

Aldona Molesztak

Uniwersytet Kazimierza Wielkiego

Edukacja i rekreacja w opinii seniorów w Polsce i Niemczech

Education and recreation in the eyes of senior citizens in Poland and Germany

Abstract: The study, which included 277 participants – 148 women and 129 men, aimed at the determination of senior citizens' satisfaction with certain aspects of education and recreation. The results of the research suggest that there are slight differences between the studied groups as far as their satisfaction with particular categories is concerned, namely older people from rural backgrounds as well as nursing home residents assess their satisfaction with particular aspects at the lowest level. German seniors display high satisfaction in both analysed aspects. The elderly living independently in cities are more satisfied than other groups. The major feature of these two groups is their independence as well as transport opportunities and availability. The research results provide another argument in favour of aiming supportive projects at residents from specific environments, namely nursing centres and the countryside. However, low level of general participation of the elderly in culture is still discernible.

Key words: education of senior citizens, recreation of citizens, old age.

Wprowadzenie

Starość należy do najbardziej dyskutowanych zagadnień zarówno w dyskursie teoretycznym, jak i publicznym. Człowiek w okresie późnej dorosłości, jego potrzeby, problemy egzystencjalne i duchowe oraz sfera medyczno-socjalna są przedmiotem wielu artykułów oraz dyskusji w różnych kręgach społecznych. Prognoza dotycząca liczby ludzi w podeszłym wieku jest prezentowana w rocznikach staty-

stycznych. Najczęściej prace odwołują się do analiz przygotowanych przez GUS [2014]. Konsekwencje ujawniające się w związku z grupą seniorów obejmują zwiększenie ilości czasu wolnego, a więc istotne jest przygotowanie oferty jego spędzania. Dodatkową ważną przesłanką jest wkraczanie w wiek emerytalny najliczniejszych roczników ubiegłego stulecia. Przedstawione trzy najważniejsze sfery spędzania czasu wolnego obejmują kulturę, edukację i rekreację. Każdy z wymienionych obszarów spełnia istotne funkcje w życiu człowieka w podeszłym wieku. Celem artykułu jest analiza dyskursu o edukacji i rekreacji seniorów wraz z prezentacją opracowanych badań naukowych.

Edukacja permanentna jako fundament wysokiej jakości życia ludzi starych

Edukacja nie tylko przygotowuje jednostkę do odbioru dokonujących się zmian, ale jest ważną sferą sprzyjającą złagodzeniu pojawiających się efektów starzenia się człowieka. Zanim jednak przejdę do analizy zagadnienia, jakim jest edukacja, zwrócę uwagę na przebieg procesów starzenia się organizmu człowieka. Okazuje się, że u jednostki w podeszłym wieku pogorszeniu ulegają różne procesy. Jednak w określaniu sfer, których dotyczą zmiany, należy być bardzo ostrożnym [Stuart-Hamilton 2006]. Starzenie się organizmu wpływa najbardziej na pamięć operacyjną i plastyczność procesów poznawczych. Karolina Byczewska i Maria Kielar-Turska [2011] analizują zmiany odnośnie do funkcji zarządzających, do których zalicza się: giętkość poznawczą, hamowanie, pamięć operacyjną i planowanie. Analiza rezultatów badań gerontologicznych prowadzi do wniosku o występowaniu negatywnych zmian u osób w podeszłym wieku w sferze poznawczej [Byczewska-Konieczny, Kielar-Turska, Paleczna 2013]. Charakterystyczną cechą ludzi starych jest zdolność do zapamiętywania mniejszych partii materiału, a więc zmiany dotyczą pamięci niewerbalnej, głównie pamięci rozpoznawczej [Byczewska, Kielar-Turska 2011; Szepietowska, Gmitruk 2011]. Wskazane wyjaśnienia są podstawą do prezentacji form edukacyjnych skierowanych do ludzi w podeszłym wieku wspomagających zdolności poznawcze. Grażyna Orzechowska [2010] stwierdza, że aktywność edukacyjna seniorów może przejawiać się w różnych działaniach. Przykładem jest spisywanie przeżyć, działań, zdarzeń. Wspomnienia są ważną kategorią w edukacji seniorów. Ich znaczenie uzasadnione jest poprzez wieloletnią pracę osób związanych z European Reminiscence Network. Analiza wspomnień wymaga wyjaśnienia rozumienia pamięci autobiograficznej. Pamięć autobiograficzna oznacza pamięć indywidualnej przeszłości. Udowodniono, że w świadomości dostępne są różne wspomnienia autobiograficzne, które są konstruowane z informacji zawartych w pamięci trwale. „Informacje autobiograficzne zapisane są w trzech osobnych bazach danych, kolejno odnoszących się do okresów życia, powtarzających się zdarzeń ogólnych oraz zdarzeń specyficznych. We wspomnieniach ujawnia się specyficzna zależność polegająca na tendencji do częstszego przywoływania zdarzeń

pozytywnych w porównaniu ze zdarzeniami neutralnymi i negatywnymi” [Marszewski 2008, s. 47]. Wraz z rozwojem ulega zmianie pamięć autobiograficzna. Badania wskazują, że w 50. roku życia pojawia się efekt reminiscencji. Reminiscencje obejmują przywoływanie wspomnień z okresu między 10. a 30. rokiem życia [Marszewski 2008]. Seniorom w codziennym funkcjonowaniu pomagają wcześniej zdobyte doświadczenia, ułatwiając tym samym kontakt z nowymi obszarami wiedzy [Szepietowska, Gmitruk 2011]. Badacze odwołują się do teorii „wyjścia z użycia”, zgodnie z którą obniżanie się niektórych zdolności wynika z ich nieużywania [Byczewska, Kielar-Turska 2011; Stuart-Hamilton 2006]. Poprzez częste uczestnictwo seniorów w życiu edukacyjnym poddają oni swoje kompetencje treningowi umożliwiającemu sprawniejsze nabywanie nowej wiedzy. Nabywanie wiedzy jest podstawą do podejmowania kolejnej aktywności, ujawniającej nowe nieznanne obszary nauki, które można poznać, zgłębić czy też w tym kierunku nabyć nowe umiejętności. Badania naukowe wskazują, że edukacja jest sferą docenianą przez seniorów, bowiem nie tylko zwiększa szansę na pozyskanie pracy, ale również zapobiega wykluczeniu społecznemu. Analizując najnowsze prognozy demograficzne, należy spodziewać się wzrastającej liczby seniorów lepiej wykształconych, otwartych na zmiany, poszukujących nowych form aktywności, świadomych swoich praw, ale też chętnych do pracy nad własnym rozwojem, co będzie oznaczało wzrost rangi edukacji [Szymanek 2010]. Edukacja w starości wpływa na komfort życia osób w podeszłym wieku. Seniorzy w efekcie edukacji doświadczają wielu sytuacji polepszających ich jakość życia, czyniąc codzienność prostszą i interesującą [Orzechowska 2010].

Cele edukacji seniorów można sprowadzić do czterech sfer życia ludzkiego: społecznego, zawodowego, rodzinnego i osobistego. Społeczna grupa obejmuje wsparcie i pomoc w pokonywaniu choroby, samotności i wykluczenia rówieśników. Jest to przejawianie działalności na rzecz innych osób z pobudek altruistycznych. Zawodowe cele edukacji są związane z podejmowaniem pracy w celu powiększenia dochodów, nabycia nowych umiejętności czy też poznania nowych możliwości zatrudnienia. Senior dąży do poprawy materialnej sfery życia. Życie rodzinne obejmuje udział w opiece, wychowaniu i edukacji najmłodszego pokolenia – wnuków. Sfera ta jest związana z przekazywaniem tradycji i historii rodziny, budowaniem relacji międzypokoleniowych, kształtowaniem szacunku i pozytywnych emocji międzypokoleniowych. Senior w efekcie edukacji uzyskuje większą pewność siebie, jego decyzje są wynikiem syntetycznych analiz, co sprzyja podejmowaniu nowych inicjatyw oraz samodzielności [Szatur-Jaworska i in. 2006]. Edukacja w starości powinna być wyprzedzona przez edukację do starości. Biorąc pod uwagę właśnie przygotowanie człowieka w każdym wieku do okresu późnej dorosłości, wyróżnić można za Jerzym Halickim cztery cele. Zgodnie z poglądami tego autora edukacja może także być sprowadzona do prewencji geriatrycznej, kształcenia permanentnego, przygotowania do emerytury i przygotowania do działalności społecznej [Halicki 2000].

Profilaktyka geriatryczna zapewnia przeciwdziałanie postępującej starości. Poprzez różne zajęcia aktywizujące umysł seniora, jego intelekt i pamięć przeciwdziała się, a właściwie opóźnia proces starzenia. Edukacja permanentna obejmuje poszerzenie i pogłębienie wiedzy. Przygotowanie do emerytury ma nastąpić poprzez aktywność w różnych formach zajęć tanecznych, ruchowych, rekreacyjnych. Ostatnia grupa dotyczy przygotowania do działalności społecznej poprzez uczestniczenie w zorganizowanych zespołach, stowarzyszeniach i organizacjach.

Edukacja spełnia ważne funkcje w życiu seniorów: terapeutyczną, kompensacyjną, integracyjną i adaptacyjną. Zapobiega ona marginalizacji oraz stanowi element profilaktyki starzenia się. Jest związana ze sferą poznawczą, dzięki której senior zdobywa nową wiedzę ułatwiającą funkcjonowanie w życiu. Przykładem jest wiedza dotycząca nowoczesnych technologii informatycznych, zdrowego żywienia, przebiegu choroby, aktywności fizycznej, wiedzy o regionie, historii i mechanizmach społecznych. Udział w wykładach, warsztatach przeciwdziała osamotnieniu i izolacji społecznej osób w podeszłym wieku. Edukacja sprzyja pokonaniu kryzysów rozwojowych, nadaniu swojemu życiu wartości, sensu w sytuacji końca ziemskiego bytu. Niemniej istnieje pilna potrzeba podjęcia działań związanych z upowszechnieniem wśród seniorów edukacyjnego stylu życia. W związku z tym ważna jest organizacja działań wspierających i promocja oferty edukacyjnej adresowanej do tej grupy osób. Występuje konieczność wprowadzania innowacyjnych rozwiązań mających na celu motywowanie ludzi do uczenia się i aktywności [Kozerska 2013]. Edukacja jest sposobem na poradzenie sobie z wyzwaniami, z jakimi muszą się zmierzyć osoby starsze.

Zgodnie z dostępnymi danymi stwierdzić można, że aktywność edukacyjna osób w podeszłym wieku kształtuje się na niskim poziomie. Według badań CBOS, 7% seniorów działa społecznie na rzecz swojego środowiska lub na rzecz osób potrzebujących, 20% starych ludzi pracuje społecznie w organizacjach obywatelskich [Boguszewski 2010]. Tylko 10% osób jest skłonnych do angażowania się w prace wolontariatu. Na podstawie *Diagnozy społecznej* [Batorski 2007] stwierdzić można, że 15,7% seniorów działa w jednej lub dwóch organizacjach pozarządowych, w tym 3,4% wskazuje na organizacje religijne. Znaczna grupa seniorów uczestniczy w zajęciach Uniwersytetu Trzeciego Wieku. Wykorzystanie technologii informacyjnych jest także na niskim poziomie. W sferze edukacji informatycznej okazało się, że korzysta z komputera 18% osób w wieku od 60 do 65 lat (pierwsza grupa), a 5% w grupie 65 i więcej lat (druga grupa). Sprawnie posługuje się narzędziami w internecie 14% respondentów w pierwszej grupie (60–65 lat) i 4% w drugiej (65 i więcej lat). Największa grupa osób w podeszłym wieku obsługuje telefon komórkowy, bowiem jest to 47% badanych w wieku od 60 do 65 lat oraz 22% w wieku 65 i więcej lat. Jednak nadal znacząca jest grupa starych ludzi niekorzystających z nowych technologii. Okazuje się, że 49% osób nie używa internetu w pierwszej grupie wiekowej, a 77% w drugiej grupie wiekowej [Batorski 2007]. W edukacji informatycznej

seniorów jest położony nacisk na niwelowanie różnic w kwestii wykluczenia cyfrowego poprzez umożliwienie seniorom uczestnictwa w kursach, warsztatach oraz e-usługach jako czynnik warunkujący rozwój społeczeństwa informacyjnego. Ponadto promuje się wszelkie inicjatywy przygotowujące seniorów do efektywnego posługiwania się technologią informacyjną.

Podjęte rozważania koncentrują się na edukacji jako najważniejszej sferze przyczyniającej się do zmiany jakości życia każdego człowieka. Współczesny świat nadaje edukacji wymiar ciągłej, bowiem sam dynamicznie się zmienia. Wymusza to na jednostce nieustanne wzbogacenie i doskonalenie zasobu wiedzy. Edukacja permanentna jest sprowadzona do ogólnej strategii kształcenia seniorów oraz indywidualnej, obejmującej człowieka w podeszłym wieku. Seniorzy są według Elżbiety Trafiałek żywymi bibliotekami dla młodego pokolenia, a z drugiej strony postęp techniczny wymusza nieustanną adaptację do zmieniających się warunków życia. Edukacja przyjmuje wymiar doskonalenia intelektualnego, estetycznego w formie instytucjonalnej, jednostkowej, spontanicznej lub zorganizowanej [Trafiałek 2003]. W sferze indywidualnej edukacja permanentna przedstawia się jako pewien rodzaj dyspozycji osobowej, dzięki której jednostka będzie aktywnym uczestnikiem wydarzeń [Semków 2008]. Splot ciągle pojawiających się nowości technicznych, informatycznych zmusza współczesnego człowieka do nieustannej edukacji. Nowy telefon, komputer, zakup produktu w internecie, telemedycyna to wiedza, którą człowiek musi uzupełnić. Pogłębianie wiedzy staje się niezbędnym elementem ludzkiego życia. Edukacja obejmuje całe życie człowieka, wszystkie przejawy jego aktywności w różnych sferach życia. Obejmuje swoim zasięgiem pracę w organizacjach, stowarzyszeniach, fundacjach, grupach samopomocowych, hospicjach, wolontariatach, podejmowanie ról społecznych (rodzinnych, społecznych, np. kuratora, ławnika, członka samorządu), amatorską twórczość artystyczną, rozwój i realizację zainteresowań, uprawianie hobby, turystyki, sportu, udział w kursach, szkoleniach, pracach na rzecz środowiska lokalnego [Trafiałek 2003]. Agata Chabior [2010] stwierdza, że edukacja jest aktywnością ludzką złożoną i wielowymiarową, rozciągającą się na całe ludzkie życie. Edukacja w okresie późnej dorosłości sprzyja akceptacji życia i pojawiających się problemów. W efekcie edukacji człowiek stary rozumie tajemnicę życia i śmierci. Edukacja prowadzi starego człowieka do zrozumienia świata oraz pomaga mu go zinterpretować. Człowiek w podeszłym wieku dzięki edukacji, poprzez podejmowanie racjonalnych decyzji, charakteryzuje się odpowiedzialnością za siebie samego i własną przyszłość. Aktywne funkcjonowanie seniora zapobiega nudzie, marazmowi i atrofii rozwojowej. Zdobywana nowa wiedza i umiejętności pomagają seniorom skuteczniej rozwiązywać problemy, podejmować decyzje będące efektem zastanowienia. Krąg rozumienia edukacji nie obejmuje zatem obszaru formalnie zorganizowanej edukacji, ale przechodzi do sfery nieformalnego procesu zdobywania wiedzy, incydentalnego, samodzielnego oraz podejmowanego z własnej woli na rzecz zaspokojenia potrzeb jednostki. Edukacja stała się świadomym proce-

sem samodoskonalenia się osoby. Zgodnie ze współczesnymi tendencjami edukacja jest rozumiana szeroko jako działania podejmowane w instytucjach edukacyjnych, stowarzyszeniach, fundacjach, indywidualnie lub pod kierunkiem, we wszystkich aspektach życia oraz na każdym etapie życia od narodzin do śmierci [Jabłonko 2011]. Edukacja jest nie tylko dynamiczna, ciągła, ale także długotrwała.

Konkludując dotychczasowe rozważania, przywołać można ogólną tendencję dotyczącą roli edukacji w życiu starych ludzi, bowiem w opinii gerontologów sprzyja ona aktualizacji wiedzy, jej poszerzaniu, rozwojowi umiejętności i kompetencji [Ziemińska 2010]. Człowiek stary, zgodnie z etapami rozwoju człowieka Eriksona, musi pokonać kryzysy charakterystyczne dla jego okresu. Zgodnie z nimi w okresie starości edukacja ma sprzyjać uświadomieniu wartości końca swojego życia, pogodzeniu ze śmiercią i odejściem, kresem życia. Wskazuje na ten punkt widzenia Harry R. Moody, który stwierdza, że „człowiek starszy ma obowiązek uczenia się, aby zrozumieć siebie i otaczający świat, aby zrozumieć innych. Uczy się dla innych, dla przyszłych pokoleń, poprzez tworzenie wzorów życia w podeszłym wieku, poprzez nawiązywanie kontaktów i rozumienie współczesnego świata” [za: Ziemińska 2010, s. 159]. Podstawą rozwoju własnej osobowości człowieka w podeszłym wieku jest zrozumienie nieuchronności końca życia ludzkiego.

Aktywność edukacyjna, rekreacyjna dla starych osób jest ważna nie tylko ze społecznego punktu widzenia, ale także z medycznego. „Aktywność podtrzymuje sprawność, daje poczucie satysfakcji, odsuwa w czasie nacechowany senilizmem schyłek życia (...). Aktywność to gwarancja społecznego bytu, integracji ze środowiskiem i społeczeństwem (...)” [Trafialek 2003, s. 270]. Przykładem jest aktywność w stowarzyszeniach społeczno-oświatowych koncentrujących się na minionych doświadczeniach (np. kombatancki), działalności regionalnej (zespoły regionalne, warsztaty ludowe), wsparciu osób w chorobie oraz podtrzymywaniu rodzinnych tradycji. Przeprowadzone badania analizujące motywy uczestnictwa w UTW akcentują pragnienie zdobycia nowej wiedzy, rozwijanie zainteresowań, możliwość spędzania czasu wolnego z innymi ludźmi, nawiązanie przyjaźni [Orzechowska 2010]. Rezultaty edukacji, aktywności w sferze zawodowej, społecznej czy edukacyjnej są analizowane w licznych publikacjach. Byczewska i Kielar-Turska [2011] badaniami objęły 25-osobową grupę seniorów w wieku 71–88 lat. W sferze edukacji autorki stwierdziły, że osoby, które deklarowały w wywiadzie większą aktywność o charakterze kształcenia, lepiej radziły sobie w zadaniach badających przerzutność uwagi. Ponadto w zadaniach na pamięć operacyjną ta grupa seniorów uzyskiwała lepsze wyniki.

Uwarunkowania uczestnictwa w edukacji permanentnej zależą od wykształcenia ludzi w podeszłym wieku. Senior charakteryzujący się wykształceniem wyższym częściej podejmuje działania zmierzające do wzbogacenia, uzupełnienia wiedzy w różnych obszarach życia. Istotną rolę odgrywa także środowisko, z którego pochodzi osoba w okresie późnej dorosłości. Zainteresowania edukacją rodziny po-

chodzenia seniora, wysoka pozycja wykształcenia w hierarchii wartości dzieci, wnuków oraz osobowość seniora sprzyjają procesowi edukacji. Poza środowiskiem rodzinnym dla edukacji permanentnej ważne jest środowisko zamieszkania. Możliwości udziału w różnych formach edukacyjnych są liczniejsze w miastach wojewódzkich, dynamicznie rozwijających się osiedlach. Niestety, wieś była i nadal jest sferą zaniedbaną w sferze edukacji seniorów. Dostęp mieszkańców do nowych atrakcyjnych ofert jest utrudniony. Edukacja jest charakterystyczna dla seniorów utrzymujących dobrą kondycję zdrowotną oraz fizyczną. Brak dokuczliwych dolegliwości sprzyja uczestnictwu w wielu działaniach aktywizujących tę grupę ludzi. Sprzyjającą okolicznością jest także sytuacja materialna ludzi starych. Im wyższe jest zabezpieczenie materialne seniorów, tym częściej będą oni uczestniczyli w odpłatnych formach edukacyjnych. Im propozycje instytucji będą atrakcyjniejsze, tym udział w edukacji osób po 65. roku życia będzie częstszy [Halicka, Halicki 2002; Szatur-Jaworska 2006; Mandrzejewska-Smól 2010].

Rekreacja w życiu człowieka w podeszłym wieku

Z badań przeprowadzonych w Polsce [GUS 1990; 2006; Halicka, Pędich 1996; Halicka, Halicki 2002; Trafialek 2003] wynika, że większość seniorów biernie spędza czas wolny. Problem niewielkiego udzielania się seniorów podkreśla także Beata Wojszel [2002]. Wszystkie badania, które dotychczas były przeprowadzone, wzajemnie się potwierdzają. W Polsce w okresie transformacji społeczno-politycznej nie stworzono klimatu sprzyjającego powstawaniu organizacji integrujących seniorów ze społeczeństwem. Ponadto upowszechniano wzór starości, w którym aktywność była nieobecna [Wojszel 2002, s. 30–31]. Aktywność podejmowana przez seniora „buduje” mu relację ze światem, na który działa i od którego doznaje tego, co godne i wartościowe. Seniorzy często pracują w ogródkach działkowych, co nie tylko sprzyja aktywnemu stylowi życia, „lecz także pozwala na relaks i odpoczynek na łonie natury, zapraszanie bliskich, obdarowywanie przetworami i plonami ziemi oraz wzbogacanie diety, a przede wszystkim satysfakcję” [Wawrzyniak 2009, s. 33]. Ogólnie zauważyć można, że wśród seniorów najpopularniejszą kategorią są formy „konsumpcji społecznych”, do których zalicza się telewizję i radio. Ważne miejsce zajmuje również czytelnictwo, głównie prasy, w mniejszym zaś stopniu książek” [Chabior 2000, s. 59]. Natomiast aktywność społeczna obejmuje świadome podejmowanie działań na rzecz grupy [Zych 2001, s. 20]. Jest to wielokierunkowa działalność na rzecz środowiska, w którym żyje senior lub też na rzecz jakiegoś konkretnego stowarzyszenia. Jednak seniorzy w niewielkim stopniu uczestniczą w życiu społecznym [Orzechowska 2006]. Warto jeszcze zauważyć, że osoby bardziej chore częściej opiekują się innymi chorymi, na znak solidarności z cierpieniem. Egzemplifikacją tej sytuacji jest stanowisko B. Wojszel, która na podstawie przeprowadzonych badań stwierdziła, że większą aktywność przejawiały osoby kwalifikowane

przez lekarza jako bardziej chore. Wynika z tego, że seniorzy obarczeni pewnymi problemami zdrowotnymi odczuwają większą potrzebę grupowej solidarności. Inną przesłanką występowania aktywności w wieku podeszłym jest podejmowanie różnych działań w wieku młodszym [Wojszel 2002]. Niewielki udział spędzania w ten sposób czasu wolnego przez seniorów jest uwarunkowany wieloma czynnikami, do których zaliczyć możemy: sytuację zdrowotną, niską samoocenę, postawy wobec własnej starości [Wawrzyniak 2009]. Aktywność seniora skierowana na uprawianie działalności prospołecznej przynosi nie tylko grupie osób starych, ale całemu społeczeństwu wiele korzyści. Dlatego najlepszym rozwiązaniem jest powiązanie aktywności prospołecznej z własnymi zainteresowaniami.

Cel i metoda badań

Celem artykułu jest analiza badań dotyczących zadowolenia z wybranych aspektów edukacji i rekreacji seniorów mieszkających w Polsce i Niemczech. Badania przeprowadzono metodą sondażu diagnostycznego, techniką ankiety. Przedstawione wyniki są niewielką częścią badań obejmujących zadowolenie z życia seniorów. Respondenci poproszeni zostali o wypełnienie kwestionariusza ankiety zawierającego pytania o ocenę satysfakcji z różnych dziedzin życia. Badania przeprowadzone zostały na przełomie roku 2011, 2012 i 2013 wśród 277 seniorów, 148 kobiet i 129 mężczyzn. Grupa polska reprezentowana była przez pięć środowisk seniorów: miasto wojewódzkie, miasteczko, wieś, mieszkańców DPS-u oraz seniorów z opuszczonej przez wojsko miejscowości. Do tej grupy osób skierowana jest profesjonalna oferta edukacyjna i rekreacyjna. Z uwagi na środowisko zamieszkania jest ona zróżnicowana. Grupa niemiecka odpowiadała na zmienione pytania i dlatego nie można porównać wszystkich zebranych danych.

W analizie statystycznej materiału badawczego ustalono następujące wskaźniki: liczebności, średniej arytmetycznej (M), odchylenie standardowe (SD), istotności różnic między grupami na podstawie ANOVA Kruskala-Wallisa.

Wyniki badań

Zadowolenie z życia towarzyskiego było najwyższe w miejscowości opuszczonej przez wojsko (średnia rang = 192,95) oraz u seniorów niemieckich (średnia rang = 178,81). Najniżej ocenili tę kategorię mieszkańcy wsi i DPS-u (średnia rang = 102,72 i 110,46). (ANOVA rang Kruskala-Wallisa; życie towarzyskie. Test Kruskala-Wallisa: $H = 36,67$; $p = ,00001$). Każdy człowiek ceni nawiązywanie relacji, ale ważna jest także intymność, którą trudno zachować w DPS-ie. Zauważyć można, że ludzie w środowisku wiejskim żyją w pewnym oddaleniu od siebie. Im są starsi, tym trudniej pokonać im odległość między gospodarstwami w celu spotkania. Najczęściej są to osoby przygotowane do obsługi telefonów komórkowych. Identyfikacja

sytuacja miała miejsce w ocenie zadowolenia z rekreacji i czasu wolnego. (Test Kruskala-Wallis: $H = 29,15$; $p = ,00001$). Kolejne badania, w których brak jest grupy niemieckiej, ujawniają inną sytuację. Okazało się, że najbardziej zadowolonymi osobami są mieszkańcy miasta wojewódzkiego (średnia rang = 138,4). Najniżej plany szacowali seniorzy, którzy dotychczas oceniali najwyżej życie towarzyskie i czas wolny. ($H = 8,75$; $p = 0,067$). Zadowolenie z podejmowania ćwiczeń usprawniających pamięć/koncentrację najwyższe było wśród seniorów z miasteczka (średnia rang = 137,71). Najniżej szacowali zadowolenie mieszkańcy wsi ($H = 11,78$; $p = 0,019$). Współcześnie coraz częściej wskazuje się na coraz mniejsze zainteresowanie nie tylko czytelnictwem, ale także spada liczba woluminów w domowych bibliotekach, a rośnie liczba gospodarstw niekupujących książek. Z czytelnictwa najbardziej zadowoleni są seniorzy z małej miejscowości (średnia rang = 153,36). Mieszkańcy środowiska wiejskiego są najmniej zadowoleni (średnia rang = 78,36). Na podobnym poziomie ocenili zadowolenie seniorzy z miasta wojewódzkiego i miejscowości opuszczonej przez wojsko ($H = 35,06$; $p = 0,00001$). Z aktywności w czasie wolnym najbardziej zadowoleni są mieszkańcy z opuszczonej przez wojsko miejscowości (średnia rang = 141,72). Podobna sytuacja występuje w ocenie zadowolenia z ilości czasu poświęcanego na realizację ulubionych zainteresowań. Średnia rang w tej grupie seniorów wyniosła 139,68. Nieco niższe zadowolenie wystąpiło wśród seniorów z miasta wojewódzkiego i miasteczka. Najniższe zadowolenie wystąpiło u seniorów z DPS-u oraz mieszkańców wsi ($H = 9,19$; $p = 0,056$). Odprężenie podczas wykonywania ulubionej czynności poza środowiskiem wiejskim było porównywalne wśród wszystkich pozostałych grup seniorów ($H = 9,35$; $p = 0,053$). Tożsama sytuacja wystąpiła w ocenie zadań umożliwiających własny rozwój psychofizyczny i społeczny ($H = 3,58$; $p = 0,46$). Wszystkie pytania skierowane do respondentów analizowano ze względu na płeć. Zastosowany Test U Manna-Whitneya pod względem zmiennej: płeć określił brak wystąpienia różnic statystycznie istotnych między kobietami i mężczyznami we wszystkich analizowanych zagadnieniach.

Podsumowanie

Edukacja i rekreacja odgrywa niebagatelną rolę w życiu seniora, który dzięki nim nie czuje się zepchnięty na margines. Dotychczasowe dyskusje uświadamiają istnienie niewykorzystanego obszaru, bowiem nadal niewielka grupa osób w podeszłym wieku uczestniczy w tych formach. Uzasadniono naukowo istotę podejmowania aktywności w tych sferach, chociaż nie stworzono narzędzi mobilizujących ludzi starych do uczestnictwa w nich. Osobom starszym trudno zmienić swoje przyzwyczajenia, nawiązać nowe kontakty. Mimo istnienia różnych programów, projektów liczba uczestników zwiększa się nieznacznie. Ludzie w podeszłym wieku dzielą się wewnątrz na trzy grupy wiekowe, ale należy także pamiętać o innych czynnikach

mobilizujących do edukacji i aktywnej relacji poza wiekiem. Zdrowie nie jest także jedynym predyktorem aktywności. Z podjętych badań wynika, że: istnieją niewielkie różnice między badanymi środowiskami w ocenie zadowolenia z poszczególnych kategorii; seniorzy ze środowiska wiejskiego oceniają swoje zadowolenie z poszczególnych sfer na najniższym poziomie, podobnie jak mieszkańcy DPS-ów. Seniorzy niemieccy mają wysokie zadowolenie z dwóch analizowanych kategorii. Podstawową zasadą w Niemczech jest pomoc seniorom w formie otwartej, czyli pomoc w pozostaniu nie tylko we własnym mieszkaniu, ale jego dostosowaniu do możliwości mieszkańców. Seniorzy mogą także korzystać z mieszkań dostosowanych do potrzeb oraz mieszkań specjalnych dla ludzi starych – tzw. mieszkań pod opieką. Funkcjonują także zgrupowania samodzielnych mieszkań, w których świadczy się usługi [Leszczyńska-Rejchert 2005]. Samodzielni seniorzy mieszkający w miastach są bardziej zadowoleni od innych grup. Istotą tych środowisk jest ich samodzielność oraz możliwości i dostępność komunikacyjna. Niniejsze badania są kolejnym argumentem za skierowaniem projektów wspomagających do mieszkańców wyróżnionych środowisk – DPS-u i wsi. Niemniej nadal występuje niski poziom ogólnego uczestnictwa w edukacji seniorów.

Bibliografia

- Batorski D. (2007), *Uwarunkowania i konsekwencje korzystania z technologii informacyjno-komunikacyjnych* [w:] J. Czapiński, T. Panek (red.), *Diagnoza społeczna*, Vizja Press&IT, Warszawa.
- Boguszewski R. (2010), Aktywność Polaków w organizacjach obywatelskich w latach 1998–2010, Komunikat z badań CBOS, Warszawa http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2010/K_016_10.PDF (dostęp 15.07.2015).
- Byczewska K., Kielar-Turska M. (2011), *Funkcje zarządzające u osób w wieku senioralnym o różnym poziomie potrzeb edukacyjnych*, „Psychologia Rozwojowa”, t. 16, nr 1, ss. 85–98.
- Byczewska-Konieczny K., Kielar-Turska M., Paleczna M. (2013), *Znaczenie zasobów poznawczych dla poziomu funkcji zarządzających w wieku senioralnym*, „Psychologia Rozwojowa”, t. 18, nr 4, ss. 83–93.
- Chabior A. (2000), *Rola aktywności kulturalno-oświatowej adaptacji do starości*, Instytut Technologii Eksploatacji, Radom-Kielce.
- Chabior A. (2010), *Kształcenie seniorów – wymiar andragogiczny i gerontologiczny* [w:] T. Aleksander (red.), *Edukacja dorosłych jako czynnik rozwoju społecznego*, t. 2, Uniwersytet Jagielloński, Radom.
- GUS (2014), *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2050*, Warszawa, listopad, <http://www.stat.gov.pl> (dostęp: 4.05.2015).
- Halicka M., Halicki J. (2002), *Integracja społeczna a aktywność ludzi starszych* [w:] B. Synak (red.), *Polska starość*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk.
- Halicka M., Pędich W. (1996), *Wpływ działalności grupy samopomocowej na zmianę świadomości seniorów – studium w Białymstoku*, „Gerontologia Polska”, 3, ss. 47–51.

- Halicki J. (2000), *Edukacja seniorów w aspekcie teorii kompensacyjnej*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok.
- Jabłonko O. (2011), *Edukacja w życiu seniorów* [w:] M. Makuch, D. Moroń (red.), *Osoby starsze w społeczeństwie – społeczeństwo wobec osób starszych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław.
- Kozerska A. (2013), *Obiektywne środowisko edukacyjne seniorów w Polsce*, „Edukacja Dorosłych” nr 2.
- Leszczyńska-Rejchert A. (2005), *Człowiek starszy i jego wspomaganie – w stronę pedagogiki starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn.
- Mandrzejewska-Smól I. (2010), *Uwarunkowania aktywności edukacyjnej osób starzejących się*, [w:] T. Aleksander (red.), *Edukacja dorosłych jako czynnik rozwoju społecznego*, t. 2, Uniwersytet Jagielloński, Radom.
- Maruszewski T. (2008), *Inklinacja pozytywna, błędnie afektywne i miarygodność pamięci autobiograficznej*, „Neuropsychiatria i Neuropsychologia”, 3, 2, ss. 47–59.
- Moody H.R. (1994), *Znaczenie nauczania w późnym okresie życia – wystąpienie z okazji otwarcia zebrania AIUTA. Finlandia*, „Biuletyn Towarzystwa Mokotowskiego UTW”, nr 4, Warszawa.
- Orzechowska G. (2006), *Społeczna aktywność osób starszych i jej główne uwarunkowania*, [w:] S. Steuden, M. Marczuk (red.), *Starzenie się a satysfakcja z życia*, Wydawnictwo KUL, Lublin.
- Orzechowska G. (2010), *Rola edukacji w późnej dorosłości* [w:] T. Aleksander (red.), *Edukacja dorosłych jako czynnik rozwoju społecznego*, t. 2, Uniwersytet Jagielloński, Radom.
- Semków J. (2008), *Indywidualny wymiar przeżywania późnej dorosłości przez człowieka uwikłanego w kontekst nieprzewidywalnego jutra* URI: <http://hdl.handle.net/11089/3571> (dostęp: 10.06.2015)
- Stuart-Hamilton I. (2006), *Psychologia starzenia się*. Wydawnictwo Zysk I S-KA. Poznań.
- Szatur-Jaworska B. (2006), *Jakość życia w fazie starości – próba diagnozy*, [w:] M. Halicka, J. Halicki (red.), *Zostawić ślad na ziemi*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok.
- Szatur-Jaworska B., Błędowski P., Dziegielewska M. (2006), *Podstawy gerontologii społecznej*, ASPRA-JR, Warszawa.
- Szepietowska E.M., Gmitruk E. (2011), *Subiektywna ocena własnej pamięci u osób z różnych faz dorosłości*, „Psychogeriatrya Polska”, 8, ss. 11–22.
- Szymanek Z. (2010), *Podmiotowe i społeczne uwarunkowania edukacji seniorów*, [w:] D. Kaluża, P. Szukalski (red.), *Jakość życia seniorów w XXI wieku. Ku aktywności*, Uniwersytet Łódzki, Łódź.
- Trafialek E. (2003), *Polska starość w obie przemian*, Wydawnictwo Naukowe „Śląsk”, Katowice.
- Wawrzyniak J. (2009), *Oblicza starości*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej, Łódź.
- Wojszel Z.B. (2002), *Zdrowotne i pozazdrowotne uwarunkowania aktywności społecznej osób starszych*. „Zeszyty Naukowe Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej” nr 7, s. 23-40.
- Ziemińska B. (2010), *Uniwersytety Trzeciego Wieku jako instytucje przeciwdziałające marginalizacji osób starszych*, Profesjonalny Pracownik Socjalny, Wydawnictwo Naukowe „Śląsk”, Katowice.
- Zych A.A. (2001), *Słownik gerontologii społecznej*, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa.