

*Iwona Mandrzejewska-Smól*

(Uniwersytet Kazimierza Wielkiego w Bydgoszczy)

## PODEJMOWANIE AKTYWNOŚCI PRZEZ OSOBY STARSZE W KONTEKŚCIE PRZYSTOSOWANIA DO STAROŚCI

Słowa kluczowe: osoby starsze; starość; przystosowanie się do starości; postawa wobec starości; aktywność osób starszych; aktywność w wieku senioralnym; aktywność umysłowa seniorów.

### TAKING UP ACTIVITIES BY THE ELDERLY IN THE CONTEXT OF ADAPTATION TO OLD AGE

Key words: the elderly; old age; adaptation to old age; attitude to old age; active ageing; activity at senior age; mental activity of seniors.

## Wprowadzenie

Coraz powszechniejsze zjawisko wydłużania się ludzkiego życia ma wpływ na wyraźne zwiększenie się liczebności osób starszych w ogólnej liczbie ludności, zwłaszcza w krajach wysoko cywilizowanych. W związku z tym w naszym społeczeństwie coraz bardziej do głosu dochodzą i będą dochodzić potrzeby ludzi starych traktowane do tej pory marginalnie.

Pomimo iż ludzie starzy ustępują młodemu pokoleniom zwłaszcza w dziedzinie zawodowej, ekonomicznej, czy politycznej, to nie oznacza to, że nie stanowią wartości w życiu ogólnospołecznym. Znaczenie człowieka w życiu społecznym wraz z jego wiekiem przenosi się z dziedzin ekonomii i polityki na dziedziny bardziej duchowe, co prawda mniej dostrzegalne, ale równie ważne. Albowiem zdaniem L. Dyczewskiego ludzie starzy:

- utrwalają w społeczeństwie wszystkie sprawdzone w życiu osobistym wartości, normy i wzory stosunków międzyludzkich, a zwłaszcza rodzinnych;
- przekazują na ogół młodszemu pokoleniom prawidłowy stosunek do społeczeństwa i państwa;
- stanowią nieodzowne uzupełnienie zinstytucjonalizowanego kształcenia i wychowania;

— nadają trwałość i ciągłość całościowo rozumianemu życiu społecznemu i narodowemu<sup>1</sup>.

Również fakt, że starzejący się człowiek odczuwa spowolnienie niemal wszystkich czynności organizmu nie czyni z niego osoby zniedołężniałej, nieposiadającej potrzeb, skupionej na oczekiwaniu końca życia. Wielu spośród nich podejmuje się na nowo działalności zawodowej i pełni szereg funkcji społecznych<sup>2</sup>.

## Problemy przystosowania się do starości

Starzenie się, a co za tym idzie prawidłowe przystosowanie się do starości dla wielu ludzi nie jest łatwym zadaniem. Przyjmują oni w tym zakresie dość różnorodne postawy, stąd literatura przedmiotu proponuje bogate i różnorodne propozycje typologii postaw wobec własnej starości<sup>3</sup>.

Do pięciu najczęściej występujących postaw ludzi starych należą:

1) Postawa konstruktywna — jedyna pozytywna wśród wyróżnionych, skierowana na aktywność na rzecz najbliższych i osób potrzebujących pomocy lub wsparcia. Postawę tę prezentują ludzie obiektywnie oceniający siebie i swoje osiągnięcia, optymistycznie zorientowani na swoją przyszłość.

2) Postawa zależności — uznawana za postawę naganną: choć osoba jest sprawna fizycznie i psychicznie, żąda opieki, stale absorbuje uwagę bliskich lub opiekunów. Postawa ta cechuje ludzi wykazujących pewne formy bierności i zależności od innych, nie należących do ludzi ambitnych, wykazujących nieufność wobec nowości.

3) Postawa obronna — w tym przypadku, pomimo iż jednostka nie może wykonać danej czynności, broni się przed pomocą innych, równocześnie zamykając się w sobie, izolując. Jest osobowością bierną, która mogłaby pomóc innym, ale nie chce. Postawę tę przyjmują ludzie wcześniej zaabsorbowani aktywnością zawodową, obawiający się bierności na emeryturze, są bardziej skoncentrowani na tym, co ich otacza, niż na życiu wewnętrznym.

---

<sup>1</sup> Por. L. D y c z e w s k i, *Ludzie starzy i starość w społeczeństwie i kulturze*, Lublin 1994, s. 9–12.

<sup>2</sup> Tamże, s. 36–40.

<sup>3</sup> Autorka niniejszego opracowania wielokrotnie ukazywała różnorodną typologię tych postaw w licznych artykułach poświęconych problematyce aktywności osób starszych, do których w szczególności należą: *Aktywność edukacyjna osób starszych z myślą o społeczeństwie wiedzy*, [w:] *Nauki pedagogiczne w perspektywie społeczeństwa wiedzy i pracy*, Z. W i a t r o w s k i, I. M a n d r z e j e w s k a - S m ó l, A. A f t a ń s k i (red.), Włocławek 2010; *Uwarunkowania aktywności edukacyjnej osób starzejących się*, [w:] *Edukacja dorosłych jako czynnik rozwoju społecznego*, T. A l e k s a n d e r (red.), Radom 2010.

4) Postawa wrogości — skierowana na innych — jednostka uważa, że inni kontaktują się z nią tylko wówczas, gdy potrzebują czegoś w zamian (np. emeryturę czy rentę). Postawa ta jest charakterystyczna dla ludzi, którzy skłonni są do przypisywania innym winy za własne błędy, są podejrzliwi, skłonni do konfliktów, nie akceptują starości, dostrzegając w niej same wady.

5) Postawa autodestrukcji — czyli postawa wrogości skierowana na siebie. Osoba taka nie umie pogodzić się z własną starością, oczekuje śmierci, jednocześnie lękając się jej. Postawa ta cechuje osoby, które posiadają niechętny stosunek do własnego życia, są życiowo bierni, uważają się za ofiary złego losu, czują się niepotrzebni i osamotnieni<sup>4</sup>.

Natomiast Adam A. Zych wyróżnia dodatkowe cztery typy postaw ludzi starych wobec starości:

- lęk przed starością i bunt wobec starzenia się;
- rezygnacja i/lub izolacja społeczna i emocjonalna;
- rozsądna, poznawcza i emocjonalna akceptacja starości jako naturalnej fazy życia ludzkiego;
- refleksyjna postawa wobec minionego życia<sup>5</sup>.

Należy jednak zwrócić uwagę na fakt, że wiele wśród zaprezentowanych powyżej postaw ma charakter negatywny świadczący o trudnościach w przystosowaniu się osób starszych do tego etapu życia.

Jako że determinanty starości są wypadkową czynników biologicznych, psychologicznych oraz społeczno-kulturalnych, do których zaliczyć należy: czynniki dziedziczne, historię życia, cechy osobowości, postawę wobec starości, to wynika z tego generalnie, że sposób w jaki jednostka się starzeje w głównym stopniu zdeterminowane jest jakością jej wcześniejszego życia<sup>6</sup>.

Postawa wobec własnej starości uzależniona jest od wielu czynników, jednak najsilniej wpływa na to płeć oraz faza starości. Uznaje się, że kobiety charakteryzują się większą zdolnością do adaptacji do starości niż mężczyźni poprzez częstsze przeżywanie sytuacji stresowych we wcześniejszych etapach życia, i dzięki czemu posiadają one większą umiejętność radzenia sobie ze stresem. Istotne znaczenie ma również faza starości, w której dana jednostka się znajduje. Dłuższy okres bycia uznawanym za człowieka starego, pozwala na zdobywanie doświadczeń, ułatwiających modyfikację postawy wobec tego etapu życia<sup>7</sup>.

---

<sup>4</sup> D.B. Bromley, *Psychologia starzenia się*, Warszawa 1969, s. 132–139, [w:] B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, Warszawa 2006, s. 59.

<sup>5</sup> A.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, [w:] Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Kraków 2004, s. 48–49.

<sup>6</sup> Por. Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa...*, s. 47–50.

<sup>7</sup> B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii...*, s. 60.

Prawidłowe przystosowanie się do starości pozwala na korzystanie z jej głównej zalety, jaką jest dysponowanie dużą ilością wolnego czasu, a co za tym idzie możliwością wykonywania ulubionych zajęć, czy uwolnienia się od konieczności rywalizacji społecznej.

Z kolei w przypadku nieodpowiedniego przystosowania się do starości, a wręcz jego braku, przeważają uczucia osamotnienia, frustracji, cierpienia, a także obawy przed zależnością od innych<sup>8</sup>.

Niepokojącym jest fakt, że w związku z brakiem odpowiedniego przystosowania do starości, postawy osób starszych wobec tej fazy życia bardzo często nacechowane są wieloma obawami i lękami, których nasileniu sprzyja negatywny wizerunek tej fazy życia wśród całego społeczeństwa. W polskim społeczeństwie funkcjonuje wiele negatywnych stereotypów dotyczących osób starszych. Postrzega się ich jako: schorowanych, niedołączonych, infantylnych, wymagających ciągłej opieki i wsparcia finansowego ze strony rodziny lub opieki społecznej. Funkcjonuje przekonanie, że starcy są: zrzędlivi, złośliwi, uparci, wiecznie utyskujący i nieszczęśliwi<sup>9</sup>.

Warto w tym miejscu odnieść się do wyróżnionych w literaturze siedmiu mitów dotyczących społecznych wyobrażeń starzenia się i starości:

- mit osamotnienia i opuszczenia;
- mit umocnienia się poglądów i postaw konserwatywnych;
- mit spadku możliwości dokonywania osiągnięć;
- mit pogorszenia się stanu zdrowia (starość = choroba);
- mit utraty zdolności podejmowania decyzji, rozwiązywania problemów;
- mit zahamowania możliwości rozwojowych;
- mit aseksualności człowieka starego<sup>10</sup>.

Negatywne postrzeganie tej grupy wiekowej przez większość społeczeństwa sprzyja powstawaniu, kumulacji i utrzymywaniu się barier w sferze uczestnictwa społecznego osób starszych. Potwierdzają to ogólnopolskie badania Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego i Instytutu Spraw Publicznych w Warszawie opublikowane w 2007 r., które wskazują przede wszystkim na poczucie osamotnienia i deprivację innych potrzeb psychospołecznych polskich seniorów po ich przejściu na emeryturę. Podkreślają one bardzo istotny problem złożoności mechanizmów uczestnictwa społecznego osób starszych, tkwiący głównie w polskiej kulturze, w strukturze społecznej, a także w osobowości społecznej tych osób z różnych środowisk społecznych. Akcentują także takie zjawiska, jak: utrudnienia na rynku pracy, bariery uczestnictwa w pozarodzinnych kontaktach społecznych oraz niski poziom zaangażowania seniorów

---

<sup>8</sup> Tamże.

<sup>9</sup> Por. Z. S z a r o t a, *Gerontologia społeczna i oświatowa...*, s. 49–50.

<sup>10</sup> Tamże, s. 50.

w sprawy społeczności lokalnej i uczestnictwa w działaniu instytucji obywatelskich<sup>11</sup>.

J. Halicki, M. Halicka wskazują, że funkcjonowanie w Polsce ludzi starszych poza głównym nurtem życia społecznego jest konsekwencją kulturowo uwarunkowanej postawy, charakterystycznej dla właściwie wszystkich grup wiekowych Polaków<sup>12</sup>.

Tak więc samo wydłużenie się życia, więcej lat starości, nawet w najlepszym zdrowiu, nie jest zadowalającym osiągnięciem dla wszystkich ludzi, bowiem wielu z nich doświadcza starości w osamotnieniu, a wówczas długie życie staje się dla nich uciążliwe.

Przyczynia się do tego bezwzględna konieczność ciągłych przystosowań do szybko następujących zmian ekonomicznych i społecznych oraz niełatwe do rozwiązania bez niczyjej pomocy problemy osamotnienia i izolacji<sup>13</sup>.

Osamotnienie i izolacja społeczna osób w okresie starości przyczynia się również do coraz większych rozbieżności i kontrastów w porozumieniu z młodszym pokoleniem w zakresie wzajemnych potrzeb i dążeń, wygenerowanych głównie przez ogromny postęp cywilizacyjny i kulturowy, który w sposób istotny wpływa na odmienne ich postrzeganie przez te pokolenia z perspektywy własnych doświadczeń w odmiennych okresach czasowych.

## Podjęmowanie aktywności przez osoby starsze

Zaprezentowane powyżej ustalenia wskazują na konieczność podejmowania refleksji nad procesem starzenia się, a przede wszystkim nad jakością życia w okresie późnej dorosłości.

Zmieniona sytuacja życiowa człowieka starszego zmusza go do uruchamiania zdolności adaptacyjnych do zmiennych warunków życia. Przystosowanie człowieka do nowych warunków w dużej mierze zależy od rodzaju podejmowanych działań jednostkowych, czyli od aktywności człowieka starego. Podjęmowanie aktywności umożliwia mu reorganizację własnego życia, zwiększa jego zdolności adaptacyjne, kształtuje zdolność do samodzielnego kierowania życiem w taki sposób, aby było ono źródłem poczucia sensu i satysfakcji. Brak

---

<sup>11</sup> M. Niezabitowski, *Ludzie starsi w perspektywie socjologicznej. Problemy uczestnictwa społecznego*, Katowice 2007, s. 7–9.

<sup>12</sup> J. Halicki, M. Halicka, *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, [w:] B. Synak (red.), *Polska starość*, Gdańsk 2003, s. 200–201.

<sup>13</sup> A.A. Zych, *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Katowice 1999, s. 11–12.

aktywności z kolei powodować może utratę akceptacji ze strony otoczenia, a co za tym idzie wyizolowanie i osamotnienie<sup>14</sup>.

Podejmowana aktywność przez osoby w wieku senioralnym może spełniać wielorakie funkcje, do których należą:

1) funkcja adaptacyjna — pomagająca w lepszym przystosowaniu się osób starszych do życia w nowej sytuacji społecznej i rodzinnej;

2) funkcja integracyjna — prowadząca do lepszego przystosowania się w grupie, do której należą ludzie starsi;

3) funkcja kompensacyjna — ułatwiająca 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 — pomagająca zlikwidować stres, przywracająca chęć do życia, wypełniająca czas wolny;

6) funkcja psychohigieniczna — pozwalająca na odczuwanie satysfakcji. Może poprawić jakość życia, np. poprzez podniesienie autorytetu<sup>15</sup>.

Istnieje również wiele czynników, które mają wpływ na podejmowanie aktywności przez osoby starsze<sup>16</sup>. Do najważniejszych z nich należą:

1) wykształcenie — im wyższe wykształcenie, tym większy jest poziom aktywności;

2) środowisko rodzinne — aktywność uzależniona jest od osobowości członków rodziny, pochodzenia, a także od kontaktów z ich członkami (dziećmi, wnukami i innymi krewnymi);

3) stan zdrowia i poziom kondycji fizycznej — im człowiek jest zdrowszy i w lepszej kondycji fizycznej, tym częściej podejmuje aktywność;

4) warunki bytowe — mogą skutecznie ograniczać rodzaje aktywności;

5) płeć — więcej jest kobiet w wieku emerytalnym i to one częściej podejmują wybraną aktywność;

6) miejsce zamieszkania (miasto, wieś) — wiąże się z ofertą rodzajów aktywności dla seniorów;

<sup>14</sup> B. Szatur-Jaworska, P. Błądowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii...*, s. 161–162.

<sup>15</sup> Tamże, s. 164.

<sup>16</sup> Autorka niniejszego opracowania również wielokrotnie ukazywała funkcje aktywności oraz czynniki warunkujące podejmowanie aktywności przez seniorów w licznych artykułach poświęconych problematyce aktywności osób starszych, do których w szczególności należą: *Uwarunkowania aktywności edukacyjnej osób starzejących się*, [w:] *Edukacja dorosłych jako czynnik rozwoju społecznego*, T. Aleksander (red.), Radom 2010; *Aktywność edukacyjna seniorów jako forma uczestnictwa społecznego*, [w:] D. Seredyńska (red.), *Uczestnictwo społeczne w średniej i późnej dorosłości*, Bydgoszcz 2012; *Znaczenie aktywności społeczno-kulturowej w funkcjonowaniu społecznym osób starszych*, [w:] A. Baranowska, E. Kościńska, K.M. Wasilewska-Ostrowska (red.), *Spoleczny wymiar życia i aktywności osób starszych*, Toruń 2013.

7) instytucje kulturalne — im prężniej działają w miejscu zamieszkania określone instytucje kulturalne, tym aktywność seniorów jest większa<sup>17</sup>.

Z koncepcją podejmowania aktywności przez osoby w wieku senioralnym wiąże się proces aktywnego starzenia się, którego głównym inicjatorem jest Światowa Organizacja Zdrowia promująca i monitorująca nowe rozwiązania w wyznaczonych obszarach. Określa ona proces aktywnego starzenia się (*active ageing*) jako optymalizację szans w dziedzinie zdrowia, partycypacji i zabezpieczenia w celu poprawy jakości życia osób starszych<sup>18</sup>.

Podstawowym celem *active ageing* są starania o zachowanie autonomiczności i niezależności jednostki, z uwzględnieniem zróżnicowania grup osób starszych, a co za tym idzie:

— zwiększenie liczebności osób charakteryzujących się pozytywną jakością życia w momencie osiągnięcia starszego wieku;

— zwiększenie ilości osób starszych aktywnie uczestniczących w życiu społecznym, kulturalnym, ekonomicznym oraz politycznym całego społeczeństwa, jak również w życiu rodzinnym i lokalnym;

— zmniejszenie relatywnie kosztów związanych z leczeniem i opieką zdrowotną<sup>19</sup>.

## Aktywność umysłowa seniorów i jej wymiary

Spośród wielu form aktywności na szczególną uwagę zasługuje aktywność umysłowa, gdyż właśnie ta aktywność najsilniej stymuluje do uruchamiania zdolności adaptacyjnych do zmiennych warunków egzystencji, a także wpływa na jakość życia człowieka na każdym etapie rozwoju.

Dynamika przemian współczesnej cywilizacji wymaga od człowieka w każdym wieku permanentnego uczenia się, orientacji w otaczającym świecie, polegającej nie tylko na posiadaniu wiedzy ogólnej na tematy bieżących wydarzeń, ale również „proces ciągłego podążania za doznaniem poczucia nieustannego uczestnictwa w rozumieniu i kształtowaniu obrazu rzeczywistości. To również poznawanie siebie i nabywanie doświadczenia w sposobach uczenia się i realne zdobywanie wiedzy”<sup>20</sup>.

---

<sup>17</sup> B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dziegielewska, *Podstawy gerontologii...*, s. 162.

<sup>18</sup> *Active Ageing: A Policy Framework*, A contribution of the World Health Organization to the Second United Nations World Assembly on Ageing, Madrid, April 2002, World Health Organization, Geneva 2002, s. 12.

<sup>19</sup> Tamże, s. 12–16.

<sup>20</sup> A. Roguska, *Edukacja permanentna osób dorosłych w starości*, [w:] *Edukacja permanentna dorosłych w dobie przemian*, pod red. T. Zacharuk, B. Boczukowej, Kielce 2009, s. 77.

Przez stosunkowo długi okres sądzono, że uczenie się ludzi starszych nie jest możliwe, ze względu na ich ograniczone możliwości. Przykładem koncepcji, które w sposób niekorzystny prezentują możliwości intelektualne tych osób są poglądy W. Jamesa oraz G.F. Patridge'a, E.J. Swifta, E. Meumann, J.H. Ballarda. W roku 1893 W. James w swojej pracy *Zasady psychologii* opublikował tezę, że w zasadzie człowiek po 25. roku życia nie jest w stanie niczego nowego już się nauczyć. Choć badania w tym zakresie miały charakter wycinkowy a interpretacja wyników wskazywała na pewne nadużycia, sądy te miały długotrwały wpływ na przekonania opinii społecznej i przyczyniły do utrwalenia negatywnych stereotypów w tym zakresie<sup>21</sup>.

Poważniejsze refleksje na temat roli edukacji w życiu osób w wieku senioralnym przyniosły dopiero lata osiemdziesiąte XX w. Włodzimierz Szewczuk uznał, że możliwości intelektualne człowieka są niezależne od jego wieku metrykalnego i mogą trwać na zadowalającym poziomie aż do końca, nawet bardzo długiego życia<sup>22</sup>. Powyższy pogląd znalazł się z poparciem J. Rembowski, który stwierdził, że ograniczenie zdolności uczenia się nie występuje nawet w wieku 60 lat. Natomiast czynnikami, które mają istotny wpływ na zmniejszenie efektywności wysiłku umysłowego ludzi starszych są: zanik motywacji, zły stan zdrowia, izolacja społeczna i wynikająca stąd apatia<sup>23</sup>.

Na uwagę zasługują również badania H.C. Lechmana, który wykazał, że w ciągu ludzkiego życia dwukrotnie występuje wzrost możliwości twórczych w wielu dziedzinach nauki i sztuki. I tak na przykład:

1) najlepsze wiersze powstają pomiędzy 25. a 29. oraz pomiędzy 80. a 84. rokiem życia poetów,

2) sukces w zakresie prozy zdobywany jest przez osoby w okresie od 35. do 43. roku życia, a następnie powtarzany między 60. a 64.,

3) wśród artystów w zakresie sztuk plastycznych szczyt twórczości przypada na czas pomiędzy 30. a 40. rokiem życia a następnie powraca po 70.,

4) z kolei wśród muzyków przypada on około 30. roku życia i powtarza się również po ukończeniu 70. lat,

5) z kolei filozofowie osiągają szczyty możliwości między 35. a 40. rokiem życia, co powtarza się po ukończeniu przez nich 80. lat<sup>24</sup>.

Największą wymowę w zakresie działalności twórczej po siedemdziesiątym roku życia mają dane zawarte w pracach: W. Szewczuka (*Psychologia człowieka dorosłego*, Warszawa 1979), M. Wallisa (*Późna twórczość wielkich artystów*, War-

<sup>21</sup> Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa...*, s. 72.

<sup>22</sup> W. Szewczuk, *Psychologia człowieka dorosłego*, Warszawa 1979, [w:] Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa*, s. 73.

<sup>23</sup> J. Rembowski, *Psychologiczne problemy starzenia się człowieka*, Warszawa-Poznań 1984, [w:] Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa...*, s. 73.

<sup>24</sup> B.F. Skinner, M.E. Vaughan, *Przyjemnej starości! Poradnik praktyczny*, Kraków 1993, s. 79-80.



szawa 1975), K. Wiśniewskiej-Roszkowskiej (*Starość jako zadanie*, Warszawa 1989). Analizowane w nich osoby osiągnęły świadomość swego mistrzostwa, świadomość celów i zadań, świadomość doboru środków artystycznego wyrazu, potwierdzając tezę o całościowych możliwościach intelektualnych i twórczych człowieka<sup>25</sup>.

Współcześnie już wiadomo, że osoby starsze uczą się w odmienny sposób niż ludzie młodzi, a dla zachowania sprawności umysłowej do późnych lat, uczenie się w tym wieku jest wręcz konieczne. Dlatego też edukację osób w wieku senioralnym powinno się rozważać w perspektywie zmiany, a nie wycofania czy ograniczenia działań edukacyjnych. Jednak istotne jest, aby osobę starszą charakteryzowała postawa otwartości wobec tych działań, jak również świadomość roli kształcenia przez całe życie. Ma to silny związek nie tylko z sytuacją, w jakiej w chwili obecnej dana jednostka się znajduje, lecz także z dotychczasowym podejmowaniem aktywności edukacyjnej przez seniorów<sup>26</sup>. Należy dodać, że osoby te przywiązują dużą wagę do użyteczności procesu kształcenia, bowiem oczekują one, że zdobyte umiejętności praktyczne, powinny pomóc im w przezwyciężeniu trudności życia codziennego, w samodzielnej realizacji potrzeb w rozwiązywaniu najistotniejszych problemów, a także w dostosowaniu się do podlegającej nieustannym zmianom rzeczywistości. Wyrazem tej tendencji jest zapotrzebowanie osób starszych na kształcenie w zakresie obsługi: telefonu komórkowego, komputera, czy bankomatu. Wykazują oni także chęć konsultacji z różnymi specjalistami, jak: dietetycy, rehabilitanci, ekonomiści, czy prawnicy<sup>27</sup>.

W chwili obecnej duże znaczenie ma fakt, że coraz większa liczba osób starszych wyraża potrzebę udziału w przedsięwzięciach edukacyjnych. Aktywność umysłowa stanowi dla nich zarówno rozrywkę intelektualną i kulturalną, jak i trening intelektualny, prowadzący do niezależności, emancypacji i stałego rozwoju, czego wyrazem jest rozwój Uniwersytetów Trzeciego Wieku w wielu krajach<sup>28</sup>.

Samodzielność i niezależność osób starszych stanowi zasadniczy cel ich edukacji.

---

<sup>25</sup> Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa...*, s. 74.

<sup>26</sup> Por. A. Fabiś, *Edukacja seniorów — odpowiedź na wymagania współczesności*, „Edukacja Dorosłych”, 2006, nr 1–2, s. 33–34.

<sup>27</sup> T. Aleksander, *Potrzeby kulturalno-oświatowe ludzi dorosłych*, [w:] T. Wujek (red.), *Wprowadzenie do pedagogiki dorosłych*, s. 332–335.

<sup>28</sup> Por. A. Fabiś, *Edukacja seniorów...*, s. 34.

### Streszczenie

Dla osób starszych, a tym bardziej w wieku senioralnym ważne staje się rozwijanie dalszej aktywności, a szczególnie aktywności umysłowej. Stąd rola szczególna przypada dalszej edukacji, oczywiście w formach dostosowanych do wieku senioralnego. Rolę tę w znacznym stopniu spełniają Uniwersytety Trzeciego Wieku.

### Summary

For the elderly, and even more so for those at the stage of seniors, it becomes important to develop further activities, especially mental ones. Hence, the role of further education carries a significant role, evidently in forms adapted to the age of the senior. This role will largely be met by the Open Universities for 50 plus citizens.

### Literatura

- Aleksander T. (red.), *Edukacja dorosłych jako czynnik rozwoju społecznego*, Radom 2010.
- Dyczewski L., *Ludzie starzy i starość w społeczeństwie i kulturze*, Lublin 1994.
- Fabiś A., *Edukacja seniorów — odpowiedź na wymagania współczesności*, „Edukacja Dorosłych”, 2006, nr 1–2.
- Niezabitowski M., *Ludzie starsi w perspektywie socjologicznej. Problemy uczestnictwa społecznego*, Katowice 2007.
- Synak B. (red.), *Polska starość*, Gdańsk 2003.
- Szarota Z., *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Kraków 2004.
- Szatur-Jaworska B., Błędowski P., Dzięgielewska M., *Podstawy gerontologii społecznej*, Warszawa 2006.
- Wiatrowski Z., Mandrzejewska-Smól I., Aftański A. (red.), *Nauki pedagogiczne w perspektywie społeczeństwa wiedzy i pracy*, Włocławek 2010.
- Wujek T. (red.), *Wprowadzenie do pedagogiki dorosłych*, Warszawa 1992.
- Zacharuk T., Boczukowa B. (red.), *Edukacja permanentna dorosłych w dobie przemian*, Kielce 2009.
- Zych A.A., *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Katowice 1999.