacja i osobowość*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Nielsen T.A., Zadra A.L., Simard V., Saucier S., Stendrom P., Smith C., Kuiken D., 2003, *The Typical Dreams of Canadian University Students*, „Dreaming”, Vol. 13, No. 4.
- Obuchowski K., 1993, *Człowiek intencjonalny*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Oleś P.K., 2000, *Psychologia przełomu połowy życia*, TN KUL, Lublin.
- Oliwińska I.A., 2010, *Starość i style życia*, [w:] *Polskie style życia. Między miastem a wsią. V Kongres Obywatelski*, Łaciak B. (red.), Instytut Badań nad Gospodarką Rynkową, Gdańsk, s. 45–50.
- Rowe J.W., Kahn R.L., 1987, *Human aging: Usual and successful*, „Science”, 237, s. 143–149.
- Rożdżeński J., 2010, *Filozofia poznania. Zarys problematyki*, Wydawnictwo Naukowe UP, Kraków.
- Rożdżeński J., 1999, *Spostrzeganie i niespostrzeganie*, Wydawnictwo Naukowe PAT, Kraków.
- Stróżewski W., 2013, *Logos, wartość, miłość*, Wydawnictwo Znak, Kraków.
- Szarota Z., 2014, *Era trzeciego wieku – implikacje edukacyjne*, „Edukacja Ustawiczna Dorosłych” 2014, 1(84), s. 7–18.
- Zielińska-Więczkowska H., Kędziora-Kornatowska K., 2010, *Determinanty satysfakcji życiowej w późnej dorosłości – w świetle rodzimych doniesień badawczych*, „Psychogeriatrya Polska”, 7(1), s. 11–16.
- Zych A.A., 1995, *Człowiek wobec starości*, Wydawnictwo Interart, Warszawa.



Justyna Antczak-Kujawin

O metodach badań sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu – z perspektywy logopedy

DOI 10.24917/24500232.142.10

Słowa kluczowe: logopedia, otępienie, sprawność leksykalno-semantyczna

Keywords: speech therapy, dementia, lexical-semantic skill

ABOUT THE METHODS OF LEXICAL AND SEMANTIC EFFICIENCY IN DEMENTIA – FROM THE VIEWPOINT OF SPEECH THERAPIST

Abstract: Speech disorders, especially the lexical and semantic efficiencies, are the inseparable component of dementia clinical view. The test of lexical and semantic efficiency constitutes then the crucial aspect of speech therapy diagnosis in case of dementia. The reliable assessment of language efficiencies enables to obtain the information concerning the mental condition of elderly people, which conditions significantly the effective programming of speech therapy of patient suffering from the disorder of cognition in dementia. The diagnosis of lexical resource is included in the scope of interests of specialists in many branches, i.a. educationalists, psychologists and speech therapists, therefore this problem is considered from the different perspectives. The article aims at the brief characteristics of selected methods of lexical testing as well as the assessment of usefulness in speech therapy diagnosis of lexicographical tests in dementia, being widely applied in Poland and in the world. The principal part of the dissertation is dedicated to the description of authorial test structure to measure the lexical and semantic efficiency in people suffering from dementia which enables the speech therapy assessment of language behaviours in people with dementia.

Wprowadzenie

Otępienie stanowi współcześnie duży problem społeczno-medyczny. Najczęstszą jego przyczyną jest choroba Alzheimer'a, na którą cierpi prawie 44 milionów ludzi na świecie, w Polsce ponad 300 tysięcy, w tym spory odsetek osób w wieku senioralnym

bez postawionej jeszcze diagnozy (Bodnar 2016, s. 5). Ołępienie jest więc powaŹnym wyzwaniem diagnostycznym dla systemu opieki zdrowotnej i pomocy społecznej.

W logopedii ołępienie definiuje się jako „warunkowany chorobą ołępienną proces pogarszającego się funkcjonowania umysłowego i społecznego człowieka, powodujący jego niewydolność i zmierzający zwykle do uogólnionej deterioracji umysłowej oraz – funkcjonalnie – do desocjalizacji” (Domagała 2015a, s. 36–37). Powoduje ono zmiany w funkcjonowaniu chorego, szczególnie w zakresie komunikacji. Zmiany w mowie osób z ołępieniem alzheimerowskim zachodzą na przestrzeni wielu lat. Mają one charakter progresywny. W początkowym stadium ołępienia zaburzenia te są trudno rozpoznawalne, ale w miarę nasilenia procesu demencyjnego pogłębiają się i stają się bardziej zauważalne. W końcowej fazie choroby następuje rozpad systemu komunikacyjnego, który objawia się całkowitą utratą zdolności mówienia i rozumienia.

Zaburzenia sprawności leksykalno-semantycznej stanowią zasadniczy objaw zaburzeń sprawności systemowych w demencji¹ (szczególnie w dwóch jej typach: ołępieniu alzheimerowskim oraz ołępieniu czołowo-skroniowym). Poprzez sprawność leksykalno-semantyczną rozumiem umiejętność posługiwania się zasobem leksykalnym języka (tj. umiejętność korzystania ze słownika umysłowego), określaną nie tylko przez liczbę przyswojonych przez daną osobę jednostek leksykalnych, lecz również przez zdolność do świadomego i trafnego ich używania zgodnie z ich znaczeniem (Grabias 2012, s. 62). Zaburzenia na poziomie leksykalno-semantycznym języka w łagodnej i umiarkowanej fazie ołępienia przyjmują postać tzw. mowy pustej, czyli „mowy bez treści z niewielkim zasobem konkretnego słownictwa i małą liczbą pojęć” (Olszewski 2008, s. 200). Zaburzenia sprawności leksykalno-semantycznej u osób w wieku podeszłym objawiają się u nich trudnościami z odnajdywaniem właściwego słowa. Mowę osób z ołępieniem charakteryzuje obniżony poziom gotowości słowa, tzw. zjawisko „mam na końcu języka”. Anomia jest, więc charakterystyczną cechą mowy osób z demencją.

Ocena sprawności leksykalno-semantycznej osób w wieku senioralnym powinna stanowić istotny aspekt diagnozy logopedycznej w kierunku ołępienia. Modelowe badanie logopedyczne pacjentów w wieku senioralnym powinno być ukierunkowane na ocenę ekspresji mowy, ocenę rozumienia wypowiedzi oraz ocenę czytania i pisanie. Ocena ekspresji mowy winna uwzględniać opis sprawności systemowych (w tym szczególnie podsystemu leksykalno-semantycznego języka) oraz językowej sprawności społecznej, sytuacyjnej i pragmatycznej (Domagała 2015b, s. 1002–1003). Rzetelny opis (deskrypcja) sprawności językowych pacjenta i wyjaśnienie (eksplikacja) ich zaburzeń warunkuje kolejny krok w postępowaniu diagnostyczno-terapeutycznym, czyli efektywne programowanie (aplikacja) terapii logopedycznej osób z ołępieniem.

Jak ocenić sprawność leksykalno-semantyczną u osób w wieku podeszłym? Odpowiedź na postawione pytanie uczynię przedmiotem dalszych rozważań. Celem artykułu jest przegląd metod stosowanych w badaniu leksyki oraz ocena przydatności

1 W pracy terminy: ołępienie i demencja są stosowane zamiennie.

w diagnozie logopedycznej w kierunku otępienia wybranych testów słownikowych powszechnie stosowanych w Polsce i na świecie. W zasadniczej części pracy zostanie omówiona struktura autorskiego testu do badania sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu, który umożliwia logopedyczną ocenę zachowań językowych osób w wieku senioralnym.

Metody badania leksyki stosowane w Polsce i na świecie

Zagadnienie badania sprawności leksykalno-semantycznej znajduje się w kręgu zainteresowań specjalistów wielu dziedzin, m.in. pedagogów, psychologów oraz logopedów.

W psychologii powszechnie stosowanym narzędziem do diagnozy zasobu słownictwa biernego na podstawie prezentowanego materiału obrazkowego jest anglojęzyczny test słownikowy *Peabody Picture Vocabulary Test* (1997, 2007). Jest on przeznaczony do oceny zasobu słownictwa dzieci i dorosłych w przedziale wiekowym 2,5-90+ lat².

Inne testy słownikowe wykorzystywane na świecie do badania sprawności leksykalno-semantycznej to: *Expressive Vocabulary Test* (1997, 2007), który bada słownictwo czynne osób w wieku 2,6-90+ na podstawie prób nazywania obrazków oraz wskazywania synonimów słów kluczowych; *Receptive One-Word Picture Vocabulary Test* (2010) i *Expressive One-Word Picture Vocabulary Test* (2010), czyli narzędzia przeznaczone dla dzieci i dorosłych w wieku 2,0-70+, których zadanie polega na wskazaniu obrazka spośród czterech prezentowanych w odpowiedzi na czytane słowo kluczowe oraz podanie jednego słowa w odpowiedzi na zaprezentowaną ilustrację; *Vocabulary Assessment Scales* (2013) wykorzystywany do badania słownictwa biernego i czynnego osób w wieku 2,5-90+ na podstawie wskazywania odpowiedniego obrazka oraz ich nazywania. Wymienione testy słownikowe stosowane na świecie nie posiadają swoich wersji w języku polskim.

Na gruncie polskim powstały logopedyczne narzędzia przydatne do oceny słownictwa dzieci, np. *Test słownika dziecka* (2001) Zbigniewa Tarkowskiego. Do oceny słownika umysłowego osób dorosłych może posłużyć *Test nazywania* (2005) Antoniego Balejki czy *Bostoński test nazywania – autoryzowana wersja polska* (1998) Marii Pąchalskiej i Bruce’a Duncana MacQueena, które przeznaczone są do badania mowy osób z afazją. Te narzędzia nie są jednak wystarczające do oceny sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu³.

Testem słownikowym opracowanym dla osób dorosłych w wieku 20-60 lat jest *Test rozumienia słów* (2012) Anny Matczak, Aleksandry Jaworowskiej, Katarzyny

2 Za polski odpowiednik PPVT uznaje się *Obrazkowy Test Słownikowy – Rozumienie* (2012) Ewy Haman i Krzysztofa Fronczyka. Jest to jednak narzędzie przeznaczone do oceny słownictwa dzieci wieku 2,0-6,11.

3 O przydatności *Bostońskiego Testu Nazywania* (BTN) w diagnozie logopedycznej otępienia pisałam w artykule *Przegląd narzędzi służących do diagnozy zaburzeń funkcji poznawczych*

Martowskiej, ale ma ograniczony zasięg stosowania, jest wykorzystywany tylko przez psychologów.

Krótką charakterystyką wybranych testów słownikowych pozwala na wysunięcie wniosku, iż w polskiej logopedii istnieją znaczne niedostatki narzędzi diagnostycznych pozwalających na ocenę sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu.

Założenia teoretyczne proponowanej metody badania sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu

Przedmiotem zainteresowania w badaniach własnych uczyniłam problematykę sprawności leksykalno-semantycznej. Badania te zostały ukierunkowane na rozwiązanie problemu natury teoretyczno-praktycznej dotyczącego diagnozowania podsystemu leksykalno-semantycznego języka u osób w wieku podeszłym. Głównym założeniem moich badań naukowych jest skonstruowanie logopedycznego testu do badania sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu, czyli narzędzia diagnostycznego do oceny leksyki i frazeologii, możliwego do zastosowania szczególnie w łagodnej i w umiarkowanej fazie otępienia. Test ten ma służyć do rozpoznawania trudności leksykalnych u osób w wieku senioralnym oraz do omówienia strategii radzenia sobie z deficytami leksykalno-semantycznymi przez osoby w różnych fazach rozwojowych otępienia. Wskazanie patologicznych objawów zachowań językowych w przebiegu otępienia, możliwe dzięki analizie wyników testu, ma decydujące znaczenie na etapie programowania terapii logopedycznej, ukierunkowanej na stymulację językową i usprawnianie komunikacji osób cierpiących na demencję.

Test do badania sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu opiera się na założeniu, że słownictwo jest systemem, „hierarchią ugrupowań słownych, powiązanych określonymi zależnościami znaczeniowymi” (Buttler 1967, s. 42), a nie zbiorem jednostek całkowicie autonomicznych. Warto przywołać koncepcje Ferdynanda de Saussure’a (1961), który język traktował jako zamknięty system elementów powiązanych wzajemnymi zależnościami, a zmiana jednego elementu pociąga za sobą przeobrażenia całego układu. Strukturalistyczna teoria języka Ferdynanda de Saussure’a pozwoliła widzieć leksykę jako podsystem językowy, na który składa się zbiór jednostek leksykalnych wzajemnie powiązanych i wewnątrznie uporządkowanych (Saussure 1961, za: Buttler 1967, s. 43). Zgodnie z przedstawionymi założeniami słownictwo daje się ułożyć w pola leksykalno-semantyczne, czyli zespoły tematyczne.

Idea podziału rzeczywistości odbieranej przez człowieka na pola pojęciowe (czy też leksykalno-semantyczne) wywodzi się z koncepcji filozoficznej Wilhelma von Humboldta. Jej podstawową tezę było widzenie języka jako „mapy rzeczywistości”,

w otępieniu z perspektywy logopedy [w:] *Badania i Rozwój Młodych Naukowców w Polsce. Nauki medyczne i nauki o zdrowiu*. Część V, red. J. Leśny i J. Nyćkowiak, Poznań 2016, s. 54–60.

„świata pośredniczącego”. Według Wilhelma von Humboldta język odgrywa znaczącą rolę w procesie poznawania świata, bowiem dostarcza człowiekowi narzędzi do interpretowania zjawisk rzeczywistości. Język jest więc pośrednikiem między człowiekiem i rzeczywistością (Humboldt 2002, za: Buttler 1967, s. 44). Humboldtowska koncepcja języka legła u podstaw wszystkich ważniejszych teorii pól leksykalnych, m.in. Josta Trier (1973), Leo Weisenberga (1950), Waltera Porziga (1957). Jost Trier, uznawany za twórcę pierwszej koncepcji pola znaczeniowego, pojęcie „pole wyrazowe” wyjaśniał następująco: „To nie pojedynczy znak coś mówi, lecz system całości znaków może coś mówić wobec pojedynczych znaków. W ten sposób słowo kojarzy się z pozostałymi słowami tego samego pola pojęciowego w całość o własnych prawach i od tej całości otrzymuje swój zakres oznaczeniowy. Właściwe znaczenie jakiegoś słowa poznajemy dopiero wtedy, gdy odgraniczymy je od znaczenia sąsiednich i przeciwstawnych słów. Ma ono sens tylko jako część całości, albowiem znaczenie występuje tylko w ramach pola” (Trier 1973, za: Pisarek 1967, s. 497). Teoria Josta Trier dowodzi więc systemowego ujęcia strony znaczeniowej słownictwa. Jednym z głównych kierunków badań nad teorią pól wyrazowych było zbudowanie słownika danego języka uporządkowanego według tematycznego układu słownictwa. Pierwsze próby podziału rzeczywistości językowej na grupy tematyczne znajdują się w pracach Franza Dornseiffa (1933) oraz Rudolfa Halliga i Walthera von Wartburga (1952). Na gruncie polskim próby tematycznego uporządkowania słownictwa były podejmowane w pracach m.in. Zofii Cygał-Krupy (1986) oraz Andrzeja Markowskiego (1992).

Proponowany test do badania sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu opiera się na koncepcji podziału zasobu leksykalnego polszczyzny na pola leksykalno-semantyczne Andrzeja Markowskiego (1992). Swoją propozycję testu do badania słownika umysłowego zbudowałam na założeniach wspomnianego językoznawcy: „(...) ma on odzwierciedlać naiwnosemantyczny stosunek do rzeczywistości językowej tzw. przeciętnego użytkownika języka. Stosunek taki jest z kolei odbiciem swoistego, zdroworozsądkowego pojmowania i interpretowania rzeczywistości (...) tak by konstruowany model jak najlepiej odzwierciedlał stosunki panujące w rzeczywistości psychicznej i – przede wszystkim – językowej, charakterystycznej dla użytkownika współczesnej polszczyzny” (Markowski 1992, s. 84).

Proponowany przez Andrzeja Markowskiego (1992) podział leksyki wspólnej różnym odmianom współczesnej polszczyzny uwzględnia pięćdziesiąt pól leksykalno-semantycznych: „Ciało, jego części, cechy i wygląd”, „Rozwój ciała”, „Ruch ciała”, „Działanie ciała, zmysły, choroby”, „Jedzenie i jego przyrządzanie”, „Ubranie, ozdoby, materiały”, „Mieszkanie i jego wyposażenie”, „Dbałość o ciało: higiena, porządki, leczenie, wypoczynek”, „Uczucia, emocje, oceny uczuciowe i emocjonalne”, „Wola i oceny z nią związane”, „Rozum, pamięć, wyobrażenia i oceny z nimi związane”, „Charakter człowieka i jego cechy”, „Moralność i oceny z nią związane”, „Literatura”, „Teatr i film”, „Muzyka”, „Malarstwo i rzeźba”, „Wiara”, „Religia”, „Stosunki międzyludzkie – ogólnie”,

„Stosunki rodzinne”, „Stosunki przyjacielskie i towarzyskie”, „Stosunki służbowe”, „Stosunki ogólnospołeczne”, „Zachowanie i postępowanie”, „Język”, „Szkoła i wychowanie”, „Nauka”, „Zwyczaj i obyczaj”, „Rozrywka i zabawa”, „Sport wyczynowy”, „Urząd, państwo, polityka”, „Wojsko”, „Łączność i wymiana informacji”, „Komunikacja, podróż”, „Handel i usługi”, „Miasto i jego urządzenia”, „Wieś i jej otoczenie”, „Praca fizyczna”, „Własność”, „Gospodarka”, „Niebo i gwiazdy”, „Pogoda”, „Ziemia – przyroda nieożywiona”, „Rośliny”, „Zwierzęta”, „Cechy materii”, „Przestrzeń”, „Czas”, „Liczba i liczenie”. Pola te łączą się w dwanaście zespołów pól: „Moje ciało”, „To, co służy mojemu ciału”, „Mój umysł”, „To, co służy mojemu umysłowi”, „Moja wiara”, „To, co służy mojej wierze”, „Mój stosunek do innych”, „To, co służy mnie i innym”, „Mój stosunek do rzeczy”, „To, co służy mnie wobec rzeczy”, „Świat”, „Właściwości świata”. Z kolei każde dwa zespoły pól tworzą sferę pojęciową: „Ja jako istota fizyczna”, „Ja jako istota psychiczna”, „Ja wobec Boga”, „Ja wobec ludzi”, „Ja wobec rzeczy”, „Ja wobec natury”, a te wyznaczają dwie makrosfery: „Ja wobec siebie” i „Ja wobec tego, co poza mną” (Markowski 1992, s. 84–94).

Struktura testu do badania sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu

Omawiany test składa się z dwóch części: słownictwo i frazeologia⁴.

Punktem wyjścia przy konstruowaniu części poświęconej słownictwu było wydzielenie pól leksykalno-semantycznych obejmujących leksemy dotyczące życia codziennego. Wybór zespołów tematycznych podyktowany był w dużej mierze potrzebą dotarcia do słownika umysłowego przeciętnego użytkownika języka. Spośród pięćdziesięciu grup tematycznych proponowanych przez Andrzeja Markowskiego wybrano zatem trzynaście pól leksykalno-semantycznych: „Ciało, jego części, cechy i wygląd”, „Pokarmy i ich przyrządzanie”, „Odzież i ozdoby”, „Mieszkanie i jego wyposażenie”, „Charakter człowieka i jego cechy”, „Wiara i religia”, „Rodzina”, „Zwyczaj i obyczaj”, „Środki transportu”, „Praca”, „Czas i pogoda”, „Rośliny” i „Zwierzęta”.

Pole 1. „Ciało, jego części, cechy i wygląd” zawiera ponad sześćdziesiąt leksemów. W tej grupie tematycznej znalazły się nazwy części ciała, np. *głowa, ręka, noga*, także nazwy części głowy, np. *oczy, nos, uszy, rzęsy, brwi, broda, wąsy, piegi, włosy*. Ponadto nazwy cech wyglądu, tj. określenia wagi i siły: *chudy, gruby, silny, słaby*, określenia wzrostu: *niski, wysoki*, określenia wieku: *młody, stary, dorosły*, określenia barwy włosów: *rudy*, określenia innych cech wyglądu zewnętrznego: *zarośnięty, łysy, blady*. Są tu także leksemy określające rozwój fizyczny człowieka w czasie, np. *urodzić się, starzeć się, umierać*, nazwy związane z ruchem ciała, np. *leżeć, siadać, stać, pływać, biegać, kłękać, kopać, tupać*, nazwy związane ze zmysłami, np. *śłuchać, wąchać, patrzeć*, nazwy związane ze snem, np. *budzić się, chrapać, spać, ziewać* oraz nazwy związane z zachowaniem, np. *śmiać się, płakać*.

4 W niniejszej pracy omówiona zostanie tylko pierwsza część testu, czyli słownictwo.

Do pola 2. „Pokarmy i ich przyrządzanie” zaliczono ponad czterdzieści jednostek leksykalnych. Tą grupę tematyczną budują ogólne nazwy związane z jedzeniem i jego formami, np. *jedzenie, śniadanie, obiad, kolacja*, nazwy zup, np. *grochówka, kapuśniak, rosół, pomidorowa*, nazwy warzyw, np. *burak, kapusta, sałata, ziemniak*, nazwy owoców, np. *cytryna, truskawka, gruszka, jabłko*, nazwy napojów, np. *mleko, kakao, herbata*, inne nazwy produktów spożywczych, np. *mąka, cukier*. Kolejną grupę tworzą nazwy naczyń i urządzeń kuchennych, np. *garnek, patelnia, talerz*, nazwy sztuców, np. *łyżka, widelec, nóż*. W analizowanym polu znajdują się także określenia pokarmów związane z ich smakiem, zapachem, konsystencją, np. *czekoladowy, mleczny, śmietankowy, kwaśny, słodki, słony, smaczny, niesmaczny, gorący*, określenia czynności związanych z przyrządzaniem potraw i posiłków, np. *obierać, kroić, piec, słodzić, dolewać, dosypywać, dzielić, gotować* oraz określenia czynności związanych ze spożywaniem pokarmów, np. *jeść, objadać się*.

W skład pola 3. „Odzież i ozdoby” wchodzi ponad trzydzieści leksemów. Oprócz nazw ogólnych, np. *ubranie, buty* wydzielono konkretne nazwy ubrań, np. *koszula, sweter, kamizelka, spodnie, spódnica*, nazwy obuwia, np. *kalosze, sandały*, nazwy okryć wierzchnich, np. *plaszcz*, nazwy ozdób, np. *krawat, pasek, guziki* czy biżuterii, np. *korale, obrączka, zegarek*. Odnotowano ponadto przymiotnikowe leksemy określające cechy odzieży i materiałów, np. *dziurawy, bawełniany, wełniany, skórzany, brudny, wyprany, wyprasowany* oraz czasowniki odnoszące się do czynności związanych z odzieżą, np. *prać, prasować, ubierać się, rozbierać się, przymierzyć, szyć, cerować, schnąć*.

Pole 4. „Mieszkanie i jego wyposażenie” stanowi grupę ponad czterdziestu wyrazów. Są tu nazwy pomieszczeń, np. *kuchnia, łazienka, strych, pokój*, nazwy odnoszące się do konstrukcji mieszkania, np. *okno, schody, drzwi*, nazwy mebli, sprzętów domowych i kuchennych, np. *stół, krzesło, łóżko, szafa, lodówka, pralka, wanna, lustro, telewizor, odkurzacz*, nazwy elementów dekoracji mieszkania, np. *dywan, firanka*. Kolejną grupę leksemów stanowią nazwy opisujące właściwości i cechy pomieszczeń, np. *otwarty, widny, ciemny, zamknięty, czysty, brudny, piętrowy, umeblowany, wyremontowany, mieszkaniowy* oraz nazwy odnoszące się do czynności związanych z mieszkaniem, np. *mieszkać, malować, otwierać, palić, przeprowadzać się, remontować, świecić, zamykać, skrzypieć, trzaskać, słać, sprzątać, ścierać, trzepać, wietrzyć, zamiatać*.

Do pola 5. „Charakter człowieka i jego cechy” zaliczono dwadzieścia leksemów, które stanowią wyłącznie przymiotniki określające charakter człowieka, np. *chytry, cierpliwy, dowcipny, dziecinny, gościnny, grzeczny, leniwy, mądry, nieszczerzy, niewierny, odpowiedzialny, grzeczny, pracowity, punktualny, smutny, szczerzy*.

Pole 6. „Wiara i religia” składa się z blisko pięćdziesięciu jednostek leksykalnych. Do tej grupy tematycznej zaliczono nazwy miejsc transcendentnych, np. *niebo, piekło*, nazwy osób określanych ze względu na wyznawaną wiarę oraz stosunek do wiary, np. *chrześcijanin, katolik, wierzący, niewierzący, chrześcijański, religijny*, nazwy związane z sakramentami, np. *chrzest, komunია, spowiedź*, nazwy przedmiotów związanych z religią, np. *krzyż, różaniec*, nazwy miejsc religijnych, np. *kościół, ołtarz*, nazwy

osób związanych z kultywowaniem wiary, np. *ksiądz, ministrant, papież, proboszcz*, nazwy związane ze śmiercią, np. *cmentarz, grób, pogrzeb, pochować, śmierć, żałoba* oraz nazwy czynności związanych z wierzeniami, np. *kusić, grzeszyć, chrzcić, wierzyć* w oraz z zachowaniem wiernych w kościele, np. *klęczeć, modlić, zmówić, żegnać się, spowiadać się*.

Pole 7. „Rodzina” zawiera pięćdziesiąt wyrazów, w tym nazwy ogólne, np. *rodzina* oraz nazwy stopni pokrewieństwa, np. *babcia, dziadek, rodzice, matka, ojciec, małżeństwo, jednak, teść, wdowa, wnuk*, określenia stosunków rodzinnych, np. *bliski, daleki, domowy, kłócić się, pogodzić się*, określenia stanu cywilnego, np. *żonaty, rozwiedziony* oraz nazwy czynności związanych z rodziną, np. *zaręczyć się, żenić się, opiekować się, odwiedzać się, umawiać się, przepraszać, zaprosić na, rozwodzić się, zdradzać, całować się*. Do tej grupy zaliczono także zaimkowe nazwy wskazujące na stosunki międzyludzkie, np. *ja, ty, on, ona, ono, my, wy, oni, mój, twój, jego, jej, nasz, wasz, ich, ten, ta, to, tamten*.

W polu 8. „Zwyczaje i obyczaje” znalazło się prawie czterdzieści leksemów. Są to wyrazy nazywające zachowanie kulturowe człowieka, w tym nazwy określające zachowania grzecznościowe, np. *dziękować, prosić, przepraszać, częstować, zapraszać, przepraszać, pukać, ustępować, witać się, żegnać się, życzyć*, nazwy czynności magicznych, np. *przeklinać, wróżyć, przyrękać*, nazwy związane z uroczystościami i ich określenia, np. *pamiątka, prezent, zdjęcie, fotografować, ślub, imieniny, urodziny, choinka, karnawał, wigilia, rocznica, świąteczny, tradycyjny, elegancki*.

Pole 9. „Środki transportu” stanowi pięćdziesiąt jednostek leksykalnych. Znalazły się tu nazwy pojazdów oraz ich części, np. *autobus, motor, pociąg, rower, samochód, tramwaj, samolot, statek, wagon, kierownica, koło, opona, pedały*, nazwy miejsc służących komunikacji, np. *dworzec, garaż, lotnisko, przystanek, peron*, nazwy akcesoriów podróżnych, np. *plecak, bilet*. Kolejną grupę leksemów tworzą przysłówkowe nazwy kierunków poruszania się, np. *dookoła, na lewo, naprzód, z powrotem, prosto*, przymiotnikowe nazwy określające relacje komunikacyjne, np. *autobusowy, kolejowy, pasażerski, tramwajowy, osobowy, pieszy, pośpieszny, towarowy* oraz czasowniki związane ogólnie z transportem i podróżowaniem, np. *podróżować, przesiadać się, rozpakowywać się, skręcać, wysiadać z, zabłądzić, zderzyć się, hamować, jechać, odjeżdżać z, parkować, lądować, lecieć, startować, płynąć*.

Do pola 10. „Praca” zakwalifikowano siedemdziesiąt leksemów. Obszerną grupę tematyczną stanowią nazwy zawodów tj. wykonawców rozmaitych prac, np. *fryzjer, kelner, stróż, woźny, kominiarz, strażak, hydraulik, malarz, stolarz, krawcowa, szewc, fotograf, aptekarz, dentysta, lekarz, piekarz, adwokat, aktor, murarz, rolnik, kierowca, kucharz, listonosz, nauczyciel, policjant*. Kolejne podgrupy w tym polu leksykalno-semantycznym to nazwy miejsc i placówek handlowych, np. *piekarnia, kwiaciarnia, kiosk, apteka, sklep* oraz jego określenia, np. *spożywczy, przemysłowy, samoobsługowy, alkoholowy, drogi, tani*. Jest też spora grupa czasowników odnoszących się do czynności i działań, np. *kupować, handlować, liczyć, pakować, płacić, sprzedawać, wymienić, pra-*

cować, orać, łowić, gasić, naprawić, czyścić, murować, szyć, malować, sprzątać, budować, grać, prowadzić, gotować, nauczać.

Pole 11. „Czas i pogoda” stanowi zbiór ponad siedemdziesięciu wyrazów. W tej grupie znajdują się nazwy pór roku, pór dnia, np. *rano, południe, wieczór, noc*, nazwy miesięcy i dni tygodnia. Ponadto nazwy opadów i zjawisk atmosferycznych oraz ich cechy, np. *tęcza, chmura, deszcz, mgła, grad, śnieg, burza, deszczowy, suchy, wilgotny, pochmurny, słoneczny, jesienny, letni, wiosenny, zimowy, chłodno, duszno, zimny, ciemno, jasno, ciepło*, nazwy ciał niebieskich, np. *gwiazda, księżyc, słońce* oraz czasownikowe formy odnoszące się do pogody, np. *padać, grzmieć, szumieć, chmurzyć się, wschodzić, zachodzić, świecić.*

W polu 12. „Rośliny” znalazło się pięćdziesiąt jednostek leksykalnych. Są to nazwy ogólne odnoszące się do wszystkich roślin, np. *zakwitnąć, pachnieć, rosnąć, podlewać, sadzić, siać, szeleścić, szumieć*, nazwy roślin ogrodowych, w tym nazwy ogólne, np. *ogród, warzywa, warzywny, krzak, kwiaty* oraz konkretne nazwy warzyw, np. *marchew, pietruszka, ogórek, pomidor*, owoców rosnących na krzakach, np. *malina, porzeczka* oraz kwiatów, np. *róża, tulipan*. Kolejne grupy tematyczne stanowią wyrazy związane z sadem, np. *sad, owoce* i przede wszystkim nazwy drzew owocowych i ich owoców, np. *jabłoń, śliwa, wiśnia, śliwka, wiśnia*, określenia roślin łąkowych, np. *koniczyna, trawa*, nazwy roślin polnych, np. *mak, zboże*, nazwy roślin leśnych, czyli określenia drzew, np. *dąb, jarzębina, kasztan, sosna* i ich części, np. *gałąź, igła, pień* oraz nazwy grzybów, np. *muchomor, pieczarka, prawdziwek.*

Pole 13. „Zwierzęta” zawiera około sześćdziesięciu leksemów. Tworzą je nazwy czworonogów domowych, np. *kot*, ale też *koń, krowa, koza, owca*, leśnych, np. *wiewiórka, lis* i egzotycznych, np. *lew, wielbłąd, tygrys, zebra*, nazwy części ich ciała, np. *grzbiet, kły, łapa, kopyto*, nazwy ich zachowań, np. *miauczeć, mruczeć, paść się, ryczeć, rżeć, szczeleć, warczeć, wyć* oraz ich „domów”, np. *nora, stajnia, obora, zoo*. Kolejną grupę stanowią nazwy ptaków, np. *sowa, wróbel*, ale też *kaczka, kogut, bocian*, nazwy ptasich części ciała, np. *dziób, skrzydło*, czynności, np. *fruwać, odlatywać, przylatywać, dziobać*. W tym polu są też nazwy owadów, np. *komar, biedronka, motyl, mucha*.

Materiał leksykalny w części testu poświęconej słownictwu obejmuje w sumie zbiór prawie 700 jednostek leksykalnych, które stanowią nazwy rzeczy, przedmiotów, zjawisk itp. (290 rzeczowników), nazwy czynności (200 czasowników), określenia osób, przedmiotów itp. (130 przymiotników), także czynności i stanów (60 przysłówków) oraz określenia wskazujące osoby czy przedmioty (20 zaimków).

Metoda pracy z pacjentem z wykorzystaniem proponowanego testu do badania sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu

Procedura przeprowadzania badania sprawności leksykalno-semantycznej u osób z otępieniem przy zastosowaniu autorskiego testu polega na prowadzeniu przez logo-

pedę różnych rozmów tematycznych z badanym. Metoda pracy z pacjentem z otępieniem, która przybiera charakter indywidualnej rozmowy z badanym, jest ukierunkowana na ocenę zasobu słownictwa i frazeologii (tj. analizę ilościową) oraz sprawdzenie umiejętności rozumienia znaczeń leksemów i związków frazeologicznych (tj. analizę jakościową). Taki sposób badania sprawności leksykalno-semantycznej umożliwia, więc opisanie strategii zastępczych stosowanych w przypadku deficytów leksykalno-semantycznych u osób w wieku senioralnym.

Diagnozę należy rozpocząć od pola leksykalno-semantycznego, biorąc pod uwagę zainteresowania i doświadczenia pacjenta. Podczas badania należy z pacjentem prowadzić rozmowy na tematy wyznaczane przez aktualnie badane pole leksykalno-semantyczne. Przykładowo: podczas oceny słownictwa z pola „Pokarmy i ich przyrządzanie” należy prowokować pacjenta do odpowiedzi na pytania typu, „Co Pan/Pani lubi jeść?, Co Pan/Pani lubi gotować?, Co dziś Pan/Pani jadł/a na śniadanie? itp.

Zadaniem logopedy jest stałe stwarzanie pacjentowi możliwości do budowania dłuższych wypowiedzi i aktualizacji materiału leksykalnego z badanej grupy tematycznej. Pomocne w tym mogą okazać się materiały ilustracyjne (zdjęcia i rysunki), stanowiące integralną część testu.

Podsumowanie

Zadanie stworzenia narzędzia diagnostycznego, które pozwoli na ujawnienie zaburzeń sprawności leksykalno-semantycznych charakterystycznych dla populacji osób w różnych fazach rozwojowych otępienia, następnie scharakteryzowanie deficytów leksykalnych u osób w wieku senioralnym oraz omówienie najczęściej występujących językowych strategii zastępczych w przypadku trudności leksykalnych u osób z demencją jest więc próbą wypełnienia luki w diagnozie sprawności leksykalno-semantycznej w otępieniu.

Bibliografia:

- Balejko A., 2005, *Test Nazywania. Diagnoza i terapia osób z zaburzeniami mowy*, Wydawnictwo Akademickie, Białystok.
- Bodnar A., 2016, *Słowo wstępne do II wydania* [w:] *Sytuacja osób chorych na chorobę Alzheimera w Polsce. Raport RPO*, A. Szczudlik (red.), Warszawa, s. 5–8, https://www.rpo.gov.pl/sites/default/files/Sytuacja%20os%C3%B3b%20chorych%20na%20chorob%C4%99%20Alzheimera%20wyd.II_.pdf [15.12.2016].
- Buttler D., 1967, *Koncepcje pola znaczeniowego*, „Przegląd Humanistyczny” nr 2, s. 41–59.
- Cygal-Krupa Z., 1986, *Słownictwo tematyczne języka polskiego. Zbiór wyrazów w układzie rangowym, alfabetycznym i tematycznym*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Domagała A., 2015a, *Narracja i jej zaburzenia w otępieniu alzheimerowskim*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin.
- Domagała A., 2015b, *Standardy postępowania logopedycznego w przypadku otępienia alzheimerowskiego* [w:] *Logopedia. Standardy postępowania logopedycznego*, S. Grabias, J. Pana-

- siuk, T. Woźniak (red.), Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin, s. 995–1021.
- Dornseiff F., 1933, *Der deutsche Wortschatz nach Sachgruppen*, Walter de Gruyter, Berlin.
- Dunn L.M., Dunn D.M., 1997, *Peabody Picture Vocabulary* (3rd ed.), MN: American Guidance Services, Circle Pines.
- Dunn L.M., Dunn D.M., 2007, *Peabody Picture Vocabulary Test* (4th ed.), MN: Pearson Assessments, Bloomington.
- Gerhardstein Nader R., 2013, *Vocabulary Assessment Scales*, FL: PAR, Inc, Lutz.
- Grabias S., 2012, *O ostrość refleksji naukowej. Przedmiot logopedii i procedury logopedycznego postępowania* [w:] *Logopedia. Wybrane aspekty historii, teorii i praktyki*, S. Milewski, K. Kaczorowska-Bray (red.), Wydawnictwo Harmonia, Gdańsk, s. 56–69.
- Hallig R., Wartburga W., 1952, *Begriffssystem als Grundlage für die Lexikographie. Versuch eines Ordnungsschemas*, Akademie-Verlag, Berlin.
- Humboldt von W., 2002, *O myśli i mowie – wybór pism z teorii poznania, filozofii dziejów i filozofii języka*, tłum. E.M. Kowalska, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Markowski A., 1992, *Leksyka wspólna różnym odmianom polszczyzny*, t. I–II, Wydawnictwo „Wiedza o Kulturze”, Wrocław.
- Martin N., Brownell R., 2010, *Receptive One-Word Picture Vocabulary Test 4*, CA: Academic Therapy Publications, Novato.
- Martin N., Brownell R., 2010, *Expressive One-Word Picture Vocabulary Test 4*, CA: Academic Therapy Publications, Novato.
- Matczak A., Jaworowska A., Martowska K., 2012, *Test Rozumienia Słów*, Wydawnictwo PTP, Warszawa.
- Miodunka W., 1980, *Teoria pól językowych. Społeczne i indywidualne ich uwarunkowania*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, Wrocław.
- Olszewski H., 2008, *Otępienie czołowo-skroniowe. Ujęcie neuropsychologiczne*, Wydawnictwo Impuls, Kraków.
- Pąchalska M., MacQueen B.D., 1998, *Bostoński Test Nazywania – autoryzowana wersja polska [Boston Naming Test, BNT]*, Fundacja na Rzecz Osób z Dysfunkcjami Mózgu, Kraków.
- Pisarek W., 1967, *Pojęcie pola wyrazowego i jego użyteczność w badaniach stylistycznych*, „Pamiętnik Literacki” nr 58/2, s. 493–516.
- Porzig W., 1957, *Das Wunder der Sprache: Probleme, Methoden und Ergebnisse der modernen Sprachwissenschaft*, Francke, Bern.
- Saussure de F., 1961, *Kurs językoznawstwa ogólnego*, tłum. K. Kasprzyk, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Tarkowski Z., 2001, *Test Słownika Dziecka*, Fundacja „Orator”, Lublin.
- Trier J., 1973, *Aufsätze und Vorträge zur Wortfeldtheorie*, The Hague–Paris, Mouton.
- Weisenberg L., 1950, *Vom Weltbild der deutschen Sprache*, Düsseldorf, Schwann.
- Williams K.T., 1997, *The Expressive Vocabulary Test*, MN: Pearson Education, Inc., Bloomington.
- Williams K.T., 2007, *The Expressive Vocabulary Test* (2nd ed.), MN: AGS Publishing, Circle Pines.

Joanna Wnęk-Gozdek

„Nawet w nadchodzącej starości są rzeczy warte wyczekiwania”¹ – przepis stulatków na satysfakcjonującą starość

DOI 10.24917/24500232.142.10

Słowa kluczowe: pomyślne starzenie się, długowieczność, stulatki

Keywords: successful aging, longevity, centenarians

„EVEN IN OLD AGE THERE ARE THINGS WORTHWAITING”
– THE RECIPE CENTENARIANS FOR SUCCESFULL AGING

Abstract:

According to demographers, percentage of seniors who have a chance to live for a hundred years still increases. These predictions force us to the reflection about raising the quality of aging by promoting a model of successful aging. Experts in this area are certainly the oldest citizens who with their life prove that living in old age can be satisfying. The article presents studies conducted among centenarians. The research concerned the phenomenon of longevity. The life-extending factors were also analyzed. The frame for theoretical assumptions are statements of centenarians on the principles of successful aging. A case study method based on press sources was applied.

Wprowadzenie

Z roku na rok populacja osób dożywających sędziwej starości wzrasta. Prognozy demograficzne prowadzone przez WHO donoszą, że do 2020 roku liczba seniorów w wieku 85 lat i starszych wzrośnie z 14 do 19 milionów, a w roku 2050 osiągnie około 40 milionów w krajach europejskich. Czeka nas, zatem, eksplozja długowieczności. W krajach rozwiniętych, takich jak Stany Zjednoczone, Niemcy, Japonia czy Finlandia, co drugie dziecko płci żeńskiej ma szansę dożyć stu lat (Straś-Romanowska, Frąckowiak 2009, s. 384). W Polsce tendencje wyglądają podobnie. W 2050 roku osoby, które ukończyły ponad 80 lat będą stanowić prawdopodobnie 1/9 populacji Pola-

1 Wypowiedź amerykańskiej stulatki Annabelle Moseley, *Sto życiowych rad stulatki*, <https://pl.aleteia.org/2017/11/02/sto-zyciowych-rad-od-stulatki/>, [11.11.2017].

ków (Szukalski 2017). Zdaniem Piotra Szukalskiego, liczba osób, które dożyją stu lat i więcej w ciągu najbliższych 20 lat może wzrosnąć pięciokrotnie. Według prognozy GUS z 2014 roku liczba stulatków w naszym kraju w 2035 roku wzrośnie do 21 tysięcy (za: Malec, 2014, s. 284). Nie powinien, zatem dziwić obserwowany w ostatnich latach wzrost zainteresowania długowiecznością i jakością życia osób dożywających sędziwej starości.

„Ludzie często mnie pytają, co robić, aby tak długo żyć? Nie wiem”(...)²

Długowieczność stanowi fenomen, który wymyka się wszelkim dotychczasowym próbom wyjaśnienia go. Badacze w swoich dociekaniach naukowych nad zjawiskiem długowieczności najczęściej odwołują się do niniejszych modeli:

- stulatkowie,
- rodziny długowieczne,
- bliźniaki jednojajowe,
- modele zwierzęce,
- organizmy długowieczne (Szymańska 2016).

Stulatkowie stanowią szczególną grupą seniorów. Osoby te są niejako „wyselekcjonowane przez naturę” i dlatego stanowią interesującą i pożądaną grupę badawczą. Część z nich urzeczywistnia w swoim życiu pomyślnie starzenie się (tzw. „succesfull aging”). Zainteresowanie tą populacją nieustannie rośnie, czego wyrazem jest rozwój badań na całym świecie (Andersen-Ranberg i wsp., 2004; Stathakos i wsp., 2005; Polidori i wsp., 2007, PolStu2001). Stulatkowie w wielu przypadkach pochodzą z rodzin, w których długowieczność była normą. Fakt ten stał się podstawą do przyjęcia hipotezy o uwarunkowaniu genetycznym tego zjawiska. Trzeba jednak pamiętać, że w rodzinach poza genami przekazywane są wzorce zachowań i nawyków, w tym tych prozdrowotnych.

Kolejny model stanowią bliźnięta jednojajowe. Analizy dotyczące ich historii życia³ pozwoliły ustalić, że za długość życia geny odpowiadają zaledwie w 25–30% (za: Sikora 2014, s. 127). Ich znaczenie wzrasta dopiero po ukończeniu przez seniora 80 roku życia.

Do najpopularniejszych modeli zwierzęcych należą: drożdże piekarskie (*Saccharomyces cerevisie*), muszka owocowa (*Drosophila melanogaster*), wolnożyjący nicień (*Cenorhabditis elegans*) czy mysz laboratoryjna. Zaletą tych organizmów jest to, że krótko żyją oraz relatywnie łatwo dokonywać u nich modyfikacji genetycznych. Prowadzone badania pozwoliły opisać geny oraz ścieżki molekularne, które w *znaczący* sposób wpływają na *proces starzenia* także u człowieka (Sikora 2014, s. 126). Cennych informacji na temat procesu starzenia dostarczają także organizmy długowieczne. Naukowcom udało się ożywić bakterię, która hibernowała w kryształach. Jej

2 Fragment wypowiedzi aktorki Danuty Szaflarskiej za: (Kyzioł 2017).

3 Badano bliźniaki jednojajowe, które w dzieciństwie zostały rozdzielone i prowadziły odmienny tryb życia.

wiek oblicza się na 250 milionów lat. Pewne endolity, żyjące na dnie oceanu, mają czas generacji 10 000 lat. Inne przykładowe organizmy długowieczne to nieśmiertelne, dzięki zdolności regeneracji komórek, stułbie; meduzy *Turritopsis nutricula*, które po czasie reprodukcji, cofają się w rozwoju; gąbki *Cinachyra antarctica* żyjące nawet 1500 lat, małże *Arctica Islandica* osiągające do 500 lat czy rekiny polarne żyjące nawet 400 lat, które dojrzałość płciową uzyskują dopiero w wieku 150 lat. Długowieczność jest przywilejem także żółwi olbrzymich. Rekord (niedokumentowany) należał do żółwia mieszkającego w zoo w Kalkucie. Przeżył on 255 lat (blog.eldoras.com, 2010, en.wikipedia.org, 2018).

Dotychczas wyszczególniono kilka czynników warunkujących długowieczność: genetyczne, środowiskowe, epigenetyczne oraz przypadkowe (Sikora 2014, s. 127). W przypadku dwóch pierwszych czynników, do mniej więcej 85. roku życia, udział procentowy wygląda następująco: 80% to dieta, aktywność fizyczna, używki i styl życia, a pozostałe 20% to geny. Po ukończeniu 85 roku życia „zaczynają decydować przede wszystkim geny” (Puzianowska-Kuźnicka 2016). Do ciekawych wniosków doszedł zespół badaczy nad superstulatkami⁴ z Francuskiego Narodowego Instytutu Zdrowia i Badań Medycznych INSERM. Ich zdaniem, po ukończeniu 95. roku życia ryzyko śmierci wzrasta znacznie wolniej, aż do wieku 107. lat. Po przekroczeniu tej granicy organizm przestaje się starzeć w sensie fizjologicznym i zyskuje odporność na różne niekorzystne czynniki (Jean-Marie Robine, 2006). Nadal niestety nie udało się rozstrzygnąć, czy sędziwy wiek stulatków jest wynikiem przetrwania najważniejszych zdarzeń patogennych czy też ich uniknięcia.

W Polsce badania nad stulatkami realizowane są m.in. przez konsorcjum utworzone przez Instytut Medycyny Doświadczalnej i Klinicznej PAN, Międzynarodowy Instytut Biologii Molekularnej i Komórkowej, Genomed oraz spółkę informatyczną 24Godziny. Realizuje ono projekt „PolGenom”. Jednym z dotychczasowych działań badawczych było sekwencjonowanie pełnych genomów 130 osób (75 kobiet i 55 mężczyzn), którzy ukończyli 92. rok życia. Do badań zakwalifikowano najzdrowszych uczestników projektów: „PolStu” (polskich stulatków) i „PolSenior” (osób w wieku ponad 95 lat), realizowanych przez Międzynarodowy Instytut Biologii Molekularnej i Komórkowej w Warszawie. Tę próbę badawczą poszerzono o grupę seniorów z nowego naboru (Walewski 2016). W genomach przebadanych znaleziono kilkadziesiąt wariantów, które mogą mieć znaczenie dla zdrowia stulatków. W efekcie „powstała baza danych, z którą można teraz porównywać każdego polskiego pacjenta, by móc zaoferować mu precyzyjną diagnostykę genomową” i co istotne, opracować odpowiednie wskazania dotyczące zmiany stylu życia. Jak zauważa Monika Puzianowska-Kuźnicka, „osoba z nieprawidłowościami w genach nierokującymi długowieczności może dożyć stu lat, jeśli będzie dbała o siebie przez całe życie i miała przy okazji trochę szczęścia” (tamże).

Badanie genów na podstawie krwi stulatków prowadzi: prof. Janusz Kocki, kierownik Zakładu Genetyki Klinicznej i dr hab. n. farm. Anna Bogucka-Kocka z Katedry i Zakładu

4 Tym terminem określa się osoby, które dożyły 110 lat.

Biologii z Genetyką Uniwersytetu Medycznego w Lublinie. Odkrycie genów odpowiedzialnych za długowieczność przyczyni się do opóźniania występowania symptomów starzenia się czy chorób cywilizacyjnych. Naukowcy mają świadomość, że nie uda im się znaleźć recepty na długowieczność, bowiem śmierć jest wpisana w ludzką egzystencję, pragną jedynie podjąć próbę zrozumienia samego fenomenu (Bogaczyk 2016).

Uwarunkowania długowieczności, tak genetyczne, jak i środowiskowe, stanowiły przedmiot zainteresowań zespołu badaczy Międzynarodowego Instytutu Biologii Molekularnej i Komórkowej w Warszawie. W latach 2001–2004 roku zrealizował on program badania polskich stulatków „PolStu2001”. Punktem wyjścia do poszukiwań badawczych były doświadczenia zdobyte w pilotażu określanym „PolStu99”. Celem programu było uzyskanie wiedzy na temat uwarunkowań długowieczności, po to, by móc podnosić jakość życia w okresie późnej starości (Kuźnicki 2007, s. 7). Jednym z istotnych czynników były uwarunkowania środowiskowe związane z miejscem zamieszkania.

Wrocławscy naukowcy, Maria Straś-Romanowska i Tomasz Frąckowiak (2009), podjęli się analiz dostępnych wyników badań na temat długowieczności. Jak się okazuje, sędziwy wiek można osiągnąć, spełniając następujące warunki: stosując zbilansowaną dietę, pozostając aktywnym fizycznie, unikając używek, stosując aktywność umysłową (rozwijając zainteresowania i pasje) oraz posiadając optymistyczne nastawienie do życia (Malec Rawiński 2014, s. 285). Pragmatyczny komponent rad dotyczących osiągnięcia długowieczności można odnaleźć w doniesieniach prasowych dotyczących najstarszych obywateli świata. Zdaniem Rafała Zimnego, który przeanalizował ponad 200 tekstów, opublikowanych na łamach „Gazety Wyborczej” w latach 1992–2008, poświęconych setnym urodzinom seniorów, komponent rad występuje w około 70% wypowiedzi (2011, s. 177). Porady najczęściej dotyczą takich aspektów jak: odżywianie, unikanie używek, życie psychiczno-emocjonalne, etyka i moralność, życie rodzinne, szeroko rozumiana aktywność fizyczna i intelektualna, hobby oraz styl życia (Zimny, 2011).

„(...) Po prostu kocham życie we wszystkich jego barwach, odcieniach i cieniach”⁵

Proces starzenia się uzależniony jest od tego, w jaki sposób jednostka przygotowuje się do tej fazy życia (gromadzi różnego rodzaju zasoby) oraz jak ją przeżywa (na ile potrafi z tych zasobów korzystać) (Konieczna-Woźniak 2013, s. 191–192). Badania nad procesem starzenia się doprowadziły do powstania wielu teorii. Jedną z nich jest pomyślnie starzenie się. Samo pojęcie *successful aging* po raz pierwszy użyto w 1953 roku (Halicki 2005). Przez kolejne dziesięciolecia przybywało literatury na ten temat, a proponowane definicje oscylowały wokół kilku kategorii: obszar funkcjonowania społecznego, satysfakcja życiowa, zasoby psychiczne, spojrzenie biomedyczne oraz potoczne postrzeganie pomyślnego starzenia się (Bowling 2007). Zdaniem przywo-

5 Fragment wypowiedzi Danuty Szaflarskiej (Polityka 2017).

łanej badaczki wspomniane kategorie nie wyczerpują wieloaspektowości zagadnienia pomyślnego starzenia, dlatego proponuje ona uwzględnić także takie cechy, jak: długowieczność, zdrowie fizyczne i psychiczne, sprawność poznawczą i funkcjonowanie społeczne, efektywne radzenie sobie, sprzyjające okoliczności życia (finanse, sąsiedztwo) i ogólną satysfakcję życiową (tamże). Znaczący wpływ na pomyślne starzenie się ma także styl życia (Zajac-Lamparska 2012).

Sposób życia najstarszych seniorów stał się przedmiotem badań między innymi Thomasa Perlisa z Boston University (New England Centenarian Study). Przebadana subpopulacja, licząca 2600 seniorów, charakteryzowała się przede wszystkim ekstrawertyczną postawą, otwartością na innych ludzi, spokojnym przyjmowaniem tego, co przynosi życie oraz niemartwieniem się na przyszłość (2003). T. Perlis, zaobserwowane u swoich sędziwych rozmówców czynniki sprzyjające długowieczności, zestawiał w akronim *AGEING* – starzenie się (Perlis, Tisdale 2008):

A – *attitude* oznacza optymistyczną postawę wobec życia i poczucie humoru;

G – *genetics* to odziedziczone geny;

E – *exercise*, czyli ćwiczenie ciała poprzez aktywność fizyczną i pracę;

I – *interest* oznacza rozwijanie zainteresowań i pasji, co sprzyja wzmocnieniu sfery poznawczej;

N – *nutrition* to odżywianie się w taki sposób, aby zachować odpowiednią wagę ciała;

G – *get rid of smoking, get rid of antiaging quackery* oznacza zdaniem Perlisa porzucenie palenia i niesłuchanie farmaceutycznych „znachorów” od wiecznej młodości.

Stulatkowie przebadani przez Terry’ego Millsa (2003), poza wspomnianymi powyżej cechami, charakteryzowali się umiejętnością czerpania przyjemności z celebrowania prostych czynności, potrzebą bycia nieograniczonym przez przeszłość, a także pragnieniem dzielenia się swoimi przemyśleniami i uczuciami z innymi osobami (za: Straś-Romanowska, Frąckowiak 2009, s. 387). W badaniach S. Archer, F. Brathwaite i H. Fraser (2005, s. 3–19) wyszczególniono jeszcze dwa znaczące czynniki: duchowości i praktyki religijne. Pozwalają one stulatom zachować „stoicką postawę” wobec nierzadko trudnych i bolesnych doświadczeń życiowych.

Przepis na długowieczność według stulatka Irvinga Kahna⁶ obejmuje takie składniki, jak: zdrowy tryb życia, otwartość, poznawanie nowych ludzi, posiadanie zainteresowań i woli uczenia się rzeczy, których się wcześniej nie umiało.

Ciekawe wyniki uzyskał zespół antropologów, demografów oraz epidemiologów z Instytutu Badań nad Procesami Starzenia, który przebadiał mieszkańców pięciu enklaw długowieczności na świecie: Barbagii górskich terenów Sardynii (najwięcej stulatków płci męskiej), Ikarii, Półwyspu Nicoya na Kostaryce (drugie skupisko stulatków płci męskiej), Lomy Lindy w Kalifornii oraz Okinawy w Japonii (skupisko

6 Irving Kahn (1905–2015) – jeden z trójki długowiecznego rodzeństwa (siostry: Helen żyła 110 lat, Lea 101, a brat Peter 104 lata) stał się przedmiotem badań gerontologów z Bostonu i Nowego Jorku. Od rodzeństwa pobrano próbki krwi i przeprowadzono z nimi wywiady na temat ich życia.

kobiet po 70-ce). Analizując położenie tych miejsc na mapie, daje się zauważyć pewną zależność geograficzną. Wszystkie one poza Nicoya leżą na tych samych szerokościach geograficznych.



Rys. 1. Rozmieszczenie niebieskich sfer

Źródło: http://www.akademiawitalnosci.pl/wp-content/uploads/2015/07/bz_zones.jpg [20.12.2017].

Tabela 1. Reguły gwarantujące długowieczność według stulatków z niebieskich stref

USA-Kalifornia-Lo-ma Linda	Kostaryka-Nicoya	Włochy-Sardynia	Japonia-Okinawa	Grecja-Ikaria
Dawaj coś z siebie (np. jako wolontariusz).	Ustal własny plan de vida (cel życia).		Znajdź swój powód do życia.	
Pij dużo wody.	Pij twardą wodę (bogatą w wapń).	Pij kozie mleko. Każdego dnia wypij kieliszek lub dwa czerwonego wina.		Pij kozie mleko.
Jedz orzechy i warzywa. Mięso bardzo rzadko. Kolacja ma być lekka i wczesna.	Jedz lekką kolację.	Jedz prosto ser pecorino, bób, pieczywo, olej mastyksowy. Używaj ziół w szerokim zakresie.	Jedz do momentu aż poczujesz się w 80% najedzony. Głównie produkty roślinne. Uprawiaj ogródek i zioła.	Nie żałuj ziół.
Pilnuj wagi.				Czasem warto popościć.
Znajdź własny „azyl w czasie” (odpoczynek raz w tygodniu).			Wrzuć na luz.	Ucinaj sobie drzemkę.
Spędzaj czas ze znajomymi.	Skup się na rodzinie. Dbaj o więzi społeczne.	Rodzinę stawiaj na pierwszym miejscu. Śmiej się z przyjaciółmi.	Utrzymuj krąg przyjaciół.	Rodzina i przyjaciele są najważniejsi.

Ćwicz regularnie.	Przebywaj na słońcu. Pracuj fizycznie.	Chodź piechotą.	Ciesz się słońcem (witamina D). Bądź aktywny.	Ruszaj się, np. dużo chodź.
-------------------	---	-----------------	---	--------------------------------

Źródło: (Buettner 2014)

Założenia metodologiczne

Inspiracją dla moich poszukiwań stały się publikacje R. Zimnego dotyczące prasowego wizerunku stulatków (2007, 2009, 2010, 20011, 2014). Wspomniany autor wyśzczególnił pewne stałe składowe tekstów prasowych o stulatkach: życie prywatne na tle ważnych, nierzadko dramatycznych wydarzeń historycznych, historię rodzinną i liczbę krewnych oraz receptę na długowieczność. Za pomocą nich kreuje się stereotypowy⁷ obraz stuletnich osób. Opis osoby stuletniej zawiera obligatoryjnie takie cechy, jak: optymizm, żywotność, pasje, hobby i marzenia seniorów oraz bycie świadkiem historii (Zimny 2009, 2014). Trudno się nie zgodzić z tymi wnioskami. Analizowane na potrzeby tego artykułu dokumenty zastane – doniesienia medialne dotyczące sylwetek wybranych stulatków – zawierały wszystkie wspomniane składowe, jednak na pierwszy plan wysuwała się afirmacja życia oraz pragnienie czerpania „pełnymi garściami” z tego, co przynoszą kolejne lata.

Celem artykułu jest prezentacja trzech sylwetek znanych z mediów stulatków, którzy charakteryzują się pozytywną postawą wobec starości. Główną osią rozważań uczyniono wypowiedzi stulatków dotyczące przeżywania „srebrnej fazy życia”. Zastosowane zostało studium indywidualnego przypadku, a dobór próby był celowy. Analizowany materiał pochodził z zasobów internetowych.

„Będę żył do samej śmierci”⁸

Galerię stulatków, którzy posiadli umiejętność odkrywania możliwości tkwiących w starości i wykorzystywania ich, by żyć „pełną piersią”, otwiera lekkoatleta amator, 107-letni Stanisław Kowalski z Świdnicy. Urodził się 14 kwietnia 1910 w powiecie Końskie. Pracował zawodowo jako kolejarz i odlewnik (Wikipedia, 2017). Doczekał się czwórki dzieci, dziesięciu wnuków, czternastu prawnuków i dwoje praprawnuków.

Pierwszy bieg pana Stanisława, zarejestrowany przez media, odbył się w maju 2014 roku na próbie bicia rekordów stulatków w bieganiu, która została zorganizowana we Wrocławiu. Stanisław Kowalski miał wtedy 104 lata i w biegu na 100 metrów (wynik 32,79 sek.) pobił rekord Europy. Po tym sukcesie otrzymał propozycję udziału w zawodach weterańskich, którą przyjął z ogromnym entuzjazmem. W grudniu 2014

⁷ Stereotypizacja portretów stulatków występuje w wymiarach: kreowanie medialnego obrazu poprzez uwypuklenie ich określonych cech oraz kreowanie medialnego stereotypu mówienia o starości, w tym przypadku honoryfikacji (Zimny 2011, s. 176).

⁸ Wypowiedz Stanisława Kowalskiego, Dwa rekordy świata 104-letniego sportowca. „Drugie życie pana Stanisława” [11.12.2017].

roku na Drużynowych Halowych Mistrzostwach Polski Weteranów w Toruniu został rekordzistą świata i Europy w biegu na 60 metrów w kategorii M100Plus (wynik 19,72 sek.). W czerwcu 2016 roku pobił kolejny rekord Europy i świata w biegu na 60 metrów w kategorii M105plus⁹. Rok później na halowych mistrzostwach Europy pobił swój własny rekord, polepszając wynik z 34,50 sek. na 21,20 sek. Swoje sukcesy na bieżni komentował z dowcipem: „Tak trochę nieraz próbuje sobie biegać, tak póki się żyje, można chodzić, to trzeba uciekać przed śmiercią, by śmierć nie dogoniła” (Przegląd Sportowy, 2017).

Za namową organizatorów Halowych Mistrzostw Europy Weteranów w Toruniu spróbował także innych dyscyplin: pchnięcia kulą i rzutu dyskiem. Trener stulątka, Zygmunt Worsy, prezes Dolnośląskiego Związku Lekkiej Atletyki, podziwiał nie tylko jego kondycję fizyczną, ale i ogromną otwartość na nowe informacje czy umiejętności. W 2016 roku pan Stanisław został rekordzistą świata i Europy w kategorii 105 plus w pchnięciu kulą i rzutem dyskiem. Próbował także rzucać młotem (TVN24, 2017c).

Pan Stanisław nigdy nie trenował, ale zawsze wiódł zdrowy tryb życia. Jego przepis na dobrze przeżyty dzień brzmi następująco: „umyję się, zmówię pacierz, zjem i idę sobie na cmentarz do żony, by zapytać się, co jej się śniło”. Ta codzienna wizyta wiąże się z pokonaniem pieszo 9 kilometrów. Poza tym lubi pobiegać na terenie ogródków działkowych, ale tak, aby nikt nie widział, bo trochę się wstydzi, że w tym wieku biega (TVN24, 2017d). Kondycję zawdzięcza czasom, gdy pracował zawodowo i codziennie pokonywał na rowerze trasę 20 kilometrów. Zdarzało się, że ten dystans musiał przejść pieszo. Jak sam podkreśla, bieganie trzyma go przy życiu: „jak biegam, to się czuję trochę żywszy (...). Tak sobie nieraz biegam. Wybieram sobie słupy, (...) bo cztery słupy, to sto metrów (...), to 30 sekund biegnę tak na 100 metrów”. Poza tym radzi „nie objadać się i nie jadać na noc. Czasem można wypić 50 gramów, ale tylko, kiedy jest smak. Nie powinno się też stresować” (Stanisz, 2017). Pan Stanisław znany jest z ogromnego poczucia humoru. Na propozycję intensywnego szkolenia w technice rzucania dyskiem stulątek zareagował z uśmiechem „A ja jeszcze mam czas (...) Jeszcze mam 10 lat życia, bo do 115” (TVP SPORT HD 2016). W innym wywiadzie skorygował wspomnianą granicę życia: „A jeśli będę się czuł tak, jak teraz, to i 150 lat mogę dożyć” (TVN 2017b). Wykorzystuje każdy dzień, robiąc to wszystko, na co ma tylko ochotę i powtarzając wszystkim dookoła: „będę żył do samej śmierci, nie popuszczę” (TVN24, 2017a). W 2017 roku skończył 107 lat i wycofał się ze startów w zawodach. Nadal jednak prowadzi aktywny tryb życia, zaraża wszystkich optymizmem i „nie popuszcza” (TVN24, 2017c). Za swoją życiową postawę otrzymał tytuł Honorowego Ambasadora World Games Wrocław 2017.

⁹ Pomiarów wyników i opis sprzętów wysyła się do Światowej Federacji Sportów Weteranów Lekkiej Atletyki. To ona po przeanalizowaniu wszystkich zgłoszonych wyników ogłasza rekordy.

„Z dziką radością, tylko, żeby matka pozwoliła”¹⁰

Rówieśnicą Pana Stanisława jest siostra Dominika (Aurelia Burczanowska) z Klasztoru Sióstr Niepokalanek w Nowym Sączu. Urodziła się w Warszawie, 3 października 1910 roku. W 1944 roku wstąpiła do Zgromadzenia Sióstr Niepokalanego Poczęcia Najświętszej Marii Panny w Szymanowie. Ukończyła studia na KUL-u, była prezeską Sodalicji Mariańskiej na Jasnej Górze, pracowała przez 30 lat jako nauczyciel przedmiotów zawodowych, wychowawca w internacie i katechizowała. Ponadto była dyrektorką sądeckiej szkoły gastronomicznej. Na pytanie o receptę na długowieczność, odsyła do Boga, twierdząc, że ona sama palcem nie kiwa. Swoją wyjątkowość komentuje: „chodzę normalnie, jem normalnie, śpię normalnie, czy raczej anormalnie, bo mi się jeszcze w ciągu dnia chce spać. Modlę się razem ze wszystkimi siostrami, więc chyba jestem jeszcze normalnym człowiekiem” (Radio Kraków 2017). Witalność w głównej mierze zawdzięcza aktywności fizycznej: „dostałam dobrą szkołę od mamy, która wciągała nas do pomagania i nie pozwalała na bylejakosć. Praca, bycie w ruchu i obowiązkowość – to trzyma przy życiu” (Brożek, 2017). Poza tym uprawiała różne sporty – jeździła na łyżwach, uprawiała strzelectwo i wędrowała po górach. Ostatni raz na Giewoncie była w wieku 79 lat, a na Gubałównie w wieku 92 (Biuro Prasowe Urzędu Miasta Nowego Sącza 2017). Wydaje się być spełnionym życiowo człowiekiem, chociaż ma jeszcze jedno marzenie. Chciałaby jeszcze raz pojechać na Jasną Górę, gdzie przez 10 lat pracowała, ale wie, że przełożeni jej nie pozwolą, bo się boją o jej stan zdrowia (Sądeczanin TV 2017b). Trudno jej się z tym pogodzić, gdyż nadal chciałaby prowadzić aktywne życie i uczyć dzieci, bo jak podkreśla, „nauczycielstwo ma od małego zakodowane” (Stachura 2017). Zwłaszcza tej dydaktyki jej brakuje, nauczania podjęłaby się od zaraz, tylko „kto starą babkę zatwierdzi w kuratorium” (NTV, 2017).

Obecnie, mimo swojego wieku, nadal jest pełna życia i optymizmu, uczestniczy we wszystkich czynnościach dnia codziennego, prowadzi szeroką korespondencję listowną ze swoimi podopiecznymi. Każdy, kto odwiedza siostrę, wie, że najbardziej ucieszy się z papeterii i książek. Często w ramach ćwiczenia umysłu recytuje z pamięci fragmenty dzieł klasyków polskich. Siostra Dominika bardzo lubi spotykać się z przedstawicielami mediów, chętnie dzieli się swoimi wspomnieniami i spostrzeżeniami. I, co najważniejsze, zawsze „przemyci” jakąś wychowawczą sugestię.

„Panie prezydencie, ale ja jeszcze nadal pracuję”¹¹

Tę osobliwą galerię seniorów, którzy potrafią dostrzegać piękno starości, zamyka postać nieżyjącego już, 106-letniego profesora Antoniego Rosikońskiego, specjalisty z zakresu szkód górniczych w infrastrukturze kolejowej (torach, mostach i wiaduktach). W chwili śmierci, w sierpniu 2013 roku, był on najstarszym naukowcem

10 Wypowiedź siostry Dominiki (Sądeczanin TV, 2017a)

11 Wypowiedź Antoniego Rosikononia za: (Mincewicz 2017).

w Polsce (Nauka w Polsce 2017). Osierocił dwóch synów, czterech wnuków i czterech prawnuków. Urodził się 10 czerwca 1907 roku w Gródkowie Siewierskim. Pochodził z rodziny kolejarskiej i stamtąd przejął zamiłowanie do tego typu transportu. Był absolwentem Wydziału Inżynierii Lądowej Politechniki Warszawskiej. Pracował m.in. jako kontroler drogowy na stacji kolejowej w Tarnowskich Górach i naczelnik obwodu Cieszyn-Zachód. Podczas II wojny światowej jego kompetencje docenili Niemcy. Zaskoczyła ich jego nowatorska metoda podwyższania jakości betonu za pomocą odpowiedniej proporcji wody (Dziennik Zachodni 2013). Po 1945 roku rozpoczął pracę w powstałej Dyrekcji Okręgu PKP w Katowicach i równocześnie prowadził zajęcia na Politechnice Śląskiej. W 1961 roku objął stanowisko Dyrektora Biura Projektów Kolejowych w Katowicach. Po obronie pracy doktorskiej w 1964 roku utworzył Katedrę Budowy Kolei na Wydziale Budownictwa Politechniki Śląskiej w Gliwicach, na której wykładał. W 1977 r. przeszedł na emeryturę, ale nadal prowadził wykłady i publikował. Poza tym był zastępcą Dyrektora d/s technicznych Zakładu Nowych Technologii i Wdrożeń firmy „GOMEX”, następnie „POLON”, w końcu „ARMEX”. Pracownicy wspominają, że trudno było nadażyć za ponad 80-letnim szefem, który na dodatek nigdy nie brał urlopu (Notka biograficzna 2017).

W 2011 roku, w wieku 94 lat, otrzymał tytuł profesora nauk technicznych. Napisał wiele niezwykle cennych dla nauki monografii, podręczników, skryptów i artykułów. Uzyskał także kilka patentów (Nauka w Polsce 2017). Mając 100 lat, opublikował rozprawę dotyczącą swojej zawodowej specjalności. W wieku 104 lat, jako najstarszy pacjent, poddał się operacji usunięcia zaćmy, bowiem przeszkadzała mu w pisaniu kolejnej naukowej książki o konstrukcji mostów i wiaduktów. W szpitalu prosił, aby lekarze „nie przemęczyli jego oczu, bo musi kończyć tę książkę, żeby ją zdążyć wydać”. Czytanie książek od zawsze go uspokajało (TVP Katowice 2017). Ostatni wykład dla studentów poprowadził na dwa miesiące przed śmiercią (Nauka w Polsce 2017). Podczas prowadzenia zajęć nigdy nie posiłkował się konspektami czy notatkami (Notka biograficzna 2017)¹². I zawsze pracował przy pustym biurku, powtarzając „Nie zapisuj, abyś nie zapomniał” (Żabińska, 2017).

Pytany o przepis na długowieczność z uśmiechem odpowiadał: „Jak mówię, to wstaję, żeby wszyscy mnie widzieli, mówię głośno, żeby wszyscy słyszeli i wygłaszam krótkie monologi, żeby wszyscy mnie kochali. A żeby żyć tak długo jak ja, to po odejściu na emeryturę, należy nadal pracować” (Mincewicz 2017). „Jem wszystko, co lubię. Ale nie po to żyję, żeby jeść, lecz jem po to, żeby żyć. Praca nigdy mi się nie znudziła” (Walczyński 2017, s. 1). Innym sekretem jego długowieczności może być uregulowany tryb życia: „Wstaję, a raczej wyrzucam się z łóżka o godzinie 5.30. Za to kładę się spać o 21.00. I tak przez całe moje życie, czyli już od stu lat” (Żabińska 2017).

12 Więcej szczegółowych informacji dotyczących życiorysu prof. Antoniego Rosikoniego znajduje się na stronie Wydziału Budownictwa Politechniki Śląskiej, *Notka biograficzna, prof. dr inż. Antoni Rosikoń*, http://www.polsl.pl/Wydzialy/RB/Strony/notka_RosikonA.aspx, [23.12.2017].

W 2008 roku profesor A. Rosikoń został odznaczony przez prezydenta Krzyżem Komandorskim Orderu Odrodzenia Polski (M.P. z dnia 8 maja 2009). Dziękując za ten zaszczyt, podkreślał, że nadal pracuje. Zresztą wątek pracy bardzo często pojawiał się w jego wypowiedziach: „...ile jeszcze przeżyję i co zrobię? Nie wiem. Ale dopiero jak człowiek skończy 120 lat, to wtedy nie chce mu się pracować. Chociaż i teraz lubię czasem trochę poleniuchować. Chwalę Boga za to, co mi dał i co dane mi było doświadczyć. Praca, praca i jeszcze raz praca” (Walczyński 2017, s. 7).

(...). Życie jest cudem. Zawsze¹³

Analizując życiorysy stulatków, z pewnością można wysunąć tezę, że są to ludzie, którzy kochają życie. Twierdzenie to należy rozumieć bardzo szeroko i wieloaspektowo. Oczekiwaniu na starość w wielu przypadkach towarzyszyły dramatyczne wydarzenia, które wspominane po latach mogą wywołać uśmiech na twarzy słuchaczy. Część stulatków według oceny ludzkiej miała umrzeć we wczesnym dzieciństwie lub nawet w niemowlęctwie. Ojciec 103-letniej lekarki, Wandy Błęńskiej, tuż po narodzinach córki usłyszał złowieszcze słowa: „Wiesz synu, bardzo mi żal, ale to [dziecko – przyp. autorki] ci się nie uchowa” (Czyżewski 2017). Z kolei 101-letni, krakowski artysta, malarz, filmowiec i pisarz Stanisław Jakubczyk, zapamiętał następujące wydarzenie z dzieciństwa. „Jako dziecko poważnie zachorowałem. Przybyły lekarz zawyrokował: on się pani nie uchowa. Ja się jakoś uchowałem do setki, a on wkrótce po tej wizycie zmarł¹⁴”.

Stulatkowie cieszą się życiem i starają się pozostawać aktywnymi do ostatnich chwil życia. „Nie są rozbitkami, którzy dryfują ledwo żywi do brzegu długowieczności, lecz płyną pod pełnymi żaglami (...)” (Perls, Silver, Lauerma 1999). Nie unikają jednak tematu śmierci. Jak wynika z badań realizowanych przez zespół M. Mossakowskiej stulatkowie „bardzo często rozmawiają o śmierci. Jest to jednak rozmowa spokojna, jakby czekali już na śmierć ze świadomością swego bardzo długiego i dobrze przeżytego życia” (Walewski 2016). Rozmowy te często posiadają elementy humorystyczne, przykładowo najstarsza mieszkanka Nowego Sącza, 107-letnia siostra Dominika tak komentuje swoje oczekiwanie na śmierć: „Wszystko zależy od Pana Boga. Nie wiem, kiedy będzie «przesiedlenie». Czekam i czekam, ale jakoś nie zbliża się” (Radio RND 2017). Inna znana stulatka aktorka, Danuta Szaflarska, pytanie dotyczące śmierci skwitowała: „Każdy się boi śmierci, ale ja o tym nie myślę (...) Po, co mam myśleć, skoro to nieuniknione? Myślę o życiu, a o tym – no trudno przyjdzie, to wtedy będę się bała, jeżeli zdążę zauważyć(...)” (Polityka, 2017).

13 Wypowiedź Danuty Szalfarskiej (Kyzioł 2017)

14 Wywiad ze Stanisławem Jakubczykiem przeprowadzony 12 maja 2017.

Każdy wiek ma też swoje radości, nie tylko zmartwienia¹⁵

Niech ta myśl naszej wybitnej aktorki stanie się domknięciem wypowiedzi rozpoczynającej niniejsze rozważania. Celem artykułu było zaprezentowanie sylwetek wybranych stulatków, którzy swoim życiem realizowali idee pomyślnego starzenia się. Celowo wybrano postaci, o których rozpisują się media. Można założyć, że są one powszechnie rozpoznawane, ale czy znane są ich przepisy na piękne, godne naśladowania, przeżywanie starości? Czy jest znany ten swoisty duchowy testament dla potomnych pisany ich własnym życiem.

„(...) życie mamy jedno, a przecież we wszystkim można znaleźć tyle piękna. Właściwie samo to, że się żyje, jest już czymś cudownym” (Szaflarska 2017).

Bibliografia

- Bowling A., 2007, *Aspiration for older age in the 21st century: what is successful aging?*, „International Journal of Aging and Human Development”, Vol. 64, nr 3, s. 236–297.
- Buettner D., 2014, *Niebieskie strefy. 9 lekcji długowieczności od ludzi żyjących najdłużej*, Wydawnictwo Galaktyka, Łódź.
- Halicki J., 2008, *Potoczne definicje pomyślnego starzenia się*, [w:] *Pomyślne starzenie się w perspektywie nauk społecznych i humanistycznych*, J.T. Kowaleski, P. Szukalski (red.), Uniwersytet Łódzki, Łódź, s. 13–27.
- Konieczna-Woźniak R., 2013, *Uczenie się jako strategia pozytywnego starzenia się*, „Rocznik Andragogiczny”, tom 20, s. 185–200.
- Perls T.T., Silver M.H. Lauerma J.F., 1999, *Dożyć do setki. Wykorzystajmy drzemiący w nas potencjał długowieczności*, Wydawnictwo Moderski i S-ka, Poznań.
- Perls, T.T., Terry, D., 2003, *Understanding the determinants of exceptional longevity*, „Annals of Internal Medicine”, tom 139, s. 445–449.
- Postanowienie Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 24 listopada 2008 r. o nadaniu orderu (M.P. z dnia 8 maja 2009 r.), „Monitor Polski” z 2009 r. Nr 28 poz. 385, 24 listopada 2008.
- Sikora E., 2014, *Starzenie i długowieczność*, „Postępy Biochemii”, tom 60 (2), s. 125–137.
- Stras-Romanowska M., Frąckowiak T., 2009, *Fenomen długowieczności. Perspektywa psychologiczna*, [w:] *Odrodzenie człowieczeństwa. Ludzkie transformacje*, H. Romanowska-Łakomy (red.), ENETEIA, Warszawa, s. 383–390.
- Zając-Lamparska L., 2012, *Psychologiczne koncepcje pomyślnego starzenia się człowieka*, „Rocznik Andragogiczny”, tom 18, s. 89–105.
- Zimny R., 2009, *Gatunkowy kształt prasowej sylwetki osoby stuletniej*, [w:] *Polszczyzna bydgoszczan*, tom 4, M. Świącicka (red.), Bydgoszcz, s. 135–159.
- Zimny R., 2014, *Językowy obraz osób stuletnich w doniesieniach prasowych – kilka uwag*, [w:] *O sposobach mówienia o starości*, B. Szatur-Jaworska (red.), Rzecznik Praw Obywatelskich, Warszawa, s. 85–93.
- Zimny R., 2010, *Medialna sytuacja komunikacyjna a obraz świata (na przykładzie doniesień prasowych poświęconych stuleciu urodzin)*, [w:] *Sytuacja komunikacyjna i jej parametry. Monografia z cyklu SYTUACJE – KOMUNIKACJA – KONTEKSTY*, G. Sawicka (red.), Bydgoszcz 2010, s. 269–277.

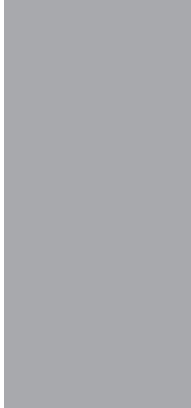
15 Wypowiedź Danuty Szaflarskiej (Polityka 2017).

- Zimny R., 2007, *Portret osoby stuletniej w doniesieniach prasowych (analiza pragmatyczno-kulturowa)*, [w:] *Beiträge der Europäischen Slavistischen Linguistik (Polyslav)*, Band 10, Herausgegeben von B. Brehmer, V. Ždanova und R. Zimny, München, s. 199–208.
- Zimny R., 2011, *Recepta na długowieczność, czyli jak dożyć stu lat. Pragmatyczny składnik rady w prasowych sylwetkach osób stuletnich*, [w:] *Miłość niejedno ma imię. Studium monograficzne*, W. Żarskiego, B. Staniów (red.), Koszalin 2011, s. 175–185.

Netografia

- Biuro Prasowe Urzędu Miasta Nowego Sącza, *107 lat siostry Dominiki – najstarszej mieszkanki Nowego Sącza*, <http://twojsacz.pl/107-siostry-dominiki-najstarszej-mieszkanki-nowego-sacza> [19.11.2017].
- Blue Zones Project, http://www.akademiawitalnosci.pl/wp-content/uploads/2015/07/bz_zones.jpg [20.12.2017].
- Bogaczyk G., *Naukowcy z Lublina badają krew stulatków*, <http://www.kurierlubelski.pl/wiadomosci/lublin/a/naukowcy-z-lublina-badaja-krew-stulatkow-szukajagenowdlugowiecznosci,9926801/> [27.04.2016].
- Brożek G., *107 lat siostry Dominiki!*, <http://tarnow.gosc.pl/doc/4224128.107-lat-siostry-Dominiki> [11.12.2017].
- Długowieczne oraz Nieśmiertelne Zwierzęta i Rośliny*, blog.eldoras.com [29.12.2010].
- Dziennik Zachodni, *Nie żyje prof. Antoni Rosikoń. Najstarszy naukowiec w kraju, mieszkaniec Mysłowic*, <http://www.dziennikzachodni.pl/artykul/971623,nie-zyje-prof-antoni-rosikon-najstarszy-naukowiec-w-kraju-mieszkaniec-myslowic,id,t.html> [19.08.2013].
- En Wikipedia org, *List of longest-living organisms*, https://en.wikipedia.org/wiki/List_of_longest-living_organisms [11.12.2017].
- Kyziół A., *Odeszła Danuta Szaflarska. Miała 102 lata*, <https://www.polityka.pl/tygodnikpolityka/kultura/1608565,1,odeszla-danuta-szaflarska-miala-102-lata.read> [12.02.2017].
- Le boom des super centenaires*, <http://vivrevieux.blogspot.com/2006/08/le-boom-des-super-centenaires.html#links> [23.08.2016].
- Mincewicz J., *Profesor Antoni Rosikoń ma 106 lat*, <https://kurierkolejowy.eu/aktualnosci/14397/profesor-antoni-rosikon-ma-106-lat.html> [23.012.2017].
- Monitor Polski, 2009, *Postanowienie Prezydenta Rzeczypospolitej, Postanowienie Prezydenta Rzeczypospolitej Polskiej z dnia 24 listopada 2008 r. o nadaniu orderu (M.P. z dnia 8 maja 2009 r.)* (pol.), nr 28 poz. 385, 24 listopada 2008.
- Nauka w Polsce, *Zmarł 106-letni Antoni Rosikoń – najstarszy polski profesor (pol.)*, 20 sierpnia 2013, <http://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C396719%2Czmarl-106-letniantoni-rosikon---najstarszy-polski-profesor.html> [20.11.2017].
- Notka Biograficzna, prof. dr inż. Antoni Rosikoń, Wydział Budownictwa Politechniki Śląskiej, http://www.polsl.pl/Wydzialy/RB/Strony/notka_RosikonA.aspx [23.12.2017].
- NTV, *106 lat siostry Dominiki*, <http://www.ntvsadecka.pl/wiadomosci/317,106-lat-siostry-dominiki> [22.12.2017].
- Polityka, <https://www.polityka.pl/galerie/1693150,1,danuta-szaflarska-uczyla-nas-jak-zyc10-cytatow-wybitnej-aktorki.read> [11.12.2017].
- Przegląd Sportowy, *105-latek z halowym mistrzem Europy!*, <http://www.przegladsportowy.pl/lekkoatletyka,stanislaw-kowalski-ma-105-lat-i-jest-mistrzem-europy-na-60-metrow,artykul,554204,1,287.html> [06.11.2017].

- Radio Kraków, *Najstarsza Sędzianka siostra Dominika kończy 107 lat*, <http://www.radiokrakow.pl/wiadomosci/nowy-sacz/najstarsza-sadzianka-siostra-dominika-konczy-107-lat/> [02.12.2017].
- Radio RDN, *Pełna radości siostra Dominika ma już 107 lat!*, <http://www.rdn.pl/news/pelna-radosci-siostra-dominika-juz-107> [11.11.2017].
- Sędzianin TV, *Ma 105 lat i zdradza sekret długowieczności*, <https://www.youtube.com/watch?v=sbg62jUjk0Y> [21.11.2017a].
- Sędzianin TV, *Siostra Dominika ma jeszcze jedno marzenie...*, <https://www.youtube.com/watch?v=oksoRr2rpGk> [29.12.2017b].
- Stachura K., *105 lat*, <https://www.youtube.com/watch?v=dSN3RonfsDY> [17.12.2017].
- Stanisław Kowalski, [https://pl.wikipedia.org/wiki/Stanis%C5%82aw_Kowalski_\(lekkoatleta\)](https://pl.wikipedia.org/wiki/Stanis%C5%82aw_Kowalski_(lekkoatleta)) [02.012.2017].
- Stanisz B., *Rekord Europy na 100 metrów wśród stulatków*, http://polskabiega.sport.pl/polskabiega/1,115409,15937426,Rekord_Europy_na_100_metrov_wsrod_stulatkow_nalez.html [15.11.2017].
- Sto życiowych rad stulatki, <https://pl.aletea.org/2017/11/02/sto-zyciowych-rad-od-stulatki/> [11.11.2017].
- Szaflarska D., www.wielkieslowa.pl/20299-byl-taki-czas-gdy-ciagle-sie-spieszylam.html [19.12.2017].
- Szukalski P., *Ekspert: liczba stulatków może wzrosnąć pięciokrotnie*, <http://naukawpolsce.pap.pl/aktualnosci/news%2C415236%2CEkspert-liczba-stulatkow-moze-wzrosnaciepiokrotnie.html> [05.08.2017].
- Szymańska R., *Starzenie i długowieczność*, http://www.ftj.agh.edu.pl/doc/pl/seminarium/2016_szymanska.pdf [11.11.2017].
- TVN 24, *Dwa rekordy świata 104-letniego sportowca. „Drugie życie pana Stanisława”* <http://www.tvn24.pl> [15.12.2017a].
- TNV 24, *Pan Stanisław skończył 105 lat i bije rekordy świata*, <https://www.tvn24.pl/wroclaw,44/pan-stanislaw-sprinter-ze-swidnicy-ma-105-lat,533328.html> [23.11.2017b].
- TVN24, *107 urodziny najstarszego polskiego lekkoatlety. „Czuje się świetnie, unika stresów”*, <https://www.tvn24.pl/wroclaw,44/swidnica-107-urodziny-stanislaw-kowalskiego,732085.html> [15.12.2017c].
- TNV24, *107 urodziny Stanisława Kowalskiego*, <https://www.tvn24.pl/wroclaw,44/swidnica-107-urodziny-stanislaw-kowalskiego,732085.html>, (materiał filmowy) [15.12.2017d].
- TVP Katowice, https://www.youtube.com/watch?v=hFYK_Nf_BYU, [11.10.2017].
- TVP SPORT HD, *Złoty Wiek*, <http://sport.tvp.pl/25464780/zloty-wiek-film-dokumentalny> [29.11.2016].
- Walczyński J., *Praca nigdy mi się nie znudziła*, <http://katowicesitk1767.republika.pl/aktualnosci/Rosikon/1.pdf> [19.12.2017].
- Walewski P., 2016, *Piękni stuletni*, <https://www.polityka.pl/tygodnikpolityka/nauka/1647302,1,w-czym-tkwi-sekret-dlugowiecznosci-polskich-stulatkow.read> [28.11.2017].
- Wypowiedź amerykańskiej stulatki Annabelle Moseley, *Sto życiowych rad stulatki*, <https://pl.aletea.org/2017/11/02/sto-zyciowych-rad-od-stulatki>, [11.11.2017].
- Żabińska M., *Prof. dr inż. Antoni Rosikon obchodzi swoje setne urodziny*, <http://wisla.naszemias-to.pl/archiwum/prof-dr-inz-antoni-rosikon-obchodzi-swoje-setneurodziny,1483318,art,t,i,d,tm.html> [19.11.2017].



RECENZJE

RECENZJA KSIĄŻKI: Jerzy Stochmiałek, *Kryzysy życiowe osób dorosłych. Refleksje adragogiczne i edukacyjne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Warszawa 2015

Książka autorstwa Jerzego Stochmiałka pt. *Kryzysy życiowe osób dorosłych. Refleksje adragogiczne i edukacyjne* stanowi owoc różnych badań i analiz, dotyczących kryzysów w wymiarze zarówno indywidualnym, jak i społecznym. We wstępie Autor zachęca do lektury: „Trudne sytuacje, kryzysy rozwojowe czy też krytyczne wydarzenia to procesy, które występują w ontogenezie z różną częstotliwością. W ich następstwie mogą rozwijać się zaburzenia funkcji psychicznych i somatycznych albo też wręcz przeciwnie – dostrzega się zwiększenie umiejętności rozwiązywanie problemów i lepsze wykorzystanie potencjału rozwojowego”. Kryzysy życiowe dotyczą każdej jednostki, dlatego publikacja ta ma charakter uniwersalny.

Książka składa się z sześciu rozdziałów. Pierwsza część dotyczy selekcji oraz syntezy informacji, które zachodzą w procesie uczenia się osób dorosłych. Zawiera ona treści odnoszące się do uwarunkowań uczenia się w okresie dorosłości, czynników kształtujących proces edukacji, motywacji edukacyjnej oraz trudności w uczeniu się.

Kolejny rozdział przedstawia temat stresu w sytuacjach trudnych, kryzysowych i granicznych. Obejmuje on, między innymi: przyczyny, rodzaje, fazy i cechy kryzysu, charakterystykę sytuacji trudnych i granicznych, a także zdarzeń krytycznych w dorosłości. Omawiana część uwzględnia także koncepcje stresu według różnych autorów oraz kwestię PTSD – zespołu zaburzeń po stresie traumatycznym.

Rozdział trzeci nosi tytuł „Kryzysy w sytuacji bezrobocia, społecznego wykluczenia i ubóstwa”. Można z niego uzyskać informacje o takich kwestiach, jak wartość pracy zarobkowej, jednostkowe i społeczne skutki bezrobocia, formy przeciwdziałania bezro-

bociu i łagodzenia jego skutków, wsparcie osób pozostających bez pracy. Autor książki wskazał na szczególną sytuację niepełnosprawnych na rynku zatrudnienia. Dzięki pracy inwalidzi czerpią nie tylko korzyści ekonomiczne, ale też integrują się z innymi ludźmi. Rozdział przybliży również temat biedy, która stanowi problem jednostki, rodziny i społeczeństwa. Część tę Autor kończy, omawiając kwestię piętna. Człowiek napiętnowany doświadcza bolesnego poczucia odmienności, wstydu i alienacji.

Następna część recenzowanej książki koncentruje się wokół kryzysów związanych z chorobą, starością oraz osamotnieniem. Czytelnik ma okazję zapoznać się z informacjami dotyczącymi trudności, z jakimi boryka się osoba chora. Problemy te odnoszą się nie tylko do samopoczucia fizycznego i psychicznego, ale też duchowości, relacji z innymi ludźmi, wykonywania ról. Uwzględniono tutaj kwestię hospitalizacji – pobyt w szpitalu stanowi dla chorego sytuację stresującą zarówno poznawczo, jak i emocjonalnie. Omawiany rozdział zawiera treści dotyczące samotności seniorów. Poza charakterystyką problemu Autor podkreśla znaczenie aktywizacji osób starszych i pozytywnej adaptacji do ostatniego okresu rozwojowego.

Piąty rozdział poświęcony jest kryzysom związanym z umieraniem. W tym trudnym temacie Autor scharakteryzował proces umierania, typy śmierci i lęk przed odejściem. Dużo miejsca poświęcił na społeczne aspekty tematu, takie jak postawy wobec śmierci, opieka paliatywna, dramat umierania w samotności, znaczenie więzi interpersonalnych. Autor poruszył kontrowersyjną kwestię eutanazji, która stanowi przedmiot dyskusji społecznej.

Ostatnia część omawianej pozycji przybliży bardzo ważny aspekt sytuacji kryzysowych, a mianowicie – przezwyciężanie ich. Czytelnik ma okazję wzbogacić wiedzę o radzeniu sobie z kryzysem, koncepcji równowagi praca – życie osobiste, negatywnych i pozytywnych skutkach doświadczania sytuacji trudnych. Szczególne miejsce zajmuje tutaj pomoc osobie będącej w kryzysie życiowym. Analizie poddana została motywacja skłaniająca do prospołecznych czynności. Autor podkreśla, jak duże znaczenie w pomyślnym wyjściu z kryzysu ma wsparcie drugiego człowieka.

Książkę zamyka krótkie podsumowanie, obszerna bibliografia, a także streszczenia. Podsumowując publikację, Autor podkreśla, że „zjawiska kryzysów życiowych są różnorodne, bardzo złożone i wielostronnie uwikłane w splot czynników natury społecznej, kulturowej, administracyjnej i politycznej”. Refleksja nad sytuacjami kryzysowymi ujęta została w perspektywie edukacyjnej i andragogicznej.

Reasumując, recenzowana książka stanowi wartościowe opracowanie i bogate źródło wiedzy odnoszącej się do kwestii niezwykle ważnej dla każdego człowieka. Przeznaczona jest ona dla szerokiego grona odbiorców. Przede wszystkim może pomóc osobom będącym w kryzysie życiowym, pogłębiając wiedzę na temat przezwyciężania trudnych sytuacji. Ze względu na wielość doświadczanych kryzysów, szczególnie seniorzy mogą zainteresować się publikacją. Także osoby pomagające potrzebującym znajdą tutaj przydatne informacje. Książka może zainteresować pracowników nauko-

wo-dydaktycznych oraz studentów takich kierunków, jak pedagogika, psychologia czy socjologia.

Wartościowe jest ukazanie treści, które mogą przyczynić się do wzrostu jakości życia i uzyskiwania większej satysfakcji życiowej. Znaczenie mają tutaj informacje dotyczące, między innymi: czynników wpływających na stan zdrowia, poczucia koherencji, sposobów radzenia sobie w sytuacjach trudnych, korzyści wpływających z pozytywnie rozwiązanych kryzysów. Te ostatnie mogą stanowić znaczący aspekt motywacyjny w procesie przezwyciężania kryzysowej sytuacji życiowej. Człowiek, który pomyślnie przeszedł kryzys, może stać się silniejszy, dojrzały i lepiej wykonujący zadania życiowe.

Katarzyna Sygulska



SPRAWOZDANIA

Sprawozdanie z V Ogólnopolskiego seminarium naukowego z cyklu Jesiennych Spotkań Andragogicznych: *Sztuka: percepcja – uczestnictwo – twórczość – w edukacji człowieka dorosłego*

W dniu 14 listopada 2017 roku, na Wydziale Nauk Społeczno-Pedagogicznych w Katowicach Wyższej Szkoły Pedagogicznej im. Janusza Korczaka w Warszawie, odbyło się V Ogólnopolskie seminarium naukowe z cyklu Jesiennych Spotkań Andragogicznych. Patronat nad wydarzeniem objęły Akademickie Towarzystwo Andragogiczne oraz Stowarzyszenie Gerontologów Społecznych.

Po uroczystym otwarciu seminarium, dokonanym przez Dziekan Wydziału Nauk Społeczno-Pedagogicznych dr Katarzynę Delikowską, gospodarz spotkania, dr hab. Jerzy Semków, prof. WSP im. J. Korczaka w Warszawie, przywitał i wprowadził przybyłych gości w tematykę obrad konferencyjnych.

W sesji plenarnej, której przewodniczyła dr hab. Agnieszka Stopińska-Pająk, prof. Wyższej Szkoły Biznesu w Dąbrowie Górniczej, jako pierwsza głos zabrała dr hab. Maria Reut, prof. DSW we Wrocławiu. Prelegentka w swoim wystąpieniu pt. *Sztuka jako samorozumienie* udzieliła obszernej odpowiedzi na pytanie o to, dlaczego sztuka odgrywa dużą (coraz większą) rolę w życiu człowieka. Jako drugi wystąpił dr hab. Witold Jakubowski, prof. Uniwersytetu Wrocławskiego. W swoim interesującym referacie pt. *Film w perspektywie edukacyjnej* wskazał na edukacyjny potencjał filmu, a następnie krytycznie odniósł się do sposobu ujmowania sztuki w literaturze pedagogicznej. Jako ostatnia głos zabrała dr hab. Wiesława Sacher, prof. WSP im. J. Korczaka w Warszawie. W swoim wystąpieniu pt. *Współczesne środowisko akustyczne a nieuświadomiona deprywacja potrzeb kulturowych osób dorosłych* zwróciła uwagę na fakt, że w dzisiejszych czasach trudno uciec od przekazów medialnych w przestrzeni publicznej, w efekcie,

czego człowiek funkcjonuje w ciągłym hałasie, odczuwając (nie zawsze uświadomiony) dyskomfort psychiczny. Sesję plenarną zwieńczyła dyskusja, momentami dość burzliwa. Rozmawiano m.in. o tym, co jest sztuką, a co nią nie jest. Stwierdzono, że sztuka rzadko jest przedmiotem refleksji andragogicznej, zaś za głównego kreatora potrzeb kulturalnych człowieka uznano media.

Po przerwie kawowej rozpoczął się I Panel dyskusyjny. Wspólnym mianownikiem dla wszystkich przewidzianych w tej części wystąpień było zaangażowanie ludzi dorosłych w amatorskie uprawianie sztuki. Jako pierwsza wystąpiła, prowadząca panel, dr hab. Zofia Szarota, prof. Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie. W swoim referacie pt. *Amatorski ruch artystyczny i twórczość – zakres treściowy i role przyjmowane przez seniorów* autorka omówiła, w oparciu o wyniki badań własnych, zasoby środowisk lokalnych i role, które przyjmują aktywni kulturalnie seniorzy. Kolejny referat, autorstwa dr Aleksandry Litawy (Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie), dotyczył *Znaczenia amatorskiego uprawiania sztuki dla edukacji człowieka dorosłego*. Autorka, analizując przykład studenta śpiewającego w chórze akademickim, ukazała, w jaki sposób miłośnicze uprawianie sztuki może wpływać na wybory edukacyjne, postawę czy plany na przyszłość jednostki. W referacie pt. *Barwy starości – pasje krakowskich stulatków* dr Joanna Wnęk-Gozdek (Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie) omówiła dwa przypadki: 107-letniego Henryka Kozubskiego i 101-letniego Stanisława Jakubczyka. Pierwszy w wieku 94 lat rozpoczął swoją przygodę z malarstwem i nadal tworzy. Drugi, mimo dużych kłopotów ze wzrokiem, z determinacją kontynuuje działalność artystyczną – malarstwo. Pasja jest tym, co pozwala mężczyznom zapomnieć o upływającym czasie. Po dyskusji, w której uczestnicy niejednokrotnie odwoływali się do własnych doświadczeń związanych z amatorskim uprawianiem sztuki, prof. Jerzy Semków zaprosił wszystkich do wspólnego zdjęcia.

Ostatnia część seminarium, czyli II Panel dyskusyjny, odbył się po obiedzie. Również tym razem jego prowadzącą była dr hab. Zofia Szarota. Jako pierwsza głos zabrała dr Rozalia Ligus (Uniwersytet Wrocławski). W swoim referacie pt. *Po śladzie. Symbole sztuki żydowskiej w przestrzeni lokalnej – społeczne i kulturowe wyzwania dla transformacyjnych badań w działaniu i nieformalnego uczenia się* autorka przedstawiła przestrzenie publiczne, w których występują (często nie dostrzegane przez użytkowników) elementy nawiązujące do kultury żydowskiej. Dr Krzysztof Pierścieniak (Uniwersytet Warszawski), wygłosił referat pt. *Sztuka a autonomia poznania. W poszukiwaniu modelu wspierającego rozwój człowieka dorosłego*. Autor podzielił się ze słuchaczami swoją refleksją na temat dostępności dzieł sztuki. Postawił pytanie, na ile dzieła sztuki powinny być tłumaczone, a na ile pozostawione do własnej interpretacji (poszukiwań) odbiorcy. Tytuł ostatniego wystąpienia to *Look at yourself czyli rola znaczących dla jednostki dzieł muzyki popularnej w procesie całonocnego i biograficznego uczenia się człowieka dorosłego*. Dr Joanna Golonka-Legut (Uniwersytet Wrocławski) na podstawie badań własnych dowiodła, że muzyka może inspirować, pomagać w przezwyciężaniu codziennych trudności, nadawać kierunek życiu człowieka. II Panel dyskusyjny również

zakończył się debatą. Rozmawiano o sposobach rozumienia sztuki, o jej roli w życiu człowieka, o potencjale wychowawczym, który w sobie kryje.

Na zakończenie prof. Jerzy Semków dokonał podsumowania obrad, podziękował prelegentom i uczestnikom seminarium, a następnie zaprosił wszystkich do udziału w kolejnym, VI Jesiennym Spotkaniu Andragogicznym.

V Ogólnopolskie seminarium naukowe z cyklu Jesiennych Spotkań Andragogicznych stanowiło płaszczyznę wymiany refleksji nad znaczeniem sztuki w życiu człowieka. Kameralny charakter spotkania sprzyjał dyskusji oraz intensywnej wymianie poglądów pomiędzy uczestnikami. Wygłoszone referaty były bardzo ciekawe i różnorodne, większości z nich, zarówno w sesji plenarnej, jak i w panelach dyskusyjnych, towarzyszyły prezentacje multimedialne. Dla wszystkich osób zainteresowanych kulturą i sztuką w edukacji człowieka dorosłego udział w seminarium był wartościowym i inspirującym doświadczeniem.

Aleksandra Litawa

Interdyscyplinarna Ogólnopolska Konferencja Naukowa „Aktywność międzypokoleniowa jako droga do społecznej edukacji przez, dla, do i w starości”

W dniu 2 czerwca 2017 roku w budynku XVI Liceum Ogólnokształcącego im. Krzysztofa Kamila Baczyńskiego w Krakowie na osiedlu Willowym 1 w Krakowie odbyła się Interdyscyplinarna Ogólnopolska Konferencja Naukowa pod tytułem „Aktywność międzypokoleniowa jako droga do społecznej edukacji przez, dla, do i w starości”. Konferencja była prezentacją dobrych praktyk współpracy międzypokoleniowej w aktywizowaniu jednostek do pomyślnego życia rozumianego jako uczestnictwo i zaangażowanie w zmianę otoczenia.

Celami konferencji były:

- Ukazanie znaczenia aktywności międzypokoleniowej w edukacji przez, dla, do i w starości.
- Ukazanie form i metod wzajemnej partycypacji społecznej skrajnych generacji na rzecz rozwoju osobistego i pomyślnego życia.
- Walka ze stereotypami wieku w odniesieniu do aktywności.
- Ukazanie roli szkoły w budowaniu relacji międzypokoleniowych.

Miejscem konferencji była celowo wybrana jednostka oświatowa, która za pomocą projektów naukowych integruje swoją młodzież z przedstawicielami różnych grup wiekowych, w tym silnie współpracuje z organizacjami animacyjnymi seniorów. Chcąc jeszcze bardziej odpowiedzieć na potrzeby włączania społecznego ostatniej generacji, dokonano wymiany dobrych praktyk i spostrzeżeń.

Konferencja odbywała się pod patronatem i we współpracy z Katedrą Pedagogiki Społecznej i Andragogiki Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie. Bezpośrednimi mentorami naukowymi wydarzenia byli: prof. Zofia Szarota oraz dr Artur Fabiś. Za współpracę między liceum i uczelnią wyższą odpowiadał mgr Adrian Biela – pedagog szkolny i nauczyciel podstaw pedagogiki i psychologii.

Uroczystego otwarcia konferencji dokonała dyrekcja szkoły w osobie mgr Małgorzaty Kozak-Zasadni, zaś ze strony Uniwersytetu Pedagogicznego dr Artur Fabiś. Moderatorami części oficjalnej oraz wystąpień plenarnych byli: pedagog oraz nauczyciel historii mgr Agata Stankiewicz.

Konferencja składała się, poza częścią oficjalną i plenarną, z dwóch sekcji odbywających się jednocześnie w dwóch salach lekcyjnych. Sekcja pierwsza była moderowana przez dr Artura Fabisia i mgr Małgorzatę Kozak-Zasadni. Sekcja druga była moderowana przez prowadzących część oficjalną.

W czasie wystąpień plenarnych jako pierwszy zabrał głos w imieniu swoim i prof. Zofii Szaroty, **dr Artur Fabiś**, który w wystąpieniu *Edukacja przez, dla, do i w starości koniecznością współczesności* zaprezentował współczesne wyzwania edukacji całonocnej przygotowującej do starości i wykorzystującej starość jako wartość

edukacyjną. Wyjaśnił znaczenie edukacji przez starość wykorzystywanej w działaniach profilaktycznych z młodzieżą, sens edukacji dla starości z uwarunkowaniami społecznymi, edukacji do starości jako sumie wcześniejszych poczynąń jednostki i edukacji w starości przejawiającej się w nieskrępowanym „głodzie” wiedzy i poznawania.

O międzypokoleniowych relacjach regionalnych z ich uwarunkowaniami kulturalnymi na podstawie mniejszości kaszubskiej i kultury góralskiej opowiadała **dr Ewa Żmijewska** z Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie w wystąpieniu *Wspieranie tożsamości regionalnej w relacjach dziadkowie–rodzice–dzieci*. W czasie prezentacji tematu nie zabrakło dialogu z uczniami szkoły, którzy z racji jej specyfiki reprezentują różne zakątki południowej Polski, w tym tereny górskie. Wejście w relacje z młodymi odbiorcami, bo należy podkreślić, że głównymi odbiorcami była właśnie młodzież, pozwoliło na stworzenie z konferencji wydarzenia im bliższego z przyjazną atmosferą.

Kolejnym prelegentem części plenarnej była **dr Natalia Ruman** z Uniwersytetu Śląskiego (tytuł referatu: *Rola szkół ponadgimnazjalnych w budowaniu relacji międzypokoleniowych*). Swoją inspirację wystąpienia autorka czerpała z teorii Marii Czerwińskiej-Jasiewicz odnoszącej się do rozwoju moralnego młodego człowieka jako podstawy kształtowania jego systemu wartości oraz systemu przekonań światopoglądowych. Bazując na tej teorii, opowiadała o międzypokoleniowej działalności młodzieży w Powiatowym Zespole Szkół nr 2 im. K. Miarki w Pszczynie, który żywo współpracuje z Uniwersytetem Trzeciego Wieku w Pszczynie i Cieszynie, osobami z Ośrodka Matki Bożej Różańcowej w Starej Wsi (osoby niepełnosprawne). Za swoje działania animacyjne i wspierające młodzież uzyskała wiele nagród i na dowód dumy z działań o swoich sukcesach organizacyjnych opowiadały również dwie uczennice prezentując najbardziej wzruszające chwile.

Jako ostatni w tej części wystąpień zaprezentowali efekty swoich projektów edukacyjnych moderatorzy. **Mgr Agata Stankiewicz** zobrazowała ideę, znaczenie i wagę swojego projektu, który nosi nazwę *O tym nie można zapomnieć – spotkania z kobietami, które przeszły piekło Ravensbrück*. Opowiadała, posługując się prezentacją ze zdjęciami, o przebiegu projektu, uczeniu młodzieży wrażliwości na krzywdę więźniarek, przygotowywaniu jej do osobistych i osobliwych spotkań, w czasie, których dochodziło do wywiadów (poprzedzonych warsztatami z tej metody badawczej). Na koniec odtworzyła nagrania przygotowane przez uczniów, a prezentowane w czasie ogólnopolskiego przeglądu w Warszawie w obecności „żywych świadków historii”, bo tak uczniowie nazywają swoich starszych mentorów. Oni jako odbiorcy lekcji historii okazali się pełnymi empatii młodymi ludźmi, którzy z ogromną ciekawością wsłuchiwali się w narracje starszych. W każdym wywiadzie poszukiwali przesłania indywidualnego dla siebie oraz przesłania ogólnego dla swojego pokolenia i ogółu ludzi. Na sali można było dostrzec podziw dla projektu silnie już zakorzenionego w szkole i prowadzonego pod patronatem Instytutu Pamięi Narodowej. Uczestnicy projektu w swoich sprawozdaniach najwięcej relacji skupiali na bezpośrednich spotkaniach

z „żywymi świadkami historii” i z tej racji można śmiało twierdzić, że to jest dla nich najlepszy przykład lekcji do i poprzez starość.

Z racji wagi powyższego projektu **mgr Adrian Biela** skupił się jedynie na ogólnym zarysie realizowanego przez cały rok projektu u nazwie BRYGADA PP. Jest on skierowany do klas pedagogiczno-psychologicznych i składa się z czterech modułów:

Moduł I – praca z i na rzecz dzieci oraz młodzieży;

Moduł II – praca z i na rzecz osób starszych;

Moduł III – praca z i na rzecz osób z niepełnosprawnością;

Moduł IV -- inne działania rozwojowo-wspomagające.

W ramach projektu uczniowie pod opieką pedagoga uczestniczyli w wykładach, prelekcjach, ćwiczeniach, szkoleniach, warsztatach, symulacjach oraz konferencjach naukowych. Korzystali z zaplecza intelektualnego i wiedzy praktycznej wykładów czterech uczelni wyższych z Krakowa (Uniwersytet Pedagogiczny, Politechnika Krakowska, Uniwersytet Jagielloński, Akademia Wychowania Fizycznego), dwóch uczelni wyższych spoza Krakowa (Uniwersytet Rzeszowski, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach), dwunastu samodzielnych instytutów lub katedr, siedmiu organizacji pozarządowych (Stowarzyszenie WIOSNA, Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy, Małopolskie Hospicjum dla Dzieci, Stowarzyszenie na rzecz Dzieci z Chorobą Nowotworową KOLIBER, Fundacji Machina Fotografika, Polska Akcja Humanitarna, Siemacha Spot), dwóch Uniwersytetów Trzeciego Wieku (UTW Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie, UTW w Chrzanowie), dwóch domów pomocy społecznej w Krakowie (Dom Pomocy Społecznej przy ul. Radziwiłłowskiej 8 oraz Domu Pomocy Społecznej przy ul. Kluzeka 6), jednego przedszkola samorządowego (Przedszkole Samorządowe nr 104 im. Małego Księcia w Krakowie) oraz dwóch bibliotek (Biblioteka Główna Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie i Pedagogiczna Biblioteka Wojewódzka w Krakowie).

Ideą projektu w Module II było utrzymanie dialogu społecznego między skrajnymi pokoleniami, wzajemna integracja przy wspólnym działaniu, wzajemne animowanie się, niwelowanie stereotypów wieku, wspólne uczenie się i uczenie siebie, wymiana poglądów i definicja swoich potrzeb.

Sekcja pierwsza, odbywająca się w sali nr 28 (polonistycznej) rozpoczęła się od wystąpienia **mgr Joanny Hebdy**. Wygłosiła ona referat pod tytułem *Wolontariat międzypokoleniowy*. Zaprezentowała znaczenie wolontariatu międzypokoleniowego, jego formy, charakterystykę, motyw, wagę dla zrównoważonego rozwoju oraz bezpośrednie przykłady z regionu. W wystąpieniu nie zabrakło uwag na temat skali zaangażowania samych seniorów w działania dobroczynne z prognozami na przyszłość i diagnozą odnoszącą się do jakości społeczeństwa obywatelskiego w Polsce.

Drugie w kolejności wystąpiły studentki z Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie, ze Studenckiego Koła Naukowego Nauczycieli UP (**Agnieszka Flasz i Martyna Symula**). Prezentowały różne czynniki, które pobudzają człowieka do działania, stawiania sobie celów życiowych i realizowania siebie. Za kluczowy czynnik obrały poczucie

pasji. Z tej racji ich wystąpienie nosiło tytuł *Pasja jako wartość łącząca pokolenia* – czyli *słów kilka o niezwyklej mocy wspólnych zainteresowań*. Przekonywały odbiorców, że pasja to nie tylko wartość poznawcza, ale także ogromna moc sprawcza. Dzięki niej każdy z nas może się rozwijać a najlepszym odzwierciedleniem są wspólne międzygeneracyjne pasje, które integrują i łączą odmienne obyczajowo jednostki. Zwraçały uwagę na międzygeneracyjny przekaz wartości, kultury, wzorców.

Mgr Magdalena Gadamska z Uniwersytetu Rzeszowskiego w prezentacji *Aktywizacja seniorów w grupach międzypokoleniowych działających w ramach Fundacji Rozwoju „Dobre Życie”* zobrazowała działania owej organizacji pozarządowej na rzecz integracji międzypokoleniowej. Młodzież i seniorzy przy wsparciu artystów, trenerów i animatorów tworzą m.in. piosenki, teledyski, bloga, spektakle i filmy. Podczas wspólnie spędzanego czasu uczą się od siebie wielu przydatnych umiejętności i zachowań. W wystąpieniu został scharakteryzowany program „Lepiej razem – razem lepiej”, którego nazwa sama za siebie zdaje się podkreślać wagę wspólnotowości i wzajemności. Zaprezentowano również przykłady działań międzypokoleniowych zrealizowanych w Gminie Niebylec oraz Gminie Strzyżów w województwie podkarpackim.

Do kultury Łemków ponownie nawiązała **mgr Anna Banias** z Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie. Jej referat: *Dziadek–wnuk. O zachowywaniu tradycji na Łemkowszczyźnie*, był całkowicie poświęcony tradycyjnej łemkowskiej rodzinie, która powinna być, co najmniej trzypokoleniowa. Autorka wystąpienia przekonywała, iż to dziadkowie są jej filarem, mądrością i źródłem opowieści. Rodzice zaś stanowią swoisty drogowskaz dla uczących się dzieci. Seniorów nazwała łącznikiem pomiędzy tym, co zapomniane, a teraźniejszością. Ponadto określiła ich jako edukatorów kultury, krzewicieli przywiązania i miłości do ziemi przodków. Oprócz tego starała się odpowiedzieć na następujące pytania: Czy dziadkowie mogą uczyć się od dzieci? Czy one mogą być nośnikami ich mądrości? Czy są tego przejawy? Czy możemy to odnaleźć w innych formach niż kartki z życzeniami?

Doktorantki **mgr Mateusz Barłóg** z Uniwersytetu Jagiellońskiego w Krakowie i **mgr Marlena Stradomska** Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w Lublinie w temacie: *Rodzina zastępcza spokrewniona jako wyraz najczystszej aktywności międzypokoleniowej. O postrzeganiu osoby starszej pełniącej funkcję rodzica dla swojego wnuka*, zaprezentowały wyniki swoich badań odnoszących się do seniorów jako rodziców zastępczych swoich małoletnich wnuków. Określiły przyczynę owego zjawiska, jego skalę, znaczenie i wyzwania. Swoje rozważania zakończyły prezentacją szans i wartości wynikających z relacji dziadek-wnuk i wnuk-dziadek.

Studentki Uniwersytetu Rzeszowskiego **Martyna Probachta** i **Karolina Sławińska** obrazowały postrzeganie starości w oczach młodzieży. Nie brakowało w ich wystąpieniu przywołań stereotypowych, co nie byłoby niczym niestosownym, gdyby autorki same nie popadały w błąd uproszczonych myśli i skrótów językowych, które dewaluowały starość. Prezentacja *Dziadkowie i ich relacje z wnukami ukazane na podstawie badań własnych* skupiała się na zagadnieniach teoretycznych określających potrzeby osób

starszych, sytuacje trudne w ich życiu, formy pomocy. Na koniec obie panie próbowały zaprezentować wyniki badań własnych nad relacjami dziadków z wnukami i wnuków z dziadkami. Jednakże pod względem metodologicznym wskazane badania wykazywały niedociągnięcia i rażące błędy, które szybko i celnie zdiagnozował moderator sekcji dr Artur Fabiś, dokonując w dyskusji korekt i sprostowań.

Ostatnim prelegentem sekcji pierwszej był **dr Jan Czechowski** reprezentujący kilka ośrodków badawczych. W wystąpieniu pod tytułem *Budowanie partnerskich relacji między pokoleniami* rozpoczął od diagnozy współczesnej kultury, by później opisywać transmisyjną rolę seniorów. Próbował odszukać przyczyny zacierania się więzi międzypokoleniowych odnosząc się do szybkiego tempa zmian społecznych i zmian w obrębie wzajemnych oczekiwań i wyzwań indywidualnych. Opisał przemiany rodziny, migracje, a całość referatu spuentował koniecznością budowania otwartości na wzajemną inność i wzajemną ciekawość generacji. Zabrakło jednak praktycznych przykładów i form budowania płaszczyzny porozumienia. Wystąpienie miało raczej charakter apelu i powtórzenia obaw niż wymiany dobrych praktyk.

W sekcji drugiej z przyczyn losowych, i w niektórych przypadkach nieznanych, z siedmiu prelegentów, którzy potwierdzili swoją obecność na konferencji, przybyło czterech. Jako pierwsza wystąpiła, po reorganizacji wystąpień, studentka Staropolskiej Szkoły Wyższej w Kielcach **Edyta Górka** charakteryzująca wartość starości, osób starszych i relacji międzypokoleniowych. Autorka podzieliła swoje wystąpienia na trzy części. W części pierwszej dokonała definicji późnej dorosłości i starości. W części drugiej sprecyzowała swoje poglądy na temat wartości doświadczania starości przez samych seniorów oraz przez osoby młode zwracając uwagę na zagrożenie eliminacji tego tematu z powszechnego dyskursu. W części trzeciej diagnozowała lęk przed procesem starzenia się, by dokonać podsumowania, w którym na podstawie badań literatury przedmiotu, postawić tezę, iż obcowanie z osobami starszymi może stać się źródłem ubogacenia trudnego wieku dojrzewania.

Niezwykłe ciekawym i pasjonującym referatem był ten zatytułowany *Aktywizacja i edukacja pokolenia seniorów w posługiwaniu się smartfonami*. Jego autorką zaś była **mgr Edyta Umańska**, doktorantka Uniwersytetu Warszawskiego z Instytutu Stosowanych Nauk Społecznych. W fazie początkowej swojego referatu dokonała diagnozy wykorzystania tego medium przez różne generacje wiekowe, w tym seniorów. Następnie doszukiwała się przyczyn marginalizacji potrzeb tej grupy wiekowej przez firmy teleinformatyczne, by przedstawić praktyczne formy pracy z seniorem przy wykorzystaniu smartfona. Na podstawie swojego doświadczenia w pracy ze skrajnymi generacjami w energiczny sposób zanalizowała aktualne źródła dynamizacji procesu uczenia się pokolenia 60+ w posługiwaniu się nowinkami technologicznymi.

Niczym adwersarz wystąpienia swojej poprzedniczki wystąpił **Marcin Mielewczyk** z Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza (referat: *Trudna współpraca. O problemach korzystania z Internetu przez seniorów i możliwościach im zaradzenia*). Działanie niezamierzone, ale w swej naturze bardzo inspirujące, doprowadziło do zestawienia

wcześniej wymienianych możliwości z dostrzeganymi przez pana Marcina trudnościami i wyznacznikami wykluczenia cyfrowego seniorów. Autor opierał swoje tezy na badaniach psychologicznych z różnych okresów czasowych obrazując pewną tendencję zmiany, jednakże jak sam podkreślił nadał zbyt ospałą i niedowartościowaną. Dokonał charakterystyki seniorów jako użytkowników komputera i Internetu i na tej podstawie próbował określić potrzeby wirtualnego uczestnictwa, w tym dialogu międzypokoleniowego, a następnie płynnie przeszedł do uwrażliwiania pokolenie najmłodszych użytkowników tego medium na trudności z jakimi boryka się pokolenie ich rodziców i dziadków.

Wystąpienia w tej sekcji zakończyła prezentacja, co, do której było najwięcej zastrzeżeń i która chyba wywołała najwięcej kontrowersji i pytań. Jej autorem był **mgr Łukasz Burliga** z Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego. Prezentacja o tytule *Aktywność seniorów w Uniwersytetach Trzeciego Wieku jako przykład realizacji pasji dla młodego pokolenia* opierała się jedynie na założeniach teoretycznych, w których nie brakowało błędów logicznych i merytorycznych. Forma przekazu nie była dostosowana do obiorcy, a sam przekaz zakłócony przez brak płynności wywodów. Autor stający przed pytaniami odbiorców miał duże problemy z udzieleniem odpowiedzi, co wyraźnie wskazywało na braki elementarnej wiedzy, nie tylko z zakresu gerontologii, ale i pedagogiki ogólnej. W tym przypadku jasno forma przekazu i jego treść w czasie wydarzenia odbiegała od formy i treści przygotowanego konspektu, na podstawie którego dokonano wyboru prelegenta. Zasmucający był także brak autorefleksji nad swoim brakiem powagi wystąpienia.

Pomijając ten niemiły akcent konferencyjny oraz błędy metodyczne w czasie jednego wystąpienia w sekcji pierwszej, konferencja stała na wysokim poziomie. W obydwu sekcjach nie zabrakło przykładów wzajemnej stymulacji międzygeneracyjnej i opisu praktycznych form prowadzenia działań na rzecz wsparcia, integracji i animacji. Prelegenci wykazywali przygotowanie do tematu i nie bali się odpowiadać na stawiane im pytania w czasie dyskusji wieńczącej daną sekcję. Najwięcej czasu na dyskusję mieli uczestnicy sekcji drugiej i to w niej trwała zagorzała debata nad pomysłami dobrych praktyk. Mimo braku połowy prelegentów obrady w tej sali nieznacznie wydłużyły się. Biernymi uczestnikami okazali się nie tylko uczniowie, ale także dyrektorzy dwóch szkół, którzy sami prowadzą w swoich placówkach politykę międzypokoleniową.

Wszystkie wystąpienia były wspomagane prezentacją multimedialną, zdjęciami z realizacji badań lub projektów, komentarzami uczestników i wnioskami na przyszłość. Zdecydowana większość opierała się na rzetelnych materiałach źródłowych i płynnej narracji. U niektórych prelegentów pojawiły się nagrania audio. Po konferencji dokonano wśród uczniów diagnozy jakości wydarzenia i wyboru najciekawszych wystąpień. Okazało się, że cenionym fragmentem wystąpień była część plenerowa i pojedyncze referaty sekcji. Młodzież dużą wagę skupiała na formie komunikatów i doborze języka do ich poziomu wiedzy, co było postulowane w cza-

się ogłoszenia konferencyjnego. Jako główni odbiorcy konferencji mieli dostrzec realne szanse rozwoju dialogu międzypokoleniowego i jego wartość w budowaniu świadomego, odpowiedzialnego i aktywnego środowiska lokalnego włączającego każdą jednostkę w działania wspólnotowe.

Adrian Biela

Letnia Szkoła Andragogów i Poradzoznawców

W dniach 18–21.05.2015 roku w Zielonej Górze, w Uniwersytecie Zielonogórskim odbyła się XVI Letnia Szkoła Andragogów i Poradzoznawców. Spotkanie zostało zorganizowane przez Wydział Pedagogiki, Socjologii i Nauk o Zdrowiu Uniwersytetu Zielonogórskiego, Dolnośląską Szkołę Wyższą we Wrocławiu, Akademickie Towarzystwo Andragogiczne oraz Naukowe Towarzystwo Poradzoznawcze. Patronował mu Zespół Pedagogiki Społecznej Komitetu Nauk Pedagogicznych Polskiej Akademii Nauk. Kierownikiem naukowym Szkoły jest prof. dr hab. Józef Kargul.

Letnia Szkoła Andragogów i Poradzoznawców przeznaczona jest zarówno dla osób mających doświadczenie w pracy naukowej, jak i tych, którzy stawiają w niej swoje pierwsze kroki. Uczestnikami Szkoły są głównie asystenci, doktoranci, adiunkci i wykładowcy uczelni wyższych. Ich zadaniem jest przedstawienie referatu lub komunikatu z badań, ewentualnie przeprowadzenie warsztatów dla pozostałych osób. Za każdym razem Szkoła gości wybitnych profesorów – największe autorytety polskiej nauki. Dzielą się oni z młodymi naukowcami swoją wiedzą i bezcennym doświadczeniem, a także udzielają wskazówek uczestnikom.

Te cykliczne spotkania przyciągają stałych uczestników oraz nowe osoby, chcące pogłębiać swoją wiedzę, umiejętności i kompetencje na polu naukowym. Andragodzy mają tutaj okazję do przedstawienia szerszemu gronu odbiorców swoich poczynąń naukowych – projektów badawczych, referatów, wyników badań, refleksji. Doświadczeni naukowcy oraz młodszy koledzy w życzliwy i konstruktywny sposób oceniają wystąpienia badaczy.

Prezentowane na XVI Letniej Szkole Andragogów i Poradzoznawców tematy dotyczyły wszystkich etapów dorosłości – od fazy wczesnej do późnej. Wystąpienia skoncentrowane były na szeroko pojętej andragogice i poradzoznawstwie.

Na spotkaniu podjęto kwestię związku doświadczeń z okresu dzieciństwa i dorastania na dorosłe życie. W odniesieniu do pierwszej fazy dorosłości omawiano temat indywidualnych strategii w rozwijaniu własnych kompetencji społecznych przez studentów. Mówiono o uwarunkowaniach w uczeniu się osób dorosłych. Analizowano środowisko uczenia się z perspektywy pedagogiki miejsca. Poruszono temat mediacji oraz jej uczestników.

Zwrócono uwagę na samoocenę człowieka dorosłego, która jest komponentem koncepcji własnej osoby. Rozmawiano też o nowoczesnych formach kształcenia, takich jak e-learning, gdzie wskazywano na jego wady i zalety. Rozmawiano na temat etyki zawodowej nauczyciela i naukowca. Podkreślano, że badacze terenowi stykają się z różnymi problemami, wątpliwościami. Istnieje konieczność szczególnej dbałości o odpowiednie zachowanie w stosunku do badanego podmiotu.

Ciekawym tematem był ten dotyczący uczestnictwa osób dorosłych w chórach amatorskich. Poruszony wątek odnosił się do motywów podejmowania i kontynuacji aktywności śpiewaczej przez uczestników tych grup.

Pojawił się także temat starości, analizowany w paru kontekstach. Jeden odnosił się do zmiany pola znaczeń edukacji seniorów, drugi dotyczył poczucia sensu życia tej grupy wiekowej.

Dyskutowano o tym, co obecnie jest ważne w andragogice, a także co najistotniejsze jest w edukacji osób dorosłych. Podkreślono, iż andragogika jest młodą nauką, budującą swoją tożsamość. Postulowano wypracowanie nowoczesnych systemów kształcenia. Przedstawiciele andragogiki opowiadali także o kluczowych kwestiach związanych z poradnictwem.

Niejednokrotnie podkreślano, jak ważna jest krytyka w pracy nauczyciela i badacza, dlatego należy otworzyć się na płynące od innych ludzi informacje zwrotne. Zauważono ponadto, że tematy podejmowane przez pracowników nauki są niejednokrotnie związane z ich żywymi doświadczeniami.

Uczestnicy mieli okazję wziąć udział w warsztatach kształcących kompetencje naukowca. Zostali oni podzieleni na kilkusobowe zespoły, którym postawiono to samo zadanie. Każda grupa miała wcielić się w rolę rady redakcyjnej czasopisma naukowego. Postawionym zadaniem była krytyczna ocena danego artykułu. Członkowie redakcji analizowali wspólnie, między innymi, poziom merytoryczny tekstu, jego strukturę i zastosowany język wypowiedzi. Następnie podejmowali decyzję o przyjęciu lub odrzuceniu artykułu. Na zakończenie wszystkie zespoły dzieliły się wynikami swojej pracy na forum. Zastosowana metoda pozwoliła na zdobycie doświadczenia w kwestii tworzenia i oceny tekstów naukowych. Dzięki niej uczestnicy Szkoły mogli także ćwiczyć umiejętności wyrażania własnego zdania i dyskusowania.

Atrakcją dla uczestników Szkoły był wyjazd do Nowego Miasteczka, którego celem była wizyta u Krystyny Betiuk – artystki, animatorki, plastyczki. Prowadzi ona warsztaty artystyczne dla dzieci, młodzieży i dorosłych. Podczas tej przyjemnej wizyty również andragodzy mieli okazję uczestniczyć w tego rodzaju zajęciach.

Uczestnicy Szkoły mogą starać się o publikację swoich tekstów w czasopiśmie „Dyskursy Młodych Andragogów”, które wydawane jest przez Uniwersytet Zielonogórski.

Letnia Szkoła Andragogów i Poradodawców to cztery dni zdobywania wiedzy i umiejętności. Jest to okazja do wspólnego uczenia się, owocująca zdobyciem większego doświadczenia na polu naukowym. Daje ona także możliwość konfrontowania się z krytyką własnych poczynąń, co jest bardzo istotne w pracy badacza. Zaletą tego przedsięwzięcia jest wspieranie dialogu międzygeneracyjnego. Młodzi naukowcy uczą się od swoich mistrzów, jak prawidłowo prowadzić pracę naukową i dydaktyczną. Zna ni naukowcy, autorytety dzielą się swoją wiedzą i doświadczeniem, a także udzielają wsparcia młodszemu pokoleniu.

Trzeba podkreślić, że spotkanie to stanowi również doskonałą okazję do spotkań towarzyskich w miłym gronie, jak również poznania nowych osób. Niewątpliwie Letnia Szkoła Andragogów i Poradodawców jest wydarzeniem bardzo wartościowym zarówno w kontekście naukowym, jak i społecznym.

Katarzyna Sygulska

Noty o autorach

Justyna Antczak-Kujawin, magister

Zakład Dialektologii Polskiej i Logopedii, Uniwersytet Łódzki

adres do korespondencji: antczak@gmail.com

Adrian Biela, doktorant

Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

XVI Liceum Ogólnokształcące im. K.K. Baczyńskiego w Krakowie

Szkoła Podstawowa nr 103 im. K.I. Gałczyńskiego w Krakowie

adres do korespondencji: abiela.up@gmail.com

Artur Fabiś, doktor

Instytut Nauk o Wychowaniu, Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

adres do korespondencji: artur.fabis@up.krakow.pl

Krzysztof Klimek, doktor

Instytut Organizacji i Zarządzania, Wojskowa Akademia Techniczna, Warszawa

adres do korespondencji: kklimek3@op.pl

Ewelina Konieczna, doktor habilitowany

Wydział Etnologii i Nauk o Edukacji, Uniwersytet Śląski w Katowicach

adres do korespondencji: e.konieczna@kek.edu.pl

Aleksandra Litawa, doktor

Instytut Pedagogiki Przedszkolnej i Szkolnej, Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

adres do korespondencji: aleksandra.litawa@up.krakow.pl

Klaudia Maksim-Dąbrowska, doktorantka

Studia doktoranckie III rok Pedagogika, Uniwersytet Śląski w Katowicach

adres do korespondencji: klaudia.maksim.dabrowska@gmail.com

Małgorzata Rozenbajgier, doktor

Instytut Nauk o Wychowaniu, Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

adres do korespondencji: malgorzata.rozenbajgier@up.krakow.pl

Katarzyna Sygulska, magister

Instytut Nauk o Wychowaniu, Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie

adres do korespondencji: katarzyna.sygulska@up.krakow.pl

Elżbieta Trafiałek, doktor habilitowany profesor UJK

Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach

adres do korespondencji: etraf07@gmail.com

Joanna Wawrzyniak, doktor

Wyższa Szkoła Bankowa we Wrocławiu WE w Opolu
adres do korespondencji: joanna.wawrzyniak@poczta.fm

Joanna Wnęk-Gozdek, doktor

Instytut Nauk o Wychowaniu, Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie
adres do korespondencji: jwnękgozdek@poczta.up.krakow.pl

Sabina Lucyna Zalewska, doktor

Instytut Filozofii, Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie
adres do korespondencji: s.zalewska@uksw.edu.pl