

Aktywność edukacyjna seniorów jako forma uczestnictwa społecznego

Słowa klucze: starość, *age*; starzenie się, *aging*; edukacja, *education*; aktywność, *activity*; aktywność edukacyjna, *educational activity*

Problematyka starości i starzenia się stała się w ostatnim okresie obszarem zainteresowań wielu teoretyków i praktyków. Wiąże się to z postępującym zjawiskiem starzenia się społeczeństw, które coraz silniej jest i będzie odczuwane również w Polsce. Prognozy demograficzne jednoznacznie wskazują na szybkie tempo przyrostu osób starszych, zwłaszcza w dużych miastach, których liczba w roku 2030 ma zbliżyć się do jednej trzeciej ogółu mieszkańców. Zjawisko to tworzyć będzie w coraz większym zakresie odmienną niż dzisiaj sytuację pod względem jakościowym w życiu społecznym i gospodarczym naszego kraju. Coraz silniej do głosu dochoǳić będą potrzeby osób starszych, jako grupy społecznej o coraz większej powszechności występowania, co nie jest bez znaczenia dla szeroko rozumianej polityki społecznej państwa. Choć odmiennie w swoim charakterze i traktowane dotąd marginalnie problemy osób starszych stanowiąc będą kwestie o coraz większym poziomie istotności.

Podjęmowanie aktywności edukacyjnej przez osoby starsze w kontekście teorii aktywności

Rozwój współczesnej cywilizacji europejskiej stanowi źródło przeobrażeń całego społeczeństwa, w tym również osób starszych. Wymusza to na nich zwiększenie aktywności w różnych zakresach, głównie aktywności społecznej, edukacyjnej i zawodowej. Jednakże istnieje duża grupa osób, które wycofują się z aktywnego życia, wymagają wsparcia i różnego rodzaju pomocy.

Jednym ze znaczących aspektów zwiększania tej aktywności jest uczestnictwo społeczne seniorów. We współczesnych społeczeństwach postindustrialnych, w tym również w społeczeństwie polskim, istnieją zja-

wiska, procesy i mechanizmy sprzyjające powstawaniu i kumulacji barier w sferze uczestnictwa społecznego osób starszych. Ostatnie ogólnopolskie badania Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego i Instytutu Spraw Publicznych w Warszawie wskazują przede wszystkim na poczucie osamotnienia i deprivację innych potrzeb psychospołecznych polskich seniorów po ich przejściu na emeryturę. Pomimo iż tezy oraz założenia dotyczące wykluczenia ludzi starszych nie uzyskały jeszcze w całości potwierdzenia i ugruntowania empirycznego, to akcentują one niezwykle istotną kwestię złożoności mechanizmów uczestnictwa społecznego osób starszych, tkwiących głównie w polskiej kulturze, strukturze społecznej, a także w osobowości społecznej tych osób z różnych środowisk społecznych. Na szczególną uwagę zasługują takie zjawiska, jak utrudnienia na rynku pracy, bariery uczestnictwa w pozarodzinnych kontaktach społecznych oraz niski poziom zaangażowania seniorów w sprawy społeczności lokalnej i uczestnictwa w działaniu instytucji obywatelskich¹.

Uznaje się, że funkcjonowanie w Polsce ludzi starszych poza głównym nurtem życia społecznego jest konsekwencją kulturowo uwarunkowanej postawy, charakterystycznej właściwie dla wszystkich grup wiekowych Polaków². Literatura przedmiotu wskazuje, że postawy osób starszych wobec starości nacechowane są wieloma obawami i lękami, których nasileniu sprzyja niekorzystny wizerunek tej fazy życia wśród Polaków. W polskim społeczeństwie funkcjonuje wiele negatywnych stereotypów dotyczących ludzi starszych. Postrzega się ich jako schorowanych, niedołączonych, infantylnych, wymagających ciągłej opieki i wsparcia finansowego ze strony rodziny lub opieki społecznej. Uważa się, że starcy są zrzędlivi, złośliwi, uparci, wiecznie utyskujący i nieszczęśliwi³.

Istnieje wiele teorii socjologicznych rozwijanych w ramach gerontologii społecznej, które ukazują problem wycofywania się osób w wieku starszym z dotychczasowych ról społecznych i innych form uczestnictwa społecznego. Zdaniem Marka Niezabitowskiego, do najważniejszych należą:

1. Teoria aktywności.
2. Teoria nieangażowania się E. Cumming i W. Henry'ego.
3. Teoria dystansu międzypokoleniowego Margaret Mead.
4. Teoria subkultury starości Arnolda M. Rose'a.

¹ M. Niezabitowski, *Ludzie starsi w perspektywie socjologicznej. Problemy uczestnictwa społecznego*, Katowice 2007, s. 7-9.

² J. Halicki, M. Halicka, *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, [w:] B. Synak (red.), *Polska starość*, Gdańsk 2003, s. 200-201.

³ Por. Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Kraków 2004, s. 49-50.

5. Teoria naznaczania (labellingu).
6. Teoria wymiany.
7. Teoria kontynuacji.
8. Teoria „biegu życia”.
9. Teoria deficytu intelektualnego.
10. Teoria kompetencyjna⁴.

Wymienione teorie bardzo silnie ze sobą kontrastują w zakresie teoretycznych ustaleń, dotyczących procesu wycofywania się człowieka w wieku senioralnym z życia społecznego i pełnionych w nim ról. Jednakże biorąc pod uwagę temat niniejszego opracowania, należałoby szczególną uwagę zwrócić na teorię aktywności. Akcentuje ona potrzeby i możliwości przystosowania się człowieka do życia w starości, szanse kontynuowania dotychczasowych ról społecznych lub w razie ich utraty, podejmowania nowych⁵. Należy dodać, że ta strukturalno-funkcjonalna perspektywa stanowi istotne i wartościowe spojrzenie na obiektywny fakt wyłączenia, odnosząc się do barier utrudniających bądź uniemożliwiających osobom starszym aktywność, tkwiących w strukturze i podstawowych instytucjach społecznych, do których zaliczyć można gospodarkę, rodzinę czy edukację, w instytucjach i instrumentach polityki społecznej państwa, jak również w systemie wartości i norm społecznych, narzucanych przez szeroko rozumianą kulturę lub grupy społeczne. Czynniki te odgrywają istotną rolę w wyłączaniu lub wykluczaniu ludzi starszych z różnych sfer życia społecznego. Wycofanie jest procesem, który może zachodzić w różny sposób, w różnym tempie, w zależności od stereotypów funkcjonujących w społeczeństwie, dotyczących głównie jego aktywności w określonych rolach oraz regulacji prawnych, związanych z przechodzeniem jednostki na emeryturę. Interpretując ten proces w kontekście teorii aktywności należy zwrócić uwagę na fakt, że nie jest on dobrowolny i stanowi źródło problemów z przystosowaniem jednostki do zmienionej i trudnej sytuacji życiowej. W znacznym uproszczeniu można stwierdzić, odwołując się do interpretacji E. Durkheima, że środowisko społeczne wycofuje człowieka ze swojego systemu działania za pomocą różnych mechanizmów formalnej lub nieformalnej kontroli normatywnej, bagatelizując niejako jego potrzeby, predyspozycje, sprawność i możliwości⁶.

W przeciwieństwie do wielu innych teorii, założenia teorii aktywności stanowią zaprzeczenie nieuchronności wycofywania się ludzi w wieku

⁴ M. Niezabitowski, *Ludzie starsi w perspektywie socjologicznej*, dz. cyt., s. 93.

⁵ Por. A. A. Zych, *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Katowice 1999, s. 37-38.

⁶ M. Niezabitowski, *Ludzie starsi w perspektywie socjologicznej*, dz. cyt., s. 93-94.

senioralnym z życia społecznego. Proces wyłączenia seniorów jest efektem wywierania na nich przymusu wbrew ich woli dalszego uczestnictwa i pełnienia ról w systemie. Tak więc zjawisko to jest pod względem biopsychicznym niefunkcjonalne i stanowi przeszkodę w optymalnym starzeniu się jednostki ludzkiej. Społeczny i instytucjonalny nacisk sprawia, że starzejący się ludzie w sensie psychologicznym doświadczają deprywacji aktywności zgodnej z ich potrzebami, z kolei w sensie socjologicznym stają się obiektami dyskryminacji⁷.

Koncepcja aktywności uznaje aktywność jako warunek równowagi emocjonalnej, wyrażającej się optymizmem jednostki. Określa tę aktywność jako wartość cenioną społecznie. Zakłada ona podejmowanie aktywności na miarę sił i możliwości jednostki, jako miarę jej pozytywnego wizerunku w oczach własnych i otoczenia⁸.

Pomimo iż starzejący się człowiek odczuwa spowolnienie niemal wszystkich czynności organizmu, obniżeniu ulegają jego liczne funkcje życiowe, pojawiają się różnego rodzaju schorzenia, zmienia się sposób widzenia i oceniania wielu spraw, to jednak tego rodzaju zmiany nie czynią z osoby w wieku senioralnym człowieka zniedołężniałego, nieposiadającego potrzeb i zrozumienia dla problemów społeczeństwa. Wiele osób starszych wprawdzie po przejściu na emeryturę przeżywa kryzys związany z nagłym zaprzestaniem pracy zawodowej i ograniczeniem, a niekiedy zaprzestaniem bezpośrednich kontaktów ze środowiskiem pracy czy wycofaniem się z aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym, jednak na ogół, w zależności od właściwości osobowych danej jednostki oraz od warunków zewnętrznych, dopasowują się one po jakimś czasie do zmienionej sytuacji życiowej. Wielu spośród nich podejmuje się na nowo działalności zawodowej i pełni różne funkcje społeczne, a szczególnie opiekuńczo-wychowawcze⁹.

Nie ulega wątpliwości, że przystosowanie się człowieka starego do nowych warunków w dużej mierze zależy od właściwie funkcjonującego systemu społecznego, jednakże jest ono również bezpośrednio zależne od rodzaju podejmowanych przez niego działań, a także od jego aktywności, która, dając mu możliwość reorganizacji własnego życia, zwiększa jednocześnie jego zdolności adaptacyjne.

Generalnie rzecz ujmując, aktywność człowieka można określić jako jego sposób porozumiewania się z innymi ludźmi i z otaczającym go światem. Nabiera ona szczególnego znaczenia wraz z upływem życia i warun-

⁷ M. Niezabitowski, *Ludzie starsi w perspektywie socjologicznej*, dz. cyt., s. 98.

⁸ Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa*, dz. cyt., s. 46.

⁹ Por. L. Dyczewski, *Ludzie starzy i starość w społeczeństwie i kulturze*, Lublin 1994, s. 36-40.

kuje zaspokojenie wszystkich potrzeb zarówno biologicznych, jak i społecznych oraz kulturalnych. Jest ona również warunkiem odgrywania ról społecznych, funkcjonowania w grupie, a także w społeczeństwie. Brak aktywności z kolei może powodować utratę akceptacji ze strony otoczenia, co oznacza odseparowanie i osamotnienie¹⁰.

Zachęcanie do aktywności, wyzwalanie jej wśród osób starszych należy do problemów pedagogicznych. Chodzi głównie o to, czy i w jakim zakresie aktywność tych ludzi można stymulować, zachęcać do niej, uczyć poszukiwania jej wymiarów. Dla pedagogów teoria aktywności jest punktem wyjścia do poszukiwania sposobów aktywizacji seniorów, bowiem do zachowania dobrego samopoczucia i zdrowia nie wystarcza zaspokojenie podstawowych potrzeb, jakimi są pożywienie, sen i bezpieczeństwo. Dlatego też niezwykle istotne jest kontynuowanie lub rozwijanie nowych form aktywności wśród osób, które przeszły już na emeryturę¹¹.

O istotności i ogromnym znaczeniu podejmowania aktywności przez osoby w wieku senioralnym świadczyć mogą funkcje, jakie ta aktywność spełnia, do których należą:

1. funkcja adaptacyjna – ułatwiająca lepsze dostosowanie się osób starszych do życia w nowej sytuacji społecznej i rodzinnej;
2. funkcja integracyjna – prowadząca do lepszej aklimatyzacji w grupie, do której należą ludzie starsi;
3. funkcja kompensacyjna – umożliwiająca wyrównywanie braków w innych zakresach (np. brak pracy zawodowej, brak wpływów, władzy);
4. funkcja kształcąca – pomagająca rozwijać i doskonalić cechy oraz dyspozycje osobowościowe jednostki;
5. funkcja rekreacyjno-rozrywkowa – ułatwiająca likwidację stresu, zwiększająca chęć do życia, wypełniająca czas wolny;
6. funkcja psychohigieniczna – umożliwiająca odczuwanie satysfakcji, poprawę jakości życia np. poprzez podniesienie autorytetu¹².

Istnieje wiele podziałów rodzajów aktywności osób w wieku senioralnym. Ogólnie wyróżnia się trzy podstawowe typy aktywności:

1. aktywność formalną – oznaczającą udział w różnych stowarzyszeniach społecznych, w polityce, w pracach na rzecz środowiska lokalnego, wolontariat itp.;
2. aktywność nieformalną – polegającą na kontaktach z rodziną, przyjaciółmi, znajomymi, sąsiadami;

¹⁰ B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dzięgielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, Warszawa 2006, s. 161-162.

¹¹ Tamże, s. 163-164.

¹² Tamże, s. 164.

3. aktywność samotniczą – obejmującą oglądanie programów telewizyjnych, czytanie, rozwijanie własnych zainteresowań, hobby¹³.

Jednak na szczególną uwagę zasługuje, zaprezentowany przez Aleksandra Kamińskiego, podział aktywności osób starszych na dwa zakresy. Pierwszy z nich dotyczy wykonywania pracy ceniowej i użytecznej, do którego zalicza się:

- pracę będącą kontynuacją zawodowego zatrudnienia w zmniejszonym wymiarze godzin i na stanowiskach odpowiadającym możliwościom danej osoby starszej;
- pracę zarobkową, lecz nie we własnym zawodzie, ale w zawodzie rezerwowym, wcześniej wyuczonym;
- aktywność w typie „półodpoczywania”, czyli na pograniczu pracy i wypoczynku, pozwalającą realizować zamiłowania amatorskie, a jednocześnie będącą źródłem dodatkowego dochodu;
- aktywność społeczną, związaną z odgrywaniem określonych ról społecznych (np. kuratora, ławnika);
- aktywność wewnątrzrodzinną – opiekuńczą i usługową.

Drugi zakres aktywności odnosi się do zajęć pozwalających zaspokajać zainteresowania, na który składają się:

- czytelnictwo książek i czasopism oraz słuchanie radia i oglądanie telewizji;
- uczestnictwo w odczytach, prelekcjach wygłaszanych w klubach, domach kultury, muzeach, uniwersytetach trzeciego wieku;
- uprawianie różnego rodzaju sportów (np. gimnastyka, pływanie, aerobik);
- krajoznawstwo i turystyka;
- aktywność klubowa, artystyczna, umysłowa, zabawowa¹⁴.

Inny podział aktywności osób w wieku senioralnym związany jest z polami zainteresowań i składa się na niego siedem następujących rodzajów aktywności:

1. aktywność domowo-rodzinna – oparta głównie na wykonywaniu różnych czynności, związanych z prowadzeniem gospodarstwa domowego i funkcjonowaniem najbliższej rodziny;
2. aktywność kulturalna – dotycząca np. czytelnictwa, oglądania telewizji, słuchania radia, korzystania z instytucji kulturalnych, klubów seniora;

¹³ B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dzięgielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, dz. cyt., s. 161.

¹⁴ A. Kamiński, *Studia i szkice pedagogiczne*, Warszawa 1978, s. 259-365.

3. aktywność zawodowa – zaspokajająca przede wszystkim potrzebę uznania i użyteczności oraz wpływa na poprawę samopoczucia, a także ułatwia tzw. samookreślenie kulturowe;
4. aktywność społeczna – dotycząca działalności osób starszych w danym środowisku;
5. aktywność edukacyjna – pomagająca starszemu człowiekowi w ciągłym doskonaleniu siebie, zakładająca nie tylko ćwiczenie umysłu, pamięci, lecz także możliwość zgłębiania nowych zagadnień i poznawania nowych ludzi;
6. aktywność religijna – umożliwiającą uczestnictwo w obrzędach religijnych;
7. aktywność rekreacyjna – związana z wypoczynkiem i ulubionymi zajęciami wykonywanymi dla przyjemności, jak również z różnorodnymi formami aktywności fizycznej¹⁵.

Analiza literatury przedmiotu wskazuje, że w procesie adaptacji do starości znaczącą rolę odgrywa aktywność kulturalno-oświatowa. Do jej najważniejszych form zalicza się:

- indywidualne realizacje zainteresowań i potrzeb kulturalnych, których treść determinowana jest poprzednimi stylami życia;
- działalność amatorską i hobbystyczną, realizowaną indywidualnie lub zespołowo w lokalnych ośrodkach kultury;
- odbiór treści kultury masowej i czytelnictwo¹⁶.

Koncepcja aktywności zakłada, że człowiek starszy powinien, w miarę swoich możliwości, podejmować aktywność w zgodzie ze sobą i zgodnie z oczekiwaniami otoczenia, w celu pozostawania jak najdłużej czynnym. W związku z tym wielu przedstawicieli różnych dyscyplin naukowych zadaje pytanie, jaką rolę powinna spełniać edukacja w dalszym, aktywnym życiu osób starzejących się?¹⁷ Problematyka edukacji jest rozumiana bardzo szeroko i dotyczy całego przebiegu życia człowieka. Wiąże się to głównie z szybkimi przemianami oraz rozwojem cywilizacyjnym, które stwarzają potrzebę ciągłego aktualizowania wiedzy.

Współczesne uczenie się to nie tylko uczestniczenie w zorganizowanych formach, ale również czerpanie wiedzy z sytuacji życiowych, przeżyć własnych i innych osób. To poznawanie i rozumienie zarówno samego siebie, jak i innych oraz otaczającego świata. Edukacja stanowi szczególnie

¹⁵ G. Orzechowska, *Aktualne problemy gerontologii społecznej*, Olsztyn 1999, s. 28-29.

¹⁶ B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dzięgielewska, *Podstawy gerontologii społecznej...*, dz. cyt., s. 164-165.

¹⁷ A. Fabiś, *Edukacja seniorów – odpowiedź na wymagania współczesności*, „Edukacja Dorosłych”, 2006, nr 1-2, s. 33.

wyzwanie dla najstarszych pokoleń, które mają wręcz obowiązek uczenia się, ponieważ współczesna rzeczywistość zdecydowanie różni się od przeszłości i w związku z tym edukacja pozwala zrozumieć dokonujące się zmiany, jak również prawidłowo funkcjonować w jej obrębie¹⁸.

Istnieje wiele teorii dotyczących możliwości intelektualnych osób starszych. Są to głównie koncepcje związane z tzw. „wyuczalnością” ludzi starszych, oparte na badaniach psychologicznych¹⁹. Przez stosunkowo długi okres sądzono, że uczenie się tych ludzi nie jest możliwe, ze względu na ograniczone możliwości osób w późnym okresie dorosłości. Poważniejsze refleksje na temat roli edukacji w życiu osób w wieku senioralnym przyniosły dopiero lata 80. XX wieku. W chwili obecnej zauważa się ogromną potrzebę udziału osób starszych w przedsięwzięciach edukacyjnych, którzy w edukacji odnajdują nie tylko rozrywkę intelektualną i kulturalną, ale także uznają ją za trening intelektualny, a co za tym idzie drogę do niezależności, emancypacji i stałego rozwoju, czego wyrazem jest rozwój uniwersytetów trzeciego wieku w wielu krajach²⁰.

Literatura przedmiotu wskazuje, że pomyślnie starzenie się stanowi wypadkową środowiska zewnętrznego oraz kształtowanej przez całe życie postawy, uwarunkowanej konstrukcją wewnętrzną jednostki. Uznaje się, że wartościowe przeżywanie okresu starości to nieustanna praca nad odrodzeniem swej świadomości. Tak więc, oprócz kondycji fizycznej, istotną rolę odgrywa kondycja psychiczna, zatem rozwój dotyczyć powinien jednocześnie tych dwóch sfer. Wiąże się to z potrzebą holistycznego podejścia do rozwoju człowieka, opartego na współgraniu psychiki i fizjologii, co powinien uwzględniać program profilaktyki starzenia się. Edukacja w okresie starości pozwala na zdobywanie tzw. nowego horyzontu wartości, wyrażającego się m.in. akceptacją choroby, umiejętnością życia z chorobą, które sprzyjają przewartościowywaniu celów w życiu oraz optymalnemu wykorzystywaniu posiadanych wewnętrznych sił człowieka. Nauka w tym wieku służy również ćwiczeniom mózgu, utrzymując jego funkcje i zdolności poznawcze²¹. Ze względu na zachowanie sprawności umysłowej do późnych lat, uczenie się osób starszych jest nie tyle możliwe, co konieczne. W związku z tym problematykę edukacji tych osób powinno się rozważać w perspektywie zmiany, a nie wycofania czy ograniczenia

¹⁸ Por. O. Czerniawska, *Uczenie się jako styl życia*, [w:] M. Dziegielewska (red.), *Przygotowanie do starości*, Łódź 1997, s. 19-21.

¹⁹ Z. Szarota, *Gerontologia społeczna...*, dz. cyt., s. 72.

²⁰ Por. A. Fabiś, *Edukacja seniorów...*, dz. cyt., s. 34.

²¹ W. Wnuk, *Idea rozwoju jako czynnik profilaktyki starzenia się*, [w:] *Aktywność społeczna, kulturalna i oświatowa seniorów*, A. Fabiś (red.), Bielsko-Biała 2008, s. 146-147.

działań edukacyjnych²². Ogólnie rzecz ujmując można stwierdzić, że celem edukacji osób starszych jest lepsze radzenie sobie z codziennością. Dzięki podjętej aktywności edukacyjnej osoby te mają możliwość:

1. powiększenia swoich dochodów i ponowne znalezienie się na rynku pracy (np. dzięki poznaniu nowych technik poszukiwania pracy czy zdobyciu nowych, pożądanych obecnie umiejętności);
2. lepszego radzenia sobie z codziennymi problemami poprzez zdobycie wiedzy wyzwalającej inicjatywę i samodzielność, ułatwiającej podejmowanie decyzji czy dostosowanie się do nowych warunków życia;
3. pomagania innym poprzez przekazywanie własnych doświadczeń, tradycji rodzinnych, uczenie patriotyzmu czy wspieranie w pokonywaniu choroby itp.;
4. uczynienia z późnych lat zwieńczenia całego życia, uwolnienia od stereotypów dotyczących możliwości działań w starości, dalszego rozwoju i budowania własnej tożsamości²³.

Natomiast zdaniem Jerzego Halickiego, celem edukacji seniorów jest:

1. prewencja geriatryczna, odbywająca się poprzez aktywizowanie umysłu: intelektu, intuicji, pamięci. Uczenie się przeciwdziała starzeniu się, walczy z nim, stanowi rodzaj autoterapii, odrywa od codzienności i wypełnia czas wolny;
2. poszerzenie i pogłębienie wiedzy, równoznaczne z włączeniem osób starszych w nurt kształcenia permanentnego;
3. przygotowanie do emerytury poprzez uczestnictwo np. w zajęciach uniwersytetu trzeciego wieku czy stażach przygotowujących do emerytury;
4. przygotowanie do działalności społecznej, mające na celu zdobycie poczucia użyteczności dla innych ludzi (np. uczestnictwo w występach chórów, zespołów pieśni i tańca, działalność w organizacjach charytatywnych itp.)²⁴.

Podjęcie aktywności edukacyjnej przez osoby starsze wyjątkowo silnie związane jest z problemami przystosowania do starości. Nierozdzielnie łączy się z postawami ludzi wobec starości, z przyjmowanymi wzorami zachowań czy stylem życia. Uważa się, że to, jakimi ludźmi stanemy się na starość w minimalnym stopniu zależy od rzeczywistego wieku,

²² Por. A. Fabiś, *Edukacja seniorów...*, dz. cyt., s. 33-34.

²³ Por. B. Szatur-Jaworska, P. Błądowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii społecznej...*, dz. cyt., s. 168-169.

²⁴ J. Halicki, *Edukacja seniorów w aspekcie teorii kompetencyjnej*, Białystok 2000, s. 143-147.

natomiast w znacznym stopniu zdeterminowane jest jakością naszego wcześniejszego życia²⁵.

Prawidłowe przystosowanie się do starości nie dla każdego człowieka jest prostym zadaniem. Ludzie w tym zakresie przyjmują różne postawy, stąd literatura przedmiotu proponuje bogate i różnorodne propozycje typologii postaw wobec własnej starości. Dla przykładu S. Reichard wyróżnia pięć najczęściej występujących postaw ludzi starych:

1. postawę konstruktywną – skierowaną na aktywność na rzecz najbliższych i osób potrzebujących pomocy lub wsparcia;
2. postawę zależności – opartą na żądaniu opieki, choć osoba jest sprawna fizycznie i psychicznie;
3. postawę obronną – charakteryzującą się obroną jednostki przed pomocą innych, zamykaniem się w sobie pomimo niemożności wykonania danej czynności;
4. postawę wrogości skierowaną na innych – charakterystyczna dla ludzi, którzy skłonni są do przypisywania winy za własne błędy;
5. postawę autodestrukcji – czyli postawę wrogości skierowaną na siebie, gdy osoba nie umie pogodzić się z własną starością²⁶.

A. Zych wyróżnia dodatkowe cztery typy postaw ludzi starych wobec starości, jakimi są:

1. lęk przed starością i bunt wobec starzenia się;
2. rezygnacja i/lub izolacja społeczna i emocjonalna;
3. rozsądna, poznawcza i emocjonalna akceptacja starości jako naturalnej fazy życia ludzkiego;
4. refleksyjna postawa wobec minionego życia²⁷.

Inny przykład postaw wobec starości to typologia C. S. Forda, który wyróżnił pięć sposobów adaptacji do starości:

1. regresja – czyli wymuszanie pomocy w życiu codziennym, choć stan zdrowia tego nie wymaga;
2. ucieczka – to zmiana miejsca zamieszkania w celu wyzwolenia się od kłopotów towarzyszących starzeniu się;
3. dobrowolna izolacja od otoczenia – czyli postawa bierności i ograniczenie kontaktów ze środowiskiem społecznym do minimum;
4. przewrotne postępowanie – to dążenie do zdobycia wyższej społecznej pozycji i zainteresowania otoczenia swoją osobą;

²⁵ Por. Z. Szarota, *Gerontologia społeczna...*, dz. cyt., s. 47-50.

²⁶ Por. D. B. Bromley, *Psychologia starzenia się*, Warszawa 1969, s. 132-139.

²⁷ A. Zych, R. Bartel, *Zur lebenssituation alterer Menschen in Polen und in der Bundesrepublik Deutschland – eine komparative Survey-Studie (Sytuacja życiowa ludzi starszych w Polsce i RFN)*, Giessen 1988, s. 94-100.

5. integracja i dostosowanie – polega na zaangażowaniu się w życie społeczne, życzliwości wobec innych, na traktowaniu problemów zdrowotnych jako sprawy osobistej, o której nie informuje się otoczenia²⁸.

Z kolei B. Neugarten wyróżniła osiem wzorów zachowań ludzi w podeszłym wieku:

- a) reorganizacji życia,
- b) ukierunkowania na jeden rodzaj czynności (np. podporządkowanie się hobby),
- c) niezaangażowanego obserwatora,
- d) podtrzymywania dotychczasowej aktywności,
- e) redukcji/zawężonej aktywności,
- f) oczekiwania na pomoc i wsparcie,
- g) zależności,
- h) niezaangażowania²⁹.

Liczne badania wykazały, że postawa wobec własnej starości uzależniona jest głównie od płci oraz od fazy starości. Generalnie kobiety charakteryzują się większą zdolnością adaptacji do starości niż mężczyźni, co na ogół interpretuje się jako efekt częstszego przeżywania różnego typu sytuacji stresowych. Istotne znaczenie ma również faza starości, bowiem z upływem czasu zdobywa się wiele nowych doświadczeń, które modyfikują postawy wobec życia, wobec innych ludzi, jak również wobec samego siebie³⁰.

Istotne jest również to, że styl życia, jaki dana jednostka przyjmuje w okresie senioralnym, w zdecydowanym stopniu determinuje podejmowanie przez nią różnych form aktywności. Pojęcie stylu życia obejmuje nie tylko zachowania ludzkie, ale również psychofizyczne mechanizmy leżące u podstaw owych zachowań, którymi są: motywacje, potrzeby, akceptowane wartości. Na całość, jaką stanowi styl życia, składają się również aspekty, którym ludzie przypisują określone znaczenie, a do których należą głównie: sposób zagospodarowania czasu przez człowieka; charakter pracy, stosunek do pracy; poziom i charakter konsumpcji dóbr materialnych; zachowania związane z utrzymaniem higieny oraz stosunek do zdrowia; aktywność związana z zaspokojeniem potrzeb intelektualnych i estetycznych; zachowania rekreacyjne; stosunek do wartości; uczestnictwo w życiu społeczno-politycznym oraz formy współżycia między ludźmi³¹.

²⁸ I. Muchnicka-Djakow, *Czas wolny w klubie seniora*, Warszawa 1984, s. 16.

²⁹ O. Czerniawska, *Edukacja osób „trzeciego wieku”*, [w:] T. Wujek (red.), *Wprowadzenie do andragogiki*, Warszawa 1996, [w:] Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Kraków 2004, s. 49.

³⁰ B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dzięgielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, dz. cyt., s. 60.

³¹ Tamże, s. 62.

Olga Czerniawska wyodrębniła sześć stylów życia realizowanych przez seniorów, będących efektem rozwoju określonych zainteresowań we wcześniejszych fazach biografii badanych jednostek:

1. styl całkowicie bierny – związany z zaspokajaniem potrzeby bezpieczeństwa, polegający na wycofaniu się z życia usprawiedliwanym brakiem sił fizycznych i niezdolnością do pokonywania różnych barier, głównie psychicznych;
2. styl rodzinny – związany z podejmowaniem aktywności na rzecz najbliższych, rozszerzoną rolą babci czy dziadka;
3. styl hobbystyczny – dotyczący osób, które posiadają pasje, hobby, miłośnictwo itp.;
4. styl zaangażowany w działalność stowarzyszeń społecznych, akcje charytatywne – czyli styl oparty na aktywności w stowarzyszeniach społecznych, jak również prace społeczne czy wolontariat;
5. styl domocentryczny – stanowiący pogranicze stylu aktywnego i biernego, polegający na pomaganiu innym, ale jedynie w przestrzeni własnego domu, mieszkania, a aktywność skoncentrowana jest głównie na korzystaniu ze środków masowego przekazu, pomocy rodzinie, zajmowaniu się swoim hobby, ale bez konieczności wychodzenia z domu;
6. styl pobożny – gdzie centralny punkt odniesienia wszelkiej aktywności stanowi kościół i modlitwa oraz spotkania w ruchach kościelnych³². Podobną typologię prezentuje M. R. Pare, który wyróżnił pięć takich stylów życia w starości:

1. styl polegający na nieangażowaniu się w życie (odejście, wycofanie się) – występuje tu zerwanie kontaktów społecznych, kulturalnych, a nawet rodzinnych;
2. styl rodzinny – wyrażający się tym, iż osoba starsza angażuje się na rzecz swojej rodziny do tego stopnia, że rezygnuje ze wszystkich innych form aktywności i kontaktów;
3. styl polegający na wypełnianiu czasu na emeryturze zajęciami wolno-czasowymi, podróżami, rozrywkami;
4. styl związany z „walką” o prawa ludzi starszych, o poprawę ich sytuacji materialnej i bytowej, umocnienie pozycji społecznej;
5. styl opierający się na aktywności społecznej i wolontarystycznej ludzi starszych³³.

³² Za O. Czerniawska (red.), *Style życia w starości*, Łódź 1998, z własnymi uwagami Z. Szarota, *Gerontologia społeczna...*, dz. cyt., s. 49.

³³ B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, dz. cyt., s. 63-64.

Nie trzeba tu szczególnie podkreślać, że obrany styl życia może mieć znaczący wpływ na podejmowanie przez osoby starsze różnych form aktywności, w tym również aktywności edukacyjnej. Jednakże niezaprzeczalny jest fakt, że stan zdrowia i sytuacja ekonomiczna osób w tym wieku stanowią najważniejszy aspekt wpływający na ich postawy życiowe. Podstawy ekonomiczne osób starszych wpływają m.in. na ich decyzje finansowe, świadomość własnych praw, umiejętność adaptacji do zmieniających się warunków rzeczywistości czy świadomość konieczności zapewnienia sobie godnych warunków egzystencji³⁴.

Inne istotne czynniki decydujące o jakości życia seniorów, ich postawach życiowych, jak również o formach podejmowanej aktywności to głównie: wykształcenie, środowisko rodzinne, warunki bytowe, miejsce zamieszkania oraz występowanie określonych instytucji kulturalnych i oświatowych w miejscu zamieszkania tych osób³⁵.

Wyzwalanie aktywności edukacyjnej wśród osób starszych, zachęcanie ich do nauki ma na celu przede wszystkim ich niezależność, wyrażającą się w umiejętności funkcjonowania w stale zmieniającej się rzeczywistości, w przezwyciężeniu trudności życia codziennego, a także w samodzielnej realizacji potrzeb. Dlatego też niezwykle istotny jest fakt, że osoby te coraz większą wagę przywiązują do użyteczności procesu kształcenia, zwłaszcza gdy ma ona służyć zaspokajaniu potrzeb poznawczych w zakresie wiedzy utylitarnej. Wyrazem tej tendencji jest zapotrzebowanie osób starszych na doksztalcenie w zakresie obsługi telefonu komórkowego, komputera oraz Internetu czy też bankomatu. Wykazują oni także chęć konsultacji z dietetykami, rehabilitantami, gerontologami, jak również prawnikami czy ekonomistami³⁶.

Niektórzy autorzy zwracają uwagę na fakt, że podejmowanie aktywności edukacyjnej przez seniorów w wielu krajach wynika z przemian kulturowych, które spowodowały znaczny spadek prestiżu osób starszych w społeczeństwie. Osoby starsze są bowiem nadal nosicielami tradycji, jednakże nie są już uznanymi przekazicielami wiedzy. Z konieczności lub z wyboru sami są zmuszeni do pobierania edukacji. Wiąże się to głównie z koniecznością doksztalcenia osób, które są jeszcze aktywne zawodowo czy też nadążania za rozwojem nowych technologii, wykorzystywanych w określonych celach. Może to być również związane z chęcią wartości-

³⁴ Por. A. Fabiś, *Edukacja seniorów...*, dz. cyt., s. 35.

³⁵ Za B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, dz. cyt., s. 162.

³⁶ T. Aleksander, *Potrzeby kulturalno-oświatowe ludzi dorosłych*, [w:] T. Wujek (red.), *Wprowadzenie do pedagogiki dorosłych*, s. 332-335.

wego wykorzystania czasu wolnego, zyskanego po przejściu na emeryturę oraz zaspokajaniem ciekawości poznawczej i realizowaniem własnych zainteresowań³⁷.

Nieliczne jak dotąd badania wykazują, że najbardziej popularną wśród osób starszych jest aktywność receptywna, polegająca na oglądaniu telewizji, słuchaniu radia, czytaniu gazet, najczęściej w warunkach domowych oraz aktywność integracyjna, wyrażająca się przede wszystkim w spotkaniach z przyjaciółmi. Niewielką aktywność natomiast wykazują oni w zakresie życia publicznego i społecznego. Wskazuje się, że najczęściej występującą postawą wśród tych osób jest postawa bierności, apatii, wyłączenia się z życia i oczekiwania na śmierć, a ten bierny styl życia jest zazwyczaj kontynuacją dotychczasowej postawy życiowej³⁸.

Zakres i jakość podejmowanej aktywności edukacyjnej osób starszych na tle innych rodzajów aktywności w świetle wyników badań własnych

Zaprezentowane powyżej tendencje uzyskały potwierdzenie w wynikach badań, stanowiących część ogólnych badań dotyczących podejmowania aktywności edukacyjnej i zawodowej przez osoby starsze w Polsce, za pomocą kwestionariusza wywiadu na temat: „Aktywność zawodowa i edukacyjna ludzi starzejących się”. Badania zostały przeprowadzone w latach 2008 i 2009 za pośrednictwem studentów studiów pedagogicznych Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy oraz Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej we Włocławku. Przeprowadzono je wśród emerytów różnych grup zawodowych i wieku życia oraz osób w wieku przedemerytalnym, z okresu do pięciu lat przed ich przejściem na emeryturę. W zakresie niniejszego opracowania zostały zaprezentowane opinie 460 osób z województwa kujawsko-pomorskiego na temat podejmowanych form aktywności po ich przejściu na emeryturę. Dla ogólnego zobrazowania prezentowanego problemu sporządzono zestawienie analityczne i przedstawiono je w tabeli 1³⁹.

³⁷ A. Frąckowiak, *Edukacja seniorów w Stanach Zjednoczonych*, [w:] *Instytucjonalne wsparcie seniorów – rozwiązania polskie i zagraniczne*, A. Fabiś (red.), Bielsko-Biała 2007, s. 195.

³⁸ M. Halicka, J. Halicki, *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, [w:] B. Szaturjaworska, P. Błędowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, dz. cyt., s. 165.

³⁹ Przed analizą zebranego materiału przeprowadzono obliczenia ilościowe. Badani emeryci mieli za zadanie określić sposób spędzania czasu wolnego poprzez dokonanie wartościowania. Uzyskane odpowiedzi zostały odpowiednio pomnożone: „tak” razy 4, „raczej tak” razy 3, „raczej nie” razy 2 i „nie” razy 1. Uzyskane wartości punktowe podzielono przez liczbę badanych osób i otrzymano średnią wartość wyboru. Dla tej średniej z kolei

Tabela 1. Formy aktywności podejmowane przez badanych seniorów, po ich przejściu na emeryturę – zestawienie analityczne

FORMY AKTYWNOŚCI	KOBIEТЫ N = 304		MĘŻCZYŹNI N = 156		OGÓŁEM N = 460	
	średnia wyboru	ranga wyboru	średnia wyboru	ranga wyboru	średnia wyboru	ranga wyboru
Aktywność domowo-rodzinna	3,72	I	3,55	I	3,66	I
Aktywność kulturalna	3,12	III	2,82	V	3,02	III
Aktywność zawodowa	2,62	VI	2,95	IV	2,73	V
Aktywność społeczna	1,97	VII	2,51	VI	2,15	VII
Aktywność edukacyjna	2,71	V	1,99	VII	2,46	VI
Aktywność religijna	2,91	IV	3,20	III	3,01	IV
Aktywność rekreacyjna	3,17	II	3,37	II	3,24	II
Inna aktywność	1,15	VIII	1,23	VIII	1,19	VIII
ŚREDNIE WYBORU	2,67	—	2,70	—	2,68	—

INNA AKTYWNOŚĆ: kobiety: praca na działce, hodowla kwiatów; mężczyźni: sport, wędkarstwo, myślistwo, spacer, praca w ogródku

Analiza wyników badań z powyższej tabeli wskazuje, że główną formą aktywności, podejmowaną przez badanych seniorów po ich przejściu na emeryturę jest aktywność domowo-rodzinna. Ta odpowiedź osiągnęła najwyższą rangę, ze średnią ogólną – 3,66 p. i mieści się w formule odpowiedzi pozytywnej pewnej „tak”. Drugą rangę, ze średnią ogólną – 3,24 p. uzyskała aktywność rekreacyjna, będąca wyrazem odpowiedzi pozytywnej niepewnej „raczej tak”. Generalnie ranga trzecia została przypisana aktywności kulturalnej, ze średnią ogólną – 3,02 p. Jednakże występują pewne różnice, gdy jako czynnik różnicujący przyjmiemy płeć. Otóż kobiety, podobnie jak przy tendencji ogólnej, nadały tej aktywności rangę trzecią, ze średnią ogólną – 3,12 p., natomiast mężczyźni dopiero rangę V. Na trzecim miejscu wśród mężczyzn plasuje się aktywność religijna, ze średnią ogólną – 3,20 p. (również mieszcząc się w odpowiedzi pozytywnej niepewnej „raczej tak”).

zastosowano następujące przedziały wartościowania: do 1,50 p. – odpowiedź negatywna pewna – nie; od 1,51 p. do 2,50 p. – odpowiedź negatywna niepewna – raczej nie; od 2,51 p. do 3,50 p. – odpowiedź pozytywna niepewna – raczej tak; powyżej 3,50 p. – odpowiedź pozytywna pewna – tak.

Na uwagę zasługuje fakt, że stosunkowo niską rangę VI uzyskała wśród badanych aktywność edukacyjna, ze średnią ogólną – 2,46 p., mieszcząca się w formule odpowiedzi negatywnej niepewnej „raczej nie”, wskazująca na niewielkie zainteresowanie badanych emerytów podejmowaniem dalszego kształcenia. Zostało to potwierdzone w dalszych analizach dotyczących sposobów spędzania czasu wolnego przez badanych seniorów, gdzie wszelkiego rodzaju formy podejmowania aktywności edukacyjnej przez te osoby osiągnęły jedne z najniższych wartości. I tak – podejmowanie nauki dla własnej przyjemności uzyskało rangę XI (na 16 możliwości), ze średnią ogólną 1,89 p.; podejmowanie nauki w celu uzupełnienia wykształcenia – rangę XII (średnia ogólna – 1,87 p.); a uczestnictwo w prelekcjach, odczytach wygłaszanych w klubach, domach kultury lub uniwersytetach trzeciego wieku – rangę XIII, ze średnią ogólną – 1,86 p. (wszystkie te średnie są wyrazem odpowiedzi negatywnej niepewnej „raczej nie”).

Wnioski

Ustalenia z badań wskazują na stosunkowo niewielkie zainteresowanie osób starszych aktywnością edukacyjną. Można by dopatrywać się wielu przyczyn takiego stanu rzeczy, które zapewne wymagałyby poszerzonych badań. Niemniej jednak należałoby zastanowić się, jakie działania należałoby podjąć w zakresie szeroko rozumianej polityki społecznej państwa w celu optymalnego wspierania motywacji do podejmowania aktywności edukacyjnej przez osoby w wieku senioralnym. Wydaje się, że właśnie ta forma aktywności może stanowić szansę dla samodzielnego i w miarę niezależnego funkcjonowania tych osób w stale zmieniającej się rzeczywistości.

* * *

Nie ulega wątpliwości, że rola edukacji w życiu osób starszych jest niezmiernie ważna. Uczestnictwo w różnych formach edukacji pozwala częstokroć tej grupie społecznej zapomnieć o dolegliwościach zdrowotnych, wspierać i wychodzić naprzeciw potrzebom innych osób, odkrywać niedostępne do tej pory dla nich obszary wiedzy, łamać dotychczasowe stereotypy dotyczące ich wieku. Edukacja ułatwia im również nawiązywanie kontaktów, a także powoduje pojawianie się w nich radości życia i satysfakcji. W związku z tym uznać można, że edukacja osób starszych pełni przede wszystkim funkcję terapeutyczną, gdyż w dużym stopniu niweluje problemy związane z wiekiem i wypełnia próżnię po utracie wcześniej pełnionych ról. Dlatego też, zdaniem niektórych autorów, warto czynić starania, aby jak najwięcej osób w wieku senioralnym podejmowało aktywność edukacyjną nie tylko tych sprawnych i aktywnych, ale również tych, któ-

rych ogranicza choroba, miejsce zamieszkania czy stosunek ich otoczenia. Rozwiązań w tym zakresie upatruje się w animowaniu edukacji, rozpropagowywaniu jej wśród najstarszych pokoleń, w edukowaniu twórców tej edukacji, decydentów w tym zakresie oraz osób wspierających, pomagających i opiekujących się osobami starszymi⁴⁰.

Ważne jest również to, aby uwrażliwić całe społeczeństwo na problemy tej grupy wiekowej, by zapobiec w przyszłości wielu negatywnym skutkom funkcjonowania starzejącego się społeczeństwa i umożliwić seniorom niezależne i pełnoprawne uczestnictwo w życiu społecznym na miarę ich możliwości i potrzeb.

⁴⁰ G. Orzechowska, *Rola edukacji w późnej dorosłości*, [w:] *Edukacja dorosłych jako czynnik rozwoju społecznego* (Materiały I Ogólnopolskiego Zjazdu Andragogicznego – Kraków, 23-24 czerwca 2009), T. Aleksander (red.), t. 2, Radom 2010, s. 444-445.