

EXLIBRIS

Biblioteka Gerontologii Społecznej

Tom 29 Numer 2 Rok 2025

EXLIBRIS

Social Gerontology Journal

Volume 29 Issue 2 Year 2025

ISSN: 2719-9045

The lower half of the cover features a large, abstract graphic composed of several overlapping semi-circles. A prominent red semi-circle is in the foreground, partially overlapping a teal semi-circle. In the background, there are more semi-circles in shades of light blue and grey, creating a layered, modern aesthetic.

EXLIBRIS

Biblioteka Gerontologii Społecznej

Social Gerontology Journal

© Wydawca / Publisher:

Akademia WSB
Stowarzyszenie Gerontologów Społecznych

Akademia WSB
Dzielnice Górnicze, Wrocław, Ciepłota, Złoty, Olsztyn, Olsztyn, Tytuł
WSB University



Recenzenci / Reviewers:

<https://ojs.wsb.edu.pl/index.php/bgs/recenzenci>

Rada Redakcyjna / Editorial Board

Redaktor naczelny / Editor-in-chief:

Artur Fabiś (WSB University, Poland)

Zastępcy redaktora naczelnego / Vice-Editors-in-Chief:

Marcin Muszyński (University of Łódź, Poland), **Zofia Szarota** (WSB University, Poland)

Redaktor statystyczny / Statistical editor:

Agnieszka Kozerska (Jan Długosz University, Poland)

Redaktor / Editor:

Joanna Wnęk-Gozdek (Uniwersytet im. KEN w Krakowie, Polska)

Rada Naukowa / Scientific Board

Przewodnicząca / Chair of Scientific Board:

Elżbieta Dubas (University of Łódź, Poland)

Członkowie / Members:

Bojana Filej (Alma Mater Europaea, Słowenia), **Marvin Formosa** (University of Malta, Malta), **Christian Gleser** (Pädagogische Hochschule Karlsruhe, Niemcy), **Małgorzata Halicka** (Uniwersytet w Białymstoku, Polska), **Boris Miha Kaučič** (Alma Mater Europaea, Słowenia), **Mechthild Kiegelmann** (Pädagogische Hochschule Karlsruhe, Niemcy), **Kamil Kopecký** (Palacký University Olomouc, Czechy), **Giovanni Lamura** (National Institute of Health and Science on Ageing, Włochy), **Nadia Lutsan** (Vasyl Stefanyk Precarpathian National University, Ukraina), **Kate de Medeiros** (Concordia University, Kanada), **Edward Alan Miller** (University of Massachusetts Boston, Stany Zjednoczone), **Pamela Nadash** (University of Massachusetts Boston, Stany Zjednoczone), **Thomas Scharf** (Newcastle University, Zjednoczone Królestwo), **Mala Kapur Shankardass** (University of Delhi, Indie), **Michal Šerák** (Uniwersytet Karola w Pradze, Czechy), **Sylwia Słowińska** (Uniwersytet Zielonogórski, Polska), **Agnieszka Stopińska-Pająk** (Akademia WSB, Polska), **Michał Szyszka** (Akademia WSB, Polska), **Elżbieta Trafialek** (Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Polska)

Projekt okładki / Cover design:

Magdalena Muszyńska

Skład / DTP:

Wojciech Cigłło Studio DTP, www.dtp-studio.pl

Korekta:

Daria Swędziół

ISSN 2719-9045

DOI 10.57655/EXLIBRIS_2_2025

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

EXLIBRIS

Biblioteka Gerontologii Społecznej

Social Gerontology Journal

29 (2) /2025

Redakcja / Editors

Artur Fabiś

Marcin Muszyński

Spis treści

Table of contents

Wprowadzenie	7
---------------------------	---

Introduction	9
---------------------------	---

Artykuły Articles	11
--	----

Sabina Kmak, Barbara Zaremba-Żółtek, Urszula Kuśmierczyk, Natalia Starowicz „I po co ci to było?” – autobiograficzna retrospekcja w listach do młodszego siebie jako forma bilansu życia / "And why did you need that?" – an autobiographical retrospective in letters to his younger self as a form of life review	13
--	----

Beata Tkacz, Karolina Ozga, Małgorzata Lia Kłębczyk Intymność i bliskość w późnej dorosłości. Sensy i znaczenia w narracjach osób starszych / Intimacy and closeness in late adulthood: Meanings and significance in the narratives of older adults	33
--	----

Katarzyna Jas-Liszok Postawy studentów pedagogiki wobec osób starszych – studium porównawcze na przykładzie Polski, Czech i Słowacji / Attitudes of pedagogy students towards elderly people – a comparative study on the example of Poland, the Czech Republic and Slovakia	57
--	----

Sławomir Sztobryn

Zarys koncepcji autobiografii prospektywnej / A conceptual
framework for a prospective autobiography 73

Anna Gutowska

Zbieractwo, czyli zespół Diogenesa u starszej osoby –
opis przypadku / Hoarding disorder, also known as Diogenes
syndrome, in an older adult – a case study 87



Recenzje

Book Reviews 103

Małgorzata Niewiadomska

The Worldwide Face of Elder Abuse 105

Wprowadzenie

Do rąk Czytelniczek i Czytelników oddajemy kolejny numer *Exlibrisu Biblioteki Gerontologii Społecznej*. Starość przedstawiana jest w nim w różnych odsłonach – jako czas głębokiego namysłu nad własnym życiem, retrospekcji, ale też planowania przyszłości. Jest ona również ukazana jako okres rozwojowy człowieka, naznaczony bliskością z innymi, ale także zaburzeniami funkcjonowania społecznego. Tradycyjnie już pojawia się temat konfrontacji pokoleń – starych i młodych, wzajemnego postrzegania, postaw i oczekiwań.

Aktualne wydanie otwiera tekst autorstwa Sabiny Kmak, Barbary Zaremby-Żółtek, Urszuli Kuśmierczyk i Natalii Starowicz, którego celem jest poznanie indywidualnego spojrzenia na własną biografię z perspektywy czasu. Wykorzystaną formą ekspresji starszych uczestniczek i uczestników badania stały się listy pisane do samych siebie z okazji 18. urodzin. Autorzy odsłaniają w nich swoje relacje, trudy egzystencjalne oraz oczekiwania pojawiające się na kolejnych etapach życia i towarzyszące drodze do samoakceptacji. Lekcja, która płynie z lektury tych narracji może stać się nauką dla tych, którzy wchodzi w dorosłość, gdyż przeszłość narratorek i narratorów może stać się inspiracją do uczenia się z biografii innych.

Intymność i bliskość w późnej dorosłości stanowią temat drugiego artykułu, w którym Autorki, Małgorzata Lia Kłębczyk, Beata Tkacz oraz Karolina Ozga, podejmują próbę rozpoznania sensu nadawanego przez narratorki i narratorów relacjom intymnym i seksualnym w późnej dorosłości. Jak wynika z poczynionej analizy, sfera ta, pomimo pojawiających się barier i ograniczeń, jest w relacjach uczestniczek i uczestników badań ważnym obszarem egzystencji, do którego należy się dostosować.

W kolejnej publikacji z aktualnego numeru zaprezentowane zostały badania porównawcze postaw młodzieży wobec osób starszych w trzech sąsiadujących krajach – w Polsce, Czechach i na Słowacji. Katarzyna Jas-Liszok, poddając analizie statystycznej zebrane dane, ukazuje niewielkie, choć widoczne różnice

w postrzeganiu seniorów przez studentów różnych krajów. Wnioskiem z badań jest również postulat promowania kontaktów międzygeneracyjnych oraz tworzenia szans na lepsze zrozumienie najstarszych generacji przez młodych.

Autobiografia prospektywna rzadko bywa podejmowana w rozważaniach gerontologicznych. Tym cenniejszy wydaje się tekst autorstwa Sławomira Sztobryna, który upatruje wartości w ujmowaniu autobiografii w kontekście kreowania przyszłych możliwości. W starości proces ten może polegać na twórczym nadawaniu sensu własnym doświadczeniom oraz projektowaniu tożsamości, splatającym wydarzenia z przeszłości z otwierającymi się perspektywami. Taka optyka pozwala przełamać stereotypowe podejście do autobiografii oraz bilansowania życia.

Tekst zamykający zestawienie artykułów w przedstawianym numerze przygotowała Anna Gutowska. W oparciu o studium przypadku Autorka analizuje możliwości wsparcia osoby starszej z rozpoznanym pierwotnym zaburzeniem zbieractwa. Oprócz omówienia zaburzenia oraz przedstawienia analizowanego przypadku, artykuł zawiera wnikliwą analizę zjawiska wraz z postulowanymi zmianami podejścia wobec osób z zespołem Diogenesa. Miałyby się one koncentrować w szczególności na interdyscyplinarnym wsparciu oraz podmiotowym podejściu do jednostki, respektującym jej autonomię i doświadczenia biograficzne.

Numer zamyka recenzja monografii wieloautorskiej *The Worldwide Face of Elder Abuse*. Jej Autorka – Małgorzata Niewiadomska – zwraca uwagę na istotność podejmowanej tematyki przemocy wobec osób starych, opisując pokrótce poszczególne rozdziały tej publikacji, istotnej dla badaczy oraz praktyków zajmujących się tą problematyką.

Zachęcamy do lektury czasopisma *Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej*, a także do nadsyłania Redakcji tekstów z zakresu szeroko rozumianej gerontologii społecznej do kolejnych numerów. Dziękujemy wszystkim Autorkom i Autorom za zaufanie okazane Redakcji naszego czasopisma, a Recenzentkom i Recenzentom jesteśmy niezmiernie wdzięczni za trud włożony w dbałość o jakość publikowanych prac naukowych.

Redaktorzy tomu
Artur Fabiś, Marcin Muszyński

Introduction

We are pleased to present the latest issue of *Exlibris Social Gerontology Journal* to our readers. Old age is presented in various ways: as a time for deep reflection on one's own life, for retrospection, and for planning for the future. Old age is also shown as a period of human development marked by closeness to others, but also by social dysfunction. As usual, the issue of confrontation between the old and young generations, as well as mutual perceptions, attitudes, and expectations, is addressed.

The current issue opens with a text by Sabina Kmak, Barbara Zaremba-Żółtek, Urszula Kuśmierczyk, and Natalia Starowicz, which explores individual perspectives on one's biography through the lens of time. The form of expression used by the older participants in the study was a letter written to themselves on their 18th birthday. These letters reveal their relationships, existential struggles, and expectations throughout their lives as they pursue self-acceptance. The life lessons that flow from reading the narratives apply to others entering adulthood, as the narrators' pasts can serve as inspiration for learning from others' biographies.

Intimacy and closeness in late adulthood are the subject of the second article, in which the authors, Małgorzata Lia Kłębczyk, Beata Tkacz, and Karolina Ozga, seek to identify the meanings narrators give to intimate and sexual relationships in late adulthood. The analysis shows that, despite the barriers and limitations that arise, intimate life is an important area of existence for the study participants, one to which they must adapt.

Comparative research on the attitudes of young people towards older people in three neighbouring countries: Poland, the Czech Republic, and Slovakia is presented in another article in the current issue. Katarzyna Jas-Liszok, using statistical analysis of the collected data, shows slight but noticeable differences in students' perceptions of older people across countries. However, the study also concludes that intergenerational contact should be promoted and that

opportunities should be created for young people to better understand the older generation, so that the image of old age can be more accurately portrayed.

Prospective autobiography is rarely discussed in gerontological considerations. This makes the text by Sławomir Sztobryn, who sees value in approaching autobiography in the context of creating future opportunities, all the more valuable. In old age, this can take the form of creatively giving meaning to one's own experiences and of designing one's identity by intertwining past events with new opportunities. This perspective allows us to break away from the stereotypical approach to autobiography and life assessment.

Anna Gutowska wrote the text concluding this issue's set of articles. Based on a case study, the author analyzes the possibilities of supporting older adults diagnosed with primary hoarding disorder. In addition to presenting this disorder and describing the case, the article provides an in-depth analysis of the phenomenon. It proposes changes to the approach to people with Diogenes syndrome. These changes would focus in particular on interdisciplinary support and a subjective approach to the individual, respecting their autonomy and biographical experiences.

The current issue concludes with a review of the multi-author monograph, *The Worldwide Face of Elder Abuse*. The author of the review, Małgorzata Niewiadomska, draws attention to the importance of the subject matter: violence against older adults, briefly describing the individual chapters of this publication, which is important for researchers of this phenomenon and practitioners.

We encourage you to read the second issue of *Exlibris Social Gerontology Journal* from 2025, and to send texts on the broadly understood field of social gerontology to the Editorial Office for future issues. We want to thank all the authors for their trust in our journal's editorial team, and we are extremely grateful to the reviewers for their efforts in ensuring the quality of the published scientific papers.

Editors of the volume
Artur Fabiś, Marcin Muszyński

Artykuły Articles

Data zgłoszenia: 05.09.2025 • Data akceptacji: 02.12.2025 • Data publikacji: 15.03.2026

Sabina Kmak¹ 

Barbara Zaremba-Żółtek² 

Urszula Kuśmierczyk³ 

Natalia Starowicz⁴ 

„I po co ci to było?” – autobiograficzna retrospekcja w listach do młodszego siebie jako forma bilansu życia

"And why did you need that?" – an autobiographical retrospective in letters to his younger self as a form of life review

Streszczenie:

Niniejszy artykuł podejmuje problematykę bilansu życiowego realizowanego w formie listu adresowanego do samego siebie. Autorzy korespondencji prowadzą swoisty dialog wewnętrzny, w ramach którego dokonują oceny własnej biografii oraz formułują refleksje dotyczące minionych doświadczeń. Rozpatrywana forma epistolarna ujawnia złożoną relację między przeszłością a teraźniejszością, umożliwiając narratorom nawiązanie dialogu z własnym, młodszym „ja”. Akt pisania listu zostaje tu ujęty jako proces autobiograficznej rekonstrukcji i reinterpretacji tożsamości, sprzyjający zarówno egzystencjalnemu bilansowi, jak i nadaniu nowego znaczenia wydarzeniom z przeszłości. W tym kontekście list jawi się nie tylko jako narzędzie badawcze, lecz także jako przestrzeń samopoznania i autorefleksji, w której teraźniejsze „ja” prowadzi rozmowę z dawnym „ja”. Formułowane w tym procesie

1 Akademia WSB w Dąbrowie Górniczej, kmaksabina7@gmail.com

2 Akademia WSB w Dąbrowie Górniczej, bzaremba64@gmail.com

3 Akademia WSB w Dąbrowie Górniczej, urszulakusmierczyk@wp.pl

4 Akademia WSB w Dąbrowie Górniczej, natalia.starowicz@interia.pl

rady i przestrogi wykraczają poza wymiar indywidualny, co sprawia, że uzyskują charakter uniwersalny. Dzięki temu mogą pełnić funkcję komunikatu skierowanego do szerokiego grona odbiorców.

Słowa kluczowe:

bilans życiowy, uczenie się biograficzne, narracje epistolarne, seniorzy

Abstract:

This article examines the concept of life review through a letter addressed to oneself. The authors engage in an internal dialogue, within which they assess their own biographies and reflect on past experiences. This epistolary form reveals the complex relationship between the past and the present, enabling the narrators to engage in dialogue with their younger selves. The act of writing a letter is conceptualized here as a process of autobiographical reconstruction and reinterpretation of identity, fostering both existential review and the assignment of new meaning to past events. In this context, the letter appears not only as a research tool but also as a space for self-discovery and self-reflection, in which the present self engages in conversation with the past self. The advice and warnings articulated in this process transcend the individual, acquiring a universal appeal, and can also serve as a message addressed to a broad audience.

Keywords:

life review, biographical learning, epistolary narratives, seniors

1. Wstęp

Okres dorosłości stanowi etap rozwojowy, w którym jednostka często podejmuje świadomą refleksję nad przebiegiem własnej biografii oraz dokonuje bilansu dotychczasowych doświadczeń życiowych. Zastosowana w badaniu forma listu umożliwiła uczestnikom odniesienie się do tych wydarzeń i przeżyć, które zachowały trwałe znaczenie dla ich autobiograficznej narracji. Wypowiedzi te stały się podstawą sformułowania subiektywnej oceny wcześniejszych wyborów oraz ponownej interpretacji minionych doświadczeń z perspektywy osiągniętej dojrzałości. Akt pisania listu do własnego, młodszego „ja” stanowi w tym kontekście specyficzną formę autoanalizy, sprzyjającą procesowi bilansu życiowego i umożliwiającą rekonstrukcję osobistego sensu wydarzeń.

Retrospektywna narracja listu stworzyła przestrzeń do nawiązania dialogu między przeszłym a teraźniejszym obrazem samego siebie. Uczestnicy badania podejmowali próbę uporządkowania doświadczeń, które z upływem czasu nabrały odmiennego znaczenia, a ponowne osadzenie ich w osobistej historii stało się elementem procesu interpretacji i integracji biograficznej. Tego typu narracyjne działania stanowią istotny komponent samopoznania w dorosłości oraz odgrywają ważną rolę w obszarze pedagogiki dorosłych.

Analizowane listy, choć powstawały w odmiennych kontekstach biograficznych, ujawniły treści o charakterze zarówno indywidualnym, jak i uniwersalnym. W wielu z nich pojawiały się refleksje, przestrogi i wskazania odnoszące się do sensu życia, hierarchii wartości, znaczenia relacji interpersonalnych oraz strategii radzenia sobie z doświadczeniami granicznymi. Wypowiedzi uczestników odzwierciedlają procesy charakterystyczne dla rozwoju człowieka w toku życia oraz stanowią świadectwo edukacyjnego potencjału narracji autobiograficznych. Tego rodzaju listy mogą pełnić funkcję narzędzia wspierającego rozumienie własnej biografii, a także funkcję przekazu międzypokoleniowego, który sprzyja transmisji wartości i doświadczeń istotnych dla kształtowania tożsamości kolejnych pokoleń.

2. Metodologia badań

Prezentowane badania własne zostały przeprowadzone w paradygmacie konstruktywistycznym, zgodnie z założeniami jakościowego podejścia badawczego. Podejście to zakłada relatywistyczną ontologię (uznającą wielość rzeczywistości), subiektywistyczną epistemologię (w której poznający i badany współtworzą znaczenia) oraz naturalistyczny zespół procedur metodologicznych, oparty na badaniu uczestników w naturalnym środowisku (Denzin & Lincoln, 2009, p. 52).

Celem badania było poznanie i zrozumienie, w jaki sposób osoby dorosłe uczą się na podstawie własnej biografii. Materiał empiryczny stanowiło trzydzieści listów, których autorami i autorkami były osoby w wieku od 60 do 89 lat. Zbieranie danych odbyło się online, za pośrednictwem formularza Google (Google Forms), co umożliwiło uczestnikom wypełnienie kwestionariusza w dowolnym miejscu i czasie. Uczestników poproszono o napisanie listu do siebie samego z okresu, gdy mieli 18 lat. W niniejszym badaniu zastosowano metodę refleksyjnych wypowiedzi pisemnych, aby poznać doświadczenia i perspektywy starszego pokolenia w kontekście bilansu życiowego.

W treści listów narratorzy podsumowywali swoje dotychczasowe życie, formułując przesłania, które mogą być źródłem wiedzy i inspiracji dla innych osób, a tym samym odgrywać rolę swoistych wskazówek dotyczących tego, „jak żyć”. Autorami zgromadzonych w toku badania listów były osoby w wieku od 60 do 89 lat – dwadzieścia dwie kobiety oraz ośmiu mężczyzn. Wśród kobiet zdecydowaną większość stanowiły mieszkanki województwa śląskiego (szesnaście osób). Pozostałe uczestniczki pochodziły z województw: małopolskiego (trzy osoby), podkarpackiego (dwie osoby) oraz warmińsko-mazurskiego (jedna osoba). W grupie mężczyzn większość również stanowiły osoby z województwa śląskiego (sześć osób), natomiast jedna osoba pochodziła z województwa warmińsko-mazurskiego, a jedna – z województwa lubelskiego.

Narratorzy mieli pełną swobodę w zakresie formy, stylu i długości wypowiedzi. Zebrane listy różniły się objętością – od kilkustronicowych tekstów po krótkie, jednozdaniowe wypowiedzi. We wszystkich przypadkach zachowano oryginalną pisownię, stylistykę i język użyty przez autorów, uznając je za integralny element ich indywidualnego sposobu konstruowania znaczeń.

Analizowane teksty miały postać autobiograficznych listów, które stanowiły formę tekstów wywołanych – czyli źródeł tworzonych przez same osoby badane, opisujących ich rzeczywiste doświadczenia (Kubinowski, 2010).

Wypowiedzi uczestników miały charakter refleksyjny i narracyjny. Listy zawierały retrospekcje dotyczące kluczowych wydarzeń biograficznych z życia autorów, a także osobiste przemyślenia, emocje oraz wnioski formułowane z perspektywy czasu. W toku narracji przeszłość nieustannie przeplatała się z teraźniejszością, co umożliwiło badanym dokonanie swego bilansu życia. Efektem tych rozważań były formułowane w listach rady do samego siebie o uniwersalnym, często ponadindywidualnym charakterze, które mogą być odczytywane jako wskazówki dla innych osób, niezależnie od ich wieku czy sytuacji życiowej.

Do analizy zgromadzonych danych zastosowano metodę analizy narracji epistolarnej (MANE), zaproponowaną przez Artura Fabisia (Fabiś, 2026). Metoda ta była już wcześniej z powodzeniem wykorzystywana w innych projektach naukowych tego badacza. Korespondencja epistolarna znajduje szerokie zastosowanie w badaniach jakościowych na całym świecie, stanowiąc szczególnie cenny materiał badawczy – listy zawierają bowiem bogate informacje o osobistych doświadczeniach, refleksjach oraz wewnętrznych procesach autorów. W swoich rozważaniach metodologicznych Liz Stanley (2004) podkreśla, że epistoły stanowią unikatowe źródło wiedzy o przeżyciach i sposobach myślenia jednostek.

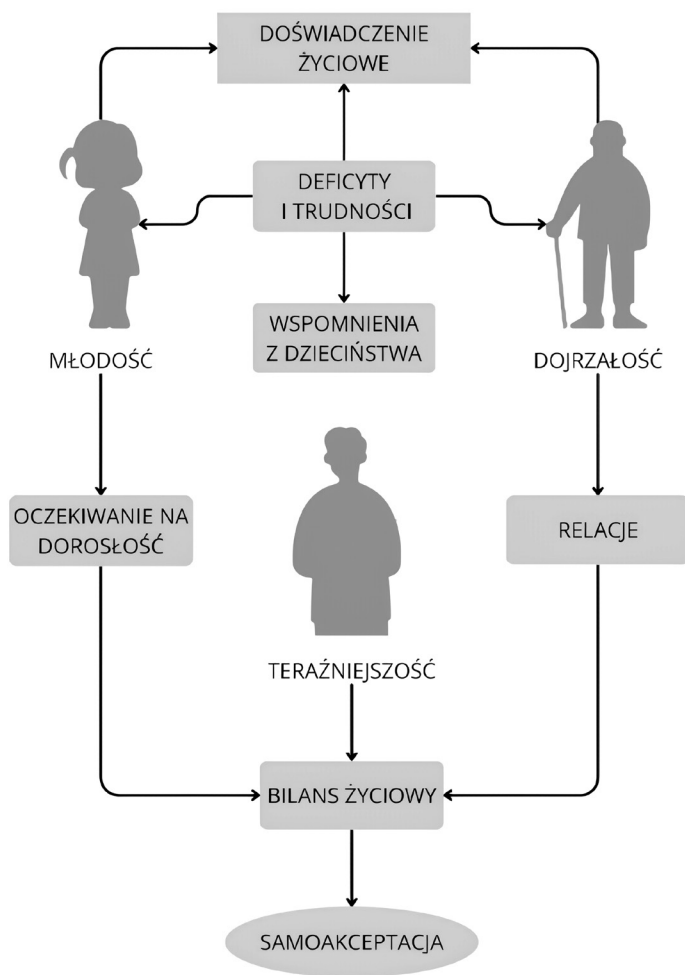
Do szczegółowej analizy zebranego materiału badawczego posłużono się programem NVivo 11. W procesie badawczym wyodrębniono kategorie badawcze, które graficznie przedstawiono za pomocą drzewa kodowego. Drzewo kodowe ilustruje proces bilansu życiowego, rekonstruowanego przez narratorów w ich wypowiedziach. Układa się ono w logiczną sekwencję etapów, obejmując okres młodości, okres dojrzałości oraz okres teraźniejszości, które wspólnie tworzą spójną narrację o życiu, jego sensie i przebiegu.

Okres młodości stanowi przestrzeń retrospekcji, w której narratorzy powracają do czasów dzieciństwa i wczesnej dorosłości. W ich refleksjach pojawia się zarówno sentymentalne wspomnienie bez troski, jak i wyobrażenie dorosłości – czasu oczekiwanego, pełnego nadziei i planów na przyszłość.

Okres dojrzałości wiąże się z doświadczeniami żywymi o charakterze relacyjnym i egzystencjalnym. Narratorzy przywołują w tym kontekście doświadczenia małżeńskie, wybory życiowe, relacje rodzinne oraz wydarzenia, które

w istotny sposób ukształtowały ich biografię. Ten etap obejmuje refleksje nad odpowiedzialnością, konsekwencjami podejmowanych decyzji oraz sensem podejmowanych działań. Zarówno w okresie młodości, jak i dojrzałości powracają wątki trudności i ograniczeń, z którymi narratorzy musieli się zmierzyć.

Okres terażniejszości stanowi moment podsumowania, refleksji i integracji doświadczeń życiowych. W tym stadium narratorzy przyjmują perspektywę dystansu wobec własnej biografii – dokonują oceny przeszłości, wyciągają wnioski i formułują życiowe lekcje. Wypowiedzi te prowadzą do przyjęcia postawy akceptacji własnego życia oraz pogodzenia się z jego przebiegiem. Teraźniejszość staje się w konsekwencji przestrzenią symbolicznego domknięcia biografii i osiągnięcia wewnętrznej harmonii.



Źródło własne.

3. Analiza wyników badań

Analiza zebranego materiału badawczego pozwoliła wyodrębnić aspekty szczególnie istotne dla narratorów. Wśród znaczeń, które nadawały osoby badane najczęściej, wskazywano na budowanie relacji interpersonalnych, doświadczanie bliskości oraz proces samoakceptacji. Wśród pozostałych kategorii na znaczeniu zyskują: doświadczenia życiowe, wspomnienia z dzieciństwa i wczesnej dorosłości, akceptacja trudnych doświadczeń z młodości z perspektywy czasu, doświadczane deficyty i trudności oraz bilans egzystencjalny.

4. Doświadczenia życiowe

4.1. Doświadczenie życiowe jako lekcja

Narratorzy, konstruując swoje listy, dokonują zestawienia doświadczeń z okresu wczesnej młodości z teraźniejszą perspektywą. Na biograficzne doświadczenia narratorów składają się zarówno przeżycia z okresu młodości, stanowiące punkt odniesienia dla wspomnień i refleksji, jak i doświadczenia związane z etapem dojrzałości. Oba te wymiary egzystencji pozostają ze sobą w dynamicznej relacji. W przestrzeni epistolarnej autorzy podejmują refleksję nad wydarzeniami zarówno pozytywnymi, jak i negatywnymi, poddając je krytycznej ocenie w świetle aktualnie posiadanej wiedzy oraz życiowej dojrzałości.

Analizie poddano sposób, w jaki uczestnicy badania interpretują swoje życiowe doświadczenia – także bolesne – jako formy nauki. Można zauważyć, że autorzy listów traktują życiowe przeżycia jako fundament rozwoju osobistego i tożsamościowego. Ich wypowiedzi wskazują na głęboko uwewnętrznione przekonanie, że trudne momenty mają wartość formacyjną i stanowią nieodłączny element procesu dorastania, dojrzewania, a z czasem osiągania mądrości życiowej:

Wszystko, co Ci się przytrafi, jest lekcją. Każda przykreść, zawód, koniec świata – wyjdzie Ci na dobre. (Katarzyna, 67 lat)

W tej wypowiedzi pojawia się kluczowy motyw redefinicji porażki. Przeżycia negatywne nie są tu końcem, ale impulsem do przewartościowania, zatrzymania się i wyciągnięcia wniosków. Tego typu perspektywa wpisuje się w paradygmat uczenia się przez doświadczenie, w którym błędy i kryzysy stanowią integralny, a często wręcz niezbędny element procesu kształtowania tożsamości i samorozwoju. Koncepcja uczenia się przez doświadczenie (*Experiential Learning*) została opracowana przez Davida A. Kolba (1984).

4.2. Refleksja nad życiem

Opisując doświadczenia na łamach listu, narratorzy samoistnie podjęli refleksję na temat życia. Z perspektywy lat badani chętnie podejmują próbę podsumowania swojego życia, często z nutą nostalgii, ale również z wdzięcznością:

Zrobiłaś karierę naukową, wykorzystując swoje zasoby inteligencji i pracowitości. (Elżbieta, 78 lat)

Przytoczone słowa ujawniają nie tylko poczucie sprawczości i dumy autorki, ale także świadomość, że sukces był efektem własnych decyzji oraz konsekwencji w działaniu.

Z kolei cytaty: *Nie bój się życia, bo ono jest piękne!* (Krystyna, 68 lat) wskazuje na istotną zmianę perspektywy. Młodość nierzadko bywa okresem niepewności, lęku przed porażką oraz obaw dotyczących przyszłości. Seniorzy, patrząc wstecz, często zauważają, że wiele z tych obaw okazało się nieuzasadnionych. Doświadczenie, które nabywali z czasem, pozwala im spojrzeć na życie jako na zjawisko złożone, a zarazem warte przeżycia – niezależnie od własnych wzlotów i upadków.

5. Wspomnienia z dzieciństwa

W analizowanych listach do młodszego siebie istotną rolę odgrywają wspomnienia z dzieciństwa. Z perspektywy osób dojrzałych okres ten ukazywany jest jako czas harmonii, więzi rodzinnych i znaczących doświadczeń. Jak zauważają Patrick Cappeliez i Nina O'Rourke (2006), pozytywne reminiscencje z okresu dzieciństwa mogą wzmacniać dobrostan psychiczny jednostki.

Jedna z uczestniczek badania napisała:

Wakacje letnie i zimowe oraz Święta spędzałaś z rodzicami i Basią w Tatrach, u górala lub w schroniskach [...]. Zjeżdżałaś z ojcem z Kasprowego Wierchu i spałaś na podłodze w schronisku na Hali Gąsienicowej. (Elżbieta, 78 lat)

Wspomnienia te cechuje ciepło, emocjonalność oraz poczucie rodzinnej wspólnoty, traktowanej jako zasób.

W podobnym tonie inna uczestniczka badania, wracając we wspomnieniach do okresu dzieciństwa w rodzinie wielodzietnej, zauważyła:

To już minęło prawie pięćdziesiąt lat, często wracam myślami, bo był to fajny czas dla mnie – dużo przyjaźni, ciepła ogniska domowego. (Karolina, 69 lat)

Pozytywna ocena przeszłości nie zawsze wynika z jej materialnych aspektów, lecz raczej ze znaczenia przypisywanego relacjom, bliskości i jedności rodziny.

6. Wspomnienia początków dorosłości

Zgodnie z obowiązującym w Polsce porządkiem prawnym osoba fizyczna uzyskuje pełną zdolność do czynności prawnych z chwilą osiągnięcia pełnoletności, tj. z dniem ukończenia 18. roku życia (Kodeks cywilny, 1964, art. 11). Pełna zdolność do czynności prawnych stanowi podstawowy warunek autonomii jednostki w obrocie cywilnoprawnym.

Osiemnaste urodziny są postrzegane przez uczestników badania jako moment wyjątkowy, o charakterze liminalnym, wyznaczający symboliczny próg dorosłości. W badanych narracjach wielokrotnie podkreślano doniosłość tego etapu życia:

To właśnie dziś jest ten wyjątkowy symboliczny moment – krok w dorosłość. Rozpoczynasz nowy etap życia. (Klara, 62 lata)

Moment ten często związany jest z zakończeniem edukacji średniej i uzyskaniem świadectwa maturalnego, nierzadko towarzyszy temu również wyprowadzka z domu rodzinnego. Zmiany te potęgują poczucie przejścia do nowej fazy życia i wiążą się z koniecznością podejmowania pierwszych samodzielnych decyzji. Wejściu w dorosłość towarzyszy szerokie spektrum emocji – od ekscytacji i nadziei po lęk i niepewność. Jak zauważyła jedna z narratorek:

Masz zapewne głowę pełną planów i marzeń, ale także niepokoju i niepewności, jak sobie poradzisz sama w obcym mieście... (Antonina, 70 lat)

W wielu wypowiedziach dorosłość bywa utożsamiana z koniecznością samodzielności, zaradności życiowej oraz odpowiedzialności za podejmowane decyzje:

Kiedy wkraczasz w dorosłość, musisz nauczyć się być zaradną i samodzielną. (Anna, 60 lat)

Z prawami wiąże się też cała masa obowiązków! (Mieczysław, 83 lata)

Nowo nabyta wolność interpretowana jest nie tylko jako przywilej, ale również jako źródło obciążenia psychicznego, wynikającego z odpowiedzialności oraz ze świadomości możliwych konsekwencji podejmowanych wyborów życiowych.

Niektórzy uczestnicy badania wskazują, że osiągnięcie dorosłości nie następuje w sposób natychmiastowy. Ich wypowiedzi podkreślają procesualny charakter tego etapu życia:

Wchodzisz w dorosłość, ale nigdy nie staniesz się w pełni dorosły. Zawsze będzie ci się wydawało, że inni są bardziej doświadczeni... (Cezary, 76 lat)

Refleksja ta sugeruje, że dorosłość nie jest stanem jednorazowym, lecz dynamicznym i długotrwałym procesem rozwoju tożsamości, kompetencji oraz ról społecznych.

Ogólnopolskie badanie przeprowadzone wśród młodych Polaków w wieku 18–29 lat, zrealizowane przez Dorotę Wiszejko-Wierzbicką i Agnieszkę Kwiatkowską z Uniwersytetu SWPS w 2018 roku, miało na celu zbadanie definicji dorosłości oraz znaczenia podstawowych potrzeb psychicznych (relacji, kompetencji, autonomii) w świetle teorii autodeterminacji Edwarda L. Deciego i Richarda M. Ryana. Badanie ujawniło, że współczesny proces wchodzenia w dorosłość ma charakter zróżnicowany i hybrydowy, odbiegający od tradycyjnych modeli o jednolitym przebiegu. Młodzi ludzie w coraz mniejszym stopniu utożsamiają dorosłość z klasycznymi „markerami” społecznymi, takimi jak zawarcie związku małżeńskiego, posiadanie dzieci oraz ekonomiczne usamodzielnienie. W zamian akcentują wewnętrzne poczucie gotowości, rozwój osobistych kompetencji, zwłaszcza zawodowych, a także autonomię i refleksyjność w podejmowaniu ról dorosłych (Wiszejko-Wierzbicka & Kwiatkowska, 2018).

Przywołane wypowiedzi narratorów unaocniają, że moment wejścia w dorosłość, choć często symbolicznie lokalizowany wokół osiemnastych urodzin, nie jest przeżyciem jednorazowym ani uniwersalnym. Narracje uczestników badania ukazują ten etap raczej jako złożony – procesualny wymiar egzystencji, którego granice są płynne i subiektywne. Wspólnym motywem badanych opowieści jest ambiwalencja emocjonalna: entuzjazm i nadzieja współlistnieją z lękiem, niepewnością oraz poczuciem braku przygotowania. Osiągnięcie pełnoletności oznacza nie tylko rozszerzenie zakresu wolności i praw obywatelskich, lecz także wprowadzenie jednostki w nową przestrzeń odpowiedzialności, często związaną z opuszczeniem dotychczasowego środowiska, podjęciem pracy lub studiami.

6.1. Akceptacja trudnych doświadczeń z młodości z perspektywy czasu

W listach kierowanych do siebie uczestnicy badania ujawniają głęboko przemyślane i emocjonalnie dojrzałe spojrzenie na przeszłość. Szczególne miejsce w tych narracjach zajmują bolesne doświadczenia, które po latach nabierają nowego sensu. Ich interpretacja staje się możliwa dzięki dystansowi czasowemu oraz integracji tych przeżyć z własną biografią.

Wyraźnie widoczne są narracje oparte na rezyliencji – zdolności jednostki do adaptacji mimo przeciwności. Trudności nie są tu przemilczane ani bagatelizowane, lecz włączane do procesu dojrzewania i budowania tożsamości.

Postawę taką prezentuje Dorota (60 lat): *To wszystko ma teraz dla mnie większe znaczenie. To przypomina mi, że życie jest piękne, nawet gdy jest trudne.* Jej wypowiedź pokazuje, że negatywne doświadczenia, o ile zostaną przepracowane i osadzone w kontekście biograficznym, mogą stać się fundamentem życiowej mądrości.

W interpretowanych listach ujawnia się podejście, które można określić mianem rekonstrukcji sensu. Zjawisko to odzwierciedla proces ponownej interpretacji własnej biografii z perspektywy czasu, służący nie tylko zrozumieniu przeszłych wydarzeń, lecz również ich włączeniu w spójną narrację autobiograficzną. W literaturze psychologicznej proces ten określany jest mianem konstruowania tożsamości narracyjnej, ang. *narrative identity* (McAdams & McLean, 2013). Jak wskazują autorzy, narracyjna tożsamość umożliwia osobie nie tylko integrację przeszłości z teraźniejszością, lecz także nadawanie znaczenia przełomowym doświadczeniom życiowym poprzez ich interpretację w kategoriach rozwoju, wartości oraz ciągłości własnego „ja”.

7. Budowanie i doświadczanie relacji

7.1. Bliskie relacje z innymi

Relacje międzyludzkie, będące fundamentem ludzkiego funkcjonowania zarówno w wymiarze psychologicznym, społecznym, jak i egzystencjalnym, kształtują tożsamość, poczucie bezpieczeństwa oraz system wartości człowieka. W wypowiedziach uczestników badania znaczenie relacji w życiu człowieka jawi się jako jedna z istotnych wartości, stanowiąc źródło wsparcia, sensu i głębokiego spełnienia. Badane osoby wskazywały, że miłość, przyjaźń i rodzina to nie luksus, lecz fundament życia:

Rodzina i przyjaciele to skarb. (Dorota, 60 lat)

Bliskość innych daje poczucie bezpieczeństwa, stanowi motywację do działania i łagodzi poczucie osamotnienia:

Z Tobą rozmawiałam niedawno, kiedy życie zakreśliło okrąg i znów jestem sama. (Joanna, 64 lata)

Pomimo doświadczanych strat i zmian relacje – w ocenie narratorów – mogą być źródłem siły i poczucia sensu istnienia. Wypowiedzi uczestników badania pokazują także, że wymagają one zaangażowania i kompromisów, jednak podejmowany wysiłek ma sens:

Nie bój się kompromisów z tymi, których kochasz. Razem można więcej! (Emilia, 68 lat)

W listach pojawia się także przekaz nakłaniający do pielęgnowania relacji. Jak napisała jedna z narratorek:

Dawniej było biednie i ciężko, ale ludzie się szanowali. Teraz łatwiej się żyje, ale ludzie się nie szanują. (Karolina, 69 lat)

Relacje to coś więcej niż tylko obecność innych osób w naszym życiu. To sieć emocjonalnych powiązań, które – jeśli są pielęgnowane – mogą nas wspierać w najtrudniejszych momentach, nadawać życiu sens i pozostawić po nas trwałe ślady. Jak podsumował uczestnik badania z województwa warmińsko-mazurskiego (60 lat):

Bogactwo to nie tylko stan konta, ale relacje z ludźmi, doświadczenia i wspomnienia, które zbierasz.

7.2. Relacje rodzinne

W analizowanych narracjach wskazywano na relacje rodzinne, ujmowane jako przestrzeń wsparcia, pomocy i miłości, lecz także jako źródło presji, zmęczenia czy nierównomiernego układu obowiązków.

Rodzina, będąca fundamentem życia, kształtuje system norm moralnych i wartości. Jak napisał Józef (70 lat), to matka, pomimo trudów samotnego macierzyństwa, swoją postawą wskazywała mu, że: *Nie ma nic ważniejszego niż dom, wsparcie najbliższych*. Podobnie Miłoslawa (70 lat) wyraziła dumę z tego, że realizuje w swoim życiu wartości przekazane przez jej rodziców, a także stosuje je w relacjach z własnymi dziećmi i wnukami: *Jestem bardzo szczęśliwą babcią i to uważam za swój sukces. Na pewno wartości, które przekazali mi rodzice, wykorzystuję do dziś i przekazuję je swoim dzieciom*. Uwidacznia się tu transmisja międzypokoleniowa, opisywana w literaturze przedmiotu jako ważny mechanizm kształtowania tożsamości rodzinnej (Bengtson, 2001).

W listach relacje ukazywane są także jako przestrzeń presji i napięć. W wypowiedziach badanych osób widoczne są przemyślenia związane z poczuciem zmęczenia, niedostateczną równowagą między pracą a obowiązkami domowymi oraz obciążeniem związanym z pełnieniem ról rodzicielskich. Marta (61 lat) wskazuje, że: *Nadmiar przyjętych do realizacji obowiązków rodzinnych stał się przyczyną izolacji społecznej*.

Analizowane narracje mają charakter introspekcyjny – wypowiedzi ukazują zmienność i dynamikę życia oraz świadomość, widoczną z perspektywy lat, możliwości dokonywania innych wyborów i przyjmowania odmiennych postaw, ukierunkowanych na dbałość zarówno o relacje, jak i o siebie. Barbara (68 lat) napisała: *Miej czas dla siebie i bliskich. Dbaj o siebie i odpoczywaj, bo to Ci się po*

prostu należy. Podejście to wpisuje się w koncepcję *self-care* w kontekście pełnionych ról rodzinnych oraz utrzymania stanu równowagi między sferą prywatną a zawodową.

Podsumowując, relacje rodzinne opisywane są jako złożone, dynamiczne oraz mocno osadzone w kontekście biograficznym jednostki. Rodzina, w której jednostka funkcjonuje przez całe życie, stanowi system emocjonalny i społeczny, w którym widoczne są potrzeby przynależności, lecz także trud związany z ogromem oczekiwań oraz brakiem równości ról (Minuchin, 1974).

7.3. Toksyczne relacje

W listach wyłania się także wątek relacji toksycznych, które w znaczący sposób warunkowały przebieg życia piszących.

Wypowiedź: *Unikaj toksycznych związków i relacji – to wyniszcza, dołuje i powoduje depresję* (Marta, 61 lat) stanowi wyraz autorefleksji oraz świadomości doświadczonych strat emocjonalnych. Jest ona komunikatem do młodszego siebie wzywającym do zachowania większej czujności wobec innych osób oraz ostrożności w relacjach międzyludzkich, których toksyczny wymiar może prowadzić do cierpienia lub utraty poczucia własnej wartości.

Z perspektywy narratorów relacje nie zawsze cechuje autentyczność i prawdziwość, a ich istotnym aspektem jest umiejętność rozróżniania rzeczywistej troski i wsparcia od pozornego zaangażowania w relację.

8. Deficyty i trudności

Jeffrey Jensen Arnett (2000) wprowadził koncepcję wyłaniającej się dorosłości (*emerging adulthood*), rozumianej jako etap przejściowy między adolescencją a dorosłością, obejmujący osoby w wieku 18–29 lat. Okres ten charakteryzuje się intensywną eksploracją tożsamości, eksperymentowaniem z rolami społecznymi, brakiem trwałych zobowiązań oraz dużą elastycznością w kształtowaniu przyszłości. Początkowo bywa postrzegany jako czas wolności i możliwości, jednak szybko ujawnia się jego ambiwalentny charakter – pełen decyzji, kryzysów i niepewności. W tym procesie tożsamość konstruowana jest poprzez działanie i wybory (Bauman, 1993), a nieuchronnym etapem staje się kryzys rozwojowy (Erikson, 2004), który – przeżyty świadomie – sprzyja budowaniu odporności psychicznej oraz poczuciu własnej wartości (Witkowski, 2009).

Jednak już po początkowym entuzjazmie młodzi dorośli zaczynają dostrzegać, że wyłaniająca się dorosłość to również okres trudnych decyzji i niepewności. Jak zauważyła Bronisława (60 lat): *W trakcie tej podróży możesz napotkać trudne decyzje i momenty niepewności*. Dorota (60 lat) trafnie podkreśliła, że: *Może*

skończyć się nie tylko szczęśliwie, lecz przed nami długa droga, dodając jednak z nadzieją: Wszystko zajmuje teraz więcej czasu, wszystko jest trudniejsze. Ale to nie znaczy, że nie dojdę do celu.

Ewa (72 lata) wspominała: *Jako młoda osoba zawsze byłam pod wpływem innych. Rodzice byli surowi i zawsze chcieli, żebym była najlepsza, a mnie to nie wychodziło i miałam straszne kompleksy. Wczesna dorosłość wiąże się z dążeniem do niezależności, uniezależnienia od wpływu rodziców oraz kształtowania własnych celów życiowych, dotyczących edukacji, kariery oraz życia rodzinnego (Dubas, 2009, p. 120).*

Dane z badań regionalnych (Suchodolska, 2016) potwierdzają, że większość studentów doświadcza kryzysów związanych z planowaniem przyszłości, edukacją oraz relacjami. Refleksje osób starszych ukazują, że wczesna dorosłość często wiązała się z presją rodziny, trudnościami w budowaniu niezależności oraz poczuciem niespełnienia. Motyw niezrealizowanych aspiracji zawodowych i edukacyjnych pojawia się również w badaniach nad żalem życiowym. Jak wskazują Oren Davidai i Thomas Gilovich (2018), długoterminowy żal częściej wynika z rozbieżności między „ja realnym” a „ja idealnym” niż z niespełnienia obowiązków. Teresa (76 lat) wyznała: *Żałowałam tylko, że nie obrałam sobie mojego drugiego zawodu – medycyny. Chwilę później, w tonie refleksyjnym, dodała: Dużo osiągnęłam w życiu, jak na moje ówczesne warunki. Nie chciałabym wracać do przeszłości i od nowa borykać się z trudnościami.* Podobne refleksje pojawiają się w wypowiedzi Karoliny (69 lat): *Ukończyłabym studia, zrobiłabym prawo jazdy – tego mi bardzo brakuje w codziennym funkcjonowaniu.*

Żal z powodu niespełnionych aspiracji zawodowych i edukacyjnych może negatywnie oddziaływać na życie, zwłaszcza u osób starszych. Teresa (76 lat) pisała: *Patrząc z perspektywy czasu, obrałabym kierunek medyczny. Mogłabym pomagać ludziom i cieszyć się ze swoich osiągnięć [...]. Do dziś zbieram materiały i pogłębiałam wiedzę medyczną.*

Doświadczenia życiowe mogą niekiedy przyćmić poczucie sukcesu. Pani Jadwiga (62 lata) zauważyła: *Mimo że było wiele trudnych chwil i wyzwania do pokonania, były również sukcesy, które (niestety) nie zawsze doceniałam.*

Narracje osób starszych wskazują, że mimo licznych sukcesów poczucie niespełnienia bywa trwałe, szczególnie w obszarze edukacji i kariery. Równocześnie pojawiają się doświadczenia graniczne – cierpienia, utraty i walki, które Karl Jaspers (1990, 1998) opisywał jako fundamentalne dla kształtowania tożsamości. (1998, pp. 13–15). Rozpoznanie te znajdują odzwierciedlenie w wypowiedzi Doroty (60 lat): *Wypadek, który przeżyłam, to nie żart. Choć czasem czuję się zagubiona, to jednak jestem tu i walczę każdego dnia.*

Szczególnie wymagającym doświadczeniem staje się konfrontacja z cierpieniem osób bliskich. Czesława Piecuch (2011) zauważa, że cierpienie i śmierć ujawniają nieuchronność losu i mogą prowadzić do ucieczki – aktywnej lub biernej (2011, pp. 157–158). Andrzej (60 lat) napisał: *W wypadku, który nas spotkał, to ona ucierpiała najbardziej. To nauczyło mnie, jak kruche jest życie i jak ważne jest, aby pokazywać miłość każdego dnia*. Regina (65 lat) dodała: *Będziesz widzieć ból i cierpienie swojego jedyne go syna. A wszystko przez uzależnienie. To wywróciło moje życie do góry nogami. Pozostaje tylko ból i cierpienie*.

9. Samoakceptacja

Listy do samego siebie ujawniają złożony proces samoakceptacji, który w dużej mierze wynika z retrospektywnej oceny własnego życia. Analiza treści pozwala dostrzec momenty dumy, pojednania, zrozumienia oraz miłości do samego siebie.

Okres środkowej dorosłości stanowi etap, w którym osoby badane dokonują retrospektywnej oceny życia, czemu towarzyszą refleksyjność i koncentracja na wewnętrznym świecie przeżyć. Czas ten może przynieść tzw. kryzys wieku średniego, przejawiający się radykalnymi decyzjami, zmianą stylu życia oraz kwestionowaniem dotychczasowych wyborów. Impuls do tych zmian może stanowić doświadczenie upływu czasu oraz świadomość przeżycia „połowy życia” (Olejnik, 2011, p. 317).

Wielu autorów listów odnosi się do własnej przeszłości z uznaniem i wdzięcznością, podkreślając osobisty rozwój oraz osiągnięcia, które udało się im zrealizować mimo przeciwności. Elżbieta (78 lat) napisała: *Sama nie zaniedbałaś się: stworzyłaś dobry i spokojny dom, wychowałaś i wykształciłaś Michała. Zrobiłaś karierę naukową, wykorzystując swoje zasoby inteligencji i pracowitości*. Podobnie brzmi refleksja Józefa (70 lat): *Przeżyłem swoje dotychczasowe życie naprawdę cudośnie i niczego nie żałuję*, która może świadczyć o osiągnięciu egzystencjalnej równowagi i pełnej akceptacji własnych decyzji.

Uczucia dumy i uznania dla siebie pojawiają się często jako rezultat wewnętrznej przemiany i świadomości, że wartość rozwojową miały nie tylko sukcesy, ale i porażki. Krystyna (68 lat) stwierdziła z przekonaniem: *Ja już wiem, że mimo różnych przeciwności losu będziesz podejmować dobre decyzje, choć czasem trudne, ale będziesz z siebie zadowolona i dumna!* W wypowiedziach uczestników badania jako warunek dojrzałości i równowagi ujawnia się samoakceptacja. Jadwiga (62 lata) napisała: *Pamiętaj, że najważniejsza miłość, jaka pojawi się w Twoim życiu, to ta sama do siebie*.

Bilans życia, także zawierający elementy samokrytyki, prowadzi do pojednania z przeszłością: *Pewnie, że na drodze życia podejmowałem czasami złe decyzje, ale [...] nigdy nie godziły one w dobro innych* (Maciej, 70 lat). Widoczna w wypowiedzi

mężczyzny dojrzałość emocjonalna oraz zdolność do samowybaczania wskazują na to, że autorzy listów potrafią zaakceptować własne wybory i ich konsekwencje.

Często ich wypowiedzi nacechowane są życzliwością, ciepłem i szacunkiem. Pojawiają się też formy niedokonane, wskazujące na trwający proces uczenia się: *Dopiero na starsze lata uwierzyłam w siebie i w to, że coś potrafię i sama decyduję o sobie, nie słuchając innych* – przyznała Ewa (72 lata). Wiara w siebie opiera się również na zaufaniu do własnego rozsądku, doświadczenia i intuicji. Helena (76 lat) napisała: *Masz prawo do popełniania błędów i szukania własnej drogi!* Błędy nie są tu utożsamiane z porażką, lecz postrzegane jako element rozwoju: *Nawet jeśli popełnisz błędy, to będą Twoje błędy – i wiele Cię nauczą* (Ewa, 72 lata). *Każda trudność to lekcja. Nie unikaj problemów, lecz stawiaj im czoła z odwagą* – odpowiedziała Marta (61 lat).

Proces refleksji nad własną biografią, traktowany jako forma uczenia się, znajduje także potwierdzenie w badaniach Karoliny Sygulskiej (2021, p. 184), w których seniorzy podkreślają znaczenie samooceny i szacunku do siebie, a także praca do popełniania błędów, czasu wolnego czasu oraz własnego rozwoju.

W listach ujawnia się również zasada życia w zgodzie ze sobą – wyrażona w wypowiedzi respondentki Antoniny (70 lat) w następujący sposób: *Kieruj się w wyborach własną intuicją, sercem, zdrowym rozsądkiem i zasadami wyniesionymi z domu rodzinnego*. Inna uczestniczka badania podsumowała: *Na końcu wszyscy będziemy sami – i najistotniejsze jest, aby żyć w zgodzie ze sobą*. Jak zauważa Renata Konieczna-Woźniak (2015), życie zgodne z własnym sumieniem stanowi jeden z warunków udanej starości (2015, p. 61).

Choć bilans życia bywa niejednoznaczny, większość narratorów dokonuje pozytywnej oceny swojego życia. Jak podkreślają Fabiś i Sygulska, retrospektywny przegląd życia nie jest zarezerwowany wyłącznie dla osób starszych – ma miejsce w różnych momentach życia, zwłaszcza po wydarzeniach granicznych (Fabiś, 2018, p. 278; Fabiś i Sygulska, 2020, p. 68).

10. Bilans egzystencjalny

Z perspektywy psychologicznej list do młodszego siebie pełni funkcję bilansu życia, o którym pisał Erik H. Erikson (2004) w swojej teorii rozwoju psychospołecznego. W okresie późnej dorosłości człowiek konfrontuje się z własnymi wyborami, sukcesami i porażkami, a refleksja nad nimi sprzyja osiągnięciu wyższego poziomu egzystencjalnej dojrzałości. Pisanie listu w takiej formie może więc odgrywać rolę narzędzia autoterapii narracyjnej, gdyż umożliwia przepracowanie dawnych błędów, pogodzenie się z nimi oraz sformułowanie uniwersalnych rad i wskazówek, które stanowią kwintesencję zdobytej mądrości życiowej. Narratorzy podejmują rozrachunek ze sobą, dostrzegając, jak wiele zmieniło się w ich życiu:

Tyle się działo... Tyle dni, tyle lat, dziesiątków lat... U schyłku życia niejednokrotnie robiłam osobisty rozrachunek. (Joanna, 64 lata)

Podczas konfrontacji ze sobą autorzy listów wyciągają wiele wniosków na temat swojego życia. Jedna z narratorek wskazała na istotną zmianę w swoim podejściu do życia oraz sposobie postrzegania świata, który na przestrzeni lat uległ licznym przemianom. Można powiedzieć, że poniższy cytat ilustruje dialektykę tożsamości w czasie – człowiek pozostaje sobą, a zarazem staje się kimś innym:

Tyle mamy wspólnego, a jeszcze więcej nas różni. Wszak byłam barwną żółną na drzewie życia, czarnym krukiem o zachodzie dnia. Przeplatającymi się ze sobą na przemian plażą i morzem. Motylem lecącym do słońca i ćmą płonącą nad świecą. (Joanna, 64 lata)

Inna osoba krótkim, ale znaczącym cytatem podkreśliła wartość pogodzenia się z przeszłością:

Ja już nie wrócę. (Witold, 67 lat)

Powyższe słowa w kontekście bilansu życiowego można odczytać jako refleksję nad nieodwracalnością czasu oraz świadomością, że minione doświadczenia, młodość czy dawne wybory nie mogą zostać powtórzone ani zmienione. Z jednej strony ujawniają one nostalgię i żal – człowiek uświadamia sobie, że pewne chwile są na zawsze utracone, a przeszłość istnieje tylko w pamięci. Z drugiej strony można je interpretować jako akceptację tego, że życie ma swoją dynamikę, a upływ czasu jest naturalnym procesem. Podobne emocje wyraża również szczególnie znamienity cytat:

I po co Ci to było? (Henryk, 60 lat)

To retrospektywne pytanie narratora, który patrzy na siebie z perspektywy czasu, ujawnia głos dojrzałego „ja”, rozliczającego się z własną przeszłością. Nie sposób jednoznacznie stwierdzić, czy narrator żałuje swoich decyzji, jednak pytanie stanowi dowód wysokiego poziomu świadomości, akceptacji własnego życia oraz dojrzałości refleksyjnej.

11. Życiowe rady

Integralnym elementem bilansu życiowego pozostają sentencje oraz egzystencjalne refleksje, które w listach pełnią funkcję swoistego podsumowania dotychczasowej drogi narratorów. Formułowane przez nich rady mają szczególną wartość, ponieważ adresowane są do własnego „ja” sprzed lat i tym samym stanowią

rezultat autorefleksji dokonanej z perspektywy czasu. Jak podkreśliła jedna z narratorek, warto skupić się na życiu tu i teraz, nie podporządkowując całego życia rozwojowi zawodowemu i dążeniu do kariery:

Nie goń za blichтром i tanią popularnością. (Helena, 76 lat)

W zwierzeniach często pojawia się rada, aby kierować się akceptacją siebie, oraz nie zapominać o tym, kim się jest, dążyć do realizacji wyznaczonych celów oraz nie porównywać się z innymi:

Nie zapominaj jednak o tym, kim jesteś i jakie są Twoje wartości. (Bronisława, 60 lat)

Nie porównuj się do innych. Każdy ma swoją drogę, swoje wyzwania. Nie patrz na to, co inni osiągnęli w twoim wieku. (Dorota, 60 lat)

Narratorzy wielokrotnie kierują do samych siebie przesłanie nadziei, przypominając, że każdego dnia można rozpocząć wszystko od nowa. Poniższy cytat ukazuje, że każdy dzień to szansa, którą można wykorzystać do naprawy swojego życia lub jego zmiany:

Każdy dzień to nowa szansa, nowy początek. (Dorota, 60 lat)

Oprócz wzmacniania nadziei, narratorzy zachęcają do odważnego życia i otwartości na innych – nawet jeśli mają odmienne poglądy. Postawa ta pozwala gromadzić wspomnienia i wartościowe przeżycia, które można przekazywać z pokolenia na pokolenie:

Słuchaj i rozmawiaj z różnymi ludźmi – nawet jeżeli ich poglądy cię wkurzają. Twój dziadek Edward powtarzał: „Żyj tak, żebyś miała co opowiadać wnukom”. (Irena, 65 lat)

Powyższe rady stanowią ponadczasową lekcję, którą narratorzy przekazują samym sobie z perspektywy przeszłości. Ich myśli to uniwersalne drogowskazy, które ukazują, co w życiu jest najważniejsze.

Podsumowanie

Szczegółowa analiza zebranego materiału badawczego pozwala dostrzec u autorów tendencję do pozytywnej oceny własnego życia, umiejętność zdystansowania się wobec przeżytych doświadczeń oraz czerpania z nich.

Przygotowane w toku badania listy do młodszego siebie umożliwiły narratorom nawiązanie dialogu z własnym, młodszym „ja”. Patrząc wstecz, badani

chętnie podejmowali próbę podsumowania swojego życia. W analizowanych listach do młodszego siebie znaczącą rolę odgrywały wspomnienia z dzieciństwa i z początków dorosłości. Problematyka wspomnień autobiograficznych była podejmowana przez szerokie grono badaczy. Przeglądu w tym obszarze dokonali m.in. Peggy L. St. Jacques i Brian Levine, odnosząc się do emocjonalnego charakteru wspomnień (2007). Widoczna perspektywa czasu umożliwiła narratorom akceptację trudnych doświadczeń z młodości. Na łamach listów narratorzy podejmowali swego rodzaju rozrachunek z przeszłością, który ostatecznie doprowadził ich do akceptacji błędów oraz przeprowadzenia życiowego bilansu. Ten odbywa się w wymiarze indywidualnym i nie zawsze musi mieć pozytywny wydźwięk (de Tchorzewski, 2015). Listy ujawniły złożony proces samoakceptacji, wynikający z retrospektywnego bilansu życiowego. Umożliwiły również skonfrontowanie się z własnymi wyborami, sukcesami i porażkami, stanowiąc narzędzie autoterapii narracyjnej.

Pisanie listów do młodszego siebie można traktować jako narzędzie samopoznania i rozwoju osobistego. Dzięki możliwości napisania listu narratorzy uświadomili sobie wagę swoich przeżyć oraz wartość doświadczeń. Wspomnienia zawarte w listach stają się mostem między przeszłością a teraźniejszością, który sprzyja refleksji, a następnie akceptacji własnego życia. Pisanie pozwoliło im także na przeprowadzenie bilansu egzystencjonalnego, a formułowane w trakcie jego tworzenia rady i przestrogi nabierały charakteru swoistego komunikatu adresowanego do szerokiego grona odbiorców. Każdy z listów, niezależnie od długości, wносił do badania istotną wartość poznawczą, a ich zestawienie i dokładna analiza pozwoliły dostrzec spójne, uniwersalne prawdy oraz spostrzeżenia.

Treści poruszane przez autorów listów korespondują z wypowiedziami Polaków po 60. roku życia, którzy w rozmowach prowadzonych przez Katarzynę Bielas odpowiadali na pytanie: „Co powiedziałbyś sobie młodemu?”. Wśród przytaczanych refleksji pojawiają się: dystans do wydarzeń, wolniejsze tempo życia oraz większa niecierpliwość, a także zdolność spokojnego smakowania życia (Bielas, 2016).

Wyniki te pozostają również w zgodzie z ustaleniami Elżbiety Dryll, Anny Cierpki i Urszuli Tokarskiej (2019), które wskazują na znaczenie narracji autobiograficznej w okresie późnej dorosłości. Badaczki, analizując „listy do wnuka”, podkreślają rolę przekazu międzypokoleniowego, w ramach którego osoby starsze porządkują własne doświadczenia, wartości oraz refleksje dotyczące sensu życia, relacji rodzinnych i miłości. Wnioski te pozostają spójne z wynikami niniejszego badania, w ramach którego również zauważono, że autorzy listów wykorzystują narrację jako narzędzie porządkowania i interpretacji własnej biografii.

Bibliografia

- Arnett, J. J. (2000). Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties. *American Psychologist*, 55(5), 469–480. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>
- Bauman, Z. (1993). Ponowoczesne wzory osobowe. *Studia Socjologiczne*, 129(2), 7–31.
- Bengtson, V. L. (2001). Beyond the nuclear family: The increasing importance of multigenerational bonds. *Journal of Marriage and Family*, 63(1), 5–12. <https://doi.org/10.1111/j.1741-3737.2001.00001.x>
- Bielas, K. (2016). *Co byś powiedział sobie młodemu?* Agora SA.
- Cappeliez, P., & O'Rourke, N. (2006). Empirical validation of a model of reminiscence and health in later life. *The Journals of Gerontology: Series B*, 61(4), 237–244. <https://doi.org/10.1093/geronb/61.4.P237>
- Davidai, S., & Gilovich, T. (2018). The ideal road not taken. *Emotion*, 18(3), 439–452. <https://doi.org/10.1037/emo0000326>
- Denzin, N. K., & Lincoln, Y. S. (2009). *Metody badań jakościowych* (T. 2, 725). (K. Podemski i in. tłum.). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Dryll, E., Cierpka, A., & Tokarska, U. (2019). Wartości w okresie późnej dorosłości a mądrość przekazywana w „liście do wnuka”. W M. Kielar-Turska (Red.), *Siła umysłu w starości: starość: jak ją widzi psychologia* (485–511). Wydawnictwo Naukowe Akademii Ignatianum w Krakowie.
- Dubas, E. (2009). Etapy dorosłości i proces kształcenia. W A. Fabiś & B. Cyboran (Red.), *Dorośli w procesie kształcenia* (115–132). Wyższa Szkoła Administracji w Bielsku-Białej.
- Erikson, E. H. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. (M. Żywicki, tłum.). Zysk i S-ka.
- Fabiś, A. (2018). *Troski egzystencjalne w starości*. Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie.
- Fabiś, A. (2026). Listy jako „dokumenty życia” – autorska propozycja metody analizy narracji epistolarnej (MANE) w badaniach andragogicznych. W A. Fabiś & E. Dubas (Red.), *Badania jakościowe w andragogice. Polskie doświadczenia badawcze* (359–380). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Fabiś, A., & Sygulska, K. (2020). Porażki w bilansie życiowym aktywnych edukacyjnie seniorów i seniorów. *Exlibris Social Gerontology Journal*, 19(2), 67–81.
- Jaspers, K. (1998). *Wprowadzenie do filozofii*. (A. Wołkowicz, tłum.). Siedmioróg.
- Jaspers, K. (1990). *Filozofia egzystencji: Wybór pism*. (S. Tyrowicz & D. Lachowska, tłum.). Państwowy Instytut Wydawniczy.
- Kodeks cywilny z dnia 23 kwietnia 1964 r. (Dz.U. 1964 nr 16, poz. 93, z późn. zm.).
- Kolb, D. A. (1984). *Experiential learning: Experience As The Source Of Learning And Development*. Prentice Hall.

- Konieczna-Woźniak, R. (2015). Aktualne/zapomniane tematy gerontologii – mądrość ludzi starszych i jej rola w życiu ludzi młodych. *Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej*, 9(1), 51–64.
- Kubinowski, D. (2010). *Jakościowe badania pedagogiczne. Filozofia, metodyka, ewaluacja*. Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- McAdams, D. P., & McLean, K. C. (2013). Narrative identity. *Current Directions in Psychological Science*, 22(3), 233–238. <https://doi.org/10.1177/0963721413475622>
- Minuchin, S. (1974). *Families and family therapy*. Harvard University Press.
- Olechnik, M. (2011). Średnia dorosłość. Wiek średni. W B. Harwas-Napierała & J. Trempała (Red.). *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka* (t. 2, 317). Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Piecuch, Cz. (2011). *Człowiek metafizyczny*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- St Jacques, P. L., & Levine, B. (2007). Ageing and autobiographical memory for emotional and neutral events. *Memory*, 15(2), 129–144. <https://doi.org/10.1080/09658210601119762>
- Stanley, L. (2004). The epistolarium: On Theorizing Letters and Correspondences. *Auto/Biography*, 12(3), 201–235. <https://doi.org/10.1191/0967550704ab0140a>
- Suchodolska, J. (2016). Młodzież i młodzi dorośli wobec kryzysu indywidualnego – potrzeba wsparcia społecznego w rozwoju psychicznej niezależności (i dojrzałej tożsamości). *Kultura – Społeczeństwo – Edukacja*, 10(2), 231–247. <https://doi.org/10.14746/kse.2016.10.18>
- Sygulska, K. (2021). Nigdy nie jest się za starym na bycie szczęśliwym: Czego życie nauczyło osoby starsze? *Praca Socjalna*, 36(3), 177–198.
- Tchorzewski, A. M. de. (2015). *Starość jako wartość i fenomen pedagogiczny*. Horyzonty Wychowania, 14(32), 17–42.
- Wiszejko-Wierzbicka, D., & Kwiatkowska, A. (2018). Wchodzenie w dorosłość: Ogólnopolskie badanie młodych Polaków w wieku 18–29 lat. *Studia Socjologiczne*, 2(229), 147–176. <https://doi.org/10.24425/122467>
- Witkowski, L. (2009). *Rozwój i tożsamość w cyklu życia: Studium koncepcji Erika H. Eriksona*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Data zgłoszenia: 14.09.2025 • Data akceptacji: 01.12.2025 • Data publikacji: 15.03.2026

Beata Tkacz¹ 

Karolina Ozga² 

Małgorzata Lia Kłębczyk³ 

Intymność i bliskość w późnej dorosłości. Sensy i znaczenia w narracjach osób starszych

Intimacy and closeness in late adulthood: Meanings and significance in the narratives of older adults

Streszczenie:

Celem badania było rozpoznanie sensu, jaki narratorzy nadają swoim doświadczeniom relacji intymnych oraz seksualności w późnej dorosłości. Intymność i seksualność osób starszych pozostają obszarem stosunkowo słabo zbadanym, często obciążonym społecznymi tabu i stereotypami. Pomimo kulturowego postrzegania starości jako okresu aseksualności, badania wskazują, że potrzeba bliskości i intymności utrzymuje się w całym cyklu życia. Zrozumienie, jak osoby starsze interpretują i redefiniują bliskość, pozwala lepiej uchwycić psychospołeczne aspekty starzenia się oraz źródła satysfakcji z relacji. Badanie jakościowe, osadzone w paradygmacie interpretatywnym, przeprowadzono w grupie 11 osób w wieku od 65 do 80 lat z wykorzystaniem triangulacji metod: wywiadu narracyjnego według Fritza Schützego oraz pisemnych wypowiedzi narratorów. Przeprowadzona analiza wykazała, że intymność pozostaje istotnym elementem relacji osób starszych, choć ulega redefinicji – z cielesnej seksualności w kierunku bliskości emocjonalnej, czułości oraz wzajemnej opieki. Intymność

1 Akademia WSB w Dąbrowie Górniczej, beata.tkacz@student.wsb.edu.pl

2 Akademia WSB w Dąbrowie Górniczej, karolina.ozga@student.wsb.edu.pl

3 Akademia WSB w Dąbrowie Górniczej, malgorzata.klebczyk@student.wsb.edu.pl

w późnej dorosłości przejawia się poprzez codzienne rytuały, gesty i współobecność, stając się doświadczeniem wielowymiarowym – emocjonalnym, relacyjnym oraz egzystencjalnym. Intymność i seksualność w późnym wieku nie zanikają, lecz przyjmują nowe formy wyrazu. Mimo barier, takich jak problemy ze zdrowiem, osoby w okresie późnej dorosłości wpisują intymność w cykl życia partnerskiego. Wskazuje to na potrzebę redefinicji seksualności w starości, co może przyczynić się do lepszego dostosowania usług zdrowotnych oraz społecznych do potrzeb tej grupy wiekowej.

Słowa kluczowe:

relacje intymne, seksualność, starość

Abstract:

The aim of the study was to explore how individuals in late adulthood make sense of their experiences of intimate relationships and sexuality. Intimacy and sexuality among older adults remain a relatively underexplored area, often burdened with social taboos and stereotypes. Despite the cultural perception of old age as a period of asexuality, research indicates that the need for closeness and intimacy persists throughout the entire life cycle. Understanding how older individuals interpret and redefine intimacy allows for a deeper grasp of the psychosocial aspects of ageing and the sources of relationship satisfaction. A qualitative study within the interpretative paradigm was conducted among 11 participants aged 65–80, using a triangulation of methods: narrative interviews based on Fritz Schütze's approach and written accounts provided by the narrators. The analysis revealed that intimacy remains an essential component of older adults' relationships, though it undergoes redefinition—from physical sexuality toward emotional closeness, tenderness, and mutual care. In late adulthood, intimacy manifests itself through everyday rituals, gestures, and shared presence, becoming a multidimensional experience—emotional, relational, and existential. Intimacy and sexuality in later life do not disappear but take on new forms of expression. Despite barriers such as health problems, individuals in late adulthood integrate intimacy into the life cycle of partnership. This highlights the need to redefine sexuality in old age, which may contribute to better adaptation of healthcare and social services for this age group.

Keywords:

intimate relationships, sexuality, old age

Wprowadzenie

We współczesnym społeczeństwie, charakteryzującym się dynamicznymi zmianami demograficznymi, obserwuje się znaczący wzrost liczby osób w wieku senioralnym. Według danych Głównego Urzędu Statystycznego w Polsce osoby powyżej 65. roku życia stanowią coraz większą część populacji (GUS, 2024). Z kolei zgodnie z danymi Światowej Organizacji Zdrowia z 2024 roku populacja osób powyżej 60. roku życia ma podwoić się do 2050 roku, osiągając około 2 miliardy ludzi na świecie (WHO, 2024). Wraz z tym trendem rośnie zainteresowanie

jakością życia w późniejszym wieku – w tym aspektem relacji intymnych i seksualności osób starszych.

Niniejszy artykuł skupia się na znaczeniach przypisywanych intymności i bliskości w narracjach osób w okresie starości. Późna dorosłość jest jednym z okresów życia człowieka, potocznie określanym mianem starości. Etap ten bywa również nazywany wiekiem senioralnym, a osoby stare określa się mianem seniorów (Zielazny et al., 2013). Trudno jednoznacznie określić, kiedy zaczyna się starość, ponieważ poszczególne dyscypliny naukowe ujmują to zagadnienie w odmienny sposób. Chociaż w badaniach psychologiczno-medycznych nie zdefiniowano konkretnego wieku rozpoczynającego okres starości, w Polsce bywa ona utożsamiana z wiekiem emerytalnym i spoczynkiem zawodowym. Późna dorosłość jest okresem życia następującym po wieku dojrzałym, czyli po 60. roku życia (Krzyżanowski, 2004; WHO, 2003).

Rozwój człowieka jest pojęciem bardzo złożonym, a podział na etapy życia był dokonywany jeszcze w starożytności. Już Pitagoras wyróżniał cztery stadia życia człowieka, z których ostatnie – starość – przypadało na okres między 60. a 80. rokiem życia. Według Erika Eriksona (1982) człowiek osiąga starość w wieku 65 lat; wówczas, w szerokiej perspektywie, dokonuje moralnej oceny oraz bilansu życia (Gawroński, 2015). Robert Havighurst opisuje późną dorosłość jako okres rozpoczynający się po 60. roku życia, który charakteryzuje się spadkiem sił fizycznych, przystosowaniem do emerytury, pogodzeniem ze śmiercią współmałżonka oraz dostosowaniem do nowych ról społecznych (Havighurst, 1948).

Istnieje wiele prób analizowania i opisywania okresu późnej dorosłości, a w poszczególnych ujęciach można dostrzec pewne rozbieżności. Dla niniejszego artykułu najistotniejsza jest natomiast perspektywa andragogiczna. Zygmunt Wiatrowski (2009) wyróżnia okres dorosłości, a następnie okres starości, który dzieli na trzy etapy: wiek podeszły (60–75 lat), wiek starchy (75–90 lat) oraz wiek sędziwy (90 lat i więcej). Narratorzy biorący udział w tym badaniu należą do grupy wieku podeszłego oraz wieku starczego.

Tradycyjny sposób postrzegania osób starszych często pomija ich potrzeby emocjonalne i seksualne, co prowadzi do marginalizacji tych aspektów zarówno w badaniach naukowych, jak i praktyce klinicznej (Nawrocka, 2013). Jednakże, jak podkreślają współczesne badania, intymność i seksualność pozostają istotnymi elementami dobrostanu psychicznego i fizycznego w starszym wieku. Na przykład badania przeprowadzone przez Stacy Lindau i Natalię Gavrilovą (2010) wykazały, że aktywność seksualna jest silnie powiązana z ogólnym stanem zdrowia oraz satysfakcją z życia osób starszych. W badaniach Bianki Fileborn et al. (2015) autorzy podkreślają, że osoby starsze często doświadczają braku wsparcia ze strony systemu opieki zdrowotnej w obszarze potrzeb seksualnych. Niektóre

osoby utrzymują aktywność seksualną i emocjonalną, podczas gdy inne napotykają bariery, takie jak problemy zdrowotne i cielesne, brak partnera oraz normy społeczne.

W kontekście powyższych obserwacji niniejsze badanie ma na celu rozpoznanie doświadczeń relacji intymnych osób powyżej 65. roku życia, z uwzględnieniem kontekstów wpływających na ich jakość oraz poziom satysfakcji. Poprzez analizę wywiadów jakościowych dążymy do uchwycenia tego, w jaki sposób osoby starsze rozumieją intymność oraz jakie znaczenia nadają jej w życiu codziennym.

Seksualność, o której się nie mówi – spojrzenie teoretyczne na seksualność i relacje intymne w starości

Intymność powinna być rozpatrywana nie tylko jako akt fizyczny, lecz także jako element szerszych procesów tożsamościowych, emocjonalnych i społecznych. Według definicji słownikowej przymiotnik „intymny” oznacza *ściśle osobisty, poufny, sekretny, bliski, zażyły* (Kopaliński, 1989). Natomiast Wielki Słownik Języka Polskiego PAN (2025) definiuje „intymny” jako *erotyczny i związany z życiem seksualnym*, a „intymność” jako *cechę związaną z seksem i erotyką*. Z kolei według słownikowej definicji słowo „relacja” oznacza *stosunek zachodzący między osobami* (Wielki Słownik Języka Polskiego PAN, 2025). Analogicznie relacja intymna oznacza relację seksualną. W literaturze współczesnej wyróżnia się podejście do seksualności i intymności jako zintegrowanej sfery życia, której charakter zmienia się w zależności od wieku. W późnym wieku intymność często koncentruje się na bliskości emocjonalnej, dotyku oraz wspólnie spędzonym czasie, a niekoniecznie na aktywności genitalnej (DeLamater & Koepsel, 2015). Poczucie bliskości z drugim człowiekiem odnosi się do satysfakcji z interakcji z tą osobą oraz odczuwanego komfortu emocjonalnego w jej obecności. Badania wskazują na pewne różnice płciowe w zakresie przeżywania bliskości – kobiety częściej deklarują silniejsze poczucie więzi i większą potrzebę emocjonalnego kontaktu niż mężczyźni (Kuczyńska et al., 2013). Bliskość można więc określić jako poczucie silnego przywiązania emocjonalnego (Wojciszke, 2003). Na jej istnienie składają się elementy takie jak zmniejszanie dystansu między dwiema osobami, troska, współodczuwanie, zaniepokojenie losem ukochanej osoby oraz poczucie odpowiedzialności za nią (Perel, 2023). W literaturze psychologicznej i socjologicznej coraz częściej zwraca się uwagę na złożoność relacji intymnych w późnej dorosłości (Carstensen, 2006; Birnbaum, 2018). Według klasycznej koncepcji miłości (Sternberg, 1986) związek partnerski składa się z trzech komponentów: intymności, namiętności i zaangażowania. W późnej dorosłości proporcje między nimi

ulegają zmianie – namiętność stopniowo traci na znaczeniu, podczas gdy komponenty intymności i zaangażowania nabierają roli dominującej. Podobnie Erikson (1982) wskazywał, że jednym z głównych zadań rozwojowych w starości jest integracja tożsamości oraz utrzymanie więzi poprzez generatywność – rozumianą jako troskę o innych i zdolność do podtrzymywania relacji mimo biologicznych i egzystencjalnych ograniczeń. Podkreśla się również znaczenie redefinicji pojęcia aktywności seksualnej w zgodzie z doświadczeniami osób starszych.

W nowszych badaniach pojawia się również perspektywa dekonstrukcji norm dotyczących seksualności oraz starości. Seksualność w późnej dorosłości bywa silnie normatywizowana – zwłaszcza w odniesieniu do heteronormatywnych i monogamicznych relacji. Autorzy tacy jak Paul Simpson (2021) i Linn Sandberg (2011) wskazują, że ciało osoby starszej jest często wykluczane z kultury seksualnej i erotycznej, co wpływa na sposób, w jaki seniorzy postrzegają własną cielesność i prawo do intymności.

W Polsce również prowadzone są analizy dotyczące seksualności osób starszych. Przykładowo Rafał Gerymski i Katarzyna Skałacka (2018) przeprowadzili badanie eksploracyjne, w którym analizowali, czy intymność, namiętność oraz zobowiązanie kształtują satysfakcję seksualną seniorów. Wyniki wskazują, że te trzy komponenty miłości są istotnie powiązane z satysfakcją seksualną osób starszych. Ponadto badania prowadzone przez Zbigniewa Izdebskiego (2017) pokazują, że połowa badanych w wieku 50–74 lat wykazywała aktywność seksualną w ciągu ostatnich czterech tygodni, a swoją sprawność seksualną oceniała na 68% maksymalnej możliwej oceny. W książce „Zdrowie i seks seniorów” Piotr Błajet (2018) podejmuje próbę integracji cielesności i duchowości w kontekście starzenia się, podkreślając, że seksualność w późnej dorosłości jest nie tylko możliwa, ale także stanowi istotny element zdrowia i rozwoju osobistego. Odrzuca również stereotypy przedstawiające osoby starsze jako aseksualne lub skoncentrowane wyłącznie na leczeniu oraz opiece medycznej. Zamiast tego proponuje spojrzenie na seniorów jako jednostki zdolne do przeżywania intensywnych doświadczeń emocjonalnych i seksualnych. Autor podkreśla, że aktywność fizyczna i seksualna w wieku senioralnym może prowadzić do odkrywania nowych zasobów energii i radości życia, co jest zgodne z jego koncepcją integralnego rozwoju człowieka dorosłego.

Założenia metodologiczne badań własnych

Celem niniejszego badania jest rozpoznanie sensu, jaki narratorzy nadają swoim doświadczeniom relacji intymnych oraz seksualności w późnej dorosłości. Badanie koncentruje się na uchwyceniu subiektywnej perspektywy badanych, czyli sposobu, w jaki interpretują oni bliskość emocjonalną i cielesną, a także

na analizie kontekstów (zdrowotnych, rodzinnych, społeczno-kulturowych), które kształtują i modyfikują te doświadczenia. Szczególnie istotne jest zbadanie, które elementy relacji seniorzy uznają za kluczowe i nadające sens ich życiu codziennemu, a także w jaki sposób redefiniują intymność oraz seksualność w procesie starzenia się. Problemy badawcze w toku badań przybrały formę następujących pytań:

- 1) Jak osoby starsze definiują i przeżywają intymność oraz własne życie seksualne?
- 2) Jakie znaczenie seniorzy przypisują relacjom intymnym oraz seksualności w procesie kształtowania się tożsamości?
- 3) Jak osoby starsze rozumieją bliskość emocjonalną i czułość oraz jakie znaczenie nadają im w relacjach intymnych?
- 4) Jakie znaczenie mają w relacjach intymnych konteksty zdrowotne, rodzinne, emocjonalne oraz społeczno-kulturowe?
- 5) W jaki sposób osoby starsze opisują doświadczenia wzajemnego wsparcia i troski w związkach?
- 6) Jakie znaczenia seniorzy nadają relacjom intymnym w kontekście późnej dorosłości?

Badanie miało charakter jakościowy i zostało przeprowadzone w paradygmacie interpretatywnym, który zakłada, że rzeczywistość społeczna jest konstruowana poprzez doświadczenia oraz subiektywne znaczenia nadawane im przez jednostki (Flick, 2011). Zastosowano metodę wywiadu narracyjnego, która umożliwia badanym swobodne opowiadanie o własnych przeżyciach, dając badaczowi wgląd w strukturę doświadczeń, wartości i tożsamości (Schütze, 2012). Wywiad narracyjny w tym ujęciu rozpoczyna się od tzw. „pytania głównego”, które nie zawiera sugestii interpretacyjnych, lecz zachęca do swobodnego opowiadania. Pytanie to inicjuje wypowiedź, którą badacz następnie pozwala rozwijać bez ingerencji, przyjmując postawę aktywnego słuchacza. Zgodnie z podejściem Fritza Schützego zadaniem badacza jest stworzenie przestrzeni dla pełnej, nieprzerywanej narracji, bez wprowadzania schematu pytań, charakterystycznego dla wywiadów strukturalnych. Dopiero po zakończeniu swobodnej części narracyjnej możliwa jest faza pogłębiania – obejmująca wyjaśnianie wątków oraz doprecyzowywanie kwestii – przy jednoczesnym zachowaniu szacunku dla oryginalnej logiki wypowiedzi narratora (Kaźmierska, 2016). W badaniu zastosowano triangulację badaczek, analizujących materiał empiryczny, oraz triangulację metodologiczną, polegającą na połączeniu wywiadu narracyjnego z pisemnymi wspomnieniami uczestników. Warto podkreślić, że pisemne wypowiedzi zebrano od innych narratorów niż osoby uczestniczące w wywiadach. Rozwiązanie to miało charakter celowy i wynikało ze specyfiki

badanego obszaru. Relacje intymne oraz seksualność osób starszych stanowią temat delikatny i silnie zinternalizowany kulturowo, co rodzi trudności w bezpośrednim, ustnym dzieleniu się doświadczeniami. Dla części potencjalnych narratorów otwarta rozmowa „twarzą w twarz” mogła być emocjonalnie obciążająca lub wywoływać poczucie wstydu. W związku z tym włączenie pisemnych wypowiedzi pozwoliło poszerzyć perspektywę badawczą, dając możliwość wyrażenia tych treści, których uczestnicy nie byli gotowi ujawnić w kontakcie bezpośrednim.

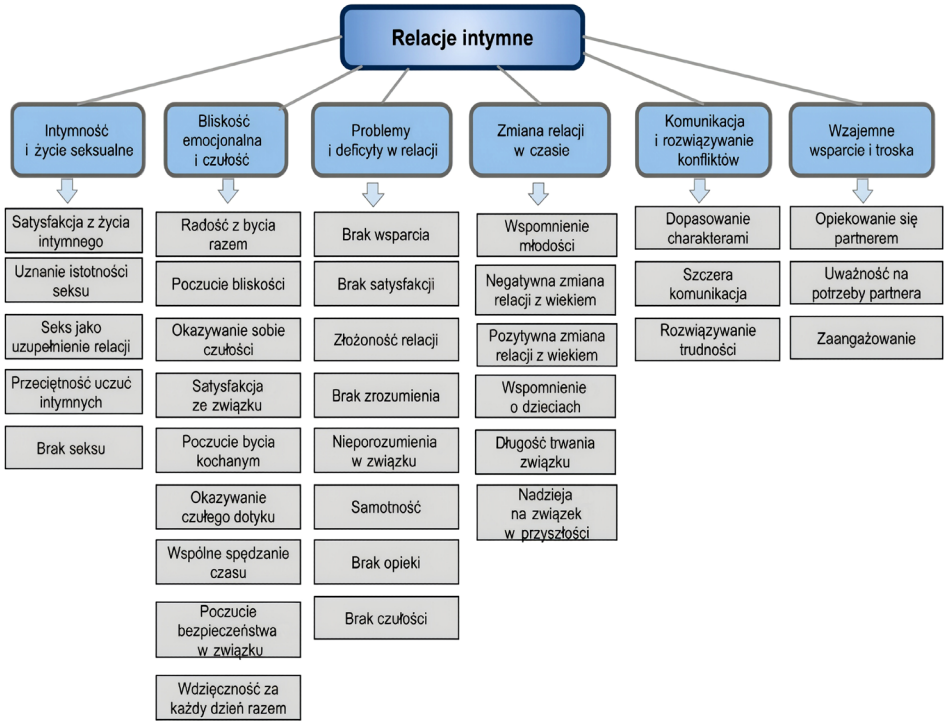
Po zakończeniu zbierania materiału nagrania poddano transkrypcji, a następnie analizie narracyjnej, koncentrującej się na identyfikowaniu i interpretowaniu powtarzających się tematów oraz motywów w opowieściach uczestników badania. Motyw przypisywano do kategorii marginalnej, jeśli występował jedynie sporadycznie w analizowanym materiale empirycznym. Zgodnie z przyjętym podejściem analiza obejmowała zarówno treść opowieści, jak i sposób, w jaki narrator porządkował swoje doświadczenia. Proces analizy przebiegał w kilku etapach. Po dokładnej transkrypcji nagrań przeprowadzono wstępną lekturę tekstów w celu identyfikacji głównych wątków, a następnie dokonano kodowania treści, wyodrębniając tematy dominujące i poboczne. Kolejnym krokiem było formowanie kategorii interpretacyjnych, które łączyły jednostkowe opowieści w spójne obszary analizy, przy zachowaniu świadomości kontekstu indywidualnego oraz społeczno-kulturowego. Pozwoliło to na wyodrębnienie wątków oraz kategorii znaczeniowych, istotnych dla zrozumienia przeżywanego intymności w starszym wieku – w kontekście indywidualnym, relacyjnym i kulturowym. W wyniku analizy materiału empirycznego wyłoniono sześć kategorii tematycznych. Ze względu na objętość artykułu oraz wymogi redakcyjne zdecydowano się poddać pogłębionej analizie trzy spośród nich, związane z intymnością i bliskością w relacji. Pozostałe trzy kategorie mają charakter odmienny od kategorii centralnych. Nie odnoszą się one do typowych doświadczeń bliskościowych, lecz specyficznych trudności, napięć oraz zakłóceń w relacjach. Ze względu na ich odmienną funkcję analityczną oraz konieczność pogłębionej interpretacji, osadzonej w literaturze dotyczącej kryzysów relacyjnych i starzenia się, zostaną one przedstawione w odrębnym opracowaniu. Rozdzielenie materiału pozwala zachować wewnętrzną spójność niniejszego artykułu oraz umożliwia pełniejsze opracowanie kategorii deficytowych w przyszłej publikacji.

Badaniem objęto 11 osób w wieku od 65 do 80 lat. Dobór próby miał charakter celowy i opierał się na dostępności oraz gotowości uczestników do otwartego i szczerzego dzielenia się osobistymi doświadczeniami. Każdy wywiad prowadzono indywidualnie w komfortowym miejscu, z zachowaniem pełnej anonimowości oraz zasad etyki badań społecznych (Flick, 2011). Badanie dotyczyło

obszaru szczególnie delikatnego, jakim są doświadczenia intymne i seksualne osób w późnej dorosłości. Z tego względu kwestie etyczne były traktowane priorytetowo na każdym etapie pracy badawczej. Uczestnicy zostali szczegółowo poinformowani o celu badania, jego zakresie oraz sposobie wykorzystania danych, a następnie wyrazili świadomą i dobrowolną zgodę na udział w nim. Każdy narrator miał prawo do rezygnacji z udziału w badaniu na dowolnym etapie, bez konieczności podawania przyczyn. Transkrypcje oraz zapisy pisemne zanonimizowano, a wszelkie dane umożliwiające identyfikację uczestników usunięto lub zmodyfikowano.

W badaniu przyjęto perspektywę, zgodnie z którą narrator jest nie tylko „dostarczycielem danych”, lecz współtwórcą wiedzy badawczej. Stąd szczególny nacisk położono na dobrowolność, komfort i bezpieczeństwo psychiczne badanych. Świadomość, że rozmowa dotyczy intymnych sfer życia, wiązała się także z koniecznością uważności na emocje uczestników oraz elastycznego dostosowywania przebiegu wywiadu do ich gotowości do ujawniania treści.

Rysunek 1. Hierarchia kategorii głównych i przypisanych im kodów w trakcie autorskiej analizy danych empirycznych



Intymność oraz życie seksualne

Intymność oraz życie seksualne stanowią jedną z głównych kategorii kodów wyłonionych podczas analizy narracji seniorów; kategoria ta obejmuje zarówno intymność cielesną, jak i emocjonalną. Konstrukta ten składa się z pięciu podkategorii kodów i stanowi istotną składową relacji intymnych osób starszych. Porządkując te podkategorie według częstotliwości występowania w analizowanym materiale empirycznym, możemy wymienić: satysfakcję z życia intymnego, uznanie istotności seksu, seks jako uzupełnienie relacji, przeciętność uczuć intymnych oraz brak seksu. Trzy pierwsze podkategorie kodów występowały najczęściej w wypowiedziach seniorów. Z kolei przeciętność uczuć intymnych oraz brak seksu pojawiały się jedynie sporadycznie i miały charakter marginalny. Podział ten był widoczny zarówno w wypowiedziach kobiet, jak i mężczyzn.

Satysfakcja z życia intymnego jest najczęściej pojawiającym się motywem w kategorii intymności i życia seksualnego. Narratorzy akceptują fizyczną intymność jako podstawę szczęśliwego związku. Postrzegają ją również jako element wprowadzający urozmaicenie do relacji. Jak pokazują wyniki przeprowadzonego badania, satysfakcja oraz zadowolenie z życia intymnego odgrywają ważną rolę w związkach romantycznych również w okresie późnej dorosłości. Pan Zygmunt (70 lat) mówi o satysfakcji z życia intymnego: „Życie intymne daje nam satysfakcję i przyjemność; po to jest kobieta i mężczyzna, by swoją miłość przelać również na seks”. Dla osób badanych intymność fizyczna jest wyrażaniem i okazywaniem miłości partnerowi. Pani Alfreda (70 lat) podkreśla natomiast znaczenie intymności emocjonalnej oraz fizycznej, mówiąc, że „miłość i seks trzeba pielęgnować”. Seks stanowi manifestację relacji intymnej i choć badani seniorzy akceptują go jako jedną z form intymności, podkreślają, że relacje tego typu często wykraczają poza samą cielesność. Relacje intymne narratorów nie skupiają się wyłącznie na seksie, lecz również na bliskości emocjonalnej i czułości, wzajemnym wsparciu oraz trosce w szeroko pojętej sferze intymności. Analiza materiału pokazuje, że fizyczna intymność wraz z wiekiem przeradza się głównie w intymność emocjonalną, a percepcja namiętności zmienia się. Intymność u badanych osób jest postrzegana poprzez pryzmat pozytywnych odczuć, wsparcia i bliskości, co potwierdzają wypowiedzi narratorów. Przykładem jest wypowiedź pani Jadwigi, 78 lat: „Intymność potrafi być w trzymaniu się za rękę, w czułych słowach, pocałunkach i spojrzeniach. Jest to bliskość wynikająca z miłości”. Wypowiedzi te potwierdzają wcześniejsze badania w tym obszarze (Ginsberg et al., 2005; DeLamater & Koepsel, 2015) oraz dowodzą, że osoby w okresie późnej dorosłości zastępują seks różnymi formami bliskości i czułości, co zostało również potwierdzone w przeprowadzonej analizie materiału

empirycznego. Poniżej przedstawiono inne wypowiedzi narratorów ilustrujące ich rozumienie intymności oraz satysfakcji z życia intymnego w związku. Pani Barbara (80 lat) mówi: „Mam męża dobrego, wyrozumiałego, delikatnego”. Z kolei pan Antoni (76 lat) podkreśla znaczenie komunikacji w relacji: „Jesteśmy w stanie porozmawiać ze sobą o wszystkim. Potrafimy wspólnie znaleźć rozwiązanie na każdą trudną sytuację. Myślę, że w tej relacji my się po prostu odnaleźliśmy. Nie wstydzimy się rozmawiać o niczym. Jak jest jakiś temat do poruszenia, to sobie rozmawiamy; mówimy, co możemy zmienić, co poprawić. Dużo rozmawiamy – i to jest piękne”.

Kolejnym istotnym motywem, często pojawiającym się w wypowiedziach narratorów, jest uznanie znaczenia seksu. Poza intymnością emocjonalną analiza materiału empirycznego wykazała również obecność intymności fizycznej w relacjach osób starszych. W przeprowadzonych wywiadach z osobami w okresie późnej dorosłości wyraźnie zaznacza się znaczenie zbliżeń cielesnych dla bliskich relacji. Pani Janina (74 lata), uznając istotność seksu, podkreśla, że „życie seksualne nadaje życiu więź – czuję się zdrowsza. Życie seksualne jest na pewno w życiu podstawą do szczęśliwego związku – powiedziałabym nawet, że umacnia małżeństwo, partnerstwo.” Kolejna badana osoba (Antoni, 76 lat) twierdzi, iż „relacje intymne kochających się ludzi są bardzo ważne”. Seniorzy nie tylko podkreślają wagę intymności cielesnej, lecz także wskazują, że bez intymności fizycznej i seksu związek nie byłby ani w pełni funkcjonalny, ani satysfakcjonujący. Pani Barbara (80 lat) opowiada: „Życie intymne ubarwia. W tej chwili życie intymne tak mnie wyluzowuje, sprawia, że czuję się kobieca. To jest miłe, że jeszcze możesz, bo myślałam, że 60-letnie kobiety nie myślą o takim czymś. Mam potrzeby i zaspokajam je w miarę, tak jak potrzebuję”.

Trzecim często występującym motywem w kategorii intymności i życia seksualnego jest seks jako uzupełnienie relacji, rozumiany jako składnik dopełniający związek. Jedna z narratorek, pani Henryka (70 lat), odnosi się do znaczenia seksu jako elementu uzupełniającego w taki sposób: „Seks jest nam potrzebny, ale jest bardziej uzupełnieniem relacji między dwojgiem osób niż wyznacznikiem drogi życiowej. Gdybym w tej chwili miała wybierać, wołałabym taką intymność: bycie razem i takie życie intymne – poczucie, że jesteś razem. Seks to taka wisienka na torcie”. Wypowiedzi te wskazują na rozumienie intymności jako przypieczętowania i urozmaicenia związku romantycznego. Kolejna z narratorek (Barbara, 80 lat) podsumowuje tę dynamikę popularnym przysłowiem: „Nie samym chlebem człowiek żyje”, po czym dodaje: „Mając swoje lata, wiem, że intymność to nie seks, a wsparcie w trudnych chwilach. Seks to dodatek”. W wypowiedziach narratorów widnieje przekonanie, że seks nie jest wyznacznikiem satysfakcjonującej relacji romantycznej, lecz pełni istotną funkcję dopełniającą.

W przeprowadzonym badaniu sporadycznie pojawiają się również motywy przeciętności uczuć intymnych oraz braku seksu. Jedna z narratorek (Helena, 74 lata) wypowiada się na temat trudnych emocji oraz braku akceptacji ciała, zmieniającego się pod wpływem czasu: „W moim wieku nie ma namiętności i szaleństwa. Małe gesty cały czas nas ze sobą łączą, ale seksu już nie ma. Moje ciało się tak zmieniło, że nie mogłabym już tego robić”. Inna narratorka (Irena, 74 lata) mówi natomiast: „W moim związku nie ma już takiej czułości. Tylko codzienne gesty”. Jednak motywy braku życia intymnego w starszym wieku, przeciętności uczuć oraz braku seksu stanowią jedynie kategorię poboczną w naszym badaniu empirycznym, gdyż rzadko pojawiają się w wypowiedziach respondentów i nie określają ogólnego obrazu ich intymności.

Poza intymnością i życiem seksualnym, kolejnymi dwiema głównymi kategoriami kodów, wyłonionymi w toku analizy materiału, są bliskość emocjonalna i czułość oraz wzajemne wsparcie i troska. Kategoria bliskości i czułości jest bezpośrednio powiązana z intymnością, zwłaszcza emocjonalną. Bliskość i czułość stanowią trwałe komponenty relacji romantycznej, wpływający na poczucie intymności. Komfort emocjonalny w kontaktach romantycznych przekłada się zarówno na intensywność namiętności, jak i na satysfakcję z życia seksualnego. Motyw wsparcia i troski, również obecny w wypowiedziach narratorów, jest powiązany z intymnością. Analiza materiału empirycznego pozwala dojść do wniosku, że wsparcie w trudnych sytuacjach (lub jego brak) przekłada się na zadowolenie z relacji, a tym samym na poczucie bliskości i intymności.

Bliskość emocjonalna i czułość

Bliskość emocjonalna oraz czułość stanowią jeden z wymiarów relacji intymnych w późnej dorosłości, które są najsilniej artykułowane w narracjach badanych. Kategoria ta obejmuje zarówno doświadczenia codziennego współbycia, jak i subtelne gesty, które – według narratorów – są podstawowym sposobem wyrażania miłości, przywiązania i partnerskiego bezpieczeństwa. Analiza zebranego materiału empirycznego wskazuje, że dla seniorów to właśnie bliskość emocjonalna, a nie cielesna ekspresja seksualności, staje się kluczowym elementem budującym jakość związku oraz nadającym mu sens.

W ramach kategorii „bliskość emocjonalna i czułość” wyodrębniono dziewięć kodów tematycznych: radość z bycia razem, poczucie bliskości, okazywanie sobie uczuć, okazywanie czułego dotyku, poczucie bycia kochanym, satysfakcję ze związku, a także – rzadziej pojawiające się, lecz istotne interpretacyjnie – wspólne spędzanie czasu, poczucie bezpieczeństwa w związku oraz wdzięczność za każdy dzień razem. Są to wątki utrzymane przede wszystkim w pozytywnym,

afirmującym tonie, koncentrujące się na tym, co w relacjach jest wspierające, kojące i dające poczucie sensu.

Radość wynikająca z codziennej obecności partnera była jednym z najczęściej powracających wątków. Narratorzy wskazywali, że wspólne wykonywanie zwyczajnych czynności jest dla nich podstawową przestrzenią intymności. Pani Henryka (70 lat) podkreśla: „Słuchamy razem muzyki, oglądamy filmy, przytulamy się – dlatego nasza relacja jest zawsze bliska”. Podobne znaczenia relacji nadawali również mężczyźni. Pan Zygmunt (70 lat) wskazuje na poranną rutynę jako fundament bliskości: „Wstajemy sobie rano, pijemy kawkę, uśmiechamy się do siebie. Cieszymy się sobą, trzymamy się za ręce przed telewizorem. To nasze relacje partnerskie. Teraz wszystko opiera się na drobnych gestach, na tych dotykach. W tym wieku relacje schodzą na dalszy plan, ale my po prostu lubimy być razem”. Doświadczenia te ukazują, że w późnej dorosłości to codzienność – powtarzalna, przewidywalna i współdzielona – staje się główną formą praktykowania bliskości.

Poczucie bliskości było jednym z najbardziej rozbudowanych i głęboko zakorzenionych tematów w narracjach badanych. Seniorzy opisywali je jako „bycie przy sobie”, emocjonalne dopełnienie relacji oraz fundament stabilności. Pani Janina (75 lat) twierdzi: „Bliskość między ludźmi to zrozumienie i troska”. Analiza pokazuje, że bliskość nie jest rozumiana jedynie jako relacyjna „bliskość psychiczna”, lecz jako wieloaspektowy stan relacyjny, obejmujący: współodczuwanie, uważność na emocje partnera, dopasowanie się w codzienności, bycie „na co dzień obok”, a nie tylko „razem”. Badani wskazywali również, że bliskość staje się ważniejsza wraz z wiekiem, gdy sprawność fizyczna maleje, a relacja nabiera spokojnego, bardziej refleksyjnego charakteru.

Badani często podkreślali, że to gesty, a nie deklaracje werbalne, stanowią najważniejszą formę wyrażania emocji. Pojawiały się tu wypowiedzi dotyczące troski, opieki, rozmowy oraz wsparcia emocjonalnego. Pani Elżbieta (69 lat) mówi: „Od początku mamy bardzo dobre relacje. Trafiliśmy na siebie charakterami. W relacjach intymnych odnaleźliśmy się – rozmawiamy o tym, nie wstydzimy się. To jest piękne, bo to daje zaufanie i spokój”. To właśnie w tym obszarze najczęściej ujawniał się wymiar partnerstwa – oparty na wzajemnym rozumieniu oraz budowaniu emocjonalnej bliskości, nie tylko poprzez dialog.

Okazywanie czułości poprzez dotyk było kolejnym często występującym kodem. Seniorzy opisywali je jako „czułe gesty”, „trzymanie za rękę”, „przytulenie” czy „głaskanie po dłoni”. Jak zauważa pani Jadwiga (78 lat): „Nasze życie intymne ogranicza się do przytulania, trzymania za rękę. Mąż jest chory, potrzebuje opieki – trzeba być obok niego, podać leki. Cieszymy się sobą i tym, że razem budzimy się każdego dnia. Intymność potrafi być w trzymaniu się za rękę, w czułych słowach, pocałunku, spojrzeniu”. Dotyk staje się tu formą komunikacji

emocjonalnej, a nie erotycznej. Wielu narratorów wskazywało, że to właśnie takie proste gesty zastępują dawne formy cielesności. Pan Antoni (76 lat) ujmuje to następująco: „To już nie ta bliskość co kiedyś. Ale jak ją przytulałam, to nie po to, żeby coś zaczynać, tylko żeby przypomnieć, że jestem. To taki nasz dotyk – spokojny, pewny. Ona wie, że może na mnie liczyć, a ja wiem, że ona zawsze mi poda rękę. To więcej niż seks”. Czuły dotyk pełni więc funkcję „potwierdzającą” – jest przypomnieniem o trwającej więzi oraz wzajemnej dostępności emocjonalnej. W tym kontekście badani podkreślali: „dbam o siebie i mojego męża, razem się dobrze bawimy” lub „jestem obok mojego męża, wspieram go w trudnych chwilach – to jest mój wyraz intymności. W naszym wieku to jest dużo i trzeba się z tego cieszyć”. Wypowiedzi te są zgodne z ustaleniami Johna DeLamatera i Erica Koepsela (2015), którzy podkreślają, że intymność osób starszych koncentruje się przede wszystkim wokół wspólnoty emocjonalnej, dzielenia życia i dotyku rozumianym jako komunikat emocjonalny, a nie jednoznacznie erotyczny. Potwierdzają to narracje zakodowane jako okazywanie sobie czułości oraz okazywanie czułego dotyku, które wskazują na znaczenie prostych gestów – trzymanie się za ręce, przytulania, wspólnego siedzenia – jako istotnych form ekspresji miłości i przywiązania. Badani mówią o tym, że „bliskość polega na tych drobnych gestach – na tych po prostu dotykach, można powiedzieć”; „bliskość potrafi być nawet w trzymaniu za rękę, czułych słowach, pocałunku, spojrzeniu”; „zadowolenie, angaż i rozkosz – to wychodzi samo z nas”.

W wielu wypowiedziach kobiet i mężczyzn można dostrzec redefinicję miłości – z namiętnej na przyjacielską i troskliwą. Pani Elżbieta (69 lat) podkreśla, że „od pół roku mam partnera i od początku mamy bardzo dobre relacje. Trafiliśmy na siebie charakterami. W relacjach intymnych odnaleźliśmy się – rozmawiamy o tym, nie wstydzimy się. To jest piękne, bo to daje zaufanie i spokój”. Z kolei pani Barbara (80 lat) zwraca uwagę na seksualny wymiar bliskości, który wzmacnia więź partnerską: „Po pięćdziesięciu ośmiu latach małżeństwa wciąż mamy chęć na miłosny seks, choć jesteśmy już po osiemdziesiątce. Miłość i seks trzeba pielęgnować, bo to wychodzi tylko na zdrowie. Człowiek jest bardziej pogodny, otwarty i tak szybko się nie starzeje”. Ważnym elementem ujawnianym w narracjach jest również wdzięczność za wspólne lata oraz poczucie sensu wynikające z relacji. Jak zauważa pani Irena (74 lata), to „małe gesty cały czas nas łączą. Dotyk i miłość. Seksu już nie ma, ale gdy na siebie patrzymy, to wiemy wszystko. Jestem wdzięczna za to, co mamy”.

Narratorzy wielokrotnie podkreślali, że w późnej dorosłości szczególnie znaczenia nabiera poczucie bycia kochanym i akceptowanym. Pani Irena (74 lata) mówi: „Intymność to wiedza i akceptacja zalet, wad ciała oraz potrzeb swoich i partnera. To poczucie bezpieczeństwa, wyzbycie się wstydu wobec

siebie”. Podobny ton obecny jest w wypowiedziach mężczyzn. Pan Antoni (76 lat) wspomina: „Żonę miałem bardzo dobrą, przeżyliśmy czterdzieści lat małżeństwa. Miłość, kochanie – to musi być. Przytulanie, pieszczoty – jest to piękne. Wierność jest najważniejsza; jedno drugiemu musi wierzyć”. Ten kod obejmuje zarówno wymiar emocjonalny, jak i egzystencjalny – miłość odczuwana przez seniorów jest związana z akceptacją zmieniającego się ciała, pogłębiającą się zależnością oraz koniecznością wzajemnego wsparcia. Poczucie bycia kochanym wiąże się także z doświadczeniem, że w relacji „nie trzeba udawać” i że można funkcjonować zgodnie z własnymi możliwościami.

Wypowiedzi dotyczące satysfakcji ze związku odnosiły się do harmonii relacji, jakości komunikacji oraz współobecności w codziennych sytuacjach. Pan Antoni (76 lat) podkreśla: „Jesteśmy w stanie porozmawiać ze sobą o wszystkim. [...] Dużo rozmawiamy i to jest piękne”. Pani Barbara (80 lat) odnosi satysfakcję do poczucia stabilności: „Mam męża dobrego, wyrozumiałego, delikatnego”. Satysfakcja ze związku wynikała przede wszystkim z poczucia bycia rozumianym, akceptowanym i wspieranym, a nie z poziomu aktywności seksualnej. Zadowolenie z relacji było silnie powiązane z radością z bycia razem oraz poczuciem bezpieczeństwa.

Wspólne spędzanie czasu jako kod marginalny pojawiało się w narracjach rzadziej jako samodzielny temat, jednak wspólne rytuały – picie kawy, oglądanie telewizji, spacer, wyjścia do znajomych – stanowiły element łączący wszystkie dominujące kody. Ich znaczenie wykraczało poza samą „czynność” – były przestrzenią relacyjną, w której wzmacniała się bliskość, a partnerzy mogli „być ze sobą” w sposób niewymuszony. Seniorzy często podkreślali, że cenią „zwyczajny” wspólny czas bardziej niż wyjątkowe wydarzenia.

Poczucie bezpieczeństwa było wątkiem obecnym w tle wielu narracji, choć rzadziej nazywanym wprost. Dotyczyło ono zarówno bezpieczeństwa emocjonalnego, jak i egzystencjalnego – rozumianego jako świadomość, że druga osoba „jest”, wspiera i pozostaje lojalna. Dla części badanych to właśnie bezpieczeństwo stanowiło podstawową wartość związku w późnej dorosłości, umożliwiając otwartość na czułość i bliskość.

Wdzięczność za każdy dzień razem była tematem obecnym głównie w narracjach seniorów, których partnerzy doświadczali problemów zdrowotnych lub którzy obserwowali, że wielu ich rówieśników straciło już swoich współmałżonków. Pani Janina (75 lat) zaznacza: „Wielu znajomych już nie ma swoich połówek i dlatego my dziękujemy za to [że jesteśmy wciąż razem] i cieszymy się tym”. Wdzięczność wiązała się z egzystencjalnym wymiarem relacji – świadomością ulotności wspólnego czasu i jednoczesnym docenianiem codziennych, prostych momentów bycia razem.

Bliskość emocjonalna oraz czułość tworzą wielowymiarowy obszar doświadczeń, w którym codzienna współobecność – rozumiana jako czuły dotyk, wzajemne gesty opieki i poczucie bycia kochanym – staje się podstawowym językiem intymności. Analiza narracji ujawnia, że w okresie późnej dorosłości relacja koncentruje się wokół stabilności, ciepła i bezpieczeństwa; cielesna seksualność ustępuje miejsca emocjonalnemu współbyciu i trosce. Kody wchodzące w skład tej kategorii współtworzą spójną sieć znaczeń, w której bliskość stanowi zarówno fundament relacji, jak i jej najtrwalszą formę wyrazu.

Wzajemne wsparcie i troska

W relacjach osób starszych wzajemne wsparcie i troska pełnią funkcję kluczowego spoiwa, łączącego zarówno codzienną opiekę, jak i emocjonalne zaangażowanie. Analiza narracji seniorów pozwoliła wyróżnić trzy główne wymiary tej kategorii: opiekowanie się partnerem, uważne reagowanie na jego potrzeby oraz aktywne uczestnictwo w budowaniu wspólnego życia. Taki układ podkreśla, że codzienna opieka oraz praktyczne wsparcie stanowią centralny element relacji partnerskich w późniejszym okresie życia, podczas gdy bardziej świadome i emocjonalne formy zaangażowania pojawiają się rzadziej, lecz nadal odgrywają istotną rolę. Wzajemne wsparcie i troska pojawiają się w narracjach par jako kluczowy element podtrzymywania więzi w czasie, gdy ciało, zdrowie i społeczne role ulegają zmianie. Opiekowanie się partnerem stanowi kluczowy aspekt wzajemnego wsparcia i troski w relacjach osób starszych. Narratorzy podkreślają, że codzienna dbałość o drugą osobę nie tylko zapewnia poczucie bezpieczeństwa, ale także wzmacnia więź emocjonalną i stanowi jeden z fundamentów satysfakcjonującego związku. Analiza narracji seniorów ujawnia, że opieka praktyczna jest najczęściej wymienianym sposobem wyrażania troski – zdecydowanie częściej niż uważność na potrzeby partnera lub emocjonalne zaangażowanie.

Pani Henryka (70 lat) opisuje znaczenie codziennej troski w prostych gestach: „Kiedyś miłość to były słowa i dotyk. Teraz to raczej bycie obok. Jak on się źle czuje, to ja nie pytam, tylko wiem, co trzeba zrobić. Zrobię mu herbatę, przyniosę gazetę, pogłaszczę po ręce. I to jest nasza intymność. Już nie przez ciało, tylko przez obecność”. Dla seniorów takie praktyczne formy opieki są jednocześnie wyrazem miłości oraz sposobem budowania bliskości w codziennym życiu. Wypowiedź pani Henryki wskazuje, że opieka nad partnerem staje się wcieloną formą intymności, w której fizyczny kontakt – choć subtelny – zachowuje emocjonalną głębię. Jak pisze Karen Prager (1995), w dojrzałym wieku intymność przybiera formę „spokojnej obecności”, w której troska i bezpieczeństwo zastępują ekscytację i pożądanie.

Analiza materiału empirycznego pokazuje, że praktyczna opieka nad partnerem pełni w relacjach seniorów kluczową rolę, natomiast inne formy wsparcia, takie jak uważność czy emocjonalne zaangażowanie, występują rzadziej. Tego rodzaju troska daje poczucie bezpieczeństwa i stanowi fundament wzajemnej bliskości, tworząc przestrzeń dla trwałych i satysfakcjonujących relacji partnerskich.

Uważność na potrzeby partnera to kolejny motyw, który często pojawia się w narracjach seniorów i stanowi istotny wymiar wzajemnego wsparcia i troski, uzupełniający codzienną opiekę praktyczną. Pani Elżbieta (69 lat) wskazuje, że obserwowanie drobnych sygnałów partnera jest istotne dla utrzymania harmonii w związku: „My już nie musimy wszystkiego mówić. Wystarczy, że spojrzę na niego i wiem, że ma gorszy dzień. Zrobię mu wtedy coś dobrego do jedzenia, włączę mu muzykę, którą lubi. Nie trzeba słów. To jest taka nasza mowa – bez dźwięku, ale pełna znaczeń”. Tego rodzaju uważność na potrzeby partnera stanowi istotny element tzw. emocjonalnego dostrajania się (Gottman, 2011).

Zaangażowanie w relację partnerską pojawia się w narracjach seniorów nieco rzadziej, jednak nadal stanowi istotny element wzajemnego wsparcia oraz budowania bliskości. Seniorzy wskazują, że aktywne uczestnictwo w życiu partnera – wspólne podejmowanie decyzji, dzielenie się obowiązkami i zainteresowaniami – wzmacnia poczucie partnerstwa oraz pozwala podtrzymywać więź emocjonalną w dłuższym okresie. Pan Antoni (76 lat) wypowiada się następująco: „Nie mamy już takiego życia jak kiedyś, ale jest w tym spokój. Ja wiem, kiedy ona potrzebuje rozmowy, a kiedy ciszy. Jak trzeba, to jestem, jak nie, to siedzę obok. To jest bliskość: wiedzieć, kiedy nie przeszkadzać”. Pan Zygmunt (70 lat) podkreśla znaczenie aktywnego uczestnictwa w życiu partnera dla utrzymania więzi: „Nie ma już takiej potrzeby jak kiedyś, ale potrzeba bliskości została. Czasem to tylko przytulenie, czasem dotyk dłoni. Dla mnie znaczy to teraz więcej niż ten cały seks. Bo w tym dotyku to jest nasze życie – wszystko, co przeszliśmy”. Pan Antoni (76 lat) ujmując to następująco: „My już nie mówimy o miłości. My ją po prostu robimy. Jak ona kładzie mi rękę na kolanie, to wiem, że wszystko jest dobrze. Czasem wystarczy, że spojrzymy na siebie i już wiadomo, co trzeba. To jest ta nasza czułość – nie w słowach, tylko w obecności”.

Analiza wywiadów pokazuje, że relacje partnerskie osób starszych opierają się na trzech nierozdzielnych komponentach: wzajemnym wsparciu i trosce, intymności i emocjonalnej bliskości oraz zaangażowaniu. To właśnie te elementy tworzą spójny system praktyk, w którym codzienna opieka, uważność na potrzeby partnera oraz aktywne uczestnictwo w życiu związku wzajemnie się uzupełniają. W dojrzałych relacjach troska i czułość nie są jedynie dodatkiem do miłości, lecz jej najpełniejszym wyrazem; obecność partnera, wspólna uwaga i zaangażowanie

stają się natomiast językiem intymności, w którym emocje i działania łączą się w harmonijną całość.

Trzy analizowane główne kategorie kodów tematycznych – intymność i życie seksualne, bliskość emocjonalna i czułość oraz wzajemne wsparcie i troska – wzajemnie się przeplatają, tworząc złożoną sieć zależności, stanowiącą fundament każdej relacji romantycznej. Współwystępowanie tych elementów w związku sprzyja poczuciu bezpieczeństwa i przynależności, które są kluczowe dla utrzymania satysfakcjonującej relacji. Utrzymanie satysfakcjonującej relacji intymnej – zarówno cielesnej, jak i emocjonalnej – jest, jak podkreślają narratorzy, istotne w każdym okresie życia.

Dyskusja

Przeprowadzone badanie jakościowe ukazuje różnorodność oraz wielowymiarowy charakter bliskich relacji, a także pozwala zrozumieć, w jaki sposób intymność oraz seksualność nabierają odmiennych znaczeń w okresie późnej dorosłości. Analiza trzech kategorii tematycznych – intymność i życie seksualne, bliskość emocjonalna i czułość oraz wzajemne wsparcie i troska – potwierdziła ich istotną rolę w codziennym życiu narratorów. Jak wykazało nasze badanie, późna dorosłość jest okresem wciąż aktywnego życia intymnego, dostosowanego jednak do możliwości fizycznych i emocjonalnych. Relacje te opierają się na szacunku, zaufaniu oraz wzajemnej trosce i opiece. Narratorzy zredefiniowali swoje życie intymne po wkroczeniu w okres późnej dorosłości, a akty seksualne zastąpili innymi formami okazywania miłości i czułości. Nasze badanie pokazuje, że seksualność seniorów nie jest zjawiskiem marginalnym, a dobre relacje partnerskie mają istotne znaczenie dla zdrowia psychicznego i dobrostanu obu stron. Ustalenia te są zbieżne z wynikami badań Agnieszki Fabiś i Artura Fabisia (2008), którzy wskazują, że aktywność seksualna wpływa na jakość życia seniorów oraz sprzyja wzmocnieniu więzi partnerskich. Poniższa dyskusja porządkuje uzyskane wyniki według analizowanych kategorii.

W kategorii intymności i życia seksualnego wyodrębniono pięć motywów. Do wątków głównych należały: satysfakcja z życia intymnego, uznanie istotności seksu oraz postrzeganie seksu jako uzupełnienia relacji. Seksualność badanych seniorów okazała się istotnym elementem ich codziennego życia. Respondenci podkreślali, że potrzeba bliskości i intymności nie zanika z wiekiem, lecz ulega przemianom. Narratorzy akcentowali również aspekt aktywności seksualnej oraz wpływ życia intymnego na ich samopoczucie i samoakceptację, co jest zgodne z wynikami badań innych autorów (Naja-Wiśniewska et al., 2022). Jak wskazują Ginsberg et al., (2005), większość osób w okresie późnej dorosłości

utrzymuje kontakty seksualne oraz wyraża chęć większego zaangażowania się w życie intymne w przyszłości. Potrzeba seksu i bliskości pozostaje obecna również w tym okresie życia. Istotnym wnioskiem jest jednak to, że bliskość cielesna nie stanowi już priorytetu w relacjach intymnych, lecz pełni jedynie funkcję dopełniającą. Zbliżenia cielesne sprzyjają budowaniu bliskości, ale nie determinują jakości związku w okresie późnej dorosłości.

Kategoria bliskości emocjonalnej i czułości była wyjątkowo rozbudowana. Obejmowała dziewięć motywów, z czego radość z bycia razem, poczucie bliskości, okazywanie sobie uczuć, satysfakcja ze związku, poczucie bycia kochanym oraz okazywanie czułego dotyku stanowiły wątki główne, natomiast trzy pozostałe – wspólne spędzanie czasu, poczucie bezpieczeństwa w związku oraz wdzięczność za każdy dzień razem – miały charakter marginalny. Kategoria ta okazała się równie istotna jak intymność i życie seksualne. Analiza materiału empirycznego ukazuje, w jaki sposób narratorzy zastępują fizyczną eksplorację ciała pogłębianiem więzi emocjonalnych. W ich wypowiedziach można zauważyć, że trzymanie się za ręce, pocałunek w policzek czy wspólnie spędzany czas zastępują fizyczną ekspresję uczuć w postaci tradycyjnego zbliżenia cielesnego. Drobną, czułą gesty, a nawet wspólne oglądanie telewizji, zyskują wówczas rangę intymności porównywalną z seksem i sprzyjają zacieśnianiu więzi między partnerami. Często intymność jest też widziana przez pryzmat wspólnej opieki, wsparcia emocjonalnego lub zwyczajnej rozmowy, co oddaje wypowiedź jednego z respondentów „Intymność to nie seks, a wsparcie w trudnych chwilach”. Codzienna obecność i spędzanie czasu we dwoje stają się – według narratorów – formami okazywania uczuć. Wyniki pozostają w zgodzie z ustaleniami innych badaczy (DeLamater & Koepsel, 2015), które wskazują, że w tym okresie życia bliskość emocjonalna znacznie wzrasta i pełni również funkcję uzupełniającą. Czułość staje się więc swego rodzaju przedłużeniem aktywności cielesnej.

Ostatnią, trzecią kategorią tematyczną analizowaną w niniejszym artykule jest wzajemne wsparcie i troska. Obejmuje ona trzy motywy tematyczne, z czego dwa – opiekowanie się partnerem oraz uważność na jego potrzeby – mają charakter wątków głównych, natomiast trzeci motyw – zaangażowanie – pełni funkcję poboczną. Motywy te często pojawiały się w narracjach, co wskazuje na istotną rolę wzajemnego wsparcia oraz troski o partnera w okresie późnej dorosłości. Codzienne sytuacje i rytuały, takie jak picie razem herbaty, przygotowanie posiłków czy wspólne oglądanie telewizji, były interpretowane przez badanych jako wyrazy intymności. Troska o partnera i jego dobre samopoczucie, a także pomoc w codziennych obowiązkach i odpowiedzialność za drugą osobę w diadzie stanowią dla badanych wyraz głębokiego przywiązania i bliskości. Obecność i uważność według badanych zastępuje cielesność, co pokrywa się z ustaleniami innych

badaczy (Birnbaum, 2018). Uzyskane przez nas wyniki pokazują, że w okresie późnej dorosłości wsparcie i wzajemna troska są formą ucieleśnionej intymności. Motyw zaangażowania w analizowanym materiale pojawiał się jedynie sporadycznie; jednak w wypowiedziach narratorów, którzy się do niego odnosili, można zauważyć, że pełni on istotną funkcję w budowaniu relacji i zacieśnianiu więzi między partnerami.

Analiza wszystkich kategorii tematycznych wykazała, że nie funkcjonują one w izolacji, lecz są ze sobą ściśle połączone. Motywy główne i poboczne tworzą razem sieć wzajemnych zależności. Intymność cielesna w przeprowadzonym badaniu przenikała się z intymnością emocjonalną, przy czym obie kategorie były nasycone troską o partnera oraz okazywaniem czułości w codziennych sytuacjach. Narratorzy wielokrotnie podkreślali, że w momencie, gdy w związku cielesność schodzi na dalszy plan, jest automatycznie zastępowana przez inne, bardziej opiekuńcze formy intymności. Kategorie te tworzą jedną, współzależną grupę.

Kluczowym wynikiem naszego badania było przesunięcie akcentu z bliskości cielesnej na bliskość emocjonalną. Dla narratorów intymność cielesna w tym okresie życia pełni funkcję dopełniającą związek, który opiera się głównie na przyjaźni, opiece i wzajemnej trosce. Dla części badanych bliskość fizyczna nadal stanowiła ważny element relacji, jednak nie była ani najważniejsza, ani też konieczna dla jej utrzymania. Takie spojrzenie na intymność stanowi wkład w wiedzę na temat starości i ukazuje, że intymność osób starszych pozostaje ważnym elementem ich życia. Badanie ujawnia, że wraz z wiekiem intymność i bliskość nie zanikają, lecz ulegają przemianom, niezmiennie stanowiąc ważny element relacji romantycznej. Jak wielokrotnie podkreślali narratorzy, intymność i bliskość w okresie późnej dorosłości zyskują głębię oraz swoistą odporność na ograniczenia fizyczne, jak na przykład problemy zdrowotne. Pozwala to partnerom na czerpanie satysfakcji ze związku mimo upływu lat.

Proces starzenia odbywa się w pewnym kontekście, dlatego – obok analizy materiału empirycznego – istotne jest dla nas odwołanie się do istniejących teorii starości. Wyniki badania zostały przez nas zinterpretowane między innymi w odniesieniu do teorii aktywności Havighursta (1948), koncentrującej się na zadaniach rozwojowych realizowanych w poszczególnych okresach życia. Według autora istnieje sześć stadiów rozwojowych człowieka: niemowlęstwo i wczesne dzieciństwo, środkowe dzieciństwo, dorastanie, wczesna dorosłość, wiek średni oraz późna dojrzałość (powyżej 60. roku życia). Koncentrując się na okresie późnej dorosłości oraz przypisanych mu zadaniach rozwojowych, autor wyróżnia między innymi radzenie sobie ze zmianami spowodowanymi starością oraz akceptację swojego życia. Według teorii aktywności zadania rozwojowe pojawiają się w różnych okresach życia. Umiejętność ich rozwiązywania sprzyja odczuwaniu

zadowolenia, natomiast nieumiejętność poradzenia sobie z jakimś zadaniem może prowadzić do wystąpienia trudności w funkcjonowaniu jednostki (Halicki, 2006). Warte podkreślenia jest, że role utracone powinny być zastępowane nowymi, tak aby okres własnej starości był postrzegany w pozytywnym świetle. Można to odnieść do procesu transformacji intymności cielesnej w intymność emocjonalną. Osoby, które w przeszłości przyjmowały rolę kochanków, obecnie przyjmują rolę opiekunów. Nowa rzeczywistość związana z procesem starzenia się wyznacza role, które narratorzy przyjmują w późniejszym okresie życia. Mimo że Havighurst (1948) nie odnosił się bezpośrednio do relacji romantycznych ani intymnych, logika jego teorii pozwoliła nam na interpretację transformacji relacji intymnej jako jednej z form adaptacji do starości.

Kolejną teorią, do której chcemy się odnieść, jest teoria gerotranscendencji Larsa Tornstama (1989), interpretowana jako proces transcendentalnej zmiany sposobu definiowania rzeczywistości. Według autora istnieją trzy wymiary gerotranscendencji: kosmiczny, odnoszący się do własnego ja oraz dotyczący relacji społecznych; co istotne, wraz z wiekiem poziom transcendencji wzrasta. Sposób widzenia świata zmienia się. Osoby starsze stają się mniej egoistyczne, a w większym stopniu zwracają się ku innym. Gerotranscendencja zakłada bowiem swoistą redefinicję rzeczywistości. W późnej dorosłości obserwuje się wzrost altruizmu, pogłębienie refleksyjności oraz przewartościowanie relacji interpersonalnych (Halicki, 2006). Wynik naszego badania potwierdza te założenia, wskazując, że osoby starsze koncentrują się na partnerze i jego potrzebach, niekiedy bardziej niż na własnych. W wypowiedziach respondentów niejednokrotnie wybrzmiewa zadowolenie z drobnych codziennych sytuacji i docenianie obecności drugiej osoby. Warto zaznaczyć, że proces gerotranscendencji można odnieść również do relacji romantycznej. Narratorzy dążą do harmonii w związku, a główne motywy wyłonione w toku analizy materiału empirycznego – wsparcie emocjonalne, radość z bycia razem, poczucie bliskości, opieka nad partnerem czy uważność na jego potrzeby – mogą świadczyć o wzroście refleksyjności oraz większym skupieniu na jakości bliskich relacji. Mimo że Tornstam (1989) nie odnosił się bezpośrednio do relacji intymnych, jego teoria wydaje się do nich przystająca; umożliwia interpretację zmian w jakości związków intymnych osób w okresie późnej dorosłości.

Ograniczeniem badania było nieuwzględnienie perspektywy ekonomicznej, która mogła wpłynąć na sposób przeżywania intymności w relacji romantycznej. Ponadto większość badanych pochodziła z obszarów wiejskich, a wszyscy uczestnicy w momencie realizacji badania pozostawali w relacji partnerskiej, co wykluczyło możliwość dokonania porównań z osobami obecnie niepozostającymi w związku.

Pomimo wskazanych ograniczeń badanie dostarcza istotnych informacji na temat relacji romantycznych w późnym okresie życia. Zrozumienie sposobów przeżywania intymności w tym okresie życia może mieć znaczące implikacje praktyczne, na przykład stanowić cenne uzupełnienie wiedzy osób pracujących z seniorami. Tego rodzaju wiedza może okazać się przydatna dla psychologów, seksuologów oraz pracowników socjalnych. Długość życia ulega wydłużeniu, a co za tym idzie – społeczeństwo pozostaje aktywne seksualnie przez dłuższy czas. W wieku starszym potrzeba bliskości i cielesności nie zanika; pozostaje istotnym elementem ludzkiego doświadczenia. Starzenie się jest nieuniknionym procesem i dotyczy każdego człowieka, dlatego eksploracja sposobów, w jakie osoby starsze postrzegają intymność i seksualność, ma szczególne znaczenie; okoliczność ta uzasadnia potrzebę edukacji w tej sferze oraz prowadzenia dalszych badań naukowych.

Bibliografia

- Birnbaum, G. E. (2018). The fragile spell of desire: A functional perspective on changes in sexual desire across relationship development. *Personality and Social Psychology Review*, 22(2), 101–127.
- Błajet, P. (2018). *Zdrowie i seks seniorów*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika.
- Carstensen, L. L. (2006). The influence of a sense of time on human development. *Science*, 312(5782), 1913–1915. <https://doi.org/10.1126/science.1127488>
- DeLamater, J., & Koepsel, E. (2015). Relationships and sexual expression in later life: A biopsychosocial perspective. *Sexual and Relationship Therapy*, 30(1), 37–59. <https://doi.org/10.1080/14681994.2014.939506>
- Erikson, E. H. (1982). *The life cycle completed* (55–63). W. W. Norton & Company.
- Fabiś, A., & Fabiś, A. (2008). Aktywność seksualna osób starszych. W A. Jodko (Red.), *Tabu seksuologii* (157–164). Academica Szkoła Wyższa Psychologii Społecznej.
- Fileborn, B., Thorpe, R., Hawkes, G., Minichiello, V., Pitts, M., & Dune, T. (2015). Sex, desire and pleasure: Considering the experiences of older Australian women. *Sexual and Relationship Therapy*, 30(1), 117–130. <https://doi.org/10.1080/14681994.2014.936722>
- Flick, U. (2011). *Projektowanie badań jakościowych* (P. Tomanek, tłum.). PWN.
- Gawroński, A. (2015). Etapy rozwojowe człowieka dorosłego z wyszczególnieniem okresu starości. *Zeszyty Naukowe WSHE*, 40, 85–96.
- Gerymski, R., & Skalaćka, K. (2018). Czy intymność, namiętność i zobowiązanie kształtują satysfakcję seksualną seniorów? Wyniki badania eksploracyjnego. *Seksuologia Polska*, 16(2), 43–50.

- Ginsberg, T. B., Pomerantz, S. C., & Kramer-Feeley, V. (2005). Sexuality in older adults: Behaviours and preferences. *Age and Ageing*, 34(5), 475–480. <https://doi.org/10.1093/ageing/afi143>
- Gottman, J. (2011). *The science of trust: Emotional attunement for couples*. W. W. Norton & Company.
- Halicki, J. (2006). Społeczne teorie starzenia się. W M. Halicka & J. Halicki (Red.), *Zostawić ślad na ziemi: Księga pamiątkowa dedykowana Profesorowi Wojciechowi Pędichowi w 80. rocznicę urodzin i 55. rocznicę pracy naukowej* (255–276). Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku.
- Havighurst, R. J. (1948). *Developmental tasks and education*. The University of Chicago Press.
- Izdebski, Z. (2017). *Zdrowie i życie seksualne Polaków w 2017 roku*. Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego.
- Kaźmierska, K. (2016). Wywiad narracyjny – technika i pojęcia analityczne. W R. Dopierała & K. Waniek (Red.), *Biografia i wojna. Metoda biograficzna w badaniu procesów społecznych. Wybór tekstów* (61–72). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Kopaliński, W. (1989). *Słownik wyrazów obcych* (259). Oficyna Wydawnicza RYTM.
- Krzyżanowski, J. (2004). *Psychogeriatrya* (9–10, 74–75, 79–80). Wydawnictwo Medyk.
- Kuczyńska, A., Piechaczek, A., & Paluszak, A. (2013). Zachowania wiążące a poczucie bliskości i komfortu z rozmowy z osobą nieznaną tej samej i przeciwnej płci. *Czasopismo Psychologiczne*, 19(2), 215–226. <https://doi.org/10.14691/CPPJ.19.2.215>
- Lindau, S. T., & Gavrilova, N. (2010). Sex, health, and years of sexually active life gained due to good health: Evidence from two US population-based cross sectional surveys of ageing. *BMJ*, 340, c810. <https://doi.org/10.1136/bmj.c810>
- Naja-Wiśniewska, M., Maciejewski, R., & Nieradko-Iwanicka, B. (2022). Sexuality of elderly people. *Polish Hyperbaric Research*, 2(79), 85–95. <https://doi.org/10.2478/phr-2022-0012>
- Nawrocka, J. (2013). *Społeczne doświadczenie starości: Stereotypy, postawy, wybory* (136). Oficyna Wydawnicza IMPULS.
- Perel, E. (2023). *Inteligencja erotyczna. Jak utrzymać bliskość w relacji* (M. Zielińska, tłum.). Wydawnictwo Znak Literanova.
- Prager, K. J. (1995). *Psychology of intimacy* (41–57). Guilford Press.
- Sandberg, L. (2011). Getting intimate: A feminist analysis of old age, masculinity and sexuality. *Nordic Journal of Feminist and Gender Research*, 19(2), 107–123. <https://doi.org/10.1080/08038740.2011.588168>
- Schütze, F. (2012). Analiza autobiograficznych narracji – zarys teorii i metody. W K. Kaźmierska (Red.), *Metoda biograficzna w socjologii* (415–458). Nomos.
- Simpson, P. (2021). *Desire and the older body: Age, sex, intimacy and old age*. Routledge.
- Sternberg, R. J. (1986). A triangular theory of love. *Psychological Review*, 93(2), 119–135.
- Tornstam, L. (1989). Gerotranscendence: A reformulation of the disengagement theory. *Aging: Clinical and Experimental Research*, 1, 55–63.

- Wiatrowski, Z. (2009). *Dorastanie, dorosłość i starość w kontekście działalności i kariery zawodowej* (28). Instytut Technologii Eksploatacji – PIB.
- Wojciszke, B. (2003). *Psychologia miłości*. Wydawnictwo Gdańskie Pedagogiczne.
- Zielazny, P., Biedrowski, P., & Mucha, D. (2013). Późna dorosłość – okres strat czy nowych wyzwań? *Medycyna Ogólna i Nauki o Zdrowiu*, 19(3), 284–287.

Netografia:

- Główny Urząd Statystyczny. (2024). *Bank Danych Lokalnych*. <https://stat.gov.pl/>
- World Health Organization. (2024). *Ageing and health*. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/ageing-and-health>
- World Health Organization. (2003). *World health report: Shaping the future*. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/533667d6-1143-4dba-8c15-fc9cd81c0639/content>
- Wielki Słownik Języka Polskiego PAN. (2025). *Wielki Słownik Języka Polskiego*. <https://wsjp.pl/>

Katarzyna Jas-Liszok¹ 

Postawy studentów pedagogiki wobec osób starszych – studium porównawcze na przykładzie Polski, Czech i Słowacji

Attitudes of pedagogy students towards elderly people – a comparative study on the example of Poland, the Czech Republic and Slovakia

Streszczenie:

Artykuł prezentuje wyniki badań porównawczych realizowanych w 2023 roku wśród studentów pedagogiki polskich, czeskich oraz słowackich uniwersytetów. W analizie zastosowano metodę dyferencjału semantycznego. Próba badawcza liczyła 286 osób i obejmowała studentów z Polski, Czech i Słowacji. Celem badań było poznanie postaw studentów pedagogiki wobec osób starszych. W celu weryfikacji postawionych pytań badawczych przeprowadzono analizy statystyczne przy użyciu pakietu IBM SPSS Statistics 25. Przy jego pomocy wykonano analizę częstości, analizę korelacji rangowej rho Spearmana, testy χ^2 oraz dokładny test Fishera. Za poziom istotności przyjęto klasyczny próg $\alpha = 0,05$.

Analiza wskazuje na zróżnicowany sposób postrzegania osób starszych w zależności od narodowości, przy czym większość różnic ma subtelny charakter i odnosi się do specyficznych cech, takich jak religijność, wykształcenie czy serdeczność w relacjach interpersonalnych.

Wnioski z badań wskazują na konieczność dalszych badań nad postawami studentów pedagogiki wobec osób starszych. Zaleca się wspieranie inicjatyw międzypokoleniowych, które, bez nacisku na wybór konkretnej ścieżki zawodowej, będą inspirować do pozytywnego podejścia wobec seniorów. Kluczowe jest także dostarczanie rzetelnej wiedzy o starości, sprzyjającej budowaniu otwartości, dialogu oraz międzypokoleniowych więzi.

Słowa kluczowe:

postawy wobec osób starszych, studenci pedagogiki, młodzież akademicka, przyszli nauczyciele, badania porównawcze

1 Uniwersytet Śląski w Katowicach, katarzyna.jas-liszok@us.edu.pl

Abstract

The article is a communication from comparative research conducted in 2023 among pedagogy students of Polish, Czech, and Slovak universities. The research used the semantic differential method. The research included 286 participants, all students from Poland, the Czech Republic, and Slovakia. The research aimed to find out the attitudes of pedagogy students towards older people. To verify the research questions, statistical analyses were conducted using IBM SPSS Statistics 25. Frequency analyses, Spearman's rho rank correlation analyses, χ^2 tests, and Fisher's exact tests were performed using this package. The classic threshold of $\alpha = 0.05$ was considered the level of significance.

The analysis shows differing perceptions of older adults across nationalities, with most differences subtle and related to specific characteristics such as religiosity, education, or warmth in relationships.

The analysis's conclusions point to the need for further research into pedagogy students' attitudes toward older people. It is recommended to support intergenerational initiatives that, without the pressure to choose a specific career path, will inspire a positive attitude towards seniors. It is also crucial to provide sound knowledge about aging to build openness, dialogue, and connections across generations.

Keywords:

attitudes towards the elderly, pedagogy students, university students, future teachers, comparative research

Wprowadzenie

W ostatnich latach coraz częściej mówi się o zjawisku starości demograficznej, która jest wynikiem niskiego przyrostu naturalnego, migracji młodych ludzi oraz systematycznego wzrostu liczby osób starszych w polskim społeczeństwie. Prognozy demograficzne wskazują, że do 2050 roku przyrost naturalny pozostanie na niskim poziomie, a liczba osób w wieku 65 lat i powyżej zwiększy się o 5,1 miliona. Z danych Głównego Urzędu Statystycznego (2014) oraz prognoz dotyczących Czech (Perek-Białas et al., 2008) i Słowacji (Hyunjeong & Roehn, 2022) wynika, że osoby starsze będą stanowiły około jednej trzeciej populacji tych krajów. Taka sytuacja demograficzna rodzi konieczność przystosowania się społeczeństwa – w tym poszczególnych pokoleń – do nowych realiów. Stan rzeczy wymaga dostosowania rynku pracy, stworzenia przestrzeni umożliwiającej osobom starszym aktywne spędzanie czasu wolnego, a przede wszystkim przygotowania młodych ludzi do pracy z seniorami oraz wyposażenia studentów w wiedzę, umiejętności i kompetencje umożliwiające współpracę ze starszymi pokoleniami.

Pedagodzy i nauczyciele są i będą odpowiedzialni za kształtowanie u dzieci oraz młodzieży właściwych postaw wobec drugiego człowieka, a także relacji

międzypokoleniowych. Dla najmłodszych stanowią wzór i autorytet do naśladowania, dlatego zasadne wydaje się poznanie postaw studentów pedagogiki wobec osób starszych.

Rozważania teoretyczne

W opracowaniach z zakresu pedagogiki problematyka starzenia się i starości została poddana licznym analizom prowadzonym z różnych perspektyw. Interdyscyplinarne ujęcie procesu starzenia się i starości ukazuje, jak bardzo złożone jest to zagadnienie i jak wielu obszarów dotyczy. Z perspektywy pedagogicznej problemem tym zajmowali i zajmują się między innymi: Zofia Szarota (2011), Anna Leszczyńska-Rejchert (2010), Astrid Tokaj (2008), Barbara Szatur-Jaworska, Piotr Błędowski i Małgorzata Dzięgielewska (2006).

Jednym z obszarów podejmowanych przez badaczy jest temat stereotypów, ageizmu (Cohen, 2001; The Slovak Spectator, 2022) oraz postaw wobec osób starszych. Jest to zagadnienie istotne, ponieważ „stosunek społeczeństwa wobec osób starszych stanowi miarę rozwoju cywilizacyjnego, kultury społeczeństwa i zwykłego człowieczeństwa. Zależy on jednak od wielu czynników, specyficznych dla danego kraju, wśród których ważną rolę odgrywa system wartości” (Kanios et al., 2022, p. 112). W odniesieniu do zagadnienia postaw wobec osób starszych strategiczną rolę pełni między innymi edukacja międzykulturowa, „której celem jest dostrzeganie, zrozumienie oraz wspieranie różnorodności. Jej idee i zadania znajdują zastosowanie w działaniach pomocowych realizowanych w środowiskach charakteryzujących się polaryzacją różnych sposobów funkcjonowania jednostek i grup. Taka polaryzacja często prowadzi do powstawania stereotypów i uprzedzeń, a w konsekwencji do marginalizacji lub wykluczenia” (Świdzińska, 2020, p. 268).

Wyniki prowadzonych badań wskazują, że postawy polskiej młodzieży wobec osób starych i starości nie są jednoznaczne. W polskim społeczeństwie osoby starsze postrzegane są pozytywnie – w badaniach przeprowadzonych przez Centrum Badań Opinii Społecznej (2009) ankietowani wskazali, że seniorzy są społeczeństwu potrzebni. Młodzi ludzie deklarują również pozytywną postawę wobec osób starszych w badaniach opublikowanych przez Monikę Bieniak, Jadwigę Bąk, Agnieszkę Chrzan-Rodak, Marcina Rząca i Hannę Kochaniuk (2019).

Postawy nasycone „myśleniem stereotypowym, czego wyrazem jest brak szacunku, dystans, krytycyzm i lekceważenie” (Pakos, 2017, p. 168), ujawniły badania przeprowadzone przez Elżbietę Pakos. Wskazują na niski autorytet seniorów oraz ich marginalizację i stereotypizację (Świdzierska & Kapszewicz, 2015).

Wyniki badań porównawczych przeprowadzonych na słowackich uniwersytetach wskazują na różnice w postrzeganiu ageizmu – przedstawiciele zawodów pomocowych są bardziej tolerancyjni wobec osób starszych (Hudáková et al., 2024). Konieczność podejmowania działań mających na celu upowszechnienie wśród młodszych pokoleń wiedzy na temat procesów starzenia się ujawniły wyniki badań prowadzonych przez zespół Timei Šeben Zaťkovej, Mariána Ambrozy'ego, Miroslavy Tokovskiej i Jany Solcovej (2024).

O kształtowaniu się postaw młodszych pokoleń wobec osób starszych decydują „wzorce osobowe przekazywane w domu, przedszkolu, szkole, społeczności lokalnej, mass mediach, reklamach” (Kurianańska-Wołoszyn & Wołoszyn, 2024, p. 388). W dzieciństwie oraz w młodości jednostka jest najbardziej podatna na kształtowanie opinii, poglądów i postaw wobec różnych zagadnień. Pojęcie postawy rozpatrywane było przez wielu badaczy – wśród nich można wymienić Kazimierza Popielskiego (2018), Bogdana Wojciszke (2006) czy Magdalenę Pakułę (2007).

W literaturze dość często przyjmuje się trójkomponentowe rozumienie postawy, które obejmuje trzy zasadnicze składniki: afektywny – czyli uczucia wobec przedmiotu postawy, mające określoną siłę i kierunek; poznawczy – obejmujący posiadany zasób informacji, wiedzę oraz przekonania dotyczące przedmiotu postawy; behawioralny – wyrażający się w zachowaniach intencjonalnych bądź rzeczywistych wobec przedmiotu postawy (Wojciszke, 2015).

Ujęcie metodologiczne

Wśród respondentów rozpowszechniono 314 arkuszy dyferencjału semantycznego. Po wstępnej weryfikacji analizie poddano arkusze pochodzące od 286 studentów – w tym 95 z Polski (Uniwersytet Śląski w Katowicach), 89 z Republiki Czeskiej (Uniwersytet w Ostrawie) oraz 102 ze Słowacji (Uniwersytet Mateja Bela w Bańskiej Bystrzycy). Badana grupa jest reprezentatywna dla studentów kierunku pedagogika kształcących się w analizowanych ośrodkach akademickich. Nie jest to jednak grupa reprezentatywna dla studiujących w Polsce, Czechach i na Słowacji, dlatego uzyskanych wyników i sformułowanych wniosków nie można odnosić do całej populacji studentów pedagogiki w wymienionych krajach².

Na potrzeby przeprowadzenia badań własnych wybrano metodę dyferencjału semantycznego (Divilová, 2016). Metoda ta jest „sposobem gromadzenia wiedzy

2 Wymaganą liczebność reprezentatywną określono za pomocą kalkulatora doboru próby. Ze względu na trudności w pozyskaniu pełnego materiału empirycznego w badaniu uwzględniono wnioskowanie z błędem 9%, co w naukach społecznych jest dopuszczalne. Za nie do przyjęcia uznaje się wnioskowanie o błędzie 15% (za: Węziak-Białowolska, D. (2013). *Model kapitału intelektualnego regionu. Koncepcja pomiaru i jej zastosowania*. Szkoła Główna Handlowa).

o atrybutach strukturalnych i funkcjonalnych oraz dynamice zjawisk społecznych, opiniach i poglądach wybranych zbiorowości, nasilaniu się i kierunkach rozwoju określonych zjawisk” (Pilch & Bauman, 2019, p. 80).

„Dyferencjał semantyczny Osgooda jest metodą najpowszechniej stosowaną do badania deskryptywnej strony stereotypu. Czynnikiem dającym się wyodrębnić ze skal Osgooda mierzących znaczenie różnych wyrazów jest, poza czynnikiem mocy i aktywności, także czynnik ewaluacji” (Maciątek & Kurcz, 1992, p. 201).

Dyferencjał semantyczny daje możliwość opisanie pojęcia w wymiarze emocjonalnym, dzięki czemu badacz może ustalić emocjonalny stosunek jednostki lub grupy osób wobec danego pojęcia (Chimicz, 2017). Za pomocą dyferencjału można zmierzyć „konotacyjne znaczenie pojęć w aspekcie emocjonalnego ustosunkowania się do desygnatu” (Śleszyński & Wiśniewski, 1977, p. 200).

Earl Babbie (2006, p. 193) zwraca uwagę na konstruowanie narzędzia badawczego: „by uniknąć obciążeń we wzorcach odpowiedzi na tego typu pytania, nie należy umieszczać po tej samej stronie terminów, co do których możemy przypuszczać, że są ze sobą powiązane”.

Na potrzeby prowadzonych badań dyferencjał semantyczny został skonstruowany w oparciu o powyższe wytyczne. Opracowano listę określeń służących do opisu osób starszych. Określenia zostały rozmieszczone w taki sposób, aby wyrażenia o podobnej wartości emocjonalnej nie znajdowały się po tej samej stronie. Skala pomiędzy wyrazami antonimicznymi wynosiła 10 punktów. Dla kontinuum 10-stopniowego przyjęto następujące kategorie opisowe: punkty bliższe stwierdzeniu określają wysokie nasilenie stosunku emocjonalnego wobec danego pojęcia, natomiast punkty 5–6 oznaczają obojętność, która może wynikać z braku wiedzy na temat, którego dotyczy pytanie³.

Zastosowano badania porównawcze, które prowadzą do ustalenia faktów i zasad, poznania kondycji osób młodych, a następnie do wskazania rozwiązań w odniesieniu do różnych kontekstów środowiska. W celu weryfikacji postawionych pytań badawczych przeprowadzono analizy statystyczne przy użyciu pakietu IBM SPSS Statistics 25. Z jego pomocą wykonano analizę podstawowych statystyk opisowych oraz test Kruskala-Wallisa. Za poziom istotności statystycznej przyjęto klasyczny próg $\alpha = 0,05$. Na początku analizy sprawdzono rozkłady zmiennych ilościowych. W tym celu obliczono podstawowe statystyki opisowe wraz z testem Shapiro-Wilka badającym normalność rozkładu.

Celem prowadzonych badań było poznanie postaw studentów pedagogiki wobec osób starszych. Problem główny został sformułowany następująco:

3 Fragment opisujący metodę dyferencjału semantycznego cytowany jest przez autora pracy we wcześniejszym opracowaniu, dane zanonimizowano.

„Jakie są postawy studentów wobec osób starszych?”. W opracowaniu nie wyznaczono zmiennych zależnych i niezależnych, gdyż, jak pisze Mieczysław Łobocki (2011, p. 35), określa się je „w przypadku problemów, dotyczących współzależności pomiędzy określonymi zmiennymi”. Celem pracy jest opis badanych faktów, zjawisk i procesów bez pogłębionej analizy istniejących zależności przyczynowo-skutkowych.

Badaną grupę stanowiły osoby w wieku od 20 do 40 lat. Barbara Harwas-Napierała oraz Janusz Trempała (2000) nazywają ten okres rozwojowy w życiu człowieka mianem wczesnej dorosłości. Jest to czas największej aktywności zawodowej, rozwoju osobistego oraz zaangażowania w rozwój pasji i zainteresowań, a także budowania autonomii, zakładania rodziny, świadomego wybierania grupy, do której jednostka chce przynależeć, oraz kreowania własnego „ja”.

54,8% badanych stanowili mieszkańcy miast, natomiast pozostałe osoby jako miejsce zamieszkania wskazały wieś. 74,20% badanych stanowiły kobiety, a 25,80% – mężczyźni. Dane demograficzne w podziale na te trzy grupy zaprezentowano w tabeli 1.

Tabela 1. Dane demograficzne badanych osób

			Polska	Czechy	Słowacja	Ogółem
płeć	kobieta	N	97	58	78	233
		%	95,10%	55,80%	72,20%	74,20%
	mężczyzna	N	5	46	30	81
		%	4,90%	44,20%	27,80%	25,80%
miejsce zamieszkania	miasto	N	48	77	47	172
		%	47,10%	74,00%	43,50%	54,80%
	wieś	N	54	27	61	142
		%	52,90%	26,00%	56,50%	45,20%

Źródło: badania własne.

Prezentacja wyników badań własnych

Analizę wyników badań własnych rozpoczęto od sprawdzenia rozkładu zmiennych ilościowych. W tym celu obliczono podstawowe statystyki opisowe wraz z testem Shapiro-Wilka badającym normalność rozkładu. Początkowo wykonano je w grupie studentów z Czech (tabela 2).

Tabela 2. Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Shapiro-Wilka w grupie Czechów

Zmienna zależna	M	Me	IQR	SD	Sk.	Kurt.	Min.	Maks.	W	P
brzydki–ładny	6,17	5,00	2,00	1,94	0,36	-0,20	1,00	10,00	0,92	<0,001
religijny–niereligijny	4,51	5,00	2,00	1,95	0,28	0,45	1,00	10,00	0,93	<0,001
kłótlivy–zgodny	4,88	5,00	3,50	2,16	0,07	-0,84	1,00	9,00	0,95	0,002
pracowity–leniwy	4,48	5,00	3,00	2,41	0,36	-0,72	1,00	10,00	0,95	0,001
głupi–mądry	6,67	7,00	4,00	2,43	-0,70	-0,21	1,00	10,00	0,92	<0,001
czysty–brudny	4,53	5,00	3,00	2,20	0,16	-0,30	1,00	10,00	0,94	<0,001
nieuczciwy–uczciwy	6,63	7,00	3,00	2,35	-0,44	-0,50	1,00	10,00	0,94	<0,001
radosny–smutny	5,06	5,00	3,00	2,18	0,07	-0,31	1,00	10,00	0,96	0,013
obrzydlivy seksualnie atrakcyjny seksualnie	3,96	4,00	3,00	2,30	0,51	-0,24	1,00	10,00	0,93	<0,001
z poczuciem humoru bez poczucia humoru	4,55	4,00	3,00	2,26	0,25	-0,58	1,00	10,00	0,96	0,008
niezaradny–zaradny	6,97	7,00	4,00	2,09	-0,39	-0,32	1,00	10,00	0,94	<0,001
aktywny–nieaktywny	4,86	5,00	4,00	2,30	0,12	-0,71	1,00	10,00	0,96	0,009
konserwatywny–postępowy	4,29	4,00	4,00	2,38	0,63	-0,31	1,00	10,00	0,93	<0,001
samodzielny–zależny od innych	4,29	4,00	3,00	2,28	0,58	-0,31	1,00	10,00	0,94	<0,001
zamknięty–otwarty	5,38	5,00	3,00	2,00	0,30	-0,57	1,00	10,00	0,95	0,002
ciepły–zimny	5,38	5,00	1,00	1,67	0,12	1,25	1,00	10,00	0,89	<0,001
zły–dobry	6,47	6,00	3,00	1,99	-0,06	-0,36	1,00	10,00	0,94	<0,001
małomówny–gadatliwy	6,27	6,00	3,00	1,78	0,12	-0,44	2,00	10,00	0,96	0,004
gwałtowny–opanowany	5,58	5,00	2,50	1,99	-0,04	-0,42	1,00	10,00	0,96	0,016
kolektywista–indywidualista	4,61	5,00	2,00	1,70	0,30	0,28	1,00	10,00	0,95	0,001
idealista–materialista	5,57	5,00	4,00	2,24	-0,05	-0,70	1,00	10,00	0,95	0,001
niesolidny–obowiązkowy	6,55	7,00	3,00	2,07	-0,24	-0,41	1,00	10,00	0,96	0,003
zamożny–biedny	5,12	5,00	2,00	1,96	0,41	-0,09	1,00	10,00	0,94	<0,001
sztynny–swobodny	5,83	6,00	3,00	1,94	0,18	-0,66	2,00	10,00	0,96	0,010
dumny–pokorny	5,48	5,00	3,75	2,36	0,11	-0,89	1,00	10,00	0,95	0,003
prostolinijny–podstępny	4,29	4,00	2,00	2,09	0,69	0,20	1,00	10,00	0,93	<0,001
bez wykształcenia–wykształcony	6,30	6,00	3,00	1,88	0,08	-0,71	2,00	10,00	0,95	0,001
pedant–bałaganiarz	4,37	5,00	2,00	1,58	0,20	-0,02	1,00	9,00	0,95	0,001
bez ambicji–ambitny	5,48	5,00	3,00	2,00	0,15	-0,68	1,00	10,00	0,96	0,004

Źródło: badania własne.

Wyniki testu Shapiro-Wilka wykazały, że rozkłady wszystkich zmiennych nie przypominają rozkładu normalnego, w związku z czym założenie o normalności rozkładu nie zostało spełnione. Ponadto zaobserwowano wartość odstającą ($>|3SD|$) dla przymiotników kolektywista-indywidualista. W dalszym kroku sprawdzono obliczenia dla grupy Słowaków (tabela 3).

Tabela 3. Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Shapiro-Wilka w grupie Słowaków

Zmienna zależna	M	Me	IQR	SD	Sk.	Kurt.	Min.	Maks.	W	P
brzydki-ladny	6,89	7,00	3,00	1,92	0,05	-0,77	2,00	10,00	0,93	<0,001
religijny-niereligijny	3,36	3,00	3,00	2,15	1,11	0,85	1,00	10,00	0,87	<0,001
klótlivy-zgodny	4,70	5,00	3,00	2,27	0,51	-0,38	1,00	10,00	0,94	<0,001
pracowity-leniwy	2,97	3,00	2,00	1,87	1,27	1,73	1,00	10,00	0,86	<0,001
głupi-mądry	7,69	8,00	2,00	1,91	-0,87	0,80	1,00	10,00	0,91	<0,001
czysty-brudny	3,79	4,00	3,00	2,06	0,46	-0,36	1,00	10,00	0,94	<0,001
nieuczciwy-uczciwy	7,39	8,00	3,25	2,06	-0,54	-0,66	2,00	10,00	0,92	<0,001
radosny-smutny	4,59	5,00	3,00	2,29	0,02	-0,93	1,00	9,00	0,95	<0,001
obrzydliwy seksualnie atrakcyjny seksualnie	4,13	5,00	3,00	2,66	0,53	-0,56	1,00	10,00	0,90	<0,001
z poczuciem humoru bez poczucia humoru	3,78	3,00	3,00	2,16	0,72	0,10	1,00	10,00	0,93	<0,001
niezaradny-zaradny	7,04	8,00	4,00	2,25	-0,50	-0,76	2,00	10,00	0,92	<0,001
aktywny-nieaktywny	4,46	5,00	3,00	2,33	0,15	-0,99	1,00	9,00	0,94	<0,001
konserwatywny-postępowy	3,85	3,00	3,00	2,21	1,07	0,94	1,00	10,00	0,88	<0,001
samodzielny-zależny od innych	5,05	5,00	4,00	2,26	-0,10	-0,71	1,00	10,00	0,96	0,001
zamknięty-otwarty	6,22	6,00	3,00	2,21	0,06	-0,98	2,00	10,00	0,95	<0,001
ciepły-zimny	4,40	5,00	2,00	1,79	0,24	0,99	1,00	10,00	0,90	<0,001
zły-dobry	7,17	7,00	4,00	1,98	-0,17	-1,13	3,00	10,00	0,91	<0,001
małomówny-gadatliwy	7,50	8,00	2,00	2,19	-1,04	0,46	1,00	10,00	0,88	<0,001
gwałtowny-opanowany	6,69	7,00	3,25	2,35	-0,43	-0,63	1,00	10,00	0,94	<0,001
kolektywista-indywidualista	5,12	5,00	4,00	2,57	0,45	-0,88	1,00	10,00	0,92	<0,001
idealista-materialista	5,02	5,00	3,00	2,21	0,40	-0,48	1,00	10,00	0,94	<0,001
niesolidny-obowiązkowy	7,65	8,00	2,00	1,77	-0,80	0,96	1,00	10,00	0,92	<0,001

Zmienna zależna	M	Me	IQR	SD	Sk.	Kurt.	Min.	Maks.	W	P
zamożny-biedny	5,62	5,00	2,00	1,74	0,34	0,01	2,00	10,00	0,91	<0,001
szttywny-swobodny	5,37	5,00	3,00	2,20	0,18	-0,41	1,00	10,00	0,95	<0,001
dumny-pokorny	5,81	5,00	4,00	2,49	-0,06	-0,76	1,00	10,00	0,96	0,001
prostolinijny-podstępny	4,31	4,00	3,25	2,18	0,49	-0,32	1,00	10,00	0,95	<0,001
bez wykształcenia-wykształcony	6,63	7,00	3,00	2,03	-0,17	-0,65	2,00	10,00	0,94	<0,001
pedant-bałamaniarz	3,77	3,00	2,25	1,89	0,73	0,48	1,00	9,00	0,92	<0,001
bez ambicji-ambitny	5,95	6,00	4,00	2,18	0,17	-0,86	2,00	10,00	0,95	0,001

Źródło: badania własne.

Uzyskano podobne wyniki – założenie dotyczące rozkładu normalnego nie zostało spełnione ($p < 0,05$). Dodatkowo wartości odstające odnotowano dla par przymiotników: religijny–niereligijny, pracowity–leniwy, głupi–mądry, czysty–brudny, ciepły–zimny, niesolidny–obowiązkowy. W dalszym kroku wykonano obliczenia w grupie studentów z Polski (tabela 4).

Tabela 4. Podstawowe statystyki opisowe wraz z wynikiem testu Shapiro-Wilka w grupie Polaków

Zmienna zależna	M	Me	IQR	SD	Sk.	Kurt.	Min.	Maks.	W	P
brzydki-ladny	6,58	7,00	3,00	1,55	0,23	-0,25	3,00	10,00	0,94	<0,001
religijny-niereligijny	3,09	3,00	2,00	2,04	1,26	1,04	1,00	9,00	0,85	<0,001
klótlivy-zgodny	4,48	5,00	2,00	1,79	0,47	0,25	1,00	10,00	0,93	<0,001
pracowity-leniwy	4,02	4,00	3,00	2,07	0,38	-0,67	1,00	9,00	0,94	<0,001
głupi-mądry	7,21	8,00	3,00	2,07	-0,92	0,75	1,00	10,00	0,91	<0,001
czysty-brudny	4,38	4,00	4,00	2,27	0,27	-0,87	1,00	10,00	0,95	<0,001
nieuczciwy-uczciwy	6,95	7,00	4,00	2,05	-0,66	-0,10	1,00	10,00	0,93	<0,001
radosny-smutny	5,07	5,00	2,00	1,91	-0,14	-0,39	1,00	9,00	0,95	0,002
obrzydliwy seksualnie atrakcyjny seksualnie	4,60	5,00	2,00	1,61	0,01	0,46	1,00	9,00	0,91	<0,001
z poczuciem humoru bez poczucia humoru	4,58	4,00	3,00	2,00	0,38	-0,92	1,00	9,00	0,93	<0,001
niezaradny-zaradny	6,44	7,00	3,00	2,10	-0,27	-0,59	1,00	10,00	0,96	0,005
aktywny-nieaktywny	4,99	5,00	3,00	1,85	0,10	-0,34	1,00	9,00	0,96	0,003

Zmienna zależna	<i>M</i>	<i>Me</i>	<i>IQR</i>	<i>SD</i>	<i>Sk.</i>	<i>Kurt.</i>	<i>Min.</i>	<i>Maks.</i>	<i>W</i>	<i>P</i>
konserwatywny–postępowy	3,98	4,00	3,00	2,02	0,79	0,31	1,00	10,00	0,92	<0,001
samodzielny–zależny od innych	4,92	5,00	4,00	2,10	0,33	-0,48	1,00	10,00	0,96	0,003
zamknięty–otwarty	5,71	5,00	3,00	2,20	0,08	-0,80	1,00	10,00	0,96	0,003
ciepły–zimny	3,69	3,00	3,00	1,88	0,84	0,48	1,00	10,00	0,92	<0,001
zły–dobry	7,05	7,00	3,00	1,94	-0,71	0,38	1,00	10,00	0,92	<0,001
małomówny–gadatliwy	6,78	7,00	4,00	2,10	-0,04	-1,01	2,00	10,00	0,93	<0,001
gwałtowny–opanowany	6,00	6,00	3,00	2,21	-0,06	-1,07	2,00	10,00	0,94	<0,001
kolektywista–indywidualista	5,23	5,00	2,00	1,81	0,22	-0,49	2,00	9,00	0,94	<0,001
idealista–materialista	5,02	5,00	2,00	1,69	0,27	-0,28	2,00	9,00	0,93	<0,001
niesolidny–obowiązkowy	6,95	7,00	3,00	1,94	-0,64	-0,32	2,00	10,00	0,93	<0,001
zamożny–biedny	5,36	5,00	2,00	1,73	0,18	-0,19	2,00	9,00	0,92	<0,001
sztynny–swobodny	5,32	5,00	4,00	2,14	0,03	-1,06	2,00	10,00	0,94	<0,001
dumny–pokorny	5,10	5,00	3,25	1,96	0,29	-0,62	1,00	10,00	0,94	<0,001
prostolinijny–podstępny	4,22	4,00	2,00	1,79	0,33	-0,17	1,00	9,00	0,95	0,001
bez wykształcenia–wykształcony	5,76	5,00	2,00	1,73	0,50	-0,33	3,00	10,00	0,92	<0,001
pedant–bałaganiarz	4,37	5,00	2,00	1,77	0,42	-0,04	1,00	9,00	0,93	<0,001
bez ambicji–ambitny	5,86	5,00	2,00	1,86	-0,03	-0,02	1,00	10,00	0,94	<0,001

Źródło: badania własne.

Wyniki testu Shapiro-Wilka ponownie okazały się istotne statystycznie. W grupie Polaków rozkłady zmiennych również nie przypominają rozkładu normalnego. Jednocześnie wartości przekraczające trzecie odchylenie standardowe uzyskano dla par: kłótlivy–zgodny, ciepły–zimny oraz dobry–zły. Mimo nieistotnego testu chi kwadrat: $\chi^2(2) = 0,76$; $p = 0,684$, z którego wynika, że nie odnotowano dysproporcji w liczebnościach grup, zdecydowano się oprzeć analizę na testach nieparametrycznych. Zasadność doboru testów oparto na licznych obserwacjach odstających.

Chcąc sprawdzić, czy występują istotne statystycznie różnice pomiędzy Czechami, Słowakami i Polakami pod względem oceny osób starszych, wykonano test Kruskala-Wallisa. Wyniki testu zaprezentowano w tabeli 5.

Tabela 5. Wyniki testu Kruskala-Wallisa, którym porównano narodowości pod względem oceny osób starszych

zmienna zależna	Czechy (n = 89)		Słowacja (n = 102)		Polska (n = 95)		H(2)	P	η^2
	średnia ranga	Mdn	średnia ranga	Mdn	średnia ranga	Mdn			
brzydki–ładny	124,61 ^a	5,00	157,51 ^b	7,00	146,15 ^{ab}	7,00	8,01	0,018	0,02
religijny–niereligijny	182,44 ^a	5,00	131,45 ^b	3,00	119,96 ^b	3,00	30,46	<0,001	0,10
klótlivy–zgodny	151,94	5,00	142,30	5,00	136,87	5,00	1,61	0,448	<0,01
pracowity–leniwy	167,37 ^a	5,00	112,03 ^b	3,00	154,93 ^a	4,00	24,59	<0,001	0,08
głupi–mądry	125,41 ^a	7,00	159,40 ^b	8,00	141,68 ^{ab}	8,00	8,29	0,016	0,02
czysty–brudny	155,01	5,00	127,29	4,00	148,67	4,00	6,19	0,045*	0,01
nieuczciwy–uczciwy	130,81	7,00	157,06	8,00	140,82	7,00	5,06	0,080	0,01
radosny–smutny	147,89	5,00	133,24	5,00	150,41	5,00	2,55	0,280	<0,01
obrzydliwy seksualnie atrakcyjny seksualnie	133,17	4,00	137,33	5,00	159,79	5,00	5,89	0,053	0,01
z poczuciem humoru bez poczucia humoru	153,74 ^a	4,00	123,71 ^b	3,00	155,16 ^a	4,00	9,28	0,010	0,03
niezaradny–zaradny	148,67	7,00	153,20	8,00	128,24	7,00	5,09	0,078	0,01
aktywny–nieaktywny	146,21	5,00	132,21	5,00	151,62	5,00	2,99	0,224	<0,01
konserwatywny–postępowy	151,47	4,00	136,34	3,00	143,72	4,00	1,64	0,441	<0,01
samodzielny–zależny od innych	124,39 ^a	4,00	155,68 ^b	5,00	148,32 ^{ab}	5,00	7,43	0,024	0,02
zamknięty–otwarty	128,61 ^a	5,00	158,91 ^b	6,00	140,91 ^{ab}	5,00	6,69	0,035	0,02
ciepły–zimny	185,58 ^a	5,00	140,93 ^b	5,00	106,84 ^c	3,00	44,53	<0,001	0,15
zły–dobry	125,72	6,00	152,81	7,00	150,16	7,00	6,24	0,044*	0,01
małomówny–gadatliwy	117,12 ^a	6,00	170,94 ^b	8,00	138,75 ^a	7,00	21,09	<0,001	0,07
gwałtowny–opanowany	124,16 ^a	5,00	164,46 ^b	7,00	139,11 ^{ab}	6,00	11,95	0,003	0,04
kolektywista–indywidualista	131,13	5,00	142,61	5,00	156,04	5,00	4,36	0,113	<0,01
idealista–materialista	158,05	5,00	135,08	5,00	137,35	5,00	4,54	0,103	<0,01
niesolidny–obowiązkowy	121,78 ^a	7,00	166,90 ^b	8,00	138,72 ^a	7,00	15,03	<0,001	0,05
zamożny–biedny	130,31	5,00	154,52	5,00	144,02	5,00	4,42	0,110	<0,01
sztynny–swobodny	155,76	6,00	138,58	5,00	137,30	5,00	2,93	0,231	<0,01
dumny–pokorny	142,86	5,00	154,19	5,00	129,48	5,00	4,55	0,103	<0,01
prostolinijny–podstępny	142,56	4,00	144,07	4,00	143,77	4,00	0,02	0,991	<0,01
bez wykształcenia–wykształcony	146,23 ^{ab}	6,00	159,61 ^a	7,00	121,91 ^b	5,00	10,90	0,004	0,03
pedant–bałaganiarz	156,07 ^a	5,00	123,64 ^b	3,00	153,04 ^a	5,00	9,64	0,008	0,03
bez ambicji–ambitny	132,02	5,00	148,81	6,00	148,56	5,00	2,57	0,276	<0,01

Źródło: badania własne.

Adnotacja: średnie rangi o odmiennym indeksie literowym różnią się między sobą na poziomie $p < 0,05$. *– mimo istotnego statystycznie efektu porównania *post hoc* nie wykazały istotnych różnic między grupami.

Analiza wykazała, że narodowość badanych różnicuje ich ocenę jedynie w odniesieniu do wybranych cech osób starszych na kontinuum: brzydki-ładny, religijny-niereligijny, pracowity-leniwy, głupi-mądry, czysty-brudny, z poczuciem humoru-bez poczucia humoru, samodzielny-zależny od innych, zamknięty-otwarty, ciepły-zimny, zły-dobry, małomówny-gadatliwy, gwałtowny-opanowany, niesolidny-obowiązkowy, bez wykształcenia-wykształcony, pedant-bałamaniarz. W przypadku par przymiotników czysty-brudny oraz zły-dobry odnotowano bardzo słabe efekty. Nieco silniejsze – choć wciąż słabe – efekty stwierdzono dla par: brzydki-ładny, głupi-mądry, z poczuciem humoru-bez poczucia humoru, samodzielny-zależny od innych, zamknięty-otwarty, gwałtowny-opanowany, niesolidny-obowiązkowy, bez wykształcenia-wykształcony, pedant-bałamaniarz. Efekty umiarkowane zaobserwowano dla par: religijny-niereligijny, pracowity-leniwy, małomówny-gadatliwy. Jedyny efekt silny zaobserwowano w wypadku pary ciepły-zimny.

W dalszym kroku wykonano testy *post hoc* z poprawką Dunna-Bonferroni. Porównania te nie wykazały żadnych różnic dla efektu par czysty-brudny oraz zły-dobry.

Okazuje się jednak, że Czesi oceniali osoby starsze gorzej niż Słowacy pod względem wizerunku (brzydki-ładny), inteligencji (głupi-mądry), otwartości (zamknięty-otwarty) oraz opanowania (gwałtowny-opanowany). Jednocześnie Słowacy częściej niż Czesi uważali, że osoby starsze są zależne od innych. Polacy nie różnili się w ocenie tych cech ani od grupy Czechów, ani od grupy Słowaków.

Z kolei Słowacy różnili się od Czechów i Polaków w ocenie osób starszych pod względem następujących cech: pracowity-leniwy, z poczuciem humoru-bez poczucia humoru, małomówny-gadatliwy, niesolidny-obowiązkowy, pedant-bałamaniarz. Z porównań wynika, że Słowacy częściej niż Czesi i Polacy oceniają osoby starsze jako bardziej pracowite, obdarzone poczuciem humoru, gadatliwe, obowiązkowe i pedantyczne.

W porównaniu z Polakami i Słowakami Czesi oceniali osoby starsze jako bardziej niereligijne, z kolei Polacy uznali osoby starsze za bardziej wykształcone niż Słowacy.

Różnice pomiędzy wszystkimi grupami w ocenie zaobserwowano dla pary przymiotników: ciepły-zimny. Okazuje się, że osoby starsze były częściej oceniane jako zimne przez Czechów; Słowacy lokowali swoje oceny w punkcie środkowym skali (mediana = 5), natomiast Polacy oceniali je jako najbardziej ciepłe.

Konkluzje

Analiza wykazała, że narodowość respondentów oddziałuje na ocenę wybranych cech osób starszych, jednak siła tych różnic w większości przypadków jest słaba lub umiarkowana. Jedyny silny efekt zaobserwowano w odniesieniu do pary przymiotników ciepły–zimny, w przypadku której osoby starsze były postrzegane jako najbardziej ciepłe przez Polaków, bardziej neutralnie przez Słowaków, a najmniej ciepłe przez Czechów. Ci ostatni, w porównaniu ze Słowakami, oceniali osoby starsze gorzej pod względem wizerunku, inteligencji, otwartości i opanowania, choć jednocześnie postrzegali je jako bardziej samodzielne. W porównaniu z Czechami i Polakami Słowacy oceniali osoby starsze jako bardziej pracowite, obdarzone poczuciem humoru, gadatliwe, obojętne i pedantyczne. Czesi częściej przypisywali osobom starszym niechęć, natomiast Słowacy – częściej niż Polacy – postrzegali je jako bardziej wykształcone. Polacy nie różnili się istotnie w ocenie większości cech od Czechów i Słowaków.

Podsumowując, analiza ukazuje zróżnicowane postrzeganie osób starszych w zależności od narodowości, przy czym większość różnic ma subtelny charakter i odnosi się do specyficznych cech, takich jak religijność, wykształcenie czy ciepło w relacjach interpersonalnych.

Nasuwa się refleksja nad kształtowaniem się postaw utajonych i neutralnych wśród studentów pedagogiki – zagadnienie to może stanowić interesujący przedmiot dalszych badań.

W celu wypracowania postaw pozytywnych wśród studentów pedagogiki uzasadnione wydaje się promowanie kontaktów i współpracy międzypokoleniowej. Intensyfikacja działań na rzecz osób starszych – zarówno na poziomie lokalnym, jak i międzynarodowym – pozwala lepiej zrozumieć specyfikę pracy z seniorami. Kluczowym założeniem tych inicjatyw nie powinno być wywieranie presji na studentów w celu skłonienia ich do pracy z osobami starszymi, lecz inspirowanie ich do zmiany postaw wobec najstarszego pokolenia. Istotnym aspektem jest również przekazywanie pedagogom, nauczycielom i wychowawcom rzetelnej wiedzy na temat starości oraz procesów starzenia się. Takie działania sprzyjają budowaniu otwartości na dialog międzypokoleniowy oraz wzmacnianiu więzi między pokoleniami.

Bibliografia

- Age discrimination a serious problem, say people in Slovakia. (2022, November 2). *The Slovak Spectator*. <https://spectator.sme.sk/politics-and-society/c/age-discrimination-a-serious-problem-say-people-in-slovakia>
- Babbie, E. (2006). *Badania społeczne w praktyce*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Bieniak, M., Bąk, J., Chrzan-Rodak, A. Rząca, M., & Kochaniuk, H. (2019). Postrzeganie osób starszych przez studentów lubelskich uczelni wyższych. *Gerontologia Polska*, 27, 286–292.
- Centrum Badania Opinii Społecznej. (2009). *Polacy wobec ludzi starszych i własnej starości*. https://www.cbos.pl/PL/publikacje/raporty_tekst.php?id=4091
- Chimicz, D. (2017). Postrzeganie osób z niepełnosprawnością przez uczniów szkoły podstawowej. Przemiany w rezultacie oddziaływań edukacyjnych. *Lubelski Rocznik Pedagogiczny*, 36(2), 149–169. <https://doi.org/10.17951/lrp.2017.36.2.149>
- Cohen, E. S. (2001). The complex nature of ageism: What is it? Who does it? Who perceives it? *The Gerontologist*, 41(5), 576–577.
- Divilová, S. (2016). Semantic differential as one of the research tools suitable for establishing the attitudes of pupils towards old age and seniors. *Universal Journal of Educational Research*, 4(8), 1858–1862. <https://doi.org/10.13189/ujer.2016.040815>
- Główny Urząd Statystyczny. (2014). *Prognoza ludności na lata 2014–2050*. <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/prognoza-ludnosci/prognoza-ludnosci-na-lata-2014-2050-opracowana-2014-r-,1,5.html>
- Harwas-Napierała, J., & Trempała, B. (2000). *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Hudáková, A., Majerníková, L., & Obročníková, A. (2024). The perception of ageism from the perspective of different professions. *Pielęgniarstwo XXI wieku*, 23(1), 53–57. <https://doi.org/10.2478/pielxxiw-2024-0013>
- Hyunjeong, H., & Roehn, O. (2022). *Tackling the challenges of population ageing in the Slovak Republic*. OECD Publishing. <https://dx.doi.org/10.1787/03edcf77-en>
- Kanios, A., Weissbrot-Koziarska, A., Bocheńska-Brandt, A., & Kwiatkowski, Ł. (2022). Aksjologiczne uwarunkowania postaw studentów kierunków pomocowych wobec osób starszych na przykładzie Polski i Niemiec – perspektywa międzykulturowa. *Edukacja Międzykulturowa*, 2(17), 111–122. <https://doi.org/10.15804/em.2022.02.08>
- Kuriańska-Wołoszyn, J., & Wołoszyn, A. (2024). Zmiany w zakresie świadomości postaw prozdrowotnych zachodzące wśród kolejnych grup studentek pedagogiki wczesnoszkolnej – doniesienie z badań. *Język. Religia. Tożsamość*, 1(29), 387–398. <https://doi.org/10.5604/01.3001.0054.5850>
- Leszczyńska-Rejchert, A. (2010). *Człowiek starszy i jego wspomaganie – w stronę pedagogiki Starości*. Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego.
- Łobocki, M. (2011). *Metody i techniki badań pedagogicznych*. Oficyna Wydawnicza IMPULS.

- Maciątek, J., & Kurcz, I. (1992). Stereotypy różnych narodowości występujące u dorosłych Polaków. Doniesienia z badań pilotażowych. W Z. Chlewiński i I. Kurcz (Red.), *Stereotypy i uprzedzenia* (199–215). IP PAN.
- Pakos, E. (2017). Ludzie starzy w oczach młodzieży – wyniki badań własnych. *Folia Oeconomica: Acta Universitas Lodzensis*, 3(329), 167–177.
- Pakuła, M. (2007). *Postawy osób starszych wobec edukacji. Studium teoretyczno-diagnostyczne*. Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej.
- Perek-Białas, J., Ruzik, A., & Vidovicova, L. (2008). Active ageing policies in the Czech Republic and Poland. *International Social Science Journal*, 58(190), 559–570. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2451.2008.00655.x>
- Pilch, T., & Bauman T. (2019). *Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe*. Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Popielski, K. (2014). *Psychologia egzystencji: Wartości w życiu*. Wydawnictwo KUL.
- Szarota, Z. (2011). *Aktywizacja, rozwój, integracja – ku niezależnej starości*. Krakowska Akademia im. Andrzeja Frycza Modrzewskiego.
- Szatur-Jaworska, B., Błędowski, P., & Dziegielewska, M. (2006). *Podstawy gerontologii społecznej*. Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR.
- Śleszyński, D., & Wiśniewski, A. (1977). Dyferencjał Semantyczny jako metoda pomiaru preferencji dążeń życiowych (problemy teoretyczne i propozycje badawcze). *Philosophiae Christianae*, 13(2), 195–206.
- Świderska, M., & Kapszewicz, P. (2015). Stereotypy dotyczące starzenia się i ludzi starych w opiniach studentów medycyny. *Pedagogika Rodziny*, 5(4), 185–199.
- Świdzińska, A. (2020). Edukacja międzykulturowa jako element kształcenia pracowników służb społecznych. *Annales Universitatis Mariae-Curie-Skłodowska. Sectio J, Paedagogia-Psychologia* 33(1), 267–281. <http://dx.doi.org/10.17951/j.2020.33.1.267-281>
- Tokaj, A. (2008). *Starość w perspektywie studiów pedagogicznych*. Wyższa Szkoła Humanistyczna im. Króla Stanisława Leszczyńskiego.
- Węziak-Białowolska, D. (2013). *Model kapitału intelektualnego regionu. Koncepcja pomiaru i jej zastosowania*. Szkoła Główna Handlowa.
- Wojciszke, B. (2006). *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Wojciszke, B. (2015). *Psychologia społeczna*. Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Zaťková, T., Š., Ambrozy, M., Tokovská, M., & Solcová, J. (2024). University students' views and understanding towards ageing and older adults. *Ad Alta: Journal Of Interdisciplinary Research*, 14(1), 277–282. <https://doi.org/10.33543/j.1401.277282>

Sławomir Sztobryn¹ 

Zarys koncepcji autobiografii prospektywnej

A conceptual framework for a prospective autobiography

Streszczenie:

Tekst przedstawia koncepcję autobiografii prospektywnej, w której punkt ciężkości przesunięto z opisu przeszłości na kreowanie przyszłych możliwości jednostki. Autor podkreśla, że tradycyjne, retrogresywne ujęcie autobiografii ma charakter linearny i statyczny, co prowadzi do ograniczenia tożsamości do tego, co już się wydarzyło. W podejściu prospektywnym przeszłość nie determinuje w pełni teraźniejszości ani przyszłości, lecz staje się dynamicznym materiałem do konstrukcji możliwych ścieżek rozwojowych. Kluczowe znaczenie ma pojęcie re-konstrukcji – twórczego nadawania sensu własnym doświadczeniom i projektowania tożsamości poprzez splatanie minionych wydarzeń z przyszłymi możliwościami. Perspektywa prospektywna integruje wrażliwość na potencjał, autonomię, wartości i etyczną odpowiedzialność, czyniąc z autobiografii narzędzie refleksji, samorozwoju i planowania rozwojowego. Koncepcja ta otwiera nowe kierunki badań w pedagogice i gerontologii społecznej, ukazując, że narracja życia może służyć nie tylko opisowi przeszłości, lecz także aktywnemu kształtowaniu przyszłości jednostki.

Słowa kluczowe:

pedagogika, geragogika, autobiografia prospektywna, re-konstrukcja

Summary:

This paper presents the concept of prospective autobiography, in which the emphasis shifts from describing the past to shaping an individual's future possibilities. The author argues that the traditional, retrospective approach to autobiography is linear and static, limiting identity to what has already happened. In the prospective approach, the past does not fully determine the present or the future; instead, it becomes dynamic material for constructing possible developmental pathways. Central to this perspective is the notion of re-construction – the

¹ Towarzystwo Pedagogiki Filozoficznej im. Bronisława Ferdynanda Trentowskiego z siedzibą w Łodzi, s.sztobryn@wp.eu

creative process of making sense of one's experiences and designing identity by interweaving past events with future possibilities. The prospective perspective integrates sensitivity to potential, autonomy, values, and ethical responsibility, making autobiography a tool for reflection, self-development, and developmental planning. This concept opens new research directions in pedagogy and social gerontology, showing that life narratives can serve not only to describe the past but also to actively shape an individual's future.

Keywords:

pedagogy, geragogy, prospective autobiography, re-construction

Przeszość rozumiana jako kategoria pojęciowa

W badaniach pedagogicznych, gerontologicznych, socjologicznych czy historycznych częstym podejściem badawczym jest analiza retrogresywna. Można ją opisać, wskazując na kilka charakterystycznych właściwości. Po pierwsze, każda próba reprezentacji przeszłości zamraża ruch, wycina konteksty, skracając przy tym perspektywę i upraszczając obraz. W tworzeniu autobiografii dominuje z konieczności zwrot ku przeszłości, która bywa traktowana niekiedy jako jedyna wykładnia prawdy o życiu piszącego, a z pewnością jako fundament takiej narracji. W konsekwencji tożsamość autora jest zbudowana z tego, co się już wydarzyło, co miało z założenia jeden niepowtarzalny przebieg, rekonstruowany następnie w autobiografii. To, kim jest ów autor, znajduje wyjaśnienie i interpretację na podstawie faktów, a szerzej – wydarzeń, które minęły i które są wybiórczo odtwarzane. Przeszość zatem determinuje stan obecny i przyszły. Zauważmy, że przyjęty w niej model czasu ma charakter linearny i w pewnym sensie graniczny. Wychodzi się ze stanu pierwotnego, i dokonując selekcji określonych wydarzeń, dochodzi się do stanu aktualnego, który wciąż ciąży ku przeszłości. Z perspektywy postawionego problemu przyszłość, stanowiąca tu kategorię centralną, jest jednoznacznie dookreślana przez przeszłość. Z punktu widzenia hermeneutyki autobiografii można zrekonstruować jedynie te sensy, które zostały niegdyś owym wydarzeniom nadane. Cała reszta – jeśli można tak się wyrazić – cały nieujawniony potencjał nagromadzonego doświadczenia pozostaje niewidoczny i milczący, a zatem nie uczestniczy w definiowaniu czy kształtowaniu własnej tożsamości. Wydaje się to istotne, ponieważ większość tych niezrekonstruowanych doświadczeń spada niejako pod próg świadomości². Z pewnością można

2 Na długo przed Zygmuntem Freudem Jan Fryderyk Herbart opisał przestrzeń podprogową jako niefizyczne miejsce, w którym utrwalone są wszystkie masy wyobrażeń, mające tę szczególną właściwość, że mogą być, na drodze mechaniki wyobrażeń, przyciągnięte do świadomości. Inaczej mówiąc, nic, co zostało spostrzeżone, nie znika, lecz czeka na swą aktualizację, stając się potencjalnym elementem tworzonej autobiografii.

zauważyć, że różne konteksty społeczne czy nawet sytuacyjne przywołują z głębin pamięci wspomnienia, które były uznawane za utracone. Jeśli potraktować doświadczenie człowieka jako swoisty materiał – przędzę, z której tkana jest opowieść o własnym życiu – to okazuje się, że ta opowieść jest skrajnie selektywna, pełna luk, ahistorycznych przedstawień, a niewątpliwym ryzykiem jest także skłonność autora do idealizacji przeszłości lub przeciwnie, do jej patologizacji.

W kulturze europejskiej istnieje długa tradycja takiego retrogresywnego oglądu (auto)biografii – czy to w chrześcijańskiej pamięci i grzechu pierworodnym, czy w kartezjańskim określeniu własnej podmiotowości w oparciu o wiedzę, którą niegdyś posiadano, czy we współczesnej psychoanalizie, poszukującej źródeł aktualnych problemów także w dzieciństwie. Ten model okazuje się statyczny – „jesteś tym, czym byłeś” – życie człowieka jest w najlepszym wypadku kontynuacją, nadbudową tego, co już było. Przeszłość petryfikuje stan faktyczny, opis autobiografii jest linearny, a czas jawi się jako strumień, który płynie w jednym kierunku i zamyka następujące po sobie wydarzenia niczym kolejne klatki filmu. Jaźń zostaje zamknięta w hermeneutyce tego, co się wydarzyło. To skłania do przekonania, że autobiografia tworzona w konwencji retrogresywnej może zamykać przestrzeń rozwojową człowieka, a temu, jak sądzę, przeciwdziała projektowana autobiografia prospektywna. Co się kryje pod tym pojęciem, które, jak mi się wydaje, w gerontologii społecznej jeszcze nie funkcjonuje, zostanie przedstawione w dalszych rozważaniach.

Propozycja, jaką zamieszczam poniżej, jest próbą podważenia linearnej chronologii i rozważenia możliwości odejścia od takiego „klasycznego” podejścia. Nie oznacza to oczywiście, że nigdy wcześniej nie podejmowano takich prób. Jedną z nich jest na przykład sprawozdanie z badań empirycznych prowadzonych przez badaczy holenderskich, które potwierdziło możliwość powiązania w autobiografii wątków retrogresywnych z progresywnymi³ (Schroots i et al., 2004; Tabaszewska, 2017, 2022). Choć proponowana koncepcja autobiografii

3 Podobne sugestie jak u cytowanych autorów, choć budowane w innej konwencji językowej i odniesione do sfery polityki, znajdują się w inspirujących do dyskusji pracach Justyny Tabaszewskiej. Szczególnie artykuł z 2022 roku domaga się komentarza z perspektywy proponowanej koncepcji. Tekst nakreśla szeroki horyzont zachodnich badań nad pamięcią historyczną i w warstwie sprawozdawczej jest niezwykle interesujący. Metafora pamięci przyszłości rozszerza jednak znaczenie pojęcia pamięci. Przede wszystkim niejednoznaczna jest filozofia czasu, którą posługują się cytowani przez Autorkę zachodni myśliciele. Preferowane przez nią stanowisko Briana Massumiego polegające na zapobieżeniu określonej wizji przyszłości w oparciu o engramy pamięci zachowuje „klasyczną” strzałkę czasu od przeszłości do przyszłości, a pamięć tego, co nie zaistniało, okazuje się z tej perspektywy swoistym paradoksem czy pseudoanamnezą. W swojej narracji świadomie rezygnuję z szerszego odnośnienia się do stanowisk innych autorów, aby własny projekt był bardziej klarowny i nie zagubił się w licznych refutacjach.

prospektywnej ma charakter uniwersalny i odnosi się do całego biegu życia, szczególnie wyraźnie ujawnia swój sens w późnej dorosłości, w której napięcie między doświadczeniem nagromadzonej przeszłości a otwartością (bądź jej zanikiem) wobec przyszłości staje się egzystencjalnie i edukacyjnie kluczowe.

Założenia koncepcji temporalnej

Punktem wyjścia dla niniejszych rozważań jest określona koncepcja czasu, zgodnie z którą teraźniejszość nie stanowi samodzielnego, stabilnego wymiaru doświadczenia, a raczej dynamiczny i trudny do uchwycenia punkt styku przeszłości i przyszłości. Przyjęcie takiej perspektywy pociąga za sobą odmienny sposób rozumienia autobiografii – zamiast jednej, linearnej narracji życia ujawnia się wielość możliwych jego przebiegów. Autobiografia przestaje być rekonstrukcją jednego ciągu zdarzeń, a staje się przestrzenią ujawniania alternatywnych ścieżek biograficznych. Przeszłość i przyszłość – jako kategorie opisu – nie są jedną linią, lecz ruchami jednego pola, które oznacza więź między elementami doświadczenia. To istotnie zmienia perspektywę interpretacyjną. Przyjęcie takiej wykładni pozwala na dalsze rozstrzygnięcia. Skoro czas w życiu doczesnym – rozumiany jako kategoria egzystencjalna – ma charakter linearny, to ujęcie retrogresywne wydaje się najbardziej oczywistym i bezpośrednim podejściem. Jednak dostrzeżenie i uznanie permanentnego splatania się przeszłości z przyszłością musi respektować fakt, że to, co minione, jest w pewnej części składową tego, co dopiero potencjalne, jak i – odwrotnie – to, co jest jakimś projektem przyszłych ścieżek życia, wydobywa z pamięci biograficznej te wydarzenia (tu rozumiane szeroko jako fakty natury fizycznej, psychicznej, emocjonalnej czy działaniowej), które w jakiś sposób korespondują z naszymi wyobrażonymi projektami. Mówiąc inaczej, przeszłość jest tu niczym podkład muzyczny w utworze, który właśnie jest tworzony. Z pamięci biograficznej wydobywane są te momenty, które z określonych powodów uznawane są za adekwatne. Potok świadomości oscyluje między tymi dwoma limesami. Życie jest rozpięte między tym, co już zamknięte i statyczne (fakty przeszłości), a tym, co otwarte i dynamiczne, przy czym to na tej drugiej formie chcę oprzeć swoją koncepcję autobiografii prospektywnej. Taki punkt widzenia stanowi dialektyczne odwrócenie, bez negacji, stanowiska retrogresywnego, które zakładało schemat wychodzący od przeszłości, odwołanie do teraźniejszości oraz umożliwiałoby wynikający z niej projekt przyszłości (Muszyński, 2024, pp. 331–350). W tym tradycyjnym stanowisku centralną kategorią jest przeszłość ze wszystkimi jej odniesieniami do teraźniejszości oraz z wywieranym przez nią kształtującym naciskiem na przyszłość. Perspektywa odwrotna, z wyżej zasygnalizowanym „wyłączeniem” teraźniejszości, zmierza

do takiej reorganizacji przeszłości, w której przyszłość nie jest schyłkowym dodatkiem do niej, lecz wręcz warunkiem jej pisania.

Autobiografia prospektywna jest nie tylko zmianą perspektywy temporalnej, lecz także dynamicznym, kreatywnym podejściem do własnej egzystencji, w której bardziej cenne jest to, co przed nami, niż to, co bezpowrotnie przeminęło. W tym nowym ujęciu tożsamość piszącego autobiografię nie wynika już z tego, kim był, lecz z tego, kim (czym) może się stać. W tym ujęciu całkowicie znika linearność, a zastępuje ją wielowektorowość. O ile przeszłość jest postrzegana jako jedna trajektoria (a przynajmniej jako układ o skończonej liczbie wariantów), o tyle perspektywa prospektywna otwiera wiele możliwych ścieżek, które takiej granicy nie mają. Autor nadaje sens(y) temu, co może się wydarzyć – sens wytwarza się do przodu, nie wstecz. Z perspektywy gerontologii społecznej i andragogiki takie podejście wydaje się szczególnie obiecujące. Autobiografia może stać się narzędziem nadawania formy temu, co potencjalne – może służyć rozpoznawaniu możliwych kontynuacji siebie, uwydatnianiu i precyzowaniu indywidualnej potencjalności jednostki. Ujęcie to ma charakter dynamiczny i otwarty, ponieważ nie zamyka doświadczenia starości w bilansie przeszłości, lecz traktuje je jako obszar dalszego stawania się. Znajdujemy tu wrażliwość na to, co niedopowiedziane, potencjalne, zakryte, powiązane z autorefleksyjnością. Nie zanika tu sięganie do przeszłości, lecz dokonuje się jej re-interpretacja, a zarazem unika się ugrzęźnięcia w niej. Wydaje się, że projekt ten może stanowić otwarcie dla przyszłych badań empirycznych, koncentrujących się na kompletowaniu stanów faktycznych oraz ich analitycznym komentowaniu przez badacza. Jeśli w te badania zostanie włączona wrażliwość na coś, co jeszcze nie zostało nazwane, a także na dostrzeganie możliwości, wówczas otwiera się przestrzeń twórczego re-konstruowania samego siebie⁴. Autobiografia prospektywna jest zatem formowaniem tego, co jeszcze nie ma formy, czyli kształtowaniem życia w przestrzeni możliwości. Z badań empirycznych wynika, że w toku życia ludzka perspektywa temporalna na kontinuum przeszłość–przyszłość wraz z wiekiem wyraźnie przesuwana ku przeszłości, podczas gdy słabnie znaczenie egzystencji opartej na projektach prognostycznych (Szczuka, Steuden, 2020; Król, Boniecka, Rzepa, 2016). W proponowanym ujęciu przyszłe „ja” jawi się jako pre-forma – zapowiedź wyboru jednej z wielu możliwych ścieżek. Życie nie domyka się, lecz zyskuje pozytywną, dynamiczną i w efekcie bardziej szczęśliwą postać.

Z perspektywy antropologicznej wskazuje się na człowieka, który jest nadal w ruchu, staje się, a jego biografia ma przed sobą wachlarz możliwości. Forma, jaką człowiek nadaje autobiografii, jest także dynamiczna, ponieważ istotą tego

4 To myślenie będzie miało konsekwencje aksjologiczne, które przedstawię w dalszej części rozprawy.

procesu jest bycie w nieustannym „między” – między tym, co się wydarzyło, a tym, co się może wydarzyć. Właściwie należałoby powiedzieć, że forma, którą nadajemy naszej rzeczywistości, nie jest czymś wymyślonym od zera; bliższe prawdy byłoby twierdzenie, że się ją odsłania. Nie ma w tym ani metafizyki, ani determinizmu – jest to raczej wyraz tego, że życie człowieka ma swój niepowtarzalny wewnętrzny ruch, swoją własną melodię, którą można z wirtuozerią ujawnić. Wrażliwość – autobiograficznie odkrywana – jest zdolnością wyczuwania drobnych zmian w sobie, odbierania impulsów, które są pozaracjonalne i nie są jeszcze jasnymi myślami; jest to także zdolność odróżniania tego, co własne, od tego, co jest imitacją, pozorem lub ułudą. Człowiek nie jest skończonym bytem, a jego kształt zmienia się nie tylko wraz z nagromadzeniem doświadczeń i przeżyć. Przyszłość jawi się jako jeszcze nie gotowa, ale nadal własna – jest miejscem urzeczywistnienia się ludzkiej twórczości.

W autobiografii prospektywnej forma przyszłego życia ujawnia się we własnym systemie wartości, w dokonywanych wyborach celów, w tworzeniu jego nowych kierunków, w samej narracji, w zgodzie na przemianę. Ta przeczuwana forma przyszłości nie istnieje jeszcze realnie, lecz jest już zdolna wpłynąć na życie. Na poziomie racjonalnym będą to kształtujące decyzje, natomiast na poziomie emocjonalno-egzystencjalnym – trudne do zwerbalizowania, a zarazem silnie odczuwane doznania. Każdy kolejny dzień jest krokiem w formowaniu bycia, a każde zdarzenie jawi się jako dialog z możliwością, którą autor autobiografii nosi w sobie. Z tej perspektywy autobiografia prospektywna jest autoteliczną formą rozwoju; ma procesualny charakter, splata wciąż na nowo stare i nowe wątki naszego życia oraz – co warto podkreślić – jest źródłem autentycznej tożsamości. W tym ujęciu ujawnia się ludzka twórczość – ona nie produkuje, lecz odsłania to, co najgłębsze.

Projektowana autobiografia sięga ku tym jeszcze przesłoniętym głębinom; jest swoistym laboratorium formy. Forma, jaką nadajemy aktom życia (świat realny) czy narracji (zawsze selektywny opis), jest chwilowym odsłonięciem potencjału, jest rozpoznaniem pokrewieństw między tym, co istnieje, a tym, co dopiero się rodzi. W tym sensie każdy człowiek jest ewidentnie „niezakończony”, zatem autobiografia w tej koncepcji jest wielokształtnym procesem poszukiwania i nadawania formy temu, co jest potencjalnie obecne. Paradoksalnie każdy możliwy wybór otwiera różne ścieżki, które ostatecznie kształtują wielość autobiografii. Jednak właśnie ta „nieskończoność” człowieka nie może być ze swej istoty domknięta jedną, jedyną prawdziwą autobiografią. Zatem autobiografia musi odwoływać się do holistycznej wręcz relacyjności naszego istnienia z całą otaczającą rzeczywistością – człowiek nie stoi nad naturą, lecz wchodzi w sieć jej wibracji. Natura nie jest zasobem, lecz współobecnością – dodajmy: głęboko etyczną.

Można powiedzieć, że natura jest dla autobiografa swoistym lustrem ontologicznym. Permanentne splatanie się nici przeszłości z przyszłością dokonuje się w procesie ciągłego dostrajania do otaczającego bytu, w więzi z rzeczywistością materialną i duchową oraz w subtelnych odczuwaniu przemijania. Może to wieść człowieka ku odkrywaniu harmonii, która także ma swoją autobiograficzną amplitudę. W ujęciach gerontologicznych późna dorosłość bywa opisywana jako faza przesunięcia perspektywy temporalnej ku przeszłości, czemu towarzyszą procesy bilansowania życia i integracji doświadczenia. Jeśli jednak przyjąć różniczenie na tzw. trzeci i czwarty wiek⁵, można potraktować je nie jako sztywną sekwencję rozwojową, lecz jako odmienne konfiguracje relacji między pamięcią a projektem, w których autobiografia prospektywna pełni różne funkcje. W tym sensie autobiografia prospektywna może być rozumiana jako praktyka podtrzymująca zaangażowanie – umożliwiającą porządkowanie projektów, ról i relacji w perspektywie jeszcze otwartej przyszłości, a zarazem przeciwdziałająca redukcji starości do wyłącznej retrospekcji.

Rekonstrukcja i re-konstrukcja w autobiografii

Autobiografia prospektywna wpisuje się w narracyjne podejście do starości, w którym opowieść o życiu nie jest jedynie zapisem przeszłych zdarzeń, lecz sposobem konstruowania sensu w obliczu przemijania, zależności i ograniczeń. Narracja nie domyka tu biografii, lecz reorganizuje jej znaczenia w świetle możliwych, choć zmieniających się, projektów przyszłości. Istotną kwestią w zasygnalizowanych rozważaniach jest uchwycenie różnicy między dwoma pojęciami, które dotyczą kolejno autobiografii retrogresywnej i autobiografii prospektywnej. Terminy te, jak mogłoby się wydawać, różnią się nieznacznie, ale ich ładunek konceptualny jest istotny i zróżnicowany. Są to pojęcia: rekonstrukcji i re-konstrukcji. Pierwsze z nich można wyjaśnić poprzez odniesienie do rekonstrukcji postrzeganej jako odtworzenie. W przypadku autobiografii może to być próba możliwie wiernego opisanego tego, co się wydarzyło, i odtworzenia „martwych” już faktów, zatem ujęcie to jest z konieczności statyczne. Taka rekonstrukcja nie jest w pełni możliwa, ponieważ nawet najdoskonalszy zapis jest w najlepszym wypadku asymptotyczny wobec rzeczywistego biegu wydarzeń. Selekcja znaczących wydarzeń jest arbitralna, zatem narracja, mimo ogromnego wysiłku autora,

5 W czwartym wieku narracja retrospektywna zyskuje szczególne znaczenie integracyjne, co nie oznacza jednak całkowitego zaniku wymiaru prospektywnego. Przyszłość – nawet jeśli ograniczona – pozostaje bowiem przestrzenią sensu, decyzji aksjologicznych i odpowiedzialności, a nie jedynie pustym horyzontem biologicznego domknięcia.

nigdy do końca nie oddaje pełni prawdy. Prawda o sobie zawsze jest obciążona psychologicznie, ponieważ wolimy przedstawić swoją najlepszą twarz, a unikamy ujawniania słabości. Choć zagadnienie to było już wcześniej sygnalizowane, warto jednak podkreślić, że uwarunkowania pamięci są składnikiem istotnym i zarazem silnie zaburzającym narrację autobiograficzną. Odtwarzanie zazwyczaj dąży do zachowania chronologii opisu, co jest cechą ujęć liniowych. Inaczej mówiąc, narracja rekonstrukcyjna ma w sobie coś z archeologii, ponieważ usiłujemy „odkopać” i opowiedzieć „martwą” przeszłość.

Inaczej rzecz ma się z zawartością konceptualną re-konstrukcji. Pojęcie to można rozumieć jako ponowne zbudowanie. Z posiadanych doświadczeń i nagromadzonych faktów konstruujemy przyszłość, nadajemy jej strukturę zgodną z aktualnymi potrzebami i przyszłymi możliwościami, oraz tworzymy narrację, która pozwala spojrzeć na biografię z różnych perspektyw i w różnych kontekstach. W tym ujęciu spłot przeszłości i przyszłości znajduje odniesienie do realnych i wyobrażonych planów, które są tak samo „nasze”, jak fakty z przeszłości. Czy unikamy wyżej wskazanych słabości rekonstrukcji? Niekoniecznie, ale zyskujemy możliwości, których ona nie dawała, ponieważ re-konstrukcja jest zawsze działaniem płynnego, teraźniejszego „ja”, które pracuje na rzecz swoich przyszłych form. Przeszłość nie jest tu domkniętą księgą, choćby dlatego, że może wystąpić w wielorakich spłotach z przyszłością. Ponadto przeszłość można postrzegać jako surowiec, który, jak gleba drzewom, pomaga rosnać temu, co powołamy w przyszłości. Tożsamość nie wynika tutaj z pamięci, lecz z aktywności interpretacyjnej; minione wydarzenie nie jest „takie, jakie było” lecz pozostaje jednym z możliwych wątków, które mogą zostać twórczo rozwinięte. W miejsce archiwistyki życia pojawia się architektura życia. Re-konstrukcja staje się twórczą redakcją, poszukiwaniem nowego układu znaczeń i nadawaniem nowego kierunku, co także zwiększa obszar naszej wolności. Walory takiego myślenia można wyartykułować również w ten sposób, że w perspektywie filozoficznej oznacza ono akceptację pluralizmu możliwych form przeszłości, w sensie psychologicznym – twórcze konstruowanie tożsamości, a w sensie egzystencjalnym – ważnym dla andragogiki – stanie się w pełni autorem, a nie produktem własnej historii.

Warto w tym miejscu nawiązać do jednego z wyjściowych założeń o nieobecności teraźniejszości. Skoro nie można mówić o stałym punkcie, a jedynie o płynnym przenikaniu się perspektyw czasowych, to re-konstrukcja jest napięciem między tym, co się już uformowało, a tym, co próbuje przyjąć formę. Typowa dla rekonstrukcji liniowość przeszłości staje się tu jedną z możliwych linii, która może przybrać postać jednego z wielu możliwych spłotów temporalnych wówczas, gdy człowiek zmienia kierunek swego wzrostu. Re-konstrukcja przeszłości jest

działaniem twórczym na rzecz przyszłości, a w moim przekonaniu stanowi największą wartość autobiografii prospektywnej – jest wynajdywaniem i precyzowaniem sensów dla przyszłego „ja”. Opis nadal będzie asymptotyczny, ale obecna asymptota nie wynika ze statycznego, linearnego podejścia do autobiografii, lecz z natury naszej podmiotowej konstrukcji. Elementem komplikującym tę problematykę jest spostrzeżenie, że to re-konstrukcyjne splatanie się wydarzeń jest swoistą grą regułami, których nie zna się do końca, ponieważ w grę mogą wchodzić nieświadome heurystyki, style pamięciowe i językowe, emocjonalne potrzeby, a nawet preferencje estetyczne. Jeśli tradycyjną rekonstrukcję określimy schematycznie powrotem do źródła, to już re-konstrukcji tak ująć nie możemy. Jest ona kolejnym otwarciem, jakąś formą wzrostu, rozwoju, przemiany. W tej perspektywie życie jest dynamiczne, a nagromadzenie licznych doświadczeń człowieka dojrzałego stanowi przyjazną bazę dla tego rozwoju – podobnie jak w muzyce basy są fundamentem właściwego koncertu. W toku tej analizy pojawia się pytanie o spójność takiej wielowektorowej przyszłości. Czy nie będzie ona nieprawdziwym, bezsensownym błędzeniem? Otóż w tym projekcie spójność opisu autobiograficznego nie będzie wynikała z osi czasu, ale z rdzenia osoby, który nie jest statyczny, lecz dynamicznie jednorodny. W ten sposób współcześnie opisuje się kategorię osobowości. Wielowektorowe przyszłości są spójne, ponieważ wyrastają z jednego stylu bycia, z jednego centrum organizacji doświadczenia. Ta organizacja jest z konieczności selektywna, ponieważ życia nie da się uchwycić w sposób kompleksowy, ale można wskazać pewne reguły tej selekcji, które scalają ową re-konstrukcję. Z perspektywy fenomenologicznej i hermeneutycznej każdy osoba ma właściwy sobie sposób przechwytywania sensu. W grę wchodzi także przedrefleksyjne wartościowanie, które pewne zdarzenia akcentuje silniej niż pozostałe. Wybieramy te „puzzle”, które najlepiej współgrają w prezentowanych wyżej splotach temporalnych i które najmocniej odpowiadają jakości naszego bycia. Ta sama selekcja oglądana z perspektywy psychologicznej ujawnia obecność schematów tożsamościowych, ponieważ wybieramy te wspomnienia, które nie podważają naszej wewnętrznej jedności. Nie bez znaczenia są aspekty emocjonalne – wydarzenia silnie nacechowane emocjami utrwalają się i łatwiej się je przywołuje. Metaforycznie rzecz ujmując, reguły te są w nas obecne niczym woda w źródle – działają, choć nie musimy uświadamiać sobie, jak.

Istotne znaczenie dla problematyki re-konstrukcji ma kategoria całości. W kontekście jedności, podmiotowości czy spójności to ona najlepiej daje się wyeksplikować; stanowi perspektywę zarówno oglądu samego siebie, jak i autobiograficznej narracji. Pierwsze jest w(o)glądem do/z wnętrza, drugie – ekspresją na zewnątrz. Całość może być postrzegana – w tradycji Zachodu – jako suma składników lub ich struktura, jednak w obecnym ujęciu jawi się jako ukryta spójność

doświadczenia, pewien indywidualny styl bycia. W kulturze Wschodu całość jest wydarzeniem, a nie stanem. Jeśli podążać tym tropem, to całość jawi się jako momentalna konfiguracja splatania się procesów. Ten dynamiczny, procesualny sposób postrzegania całości ma bezpośrednie przełożenie na andragogikę, a w jej ramach – na postulowaną autobiografię prospektywną. Tak rozumiana całość nie może być zbiorem doświadczeń, lecz raczej aktualnym wzorem, formą, która staje się plastyczna w sposobie wyobrażania sobie przyszłości. Tradycyjnie pojęta (auto)biografia zawsze stanowi konieczną część tej całości, choć pozostaje tylko jej wycinkiem – dopiero spłot z przyszłością pozwala na jej względnie pełną ekspresję. Zasadniczym atrybutem tej całości jest ruch polegający na łączeniu wydobywanych i tworzonych znaczeń. Całością jest nie to, „co jest”, lecz to, „jak się wydarza”. W perspektywie gerontologii społecznej można powiedzieć, że dorosły nie tyle posiada całość, ile tworzy ją za każdym razem, gdy – na przykład w ramach autobiografii – nadaje określony sens swemu życiu. Ta całość, choć zmienna, wciąż jest jedna, ponieważ wydarza się z wnętrza człowieka. Zatem, podsumowując, można nawiązać do uczenia się dorosłego i stwierdzić, że filarem tego procesu jest nie tyle porządkowanie jego życia w rekonstrukcyjnej autobiografii, ile wspieranie dynamicznego splatania się doświadczeń⁶.

Etyczność autobiografii prospektywnej

Autobiografia prospektywna, akcentując przyszłość i potencjalność, narażona jest na zarzut arbitralności, subiektywizmu oraz etycznej dowolności. Zarzut ten byłby zasadny jedynie wówczas, gdyby została oderwana od spójnego systemu wartości. W proponowanym ujęciu autobiografia prospektywna nie opiera się jednak na dowolnej projekcji przyszłości, lecz na aksjologicznie ugruntowanym rozumieniu osoby jako bytu zobowiązanego wobec wartości, które ją przekraczają. Z perspektywy geragogicznej – a szerzej pedagogicznej – człowiek ujmowany jest jako istota zdolna do doskonalenia siebie: *homo crescens*. Z istoty tego procesu musi zostać wyłączony fałsz interpretacyjny. Możliwe są błędzenie, niepełność rozumienia czy zmienność interpretacji, nie jest natomiast dopuszczalne świadome konstruowanie autobiografii wbrew prawdzie przeżycia i intencji. W tym sensie narracja autobiograficzna nie może naruszać podstawowych warunków odpowiedzialności aksjologicznej, o ile ma pełnić funkcję rozwojową. Wykluczenie fałszu interpretacyjnego wpisuje się w etyczny imperatyw

6 Prezentowany projekt nawiązuje do paradygmatów obecnych w gerontologii społecznej, w szczególności do paradygmatu biograficznego, paradygmatu kompetencji życiowych oraz paradygmatu uczenia się narracyjnego.

autentyczności, w którym narracja służy rozwojowi podmiotu, a nie jego zniekształceniu⁷. Edukacja – rozumiana szeroko jako proces formowania osoby – ma ze swej istoty charakter prospektywny. Jest ruchem ku przyszłości, która stanowi horyzont sensu i wpływa na sposób rozumienia przeszłości. Prawda narracji autobiograficznej nie polega zatem na obiektywistycznej wierności faktograficznej, niemożliwej do osiągnięcia w swej totalności, lecz na uczciwości wobec własnego systemu wartości, intencji, emocji i doświadczeń. Postawę tę można określić mianem etyki integralności. W tym miejscu wyraźnie widać, że potencjalny zarzut subiektywizmu ulega istotnemu osłabieniu. Autor autobiografii nie tylko interpretuje własne życie, lecz także bierze za tę interpretację odpowiedzialność. Autobiograficzna narracja staje się przestrzenią ryzyka i refleksji: sposób opowiadania własnej historii współtworzy bowiem przestrzeń możliwych zmian. Prospektywność wymaga odwagi, jest to jednak odwaga zakorzeniona w zinteryoryzowanym systemie wartości. W tym punkcie odwołuję się do neokantyzmu badeńskiego, zakorzenionego w pedagogice przez Sergiusza Hessena oraz do jego aksjologii⁸ (Hessen, 2024). Wartości – jak podkreśla Hessen – nie nakazują, lecz obowiązują. Telehormizm, rozumiany jako realizacja potencjalnych, subiektywnie konstruowanych celów na gruncie obiektywnych wartości, stanowi ekspresję edukacyjnych potrzeb człowieka. Prospektywność autobiograficzna oznacza w tym sensie kreowanie własnego świata, w którym podmiot pozostaje nieustannie „zadaniem”, a jego życie jawi się jako proces permanentnych przekształceń. Powiązanie tego stanowiska z wcześniej przedstawioną problematyką temporalną ujawnia głęboką zgodność obu pojęć. Przeszłość i przyszłość pozostają w nieustannym splocie powiązań i zapętleń, harmonizując z procesami edukacyjnymi, które również mają charakter dynamiczny. Przeszłość dostarcza materiału do niekończącej się interpretacji, którą umożliwia więzka projektów przyszłości. Narracja autobiograficzna staje się w tym sensie ciągłym wartościowaniem, rozpiętym między obiektywnym horyzontem wartości a subiektywnym ich rozumieniem i urzeczywistnianiem. Statyczna przeszłość uczestniczy w kreowaniu dynamicznej przyszłości. Narracja pełni funkcję refleksyjną, a wartości kierują interpretacją przeszłych doświadczeń oraz projektowaniem przyszłych form życia. Dylemat sztywnej obiektywności i dowolnej subiektywności traci w tym ujęciu swoją ostrość. Zastępuje go proces hermeneutyczny,

7 Autentyczność rozumiem jako szczerłość wobec siebie, unikanie fałszu interpretacyjnego, świadomość własnych wyborów, umiejętność przyznania się do błędów oraz otwartość na rewizję własnych projektów.

8 Odwołanie do filozofii Sergiusza Hessena nie pełni tu funkcji ilustracyjnej, lecz stanowi aksjologiczne zaplecze proponowanego ujęcia autobiografii i należy do re-konstrukcji własnej autobiografii.

w którym podmiot aktywnie wiąże idee regulatywne z konkretnym życiem. Subiektywność, choć nieusuwalna, nie ma charakteru arbitralnego, ponieważ odwołuje się do obiektywnego horyzontu aksjologicznego. Życie duchowe jawi się jako proces łączenia wartości z engramami pamięci oraz odwagą projektowania przyszłości. Zinterioryzowane wartości zapewniają zgodność projektowania potencjalnych form życia z wewnętrznym ukształtowanym charakterem moralnym – rozumianym w duchu klasycznej filozofii niemieckiej, od Kanta przez Herbarta po Kerschensteinera. Autobiografia prospektywna nie znosi odpowiedzialności za przeszłość, lecz rozszerza ją na przyszłość – czyniąc z niej nie tylko przestrzeń możliwości, ale również przestrzeń zobowiązania.

Zakończenie

Na zakończenie rozważań chciałbym przedstawić to, co wydaje mi się nowością projektu autobiografii prospektywnej. Koncepcja ta może być odczytana jako geragogiczna odpowiedź na ryzyko kulturowej redukcji starości do bilansu przeszłości – proponuje bowiem narrację, która nie neguje przemijania, lecz chroni podmiot przed utratą przyszłości jako wymiaru sensu. Skłaniam się ku zmianie kierunku temporalności – w miejsce tradycyjnego, linearnego opisu przeszłości postrzegam autobiografię jako potencjalne narzędzie tworzenia form przyszłości, przy jednoczesnym zachowaniu wewnętrznej spójności i tożsamości. Rezygnuję z ujmowania teraźniejszości jako spetryfikowanego stanu, zastępując ją dynamicznym procesem splatania się wątków minionych z projektowanymi. Odchodzę od determinizmu przeszłości, zakładając, że przyszłość jest spleciona z przeszłością wielowątkowo, a ich oddziaływanie ma charakter dwukierunkowy. Przyszłe możliwości nie są fantazją, lecz strukturą ujawniania się całości osoby – sposobem „patrzenia wstecz z przodu”. Za rdzeń tego projektu uważam koncepcję re-konstrukcji, która nie koncentruje się na odtwarzaniu przeszłości, lecz na twórczej budowie możliwej przyszłości. Tak pojęta autobiografia może być postrzegana jako metoda gerontologiczna służąca nie tyle analizie stanów minionych, ile wspieraniu wzrostu poprzez tworzenie profili własnej historii. Autobiografia prospektywna zakłada, że człowiek jest przede wszystkim istnieniem twórczym, a jego życie to proces wydobywania form, które już w nim są – ale są „przyszłe”. Nie opisuje ona życia, lecz umożliwia jego dalsze splatanie. Zaproponowana perspektywa otwiera szereg możliwości badawczych. W pedagogice, andragogice i gerontologii pozwala na nowo postawić pytanie o edukacyjne funkcje narracji, szczególnie tam, gdzie procesy uczenia się dorosłych wiążą się z przebudową sensu, zmianą tożsamości czy rekontekstualizacją doświadczeń. W perspektywie filozoficznej projekt autobiografii inspirowane do

reinterpretacji kategorii czasu, pamięci i całości. Wreszcie – w praktykach pomocowych i rozwojowych – oferuje ramę metodologiczną, która pozwala widzieć człowieka nie przez pryzmat jego historii, lecz przez pryzmat form, które mogą się z niego dopiero wyłonić. Z tego powodu autobiografia prospektywna nie jest jedynie kolejną odmianą narracji o życiu, lecz propozycją nowego paradygmatu badań nad autobiograficznością – paradygmatu, który uznaje przyszłość za równie konstytutywny wymiar ludzkiej egzystencji, co przeszłość. To właśnie ta zmiana perspektywy sprawia, że projekt ten może stać się punktem wyjścia do interdyscyplinarnych dyskusji nad tym, jak człowiek tworzy siebie, własne sensy i możliwe światy.

Bibliografia

- Król, J., Boniecka, K., & Rzepa, T. (2016). Perspektywa czasowa w okresie późnej dorosłości i jej znaczenie dla satysfakcji z życia uczestniczek Uniwersytetu Trzeciego Wieku – doniesienie wstępne. *Polskie Forum Psychologiczne* 21(4), 589–601. <https://doi.org/10.14656/PFP20160406>
- Hessen, S. (2024). *Przyczynowość jednostkowa. Studia nad empiryzmem transcendentальnym*. Wydawnictwo Libron.
- Muszyński, M. (2024). *Uczenie się „stawania się” osobą starą*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Schroots, J. J. F., van Dijkum, C., & Assink, M. H. J. (2004). Autobiographical Memory from a Life Span Perspective. *The International Journal of Aging and Human Development*, 58(1), 69–85. <https://doi.org/10.2190/7A1A-8HCE-0FD9-7CTX>
- Szczuka, J., & Steuden, S. (2020). Postrzeganie czasu i poczucie dobrostanu w adaptacji do starości. *Psychologia Rozwojowa* 25(3), 65–76. <https://doi.org/10.4467/20843879PR.20.019.13156>
- Tabaszewska, J. (2017). Przeszłe przyszłości: Afektywne fakty i historie alternatywne. *Teksty Drugie. Teoria literatury, krytyka, interpretacja*, 5, 48–69. <https://doi.org/10.18318/td.2017.5.4>
- Tabaszewska, J. (2022). Powrót do przyszłości: Wyzwanie przyszłości w badaniach nad pamięcią. *Teksty Drugie. Teoria literatury, krytyka, interpretacja*, 3, 42–61. <https://doi.org/10.18318/td.2022.3.3>

Anna Gutowska¹ 

Zbieractwo, czyli zespół Diogenesa u starszej osoby – opis przypadku

Hoarding disorder, also known as Diogenes syndrome, in an older adult – a case study

Streszczenie:

Celem artykułu jest przedstawienie przypadku 72-letniej kobiety z rozpoznanym pierwotnym zaburzeniem zbieractwa, określanym w literaturze jako zespół Diogenesa, oraz analiza możliwości wsparcia osoby dotkniętej tym schorzeniem z perspektywy społeczno-pedagogicznej. Zagadnienie to pozostaje stosunkowo rzadko eksplorowane w polskich badaniach pozamedycznych, mimo istotnych konsekwencji, jakie niesie dla funkcjonowania jednostki oraz jej otoczenia. W artykule zaprezentowano teoretyczne podstawy zespołu Diogenesa, jego historię, objawy oraz wieloaspektowe uwarunkowania, ze szczególnym uwzględnieniem czynników psychospołecznych i biograficznych typowych dla późnej dorosłości. Empiryczną część pracy stanowi jakościowe studium przypadku, oparte na wywiadzie narracyjno-biograficznym z osobą badaną, analizie dokumentacji medycznej oraz rozmowach z przedstawicielami zespołu terapeutycznego i członkami jej rodziny. Analiza przypadku ukazuje złożoność funkcjonowania osoby starszej z zespołem Diogenesa oraz znaczenie długofalowego, relacyjnego i interdyscyplinarnego wsparcia środowiskowego. Wnioski wskazują na konieczność odejścia od działań przymusowych na rzecz podejścia respektującego autonomię, biografię i subiektywne doświadczenie osoby starszej, a także podkreślają rolę pedagogiki społecznej w przeciwdziałaniu wykluczaniu i stygmatyzacji seniorów dotkniętych patologicznym zbieractwem.

Słowa kluczowe:

zespół Diogenesa, zbieractwo, starość, opis przypadku

Summary:

This article aims to present the case of a 72-year-old woman diagnosed with primary hoarding disorder – referred to in the literature as Diogenes syndrome – and to explore possibilities

1 Uniwersytet Łódzki, anna.gutowska@uni.lodz.pl

for supporting older adults from a socio-pedagogical perspective. This issue remains relatively underexamined in Polish non-medical research, despite its significant consequences for the individual's functioning and their immediate environment. The article outlines the theoretical foundations of Diogenes syndrome, including its historical background, symptomatology, and multifactorial determinants, with particular emphasis on psychosocial and biographical factors typical of late adulthood. The empirical part of the study consists of a qualitative case study based on a narrative-biographical interview with the participant, analysis of medical records, and conversations with members of the therapeutic team and the family. The case analysis demonstrates the complexity of older adults' functioning in the context of Diogenes syndrome and highlights the importance of long-term, relationship-based, interdisciplinary community support. The conclusions highlight the need to shift away from coercive measures toward approaches that respect older people's autonomy, biography, and subjective experience, while underscoring the role of social pedagogy in preventing exclusion and reducing the stigmatization of older adults affected by pathological hoarding.

Keywords:

Diogenes syndrome, hoarding disorder, old age, case study

Wstęp

Celem artykułu jest opis przypadku 72-letniej kobiety z zespołem Diogenesa. Podstawowym założeniem skłaniającym do podjęcia tego tematu było przekonanie o potrzebie zwrócenia uwagi na życie osób starszych z mniej znanym obciążeniem, jakim jest zbieractwo, czyli zespół Diogenesa². Jest to zagadnienie stosunkowo rzadko podejmowane w rozważaniach nauk pozamedycznych i bez wątplenia wymaga nie tylko zainteresowania, ale i eksploracji. W niniejszym opracowaniu zwrócono uwagę na specyfikę funkcjonowania w starości osób dotkniętych patologicznym zbieractwem oraz ukazano możliwości udzielenia im wsparcia. W omawianych badaniach wybór przypadku wynikał z dostępności i zgody osoby z diagnozą zespołu Diogenesa na udział w nich. Możliwość pozyskania do badań osób starszych z takim rozpoznaniem jest bardzo ograniczona, zarówno ze względu na niski odsetek osób ze zdiagnozowanym zaburzeniem, jak i – przede wszystkim – ze względu na specyficzne funkcjonowanie tych osób oraz unikanie przez nie relacji społecznych. Kontakt do osoby z rozpoznaniem zespołem Diogenesa uzyskano z polecenia, a materiał badawczy udało się zebrać

2 W literaturze przedmiotu można również znaleźć inne określenia tego problemu, takie jak: patologiczne zbieractwo, syndrom patologicznego zbieractwa, *hoarding disorder*, zespół zbieractwa, me-sy syndrome, zespół Pluszki, syllogomania. W latach 60. ubiegłego wieku D. MacMillan wprowadził także pojęcie „starczego niechlujstwa”, rzadko dziś używane (MacMillan, Shaw, 1966). Ponadto niektórzy autorzy wyróżniają jeszcze zbieractwo zwierząt – syndrom Noego (Mamzer, 2022, pp. 649–654). W klasyfikacji DSM-5 zaburzenie zbieractwa występuje pod kodem 300.3 (F42), a w klasyfikacji ICD-11 – pod kodem 6B24.

w ciągu dwóch spotkań z seniorką, jednego z pielęgniarką środowiskową i jednego z córką badanej. Dane pozyskano także w wyniku analizy dokumentacji medycznej (za zgodą badanej). Głównym założeniem podjętej analizy było uzyskanie obrazu funkcjonowania oraz możliwości wsparcia osób starszych z zespołem Diogenesa. Opisany przypadek może być traktowany jako badanie pilotażowe i przygotowanie gruntu pod kolejne eksploracje o szerszym zakresie.

Teoretyczne podstawy badań

Zespół Diogenesa to zaburzenie, które charakteryzuje się nadmiernym, kompulsywnym pozyskiwaniem (zbieraniem) rzeczy – najczęściej bezwartościowych lub wręcz śmieci – i/lub żywności oraz utrwalonymi trudnościami w ich wyrzucaniu, mimo że dla otoczenia nie mają one żadnej lub mają jedynie niewielką wartość. Cechą charakterystyczną jest także skrajne zaniedbywanie higieny osobistej oraz nieprzestrzeganie zasad sanitarnych w mieszkaniu. W miarę upływu czasu nagromadzenie przedmiotów osiąga taki poziom, że znacząco ogranicza możliwość funkcjonalnego korzystania z zamieszkiwanej przestrzeni, zarówno przez osobę dotkniętą zaburzeniem, jak i jej bliskich. Co ważne, proces zbierania nie ma określonego momentu zamknięcia, czyli właściwie się nie kończy (Kruszewski, 2017, p. 73). Konsekwencją tego stanu są liczne trudności w relacjach rodzinnych, a także w sferze społecznej, ekonomicznej i nierzadko również prawnej. Stan ten stwarza także zagrożenie zdrowotne oraz sanitarno-epidemiologiczne, co w efekcie prowadzi do istotnego obniżenia jakości życia i ogólnego poziomu funkcjonowania jednostki. W Polsce brakuje badań w tym zakresie, zwłaszcza w obszarze nauk niemedycznych. Choroba ta często staje się problemem społecznym – nadmiar przedmiotów dotyka nie tylko osoby zbierającej, lecz także staje się uciążliwy dla otoczenia: sąsiadów zmęczonych bałaganem, przykrymi zapachami oraz często szybko rozprzestrzeniającym się robactwem (Guzy-Steinke, 2024, p. 48). Dlatego istotne wydaje się eksplorowanie tego zagadnienia również w obszarze nauk społecznych. Ponadto skala zjawiska nie jest niewielka. Z analiz amerykańskich wynika, że częstość występowania zaburzenia zbieractwa w populacjach Stanów Zjednoczonych oraz krajów europejskich mieści się w przedziale od 2 do 6% (Senger et al., 2022, p. 51).

Historia zespołu Diogenesa

Zespół Diogenesa jest terminem stosowanym w literaturze medycznej i psychologicznej na określenie zespołu objawów występujących głównie u osób w wieku podeszłym, obejmujących skrajne zaniedbanie higieny osobistej i warunków

bytowych, patologiczne gromadzenie przedmiotów, wycofanie społeczne oraz brak krytycyzmu wobec własnego funkcjonowania (Halliday et al., 2000, p. 882). Choć zjawisko to było obserwowane znacznie wcześniej, jego konceptualizacja jako odrębnego zespołu klinicznego nastąpiła dopiero w drugiej połowie XX wieku.

Pierwsze systematyczne opisy zachowań odpowiadających współczesnemu rozumieniu zespołu Diogenesa pojawiły się w literaturze medycznej w latach 60. XX wieku. W 1966 roku Duncan MacMillan i Patricia Shaw opisali przypadki osób starszych żyjących w skrajnie zaniedbanych warunkach, przejawiających kompulsywne gromadzenie przedmiotów, izolację społeczną oraz opór wobec wszelkich form pomocy zewnętrznej (MacMillan & Shaw, 1966). Autorzy ci zwrócili uwagę na fakt, że opisywane osoby często nie spełniały kryteriów klasycznych psychoz, co utrudniało ich jednoznaczną diagnozę psychiatryczną.

Termin „zespół Diogenesa” został wprowadzony w 1975 roku przez Anthony’ego Clarke’a, Gopala Mankikara i Iana Graya, którzy zaproponowali go na określenie specyficznego wzorca zachowań obserwowanego głównie u osób w podeszłym wieku (Clarke, Mankikar & Gray, 1975, p. 366). Nazwa zespołu nawiązuje do postaci Diogenesa z Synopy – starożytnego filozofa cynickiego, znanego z ascetycznego stylu życia, demonstracyjnego odrzucenia norm społecznych oraz manifestowanej niezależności – mieszkał w beczce, chodził w łachmanach i nawoływał do rezygnacji z dóbr materialnych. Wybór tej metafory miał podkreślać pozorną dobrowolność izolacji i rezygnacji z powszechnie przyjętych standardów życia. Współcześnie jednak podkreśla się, że określenie to jest w pewnym stopniu nieadekwatne i może mieć charakter stygmatyzujący, gdyż historyczny Diogenes nie przejawiał patologicznego zbieractwa ani zaniedbań wynikających z zaburzeń psychicznych.

W kolejnych dekadach w literaturze naukowej funkcjonowały różne określenia opisujące podobne zjawiska, takie jak *sylllogomania*, zespół zbieractwa, *messy syndrome* czy zespół Pliuszkina (Zych, 2011, p. 20). Różnorodność terminologiczna odzwierciedlała brak jednoznacznej pozycji nozologicznej oraz trudności w rozróżnieniu zespołu Diogenesa od innych zaburzeń psychicznych, w szczególności zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych, zaburzeń osobowości oraz otępień.

Przez wiele lat zespół Diogenesa był traktowany przede wszystkim jako opis kliniczny lub syndrom behawioralny, a nie jako samodzielna jednostka diagnostyczna. Wraz z rozwojem badań nad psychopatologią starości zaczęto jednak zwracać uwagę na jego częste współwystępowanie z zaburzeniami osobowości (zwłaszcza paranoidalnymi, schizoidalnymi i anankastycznymi), depresją, zaburzeniami lękowymi oraz zespołami otępiennymi (Snowdon, 1987). Podkreślano również znaczenie czynników psychospołecznych, takich jak długotrwała samotność, utrata bliskich, izolacja społeczna oraz brak sieci wsparcia.

Istotnym momentem w rozwoju koncepcji zespołu Diogenesa było wprowadzenie w klasyfikacji DSM-5 (2013) zaburzenia zbieractwa (*hoarding disorder*) jako odrębnej jednostki diagnostycznej (American Psychiatric Association, 2013). Zmiana ta pozwoliła na wyraźniejsze odróżnienie pierwotnego zaburzenia zbieractwa od zachowań gromadzenia występujących wtórnie w przebiegu innych zaburzeń psychicznych lub chorób neurologicznych. Analogiczne zmiany wprowadzono w klasyfikacji ICD-11, w której pojawiło się rozpoznanie *sylogomanii*, zaliczane do grupy zaburzeń obsesyjno-kompulsywnych i pokrewnych (World Health Organization, 2019).

Współcześnie termin „zespół Diogenesa” jest stosowany głównie jako pojęcie opisowe w literaturze geriatrycznej, psychiatrycznej i psychologicznej. Służy on do określania skrajnych form zaniedbania, izolacji i dezorganizacji życia osób starszych, wymagających interdyscyplinarnej interwencji obejmującej działania medyczne, psychologiczne, z zakresu pracy socjalnej, a nawet interwencje prawne. Historia zespołu Diogenesa odzwierciedla tym samym ewolucję podejścia do zaburzeń psychicznych w starości – od opisów klinicznych i etykiet syndromowych do bardziej złożonych, wielowymiarowych analiz uwzględniających biopsychosocjalny kontekst funkcjonowania człowieka w późnej dorosłości.

Zespół Diogenesa – objawy

Zaburzenie nazywane zespołem Diogenesa dotyka najczęściej osoby powyżej 60. roku życia. Główne objawy to, oprócz patologicznego zbieractwa, także izolacja społeczna. Senior ogranicza lub wręcz wycofuje się z życia społecznego, zrywa kontakty z innymi ludźmi – izoluje się z własnej inicjatywy albo reaguje w ten sposób na brak zainteresowania ze strony rodziny czy znajomych. Do istotnych objawów tego zaburzenia zalicza się także zaniedbanie, niekiedy o skrajnym nasileniu. Obok bałaganu i brudu w mieszkaniu diagnozuje się także brak higieny osobistej. Senior nie myje się, chodzi w brudnej odzieży i nie dba o wygląd zewnętrzny. Osoba chorująca na zespół Diogenesa zazwyczaj nie widzi w tym problemu, uważa swoje zachowanie za normalne i najczęściej nie oczekuje ani nie przyjmuje pomocy. Niekiedy jednak osoby borykające się z tym schorzeniem dostrzegają swój problem, wstydzą się swojej sytuacji, jednak gromadzenie daje im chwilową redukcję napięcia i lęku, dlatego kontynuują to zachowanie. Tolin i współpracownicy (2007, pp. 17–18) wśród dysfunkcji związanych z mechanizmem patologicznego zbieractwa wymienili zaburzenia w sferze świadomości osoby zaburzonej, organizacji życia oraz jego warunków. Zespół prowadzi do znacznego spadku jakości funkcjonowania osoby i jej rodziny, a w skrajnych przypadkach może również przyczynić się

do zagrożenia epidemiologicznego i zdrowia fizycznego. Osoba z zespołem Diogenesa sprawia wrażenie bezdomnego nędzarza, co może nie mieć związku z jej rzeczywistym statusem materialnym. Niestety, dotknięty przypadłością senior zazwyczaj nie rozumie potrzeby zmiany swojego życia – uprzątnięcia otoczenia i zadbania o swoje zdrowie – sprzeciwia się zmianom, a rozwiązania siłowe polegające na wyrzuceniu niepotrzebnych rzeczy nie są efektywne, ponieważ osoba chorująca zaczyna gromadzić je od nowa. Zespół Diogenesa jest złożonym zaburzeniem, które może współwystępować z innymi jednostkami chorobowymi, takimi jak depresja, zaburzenie obsesyjno-kompulsyjne czy demencja, zwłaszcza czołowo-skroniowa. Jednak wiele osób ze zdiagnozowanym zespołem Diogenesa nie ma żadnej współistniejącej choroby psychicznej. Osoby te prawdopodobnie doświadczają kryzysów życiowych związanych z podeszłym wiekiem oraz przejawiają trudności o charakterze osobowościowym (Guzy-Steinke, 2024, p. 48).

Przyczyny zespołu Diogenesa

Zespół Diogenesa jest zaburzeniem o wieloczynnikowej etiologii, której nie można sprowadzić do jednego źródła patologii. W literaturze przedmiotu podkreśla się, że jego rozwój jest wynikiem złożonej interakcji czynników biologicznych, psychicznych oraz społecznych, szczególnie nasilających się w okresie starości (Halliday et al., 2000). Współczesne ujęcia odchodzą od traktowania zespołu Diogenesa jako jednorodnej jednostki chorobowej, wskazując raczej na jego syndromowy charakter.

Czynniki psychologiczne i osobowościowe

Jednym z najczęściej opisywanych czynników sprzyjających rozwojowi zespołu Diogenesa są utrwalone cechy osobowości, które są często obecne na długo przed ujawnieniem się pełnoobjawowego zespołu. Badania wskazują, że u wielu osób dotkniętych tym zaburzeniem można retrospektywnie zidentyfikować cechy osobowości paranoidalnej, schizoidalnej, anankastycznej lub unikającej (Snowdon, 1987). Osoby te charakteryzują się skłonnością do izolacji społecznej, nadmierną potrzebą kontroli, nieufnością wobec innych oraz trudnościami w tworzeniu bliskich relacji interpersonalnych. Istotną rolę odgrywają również niska elastyczność psychiczna oraz trudności adaptacyjne w obliczu zmian życiowych, takich jak przejście na emeryturę, utrata ról społecznych czy pogorszenie stanu zdrowia. Gromadzenie przedmiotów może pełnić funkcję kompensacyjną, dając poczucie bezpieczeństwa, ciągłości i kontroli nad rzeczywistością (Frost & Hartl, 1996).

Czynniki psychiatryczne

Zespół Diogenesa może współwystępować z innymi zaburzeniami psychicznymi. Wśród nich najczęściej wymienia się zaburzenia depresyjne, lękowe, obsesyjno-kompulsywne oraz osobowości. U części pacjentów obserwuje się także objawy psychotyczne, takie jak urojenia prześladowcze czy interpretacyjne, które mogą wzmacniać nieufność wobec otoczenia oraz opór wobec pomocy. Szczególne znaczenie mają również zaburzenia poznawcze, w tym łagodne zaburzenia funkcji poznawczych oraz zespoły otępienne, zwłaszcza otępienie czołowo-skroniowe. Uszkodzenia tych obszarów mogą prowadzić do obniżenia kontroli zachowania, zaburzeń planowania, osądu i krytycyzmu, co sprzyja narastaniu dezorganizacji życia codziennego oraz pogłębianiu się zaniedbań (Miller & Benson, 1997).

Czynniki neurologiczne i somatyczne

W etiologii zespołu Diogenesa uwzględnia się również czynniki neurologiczne, takie jak przebyte udary mózgu, urazy czaszkowo-mózgowe czy choroby neurodegeneracyjne. Zmiany te mogą zaburzać funkcje wykonawcze, zdolność podejmowania decyzji oraz ocenę konsekwencji własnych działań. Ponadto choroby somatyczne, przewlekły ból, ograniczenia ruchowe oraz postępująca niesprawność fizyczna mogą prowadzić do stopniowego wycofywania się z aktywności społecznej i zaniedbywania podstawowych potrzeb życiowych. W takich warunkach gromadzenie przedmiotów bywa mechanizmem radzenia sobie z poczuciem utraty autonomii (Dong, 2017).

Czynniki społeczne i środowiskowe

Niemniej istotne są czynniki społeczne, które często stanowią katalizator ujawnienia się zespołu Diogenesa. Do najważniejszych należą: długotrwała samotność, brak sieci wsparcia społecznego, zerwanie więzi rodzinnych, śmierć współmałżonka oraz marginalizacja społeczna (Lauder & Roxburgh, 2012). W literaturze podkreśla się, że wiele osób z zespołem Diogenesa przez długi czas funkcjonowało samodzielnie, unikając kontaktów z instytucjami pomocowymi. Istotną rolę odgrywają również normy kulturowe i postawy wobec starości, w tym społeczna tolerancja dla izolacji osób starszych oraz przekonanie o „prawie do życia po swojemu”. Czynniki te mogą opóźniać reakcję otoczenia oraz interwencje specjalistyczne, co sprzyja pogłębianiu się zaburzenia.

Ujęcie integracyjne

Współczesne podejścia podkreślają konieczność integracyjnego rozumienia przyczyn zespołu Diogenesa, uwzględniającego współdziałanie czynników biologicznych, psychicznych i społecznych. Zaburzenie to rzadko rozwija się nagle;

częściej ma charakter stopniowy i postępujący, ujawniający się szczególnie w sytuacjach kryzysowych typowych dla późnej dorosłości. Z tego względu skuteczna pomoc osobom dotkniętym zespołem Diogenesa wymaga interdyscyplinarnej diagnozy oraz długofalowych oddziaływań obejmujących wsparcie psychologiczne, pedagogiczne, socjalne oraz medyczne.

Metodologia badań

Opracowanie ma charakter jakościowy i zostało zrealizowane w paradygmacie interpretatywnym, w którym celem jest pogłębione rozumienie złożonych zjawisk ludzkiego funkcjonowania w ich naturalnym kontekście życiowym. Zastosowaną strategią badawczą jest studium indywidualnego przypadku, umożliwiające analizę funkcjonowania osoby starszej z zespołem Diogenesa. Jednostką analizy w badaniu jest przypadek kobiety w późnej dorosłości (72 lata), u której rozpoznano pierwotne zaburzenie zbieractwa – zespół Diogenesa. Przedmiotem analizy był sposób funkcjonowania badanej w wymiarze psychospołecznym, środowiskowym i biograficznym, ze szczególnym uwzględnieniem przejawów zaburzenia, relacji społecznych oraz doświadczeń związanych z podejmowanymi wobec niej działaniami pomocowymi. W badaniu zastosowano następujące techniki badawcze:

- wywiad narracyjno-biograficzny z osobą badaną, ukierunkowany na rekonstrukcję jej doświadczeń życiowych;
- analizę dokumentów (w tym dokumentacji medycznej oraz dotyczącej pracy socjalnej), umożliwiającą uzupełnienie danych o informacje kliniczne i środowiskowe;
- rozmowy z członkiem zespołu terapeutycznego oraz przedstawicielką rodziny, pełniące funkcję kontekstualizującą badany przypadek.

Wybór metody studium indywidualnego przypadku został podyktowany specyfiką badanego zjawiska. Zespół Diogenesa jest zaburzeniem rzadkim, wielowymiarowym i silnie osadzonym w indywidualnej historii życia, co utrudnia jego adekwatne uchwycenie za pomocą metod ilościowych. Dobór przypadku miał charakter celowy oraz typowy. Badana osoba reprezentuje klasyczny obraz pierwotnego zespołu Diogenesa, opisywany w literaturze przedmiotu – obejmujący występowanie kompulsywnego zbieractwa, zaniedbywanie higieny osobistej, izolację społeczną, brak wglądu w chorobę oraz eskalację objawów wraz z wiekiem. Tym samym analizowany przypadek może być traktowany jako egzemplifikacja szerszego zjawiska społecznego. Studium opisanego przypadku nie pozwala na uogólnienia w sensie ilościowym, jednak jego wartość polega na pogłębieniu rozumienia tego zjawiska oraz formułowaniu wniosków

użytecznych dla praktyki gerontologicznej, pracy środowiskowej i działań pomocowych wobec osób starszych z zespołem Diogenesa.

Proces analizy miał charakter indukcyjny i przebiegał etapowo. Po transkrypcji materiału dokonano wielokrotnej lektury danych, a następnie zastosowano strategię kodowania inspirowaną teorią ugruntowaną. W ramach kodowania otwartego wyodrębniono jednostki znaczeniowe i nadano im wstępne kody (np.: lęk przed utratą, wartość sentymentalna przedmiotów, samotność). Na etapie kodowania osiowego uporządkowano kody w szersze kategorie analityczne oraz określono relacje między nimi. Kodowanie selektywne pozwoliło wyłonić kategorię centralną, wokół której zintegrowano pozostałe wątki interpretacyjne – gromadzenie przedmiotów jako strategię podtrzymywania poczucia bezpieczeństwa i ciągłości biograficznej. Interpretacja wyników została osadzona w trzech komplementarnych perspektywach: biograficznej (rekonstrukcja trajektorii życia i wydarzeń krytycznych) oraz społeczno-instytucjonalnej (zestawienie narracji badanej z wypowiedziami specjalistów i danymi z dokumentów zastanych). Wykorzystano także perspektywę psychologiczno-społeczną – znaczenie przedmiotów jako nośników emocji i tożsamości. Zastosowanie różnych źródeł danych umożliwiło triangulację oraz porównanie odmiennych sposobów definiowania sytuacji. Proces analizy miał charakter cyrkularny i refleksyjny – interpretacje były wielokrotnie weryfikowane poprzez powroty do materiału empirycznego.

Opis przypadku

Badana kobieta ma 72 lata, jest wdową i obecnie mieszka sama. Wychowała się w dość dobrze sytuowanej rodzinie. Jej rodzice zmarli ponad 30 lat temu; miała dwóch braci, którzy również już nie żyją. Ma córkę, która od wielu lat mieszka wraz z rodziną w innym mieście. Utrzymują jedynie sporadyczny kontakt; badana twierdzi, że radzi sobie sama. Członkowie dalszej rodziny albo nie żyją, albo również nie utrzymują kontaktu z kobietą. Pani Maria mieszka od 40 lat w dwupokojowym mieszkaniu komunalnym w kamienicy w dużym mieście. W lokalu pracownik socjalny z Miejskiego Ośrodka Pomocy Społecznej – na skutek interwencji córki i sąsiadów – ujawnił znaczne nagromadzenie rzeczy, takich jak stare gazety, ulotki reklamowe, opakowania po produktach spożywczych, zużyta odzież oraz inne bezużyteczne przedmioty znajdujące w przestrzeni publicznej. Rzeczy te zajmowały znaczną część powierzchni mieszkania, istotnie ograniczając dostęp do kuchni, łazienki i sypialni. Z biegiem lat w lokalu, w niektórych miejscach, pomiędzy sięgającymi sufitu stertami gazet, książek i śmieci, powstały korytarze – tylko nimi można było się przemieszczać.

Kobieta spała na niewielkiej, wolnej przestrzeni kanapy, a korzystanie z kuchni i urządzeń sanitarnych było znacznie utrudnione. Zaobserwowano również znaczne zaniedbania w zakresie utrzymania czystości w mieszkaniu oraz higieny osobistej seniorki.

Badana kobieta ma średnie wykształcenie: ukończyła technikum ekonomiczne. Uczyła się dobrze; jak twierdzi, była sumienną uczennicą. W życiu dorosłym była osobą funkcjonującą samodzielnie, aktywną zawodowo i społecznie. Pracowała jako księgowa, miała grono znajomych, lubiła chodzić do kina. Wyszła za męża, mając 23 lata; po roku urodziła córkę. W małżeństwie pozostawała aż do śmierci męża 12 lat temu. Córka wyjechała na studia do innego miasta i już tam została. Ma swoją rodzinę – męża i dwóch synów, rzadko przyjeżdża do matki i utrzymuje z nią raczej sporadyczny kontakt, choć ostatnio nieco częstszy, jak twierdzi badana.

Seniorka jako dziecko rozwijała się prawidłowo i nie przejawiała problemów zdrowotnych. Pani Maria nie chorowała również przewlekłe. Obecnie w jej stanie somatycznym stwierdza się pewne odchylenia od normy, jednak pani Maria nie leczy się u żadnego specjalisty i raczej nie korzysta z opieki lekarza rodzinnego – pozostaje natomiast pod opieką środowiskowego zespołu terapeutycznego. Pierwszy raz hospitalizowana była psychiatrycznie w wieku 65 lat – była to obserwacja sądowo-psychiatryczna, przeprowadzona decyzją sądu na wniosek córki. Rozpoznano wówczas zaburzenia osobowości oraz niewielkie zmiany o charakterze organicznym. W trakcie jej pobytu w szpitalu administracja budynku przeprowadziła wywóz śmieci na koszt córki. Pani Maria nie mogła się pogodzić z utratą wyrzuconych rzeczy, a jej relacje z córką, do której miała pretensje, jeszcze bardziej się pogorszyły. Jak twierdzi badana, próbowała „odzyskać” choćby część wywiezionych rzeczy, poszukując ich na wysypisku śmieci. Seniorka ponownie zaczęła gromadzić przedmioty przynoszone ze śmietników i z innych miejsc publicznych.

Pani Maria, mówiąc o motywach zbieractwa, deklaruje, że wszystkie te rzeczy są jej potrzebne. Część gromadziła z zamiarem sprzedaży i w ten sposób chciała uzyskać dodatkowe dochody. Dopytywana przyznaje jednak, że nigdy niczego nie sprzedawała. Seniorka nie przejawiała pełnego krytycyzmu wobec swojego stanu. Aktualnie jest w procesie terapeutycznym i potrafi krytycznie odnieść się do swojej sytuacji, jednak w rozmowie nadal podkreśla, że gromadzone przedmioty „mogą się jeszcze przydać” lub „mają wartość sentymentalną”. Próby ich usuwania nadal wywołują u niej sprzeciw, niepokój i irytację, choć reakcje te nie są już tak silne jak przed podjęciem leczenia. Jednocześnie seniorka nie zgłasza subiektywnego poczucia cierpienia związanego z gromadzeniem rzeczy ani nie postrzega swojego zachowania jako patologicznego,

choć przyznaje, że może być ono problematyczne. Według dokumentacji medycznej funkcjonowanie poznawcze kobiety oceniono jako zachowane w normie – była ona w pełni zorientowana w czasie i miejscu, logiczna w wypowiedziach, bez widocznych objawów otępienia czy zaburzeń psychotycznych. Natomiast w obrazie funkcjonowania osobowości zwracały uwagę cechy anankastyczne i paranoidalne, przejawiające się sztywnością zachowań, nieufnością wobec instytucji oraz silną potrzebą kontroli nad własnym otoczeniem. Zachowania zbieractwa mają u badanej charakter celowy i wiążą się z subiektywnym poczuciem bezpieczeństwa oraz satysfakcji. Na podstawie zebranych danych wykluczono wtórny charakter zbieractwa wynikający z innych zaburzeń psychicznych lub chorób somatycznych, co pozwoliło na rozpoznanie zaburzenia pierwotnego – zespołu Diogenesa.

Leczenie i wsparcie

Ze względu na wieloczynnikową etiologię zespołu Diogenesa, częsty brak wglądu w chorobę oraz opór wobec pomocy zewnętrznej, leczenie nie może ograniczać się wyłącznie do interwencji medycznej, lecz powinno obejmować oddziaływania psychologiczne i środowiskowe. Ich celem nie jest jedynie redukcja objawów, ale poprawa jakości życia, bezpieczeństwa oraz funkcjonowania społecznego osoby starszej.

Pani Maria w trakcie pierwszego pobytu w szpitalu była leczona farmakologicznie, jednak później nie kontynuowała tej formy terapii. Nieskuteczna okazała się również próba psychoterapii – ograniczony wgląd w problem skutkował niskim poziomem motywacji do zmiany. Po drugiej hospitalizacji podjęto działania pomocowe o charakterze długofalowym i interdyscyplinarnym, realizowane przez środowiskowy zespół terapeutyczny. Kluczową rolę odegrała pielęgniarka środowiskowa, która skoncentrowała się na stopniowym budowaniu relacji opartej na zaufaniu oraz respektowaniu autonomii kobiety. Początkowo interwencje ograniczały się do regularnych wizyt i rozmów wspierających, bez podejmowania bezpośrednich działań porządkowych. W dalszym etapie, we współpracy z pracownikiem socjalnym, wprowadzano niewielkie zmiany w przestrzeni mieszkalnej, każdorazowo uzgadniane z panią Marią. Zachowane funkcje poznawcze badanej seniorki pozwoliły na pracę terapeutyczną, szczególnie nad przekonaniami dotyczącymi posiadanych przedmiotów, lękiem przed utratą kontroli oraz nad stopniowym uczeniem się selekcji i porządkowania rzeczy. W praktyce terapeutycznej dużą rolę odegrała psychoedukacja dostosowana do możliwości poznawczych kobiety. Praca środowiskowa prowadzona w naturalnym otoczeniu pani Marii, odpowiednia koordynacja różnych działań oraz zbudowanie relacji

opartej na zaufaniu, szacunku oraz respektowaniu autonomii seniorki okazały się obecnie najbardziej efektywnym sposobem radzenia sobie z problemem.

Do kluczowych działań pielęgniarka środowiskowa zaliczyła:

- stopniowe wprowadzanie zasad dbania o higienę osobistą i przestrzeń życiową;
- wspieranie umiejętności samoobsługowych i organizacyjnych;
- wzmacnianie poczucia sprawstwa i podmiotowości;
- w przyszłości – aktywizację społeczną poprzez włączanie w zajęcia środowiskowe i grupę wsparcia.

Unikano działań przymusowych, które mogły nasilać opór i pogłębiać izolację. Skuteczne wsparcie opierało się na małych krokach i realistycznych celach, dostosowanych do aktualnych możliwości kobiety. W rezultacie podjęte działania oraz poprawa warunków życia seniorki zminimalizowały zagrożenie dla jej zdrowia i bezpieczeństwa. W konsekwencji córka badanej zrezygnowała z zastosowania środków prawnych zmierzających do częściowego ubezwłasnowolnienia oraz ustanowienia jej opiekunem prawnym matki. Istotnym elementem pomocy kobiecie było także wsparcie informacyjne i emocjonalne ze strony rodziny – córki pani Marii. Doświadczała ona bezradności, frustracji oraz poczucia winy, co mocno wpływało nie tylko na jej relacje z matką, ale także na jej życie osobiste. Obecnie, jak twierdzi, znacznie lepiej sobie radzi z tą sytuacją.

Komentarz

Przedstawiony przypadek 72-letniej kobiety z pierwotnym zespołem Diogenesa ukazuje złożoność funkcjonowania osoby starszej na styku czynników zdrowotnych, osobowościowych, biograficznych i środowiskowych. Z perspektywy gerontologii społecznej kluczowe znaczenie ma fakt, iż zachowania zbieractwa nie są jedynie przejawem indywidualnej dysfunkcji, lecz stanowią formę nieadaptacyjnego radzenia sobie ze stratą, samotnością oraz ograniczeniem ról społecznych w późnej dorosłości. Analiza biograficzna wskazuje, że istotnym czynnikiem sprzyjającym rozwojowi zaburzenia była kumulacja krytycznych wydarzeń życiowych, takich jak przejście na emeryturę oraz śmierć małżonka, które prowadziły do stopniowego wycofania społecznego i zawężenia pola aktywności. W tym kontekście gromadzenie przedmiotów pełniło funkcję kompensacyjną – zastępowało utracone relacje, wzmacniało subiektywne poczucie bezpieczeństwa oraz umożliwiało zachowanie kontroli nad własnym światem. Z perspektywy gerontologicznej zachowania te można interpretować jako przejaw dezadaptacji rozwojowej, która nasila się wraz z wiekiem oraz postępującą izolacją społeczną.

Istotnym aspektem analizowanego przypadku jest również początkowy brak wglądu w problem oraz silny opór wobec zewnętrznych form pomocy. Czynniki ten znacząco utrudniał działania interwencyjne i wymagał rezygnacji z podejścia dyrektywnego na rzecz strategii relacyjnych, opartych na długofalowym budowaniu zaufania. Próby szybkiego uporządkowania przestrzeni mieszkalnej bądź narzucania rozwiązań instytucjonalnych prowadziły do pogłębienia oporu, wzrostu lęku oraz dalszego wycofania społecznej seniorki. Szczególnie istotna okazała się rola wsparcia środowiskowego realizowanego przez osobę pośredniczącą między instytucjami a osobą objętą pomocą oraz dbającą o zachowanie jej podmiotowości – pielęgniarkę środowiskową. W analizowanym przypadku skuteczność działań pomocowych była możliwa dzięki stopniowemu wprowadzaniu zmian, uwzględniających tempo adaptacyjne kobiety oraz jej indywidualny system wartości.

Wnioski i rekomendacje

- 1) Zaburzenie zbieractwa u osób starszych należy rozpatrywać nie tylko w kategoriach klinicznych, lecz również jako problem społeczny wymagający analizy biografii, doświadczeń strat oraz warunków środowiskowych jednostki. Złożoność tego zjawiska wymaga podkreślenia znaczenia podejścia opartego na relacji, poszanowaniu godności i uwzględnieniu biografii osoby starszej.
- 2) Zachowania gromadzenia mogą pełnić funkcję kompensacyjną i adaptacyjną w subiektywnym doświadczeniu osoby starszej, mimo że obiektywnie prowadzą do pogorszenia jakości życia.
- 3) Brak wglądu w zaburzenie oraz silna potrzeba autonomii stanowią istotne bariery w procesie pomagania i wymagają szczególnej wrażliwości ze strony osób wspierających. Kluczowe jest tu podejście wspierające, skoncentrowane na zaufaniu i poczuciu bezpieczeństwa. Działania przymusowe lub wyłączenie administracyjne mogą być nieskuteczne oraz obarczone ryzykiem pogłębienia izolacji społecznej i oporu osoby objętej pomocą. Zabiegi porządkowe i organizacyjne powinny być wprowadzane małymi krokami, każdorazowo uzgadnianymi z osobą objętą wsparciem, aby nie wywoływać u niej poczucia zagrożenia i utraty kontroli. Skuteczna pomoc w takich przypadkach wymaga rezygnacji z działań przymusowych na rzecz stopniowego wsparcia edukacyjno-środowiskowego, ukierunkowanego na poprawę jakości życia oraz ograniczenie ryzyka zdrowotnego i społecznego.
- 4) Skuteczne wsparcie w przypadku zespołu Diogenesa wymaga podejścia długofalowego, relacyjnego oraz interdyscyplinarnego, z aktywnym udziałem osoby, która posiada wiedzę z zakresu geriatry, psychologii i gerontologii społecznej oraz doświadczenie w pracy z seniorami. Koncentrować należy się

przede wszystkim na nawiązaniu stabilnej, bezpiecznej relacji, respektującej granice i autonomię osoby starszej, z unikaniem oceniania i stygmatyzacji. Decyzje te powinny być podejmowane z najwyższą ostrożnością, przy poszanowaniu godności i praw osoby starszej.

- 5) Zabiegi terapeutyczne, realizowane przez interdyscyplinarne zespoły, wzbogacone o działania edukacyjne, mogą przyczynić się do osiągnięcia bardziej efektywnych rezultatów. Rozmowy biograficzne, pozwalające zrozumieć emocjonalne znaczenie gromadzonych przedmiotów oraz ich rolę w historii życia jednostki, mogą stanowić istotny element wsparcia. Rekomenduje się inicjowanie działań sprzyjających odbudowie lub podtrzymywaniu kontaktów społecznych, np. poprzez włączanie osoby starszej w formy aktywności dostosowane do jej możliwości i zainteresowań. Istotnym elementem jest także edukowanie sąsiadów i przedstawicieli instytucji pomocowych i opiekuńczych w zakresie specyfiki zaburzenia zbieractwa, aby ograniczać reakcje oparte na niezrozumieniu i stygmatyzacji.
- 6) Rodzina i bliskie otoczenie odgrywają istotną rolę w procesie wsparcia, jednak często same również wymagają pomocy i psychoedukacji. Bliscy mogą doświadczać bezradności, frustracji oraz poczucia winy. Dlatego ważne jest objęcie ich wsparciem informacyjnym i emocjonalnym, a także włączenie ich w proces planowania działań pomocowych.

Bibliografia

- American Psychiatric Association. (2013). *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders* (5th ed.). <https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425596>
- Clarke, A. N., Mankikar, G. D., & Gray, I. (1975). Diogenes syndrome: A clinical study of gross self-neglect in old age. *The Lancet*, 305(7903), 366–368. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(75\)91280-5](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(75)91280-5)
- Dong, X. (2017). Elder self-neglect. Research and practice. *Clinical Interventions in Aging*, 12, 949–954.
- Frost, R. O., & Hartl, T. L. (1996). A cognitive-behavioral model of compulsive hoarding. *Behaviour Research and Therapy*, 34(4), 341–350.
- Guzy-Steinke H. (2024). Patologiczne zbieractwo – problem badawczy, społeczny i osobisty. *Praca Socjalna*, 39(2), 43–58.
- Halliday, G., Banerjee, S., Philpot, M., & Macdonald, A. (2000). Community study of people who live in squalor. *The Lancet*, 355(9207), 882–886. [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(99\)06250-9](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(99)06250-9)

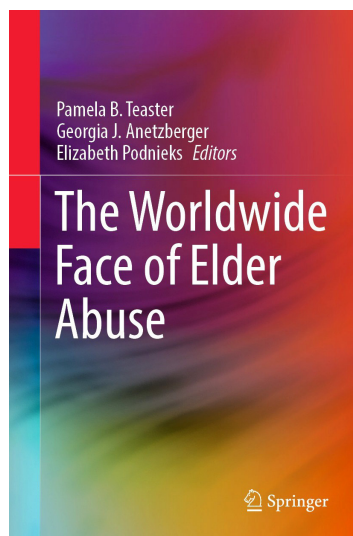
- Kruszewski, T. (2017). Kolekcjonerstwo – atawistyczne zbieractwo a poczucie społecznej użyteczności. Przyczynek do psychologii posiadania. *Toruńskie Studia Bibliologiczne*, 10(2), 69–80.
- Lauder, W., & Roxburgh, M. (2012). Self-neglect and vulnerability in older people. *Nursing Ethics*, 19(4), 524–533.
- MacMillan, D., & Shaw, P. (1966). Senile breakdown in standards of personal and environmental cleanliness. *British Medical Journal*, 2(5521), 1032–1037. <https://doi.org/10.1136/bmj.2.5521.1032>
- Mamzer, H. (2022). Zbieractwo zwierząt. Zdrowie ludzi a zdrowie zwierząt. *Życie Weterynaryjne*, 97(10), 649–654.
- Miller, B. L., Darby, A., Benson, D. F., Cummings, J. L., & Miller, M. H., (1997). Aggressive, socially disruptive and antisocial behaviour associated with fronto-temporal dementia. *The British Journal of Psychiatry* 170(2), 150–154. <https://doi.org/10.1192/bjp.170.2.150>
- Senger, M., Doruch, P., Rogacka, M., & Kędziora-Kornatowska, K. (2022), Symptoms of hoarding disorder in specific mental disorders. Review of potential management methods. *Journal of Education, Health and Sport*, 12(6), 51–60. <https://doi.org/10.12775/JEHS.2022.12.06.004>
- Snowdon, J. (1987). Uncleanliness among persons seen by community health workers. *Psychiatric Services*, 38(5), 491–494. <https://doi.org/10.1176/ps.38.5.491>
- Tolin, M., Frost, R. O., & Steketee, G. (2007). *Buried in treasures. Help with compulsive obtaining, saving and hoarding*. Oxford University Press.
- World Health Organization (2019). *International classification of diseases* (11th ed.). <https://icd.who.int/>
- Zych A. A. (2011). Fantomy zachodzącego słońca, czyli o zjawiskach, syndromach i zespołach drugiej połowy życia. W S. Rogala (Red.), *Pamiętaj o swojej starości. Materiały z konferencji naukowej „Starość w młodości – młodość w starości”* (11–22). Wydawnictwo Instytut Śląski.

Recenzje Book Reviews



**Pamela B. Teaster,
Georgia J. Anetzberger,
Elizabeth Podnieks,
Benjamin Comire i E. Carlisle Shealy**
The Worldwide Face of Elder Abuse
Springer, Switzerland, 2023¹

**Pamela B. Teaster,
Georgia J. Anetzberger,
Elizabeth Podnieks,
Benjamin Comire and E. Carlisle Shealy**
The Worldwide Face of Elder Abuse
Springer, Switzerland, 2023



Streszczenie: Celem niniejszego artykułu jest recenzja książki *The Worldwide Face of Elder Abuse* autorstwa Pameli Teaster, Georgii Anetzberger i Elizabeth Podnieks. Publikacja przedstawia zagadnienie przemocy wobec osób starszych, które zostało opracowane przez Światową Organizację Zdrowia. Kwestia ta analizowana jest poprzez pryzmat historii oraz współczesnego podejścia do osób starszych w poszczególnych obszarach geograficznych. Autorzy książki prezentują wyniki badań i obserwacji z różnych regionów świata, których wspólnym celem jest odpowiedź na pytanie, co zrobić, aby zwalczyć przemoc wobec osób starszych. W tym kontekście omówiono aspekty polityczne danych rejonów oraz podejmowane przez poszczególne państwa inicjatywy, które w mniejszym lub większym stopniu przynoszą pozytywne rezultaty.

Słowa kluczowe: przemoc wobec osób starszych, zaplecze socjalne, zdrowie publiczne, przepisy prawne, prawa człowieka

Summary: This article reviews *The Worldwide Face of Elder Abuse* by Pamela Teaster, Georgia Anetzberger, and Elizabeth Podnieks. The book presents the issue of violence against older people, organized by the World Health Organization. The problem of violence is presented as both

1 University of Central Lancashire, Wielka Brytania, alex1955@live.co.uk

a historical aspect and a contemporary approach to elder abuse in the presented part of the world. The authors review research and observations from various regions of the world to answer the question of what can be done to combat violence against older people. Also, they explain the political aspects of the given region and the initiatives undertaken, which, to varying degrees, yield positive outcomes.

Keywords: violence against elderly people, social work and support, public health, law and policy, human rights

The Worldwide Face of Elder Abuse to publikacja przedstawiająca przemoc wobec osób starszych jako zjawisko, które ma podobne korzenie historyczne i dotyczy wielu aspektów społecznych – co więcej, występuje w każdym zakątku świata w podobnym wymiarze, niezależnie od różnic kulturowych i demograficznych. Pozycja składa się z dwunastu rozdziałów – niektóre z nich poprzedzone są krótką historią nadużycia wobec osoby starszej zamieszkującej dany region. Autorzy wykorzystują dane empiryczne i przeprowadzone badania w przejrzysty sposób, którego celem jest umożliwienie czytelnikowi wyjaśnienia i zrozumienia ogromu oraz złożoności zjawiska przemocy.

Pierwszy rozdział opisuje casus osiemdziesięcioletniej Fatimy – za pośrednictwem tej historii twórcy poruszają globalny problem porzucania wiekowych rodziców przez dorosłe dzieci. Ponadto wskazano, że już w 2022 roku co szósta osoba powyżej sześćdziesiątego roku życia padła ofiarą nadużyć w sferze opieki społecznej oraz ochrony zdrowia. Przypadek Fatimy pokazuje, w jaki sposób przemoc wobec osób starszych nabiera kompleksowego oraz interdyscyplinarnego charakteru (Mohseni et al., 2019). W rozdziale poruszane są również ogólne kwestie prawne i polityczne, a także trudności, z jakimi dodatkowo boryka się służba zdrowia już od czasów pandemii COVID-19 (Giwa & Teaster, 2020).

W kolejnych rozdziałach autorzy przedstawiają studium przypadków kobiet i mężczyzn pochodzących głównie z krajów Afryki i Azji. W Afryce przemoc wobec seniorów jest uwarunkowana czynnikami społeczno-ekonomicznymi – osoby starsze padają ofiarami przemocy finansowej oraz seksualnej, a także są pozabawiane, wskutek zaniedbań, prawa do godnej starości.

Następnie autorzy omawiają termin *ageizm*, który został wprowadzony do dyskursu naukowego przez Roberta Butlera w 1969 roku i oznacza dyskryminację ze względu na wiek. Wpływ ageizmu jest znaczący, ponieważ seniorzy odgrywają – i mogliby odgrywać w jeszcze większym stopniu – istotną rolę w rozwoju socjalnym i ekonomicznym, jednak ich potencjał nie jest w pełni wykorzystywany, a należna im pozycja w społeczeństwie podlega marginalizacji (Butler, 2009, p. 211). W dalszej kolejności autorzy poruszają kwestię karalności przemocy wobec osób starszych oraz wskazują, że dorosłe dzieci są zobowiązane do udzielania pomocy swoim rodzicom w podeszłym wieku.

Następnie czytelnik może zapoznać się z badaniami przeprowadzonymi w Iranie i Pakistanie, ukazującymi zjawisko przemocy fizycznej i psychicznej – szczególnie wobec kobiet. Przemoc w tych krajach jest traktowana jako rodzinny sekret, a ponadto brakuje tam określonego systemu wsparcia dla ofiar. Autorzy wskazują, że występowanie tego rodzaju przypadków przemocy w krajach azjatyckich ma wymiar zbliżony do tego obserwowanego w Europie.

W dalszej części autorzy podkreślają brak przepisów jasno określających zasady kierowania osób starszych do odpowiednich domów opieki społecznej oraz zapewniania im adekwatnej pomocy medycznej w zakresie diagnozowania chorób psychicznych. W rozdziałach od ósmego do dwunastego nakreślają potrzebę nie tyle prewencji, ile redukcji ryzyka występowania zjawiska przemocy wobec osób starszych. W roku 2000 w Anglii wdrożono ustawę „No secret” – regulację mającą na celu wprowadzenie obowiązku zgłaszania przypadków przemocy. W 2014 roku wprowadzono ustawę „Care Act” – akt prawny regulujący kwestie opieki, w którym zmieniono definicję osoby zależnej i starszej, kładąc nacisk na ochronę oraz ograniczanie ryzyka występowania przemocy wobec osób starszych (Department of Health and Social Care, 2015, Section 14.2) Warto zauważyć, że instytucjonalne nadużycia wobec osób starszych stanowią najbardziej ukrytą i niedostatecznie zgłaszaną formę naruszeń praw człowieka na całym świecie. Pandemia COVID-19 wraz z szokującą liczbą przypadków śmiertelnych w domach pomocy społecznej, a także z nieodpowiednimi warunkami życia oraz samotnością ich mieszkańców, potwierdziła, że prawa człowieka wciąż są łamane – czasami nawet za aprobatą władz, na przykład gdy wiek osoby stanowi kryterium udzielenia opieki.

Reasumując, recenzowana publikacja jest interesującą pozycją, która porusza kwestię przemocy wobec osób w wieku podeszłym, ukazując towarzyszące temu zjawisku systemowe luki w obszarze polityki społecznej, opieki medycznej oraz prawa. Publikacja przeznaczona jest przede wszystkim dla naukowców z dziedziny kryminologii, gerontologii oraz pracowników socjalnych. W podsumowaniu autorzy wskazują, że w krajach, w których występują nadużycia i łamane jest prawo, nie poświęcono wystarczającej uwagi zbieraniu statystyk dotyczących osób starszych. W książce szczególny nacisk położony jest na potrzebę prowadzenia dalszych badań i rozważań nad problematyką starości we współczesnym społeczeństwie oraz na ukazanie tego rodzaju przemocy jako problemu społecznego i państwowego, wymagającego skoordynowanej współpracy administracji publicznej, organów skarbowych oraz policji. Autorzy podkreślają, że przemoc wobec seniorów nie powinna być przedstawiana wyłącznie jako problem rodzinny, który wymagałby wdrożenia jedynie odpowiednich programów oraz interwencji międzyinstytucjonalnej.

Bibliografia

- Butler, I. (2009). A code of ethics for social work and social care research. W M. Gray & S. Webb (Red.), *International social work*, (211). Sage Publications.
- Giwa, A. O., & Teaster, P. B. (2020). Facing the COVID-19 winter: Ethical lessons for treating older adults. *Journal of American Geriatric Society*, 69(3), 604–605. <https://doi.org/10.1111/jgs.16983>
- Health and Social Care Act*, c. 28. (2015). Safety and quality. Retrieved January 4, 2026, from <https://newbook.book>
- Mohseni, M., Iranpour, A., Naghibzadeh-Tahami, A., Kazazi, L., & Borhaninejad, V. (2019). The relationship between meaning in life and resilience in older adults: cross-sectional study. *Health Psychology Report*, 7(2), 133–138. <https://doi.org/10.5114/hpr.2019.85659>
- Teaser, P. B., Anetzberger, G. J., Podnieks, E., Comire, B., & Shealy E. C. (2023). *The Worldwide Face of Elder Abuse*. Springer.

