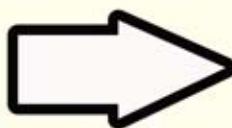




Wyższa Szkoła
Zarządzania i Administracji
w Opolu

Samowychowanie do dojrzałej dorosłości

pod redakcją naukową
Zenony M. Nowak
Tadeusza Olewicza



Opole 2015

Samowychowanie do dojrzałej dorosłości



Wyższa Szkoła
Zarządzania i Administracji
w Opolu

Samowychowanie do dojrzałej dorosłości

pod redakcją naukową
Zenony M. Nowak
Tadeusza Olewicza

Opole 2015

Recenzenci
prof. zw. dr hab. Andrzej W. Jabłoński
prof. zw. dr hab. Michał Lis

Komitet Redakcyjny
Marian Duczmal (przewodniczący), *Renáta Bernátová*, *Radmila Burkovičová*,
Wojciech Duczmal, *Zenon Jasiński*, *Peter Jusko*, *Miroslaw Kowalski*,
Franciszek Antoni Marek, *Zenona Maria Nowak*, *Oleksandr Nestorenko*,
Tetyana Nestorenko, *Milan Portik*, *Jurij Shcherbiak*, *Sławomir Śliwa*,
Viktoriiia Zarva

Projekt okładki
Janina Drozdowska

Redakcja i korekta
Violetta Sawicka

Redakcja techniczna
Janina Drozdowska

ISBN
978-83-7511-230-6

Seria MONOGRAFIE I OPRACOWANIA
pod redakcją prof. dra hab. Mariana Duczmala

WYDAWNICTWA
WYŻSZEJ SZKOŁY ZARZĄDZANIA I ADMINISTRACJI W OPOLU

Dystrybucja
Biblioteka Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu
45-085 Opole
ul. Niedziałkowskiego 18
tel. 77/4021 900 do 901, 4021 930
fax 77/4566 494
e-mail: rektorat@wszia.opole.pl
www.wszia.opole.pl

WYDAWNICTWO INSTYTUT ŚLĄSKI Sp. z o.o.
45-082 Opole, ul. Piastowska 17, tel. 77 454 01 23
e-mail: wydawnictwo@is.opole.pl
Nakład 150 egz. Objętość 11,96 ark. wyd., 10,00 ark. druk.

Spis treści

Wprowadzenie [<i>Zenona M. Nowak, Tadeusz Olewicz</i>]	7
STANISŁAW ROGALA (1932–2015) – nauczyciel, organizator i badacz problemów edukacji [<i>Zenon Jasiński</i>]	11

I. Samowychowanie do godnego przeżywania starości

FRANCISZEK ANTONI MAREK Uroki dojrzałej starości	19
TADEUSZ OLEWICZ Co to znaczy godnie żyć?	30
JAROSŁAW CZEPCZARZ Sens życia w wieku dojrzałym	43
IZABELA POSMYK Nawyki skutecznego działania w samowychowaniu do dojrzałej dorosłości	55
SŁAWOMIR ŚLIWA Kształtowanie postaw dzieci wobec ludzi starych na wczesnoszkolnym etapie edukacji	62
ZENONA M. NOWAK Samowychowanie do odpowiedzialności za własne życie	70

II. Portret człowieka starego

ADAM A. ZYCH W poszukiwaniu nowej perspektywy rozwoju – moderacja czy retardacja „trzeciego poziomu dojrzałości”?	81
S. MARIA B. PECYNA Obraz siebie a przejawy kryzysu wartościowania u kobiet w wieku poprodukcyjnym	87
<u>STANISŁAW ROGALA</u> Niektóre sprzeczności w postawach kobiet w perspektywie społecznych oczekiwań	98

III. Instytucjonalna opieka i aktywizacja seniorów

KRYSTYNA ŁANGOWSKA-MARCINOWSKA Wychowanie do poszanowania późnej dorosłości	111
STANISŁAW MAREK Dom pomocy społecznej jako instytucja wspierająca seniora	129
JUSTYNA WÓJCIK Idzie babcia do DPS-u... Z doświadczeń pracownika socjalnego	136
KATARZYNA BŁOŃSKA Z życia lokalnych organizacji senioralnych	143

Wprowadzenie

Ostatni etap życia człowieka, etap senioralny, często określany jest jako „jesień życia”, „złoty wiek” bądź „wiek dojrzałej dorosłości”. Te metaforyczne określenia zdają się dość dobrze oddawać całą złożoność i pewną paradoksalność stanu człowieka w wieku senioralnym. W określeniach tych zawarta jest bowiem pewna sprzeczność, szczególne napięcie między smutkiem i radością. Smutek zdaje się szczególnie akcentować miano „jesień życia”, ukute przez analogię do przemian zachodzących w przyrodzie. Dominuje w nim nuta melancholii, tęsknota za mijającym czasem, zaduma nad nieuchronnie zbliżającym się kresem życia. Ale jednocześnie niesie ono w sobie pewną radość, mówi, że wejście w ostatni okres życia nie musi być pozbawione barw, że może być nie mniej interesujące niż na wcześniejszych etapach. Z kolei terminy „złoty wiek” czy „dojrzała dorosłość” w nieco zawołowanej formie wyrażają zamyślenie nad upływającym czasem życia, natomiast akcentują to, co może być cenne, wartościowe, godne szacunku.

Senioralny okres życia postrzegany może być jako wartościowy choćby dlatego, że wraz z upływem czasu człowiek może w nim osiągnąć pełnię swej dojrzałości, swego rozkwitu intelektualnego, społecznego i duchowego, pełnię zrozumienia świata. Wszak jak głosił Hegel, acz w odniesieniu do epok historycznych, „Sowa Minerwy wylatuje o zmroku”. A zatem, tylko *ex post* możemy zrozumieć bieg rzeczy, osiągnąć pełnię swej dojrzałości, osiągnąć mądrość.

Pojawia się jednak pytanie, czym jest „dojrzała dorosłość”? Nie chodzi tu o dojrzałość w sensie biologicznym, bo tę osiąga się wraz z upływem czasu i wyznaczają ją prawidłowości natury, biologii. Chodzi o dojrzałość osobowościową, czyli dojrzałość psychologiczną i moralną. Jej formowanie się jest wielce skomplikowanym procesem i nie sposób sprowadzić go do wpływów środowiska i zamierzonych oddziaływań wychowawczych. Ponadto upływ czasu życia nie zapewnia osobowościowej dojrzałości, a osiągnięcie wieku senioralnego nie gwarantuje bycia mądrym. Dość często zdarza się – jak wskazują psychologowie – że starsza osoba przejawia osobowość przestraszonego i rozkapryszonego dziecka bądź zadziornego młodzieńca.

Poznaniem procesu kształtowania się dojrzałej osobowości zajmują się przede wszystkim psychologowie i pedagodzy. Nie miejsce tu, by omawiać proponowane przez nich modele wyjaśniające ów proces. Chcemy tylko zgo-

dzić się z wybitnym znawcą przedmiotu Erikiem Eriksonem, że dojrzewanie jest procesem ciągłym, że osobowościowe przemiany mogą zachodzić do późnej dorosłości, aliści nie każda osoba osiąga ten najwyższy poziom dojrzałości. Nie o każdej osobie można powiedzieć, że charakteryzuje ją zespół powiązanych ze sobą cnót i zdolności, takich jak: mądrość, odpowiedzialność, miłość, ufność, sprawiedliwość, kreatywność itp.

Człowiek cnoty nabywa w procesie wychowania i samowychowania, przy czym w okresie młodości indywidualność osobowościowa kształtuje się głównie przez świadome, zamierzone, wieloaspektowe oddziaływanie wychowawcy na wychowanka, czyli poprzez wychowanie. W okresie późniejszej dorosłości każda osoba także uczestniczy w procesach i sytuacjach wychowawczych, również ulega różnorodnym wpływom wychowawczym, ale – jak mniemamy – głównym czynnikiem doskonalącym indywidualną osobowość są zabiegi samowychowawcze i samorozwojowe.

Człowiek jako samodzielny i świadomy podmiot jest zdolny do podjęcia pracy wychowawczej nad samym sobą, do kształtowania samego siebie, swojej indywidualnej osobowości, i to niezależnie od fazy swego życia. Jest zdolny, ale czy z tej możliwości korzysta? Czego potrzebuje, aby dającą mu poczucie godności pracę nad sobą podejmował? W jakie kompetencje i umiejętności powinien zostać wyposażony, aby senioralna faza jego życia była czasem dojrzałej dorosłości?

Zagadnienie samowychowania do dojrzałej dorosłości było przedmiotem namysłu podczas dziewiętej edycji corocznych naukowych spotkań, poświęconych problematyce ludzi sędziwych, organizowanych przez Wyższą Szkołę Zarządzania i Administracji w Opolu. Szczególnym zadaniem, które postawione zostało jej uczestnikom, było poszukiwanie odpowiedzi na pytania:

- Jakie działania powinien podejmować człowiek, aby jak najlepiej przygotować się do godnej starości?
- Co należy robić, aby starzejący się człowiek mógł właściwie zagospodarować swój potencjał, aby jak najdłużej zachował swój dobrostan psychiczny i fizyczny oraz niezależność i samodzielność?

Oddawana Czytelnikowi praca zbiorowa jest rezultatem dociekań podjętych w ramach konferencji. Pomieszczone w niej artykuły ukazują problem samowychowania do godnego przeżywania starości z różnych punktów widzenia: etycznego, pedagogicznego, psychologicznego, socjalnego.

W tym roku, w kwietniu, zmarł **prof. dr hab. Stanisław Rogala**, pedagog o sercu wrażliwym na potrzeby i problemy ludzi starych. Ten tom zaczyna się wspomnieniem o Nim, bowiem z jego inicjatywy i zaangażowania od dziesięciu lat w murach WSZiA w Opolu odbywają się jesienne naukowe spotkania, których zasadniczym celem jest zgłębianie wiedzy o starości, a także uwrażliwianie osób i instytucji na potrzeby seniorów. Owocem tych naukowo-praktycznych konferencji są opublikowane pod redakcją Profesora prace

zwarte, wydane przez WSZiA w Opolu: *Wybrane problemy procesu starzenia się człowieka* (2007), *Wybrane problemy wspierania ludzi starych* (2008), *Społeczna empatia a ludzie starsi* (2009), *Starość i jej konsekwencje społeczno-rodzinne* (2010), *Pamiętaj o swojej starości* (2011), *Praca a długowieczność* (2012), *Kobieta i czas* (2013).

We *Wprowadzeniu* do ostatniej, wydanej pod swoją redakcją pokonferencyjnej książki *Kobieta i czas*, jakby przeczuwając zbliżający się kres życia, Profesor przypomniał główne przesłanie wszystkich konferencji. Pisał, iż ta i poprzednie konferencje miały na celu wypełnienie „[...] świadomości społecznej (przynajmniej na Opolszczyźnie) ważną problematyką życia i funkcjonowania człowieka w trakcie wieloaspektowych procesów jego starzenia się i starości”. I cel ten przyświecał kolejnym konferencjom przez niego inspirowanym: *Rozumienie w starości* oraz *Samowychowanie do dojrzałej dorosłości*.

Niniejsza publikacja – zgodnie z koncepcją przyjętą przez Profesora – ukazuje się w przeddzień kolejnej konferencji poświęconej problemom seniorów, a jej tytuł jest zgodny z hasłem konferencji, której jest pokłosiem.

Książka składa się z trzech części. W pierwszej pomieszczone zostały artykuły dotyczące procesu samowychowania do godnego przeżywania dojrzałej dorosłości. Można w nich znaleźć odpowiedź m.in. na pytanie o treści samowychowania, a także o sposoby (techniki) pracy nad własnym rozwojem.

By podjąć proces samowychowania nie wystarczy znać ideał (cel), do którego się dąży oraz techniki umożliwiające jego osiągnięcie. Potrzebna jest jeszcze wiedza o „punkcie wyjścia”, o przedmiocie wychowania, czyli o samym sobie. Przeważa w części *Portret człowieka starego* pomieszczone są teksty, w których autorzy kreślą obrazy współczesnych seniorów oraz dyskutują ich różne życiowe postawy.

Starość ma różne oblicza, zatem różnorodne są potrzeby seniora. Jedni, ze względu na ograniczone możliwości fizyczne lub intelektualne, wymagają pomocy i opieki. Inni seniorzy, pełni wigoru psychofizycznego, dla swej samorealizacji potrzebują określonych środków, aby swój „stan ducha” i kondycję fizyczną podtrzymywać. O instytucjonalnej opiece i aktywizacji seniorów traktuje więc część trzecia.

Redaktorzy żywią przekonanie, że oddawana do rąk Czytelnika książka wzbogaci wiedzę nie tylko o senioralnym okresie życia człowieka, ale będzie także źródłem rad i inspiracji dla tych, którzy pracują ze starszymi osobami. A ponieważ starość to naturalny okres życia człowieka, przeważa publikacja ta – jak mniemamy – przestudiowana powinna być także przez ludzi młodych, choćby z tej racji, że przygotowanie do dojrzałej dorosłości, odpowiedzialność za własną przyszłość należy podjąć już w młodości.

Zenona Maria Nowak
Tadeusz Olewicz

STANISŁAW ROGALA (1932–2015) – nauczyciel, organizator i badacz problemów edukacji



Na cmentarzu w Opolu-Półwsi 2 kwietnia 2015 roku pożegnaliśmy w obecności pogrążonej w smutku rodziny, przedstawicieli władz wojewódzkich i samorządowych, instytucji oświatowych, przyjaciół, działaczy wielu organizacji pozarządowych, licznych delegacji, w tym opolskich uczelni, oraz rzeszy nauczycieli, a także wychowanków zakładów, którym był bliski, profesora Stanisława Rogalę.

W osobie Profesora Stanisława Rogali straciliśmy znakomitego znawcę problemów kształcenia i doskonalenia nauczycieli w Polsce. Niewielu jest danym być nauczycielem w kilku zakładach kształcenia nauczycieli, od Liceum Pedagogicznego, przez Studium Nauczycielskie, Wyższą Szkołę Pedagogiczną po Uniwersytet – a taką drogę w swojej nauczycielskiej karierze przebył Stanisław Rogala. Nie wszystkim udaje się przejść od stanowiska nauczyciela w szkole średniej do stanowiska profesora uniwersyteckiego. Ponadto miał okazję kierować opolskim Kuratorium Oświaty i Wychowania, opolskim Oddziałem Doskonalenia Nauczycieli, a także pracować w Wojewódzkiej Poradni Psychologiczno-Pedagogicznej. O niewielu też można powiedzieć, że spełnili oczekiwania Jana Władysława Dawida, dla którego nauczyciel to „Człowiek wielkiego serca i wielkiego umysłu”. A to możemy powiedzieć z czystym sumieniem o Zmarłym.

Stanisław Rogala urodził się 27 stycznia 1932 roku we wsi Plechów w powiecie Kazimierza Wielka (woj. świętokrzyskie) w rodzinie chłopskiej Jana i Agaty z domu Wojtasik. Rodzice byli rolnikami. W okresie okupacji ukończył szkołę podstawową w Gorzkowie, następnie w latach 1945–1951 uczęszczał do gimnazjum, po czym do Liceum Ogólnokształcącego w Kazimierzy Wielkiej. Po uzyskaniu matury w roku 1951 podjął studia w Wyższej Szkole Pedagogicznej w Katowicach na kierunku matematyka, które ukończył w roku 1954; był również działaczem studenckim. Po studiach matematycz-

nych I stopnia w Katowicach swoje losy związał z Opolszczyzną, gdyż otrzymał nakaz pracy w województwie opolskim.

Ówczesne Kuratorium Opolskie skierowało Stanisława Rogalę do pracy z dniem 16 sierpnia 1954 roku do Liceum Pedagogicznego w Kluczborku.

Po 59 latach pracy nauczycielskiej w swoich wspomnieniach z okazji sześćdziesięciolecia utworzenia kluczborskiego Liceum Pedagogicznego i zjazdu absolwentów napisał w 2013 roku:

„Otóż jestem głęboko (i nie od dziś) przekonany, że owe pierwsze nauczycielskie lata w Liceum Pedagogicznym w Kluczborku (co stanowi zaledwie jedną piątą mego nauczycielskiego stażu) były dla mnie – zawodowego i człowieczego rozwoju – najważniejsze. Było ich dwanaście i są tak znaczące, jak dla rozwoju każdego człowieka lata rodzinno-dziecięce”¹.

W Liceum prowadził zajęcia z matematyki (początkowo także z robót ręcznych), przysposobienia obronnego oraz wiadomości o Polsce i świecie współczesnym.

Od początku swojej pracy nauczycielskiej uważał, że przyszłych kandydatów na nauczycieli nie kształci się tylko zgodnie z systemem dydaktycznym, ale także przez rozbudowaną ofertę zajęć pozalekcyjnych. Prowadził kółko matematyczne, od 1955 roku kółko strzeleckie i przez wiele lat przygotowywał zainteresowanych uczniów do Olimpiady Wiedzy o Polsce i Świecie Współczesnym. Za opiekę nad Szkolnym Związkiem Sportowym został wyróżniony Złotą Odznaką. Był zawsze związany ze swoimi uczniami i absolwentami, zapraszany przez absolwentów na wesela, chętnie odwiedzał rodziny uczniów – jak sam wspominał – łaknął wiedzy o regionie. Zostając Ślązakiem z wyboru, chciał jak najwięcej wiedzieć o tej ziemi i jej historii. Nauczyciele tego Liceum „Spełniali wówczas szczególną misję. A czynili to z ogromną pasją [...] Zwyczajnie – kochali to, co robili i wraz z innymi nauczycielami głęboko przeżywali tę pracę – misję”². To w takim gronie pracował młody Stanisław, to dlatego, gdy zespół teatralny wyjeżdżał ze swoimi spektaklami w teren, wygłaszał przedtem słowo wstępne. A zespół był niezwykle, tak jak niezwykle było to Liceum. Dość wspomnieć, że przez zespół w całym okresie istnienia Liceum Pedagogicznego i Liceum dla Wychowawczyń Przedszkoli przewinęło się ponad 600 osób.

Już w pierwszym roku pracy powierzono mu kierowanie ogniskiem Związku Nauczycielstwa Polskiego, później ZMP i ZMS. W 1957 roku ożenił się z nauczycielką Krystyną Wierzbą. Wspólnie wychowali dwoje dzieci – Mariolę i Rolanda.

¹ K. Burtny, B. Cimała, Z. Jasiński, *Nieść kaganek oświaty... Dzieje kształcenia nauczycieli w Kluczborku (1953–1975)*, Instytut Nauk Pedagogicznych Uniwersytetu Opolskiego, Opole 2013, s. 261.

² Ibidem, s. 262.

Stanisław Rogala, podobnie jak Władysław Spasowski, miał świadomość potrzeby dobrego przygotowania kandydatów na nauczycieli pod względem przedmiotowym i pedagogicznym. Ale także tego, co jest oczywiste dla współczesnych pedeutologów – że najważniejsze jest, aby nauczyciel umiał nawiązywać kontakty z uczniami, był wrażliwy na ich problemy, umiał wczuć się w ich sytuację, co dzisiaj nazywamy kompetencjami komunikacyjnymi (a takie kompetencje posiadał Profesor). Takie postrzeganie nauczyciela sprawiło, że Stanisław Rogala chciał wzbogacić swoją wiedzę pedagogiczną. Stąd podjął w latach 60. ubiegłego wieku zaoczne studia pedagogiczne, w najlepszym wówczas ośrodku myśli pedagogicznej w Polsce, jakim był Uniwersytet Warszawski. Tu należy nadmienić, że w latach 1963–1966 był zastępcą dyrektora kluczborskiego Liceum Pedagogicznego. Studia na UW ukończył z wynikiem bardzo dobrym w roku 1965, uzyskując stopień magistra pedagogiki³. Nawiązane wówczas kontakty naukowe w tym środowisku będą ważne w dalszej Jego karierze zawodowej i naukowej. Kuratorium Oświaty i Wychowania w Opolu przeniósł z dniem 1 września 1966 roku mgr. Rogalę do Studium Nauczycielskiego w Opolu jako nauczyciela wykładowcę psychologii; w latach 1967–1969 pełnił funkcję zastępcy dyrektora SN.

Po likwidacji SN w Opolu podjął pracę w Okręgowej Poradni Wychowawczo-Zawodowej w Opolu⁴; był z nią związany w latach 1969–1972. Udzielał się bardzo aktywnie w środowisku nauczycielskim, był członkiem Zarządu Okręgu ZNP w Opolu, członkiem Prezydium ZW TKKŚ, współpracował z organizacjami młodzieżowymi.

W latach 70. podjął studia doktoranckie na Uniwersytecie Jagiellońskim w Krakowie. Na podstawie przedłożonej w roku 1974 rozprawy doktorskiej pt. „Rozumienie znaczenia konotacyjnego pojęć przez uczniów szkół średnich” uzyskał na Wydziale Filozoficzno-Historycznym UJ stopień doktora nauk humanistycznych⁵.

Od roku 1972 do roku 1981 był kuratorem w Kuratorium Oświaty i Wychowania w Opolu, wdrażał wtedy nowe zasady Karty Nauczyciela z 1972 roku, koncepcję modernizacji oświaty na wsi w formie tworzenia zbiorczych szkół gminnych, dyskusyjną reformę szkoły dziesięcioletniej. Był to bardzo trudny okres w zarządzaniu oświatą.

Profesor zapisał się w dziejach opolskiej oświaty jako inicjator dwóch ważnych eksperymentów pedagogicznych: grupowego nauczania problemowego, którym kierował prof. Edward Fleming; przyczynił się on do ożywienia zain-

³Archiwum Państwowe w Opolu, zespół Liceum Pedagogiczne w Kluczborku, akta osobowe. Na dyplomie podpisany jest Rektor – Stanisław Turski i Dziekan Wydziału Pedagogicznego Ryszard Wrocławski.

⁴Archiwum UO, Akta osobowe St. Rogali, Życiorys.

⁵Archiwum UO, Akta osobowe St. Rogali, Odpis dyplomu o uzyskaniu stopnia doktora.

teresowań wśród nauczycieli problemami metod nauczania i eksperymentów dydaktycznych (w każdym z powiatów w eksperymencie uczestniczyło sześć szkół wybranych przez Powiatowe Wydziały Oświaty, które przez kilka lat wprowadzały tę ideę) oraz eksperymentu polegającego na wdrażaniu systemu wychowawczego Heliodora Muszyńskiego. Dla kuratora Rogali istotna była refleksja nauczycieli nad potrzebą tworzenia własnych lokalnych systemów wychowania, a nie powielanie jedynie centralnych wzorów.

W latach 1981–1990 Stanisław Rogala pełnił funkcję dyrektora Oddziału Doskonalenia Nauczycieli w Opolu, wprowadzał m.in. nowy system doskonalenia nauczycieli. Był przez szereg lat przewodniczącym Międzywojewódzkiej Komisji ds. Stopni Specjalizacji Zawodowej w Opolu, zorganizował świetnie działającą Komisję ds. Specjalizacji Zawodowej dla niektórych przedmiotów. Komisja miała zasięg ponadwojewódzki, dzięki jej działalności ponad 4200 nauczycieli, nie tylko z Opolszczyzny, uzyskało stopnie specjalizacji zawodowej.

Jako dyrektor ODN przyczynił się do rozwoju kontaktów zagranicznych opolskich nauczycieli z Nadrenią Palatynatem oraz z bliskimi naszymu sercu nauczycielami ze szkół polskich na Zaolziu, dla których organizował wakacyjne kursy metodyczne. Był to jeden z najlepiej działających oddziałów w kraju. W świadectwie pracy napisano o doc. dr. hab. Stanisławie Rogali:

„Jest szczególnie wyróżniającym dyrektorem Oddziału, twórczym w podejmowaniu ważnych działań na rzecz doskonalenia nauczycieli, samodzielny i odpowiedzialny za swoje działania. [...] Wybitny organizator z olbrzymim doświadczeniem w działalności oświatowej. Potrafi łączyć tę działalność oświatową i pracę dydaktyczną z aktywnym udziałem w życiu naukowym z własną twórczością naukową”⁶.

W tym okresie na Uniwersytecie Jagiellońskim, na podstawie oceny ogólnego dorobku naukowego i przedłożonej rozprawy habilitacyjnej pt. „Psychologiczne determinanty współdziałania rodziców i nauczycieli”, uchwałą Rady Wydziału Filozoficzno-Historycznego UJ z dnia 20 września 1984 roku nadano mu stopień naukowy doktora habilitowanego (w zakresie pedagogiki społecznej)⁷. W rok później został mianowany na stanowisko docenta w Instytucie Kształcenia Nauczycieli – Oddziale Doskonalenia Nauczycieli w Opolu⁸.

Podsekretarz stanu doc. dr hab. Janusz Grzelak pismem z dnia 10 sierpnia 1990 r. przeniósł doc. Stanisława Rogalę, na jego prośbę, z CDN Oddział

⁶ Archiwum UO, Akta osobowe St. Rogali, Świadectwo pracy wystawione przez Urząd Wojewódzki w Opolu 24. 08. 1990 r.

⁷ Archiwum UO, Akta osobowe St. Rogali, Odpis dyplomu o uzyskaniu stopnia doktora habilitowanego.

⁸ Archiwum UO, Akta osobowe St. Rogali, Świadectwo pracy wystawione przez Urząd Wojewódzki w Opolu i Centrum Doskonalenia Nauczycieli im. Władysława Spasowskiego w Warszawie. Wcześniej pracował na stanowisku starszego wykładowcy, a później adiunkta.

Doskonalenia Nauczycieli w Opolu z dniem 1 września 1990 roku na stanowisko docenta w opolskiej WSP, z którą od tego czasu związał się etatowo, a potem z Uniwersytetem Opolskim⁹.

Pierwszego lutego 1991 r. został mianowany na stanowisko profesora nadzwyczajnego w Katedrze Psychologii na Wydziale Filozoficzno-Historycznym Wyższej Szkoły Pedagogicznej. Na Uniwersytecie Opolskim pracował do roku 2003 (pracował także na uczelniach w Częstochowie i Katowicach).

Profesor Stanisław Rogala pozostawił po sobie znaczny dorobek; to kilkadziesiąt opracowań dotyczących różnych zagadnień z zakresu dydaktyki – głównie metodyki nauczania, a także problematyki wychowania i organizacji szkoły. Jest autorem i współautorem kilkunastu książek i opracowań pomocniczych dla nauczycieli. Na uwagę zasługują także jego ekspertyzy i raporty o funkcjonowaniu instytucji doskonalenia nauczycieli i systemie doskonalenia nauczycieli opracowane na zlecenie MEN na progu transformacji¹⁰.

W swoim dorobku naukowym ma siedem samodzielnych monografii, kilkanaście redagowanych prac zbiorowych i ponad 170 artykułów zamieszczonych w pismach pedagogicznych. Warto zwrócić uwagę na aktualność podejmowanej tematyki, innowacyjne podejście w jej rozwiązywaniu i wartości naukowo-utilitytarne.

Do najbardziej cenionych publikacji Profesora należy zaliczyć ciągle aktualne prace: *Partnerstwo rodziców i nauczycieli*, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa–Wrocław 1989 oraz *Pieniądże w procesie wychowywania dzieci*, Wydawnictwo UO, Opole 1996.

Po przejściu na emeryturę w 2003 r. Stanisław Rogala związał się z Wyższą Szkołą Zarządzania i Administracji w Opolu, by objąć tu Zakład Wpływu Społecznego¹¹.

W ostatnich latach skoncentrował się na problemach ludzi starszych, w WSZiA zorganizował kilka bardzo ciekawych konferencji naukowych po-

⁹ Archiwum UO, Akta osobowe St. Rogali, Pismo do dyrektora CDN w Warszawie doc. dra Edmunda Staszyńskiego do Ministra Edukacji Narodowej Henryka prof. dr hab. Henryka Samsonowicza, z dnia 30.06.1990 nr. DK 113-11-90 w sprawie przeniesienia doc. St. Rogali; pismo MEN z dnia 10.08.1990 DSK-III-115/63/90 do doc. St. Rogali w sprawie przeniesienia. Prędzej, bo 17 maja tego samego roku, Senat WSP podjął uchwałę o zatrudnieniu doc. dr. hab. Stanisława Rogali na pierwszym etacie z dniem 1 września 1990 r., która pozwoliła Rektorowi na wystąpienie z prośbą o przeniesienie doc. Rogali do WSP.

¹⁰ S. Rogala, *Ocena form doskonalących organizowanych przez placówki doskonalenia nauczycieli oraz rola doradców w systemie doskonalenia nauczycieli w latach 1991–1994*. Raport opracowany na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej, 1993; tenże: *Ocena form doskonalących organizowanych przez placówki doskonalenia nauczycieli w okresie 1994/95*. Raport opracowany na zlecenie Ministerstwa Edukacji Narodowej, 1995.

¹¹ A. Grudzka, *Odszedł wielki przyjaciel seniorów*, „Nowa Trybuna Opolska” 2015, nr 76.

święconych zagadnieniom gerontologii, które odbiły się w kraju szerokim echem, a ich pokłosiem jest kilka cenionych i interesujących publikacji¹².

Za swoją pracę zawodową był wielokrotnie wyróżniany i nagradzany, m.in.: Brązowym Krzyżem Zasługi, Złotym Krzyżem Zasługi, Krzyżem Kawalerskim Odrodzenia Polski, Medalem Komisji Edukacji Narodowej, tytułem „Zasłużony Nauczyciel PRL”.

Profesor był wspaniałym Człowiekiem i dobrym Kłosem, chętnie pomagał młodszemu, starał się być tolerancyjny, umiał słuchać innych i zarażać pasją do działania. Cechowała Go niezależność poglądów, umiejętność precyzyjnego wyrażania myśli, optymizm, poczucie humoru, oddanie dla uczelni, prawosć, szacunek dla innych, chęć dzielenia się wiedzą i troska o to, aby uczeń i student wyniósł jak najwięcej z edukacji, w sensie intelektualnym. Jak powiedział w mowie pożegnalnej Harry Duda, jego przyjaciel i współpracownik: „Stanisław Rogala zwyczajnie (a jakże trudno o taką zwyczajność) czynił dobro. Był, jak ja to nazywam, ateistą otwartym, a więc szukającym i pełnym szacunku dla innych światopoglądów, ale w pełni odnosi się do Niego ewangeliczne twierdzenie: «Po ich owocach poznacie ich»”¹³.

Zdjęcie pochodzi z archiwum Harry’ego Dudy.

Zenon Jasiński

¹² *Psychologiczno-społeczne uwarunkowania procesu starzenia się człowieka*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2007; *Społeczna empatia a ludzie starsi*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2009; *Starość i jej konsekwencje społeczno-rodzinne*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2010; *Pamiętaj o swojej starości*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2011; *Praca a długowieczność*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2012; *Kobieta i czas*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2013.

¹³ H. Duda, *Prof. Stanisław Rogala (1932–2015)*, „Indeks” 2015, nr 3/4, s. 78.

I

**Samowychowanie
do godnego
przeżywania starości**

Franciszek Antoni Marek*

Uroki dojrzałej starości

Życie ludzkie począwszy od urodzenia podlega nieustannym zmianom – starzeje się – i ma kilka faz rozwojowych. Po okolołpóltorarocznym niemowlęctwie przechodzą kolejno okresy dzieciństwa, młodości i wieku dojrzałego, a kończy się okresem starości, nazywanym często wiekiem emerytalnym bądź poprodukcyjnym. To, co następuje po starości – a może nastąpić i wcześniej – jest równocześnie znane i nieznanne. Oczywiście, każdy człowiek o zdrowych zmysłach wie, że następuje śmierć, natomiast to, czy ona kończy wszystko definitywnie lub jedynie cielesne życie ziemskie, jest atrybutem nie wiedzy, lecz wiary. Ale tylko dwie grupy ludzi o ugruntowanym światopoglądzie nie obawiają się śmierci i umierają bez strachu: religijni ludzie głęboko wierzący oraz przekonani ateści. Znamienne jednak, że pierwsi z nich, religijni, więcej mówią o śmierci, a drudzy, ci niewierzący, mówią więcej o życiu. Wszystko, co istnieje, podlega procesowi starzenia się i kończy się śmiercią. Starzeje się nie tylko każdy człowiek z osobna, ale starzeją się także narody, państwa, a nawet najpotężniejsze mocarstwa i najwyższe zorganizowane cywilizacje.

* * *

Wiedza o przemijaniu skłoniła epikurejczyków do traktowania śmierci ze stoickim spokojem, a Seneka (Młodszy) pisał nawet o *ars moriendi* (o sztuce umierania). Zacytuję zdanie o śmierci, pochodzące z listu prof. Ryszarda Ganszyńca, wysłanego w początkach 1946 roku ze Lwowa do jego rodziny, bodaj do siostry, w Siemianowicach Śląskich. Ten wybitny filolog klasyczny rozpoczął swą karierę naukową pod koniec pierwszej wojny światowej na Uniwersytecie Humboldta w Berlinie. Po odzyskaniu przez Polskę niepodległości pracował przez pewien czas na nowo założonym Uniwersytecie Poznańskim, a w latach 1920–1946, z przerwą podczas okupacji niemieckiej, na Uniwersytecie Jana Kazimierza we Lwowie. We wspomnianym liście m.in. napisał: „Postanowiłem opuścić Lwów tylko i wyłącznie pod przymusem [...] O śmierci mogę spokojnie myśleć jako o konieczności przyrody, ale o swym wyjeździe stąd nie – to cała burzy się krew. [...] Siedzę na gruzach mego życia”. Opuścił Lwów dopiero wtedy, gdy dano mu do wyboru: repatriację do

* Prof. dr hab., Wyższa Szkoła Zarządzania i Administracji w Opolu.

Polski albo transport na Sybir. Pod wpływem głębokiej wiedzy spokojnie myślał o śmierci jako o nieuniknionym zjawisku biologicznym, natomiast nie potrafił pogodzić się z ludzką niegodziwością. Nad śmiercią władzy nie mamy, dlatego trzeba się z nią pogodzić.

Proces starzenia się ludzi staje się w dzisiejszych czasach ważnym problemem naukowym, nie tylko z medycznego, ale także ze społecznego punktu widzenia. To nie przypadek, że zajmują się nim przedstawiciele wielu dyscyplin naukowych: antropolodzy, gerontolodzy, lekarze (zwłaszcza geriatrzy), demografowie, ekonomiści, andragodzy, psychologowie i filozofowie. Demografowie przewidują, że w 2030 roku aż 26% Polaków będzie po 60. roku życia. Dzięki postępom medycyny i rozwojowi opieki zdrowotnej wielu z nich, najprawdopodobniej większość, zachowa wysoką sprawność zawodową przez wiele jeszcze lat, natomiast przybędzie, gdyż stale przybywa, młodych ludzi niezdolnych do pracy, którzy w dawnych czasach poumieraliby w okresie wczesnego dzieciństwa. Już dzisiaj mamy w naszym społeczeństwie ponad 10% ludzi niepełnosprawnych, a procent ten nieustannie rośnie. W moich rozważaniach skupię się jednak wyłącznie na tych ludziach w podeszłym wieku, którzy zachowali zdrowy umysł, a pod względem fizycznym są na tyle sprawni, że stać ich na całkowicie samodzielne funkcjonowanie, bez pomocy drugiej osoby.

* * *

Dawno temu, w dobie renesansu, już człowiek czterdziestoletni był uważany za starca, czemu dał wyraz także Dante Alighieri (zmarły w 1321 roku) w swej *Boskiej komedii*. Później, jeszcze w połowie XIX wieku, pięćdziesięciolatkowie uchodzili za starców. Urzędnikom pruskim określonej rangi przysługiwała wtedy, po osiągnięciu takiego wieku, królewska zapomoga finansowa, nazywana z łacińska *remuneratio* (odpłacenie), ale petent musiał o nią napisać prośbę do monarchy. W archiwum merseburskim natrafiłem na taką prośbę pastora J.S. Richtera, piastującego w regencji opolskiej urząd odpowiadający dzisiejszemu wicekuratorowi. Prośba zaczyna się słowami: „Ich bin schon ein fünfzigjähriger Greis” (Jestem już pięćdziesięcioletnim starcem). Dziś ludzie mojego pokolenia nazwaliby takiego „starca” młodzikiem.

* * *

Losy ludzi są różne i to niezależnie od ich wieku, stanowiska i posiadanego majątku, o czym wiedzieli już starożytni Grecy i tłumaczyli to względami religijnymi. Według ich religii (my mówimy: mitologii) dwa wiadra stały u podnóża tronu Zeusa, jedno z losami szczęśliwymi, a drugie z losami nieszczęśliwymi. Każdego noworodka Zeus obdarowywał dwiema garściami tych losów, czerpiąc z obydwu wiader. Gdy nabrało mu się więcej szczęśliwych

losów, wtedy obdarowanego czekało życie dostatnie, pogodne i radosne, natomiast gdy więcej nabrał losów nieszczęśliwych, wtedy życie obdarowanego obfitowało w niepowodzenia i smutki. Zdarzało się, bardzo rzadko, że zmęczony Zeus pomylił się i obydwie garści zaczerpnął z tego samego wiadra. Jeśli obdarowany otrzymał wyłącznie szczęśliwe losy, wtedy miał żywot Krezusa, ale jeśli to były nieszczęśliwe losy, wtedy cierpiał przez całe życie jak biblijny Hiob.

* * *

Nasza kultura, nazywana „zachodnią”, aprobejuje radości życia doczesnego. Jej kolebką są starożytne państwa leżące w basenie Morza Śródziemnego, głównie Grecja i Rzym. Dotarła do nas za pośrednictwem religii chrześcijańskiej. Eryczne korzenie tej kultury są jednak starsze niż wymienione państwa, sięgają bowiem poza Helladę i wywodzą się z Dekalogu, ustalonego w XII wieku p.n.e. w kulturze żydowskiej. Dekalog posiada wartość uniwersalną, tj. ponadczasową i ponadnarodową. Chrystus, założyciel religii chrześcijańskiej, przyjął Dekalog bez zastrzeżeń, a jedynie dołożył do niego przykazanie o miłości międzyludzkiej, nakazujące kochać bliźniego „jak siebie samego”. Zapytany, kto jest owym bliźnim, odpowiedział, że także nasz wróg. Zgodnie z tym przykazaniem, gdy był biczowany, znieważany i krzyżowany, to modlił się za swych katujących go wrogów słowami: „Panie przebacz im, bo oni nie wiedzą, co czynią”. Wśród dziesięciorga przykazań Dekalogu tylko jedno, czwarte, posiada pewien dodatek. Zacytuję je w takiej formie, w jakiej wbito mi je do głowy w dzieciństwie: „Czcij ojca swego i matkę swoją, aby ci się dobrze powodziło i abyś długo żył na świecie”. Wynika z tego przykazania, że powodzenie i długie życie (ziemskie!) jest nagrodą za dobre uczynki. Chrystus też tak uważał, dlatego uzdrawiał chorych, wskrzesił Łazarza, pomnożył chleb i nakarmił tysiące słuchających go głodnych ludzi, sprawił, że apostołowie – rybacy mieli obfite łowy, a na weselu w Kanie Galilejskiej zamienił, w cudowny sposób, ogromną ilość wody w wino. Moim zdaniem ten cud ma znaczenie symboliczne; dowodzi, że Chrystus aprobejował radości życia doczesnego, także radości weselne i związane z piciem mocniejszych trunków. Tylko jeden raz odniósł się bezpośrednio do życia pozagrobowego, kiedy do skruszonego łotra, umierającego obok niego na krzyżu, skierował słowa pocieszenia: „Jeszcze dziś będziesz ze mną w raju”. Wiedział bowiem, że ten łotr był już nie do uratowania dla życia doczesnego.

W średniowieczu Kościół zaczął odchodzić od Dekalogu i nauki Chrystusa. Zaprowadzona przez papieża Innocentego III i św. Bernarda z Clairvaux asceza, mająca na celu sakralizację duchowości, zwłaszcza kontemplacji, z czasem wypaczyła się do tego stopnia, że jej wyznawcy tylko stworzenie duszy nieśmiertelnej przypisywali Bogu, a „grzeszne ciało” wyprowadzali od szatana.

Skrajni przedstawiciele ascezy uważali śmierć za narodziny człowieka i nie mieli żadnych obiekcji przy dręczeniu własnego ciała oraz zabijaniu ciał obcych, aby dusze wcześniej je opuściły i te dobre zjednoczyły się z Bogiem, a te złe poszły na wieczne potępienie. Gdy inkwizytorzy i dowódcy krucjat zwalczający albigensów i katarów zapytali papieża, jak mają odróżniać tych schizmatyków od prawowiernych chrześcijan, to otrzymali nakaz, aby zabijali bez zastanawiania się, gdyż „Pan Bóg rozpozna swoich”. Dopiero renesans zerwał z tą zbrodniczą doktryną. W epoce renesansu odrodziła się (została na nowo odkryta) kultura antyczna oraz odrodził się człowiek, w znaczeniu: urodził się na nowo, w myśl ideałów antycznych. Przyjęto i zaakceptowano starożytną dewizę Terencjusza *Homo sum; humani nil a me alienum esse puto* (Człowiekiem jestem; sądzę, że nic co ludzkie nie jest mi obce). Ludzie renesansu – nawet głęboko religijni, jak np. Erazm z Rotterdamu i Jan Kochanowski – odrzucili średniowieczny model życia ascetycznego i cieszyli się radościami życia doczesnego. Wystarczy przeczytać pierwszy polskojęzyczny utwór Kochanowskiego, aby się o tym przekonać. Jest nim dziękczynny *Hymn do Boga*, zaczynający się słowami „Czego chcesz od nas Panie, za Twe hojne dary”. Poeta dziękował w nim Bogu nie za śmierć na krzyżu ani za życie po życiu, lecz za ziemskie radości. Nawet niebo zostało w tym hymnie pokazane jako oglądany z ziemi i podziwiany za jego piękno modry firmament, ozdobiony złotymi gwiazdami, a nie jak pośmiertny raj dla dusz ludzkich.

* * *

Nie ma jednolitego poglądu – recepty – na wzorowy model życia fizycznie zdrowych i umysłowo sprawnych ludzi w wieku starczym. Najlepiej znany mi jest los pracowników PKP, gdyż mój Tata był kolejarzem. A na kolei obowiązywała żelazna zasada kierowania pracownika na emeryturę po ukończeniu przez niego 60. roku życia. Zauważyłem, że ci z tych emerytów, którzy znaleźli sobie jakieś inne zatrudnienie – np. jako dozorczy, księgowi, pomocnicy warsztatowi, hodowcy itp. – pożyli jeszcze kilkanaście, a niektórzy nawet kilkadziesiąt lat, natomiast ci beczynni umierali zazwyczaj w okresie pierwszych trzech latach po przejściu na emeryturę. Już wtedy, jako uczeń gimnazjalny, przyznałem rację Cyprianowi Kamilowi Norwidowi za jego słowa:

„Bo nie jest **światło**, by pod korcem stało,
Ani sól **ziemi** do przypraw kuchennych.
Bo piękno na to jest, by zachwycać
Do pracy – praca, by się zmartwychwstało”.

Pamiętam, że u mojego Taty odezwała się po przejściu na emeryturę rolnicza dusza jego przodków. Wziął w dzierżawę pół hektara pola i zaczął hodować owce (myśmy mówili: barany). Przeżył jako emeryt pełne 28 lat i cieszył się, gdy jego barany otrzymały pierwszą nagrodę na powiatowej wystawie rolniczej.

Moi bracia krytykowali tę jego hodowlę słowami: „Barany są po to, żeby dały gnój na pole, a pole jest po to, aby dało paszę dla baranów”. Mama, słysząc to (Taty, oczywiście, wtedy w domu nie było) odezwała się swym łagodnym głosem: „Chłopcy, dajcie mu spokój, to jest jego radość”. I oto mamy pierwszy, może najważniejszy, urok dojrzałej starości: praca. Ale nie praca przymusowa czy z konieczności – gdy renta emerytalna nie wystarcza na godne życie – lecz praca dobrowolna, chciana, wykonywana z radością.

* * *

Żyję już w czwartym systemie ustrojowym. Historycy nazywają takie systemy formacjami społeczno-ekonomicznymi. Pierwszy przypadł na ostatnie lata Polski sanacyjnej, kiedy to – dopiero po śmierci Piłsudskiego – inż. Eugeniusz Kwiatkowski mógł wreszcie rozpocząć budowę Centralnego Okręgu Przemysłowego. Nie wiem, jak wyglądała wtedy możliwość zatrudnienia w całej Polsce, ale na jej śląskiej części także dużo wcześniej pracy było pod dostatkiem i to godziwie opłacanej. Mój Tata osiedlił się po trzecim powstaniu śląskim jako dwudziestodwuletni „goły” uchodźca z Opolszczyzny na polskiej części Górnego Śląska, a już po dziesięciu latach, w 1933 roku, wprowadził się wraz z rodziną – niepracującą zawodowo żoną i trójką wtedy dzieci – do wybudowanego domu własnego, dwukrotnie większego od mojego domu, wzniesionego po trzydziestu latach pracy razem z pracującą żoną, posiadającą uniwersyteckie wykształcenie, i dwójką dzieci. Pamiętam słowa, jakie Tata krótko przed wojną skierował do kolegów na zebraniu grupy Stronnictwa Pracy: „Kto nie ma dwóch lewych rąk, ten pracę ma”.

Drugi okres mojego życia przypadł na lata wojny i okupacji. Przeżyłem go w Trzeciej Rzeszy, w której już przed wojną obowiązywał przymus pracy. Żebraków, włóczęgów i inne osoby unikające zatrudnienia likwidowano. Zwykle po zaarrestowaniu takiej osoby najdalej za cztery tygodnie przychodziło do urzędu stanu cywilnego zawiadomienie o jej śmierci „na zapalenie płuc”.

Trzecim okresem była powojenna PRL. Wiem, jak bardzo zacofana, rozkradziona i zdewastowana (zarówno przez Niemców, jak też przez Rosjan) była Polska po zakończeniu wojny, ale do dziś nie jestem w stanie pojąć, skąd ówczesne władze brały pieniądze na odbudowę Warszawy i innych miast, na niesłychanie kosztowną odbudowę zabytkowych kościołów, a przy tym także na bezpłatną dla obywateli opiekę zdrowotną i naukę na wszystkich stopniach nauczania, na dworcowe świetlice dla młodzieży szkolnej, na gabinety stomatologiczne w szkołach, na tanie jadłodajnie, Fundusz Wczasów Pracowniczych i inne udogodnienia, i to nie dla elit, lecz dla masowych, zwłaszcza ludowych, użytkowników. Przecież wtedy zlikwidowano w Polsce – po raz pierwszy w jej dziejach – trzy główne nasze plagi „narodowe”: bezrobocie, analfabetyzm

i gruźlicę, uchodzącą za chorobę społeczną! Po wnikliwej analizie ówczesnej sytuacji doszedłem do przekonania, że głównym źródłem naszych zdobyczy socjalnych oraz osiągnięć edukacyjnych, gospodarczych i cywilizacyjnych było powszechne zatrudnienie. Prawo do pracy, zagwarantowane konstytucją, było do tego stopnia realizowane, że wraz z uzyskaniem dyplomu ukończenia studiów akademickich otrzymywało się także nakaz pracy. Prawdą jest, że nędzne były nasze ówczesne zarobki, ale nikt z głodu nie umarł i nikt „za chlebem” wyjeżdżać z kraju nie musiał, a rodzice wszelkiego stanu nie martwili się, czy ich dzieci zdobędą wykształcenie, a po nim zatrudnienie.

Dziś, w owym czwartym systemie ustrojowym, w numerowanej Polsce nazywanej Trzecią Rzeczypospolitą, owe „narodowe” plagi powróciły. Mamy taką demokrację, w której już ponad dwa miliony Polaków pracuje na obczyźnie, bogacąc cudze państwa, a w ich ojczyźnie, nawet bez nich, bezrobocie kształtuje się na poziomie ponaddziesięcioprocentowym. Obrzydliwy kapitalizm kolonialny, wyrzucony z Afryki, Południowej Ameryki i Azji, mający dziś swe główne centrale w Niemczech, Francji i Anglii, znalazł inne sposoby zerowania na krzywdzie bądź głupocie ludzkiej. Inicjuje i opłaca likwidowanie wielkich zakładów produkcyjnych, a tym samym i miejsc pracy, w bliższych, nawet sąsiednich państwach i rękami bezrobotnych uchodźców z tych państw rozwija u siebie produkcję, traktując owe ekonomicznie zniewolone państwa jako źródła taniej siły roboczej i rynki zbytu dla swojej produkcji. Już kilkadziesiąt milionów Arabów i Turków pracuje, często od trzech pokoleń, w tych trzech metropolitalnych państwach, a od wielu lat dołącza do nich także coraz więcej gasterbeiterów z pobliskich państw sąsiedzkich, nawet z państw wchodzących w skład Unii Europejskiej. Przypatrując się funkcjonowaniu gospodarki – zwłaszcza pod względem możliwości zatrudnienia – w owych trzech państwach i pamiętając system gospodarczy minionej PRL, a znając także politykę gospodarczą Trzeciej Rzeszy (biorąc pod uwagę wyłącznie jej okres sprzed anszłusu w 1938 roku, kiedy nie stosowano jeszcze w tym państwie ludobójstwa), dochodzę do przekonania, że istnieje możliwość zaprowadzenia takiego ładu państwowego, w którym każdy człowiek zdolny do pracy znajdzie zatrudnienie. Oczywiście, jest to możliwe tylko wtedy, gdy rząd danego państwa kieruje się interesem narodu, a nie interesem obcego lub międzynarodowego kapitału ani tym bardziej prywatą będących u władzy partyjnych elit.

* * *

Kościół traktuje okres emerytalny jako szansę dającą emerycie czas na służbę Bogu, bliźnim i samemu sobie. W kościelnej doktrynie, tak jak niedziela wieńczy tydzień pracy człowieka, tak emerytalny stan spoczynku wieńczy okres pracy jego całego życia. Nie wszyscy duchowni podzielają jednak ten pogląd. Benedyktyni kierują się dewizą *Ora et labora* (Módl się i pracuj) przez

całe życie. Niektórzy teoretycy, zwłaszcza chrześcijańscy teolodzy, przeciwstawiają tę dewizę epikurejskiej dewizie zaczynającej się słowami *Carpe diem*, tłumacząc je fałszywie na „Używaj dnia”, w znaczeniu: hulaj dusza, piekła nie ma. W rzeczywistości słowa te znaczą „chwytaj dzień” (tj. nie marnuj dnia). A cała ta dewiza to kilka słów: *Carpe diem, quam minimum credula postero* (Nie marnuj dnia, najmniej ufając przyszłości). Czyli: każdego dnia zabezpieczaj sobie przyszłość. Nie ma więc istotnej różnicy między porównywanymi dewizami, gdyż każda z nich podnosi wartość pracy. Bardzo wysoko, zarówno samą pracę, jak też prawo do jej wykonywania, cenił również papież Jan Paweł II. Niestety, w Polsce wznosi się temu, dziś już Świętemu, pomniki, czci się Go nazwami ulic, placów, rond i różnych obiektów, ale Jego nauk się nie respektuje. W przemówieniu wygłoszonym do ludzi starych w dniu 8 listopada 1982 roku w Walencji papież powiedział m.in.: „Dajcie ludziom starym możliwość dalszej pracy w ich zawodzie, ponad ich emerytalnymi pensjami”. Jego zdaniem praca jest wielką wartością, choć nie wartością najwyższą, ale nie wolno jej nikomu zdolnemu i chętnemu do jej wykonywania zabraniać. Niestety, wielkim naszym nieszczęściem w omawianych sprawach jest dzisiaj to, że coraz więcej emerytów polskich – dużo biedniejszych od emerytów zachodnioeuropejskich – musi często ze swoich nędznych pensji emerytalnych utrzymywać także rodziny swoich bezrobotnych dzieci.

Na temat zatrudniania emerytów mam także własne spostrzeżenia i doświadczenia. Przez wiele lat w zarządzanym przeze mnie towarzystwie oświatowym (Towarzystwie Wiedzy Powszechnej) oraz kolegium języka angielskiego i niemieckiego zatrudniałem także trzy emerytki na półetatach. Nazwisko jednej z nich mogę wymienić, gdyż ona już nie żyje. Była nią śp. mgr Teresa Stępień, długoletnia wiceprezydent miasta Opola. Osoby te wykonywały co najmniej dwukrotnie większą pracę i bardziej dokładnie niż młode absolventki studiów magisterskich, zatrudnione na pełnych etatach. Rezygnację z pracy zdolnych emerytów, chcących pracować, uważam za wielkie marnotrawstwo sił wytwórczych. Gdybym miał dać jakieś życiowe rady młodym ludziom, zwłaszcza przedprodukcyjnym, oraz dorosłym w wieku produkcyjnym, to pierwszym dedykowałbym fragment wiersza Adama Asnyka *Do młodych*, a drugim balladę J.W. Goethego *Der Schatzgräber* (Poszukiwacz skarbów). Najpierw zacytuję słowa Asnyka:

„Każda epoka ma swe własne cele	Ale nie depreczcie przeszłości ołtarzy,
I zapomina o wczorajszych dniach.	Choć macie sami doskonalsze wznieść,
Nieście więc wiedzy pochodnię na czele	Na nich się jeszcze święty ogień żarzy
I nowy udział bierzcie w wieków dziele	I ludzka miłość stoi tam na straży,
Przyszłości podnoście gmach!	I wy winniście im cześć!”

Wymienioną balladę Goethego znam na pamięć w oryginale, ale ograniczę się do streszczenia kilku jej fragmentów. Bohaterem tej ballady jest znużo-

ny bezczynnością biedny i schorowany starszy człowiek, określony słowami: „Biedny na sakiewce, słaby na sercu” (*Arm am Beutel, schwach am Herzen*), który wierzy, że ubóstwo jest największą plagą, a bogactwo najwyższym dobrem. Chcąc poprawić swój los, zgodnie z nakazami czarnej magii, podpisał własną krwią cyrograf przekazujący duszę diabłu w zamian za uczynienie go człowiekiem zamożnym i szczęśliwym. Z tym cyrografem udał się do lasu na skrzyżowanie dróg, gdzie pokreślił jakieś koła, poczynił różne zaklęcia i czekał o północy na przyście diabła. Jakoż dostrzegł zbliżające się światło, ale okazało się, że niósł je przystojny młodzieniec, niepodobny do diabła. Istotnie, był to anioł, który wręczył temu nieszczęśnikowi kielich z pewnym napojem i powiedział: „Napij się chęci czystego życia, a wtedy zrozumiesz moje pouczenie: Nie powrócisz tu więcej, pod przysięgą. Codzienna praca, wieczorni goście [*Tages Arbeit, Abendsgäste*], pracowite tygodnie, radosne uroczystości [*Saure Wochen, frohe Feste*], to niech będzie odtąd twoim magicznym zaklęciem [*Zauberwort*]”. A więc i w tym utworze praca ukazana została jako skuteczne lekarstwo na starcze znużenie.

* * *

Nikt z ludzi, niezależnie od ich wieku, nie wie, co go czeka, co mu „jutro” przyniesie. Młody człowiek, zdrowy i silny jak tur, może mieć policzone godziny, a przed starym, kwękającym i wspierającym się laską może być jeszcze wiele lat życia. Tylko w odniesieniu do ludzi obłożnie i nieuleczalnie chorych lekarze są w stanie (choć też nie zawsze) przewidzieć, ile im jeszcze życia pozostało. Kilkanaście lat temu mój syn, sprawny chirurg, zoperował dwóch mężczyzn na podobne schorzenie nowotworowe. Jednym z nich był bliski mu pułkownik wojsk lotniczych. Syn nie miał obiekcji w powiedzeniu prawdy pułkownikowi – żołnierzowi! – ale w końcu obydwom ją ujawnił, mówiąc, że przez pół roku będą się czuli bardzo dobrze, potem trochę gorzej, a po roku „zobaczymy, co będzie”. Obaj zoperowani byli ludźmi dość zamożnymi. Ów cywil postanowił wykorzystać owe „zdrowe półrocze” i zaczął latać samolotami po świecie, zwiedzając najlepsze kurorty, a pułkownik załamał się do tego stopnia, że nawet rodzinne uroczystości go nie cieszyły i wręcz czekał na śmierć. Obydwaj zmarli mniej więcej w tym samym czasie. Każdy z nich podszedł inaczej do życia; obaj wiedzieli to, co wszyscy wiemy, mianowicie że kiedyś pomrzemy, ale jeden z nich czekał biernie na śmierć, a drugi wykorzystał krótkotrwały okres dobrej kondycji na ziemskie przyjemności.

Życie jest darem jednorazowym, zawsze zbyt krótkim, ulotnym i przygodnym, a naprawdę radosne są w nim tylko chwile. Dlatego nie wolno ich zmarnować ani tym bardziej niedoceniać. Horacy w jednej ze swoich ód zwraca się do czytelnika słowami, które w moim niezbyt precyzyjnym przekładzie brzmią tak: „Jeśli cię Bóg obdarował godziną szczęścia, bierz ją w ręce i nie

odkładaj na lata, ale gdziekolwiek jesteś, ciesz się nią i mów [w znaczeniu: nie przemilczaj], że było pięknie”. Goethe, który wiele spraw rozważał z filozoficznego punktu widzenia, uznał szczęśliwą chwilę za godną najwyższej ceny. Dr Faust, tytułowy bohater jego arcydzieła, zapisał na cyrografie diabłu swą duszę w zamian za obdarzenie go taką chwilą szczęścia, o której mógłby powiedzieć: „Nie przemijaj, jesteś piękna” (*Verweile doch, du bist so schön*). W przekładzie E. Zegadłowicza zdanie to brzmi: „Chwilo, jesteś piękna, trwaj wiecznie”. Piękno szczęśliwej chwili podniósł do rangi artystycznej także młody A. Mickiewicz w *Balladach i romansach*. W wierszu *Pierwiosnek* zwrócił się do kwiatka słowami „Za wcześnie, kwiatku, za wcześnie, jeszcze północ mrozem dmucha...”, a pierwiosnek mu odpowiedział: „Dni nasze, jak dni motylka, życiem wschód, śmiercią południe. Lepsza w kwietniu jedna chwilka, niż w jesieni całe grudnie”. Ale bywają różne pojęcia i definicje szczęścia. Najszerszy zakres znaczeniowy ma renesansowa definicja: „Szczęście ludzkie znajduje się tam, gdzie je człowiek widzi”. Myślę, że osoby w wieku dojrzałej starości cieszą się takimi chwilami szczęścia, które możemy nazwać uniwersalnymi, a są nimi przede wszystkim uroki życia rodzinnego. Rodzice cieszą się i przeżywają szczęśliwe chwile, gdy np. ich dzieci przynoszą i pokazują uzyskane świadectwa maturalne, później dyplomy ukończenia studiów akademickich, gdy zakładają własne rodziny i prowadzą przyzwoity tryb życia, są dobrymi pracownikami, pomagają ludziom będącym w potrzebie, itp., etc. Jeszcze więcej, i to większych, chwil radości doznają rodzice, kiedy stają się dziadkami i mogą cieszyć się podobnego typu osiągnięciami i postawami swych wnuków. Zresztą nie od dziś wiadomo, że dzieci, najpierw kiedy dojrzewają, a następnie, kiedy się usamodzielniają, znajdują lepszą więź komunikatywną i duchową z dziadkami niż z rodzicami. Natomiast bolesne chwile przeżywają dziadkowie, gdy ich dzieci i wnuki zapominają o sprawieniu im radości, zwłaszcza takiej, która ich prawie nie kosztuje, jak pamiętanie o ich urodzinach lub imieninach, w zależności od tego, które z nich oni obchodzą. A nieprzegapienie przez wnuków Dnia Babci i Dnia Dziadka, zwłaszcza gdy owi dziadkowie przebywają w DPS-ach, to dopiero wielka radość, gdyż skłania „starych” do chwalenia się nią wśród sąsiadów. I nie chodzi tu o odwiedziny ani o jakiegokolwiek prezenty, wystarczy rozmowa telefoniczna, a najlepsze są życzenia na tradycyjnych kartkach pocztowych, gdyż można je przechowywać i pokazywać.

* * *

Wiele lat temu, kiedy jeszcze żyły dwie sędziwe wtedy aktorki, Aleksandra Śląska i Mieczysława Ćwiklińska, jedna z nich mówiła w telewizji o urokach „emerytalnej” starości. Powiedziała m.in., że kiedy wchodzi rano do ogródka i zauważa, że zakwitł jakiś nowy kwiatek, wtedy napawa się jego pięknem

i cieszy się nim. A kwiatki w tym ogródku zakwitły także w minionych sześćdziesięciu latach jej pracy aktorskiej, ale ona, pochłonięta wtedy obowiązkami zawodowymi, ich nie zauważała. To przypomniało mi, że kiedy bodaj w czerwcu 1973 r., po powrocie z uroczystości wręczania dyplomów habilitacyjnych na Uniwersytecie Jagiellońskim, powiedziałem podczas rodzinnego przyjęcia w formie pytania: „Co sprawiło, że w bieżącym roku bzy nie zakwitły?”, wtedy żona odpowiedziała zdziwiona: „Przecież już dawno nie kwitły tak pięknie i tak obficie, jak w bieżącym roku”. Pochłonięci obowiązkami zawodowymi oraz realizacją swych dążeń i marzeń, nie dostrzegamy otaczającego nas piękna. Żyjemy nieustannie pod presją przyszłości, a nie pod urokami terażniejszości. Będąc uczniami szkoły średniej marzyliśmy o pomyślnym zdaniu matury. Kiedy nasze marzenie się spełniło i otrzymaliśmy świadectwo maturalne, to cieszyliśmy się nim kilka, najwyżej kilkanaście dni, gdyż potem dołączyliśmy je do podania o przyjęcie na studia i odtąd żyliśmy już innymi marzeniami. I tak nieustannie, ciągle żyliśmy wizją jutra, a nie realiami terażniejszości. Najpierw matura, potem kolejno: studia, dobra praca, założenie rodziny, wybudowanie domu, kupno samochodu, wykształcenie i wyposażenie dzieci i inne cele, ale zawsze tylko „jutro”, „jutro” i „jutro”, a nie „dziś”, „teraz” i „obecnie”. Dopiero po przejściu na emeryturę zaczynamy żyć terażniejszością. Nawet jeśli nadal jesteśmy czynni zawodowo i cieszymy się wykonywaną pracą, to wolni jesteśmy od strachu przed jej utraceniem. A takie dobre samopoczucie to wielki urok dojrzałej starości. Co z tego, że przy jakiejś recesji lub reorganizacji możemy zostać zwolnieni z pracy; będziemy mieć wtedy więcej wolnego czasu na inne, lepsze, przyjemności. Skurczą się wprawdzie nasze miesięczne dochody, ale to nie tragedia, gdyż pensja emerytalna wystarczy na skromne życie, a jeśli do niej dołożymy trochę bankowych oszczędności, to możemy sobie pozwolić nawet na takie „luksusy”, np. na zamorskie wojaże, na jakie wcześniej stać nas nie było, a z jakich nagminnie korzystają emeryci państw zamożnych.

* * *

Człowiek, nawet bardzo wykształcony, ma skłonność porównywania siebie z tymi, którym się lepiej powiodło oraz są zamożniejsi i więcej w życiu osiągnęli, dlatego lubi narzekać, krytykować, obrażać się i manifestować swoje niezadowolenie. Kiedy jednak rozejrzy się krytycznie wokół siebie i dostrzeże ludzi na wózkach inwalidzkich oraz dowie się, ilu ludzi obłożnie chorych od lat nie opuszcza mieszkania lub przytułku, a także jakie tragedie spadają niekiedy na rodziny całe, wtedy dopiero zaczyna doceniać to, co ma i dziękować Niebu za to, co go spotkało. Szukając możliwie najlepszego pocieszenia dla osób dojrzałej starości, nie znalazłem niczego lepszego od zakończenia wier-

sza Wisławy Szymborskiej (niektórzy krytycy uważają, że autorem tego wiersz jest Józefa Jucha) *Jak ja się czuję*:

„Dobra rada dla tych, którzy się starzeją
Niech zacisną zęby i z życia się śmieją.
Kiedy wstaną rano, «części» pozbierają,
Niech rubrykę zgonów w prasie przeczytają,
Jeśli ich nazwiska tam nie figurują,
To znaczy, że są zdrowi i dobrze się czują”.

Tadeusz Olewicz*

Co to znaczy godnie żyć?

Godność to szczególna wartość człowieka, której źródła upatrywano w rozumności, autonomii, kreatywności lub w tym, że człowiek jest *imago dei*, czyli stworzony na obraz i podobieństwo Boże. Jej subiektywnym komponentem jest poczucie godności, może ono być pojęte jako „[...] samoocena polegająca na przeżywaniu swojej wartości i pozytywnego obrazu siebie, która motywuje do moralnie wartościowych zachowań, uodparnia na wszelkie formy manipulacji i zniewalania oraz wpływa na radzenie sobie w sytuacjach trudnych; zakłada poczucie wewnętrznej wolności, autodeterminacji (podmiotowości) i odpowiedzialności”¹.

Istnieje potrzeba poczucia własnej wartości. Przekonujemy się o tym zwłaszcza w sytuacjach utraty godności. Zatem, jak żyć, aby mieć poczucie własnej godności?

Godność i godziwość

Żyć godnie, być godnym, zachowywać się godnie, to sytuować się pomiędzy skrajnościami; z jednej strony: zarozumiałością, bufonadą, pyszałkowatością, a z drugiej – uniżonością, manifestacyjną/przesadną skromnością, pokorą na pokaz. Notabene pokora jest cnotą, która zdobi człowieka godnego. Równocześnie człowiek godny jest po Arystotelesowsku „słusznie dumny”.

Czy godność wiąże się w sposób konieczny z supererogacją? Sądzę, że nie. Wystarczy wystrzegać się zachowań niegodnych (niegodziwych), żeby zasłużyć na autoakceptację i na szacunek innych. Analogicznie, spektakularne osiągnięcia życiowe (sukcesy) nie stanowią koniecznego warunku poczucia godności. Wystarczy, że człowiek nie ma powodów do wstydu. Opinia (wizerunek), o której w tym kontekście mowa, jest złożoną wieloaspektową oceną przede wszystkim etyczną, ale także estetyczną – wszak jest to kwestia smaku. Przecież gdy ktoś zniża się do zachowania skrajnie niegodnego, to reagujemy zarówno moralnym oburzeniem, jak też estetycznym obrzydzeniem. „Godność” i „godziwość” są niewątpliwie pojęciami pokrewnymi.

* Prof. dr hab., Wyższa Szkoła Zarządzania i Administracji w Opolu.

¹ Z. Chlewiński, Z. Zaleski, *Godność*, [w:] *Encyklopedia katolicka*, KUL, Lublin 1989, t. 5, s. 1231.

Potrzeby i wartości

Gdyby zapytać przypadkowego respondenta, co to znaczy godnie żyć, prawdopodobnie otrzymalibyśmy klarowną odpowiedź: zaspokajając swoje potrzeby. Podoba mi się taka odpowiedź, w szczególności gdy odnosi się do człowieka bardzo dojrzałego.

Kiedy senior żyje godnie? Wtedy, gdy jego potrzeby są zaspokojone. Jednakże odpowiedź ta domaga się wyjaśnienia i dopełnienia: na jakim poziomie zaspokojenia, które potrzeby, czy również te nieuświadomione, czy wszystkie aspiracje? A może bardziej godnie żyje ten, kto redukuje nienaturalne i niekoniczne potrzeby, np. potrzebę percypowania adresowanych do masowej publiczności programów telewizyjnych, emitowanych nie po to, by poinformować, edukować, zabawić, inspirować, przywrócić homeostazę itp., ale wyłącznie po to, aby uzyskać efekt w postaci wysokiej oglądalności. Efekt ten powinien być traktowany jako środek do celu, a nie jako cel sam w sobie, chociaż oczywiście powiązany z „misją komercyjną”. Żywię przekonanie, że konsumowanie tej stawy kulturalnej jest niegodne człowieka, a karmienie nią publiczności jest niegodziwością analogiczną do ohydnej praktyki narkotykowych dilerów, ponieważ w obu przypadkach mamy do czynienia z uzależnieniem i zatrucaniem. Rzecz idzie nie tylko o zabijanie czasu, ale o nagminne gwałcenie reguł komunikacji wolnej od manipulacji, o erozję infrastruktury dialogu, porozumienia i współpracy. W obu przypadkach dochodzi do stłumienia bądź do całkowitego wygaszenia naturalnej i istotnej potrzeby. Ta nienaturalna staje się z czasem dominująca w tym sensie, że na jej zaspokojeniu podmiot (ofiara) koncentruje swoją uwagę w takim stopniu, iż nie ma już ani energii, ani czasu na zaspokojenie potrzeb istotnych, tych decydujących o godnym życiu, np. potrzeby niesienia pomocy jej oczekującym. Takim substytutem ważnych, naturalnych potrzeb jest właśnie systematyczne, namiętne oglądanie popularnych programów TV, a także lektury tabloidów.

Są różne sposoby zaspokojenia danej potrzeby. A czy są sposoby godne, mniej godne i zupełnie niegodne? Chcę zwrócić uwagę, że jeżeli odpowiedź na to pytanie jest pozytywna, to określenie godnego życia jako życia człowieka, którego potrzeby są zaspokojone, nie jest wystarczające, ponieważ to właśnie **sposób (styl) zaspokajania potrzeb jest czynnikiem konstytutywnym**. Żeby scharakteryzować życie człowieka, trzeba odpowiedzieć na pytanie: jaka jest struktura jego potrzeb i jak je zaspokaja? Tak, jak mówimy o hierarchii wartości, można analogicznie mówić o hierarchii potrzeb danego człowieka. Jak układają się potrzeby: pokarmowe, ekologiczne, zdrowotne, bezpieczeństwa, wypoczynku, mieszkaniowe, odzieżowe, reprodukcji, opieki, wychowawcze itd. Wyliczenie wszystkich byłoby zajęciem żmudnym, a przy tym przeciwnym. Pożądane wydaje się być pogrupowanie ich według kryterium rodzaju wartości, którym odpowiadają.

Max Scheler jest autorem typologii złożonej z czterech modalności:

- „1. ...rząd wartości *tego, co przyjemne i tego, co nieprzyjemne...*,
2. [...] ogół wartości *czucia witalnego*,
3. [...] *sfera wartości duchowych*,
4. [...] wartości *tego, co święte i tego, co nieświęte...*”².

A oto jedna z propozycji N. Hartmanna, który – jak pisze W. Galewicz – w *Asthetic* wymienia sześć różnych grup wartości: 1) wartości dóbr, do których zalicza wszelkie wartości utylitarne i instrumentalne, ale także wiele wartości samoistnych, jak wartość życia i szczęścia; 2) wartości hedoniczne, czyli wartości tego, co przyjemne; 3) wartości witalne, tzn. przysługujące istocie żywej i różnicujące się w zależności od poziomu, rozwoju i jej mocy życia; 4) wartości moralne; 5) wartości estetyczne oraz 6) wartości poznawcze...”³.

Wielość typologii potrzeb wskazuje, że nie jest łatwo opisać życie człowieka przez pryzmat hierarchii potrzeb oraz sposobu ich zaspokajania⁴.

Czy można odpowiedzieć ogólnie na pytanie o godny sposób zaspokajania potrzeb? Nie sądzę, że istnieje prosta, powszechnie akceptowana na nie odpowiedź. Chciałbym zaproponować następujące sugestie dotyczące hierarchii ważności potrzeb. I tak, właściwa jest dyrektywa polecająca zaspokajanie w pierwszej kolejności potrzeb podstawowych, to jest takich, których zaspokojenie warunkuje satysfakcję w zakresie potrzeb wyższego rzędu. Gdy mówi się o „wyższości” pewnych potrzeb, ma się na ogół na myśli to, że są to potrzeby swoiście ludzkie, bo nie dzielimy ich ze zwierzętami.

Notabene sprawa ta, chociaż wydaje się oczywista, wymaga dokładniejszego zbadania, ponieważ np. zaobserwowano pozytywną reakcję roślin i zwierząt na muzykę Mozarta.

Patrząc na zagadnienie godnego zaspokajania potrzeb przez pryzmat swojej, niezamienialnej wartości człowieka, należałoby postulować koncentrację uwagi na zaspokajaniu potrzeb wyższego rzędu (np. poznawczych, estetycznych, religijnych). One są ważniejsze. Jednakże równocześnie słuszna jest dyrektywa polecająca zaspokajanie w pierwszej kolejności potrzeb podstawowych.

Istotna jest kwestia kosztów zaspokajania potrzeb. Z jednej strony, racjonalnie postępuje ten, kto możliwie najmniejszym kosztem osiąga satysfakcję (na danym poziomie). Marnotrawstwo, rozrzutność są nie tylko wyrazem nieracjonalności, lecz też są moralnie naganne. Z drugiej jednak strony, trzeba

² M. Scheler, *Aprioryczne powiązania o charakterze starszeństwa między modalnościami wartości*, [w:] A. Węgrzecki, *Scheler*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1975, s. 161–166.

³ W. Galewicz, *N. Hartmann*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1987, s. 153.

⁴ Zob.: A. Siciński, *Pojęcie „potrzeby” i „wartości” w świetle koncepcji systemu*, „Studia Filozoficzne” 1976, nr 12, s. 35–51.; T. Kocowski, *Schemat głównych uwarunkowań w systemie potrzeb człowieka*, „Prakseologia” 1976, nr 2, s. 37–48.

mieć na uwadze, że to, co nas więcej kosztuje, ma też dla nas większą wartość.

Niegodne jest pozostawanie w stanie uzależnienia, tj. kiedy pewna potrzeba dominuje tak bardzo, że inne tracą znaczenie. Atoli ma znaczenie to, od czego człowiek jest uzależniony.

Niegodna jest nadmierna koncentracja na własnych potrzebach. Jednak, nie wydaje się godne zalecenia lekceważenie własnych potrzeb. Kto o nich zapomina, rujnuje zdrowie lub ogranicza swój rozwój.

Żyć godnie, to być wrażliwym, „nie przymykać oka” na zło, lecz przeciwstawiać się mu; dobrem je zwyciężać. Trzeba przy tym pamiętać, że niegodne jest powodowanie się resentymentem, tym „duchowym samozatruciem” spowodowanym pielęgnowaniem urazy⁵.

Godnie żyć, to być wolnym, to mieć autonomię, to mieć swoje potrzeby i swoje pragnienia, czyli wybierać cele swoich dążeń. Czy można powiedzieć, że godnie żyje ktoś, kto pozwala całkowicie i bez oporu narzucać sobie potrzeby, czy też bezrefleksyjnie przyjmuje lansowany w mediach styl życia?

Jest truizmem, że godnie żyć, to świadomie zaspokajać swoje potrzeby. Ale czy człowiek zawsze wie, czego rzeczywiście potrzebuje i czego chce?⁶ Odpowiadając na to pytanie, przytoczę fragment *Ucieczki od wolności*. Erich Fromm konstatuje:

„[...] człowiek współczesny żyje w złudzeniu, iż wie czego chce, gdy w istocie chce jedynie tego, czego się odeń wymaga. Aby zaakceptować tę prawdę, trzeba sobie uprzytomnić, że wiedzieć, czego się istotnie chce, nie jest – jak myśli większość ludzi – rzeczą łatwą, lecz jednym z najtrudniejszych zadań stojących przed każdą istotą ludzką. [...] Człowiek współczesny gotów jest ponieść największe ryzyko, by osiągnąć cele, będące rzekomo ‘jego’ celami; lecz bezgranicznie boi się ryzyka i odpowiedzialności, jaką musiałby ponieść, wyznaczając sobie własne cele. [...] Szczególna trudność w rozeznaniu, do jakiego stopnia nasze pragnienia – podobnie jak myśli i uczucia – są nam w rzeczywistości narzucone z zewnątrz, wiąże się ściśle z problemem władzy i wolności”⁷.

Zakorzenie w komunikacyjnej wspólnotcie

W jaki sposób człowiek może rozpoznać swoje potrzeby oraz powiązane z nimi wartości? Niezbędny jest krytyczny namysł oraz dialog w ramach komunikacyjnej wspólnoty⁸. Dlatego uważam, że ze względu na godność człowieka szczególne znaczenie ma potrzeba dialogowego komunikowania się, ponieważ poprzez dialog urzeczywistnia się przynależność jednostki do komunikacyjnej

⁵ M. Scheler, *Resentiment a moralność*, Czytelnik, Warszawa 1977, s. 33–34.

⁶ Zob.: *Kongregacja Nauki Wiary, Instrukcja o chrześcijańskiej wolności i wyzwoleniu*, Wrocławska Księgarnia Archidiecezjalna, Wrocław 1986, s. 65.

⁷ E. Fromm, *Ucieczka od wolności*, Czytelnik, Warszawa 1970, s. 238–239.

⁸ Na temat funkcji dialogu zob.: T. Olewicz, *Dialog czy alienacja*, Kwant, Opole 1993, s. 46–124.

wspólnoty. W dialogu dokonuje się nie tylko ewaluacja celów i dążeń, lecz także potwierdzenie trafności wyboru sposobu realizacji i doboru środków do działań, które podmiot podejmuje w odpowiedzi na „wezwanie wartości”. W miarę kumulowania się pozytywnych doświadczeń w tym procesie zaspokajania potrzeb (realizacji wartości) i zarazem rozbudzania potrzeb bardziej wyrażonych człowiek utwierdza się w przeświadczeniu, że żyje godnie.

Przeświadczenie o fundamentalnym znaczeniu zakorzenienia człowieka w komunikacyjnej wspólnotcie odnajdujemy już u autorów starożytnych. W Platonskim *Fajdrosie* Sokrates wyraża opinię, że „życie nieomówione niewarte jest życia”. Znaczy to, że godne życie, to życie przemyślane, refleksyjne. W świetle poglądów Sokratesa godne życie to nie „wegetacja worka trawienego” (Leonardo da Vinci), lecz proces poszukiwania sensu w dialogu z innymi. Partnerzy dialogu stanowią najważniejszą komponentę środowiska życia człowieka. To dzięki nim i z nimi jednostka odsłania prawdę o sobie, zdobywa samoświadomość, bez której nie można mówić o godnym życiu. Zatem podstawowym wymogiem życia godnego jest pozostawanie w komunikacyjnej wspólnotcie, w której rodzą się ważne pytania, w tym pytanie o godność.

Gdy Epikur mówił: „grono przyjaciół i kwiaty w ogrodzie”, to zapewne miał na uwadze nie tylko pomoc ze strony przyjaciół (których wszak poznajemy w biedzie), ale także ich nieodzowność jako partnerów istotnych rozmów.

Dwa pojęcia godności

Godność człowieka jako istoty należącej do gatunku ludzkiego jest własnością bezwzględna i niestopniowalna, a także obiektywną, przysługująca każdemu potomkowi ludzi. Takim pojęciem godności operuje Immanuel Kant, gdy każe człowieczeństwo, zarówno we własnej osobie, jak też w osobie każdego innego, traktować zawsze zarazem jako cel, nigdy wyłącznie jako środek⁹. Również Jan Paweł II naucza, że osobę ludzką (jej godność) „należy afirmować dla niej samej” i szanować jako cel, a nie jako „środek działania”¹⁰.

W stanowisku Kanta upatruję nawiązanie do racjonalistycznej tradycji, którą reprezentuje Baruch Spinoza, gdy mówi, że dla człowieka nie ma nic cenniejszego od drugiego człowieka kierującego się rozumem, a także Blaise Pascal, gdy twierdzi: „Cała godność człowieka jest w myśli. [...] przestrzeni wszechświat ogarnia mnie i pochłania jak punkt; myślą ja go ogarniam”¹¹. Jednakże zdarza się (jakże często), że człowiek rezygnuje z godności istoty racjonalnej, np. wtedy, gdy wynaturza się, czyniąc zły użytek z mowy, gdy dezinformuje, komunikując fałsz. Z natury rzeczy mowa służy przekazywaniu

⁹ Por.: I. Kant, *Krytyka praktycznego rozumu*, PWN Warszawa 1972, s. 211.

¹⁰ Por. Jan Paweł II, *Veritatis splendor*, nr 48.

¹¹ Zob.: B. Pascal, *Myśli*, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1983, s. 107–108.

myśli, informowaniu. Zatem kto dezinformuje, ten wyłącza siebie ze zbioru istot wymieniających myśli, ze wspólnoty osób rozumnych.

„Człowiek, który sam nie wierzy w to, co mówi drugiemu (nawet gdyby ten ostatni był tylko osobą wymyśloną), wart jest jeszcze mniej, niż gdyby był rzeczą; bo to z własności jakiejś realnie istniejącej rzeczy druga osoba mogłaby jeszcze wynieść jakiś pożytek. Lecz kierowanie do innych słów, które umyślnie mówią co innego niż myśli ten, kto je wygłasza, to postępek, którego cel rażąco godzi w naturalny cel, do jakiego przeznaczona jest u człowieka zdolność przekazywania myśli. Ktoś taki wyrzeka się ludzkiej osobowości, stając się zjawą niegodną poważnego traktowania”¹².

W świetle tej wypowiedzi Kanta kłamca traci godność. Atoli są ważne racje, żeby utrzymywać, że godność istoty ludzkiej jest niezbywalna, tak jak fundamentalne prawa człowieka. Dlatego słuszny jest np. kategoryczny zakaz stosowania tortur w celu pozyskania informacji. Takie stanowisko wydaje się zasadniczo zgodne z koncepcją Kanta, który przecież uważał, że winniśmy szacunek każdemu człowiekowi, niezależnie od tego, jak oceniamy jego postępowanie¹³. Zatem fundamentalna godność istoty ludzkiej, a przez to też podstawowe prawa przysługują nawet zbrodniarzom. Tym bardziej oczywiste jest, że przysługują one osobom wymagającym opieki; ich niezbywalna godność powinna być poszanowana w każdych okolicznościach.

Jest wszakże inne pojęcie godności czy też raczej inny jej wymiar. W tym drugim znaczeniu godność jest pojęciem względnym, czyli zrelatywizowanym do kontekstu kulturowego (czasu i miejsca), i w tym sensie zmiennym. Jest stopniowalna i może być utracona.

Można zdefiniować godność przy użyciu terminu „natura ludzka” – godność człowieka wyraża się działaniem zgodnym z naturą człowieka¹⁴, ale trzeba wtedy odpowiedzieć na pytanie o esencję człowieczeństwa¹⁵. Zawsze, gdy mówimy o godności, zakładamy jakąś antropologię filozoficzną. U podstaw pojęcia „godność” leży koncepcja istoty człowieka, jakieś wyobrażenie życia zasługującego na określenie „prawdziwie ludzkie”. W tym kontekście można też mówić o „niehumanicznych warunkach życia”, to jest o takiej sytuacji, w której podmiot nie może żyć w sposób zgodny ze standardem ustalonym w danym kręgu kulturowym, w danym społecznym środowisku.

¹² I. Kant, *Metafizyka moralności*, cz. 1: *Nauki o elementach etyki*, § 9 [Za A. MacIntyre, *Etyka i polityka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009, s. 201.]

¹³ Por. I. Kant, *Krytyka...*, op.cit., s. 126–127; I. Kant, *Uzasadnienie metafizyki moralności*, PWN, Warszawa 1971, s. 22–23.

¹⁴ A. Szostek, *Rola pojęcia godności w etyce*, „*Studia filozoficzne*” 1983, nr 8/9, s. 81.

¹⁵ T. Olewicz, *Życie aby żyć?*, [w:] *O człowieku w człowieku*, t. 2, red. M. Łomny, Opole 2000.

Godne zachowania

Magdalena Środa w obszernej rozprawie na temat idei godności przytacza listę godnych zachowań, sporządzoną przez polskiego psychologa J. Kozieleckiego:

- „– postępowanie zgodne z własnym systemem wartości,
- niezwracanie uwagi na doraźne korzyści (wysoka ocena prawdy),
- umiejętna obrona własnej tożsamości i indywidualności,
- silna emocjonalna kontrola,
- wierność sobie,
- mała podatność na manipulację i propagandę,
- spokój, bezinteresowność, powściągliwość,
- wzniosłość, piękno zachowań”¹⁶.

Wyliczenie to nasuwa szereg wątpliwości. Zwrócę uwagę na dwie pozostające ze sobą w ścisłym związku. Po pierwsze, czym jest wierność sobie, jeżeli nie postępowaniem zgodnym z własnym systemem wartości. Niewierność wobec siebie polega przecież na zdradzie własnych ideałów, na sprzeniewierzeniu się wartościom konstytuującym etos grupy, z którą jednostka się identyfikuje. Aktem bezpośrednim takiej zdrady (zaprzęstwa) jest pogwałcenie normy chroniącej wartość, na wezwanie której podmiot – zgodnie ze swoimi przekonaniami – powinien odpowiedzieć.

Po drugie, czy nie jest tak, że obrona własnej tożsamości i indywidualności zakłada małą podatność na manipulację i propagandę? Jeżeli ktoś łatwo poddaje się wpływowi manipulacyjnej propagandy, jeżeli nie stawia oporu, nie odpiera perswazyjnych ataków prowadzonych torem peryferyjnym, to nie można uznać, że ktoś taki umiejętnie broni własnej tożsamości, indywidualności.

Standardy godnych zachowań zmieniają się w zależności od okoliczności – podobnie jak zmieniają się etosy – ale też charakteryzuje je pewna inercja. Skutkiem tej inercji jest zjawisko dysfunkcjonalności pewnych ideałów i wzorców zachowań w zmienionych warunkach. Zilustruję to przykładem.

Ci, którzy we wczesnej młodości czytali książki Karola Maya, są przekonani, że godność człowieka manifestowana jest odwagą i zdolnością do ukrywania wrażliwości na ból, do znoszenia cierpienia. Jest to koncepcja godności, którą K. May przypisał Indianom. Również godnymi – w takim znaczeniu – byli bohaterowie walk niepodległościowych „przesłuchiwani własnoręcznie” przez gestapowców. W warunkach okupacji taka koncepcja godności człowieka była eufunkcjonalna – wytrzymując tortury, przesłuchiwani bojownicy, nie przekazując wrogowi informacji, kontynuowali walkę. Ale czy dzisiaj dzielnie znosząc ból, cierpiący chory manifestuje swoją godność? Czy też raczej jest tak, że opiekunowie (służba medyczna), którzy nie zapobiegli takiemu stano-

¹⁶ M. Środa, *Idea godności w kulturze i etyce*, Warszawa 1993, s. 142.

wi rzeczy, poniżają cierpiącego, naruszają jego godność? Dotyczy to zwłaszcza tzw. uporczywej terapii.

Czy człowiek powinien zabiegać o szacunek, o to, by się jawił jako godny szacunku? Z jednej strony winien troszczyć się o swoją cześć, honor, renomę, twarz.... Niewątpliwie tak, gdy idzie o własne poczucie godności, o to by „móc spojrzeć w lustro”, by być dla siebie godnym życiowym partnerem. Atoli intensywne, uporczywe zabieganie o dobrą opinię wydają się podejrzane i są tacy, którzy uważają za niegodną człowieka przyzwoitego przesadną dbałość o opinię o sobie jako osobie godnej. Ma to zapewne związek z tym wymiarem godności, który wyraża się słowem *dygnitarz* (łac. *dygnitas*). Tym niemniej za słuszną należy uznać dyrektywę: „Miej godność i szanuj cudzą”¹⁷. Miej, zachowaj, broń godności! Wyłania się tu ważna i trudna do rozstrzygnięcia kwestia: jaką cenę godzi się zapłacić za godność? Czy godzi się narażać życie w imię godnego życia?

Zagadnienie to jest dyskutowane co najmniej od czasów Homera. Zdecydowane stanowisko w tej sprawie zajął Sokrates, inicjując spór, który trwa 2,5 tysiąca lat. Spór o to, czy słusznie on postąpił, godnie umierając? Może postąpiłby lepiej, gdyby okazał się mniej godnym i ukorzył się przed sędziami, zamiast ich pouczać. Może powinien skorzystać z propozycji przyjaźni, którzy przygotowali i opłacili jego ucieczkę z celi śmierci?

Czy słusznie postąpił, zachowując się godnie Jan Hus? Czy nie byłoby lepiej, gdyby G. Bruno zachował się mniej godnie i nie pojechał do Rzymu, unikając tym samym męczeńskiej śmierci? Czy słusznie postąpił Kartezjusz, który dowiedziawszy się, że G. Bruno został stracony, wycofał swój rękopis z drukarni? Czy zachował się niegodnie, niejako poświęcając prawdę w imię osobistego bezpieczeństwa? Jeżeli mieć godność to tyle, co mieć szacunek dla samego siebie, to tylko Kartezjusz wiedział, jak na to pytanie odpowiedzieć. Możemy wszakże zająć stanowisko w tej sprawie, formułując problem następująco: czy takie zachowanie wzbudza nasz szacunek, czy nas oburza, a może pozostawia obojętnymi?

Jako przykład godnego zachowania przytacza się decyzję Janusza Korczaka o byciu aż do końca z powierzonymi jego opiece dziećmi. Jego postępowanie niewątpliwie zasługuje na najwyższe uznanie. Jednakże czy motywacja „starego doktora” była godnościowa, czy postąpił tak, by nie stracić dla siebie szacunku lub dobrej o sobie opinii? Jestem przekonany, że nie myślał on o sobie, lecz o dzieciach. Dla niego to dzieci były ważne, a nie osobista godność.

Warto w tym miejscu zanotować konstatację ogólną: w najwyższym stopniu na szacunek zasługują ci, którzy o szacunek nie zabiegają, ale postępują w sposób zniewalający nas do afirmacji.

¹⁷ M. Ossowska, *Normy moralne, próba systematyzacji*, PWN Warszawa 1985, s. 73.

Próbując odpowiedzieć na pytanie o godne życie człowieka, możemy uniknąć kłopotów związanych z kreśleniem natury ludzkiej. Możemy zdefiniować godność jako to, co budzi szacunek. Życie godnie, to znaczy żyć w taki sposób, by zasłużyć na szacunek swój i ludzi godnych szacunku.

Jakie warunki trzeba spełnić, by zdobyć szacunek, by być szanowanym? Pozytywna odpowiedź na to pytanie byłaby bardzo obszerna. Łatwiej odpowiedzieć negatywnie, tj. wskazać zachowania skutkujące utratą godności (szacunku). Podobno w każdej kulturze, w każdym społeczeństwie szanuje się odważnych, a tchórzliwymi gardzi. Jednakże nadmierną odwagę (brawurę) – za Artystotelesem – należy uznać za wadę. **Życie godnie, to łączyć odwagę z rozsądkiem.**

Kolejna kwestia też nie znajduje definitywnego rozstrzygnięcia. Czy na szacunek zasługują ci, którzy stają po stronie silniejszego, czy może godność domaga się wzięcia w obronę słabszego? Czy godność przysługuje wyłącznie zwycięzcom, czy można godnie przegrywać?

Pewne zachowania uchodzą za będące „poniżej godności” – nie każdego człowieka, lecz tylko tych, którzy przyjęli na siebie szczególne zobowiązania, np. obowiązki zawodowe. Tym niemniej np. świadomy udział w kłamliwej reklamie produktu złej jakości uwłacza godności nie tylko aktora czy osoby zaufania publicznego, ale każdego człowieka.

Zachowania niegodne

M. Ossowska sporządziła listę zachowań naruszających godność¹⁸. Oto niektóre pozycje z tej listy:

- „schlebianie”. Dodałbym do tego interesowne komplementowanie, a do tego wszystkie formy zabiegów ingracyjnych, jeżeli nie są motywowane altruistycznie;

- „narzucanie się komuś, kto wyraźnie nie chce naszego towarzystwa”;

- „okazywanie ślepego posłuszeństwa” i dodam: manifestowanie bezgranicznego zaufania, co może prowadzić do wystąpienia w roli fałszywego świadka;

- „oportunizm jako działanie niezgodne ze swoimi przekonaniem” – dodam, że takie działanie znamionuje człowieka nieuczciwego. Zatem, kto jest nieuczciwy, ten traci godność. Czy również ten, kto utracił godność, jest nieuczciwy?

- przyjmowanie zapłaty za akt, który ma wartość, lecz nie ma ceny, bo jest podyktowany np. bezinteresowną życzliwością, przyjaźnią, miłością;

- „nadmierne wynoszenie własnej osoby”;

- „uleganie nałogowi”;

- „żebranie”;

¹⁸ Ibidem, 54–55.

- bycie naiwnym, a tym samym bycie obiektem, ofiarą oszustwa;
- odebranie uprawnień, utrata praw rodzicielskich, obywatelskich.

Nie jest to lista zupełna, ponieważ zawsze będzie można wskazać na jeszcze nie wzięte pod uwagę zachowanie, którego skutkiem może być utrata twarzy. Godzi się podkreślić, że autorka *Norm moralnych...* nie ograniczyła się do wyliczenia, ale przeprowadziła analizę zachowań niegodnych pod kątem uchwycenia ich esencji. W wyniku tej analizy sformułowała definicję (pro wizoryczną): „[...] ma godność ten, kto umie bronić pewnych uznanych przez się wartości, z których obroną związane jest jego poczucie własnej wartości, i kto oczekuje z tego tytułu szacunku ze strony innych”¹⁹.

Zgodnie z tą definicją cechą wspólną i zarazem istotą zachowań naruszających godność człowieka jest poświęcenie wartości, w szczególności potraktowanie niesubstytutowanej wartości jako towaru, zamiana jej na powszechny ekwiwalent. To, które wartości są niesubstytutowane też jest przedmiotem sporu. Najczęściej za takie uważa się sprawiedliwość, wolność, uczciwość, miłość, przyjaźń, prawdę (?), tolerancję w kontekście prawdy. Akt sprzedaży takiej wartości ma tradycyjną nazwę, w której zawiera się informacja o tym, że jest to zachowanie niegodne. Nazwa ta wyraża też kategorię moralne potępienie.

Godność powiązana jest z zaufaniem w ten sposób, że kto traci szacunek, ten staje się człowiekiem (partnerem) niegodnym zaufania. W każdym razie zaufanie do niego ulega ograniczeniu, zwłaszcza wtedy, gdy żyliśmy w stosunku do niego zaufanie oparte na wspólnie uznawanych wartościach. Zaufanie aksjologiczne nie jest w takim stopniu jak inne jego rodzaje zależne od koniunktury, od okoliczności, które mogą korygować relacje między podmiotami. Jest oczywiste, że na takie zaufanie nie zasługuje ktoś, kto wartościami kupczy.

Człowiek zasługujący na nasz szacunek żywi wdzięczność oraz potrafi wdzięczność okazać. W każdym razie ktoś taki nie okaże się niewdzięczny. Kto swoim postępowaniem utwierdza nas w przekonaniu, że każda przysługa zostanie ukarana, postępuje niegodnie.

Czy można kogoś godności pozbawić? Bliższy jest mi pogląd, że nie, ponieważ decydujące znaczenie ma autoafirmacja podmiotu, poczucie godności, które ostatecznie uwarunkowane jest głosem sumienia. Zatem w każdych warunkach podmiot może się zachować godnie lub nie. To znaczy zachować szacunek dla samego siebie. Bywają jednakże okoliczności, w których zachowanie godności osobistej jest ekstremalnie trudne. Inni mogą nam takie warunki stworzyć, ale ostateczna decyzja należy do nas. Jeżeli bez naszej winy znaleźliśmy się w sytuacji ubliżającej godności człowieka, to niegodnie (nie-

¹⁹ Ibidem, s. 59.

godziwie) postąpili ci, którzy za powstanie tej sytuacji ponoszą odpowiedzialność. Owi niegodziwcy odzierają z godności samych siebie. Wydaje się, że im trudniejsze są warunki zachowania godności, tym łatwiej się usprawiedliwić, a zatem zachować poczucie godności własnej.

Zdaję sobie sprawę, że to ostatnie zdanie może być zakwestionowane. Nie każdy i nie zawsze potrafi „się usprawiedliwić”. Ujmuję ten wyraz w cudzysłów, ponieważ w tych przypadkach, gdy podmiot nie traci godności, nie potrzebuje się usprawiedliwiać nawet sam przed sobą. Tym niemniej nader często zdarza się, że chociaż obiektywnie nie ma powodu, człowiek czuje się upokorzony. Tego dyskomfortu mógłby uniknąć dzięki treningowi asertywności w ramach przygotowania do dojrzałej dorosłości. Wyrażam pogląd, że o ile u młodych pożądane jest formowanie postawy godnościowej, o tyle ludziom bardzo dojrzałym przydałby się w tym względzie umiar.

Bardzo ważne potrzeby

W perspektywie godnego życia istotne jest zaspokojenie potrzeby samopowierzenia się i ekspresji osobowości. Przeto człowiek powinien być ujmowany nie jako izolowana jednostka, lecz w środowisku swojego życia, wśród swoich dzieł i wraz z relacjami, które wytworzył z innymi. A więc dzieła i relacje z innymi to fundament i źródło jego godności w sensie Arystotelesowej „słusznej dumy”. Taka mocna podstawa godności nie powinna i nie może być naruszona jakimś aktem, jakimś zachowaniem wynikłym z niepełnej sprawności seniora. Notabene opiekunowie nie powinni dopuścić do sytuacji, w której podopieczny mógłby podejrzewać, że uwłacza ona jego godności.

Wśród potrzeb, których zaspokojenie jest wymogiem godnego życia, potrzeba dialogowego komunikowania jawi się jako szczególnie ważna. Ażeby mogła być w pełni zaspokojona, nie wystarczy obecność drugiego człowieka (choć jest istotna), emitującego jakiegokolwiek komunikaty. Nie wystarczy, by słucał. Potrzebny jest dialog, czyli komunikacja wolna od przemocy, czyli rozmowa, w której przestrzega się pewnych zasad, takich jak choćby zasada symetryczności, zasada relewancji, zasada odpowiedzialności za słowo. Sprzeniewierzenie się tym zasadom jest równoznaczne z naruszeniem godności partnera, interlokutora. Jak wcześniej pokazałem, namiętne oglądanie adresowanych do szerokiej publiczności programów tv nie zaspokajają potrzeby zakorzenienia w komunikacyjnej wspólnotcie. Jest sposobem na jej stłumienie, wyparcie. Jest to surogat dialogu.

W rozważaniach o godnym życiu człowieka nie mogę pominąć potrzeby miłości. Dlatego gdybym miał najkrócej odpowiedzieć na pytanie: co robić, żeby przygotować się do dojrzałej dorosłości, żeby jesień życia nie była zaskoczeniem, odpowiedziałbym za Tadeuszem Kotarbińskim: „Kochać kogoś i robić coś”, a za Wojciechem Młynarskim dopowiedziałbym: „Robić swoje, żeby było na co wyjść”.

Finis opus coronat

Mówiąc o życiu, o godnym życiu, nie można pominąć jego finalnej fazy. Zatem, co to znaczy godnie umierać? Odpowiedź, jaka się nasuwa, wydaje się oczywista: możliwie krótko, bezboleśnie, w przyjaznym środowisku członków rodziny, przyjaciół, w asyście osoby fachowej, którą darzy się zaufaniem. Zaufaniem analogicznym do tego, jakie mamy do stomatologa, ufając, że nie usunie nam zdrowego zęba, do chirurga, że nie usunie nam np. zdrowej nerki. Wierzmy, że profesjonalista w zakresie medycyny paliatywnej nie pozwoli nam „wyć z bólu”, nie przedłuży agonii ponad konieczność (mam na uwadze konieczność wyznaczoną przez prawo, które ma zabezpieczać przed nadużyciami, jakich mogliby dopuścić się ludzie złej woli). Chociaż wszystkich ona dotyczy, tylko niektórzy odczuwają potrzebę godnej śmierci. Godnie jest umierać bez lęku.

„Niełatwo oswoić się z myślą, że świat potoczy się dalej bez ciebie, że stanches się niczym. Ale też nie jest jasne, dlaczego. Godzimy się z tym, że kiedyś, zanim się urodziliśmy, nie istnieliśmy – dlaczego więc miałyby niepokoić nas perspektywa nieistnienia po śmierci?”²⁰.

Program oswojenia śmierci można oprzeć zarówno na fundamencie światopoglądu teistycznego, jak też ateistycznego; ważne jest, żeby był to program efektywny, żeby godność życia, a także śmierci człowieka nie była poświęcona w postaci ofiary na ołtarzu jakiegokolwiek ideologii.

Bibliografia

- Chlewiński Z., Zaleski Z., *Godność*, [w:] *Encyklopedia katolicka*, KUL, Lublin 1989, t. 5.
- Fromm E., *Ucieczka od wolności*, Czytelnik, Warszawa 1970.
- Galewicz W., *N. Hartmann*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1987.
- Jan Paweł II, *Veritatis splendor*, nr 48.
- Kant I., *Krytyka praktycznego rozumu*, PWN Warszawa 1972.
- MacIntyre A., *Etyka i polityka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009, s. 201.]
- Kocowski T., *Schemat głównych uwarunkowań w systemie potrzeb człowieka*, „Prakseologia” 1976, nr 2.
- Kongregacja Nauki Wiary, Instrukcja o chrześcijańskiej wolności i wyzwoleniu*, Wrocławska Księgarnia Archidiecezjalna, Wrocław 1986.
- Nagel Th., *Co to wszystko znaczy? Bardzo krótkie wprowadzenie do filozofii*, Wydawnictwo Spacja, Warszawa 1993.
- Olewicz T., *Dialog czy alienacja*, Kwant, Opole 1993.
- Olewicz T., *Żyć aby żyć?*, [w:] *O człowieka w człowieku*, t. 2, red. M. Łomny, Opole 2000.
- Ossowska M., *Normy moralne, próba systematyzacji*, PWN Warszawa 1985.
- Pascal B., *Mysli*, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1983.
- Scheler M., *Aprioryczne powiązania o charakterze starszeństwa między modalnościami wartości*, [w:] A. Węgrzecki, *Scheler*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1975.

²⁰ Th. Nagel, *Co to wszystko znaczy? Bardzo krótkie wprowadzenie do filozofii*, Wydawnictwo Spacja, Warszawa 1993, s. 86.

Scheler M., *Resentyment a moralność*, Czytelnik, Warszawa 1977.

Siciński A., *Pojęcie „potrzeby” i „wartości” w świetle koncepcji systemu*, „Studia Filozoficzne” 1976, nr 12.

Szostek A., *Rola pojęcia godności w etyce*, „Studia filozoficzne” 1983, nr 8/9.

Środa M., *Idea godność w kulturze i etyce*, Warszawa 1993.

Sens życia w wieku dojrzałym

„Sens” (z greckiego: *adīanōeta*, w języku angielskim: *sense, substancje, meaning, significance*¹) pochodzi od łacińskiego słowa: *sensu* – „czucie” (*sentio* – „czuję”)² i oznacza treść, wymowę zgodną z prawidłowym myśleniem i rozsądkiem³.

Wieloznaczność słowa „sens”, nawet w połączeniu go ze słowem „życie” (z greckiego: *bios, dożč, psychč*, łac. *vita*, ang.: *life, existence; lifetime*⁴), nie ułatwia jego zdefiniowania. Autor *Słownika terminów i pojęć filozoficznych* tłumaczy je jako „[...] sposób istnienia i funkcjonowania wszelkich organizmów, charakteryzujących się przede wszystkim zdolnością przyswajania substancji z wewnątrz, wzrostu i rozmnażania”⁵.

Termin „sens” wskazuje na jakiś porządek i cel. Gdy połączymy go z terminem „życie”, wtedy będziemy mogli powiedzieć, że „życie ma sens”. A ma ono sens tylko wówczas, gdy nasze zaangażowanie zorientujemy na określony, wartościowy cel. „Sensowne życie zależy więc od tego, co uznajemy za cel, i od tego, czy zechcemy ten cel realizować”⁶. Inaczej mówiąc: sens życia to dążenie do realizacji celów. To proces organizowania życia, scalania działań realizowanych przez pracę, osiągnięcie tego, co spełnia plan życiowy i co uszczęśliwia⁷. Sam „sens”, w tym „sens życia”, możemy za Kazimierzem Popielskim rozpatrywać w czterech kategoriach znaczeniowych: formalnych (w szczególności logicznej), syntaktycznych jako zagwarantowany gramatycznymi regułami budowy zdania i wyrażen semantycznych, jako sens określony poprawnością związków między wyrażeniami a desygnatem, do którego ta nazwa lub zdanie się odnoszą, a także pragmatycznych, związanych z poprawnym

^{*} Dr, adiunkt Wydziału Pedagogicznego Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu, pracownik kadry kierowniczej w Opolskim Centrum Rehabilitacji w Korfantowie.

¹ J. Stanisławski, M. Szrcha, *Podręczny słownik angielsko-polski*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1994, s. 638.

² E. Sobol, *Słownik wyrazów obcych*, red. E. Sobol, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1999, s. 1006.

³ Ibidem.

⁴ J. Stanisławski, M. Szrcha, *Podręczny...*, op.cit., s. 999.

⁵ A. Podsiad, *Słownik terminów i pojęć filozoficznych*, Pax, Warszawa 2000, kol. 973.

⁶ Za: M. Gogacz, *Sens życia i wspólnota*, „Studia Filozoficzne” 1981, nr 4, s. 109–110.

⁷ Ibidem, s. 110.

przekazywaniem komunikatu przez nadawcę i właściwym odbiorem tego komunikatu zgodnie z intencją nadawcy. Autor ponadto ujmuje sens w aspekcie teoriopoznawczym, który nie do końca okazuje się jasny, gdyż rozumieniu sensu mogą odpowiadać różne znaczenia w zależności od dziedziny wiedzy, w której pojęcia te wystąpią. W aspekcie filozoficznym mówi się o sensie jako pojęciu uniwersalnym, metafizycznym, bardzo ogólnym (w znaczeniu sens wszechświata, sens istnienia, sens rzeczywistości) lub o sensie parcjalnym, szczególnym (tzn. o sensie podmiotowego doświadczenia czegoś konkretnego). Zgodnie z tą perspektywą w sens uniwersalny można uwierzyć albo przyjąć jego istnienie jako hipotezę. Czwarta kategoria wiąże się z ujęciem sensu w kategoriach psychologicznych i związana jest z życiem codziennym. Odnosi się do głębokich osobistych i pierwotnych, a zarazem powszechnych, zindywidualizowanych doświadczeń i potrzeb człowieka i ludzkości. I w tym znaczeniu sens życia doświadczany bywa jako podmiotowo zsubiektywizowany, czego nie należy utożsamiać z postrzeganiem subiektywnym⁸.

W literaturze przedmiotu określenia „sens życia” i „wartości” to pojęcia komplementarne⁹. W filozofii sens życia łączy się również z wartościami człowieka i możemy rozpatrywać go w kontekstach: egzystencjalnym, gdy człowiek ocenia wartości swojego życia; psychologicznym, gdy poszukuje wartości sensotwórczych, a biorąc pod uwagę i sens życia, i wartość, podejmuje się oceny zarówno innych ludzi, jak i samego siebie, a w kontekście aksjologicznym analizuje wartość własnej egzystencji¹⁰.

Pośród wielu definicji pojęcia „sens życia” odnaleźć można w literaturze przedmiotu określenie go jako „potrzebę potrzeb”¹¹. Natomiast Kazimierz Popielski uważa, że pojęcie „sens życia” „nie jest zbyt szczęśliwe”¹², ponieważ niesie ze sobą zbyt wiele znaczeń konotacyjnych. John Bradshaw dodaje, że sens życia jest jedną z ważniejszych potrzeb, a kontakt z Bogiem jest niezbędny do najpełniejszego rozwoju człowieka¹³. Można powiedzieć, że „[...] jednostka dąży do zaspokojenia potrzeby dawania czegoś innym ludziom, przewyciężania własnych trosk oraz połączenia się z czymś większym od własnego «ja»”¹⁴.

⁸ K. Popielski, *Wartości i ich znaczenie w życiu ludzi*, [w:] *Człowiek – wartość – sens*, red. K. Popielski, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1987, s. 49–50.

⁹ K. Włostowska, *Poczucie sensu życia studentów IWFIS w Bielsku Białej a ich postawy zdrowotne i prosportowe*, „Roczniki Naukowe AWF” 1999, nr 38, s. 153; K. Popielski, „Sens” i „wartość” jako kategorie antropologiczno-psychologiczne, [w:] *Człowiek – pytania otwarte. Studia z logoterapii*, red. K. Popielski, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1987, s. 108.

¹⁰ W. Skubis, *Sens życia, sens dziejów. Pytania o naukową filozofię sensu*, „Studia Filozoficzne” 1981, nr 1, s. 188.

¹¹ Por.: Z. Sękowska, *Wprowadzenie do pedagogiki specjalnej*, Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej, Warszawa 1998, s. 270–271.

¹² K. Popielski, „Sens” i „wartość” jako kategorie antropologiczno-psychologiczne..., s. 129.

¹³ J. Bradshaw, *Toksyczny wstyd*, Akuracik, Warszawa 1997, s. 246.

¹⁴ V. King, *Teatr nasz wewnątrz. Wstęp do kursu psychosyntezy*, CODN, Warszawa 1998, s. 78.

Viktor E. Frankl twierdzi wręcz, że „[...] w życiu jednostki najważniejsze jest dążenie do sensu uchwytne tylko w związku z wiarą, religią, Bogiem”¹⁵.

Omawiając sens życia, warto odwołać się do ujęcia socjologicznego. Uczni zwrócili uwagę na to, że nasze doświadczenia w rzeczywistości społecznej można podzielić na pozytywne i negatywne. W literaturze socjologicznej podkreśla się, że sens – zarówno indywidualny, jak i zbiorowy – osiąga się w toku historii, a pytania o sens życia to pytania o jutro, o przyszłość kultury i tradycji naszych przodków¹⁶.

A zatem sens życia okazuje się trudny do zdefiniowania. Zagadnienie to pojawia się stosunkowo często w naukach społecznych i filozoficznych, przynosząc zróżnicowane propozycje teoretyczne stosowane do charakteru danej dyscypliny naukowej. W psychologii egzystencjalnej (w szczególności w nooteorii) rozumienie sensu życia wiąże się z przeświadczeniem, że wszystko, co istnieje, ma swój sens, choć nie zawsze potrafimy go ukazać, a nawet do końca zrozumieć. Z perspektywy oceny przeżyć, wyborów, decyzji i działań sens egzystencjalny łączy się z przekonaniem o sensowności i celowości własnego, jednostkowego życia.

W psychologicznym ujęciu „sens” związany jest z „życiem”¹⁷. Jest pojęciem wskazującym na osobiste i pierwotne, a zarazem powszechne doświadczenie potrzeby człowieka i ludzkości. W naukach psychologicznych i pedagogicznych spotykamy się raczej z zagadnieniami związanymi z badaniem „poczucia” sensu życia. Definiowane jest ono jako pewne ogólne przeświadczenie jednostki, podtrzymujące jej motywację i siłę życiową, i wiąże się z takimi treściami życia, jak: refleksja, nadzieja, zaufanie, perspektywa życiowa, miłość, dobro, życzliwość, wolność, absolut, zaangażowanie, sens itp.¹⁸.

Poczucie sensu życia pojawia się wtedy, gdy pomyślnie zakończone zostaną działania zmierzające do realizacji nadrzędnych wartości. W literaturze przedmiotu poczucie sensu życia określane jest jako „[...] sytuacyjne (okazjonalne), pojawiające się (zwykle przy realizacji jakiś ważnych z punktu widzenia całości zadań) przeświadczenie o ukierunkowaniu i znaczeniu działalności życiowej człowieka, czemu towarzyszy pozytywny stan emocjonalny”¹⁹.

¹⁵ V.E. Frankl, *Psychoterapia dla każdego*, Pax, Warszawa 1978, s. 18.

¹⁶ Por.: J. Mariański, *Między nadzieją i zwątpieniem. Sens życia w świadomości młodzieży szkolnej*, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1998, s. 18.

¹⁷ K. Popielski, *Psychologiczno-egzystencjalna interpretacja problematyki sensu i sensowności*, [w:] *Człowiek – wartość – sens*, red. K. Popielski, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1996, s. 50.

¹⁸ K. Popielski, *Neotyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza poczucia sensu życia*, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1984, s. 170; por.: K. Popielski, *Psychologiczno-egzystencjalna...*, op.cit., s. 50.

¹⁹ M. Lech, *Mechanizmy kształtowania się poczucia bezsensu życia*, „Acta Universitatis Wratislaviensis” 1982 „Prace Psychologiczne” 16, s. 18–19.

Lech Ostasz uważa, że sens można rozumieć jako zrównoważone, harmonijne układy odniesienia „czegoś do czegoś”²⁰, a nawet istnieją dziedziny sensu życia, od których zależne jest poczucie sensu. Autor wyróżnił sens przedmiotowo-przedmiotowy, podmiotowo-podmiotowy oraz podmiotowo-przedmiotowy. Sens przedmiotowo-przedmiotowy to relacje między przedmiotami znajdującymi się poza jednostką. Sens podmiotowo-podmiotowy to relacja jednostki, zwłaszcza pomiędzy popędem a intelektem. Z sensem podmiotowo-przedmiotowym mamy do czynienia, kiedy zachodzi relacja pomiędzy jednostką a podmiotem lub pomiędzy jednostką a czymś poza nią²¹.

Natomiast Kazimierz Popielski uważa, że „sens” i „sensowność” nie są tylko subiektywno-podmiotowymi kategoriami wyrażającymi stosunek do świata zdarzeń i przedmiotów. Według autora sens zdaje się wbudowany lub zakodowany w życie, w ludzki świat potrzeb, obserwacji, percepcji, dążeń, odniesień i aktywności. Dla świadomości podmiotowej zarówno sens uniwersalny, jak i cząstkowy, tj. podmiotowy, są równie ważne i jako takie są względem siebie komplementarne. W egzystencjalnym ujęciu kategorie sensu obiektywnego i podmiotowego rozumiane są jako wyrażenia oddające rzeczywistość konieczną do prawidłowego funkcjonowania i rozwoju psychiki ludzkiej. Stanowią rodzaj fundamentu i zasadniczego punktu odniesienia do odczytywania sensowności i jednostkowo doświadczanego sensu. Sens życia w egzystencjalnym odczytaniu funkcjonuje jako kategoria antropologiczno-psychologiczna o charakterze finalnym i celowościowym – stanowi empirycznie stwierdzalny efekt w postaci swoistego stanu uczuciowego zaangażowania podmiotowej rzeczywistości i jest poznawczo identyfikowany jako doświadczenie tego, co możemy nazwać poczuciem sensu życia konkretnej jednostki²². Sens życia jako doznanie antropologiczno-psychologiczne oznacza szereg celów, wartości, dążeń i odniesień w procesie poznawczym i w przeżyciu emocjonalno-uczuciowym. Wiąże się w całość ważną dla życia, której skutkiem podmiotowo-doświadczanym staje się jej poczucie sensu życia. Sens życia nie jest efektem wyłącznie jakiegoś rodzaju biopsychicznych aktywności ani społeczną korzyścią. Jest on potrzebą i realnością doświadczenia życia osobowego, a także rodzajem skutków towarzyszących człowiekowi, jego spełniania się, dążenia i zaangażowania się w świat wartości i znaczeń oraz jego głębszych przeżyć i doznań osobistych.

Człowiek dojrzały jest otwarty na świętość i absolut, poszukuje więc sensu życia przez wartości noszące znamiona świętości. Elementami decydującymi o tym, jakie miejsce zajmuje dana cecha w hierarchii wartości, są trwałość

²⁰ L. Ostasz, *Analiza przeżycia sensu życia i niektóre jej konsekwencje dla wychowania*, „Teraźniejszość – Człowiek – Edukacja” 2002, nr 3, s. 111.

²¹ Ibidem, s. 114.

²² K. Popielski, *Psychologiczno-egzystencjalna...*, op.cit., s. 52–53.

(chwilowość; czasowość; wieczność), głębia radości, jaką daje wartość (przyjemnościowe; zadowolenie; szczęście), oraz zdolność do nadawania sensu innym wartościom²³. W myśl tej zasady wartością wyższą będzie ta, która jest bardziej trwała, a jej osiągnięciu towarzyszy poczucie szczęścia i nadawanie głębokiego sensu innym wartościom.

Clyde Kluckholm utrzymuje, że zarówno introspekcja, jak i obserwacja prowadzą do wniosku, że istnieją trzy podstawowe rodzaje doświadczeń: egzystencjalne – odnoszą się do tego, co istnieje lub tego, w co wierzymy, że istnieje; doznawanie pragnień (*desire*) – to znaczy tego, czego ludzie rzeczywiście chcą; oraz tego, czego ludzie powinni pragnąć lub chcieć (*the desirable – ought to want*)²⁴.

Zatem sens życia przez wartości wiąże ludzką egzystencję z życiem, aktywizuje przebieg relacji międzyludzkich i jest przedmiotem odniesienia dla człowieka w wieku dojrzałym. Wartości przyciągają i otwierają na rzeczywistość, zobowiązują go i ukierunkowują. Umożliwiają osobie wiekowo dojrzałej proces autotranscendencji, transformacji, ukierunkowywania i podejmowania decyzji.

Omawiając różne płaszczyzny sensu, Władysław Stróżowski pisze: „[...] może on być traktowany jako synonim znaczenia bądź jako przyczyna celowa czegoś”²⁵. W tym ostatnim znaczeniu sens występuje na przykład w pytaniach o sens życia, sens istnienia. Ponieważ zaś cel utożsamiany bywa z dobrem lub szerzej – z wartością, to rozumienie sensu ma nacechowanie także aksjologiczne. Czynnikiem sensotwórczym są wartości, sens zaś jest konstytuowany na ich podstawie. Z kolei Paul Ricoeur²⁶ przyjmuje, że wszelkie rozumienie wychodzi od struktury antycypacyjnej i że pierwszą jego funkcją jest zorientowanie nas w sytuacji. Rozumienie wstępne opiera się na intuicji – nie podlega regułom. Jest jednak korygowane w toku interpretacji przez włączenie się procedur wyjaśniających. Przejście od refleksji do egzystencji okazuje się możliwe tylko na drodze interpretacji sensu wytwarzanych przez człowieka znaków. Podmiot musi wiedzieć, że proces, w toku którego dociera on do zrozumienia sensu swej egzystencji, nie przynależy do niego samego, lecz do znaczenia, które jest przezeń formułowane. Teresa Borowska twierdzi, że „[...] człowiek nie tylko nadaje sens, ale i dąży do niego, poszukuje go”²⁷.

²³ P. Brzozowski, *Wzorcowo hierarchia wartości*, Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2007, s. 34.

²⁴ C. Kluckohn, *Values and values orientations in the theory of action: An exploration in definition and classification*, [w:] *Toward a general theory of action*, eds. E. Shils, T. Parsons, Harvard University Press, Cambridge 1951.

²⁵ W. Stróżowski, *Istnienie i sens*, Wydawnictwo Znak, Kraków 1994, s. 424–425.

²⁶ P. Ricoeur, *Język, tekst, interpretacja*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1989, s. 125–127.

²⁷ T. Borowska, *Pedagogika ograniczeń ludzkiej egzystencji*, Wydawnictwo IBC, Warszawa 2000, s. 52.

Poszukiwanie sensu widać wyraźnie w koncepcji Viktora Emila Frankla²⁸, dla którego autotranscendencja w egzystencji ludzkiej przejawia się w nastawieniu człowieka na sens i wartości realizowane przez działanie, przeżywanie świata oraz przez cierpienie. Człowiek cierpiący może przekraczać własne uwarunkowanie, przekształcać i udoskonalać siebie oraz realizować sens swej egzystencji, nie tylko przez dzielność w cierpieniu (człowiek dąży i poszukuje sensu), ale także własny sukces może wykorzystać do niesienia pomocy innym ludziom cierpiącym i do złagodzenia ich cierpienia. Poszukiwanie i odkrywanie sensu w sytuacji własnego sukcesu i szczęścia istnieje w gotowości do pomocy innym²⁹.

Sens odkrywa więc człowiek zawsze w relacji do wartości, zaś utrata poczucia sensu łączy się najczęściej z brakiem wartości znaczących dla egzystencji – z brakiem ich hierarchizacji, z różnym wyborem wartości w potrzebie, a nie egzystencji³⁰. Sens życia w kategorii potrzeb rozpatruje także Józef Koziellecki, podkreślając, iż „[...] potrzebą tą rządzi motywacja wzrostu i heterostat”³¹, cechując się dużym dynamizmem. Bardziej widoczne są w motywacji elementy energetyczne, emocjonalne i wolicjonalne. Człowiek dojrzały poszukuje sensu istnienia, który stanowi ciągły proces, niemający kresu. Obok religii, której podstawową funkcją jest nadawanie ludziom sensu życia, istnieje możliwość odkrywania go w świecie realnym: w pracy opiekuńczej czy politycznej. Zbigniew Zaborowski wyodrębnia trzy zasadnicze okresy, w których poczucie sensu życia ulega istotnym zmianom i przekształceniom: okres dojrzewania i młodość, okres urealniania sensu życia, oraz okres bilansu życiowego³². Kazimierz Popielski – przedstawiciel psychologii egzystencjalnej – przedstawia inne stanowisko, najbliższe rozumieniu wartości i sensu życia osób z niepełnosprawnością narządu ruchu. Osoby, zwłaszcza wiekowo dojrzałe, potrzebują nowych wartości lub nowego spojrzenia na wartości i odkrycia nowego sensu życia. Pytania o sens życia stawia człowiek jako człowiek, a nie jako badacz antropolog. W tej kwestii nauka spełnia rolę instrumentu okazjonalnego i pomocniczego narzędzia. Obok egzystencjalnych doświadczeń i intelektualno-emocjonalnych niepokojów nauka może się stać dla człowieka doskonałą okazją do jego formowania. Sens życia tkwi w samym życiu, wyjaśnia, że w pierwszym przypadku człowiek rozumie życie jako rzeczywistość daną, a w drugim jako zadaną. Ta zadaniowa natura wyraża specyfikę ludzkiej egzystencji. Ujawnia twórczą i rozwojową orientację człowieka. Orientację tę wyraża to, co jednostkę tworzy, rozwija i pozwala osiągać satysfakcjonującą

²⁸ V.E. Frankl, *Homo-patiens*, Pax, Warszawa 1984, s. 64.

²⁹ T. Borowska, *Pedagogika ograniczeń...*, op.cit., s. 52.

³⁰ K. Popielski, *Noetyczny wymiar osobowości...*, s. 108, 136.

³¹ J. Koziellecki, *Człowiek wielowymiarowy*, Wydawnictwo Żak, Warszawa 1996, s. 92.

³² Z. Zaborowski, *Problemy psychologii życia*, Wydawnictwo Żak, Warszawa 2001, s. 125.

pełnię. Jest w tym ujęciu miejsce wyróżnione dla aktywności podmiotowej, zarówno w doświadczeniu jednostkowym – osobowym, jak i w rozwijaniu relacji interpersonalnych i środowiskowych. Poczucia sensu życia doświadcza człowiek jako podmiot realistyczny. Wszelkie inne realności to mechanizmy temu służące i wartości sensotwórcze. Doświadczenie wartości przez człowieka otwiera go, pociąga i ukierunkowuje. Wartości pozwalają człowiekowi na poznanie własnej głębi i wzniosłości. Poczucie sensu życia jest rzeczywistością podmiotowo spotencjalizowaną i obiektywną – stąd przez osoby dojrzałe w procesie ich jednostkowego i społecznego życia jest indywidualnie odkrywany i aktualizowany. Jest to proces dynamiczny, ciągły i otwarty. Ma charakter obiektywny, ale realizuje się indywidualnie, podmiotowo. W tym znaczeniu można powiedzieć, że sens życia jest rzeczywistością podmiotowo doświadczaną. Nie jest przeto czymś w rodzaju subiektywistycznego przeżycia czy jakiegoś tylko zintelektualizowanego mniemania. Występuje bowiem jako realny i aktywny czynnik treści świadomości i motywacji. Aktywność podmiotu zorientowana na realizowanie potrzeby sensu życia organizuje ludzką motywację³³. Tym samym wskazuje na najgłębsze wyjściowe, filogenetyczne ukierunkowanie podstaw gatunkowego sposobu rozwoju człowieka oraz określa ontogenetyczne kierunki właściwego realizowania jednostkowych potrzeb egzystencji. Ważną rolę w doświadczaniu podmiotowym sensu życia spełnia rozbudowana sprawność percepcyjna związana z postrzeganiem obszarów najbliższego usensownienia, z tym że podmiot sam określa warunki odnoszące się „ku...”, jeżeli ma i chce pozostać wolny i decydujący. To ważny moment w procesie warunkującym podstawy zaistnienia poczucia sensu życia. Bowiem to, co człowiek czyni przedmiotem swojego odniesienia, to go indywidualnie tworzy. Absurd nie jest w stanie tworzyć sensu³⁴. Odnajdywanie sensu życia jest rodzajem „procesu percepcji”³⁵. Popielski tłumaczy, iż rodzi się problem, w jaki sposób wiążą się kategorie sensu z rzeczywistością egzystencji. Autor szuka zadowalających odpowiedzi na pytania: jakie miejsce zajmują i jaką funkcję pełnią sens i wartości w procesie rozwoju człowieka, w jego poznawaniu i diagnozowaniu? W działaniu prewencyjnym i w psychoterapii? W propozycji formowania podstaw rozwoju psychicznego, dojrzewania i zdrowia? Jest to przedmiot intensywnych badań empirycznych. W kwestii sensu łatwiej bowiem formułować zdania, czym sens nie jest, niż czym on jest. Można wskazać na skutki kliniczne, które ujawniają jego brak. Trzeba jeszcze dodać, że sens nie bywa dziedziczny ani przekazywalny, ani też wyuczany. Nie sposób go zaprojektować czy przepisać na receptę. To nie forma logiki ani logistyki. Nie

³³ K. Popielski, *Antropologiczno-egzystencjalne potrzeby człowieka*, [w:] *Człowiek – wartość – sens*, red. K. Popielski, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1996, s. 59–60.

³⁴ *Ibidem*, s. 60.

³⁵ V.E. Frankl, *Homo-patiens...*, *op.cit.*, s. 29.

jest do podarowania ani do kupienia. Poczucie sensu staje się najgłębszym i szczytowym ludzkim doświadczeniem, rzeczywistością samoistną, rzeczywistością i wartością samą w sobie³⁶.

Wartości i poczucie sensu życia w życiu codziennym każdego człowieka bez wyjątku odgrywają ogromną rolę. Często bywa tak, że nie jesteśmy świadomi tego, jakie wartości nadają sens naszemu istnieniu. Nie potrafimy określić, co jest dla nas wartością ani tego, co jest sensem naszego życia. Tymczasem wartości są rdzeniem naszej egzystencji, źródłem rozumnie uzasadnionego sensu życia. Trzeba zauważyć, że istnieje różnica pomiędzy poczuciem sensu życia a naszym systemem wartości. Uwidacznia się to w naszych doświadczeniach życiowych. Tracąc dotychczasowe wartości życiowe, gubimy poczucie sensu życia, a tracąc poczucie sensu życia, zmieniamy hierarchię wartości lub modyfikujemy ją w taki sposób, aby odnaleźć nowy sens życia.

Przyjęcie i zaakceptowanie poczucia sensu ludzkiego życia i poczucia sensu własnego życia nie jest łatwe, szczególnie dla ludzi dojrzałych. Sens nie jest dany, ale trzeba go poszukać. Poszukiwanie to, okupione wielkim trudem, zawsze wiąże się z wysiłkiem, pokonywaniem własnych ograniczeń, stanami niepewności i zwątpienia. Nic dziwnego, że człowiek przeżywa kryzys sensu życia, doświadczając poczucia jego bezsensu. Utrata sensu życia to poważne zagrożenie dla życia i zdrowia psychicznego człowieka.

Już od dawna w teorii i praktyce nauk pedagogicznych porusza się problem analizy sensu życia. Trudno bowiem sobie wyobrazić jakąkolwiek naukę społeczną, która nie zajmowałaby się zagadnieniem sensu życia. System wartości wzrusza i porusza, wzbudza zainteresowanie czymś cennym, ku czemu podąża. Kategorie te są znaczące dla ludzkiej egzystencji. Nacelowane dodatnio lub ujemnie wymuszają na obserwatorze zajęcie stanowiska (wyklucza obojętność).

Oblicza dojrzałości wiekowej są tak różne, jak różne są osoby, które jej doświadczają. Tym niemniej istnieje wiele wspólnych problemów łączących tę grupę ludzi. Należy do nich zmaganie się z codziennymi trudnościami wynikającymi z ograniczeń własnego ciała. Szczególnym rodzajem deprywacji, braku możliwości realizowania potrzeb wpływających na jakość życia człowieka dojrzałego jest „[...] zanik wartości i związana z tym utrata poczucia sensu tego, co się robi, a nawet sensu własnego życia”³⁷.

Pojęcie „sens życia” może też być rozpatrywane pod kątem własnej oceny – pozytywnej lub negatywnej i może ewaluować w zależności od sytuacji i kontekstu, lub może być w miarę stała i dokładniej dookreślona. Może też wpływać na stosunek do samego siebie oraz na relacje jednostki z otoczeniem.

³⁶ K. Popielski, *Antropologiczno-egzystencjalne...*, op.cit., s. 60.

³⁷ T. Tomaszewski, *Psychologia*, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1975, s. 33.

Poczucie własnej wartości wypływa ze znajomości samego siebie i akceptacji takim, jakim się jest³⁸.

Dla poczucia sensu życia ważne jest również to, w jaki sposób człowiek reaguje na swoją starość lub niesprawność. W dużej mierze zależy to od trzech czynników. Pierwszym z nich są indywidualne cechy osoby dojrzałej ukształtowane podczas socjalizacji i zdobytych doświadczeń. Zofia Sękowska twierdzi: „[...] kto ma szerokie zainteresowania, bogactwo przeżyć, wiele pociągających celów, ten na ogół łatwiej rezygnuje z przyzwyczajzeń, a ograniczenie sprawności może kompensować np. studiami, pracą twórczą czy społeczną”³⁹. Drugim czynnikiem będzie stan zdrowia zarówno obiektywny, mierzalny, jak i subiektywny, będący indywidualnym odczuciem pacjenta. Nie bez znaczenia będą także prognozy, poziom antycypowanego zdrowia i sprawności. Ostatnim istotnym czynnikiem jest sytuacja życiowa osoby doświadczającej niepełnosprawności⁴⁰. Jej jakość – na którą składa się sytuacja materialna, miejsce zamieszkania, wykształcenie, poziom świadomości społeczności lokalnej oraz infrastruktura – może wpływać mniej lub bardziej korzystnie na sposób reagowania jednostki na starość i niepełnosprawność.

Prowadząc rozważania o sensie życia osób dojrzałych, nie sposób nie wspomnieć o optymizmie często definiowanym jako „[...] tendencja człowieka, który przewiduje wszystko w kategoriach zgodnych z własnymi oczekiwaniami i życzeniami”⁴¹ albo „[...] pogląd na świat lub postawa życiowa przejawiająca się w skłonnościach do dostrzegania w każdej sprawie lub zjawisku ich stron pozytywnych”⁴². Człowiek patrzący optymistycznie posiada zdolności: pozytywne-go myślenia, formułowania realistycznych oczekiwań, zaufania i nadziei.

Pesymizm, antonim optymizmu, charakteryzuje się negatywnym przeżywaniem rzeczywistości i wynika z zaburzeń funkcji emocjonalnych człowieka. Może doprowadzić do osłabienia aktywności życiowej, zaburzeń wegetatywnych oraz do depresji. Można powiedzieć, że zarówno optymizm, jak i pesymizm to dwie antagonistyczne „postawy wobec trudności i przyszłości”⁴³, to także dwa różne sposoby odnoszenia się do siebie samego i do innych istot ludzkich.

³⁸ M. Czerwińska, H. Ochonczenko, *Przyczynki do rozważań nad tożsamością i poczuciem wartości studentów niepełnosprawnych*, [w:] *Osoba niepełnosprawna w społeczności akademickiej*, red. H. Ochonczenko, G. Miłkowska, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2005, s. 90.

³⁹ Z. Sękowska, *Wprowadzenie do pedagogiki specjalnej...*, s. 271.

⁴⁰ Ibidem.

⁴¹ E. Muszyńska, *Ogólne problemy wychowania w rodzinie dzieci niepełnosprawnych*, [w:] *Dziecko niepełnosprawne w rodzinie*, red. I. Obuchowska, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1999, s. 126–127.

⁴² W. Krajewski, *Słownik pojęć filozoficznych*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 1996, s. 142.

⁴³ F. Albertoni, *Optymizm*, Książka i Wiedza, Warszawa 1997, s. 13.

Bożena Olszak-Krzyżanowska na podstawie badań nad studentami niepełnosprawnymi stwierdziła, że można odnotować istotny związek pomiędzy poczuciem sensu życia a preferowanymi wartościami. Autorka ustaliła również, że poczucie sensu życia związane jest z realizowanymi wartościami. Można wręcz powiedzieć, że zbudowane bywa na ich bazie⁴⁴. Stan zdrowia i kondycja psychofizyczna to czynniki mające duży wpływ na poziom odczuwanego sensu życia, który jest czymś więcej niż tylko samo istnienie człowieka czy też dobre bądź złe samopoczucie. Stanowi punkt odniesienia do określonych sytuacji, zdarzeń i wyznaczają go wartości nadające znaczenie ludzkiej egzystencji. Z pedagogicznego punktu widzenia utrata wraz z wiekiem sprawności ma stanowić próbę przeciwstawienia się trudnościom przez zmianę hierarchii wartości i sensu życia. Osoby dojrzałe, określające swoją niesprawność jako przeszkodę, mają świadomość pewnych ograniczeń i utrudnień, jakie ona ze sobą niesie. Natomiast niesprawność osoby dojrzałej pozwala na zrozumienie, co w życiu jest naprawdę ważne, uczy wrażliwości na cierpienie. Zmaganie się z trudnościami i bólem doskonali umysł, wolę, uwrażliwia na drugiego człowieka. Takie odbieranie własnej sytuacji pozwala na godne jej przyjęcie, może stać się motorem do procesu samodoskonalenia. Wiek dojrzały w ocenie osób młodych i pełnosprawnych jest zjawiskiem bardziej dramatycznym i zgubnym dla człowieka, niż wynika to z oceny osób starszych. Dla większości osób dojrzałość wiekowa człowieka byłaby przeszkodą lub stratą, tylko nieliczni uważają starość za wartość, korzyść lub fakt obojętny dla życia. Panują stereotypy sugerujące, że życie osoby starszej musi być smutne i nieudane, pozbawione sensu życia.

Odwołując się do myśli Michela Foucaulta, zauważa się, że podejmowanie wysiłku rekonstrukcji siebie, własnej tożsamości, swojego „ja”, swoich stylów, hierarchii wartości to „[...] zadanie poszukiwania nowych form i sposobów egzystencji, nowych sposobów myślenia, postępowania i nowego poczucia sensu życia”⁴⁵. Rozmyślenia na temat sensu życia leżą w naturze każdej intelektualnie sprawnej jednostki, która osiągnęła już pewną dojrzałość życiową.

Bibliografia

Albertoni F., *Optymizm*, Książka i Wiedza, Warszawa 1997.

Borowska T., *Pedagogika ograniczeń ludzkiej egzystencji*, Wydawnictwo IBC, Warszawa 2000.

Bradshaw J., *Toksyczny wstyd*, Akuracik, Warszawa 1997.

⁴⁴ B. Olszak-Krzyżanowska, *Świat wartości i sens życia niepełnosprawnych studentów zielonogórskich*, [w:], *Osoba niepełnosprawna w społeczności akademickiej*, red. H. Ochonczenko, G. Miłkowska, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2005, s. 53.

⁴⁵ M. Foucault, *Użytek z przyjemności*, [w:] *Historia seksualności*, red. M. Foucault, Słowo/Obraz/Terytoria, Gdańsk 2010, s. 127.

- Brzozowski P., *Wzorcowa hierarchia wartości*, Uniwersytet Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2007.
- Czerwińska M., Ochonczenko H., *Przyczynek do rozważań nad tożsamością i poczuciem wartości studentów niepełnosprawnych*, [w:] *Osoba niepełnosprawna w społeczności akademickiej*, red. H. Ochonczenko, G. Miłkowska, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2005.
- Foucault M., *Użytek z przyjemności*, [w:] *Historia seksualności*, red. M. Foucault, Słowo/Obraz/Terytoria, Gdańsk 2010.
- Frankl V.E., *Homo-patiens*, Pax, Warszawa 1984.
- Frankl V.E., *Psychoterapia dla każdego*, Pax, Warszawa 1978.
- Gogacz M., *Sens życia i wspólnota*, „Studia Filozoficzne” 1981, nr 4.
- King V., *Teatr nasz wewnętrzny. Wstęp do kursu psychosyntezy*, Wydawnictwo CODN, Warszawa 1998.
- Kluckohn C., *Values and values orientations in the theory of action: An exploration in definition and classification*, [w:] E. Shils, T. Parsons (eds.), *Toward a general theory of action*, Harvard University Press, Cambridge 1951.
- Kozielecki J., *Człowiek wielowymiarowy*, Wydawnictwo Żak, Warszawa 1996.
- Krajewski W., *Słownik pojęć filozoficznych*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 1996.
- Lech M., *Mechanizmy kształtowania się poczucia bezsensu życia*, „Acta Universitatis Wratislaviensis” 1982, „Prace Psychologiczne” 16.
- Mariański J., *Między nadzieją i wątpliwością. Sens życia w świadomości młodzieży szkolnej*, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1998.
- Muszyńska E., *Ogólne problemy wychowania w rodzinie dzieci niepełnosprawnych*, [w:] *Dziecko niepełnosprawne w rodzinie*, red. I. Obuchowska, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1999.
- Olszak-Krzyżanowska B., *Świat wartości i sens życia niepełnosprawnych studentów zielonogórskich*, [w:] *Osoba niepełnosprawna w społeczności akademickiej*, red. H. Ochonczenko, G. Miłkowska, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2005.
- Ostasz L., *Analiza przeżycia sensu życia i niektórych konsekwencji dla wychowania*, „Terazniejszość – Człowiek – Edukacja” 2002, nr 3.
- Podsiad A., *Słownik terminów i pojęć filozoficznych*, Pax, Warszawa 2000.
- Popielski K., „Sens” i „wartość” jako kategorie antropologiczno-psychologiczne, [w:] *Człowiek – pytania otwarte. Studia z logoterapii*, red. K. Popielski, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1987.
- Popielski K., *Antropologiczno-egzystencjalne potrzeby człowieka*, [w:] *Człowiek – wartość – sens*, red. K. Popielski, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1996.
- Popielski K., *Neotyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza poczucia sensu życia*, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1984.
- Popielski K., *Psychologiczno-egzystencjalna interpretacja problematyki sensu i sensowności*, [w:] *Człowiek – wartość – sens*, red. K. Popielski, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1996.
- Popielski K., *Wartości i ich znaczenie w życiu ludzi*, [w:] *Człowiek – wartość – sens*, red. K. Popielski, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1987.
- Ricoeur P., *Język, tekst, interpretacja*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1989.
- Sękowska Z., *Wprowadzenie do pedagogiki specjalnej*, Wyższa Szkoła Pedagogiki Specjalnej, Warszawa 1998.
- Skubis W., *Sens życia, sens dziejów. Pytania o naukową filozofię sensu*, „Studia Filozoficzne” 1981, nr 1.
- Sobol E., *Słownik wyrazów obcych*, red. E. Sobol, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1999.

Stanisławski J., Szrcha M., *Podręczny słownik angielsko-polski*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1994.

Stróżowski W., *Istnienie i sens*, Wydawnictwo Znak, Kraków 1994.

Tomaszewski T., *Psychologia*, Państwowe Wydawnictwo Naukowe, Warszawa 1975.

Włostowska K., *Poczucie sensu życia studentów IWFIS w Bielsku-Białej a ich postawy prozdrowotne i prosportowe*, „Roczniki Naukowe AWF” 1999, nr 38.

Zaborowski Z., *Problemy psychologii życia*, Wydawnictwo Żak, Warszawa 2001.

Nawyki skutecznego działania w samowychowaniu do dojrzałej dorosłości

Fenomen życia człowieka polega na tym „[...] że on się rozwija, że się staje, że jest nieustannie w drodze, że można go pojmować jedynie dynamicznie”¹. Oznacza to, że życie człowieka podlega ciągłym zmianom, przechodzi stadia wzrostu i rozwoju. Każdy kolejny etap zmian prowadzi do osiągnięcia dojrzałej dorosłości.

Można wyróżnić dwa najważniejsze sposoby rozumienia i definiowania dojrzałości przez psychologię: jako pewien stopień zaawansowania procesu rozwoju człowieka, oraz jako specyficzną formę organizacji i struktury osobowości, którą można uważać za zdrową lub optymalną.

Aby pojąć, czym jest dojrzałość, trzeba zrozumieć istotę procesu rozwoju człowieka. Podstawą tego procesu jest pewna fazowa sekwencja przemian zachodzących w funkcjonowaniu człowieka, związanych z upływem czasu i biegiem jego życia².

Zadania rozwojowe w okresie dorosłości

W literaturze przedmiotu dorosłość określana jest jako faza życia, w którą wkracza człowiek po gwałtownych zmianach rozwojowych prowadzących do dojrzałości biologicznej i społecznej, wyrażająca się w zdolności do prokreacji, oraz odpowiedzialnego podejmowania ról społecznych związanych z zakładaniem własnej rodziny, rodzeniem i wychowaniem dzieci, podejmowaniem i rozwijaniem aktywności zawodowej, a przede wszystkim w autonomicznym kierowaniu własnym życiem. Rozważane są trzy rodzaje kryteriów, według których najczęściej „porządkuje” się okres dorosłości. Są to: zadania rozwojowe, zmiany w strukturze życia związane z wydarzeniami typowymi dla dorosłości, oraz kryzysy życiowe, wobec których staje jednostka w różnych okre-

* Nauczyciel dyplomowany, dyrektor przedszkola, nauczyciel terapii pedagogicznej, koordynator wczesnego wspomaganie rozwoju dziecka. Laureat nagrody prestiżowej M. Weryho-Radziwiłowicz.

¹ M. Grzywak-Kaczyńska, *Trud rozwoju*, Pax, Warszawa 1988, s. 15.

² [www.psychologia.edu.pl/dziupla-jurka/teksty/1360-dojrzalosc.html], dostęp: 10.12.2014.

sach i okolicznościach. Ponieważ wymienione sposoby kategoryzacji osiągnięć rozwojowych są ściśle związane z warunkami społeczno-kulturowymi, w jakich żyje jednostka, trudno zakreślić uniwersalne granice dorosłości³.

Według Eryka Eriksona okres dorosłości obejmuje:

- wczesny okres dorosłości między 21. a 34. rokiem życia – dylemat rozwojowy: intymność a izolacja;
- dorosłość średniego wieku (średnia dorosłość) między 35. a 65. rokiem życia – dylemat rozwojowy: kreatywność (polega na gotowości do przekazywania ról społecznych następnemu pokoleniu) a stagnacja;
- dojrzałość starszego wieku po 65. roku życia – dylemat rozwojowy: integracja *ego* a rozpacz (pogodzenie się ze śmiercią).

Stymulatorami rozwoju człowieka w okresie dorosłości są zadania rozwojowe (wydarzenia, sytuacje) postawione przed nim w danym okresie życia i pozytywnie przez niego rozwiązane; przyczyniają się do poczucia szczęścia (spełnienia, zadowolenia) oraz pozytywnie rokują na przyszłość.

Zadania rozwojowe w życiu człowieka możemy podzielić na trzy obszary:

1. Wczesnej dorosłości (według Eriksona między 18. a 34. rokiem życia) – zakończenie nauki szkolnej i przygotowanie się do zawodu, podjęcie pracy zawodowej, rozwój zdolności do intymnych stosunków emocjonalnych i miłości (u Eriksona to dylemat rozwojowy), znalezienie stałego partnera i założenie rodziny; wychowywanie dzieci; podjęcie obowiązków społecznych i obywatelskich, wypracowanie własnej filozofii życia; sformułowanie wizji dalszej przyszłości, nawiązanie stosunków z mentorem, tj. osobą ułatwiającą start życiowy z pozycji przyjaznego eksperta i protektora.

2. Średniej dorosłości (za Eriksonem to 38.–65. rok życia) – podjęcie większej niż dotąd odpowiedzialności społecznej, rozwiązanie dylematu „praca dla przyszłych pokoleń” czy stagnacja (dylemat rozwojowy), nadanie swojemu życiu większej pełni i pomoc w tym współmałżonkowi, osiągnięcie zamierzonego standardu życia, wspomaganie rozwoju i startu życiowego dorastających dzieci, opieka nad starzejącymi się rodzicami; pogodzenie się z oznakami nadchodzącej starości.

3. Późnej dorosłości i starości (według Eriksona po 65. roku życia) – podjęcie nowych ról i zajęć związanych z przejściem na emeryturę, włączenie się do grup rówieśniczych, utrzymanie zainteresowania światem, przystosowanie się do rosnących ograniczeń fizycznych, pogodzenie się ze stratą osób bliskich, wypracowanie dojrzałej postawy wobec śmierci (dylemat rozwojowy)⁴.

Na każdym etapie rozwoju dorosłości człowiek zadaje sobie pytania: „kim jestem?”, „kim chcę zostać?”, „co chciałbym dalej robić?”. Są to zwrotne mo-

³ B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007, s. 203.

⁴ [kpswum6.w.interia.pl/Andragogika%20wyklady1.doc], dostęp: 19.11.2014.

menty życiowe, w których jednostka dokonuje wyborów, podejmuje ważne decyzje życiowe. Wtedy również przychodzi czas poszukiwania wiedzy o sobie, określania swojego „ja”, swojego miejsca w życiu, a w istocie jest to czas podjęcia samodzielnego wysiłku samowychowawczego, świadomego działania, pracy nad sobą.

Pojęcie terminu „samowychowanie”

Samowychowanie to termin wieloznaczny. Najczęściej utożsamiony jest z własną aktywnością człowieka, pracą nad sobą, doskonaleniem swojego charakteru.

O samowychowaniu można mówić wówczas, kiedy aktywność własna jest skierowana na podmiot. Polega ono na czynnym ustosunkowaniu się człowieka do procesu własnego rozwoju i świadomej interwencji w ten proces⁵.

W samowychowaniu istnieją dwa bieguny odniesienia, z tą różnicą, że podmiot i przedmiot wychowania stanowi tu jedna i ta sama osoba. Człowiek staje się niejako wychowawcą, będąc zarazem wychowankiem. Proces samowychowania można zatem zdefiniować jako „[...] czynne ustosunkowanie się podmiotu do procesu własnego rozwoju, wyrażające się w regulowaniu swego postępowania i działania według dobrowolnie przyjętych wzorów lub systemu wartości”. Człowiek, wychowując samego siebie, staje się podmiotem wychowania, jednostką zaangażowaną w działalność wychowawczą kierowaną na nią bądź na grupę, której jest częścią. Jest to świadome i celowe kierowanie sobą. Podobnie rozumie samowychowanie W. Okoń, definiując je jako:

„[...] samorzutną pracę człowieka nad kształtowaniem własnego poglądu na świat, własnych postaw, cech charakteru, własnej osobowości – stosownie do założonych kryteriów, wzorów oraz ideałów. A zatem człowiek ma poczucie własnej autonomii, która się ujawnia w procesie samowychowania jako urzeczywistnianie siebie w świecie bytów. Na pewnym etapie rozwoju przestaje być zewnątrzsterowny i przejmuje odpowiedzialność za kształt własnego człowieczeństwa. Sam zaczyna określać cele, do których dąży we własnym rozwoju, sam dobiera metody, ustala wartości kierunkowe, stawia sobie zadania i wymagania, oraz stara się sprostać wyzwaniom, jakie przynosi mu życie. Realizując siebie przez czyn, kształtuje właściwą dla siebie hierarchię wartości, która pomaga mu osiągnąć dojrzałą osobowość. Człowiek, wychowując sam siebie, staje się podmiotem wychowania, jego zaangażowanie jest świadome i celowe”⁶.

Siedem nawyków skutecznego działania w samowychowaniu do dojrzałej dorosłości

Dążenia w samowychowaniu w dojrzałej dorosłości wymagają usilnej pracy nad sobą, wzbudzania woli do trwałych postanowień, działań i ciągłej kontro-

⁵ I. Jundziłł, *O samowychowaniu*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1975, s. 92.

⁶ [http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/ID/wychowanie_ku_wartosciom_02.html#], dostęp: 18.11.2014.

li nad nimi. Cechy te to niejako nawyki, które stanowić mogą siłę samowychowującą. W terminologii psychologii nawyk to zautomatyzowana czynność (sposób zachowania, reagowania) nabywana w wyniku ćwiczenia (głównie przez powtarzanie)⁷.

Definicja nawyku według Stephanena R. Coveya to połączenie wiedzy, umiejętności i pragnienia. Wiedza jest paradygmatem teoretycznym – co robić i dlaczego; umiejętność oznacza – jak to robić; pragnienie jest motywem – co chcę robić. Tworzenie nawyku wymaga pracy we wszystkich trzech wymiarach⁸. Wymaga powtarzania, działania, pracy nad wiedzą, umiejętnościami i pragnieniem. W okresie dojrzałej dorosłości w samowychowaniu praca powinna stać się nawykiem skutecznego działania.

Oparte na zasadach nawyki skutecznego działania przynoszą maksymalne długofalowe rezultaty. Stają się podstawą charakteru jednostki, pozwalają człowiekowi skutecznie radzić sobie z problemami, wykorzystać jak najlepiej pojawiające się w życiu możliwości oraz przyswajać kolejne zasady spirali wzrostu⁹.

Nawyk skutecznego działania osiąga się etapowo. Przebiega wraz z rozwojem, poczynając od zależności, przez niezależność, do współzależności. Zależność w samowychowaniu to wybór metod pracy nad sobą, to wiedza i wyjaśnienie sposobów kierowania własnym rozwojem. Niezależność to etap, w którym nabyte umiejętności myślenia, analizowania i wnioskowania doprowadzają do zmian, nowego poziomu myślenia, kontrolowania siebie i oceniania własnego postępowania; to etap realizacji wartościowych celów, również umacniania aktywności samowychowawczej doprowadzający do współzależności w działaniu. Etap współzależności cechuje się dojrzałymi decyzjami, dojrzałą świadomością siebie; jednostka wtedy osiąga najwyższy poziom dążenia się swoim doświadczeniem i wiedzą z innymi¹⁰.

W opinii Stephanena R. Coveya zależność na skali dojrzałości jest paradygmatem oznaczającym „ty”: ty zajmujesz się mną. Niezależność jest paradygmatem oznaczającym „ja”: ja mogę to zrobić, ja jestem odpowiedzialny, ja polegam na sobie samym, ja dokonuję wyborów. Współzależność oznacza paradygmat „my”: my możemy to zrobić, my możemy współdziałać, my możemy zespolić nasze talenty i możliwości i razem stworzyć coś większego, wspanialszego. Jednostki zależne, aby uzyskać to, czego chcą, potrzebują innych. Niezależne – mogą dostać to samo dzięki własnym wysiłkom. Osoby

⁷ [http://pl.wikipedia.org/wiki/Nawyk], dostęp: 18.11.2014.

⁸ S.R. Covey, *7 nawyków skutecznego działania*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2003, s. 44.

⁹ Ibidem, s. 49.

¹⁰ B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka...*, op.cit., s. 239.

współzależne łączą własne wysiłki z wysiłkami innych, aby to, co osiągną, stało na najwyższym poziomie¹¹.

Jest to niejako piramida samowychowania, na której szczycie znajdują się nawyki skutecznego działania, nawyki ciągłego rozwoju pozwalające kierować własnym rozwojem.

Stephan R. Covey wskazuje, jak odnaleźć drogę do osiągnięcia skutecznych zmian w dojrzałej dorosłości – są to nawyki, które pozwolą poznać siebie, wzmocnić swoje poczucie wartości, doprowadzić do samokontroli i zdolności kierowania sobą. Jednocześnie umożliwią odkrycie i uwolnienie dążeń i pragnień, rozwinięcie i uczynienie ich trwałymi, bardziej doskonałymi. Opanowanie nawyków wymaga ukierunkowania swoich wysiłków na stopniowe przyswajanie zasad każdego z nich.

Pierwszy nawyk – proaktywność, oparty jest na zasadzie „własnej wizji”. Oznacza zdolność przejmowania inicjatywy i brania odpowiedzialności za podjęte działania, kontrolowanie i ocenianie swoich wpływów i możliwości; jest to również zdolność podejmowania i dotrzymywania zobowiązań i obietnic. Podejmowanie zobowiązań w stosunku do siebie i innych oraz spójne działanie w myśl tych zobowiązań stanowią istotę proaktywności¹².

Drugi nawyk: „zaczynij z wizją końca”, oparty na zasadzie przewodnictwa, wyznacza kierunek w życiu. Są to mapy-punkty odniesienia do interpretacji tego, co się dzieje. Zawarte są w nich wzorce, zasady i kryteria, które rządzą podejmowaniem decyzji i postępowaniem¹³.

Zasada przewodnictwa pozwala obrać właściwy kierunek działania, określić swoje dążenia, pragnienia i wyzwania. Jest to proces podwójnego tworzenia, planowania i dokonywania zmian w działaniu. Kierowanie nim wymaga opanowania pierwszego nawyku – odpowiedzialności za podjęte działania i możliwości wpływu na skuteczność podjętych działań. Ważnym elementem są tutaj samoświadomość, mądrość i moc działania.

Istotą nawyku: „zaczynij z wizją końca” jest myślowy proces tworzenia, oparty na wyobraźni – zdolności do widzenia potencjału, do tworzenia obrazów, których w danym momencie nasze oczy nie widzą; i na sumieniu – zdolności docierania do naszej wyjątkowości i osobistych, moralnych i etycznych wskazówek, które pozwolą nam tę wyobraźnię uzewnętrznić w najszcześniejszy sposób. Jest to głęboki kontakt z podstawowymi paradygmatami, wartościami i wyobrażeniami o tym, kim chcemy być¹⁴.

Nawyk trzeci: „rób najpierw to, co najważniejsze”, oparty na zasadzie zarządzania sobą, wymaga kierowania się w działaniu dyscypliną i silną wolą

¹¹ Ibidem, s. 46.

¹² Ibidem, s. 90.

¹³ S.R. Covey, *7 nawyków skutecznego działania...*, op.cit., s. 108.

¹⁴ Ibidem, s. 147.

w decydowaniu o kolejności i ważności wyborów życiowych. Jest to zarządzanie czasem według schematów. Istota zarządzania czasem tkwi w technikach i narzędziach planowania oraz wyznaczaniu kolejności najistotniejszych spraw i zdarzeń. Daje możliwość spójnego, zwartego działania.

Opanowanie trzech pierwszych nawyków stawia jednostkę w pozycji niezależności. Jednostka mająca swój kierunek i cele działania wyróżnia się mądrością i silną wolą w działaniu, ma poczucie spełnienia pragnień. Jest gotowa do dzielenia się osiągnięciami i doświadczeniem życiowym z innymi. Osiąga dojrzałość samowychowawczą, czyli dalszą drogę w samowychowaniu. Jest to również droga do osiągnięcia dalszych nawyków skutecznego działania.

Czwarty nawyk: „myśl w kategoriach wygrana-wygrana”, oparty na zasadzie przewodzenia innym, wymaga dojrzałości i siły emocjonalnej w kierowaniu i wpływaniu na innych.

Nawyk ten zawiera zasady kierowania w grupie, czyli kierowania interpersonalnego. Podstawą zasady „wygrana-wygrana” jest ten zestaw wrodzonych/nabytych cech charakteru, na podstawie których buduje się dojrzałą odpowiedzialność, dojrzałą pewność reprezentowanych przez siebie wartości, umiejętność dzielenia się prestiżem i uznaniem.

W relacjach z innymi ten nawyk wymaga ćwiczenia – samoświadomości, wyobraźni, sumienia i woli. Pociąga za sobą obopólną naukę, wspólne wpływanie na siebie i obopólny zysk¹⁵. Istotą nawyku „wygrana-wygrana” jest współdziałanie oparte na umowach i wzajemnym zaufaniu. Dążeniem jest doprowadzenie do skutecznej komunikacji między ludźmi. Aby osiągnąć tę zdolność, należy wypracować umiejętność nawyku piątego.

Nawyk piąty: „staraj się najpierw zrozumieć, potem być zrozumiany”, oparty na komunikacji empatycznej. Jest to przyjmowanie punktu widzenia drugiej osoby, widzenia świata w taki sposób, w jaki widzi ona, rozumienia jej paradygmatów i rozumienia tego, co czuje¹⁶. Jest to koncentrowanie się na drugiej osobie, jej potrzebach i możliwościach. Pozwala na wpływanie, oddziaływanie i osiągnięcie dobrej komunikacji. Szczera i otwarta komunikacja jest istotą w osiągnięciu skutecznej współzależności, drogą do dalszego rozwoju opartego na zasadzie twórczej współpracy, nawyku szóstego – „synergii”.

Właściwie rozumiana synergia jest najwyższą formą życiowej aktywności – testem i prawdziwą manifestacją wszystkich nawyków jednocześnie. Synergia jest istotą kierowania, a jego centrum stanowią zasady. Katalizuje, uwalnia i jednoczy największe ludzkie siły. Najwyższe formy synergii polegają na zachowaniu postawy „wygrana-wygrana” i umiejętności komunikacji empatycz-

¹⁵ Ibidem, s. 223.

¹⁶ Ibidem, s. 251.

nej w najtrudniejszych momentach życia. Efekt tego jest niemal cudowny. Jest to nowa jakość – coś, czego przedtem nie było¹⁷.

Istotą synergii jest tworzenie zespołu i budowanie poczucia jedności i współdziałania, wspólnego rozwiązywania problemów, tworzenia nowych wyzwań i możliwości, które każdemu człowiekowi zapewnią spełnienie i przyczynią się do wchodzenia we współzależność. Jest to tworzenie siebie dla innych, dla pokoleń, to służenie innym. Skuteczność tej służby i efektywnych działań wymaga jednak wzmocnienia, ciągłego pobudzania. Wydawałoby się, iż jest to moment osiągnięcia dojrzałej dorosłości w samowychowaniu. Czas spełnienia siebie. Jednak życie dalej trwa. Co dalej i jaką drogą podążać?

Drogą jest opanowanie siódmego nawyku: „ostrzenie piły”, opartego na zasadzie wszechstronnej samoodnowy. Jest to powrót do pierwszego nawyku – „proaktywności”, ale z zasobami dojrzałej osobowości, wiedzy o swoich możliwościach, umiejętnościach, osiągnięciach, a także o wartościach, jakimi się kieruje w swoim życiu. Opanowana umiejętność oceniania siebie z punktu widzenia uznawanych przez siebie wartości pozwoli doprowadzić do zmiany celu działania. Wymaga to jednak odpowiedniej motywacji przechodzenia po spirali kolejnych nawyków skutecznego działania. To odnowa – to zmiana. To, jak ten proces będzie przebiegał, w dużej mierze zależeć będzie od poziomu osiągniętych nawyków skutecznego działania. O ich sile i trwałości zdecyduje chęć i wola podjęcia trudu odnowy – regeneracji sił w myśl siedmiu nawyków skutecznego działania.

Bibliografia

- Covey S.R., *7 nawyków skutecznego działania*, Dom Wydawniczy REBIS, Poznań 2003.
Grzywak-Kaczyńska M., *Trud rozwoju*, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1988.
Jundziłł I., *O samowychowaniu*, Nasza Księgarnia, Warszawa 1975.
Harwas-Napierała B., Trempała J. (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2007.

Strony internetowe

- [kpswum6.w.interia.pl/Andragogika%20wyklady1.doc], dostęp: 19.11.2014.
[http://www.opoka.org.pl/biblioteka/I/ID/wychowanie_ku_wartosciom_02.html#], dostęp: 18.11.2014.
[www.psychologia.edu.pl/dziupla-jurka/teksty/1360-dojrzalosc.html], dostęp: 10.12.2014.
[http://pl.wikipedia.org/wiki/Nawyk], dostęp: 18.11.2014.

¹⁷ Ibidem, s. 275.

Kształtowanie postaw dzieci wobec ludzi starych na wczesnoszkolnym etapie edukacji

O potrzebie kształtowania właściwej postawy wobec ludzi starych

W polskim systemie edukacyjnym (szkolnym) zbyt małą wagę przywiązywano i przywiązuje się do przygotowania do starości. W ramach obowiązującej edukacji przekazywana wiedza o człowieku powinna obejmować wszystkie etapy jego życia. Jednak zdaniem Wiesława Borczyka i Walentyny Wnuk programy edukacji wczesnoszkolnej budują nieprawdziwy obraz osób starszych¹.

W potocznym myśleniu uznaje się, że przygotowanie do starości odbywa się w naturalnym środowisku wychowawczym, jakim jest rodzina. Tymczasem zmiana modelu rodziny nie zawsze pozwala dziecku na obcowanie z ludźmi starszymi. Aby ludzie starsi mogli godnie się starzeć, trzeba u ludzi młodych rozwijać odpowiedni do nich stosunek przez zorganizowane zadania edukacyjne. Wśród celów proponowanej edukacji do starości należy wymienić m.in.²:

- rozwijanie wśród dzieci i młodzieży pojmowania starości jako naturalnej fazy rozwoju, etapu równoprawnego z innymi;
- przedstawienie starości jako okresu rozwojowego dynamicznego, aktywnego i różnorodnego;
- zmianę postaw, w których dominuje dystans czy niechęć na takie, które cechuje zrozumienie, życzliwość, szacunek;
- rozwijanie pozytywnego myślenia o starości innych, a w perspektywie czasu również swojej;
- dzielenie się dojrzałością, mądrością życiową przez pokolenie seniorów;
- stymulowanie wzajemnej aktywności w różnych dziedzinach;
- podejmowanie opieki wobec osób starszych w rodzinie i poza nią;
- oddziaływanie profilaktyczne i prozdrowotne.

* Dr, Wyższa Szkoła Zarządzania i Administracji w Opolu.

¹ W. Borczyk, W. Wnuk, *Edukacja w starości i do starości*, [w:] *Strategie działania w starzejącym się społeczeństwie, Tezy i rekomendacje*, Rzecznik Praw Obywatelskich, Warszawa, październik 2012, s. 75.

² Ibidem, s. 75.

Zbigniew Woźniak postuluje, by profilaktyka gerontologiczna, pierwotna, której adresatem jest społeczeństwo jako całość, miała następujące cele:

- osiągnięcie większej wrażliwości społecznej i świadomości;
- kształtowanie i upowszechnianie zdrowego stylu życia wśród przedstawicieli wszystkich kategorii wieku (promocja zdrowia);
- identyfikacja głównych zagrożeń zdrowotnych w populacji i ich źródeł ze szczególnym uwzględnieniem osób w wieku aktywności zawodowej;
- podniesienie psychofizycznego potencjału zdrowotnego populacji, zwłaszcza osób w wieku produkcyjnym;
- obniżenie rozmiarów chorobowości ogólnej, w tym zwłaszcza chorób przewlekłych;
- tworzenie podstaw materialnych zabezpieczenia na starość – redukcja i/lub eliminowanie nierówności społecznych;
- generowanie przestrzeni publicznej dla działań organizacji osób starych;
- budowanie infrastruktury i bazy dla społecznego sprzeciwu wobec przejawów dyskryminacji ludzi starych³.

Działania z opisanego zakresu powinny służyć budowaniu w świadomości społecznej realnego obrazu starości. A czynić to można w ramach programów promocyjnych dla instytucji wychowawczych, socjalizacji w grupach rówieśniczych, działalności organizacji pozarządowych, społeczności parafialnych czy mediów⁴.

Zadania edukacyjne stanowią wyzwanie nie tylko dla zaangażowanych realizatorów (np. profesjonalistów z zakresu edukacji zdrowotnej), ale również powinny motywować wszystkie zainteresowane podmioty, poczynając od dzieci, na osobach w podeszłym wieku kończąc. Edukacja w zakresie procesu starzenia się i jego konsekwencji oraz propagowania refleksji nad starością powinna dotyczyć nie tylko dorosłych, ale również dzieci i młodzieży⁵.

Osobom starszym na ogół przypisuje się rolę rodzinną, tj. opiekę nad wnukami bądź prowadzenie gospodarstwa domowego. Bywa, że babcie i dziadkowie traktowani są jako „zaplecze finansowe” młodych ludzi, a często wywierana jest na nich wręcz presja, by służyli pomocą materialną⁶. Ponadto media nie zawsze kreślą właściwy obraz starości, nie zawsze propagują właściwą postawę młodego człowieka wobec osoby starszej; w pogoni za sukcesem medialnym,

³ Por., Z. Woźniak, *Profilaktyka starzenia się i starości – mrzonka czy konieczność?*, „Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny” 2011, z. 1, s. 238.

⁴ Ibidem.

⁵ Zob.: T. Cuber, B. Dobrowolska, A. Kościółek, V. Mianowana, *Wybrane aspekty pedagogiczno-etyczne w opiece nad pacjentami w podeszłym wieku*, „Problemy Pielęgniarstwa” 2010, t. 18, z. 4, s. 492.

⁶ Zob.: J. Osiecka-Chojnacka, *Społeczne opinie o starości a wdrażanie idei aktywnego starzenia się*, Warszawa 2012, s. 126.

który mierzony jest wskaźnikiem oglądalności, w prezentowanych programach na ogół dominują treści sensacyjne, treści będące problemem społecznym (np. obrazy biedy, nędzy, różnych form wykluczenia społecznego, przemocy, chorób). W mediach zbyt mało jest reklam społecznych i programów, które nastawione są na kształtowanie pozytywnego stosunku do człowieka starego⁷.

W dobie starzejącego się społeczeństwa ważne jest, by już w programach nauczania na wczesnoszkolnym etapie kształcenia znalazły się treści, które przybliżają i ukazują problematykę starzejącego się społeczeństwa, przewyżniają negatywne wyobrażenia o starości, stereotypy, a w szczególności kształtują właściwą postawę młodego człowieka/dziecka wobec seniorów.

Zadania edukacji do starości zawarte w podstawie programowej wychowania i kształcenia ogólnego

Podstawa programowa dla szkół precyzyjnie określa, czego szkoła jest zobowiązana nauczyć ucznia o przeciętnych uzdolnieniach na każdym etapie kształcenia, zachęcając jednocześnie do wzbogacania i pogłębiania materiału nauczania⁸.

Celem kształcenia ogólnego w szkole podstawowej jest:

1) przyswojenie przez uczniów podstawowego zasobu wiadomości na temat faktów, zasad, teorii i praktyki, z zakresu tematów i zjawisk bliskich doświadczeniom uczniów;

2) zdobycie przez uczniów umiejętności wykorzystywania posiadanych wiadomości podczas wykonywania zadań i rozwiązywania problemów;

3) kształtowanie u uczniów postaw warunkujących sprawne i odpowiedzialne funkcjonowanie we współczesnym świecie⁹.

Szkoła podstawowa wyrabia u uczniów postawy sprzyjające ich dalszemu rozwojowi indywidualnemu i społecznemu, takie jak: uczciwość, wiarygodność, odpowiedzialność, wytrwałość, poczucie własnej wartości, szacunek dla innych ludzi, ciekawość poznawczą, kreatywność, przedsiębiorczość, kulturę osobistą, gotowość do uczestnictwa w kulturze, podejmowanie inicjatyw oraz do pracy zespołowej. W rozwoju społecznym bardzo ważne jest uformowanie postawy obywatelskiej, postawy poszanowania tradycji i kultury własnego na-

⁷ A. Kozdroń, E. Kozdroń, P. F. Nowak, *Osoby starsze w opinii studentów*, [w:] *Pomysłne starzenie się w perspektywie nauk społecznych i humanistycznych*, red. J.T. Kowaleski i P. Szukalski, Zakład Demografii i Gerontologii Społecznej UŁ, Łódź 2008, s. 205.

⁸ Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 27 sierpnia 2012 roku w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, DzU 2012, poz. 977.

⁹ *Postawa programowa z komentarzami*, t. 1: *Edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna*, MEN, Warszawa 2014, s. 35.

rodu, a także postawy poszanowania dla innych kultur i tradycji. Szkoła podejmuje odpowiednie kroki w celu zapobiegania wszelkiej dyskryminacji¹⁰.

Kształcenie ogólne na każdym etapie edukacyjnym powinno być związane z kształtowaniem postaw do dojrzałej dorosłości. Należy tu dodać, jak podkreślają założenia podstawy programowej, że to są tylko propozycje, które można rozszerzać. Nauczyciele żyjący w społeczności lokalnej najlepiej wiedzą, jakie działania wynikające z aktualnych potrzeb trzeba podejmować.

Możliwość do kształtowania postaw dzieci ku dojrzałej dorosłości można znaleźć w obszarze edukacji społecznej i etyce.

Podstawa programowa kształcenia ogólnego na I etapie edukacyjnym w treściach ogólnych związanych z edukacją społeczną zakłada następujące efekty kształcenia ucznia, w których jest miejsce dla edukacji do starości¹¹:

1) odróżnia, co jest dobre, a co złe w kontaktach z rówieśnikami i dorosłymi;

2) odróżnia dobro od zła, stara się być sprawiedliwym i prawdomównym; nie krzywdzi innych, pomaga słabszym i potrzebującym;

3) zna podstawowe relacje między najbliższymi; podejmuje obowiązki domowe i rzetelnie je wypełnia; identyfikuje się ze swoją rodziną i jej tradycjami; ma rozeznanie, że pieniądze otrzymuje się za pracę; rozumie, co to jest sytuacja ekonomiczna rodziny, i wie, że trzeba do niej dostosować swe oczekiwania;

4) współpracuje z innymi w zabawie, w nauce szkolnej i w sytuacjach życiowych; przestrzega reguł obowiązujących w społeczności dziecięcej oraz świecie dorosłych; wie, jak należy zachowywać się w stosunku do dorosłych i rówieśników (formy grzecznościowe); rozumie potrzebę utrzymywania dobrych relacji z sąsiadami w miejscu zamieszkania; jest chętny do pomocy, respektuje prawo innych do pracy i wypoczynku;

Ponadto uczeń kończący klasę I powinien wiedzieć, co wynika z przynależności do rodziny, jakie są relacje między najbliższymi, wywiązuje się z powinności wobec nich, a kończąc klasę III powinien wiedzieć, jak należy zachowywać się w stosunku do dorosłych.

Jeżeli chodzi o obszar związany z etyką, w którym możemy znaleźć miejsce na kształtowanie postaw dzieci do dojrzałej dorosłości, to postawa programowa zakłada, że uczeń powinien¹²:

1) rozumieć, że ludzie mają równe prawa, niezależnie od tego, gdzie się urodzili, jak wyglądają, jaką religię wyznają, jaki mają status materialny; okazywać szacunek osobom starszym;

¹⁰ Ibidem, s. 36.

¹¹ Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 maja 2014 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, DzU 2014, poz. 803.

¹² Ibidem.

2) zastanawiać się nad tym, na co ma wpływ, na czym mu zależy, do czego może dążyć, nie krzywdząc innych; starać się nieść pomoc potrzebującym;

3) przestrzegać reguł obowiązujących w społeczności dziecięcej (grzecznie zwraca się do innych, współpracuje w zabawach i w sytuacjach zadaniowych) oraz w świecie dorosłych (grzecznie zwraca się do innych, ustępuje osobom starszym miejsca w autobusie, podaje upuszczony przedmiot itp.).

Pod koniec klasy I uczeń powinien m.in. ustępować osobom starszym miejsca w autobusie, podawać upuszczony przedmiot itp., a kończąc klasę III, powinien okazywać szacunek osobom starszym.

To jeśli chodzi o podstawę programową. Uszczegółowienie jej ma odbicie w treściach nauczania programów kształcenia przyjętych przez radę pedagogiczną i dyrekcję danej szkoły.

Treści nauczania w ogólnodostępnych programach kształcenia do klas I–III w kontekście kształtowania postaw dzieci wobec seniorów

Podstawa programowa podaje tylko ogólne wskazania, jak można kształtować postawy wobec osób starszych, zaleca uczyć przede wszystkim szacunku i obowiązku niesienia pomocy. Uszczegółowione zadania edukacyjne podane są w programach do nauczania w klasach I–III, przeto zasadniczym celem podjętych analiz było rozpoznanie – czy w programach ujęto treści sprzyjające wychowaniu do dojrzałej dorosłości i kształtowaniu właściwego stosunku do ludzi starych.

W badaniach posłużoną się metodą analizy dokumentów. Przebadano pięć programów nauczania do klas I–III, które były dostępne i rekomendowane przez Ośrodek Rozwoju Edukacji:

1. Innowacyjny program edukacji wczesnoszkolnej „Trampolina do sukcesu”.
2. „Smakowanie świata”. Program nauczania dla I etapu edukacji.
3. Program nauczania do I etapu edukacyjnego „Uczymy się z EDUSCIENCE”.
4. Program nauczania na I etapie edukacyjnym „Poznać i zrozumieć świat”.
5. „Umysły przyszłości”. Program nauczania dla I etapu kształcenia.

Programy nauczania zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 maja 2014 r., zmieniającym rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół na etapie edukacji wczesnoszkolnej, są podzielone następująco:

- edukacja polonistyczna;
- język nowożytny;
- edukacja muzyczna;

- edukacja plastyczna;
- edukacja społeczna;
- edukacja przyrodnicza;
- edukacja matematyczna;
- zajęcia komputerowe;
- zajęcia techniczne;
- wychowanie fizyczne i edukacja zdrowotna;
- etyka;
- język mniejszości narodowej.

W *Programie nauczania na I etapie edukacyjnym „Poznać i zrozumieć świat”* pod red. W. Duczmala i S. Śliwy oraz programie *„Umysły przyszłości”*. *Program nauczania dla I etapu kształcenia* pod redakcją M. Kędry i A. Kopik dodano blok tematów z dziedziny przedsiębiorczości.

Treści nauczania związane z edukacją do starości zgodnie z obowiązującymi podstawami prawnymi powinny być zawarte w obszarze edukacji społecznej i etyce.

W analizowanych programach przede wszystkim przejawiają się zagadnienia związane z relacjami rodzinnymi i tam właśnie przewiduje się kształtowanie postaw ku dojrzałej dorosłości. Nauczanie etyki na poziomie edukacji wczesnoszkolnej to m.in. wpajanie dzieciom szacunku do starszych. Każdy analizowany program zakłada nauczanie regulowane przez akty prawne, jednak większość z nich dodatkowo uszczegóławia treści związane z edukacją do starości.

I tak z programu nauczania do I etapu edukacyjnego *„Uczymy się z EDUSCIENCE”* wynika, że uczeń powinien wiedzieć: co znaczy przynależność do rodziny, jakie są relacje między najbliższymi, jak wywiązywać się z powinności wobec nich oraz wiedzieć, że należy okazywać szacunek osobom starszym.

Program nauczania *„Poznać i zrozumieć świat”* podkreśla, że uczeń powinien wykazywać poczucie przynależności do rodziny, znać i opowiadać o życiu rodziców, życiu dziadków, wydarzenia z ich przeszłości, znać pamiątki i zdjęcia rodzinne.

Takie treści nauczania, jak: *„moi dziadkowie, drzewo genealogiczne rodziny, dzieje rodziny – pamiątki, ciągłość tradycji w rodzinie, podtrzymywanie tradycji rodzinnych, zajęcia i zabawy dziadków i rodziców z okresu ich dzieciństwa, pomoc i szacunek wobec członków rodziny”* zawiera program *„Smakowanie świata”*.

Innowacyjny program edukacji wczesnoszkolnej *„Trampolina do sukcesu”* zakłada tylko, że uczeń po ukończeniu III klasy wie, co wynika z przynależności do rodziny.

Kształtowanie poczucia przynależności do rodziny, uświadamianie roli rodziny w życiu jednostki, poznawanie relacji rodzinnych i obowiązków z nich

wynikających, poznawanie relacji rodzinnych między najbliższymi, wywiązywanie się z powinności wobec nich, identyfikowanie się ze swoją rodziną i jej tradycjami; podejmowanie obowiązków domowych i rzetelne ich wypełnianie to tematy nauczania zawarte w programie „Umysły przyszłości”.

Jak widać z przytoczonych przykładów, edukacja do starości w kształceniu zintegrowanym zawarta jest w programie nauczania do klas I–III. Dzieci przyswajają wiedzę oraz umiejętności odpowiednie do wieku dziecka w rodzinie, jednak przygotowanie ich do starości i problemów osób starszych należy przede wszystkim do nauczycieli, którzy powinni odpowiednio zaprogramować swe zajęcia. Przygotowanie to będzie inaczej wyglądało w mieście, a inaczej na wsi, w małych społecznościach, gdzie częściej widać jeszcze rodziny wielopokoleniowe. W takich przypadkach edukacja do starości odbywa się zarówno w szkole, jak i w domu.

Należy się jedynie zastanowić, czy w obszarze edukacji zdrowotnej również nie powinno się podejmować działań związanych z kształtowaniem postaw dzieci do dorosłości i starości? Czy tylko kształtować postawy związane z okazywaniem szacunku, niesieniem pomocy? A może od małego uczyć dzieci aktywnych, twórczych postaw w dojrzałej dorosłości?

Wnioski końcowe

Edukację do starości w programach nauczania do klas I–III szkół podstawowych przypisano do edukacji społecznej i etyki. Nie jest uszczegółowiona, ma formę otwartej propozycji, w jakim kierunku należy kształtować postawy dzieci do dojrzałej dorosłości. Ponieważ demografowie coraz częściej alarmują o starzejącym się społeczeństwie, to już na etapie edukacji wczesnoszkolnej problem ten powinien być poruszany. Polityka senioralna nie powinna skupiać się wyłącznie na aktywizacji seniorów. Powinna dotyczyć także edukacji dzieci i młodzieży.

Edukacja do starości w młodszym wieku szkolnym nie powinna ograniczać się wyłącznie do rodziny, już na tym etapie nauczania powinny być uwzględniane w programach nauczania bogatsze treści.

Przygotowanie do starości powinno objąć wszystkie etapy edukacyjne, tak aby młode pokolenie zostało przygotowane do wyzwań związanych z problemami starzejącego się społeczeństwa. Zapewnienie wysokiej jakości życia ludziom starzejącym się wymaga nie tylko zapewnienia opieki medycznej i socjalnej osobom starszym, dobrej infrastruktury czy też walki ze stereotypami dotyczącymi osób starszych. Wymaga również edukacji dzieci do życia w starości.

Literatura

Borczyk W., Wnuk W., *Edukacja w starości i do starości*, [w:] *Strategie działania w starzejącym się społeczeństwie, Tezy i rekomendacje*, Rzecznik Praw Obywatelskich, Warszawa, październik 2012, s. 73–81.

Cuber T., Dobrowolska B., Kościółek A., Mianowana V., *Wybrane aspekty pedagogiczno-etyczne w opiece nad pacjentami w podeszłym wieku*, „Problemy Pielęgniarstwa” 2010, t. 18, z. 4, s. 490–496.

Kiedrowicz D., Szolowska M., Szydziak B., Szymański R., Wiaderkiewicz K., *Innowacyjny program edukacji wczesnoszkolnej „Trampolina do sukcesu”*, LANDER’S Education & Services Wojciech Kostecki, Tychy 2015.

Kędra M., *Smakowanie świata. Program nauczania dla I etapu edukacji*, ORE, Warszawa 2012.

Kozdroń A., Kozdroń E., Nowak P.F., *Osoby starsze w opinii studentów*, [w:] *Pomyślne starzenie się w perspektywie nauk społecznych i humanistycznych*, red. J.T. Kowaleski, P. Szukalski, Zakład Demografii i Gerontologii Społecznej UŁ, Łódź 2008, s. 204–215.

Lotkowska K., *Program nauczania do I etapu edukacyjnego „Uczymy się z EDUSCIENCE”*, Pro Futuro 2, 2014.

Osiecka-Chojnacka J., *Społeczne opinie o starości a wdrażanie idei aktywnego starzenia się*, Warszawa 2012, s. 101–128.

Postawa programowa z komentarzami, t. 1: *Edukacja przedszkolna i wczesnoszkolna*, MEN, Warszawa 2014.

Program nauczania na I etapie edukacyjnym „Poznać i zrozumieć świat”, red. W. Duczmał, S. Śliwa, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2014.

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 27 sierpnia 2012 roku w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, DzU 2012, poz. 977.

Rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej z dnia 30 maja 2014 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie podstawy programowej wychowania przedszkolnego oraz kształcenia ogólnego w poszczególnych typach szkół, DzU 2014, poz. 803.

Umysły przyszłości. Program nauczania dla I etapu kształcenia, red. M. Kędra, A. Kopik, Europejska Agencja Rozwoju, Kielce 2013.

Woźniak Z., *Profilaktyka starzenia się i starości – mrzonka czy konieczność?*, „Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny” 2011, z. 1, s. 231–254.

Zenona M. Nowak*

Samowychowanie do odpowiedzialności za własne życie

„Przyjmij spokojnie to, co przynoszą ci lata, z wdziękiem wyrzekając się spraw młodości. Rozwijaj siłę ducha, aby mogła cię osłonić w nagłym nieszczęściu”.
Max Ehrmann, *Dezyderata*

Przemiany cywilizacyjne i starzenie się społeczeństw wymagają, aby podjąć działania uświadamiające, iż myślenie o własnej przyszłości jest obowiązkiem każdego człowieka, jest swoistym nakazem moralnym. Dlatego celem artykułu jest zwrócenie uwagi na wychowanie i samowychowanie do dojrzałej dorosłości jako ważne w każdej fazie życia człowieka; jest wymogiem odpowiedzialnego bycia „w sobie” i „dla siebie”.

O wychowaniu i samowychowaniu słów kilka

Proces wychowania – w najszerszym rozumieniu – to świadome, zamierzone, wieloaspektowe oddziaływanie na człowieka w celu ukształtowania jego osobowej indywidualności, tj. takiego ukonstytuowania jego *ego*, aby był przygotowany do samorealizacji. Innymi słowy, wychowanie to relacyjny proces, w którym ktoś w stosunku do kogoś podejmuje określone działania wychowawcze, a ich zasadniczym celem jest przygotowanie człowieka do dojrzałego życia.

Instytucjonalnym procesem edukacji/wychowania objęte są przede wszystkim osoby młode. Zakłada się, że uczestniczący w tym procesie młody człowiek nabędzie określoną wiedzę, umiejętności i kompetencje społeczne, które umożliwią mu zawodowe i społeczne uczestnictwo w życiu różnych grup społecznych. W tym sensie instytucjonalna edukacja jest przede wszystkim przygotowywaniem młodego człowieka do aktywnego życia zawodowego, a także kształtowaniem jego *ego* (Ja), przyzwyczajaniem i wdrażaniem do pożądanych zachowań, oraz formowaniem jego społecznej postawy.

* Dr, Wyższa Szkoła Zarządzania i Administracji w Opolu.

Kształtowanie indywidualnego Ja, swojej osobowości, na ogół dokonuje się w wyniku uczestniczenia w procesie permanentnego wychowywania, nieustannego wywierania wpływu i ulegania różnym wpływom. Ale najbardziej efektywne jest wtedy, gdy dopełnione jest samowychowaniem, czyli szczególnie zdolnością do kształtowania samego siebie, swoich kompetencji, motywacji itp. By jednak człowiek jako samodzielny i świadomy podmiot mógł sam siebie określać, potrzebuje pewnych zdolności psychofizycznych i cnót, a także potrzebna jest mu wiedza o punkcie wyjścia, czyli o samym sobie, autoportret. Józef Koziński pisze:

„Człowiek, który nie poznał siebie, nie jest zdolny zmieniać swojej osobowości. Szczególnie znaczenie posiada nie tylko informacja o tym, «jaki jestem?», ale również wiedza o tym, «jaki chciałbym być?». Ta ostatnia pozwala sformułować cele i kierunek samowychowania”¹.

Współcześnie wychowanie i samowychowanie, nieustanne dbanie o swój samorozwój jawi się jako szczególnie nakaz moralny, a to choćby z tego względu, że edukujemy/wychowujemy się zawsze do określonej rzeczywistości. A gdy ta rzeczywistość dynamicznie – tak jak obecnie – się zmienia, musimy się do niej nieustannie dostosowywać, jeśli nie chcemy zostać z któregoś jej wymiaru wykluczeni. Nie dziw przeto, że w dzisiejszej dobie, dobie społeczeństwa wiedzy, młody człowiek wdrażany jest do uczenia się przez całe życie, do podejmowania trudu dostosowywania się do stającego się środowiska życia, do autokreacji. Ale współcześnie istnieje potrzeba, aby do tego cywilizacyjnie zmieniającego się środowiska życia dostosowywał się również senior. Społecznie pożądane jest więc zachęcanie seniorów do kształcenia się, do podejmowania trudu samowychowania i samorozwoju. Znaczy to, że obecnie samowychowanie jest niejako obowiązkiem każdego człowieka, i to niezależnie od tego, na jakim etapie życia się znajduje.

Proces wychowywania – jak mi niecham – ma szczególne znaczenie w kształtowaniu indywidualnego Ja młodego człowieka, natomiast w odniesieniu do osób starszych (seniorów) większe znaczenie mają zabiegi samowychowawcze i samorozwojowe. A to choćby z tego względu, że senior zderza się nie tylko ze zmieniającą się otaczającą go rzeczywistością społeczną i kulturową, ale także ze zmianami – często trudnymi do zaakceptowania, niepożądanymi – własnego organizmu. Przeto, jeśli chce godnie przeżyć ostatni etap swego życia, wówczas powinien podjąć trud ponownego określenia swojego *ego*.

Wychowywanie, samowychowanie zawsze nakierowane jest ku przyszłości, aliści dyskusyjną kwestią jest, dla kogo wychowujemy wychowanka? W szczególności, dla kogo senior powinien podjąć trud samowychowania? Dla siebie, dla zaspokojenia swoich potrzeb, czy ze względu na innych? Pytanie to wydaje się ważne, ponieważ tradycyjna postawa młodego pokolenia w stosunku do

¹J. Koziński, *Koncepcje psychologiczne człowieka*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1980, s. 251.

seniorów jest roszczeniowa. Czy senior ma podjąć dzieło samowychowania, by dobrze służyć innym, swoim następcom?

Samowychowanie seniora wyrazem altruizmu czy egoizmu?

Przyzwyczajaliśmy się do tego, że „myśliciele o własnych potrzebach” to zwrot ironiczny, wymierzony w egoistów. Wszak na miano myśliciela zasługują ci, którzy swoim myśleniem wzbogacają poznawczy dorobek ludzkości, którzy „dociekają prawdy”, rozważając kwestie uniwersalnie ważne, często kosztem zaniedbania spraw osobistych czy własnej rodziny. Myśliciel przejęty problemami, których rozwiązanie uszczęśliwiłoby wielu, przyjmuje postawę odpowiedzialności za dobro wspólne. Równocześnie jednak często traci z pola widzenia dobro własne, przeto okazuje się nieodpowiedzialny w odniesieniu do spraw osobistych. Żywiąc wdzięczność i obdarzając szacunkiem myślicieli – dobroczyńców ludzkości, ironizując przeciwstawia się ich „myślicielom o własnych potrzebach”. Wszelako wypada zapytać, na kogo ironiści przerzucają ciężar odpowiedzialności za zaspokojenie potrzeb owych nieodpowiedzialnych niefrasobliwców, kto ma obowiązek myśleć o ich potrzebach? Gdy są dziećmi, to oczywiście – rodzice, instytucje oświatowo-wychowawcze, socjalne itp. Dzieciom niemyślenie o własnych potrzebach można wybaczyć, od dzieci można nie wymagać takiej odpowiedzialności. Jednakże co należy sądzić o tych, którzy metrykalnie są już dorośli, ale wciąż charakteryzuje ich dziecięca bez troska? Nasuwa się oczywista konstatacja: są to ludzie faktycznie niedojrzali, bo w tym podstawowym wymiarze nieodpowiedzialni.

Inne stanowisko w tej sprawie zajął Marian Przełęcki, który wezwał do samozatrzy². Dał wyraz przekonaniu, że celem moralnego życia człowieka jest odwrócenie „zwróconego ku sobie serca”, koncentracja na sprawach bliźnich. Tak autor pojmuje istotę moralności chrześcijańskiej: ponieważ moje dobro nie jest ważniejsze od dobra innych ludzi, to troska o własne sprawy nie ma uzasadnienia, jest ona wyrazem zwróconego ku sobie serca. „Ptaki nie sięją, nie orzą, a Pan Bóg je karmi” [św. Paweł].

Istnieje wszakże inna interpretacja chrześcijańskiego przykazania miłości; bliźniego należy kochać tak jak siebie samego, ale nie bardziej. Zatem altruizm pojęty jako przypisanie priorytetu interesom bliźnich jest – zdaniem Józefa M. Bocheńskiego – zabobonem. W *Podręczniku mądrości tego świata*, niewielkiej – jak sam nazywa – książeczce, która jest zestawieniem „życiowych mądrości”, zaczerpniętych głównie od starożytnych mędrców (Arystotelesa, stoików, Epikura), zawarł następujące przykazanie dotyczące stosunku do innych:

²M. Przełęcki, *Wezwanie do samozatrzy*, „Więź” 1973, nr 12 (188), s. 5–10.

- „Nie zajmuj się innych człowiekiem, wyjąwszy gdy on:
(1) może być ci pożyteczny albo dla ciebie niebezpieczny,
(2) możesz mu pomóc,
(3) jesteś za niego odpowiedzialny”³.

Rzecznikami bardziej radykalnego potępienia altruizmu są zwolennicy etyki absolutnej.

„Altruizm ogłasza, że każde działanie podjęte dla dobra innych jest dobre, a każda akcja dla własnej korzyści – zła. Zatem jedynym kryterium wartości jest beneficjant: jeśli jest nim ktoś inny niż sam sprawca, to wszystko w porządku. [...] Ponieważ natura nie zaopatrzyła człowieka w automatyczną formułę przeżycia i musi on sam podtrzymywać to życie własnym wysiłkiem, przeto doktryna utrzymująca, że troszczenie się o własny interes jest złe, oznacza, że złem jest ludzka chęć przeżycia, że życie człowieka jest, samo w sobie, złe. Nie może być gorszej doktryny”⁴.

Zwolennicy tego stanowiska przyjmują, że istnieje tylko jedno niezbywalne, uniwersalne prawo człowieka – prawo do życia i z tego założenia (aksjomatu) wyprowadzają wszystkie tezy swojego systemu.

„Prawo do życia jest źródłem wszystkich praw człowieka, prawo własności zaś umożliwia ich realizację. Skoro człowiek musi własnym wysiłkiem podtrzymywać swoje życie, to ten, kto nie ma prawa do wytworów swej pracy, nie ma tym samym środków potrzebnych do podtrzymywania swojego życia. [...] prawdziwym źródłem tych praw jest natura człowieka. [...] Uprawnienia są warunkami bytu wymaganymi przez naturę ludzką dla prawidłowego życia. Jeśli człowiek ma przetrwać, to musi mieć prawo do myślenia, do działania zgodnie z własnym rozeznaniem, do dążenia ku własnym wartościom i do posiadania na własność wytworów swojej pracy”⁵.

W świetle tezy etyki absolutnej człowiek ma nie tylko prawo, lecz moralny obowiązek zadbać o własną przyszłość. Jest za nią moralnie odpowiedzialny. Co do mnie, to sądzę, że podjęcie przez seniora odpowiedzialności nie oznacza, iż czyni to z pobudek li tylko altruistycznych bądź li tylko egoistycznych. Nie miejsce tu, aby ten sąd uzasadniać. Zauważę tylko, że podjęcie odpowiedzialności przysparza dobra nie tylko osobie podejmującej ją. W szczególności, gdy osoba starsza podejmuje odpowiedzialność, wówczas jej dobro wyraża się choćby poczuciem bycia zdolnym do autokreacji, a innych (np. rodziny) – zdjęciem brzemia odpowiedzialności za ową osobę, uniknięciem konieczności podejmowania za nią decyzji.

Odpowiedzialność za własną przyszłość

Przyjmuję za Georgem Pichtem, że „[...] odpowiedzialność nie jest sprawą świadomości moralnej – wyznacza ją sama struktura zdarzeń”⁶. Przeto je-

³ J. Bocheński, *Podręcznik mądrości tego świata*, [w:] *Dzieła zebrane. Etyka*, Wydawnictwo PHILED, Kraków 1995, s. 253.

⁴ A. Rand, *Cnota egoizmu. Nowa koncepcja egoizmu*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2000, s. 6–7.

⁵ Ibidem, s. 114–115.

⁶ G. Picht, *Pojęcie odpowiedzialności*, „Znak” 1979, nr 295/296, s. 9.

steśmy odpowiedzialni niezależnie od tego, czy zdajemy sobie z tego sprawę, czy też nie. Tak, jak zostaliśmy powołani do istnienia bez udziału naszej świadomości, a także woli, tak zostaliśmy obarczeni ciężarem odpowiedzialności za byt, w który zostaliśmy „wrzuceni”. Zatem odpowiadamy za jakość przeżywania naszego życia w tej mierze, w jakiej coś od nas zależy, w jakiej możemy mieć wpływ na bieg zdarzeń. Odpowiadamy zarówno wtedy, gdy jest on pomyślny, jak też wtedy, gdy sprawy przybierają zły obrót, a wtedy możemy być pociągnięci do odpowiedzialności. W pewnym sensie los pociąga nas do odpowiedzialności, gdy skutek naszych błędnych decyzji, niefortunnych działań lub bierności, warunki naszej egzystencji kształtują się dla nas w sposób niekorzystny. Krótko mówiąc, **jesteśmy za siebie odpowiedzialni obiektywnie.**

Uzasadnienie tej tezy będzie miało formę dowodu nie wprost. Przypuśćmy zatem, że człowiek nie jest odpowiedzialny za jakość swojej egzystencji. Przy takim założeniu w grę wchodzi dwie ewentualności: nikt nie jest odpowiedzialny albo ktoś inny jest odpowiedzialny. Pierwszą ewentualność odrzucam, bowiem jej przyjęcie prowadzi do wniosku, że życie ludzkie jest pasmem absolutnie przypadkowych zdarzeń, że rzeczywistość ludzka jest chaosem, w którym nie można się doszukać żadnych prawidłowości, nawet *post factum*. W takiej sytuacji niniejsze rozważanie byłoby beznadziejne, bezużyteczne. Pozostaje przeto ewentualność druga – nie ja, lecz ktoś inny ponosi odpowiedzialność za warunki i jakość mojego życia. Kto? Ktoś, kto determinuje moje życie, kto decyduje o moich sprawach. Decyduje za mnie, a zatem mnie ubezwłasnowolnia, czyli sprawia, że nie jestem podmiotem. A jeżeli jednak jestem człowiekiem wolnym...? Trzeba wobec tego – w świetle dotychczasowych wywodów – naszą tezę doprecyzować: **człowiek obiektywnie jest odpowiedzialny za jakość i warunki swojego bytowania w tej mierze, w jakiej jest wolny.**

„Wolność – o której szerzej pisałam w innym miejscu – stanowi oczywisty warunek odpowiedzialności, i to zarówno «wolność od» jak i «wolność do». Człowiek w pełni określony, skrępowany, zaprogramowany i w tym sensie ubezwłasnowolniony, gdyby nawet miał poczucie odpowiedzialności, to nie byłby w stanie wyrazić jej czynniciem”⁷.

Odpowiedzialność wymaga otwarcia się na przyszłość; mający nastąpić późniejszy stan rzeczy musi być traktowany jako ważny. Przy założeniu, że wartościowy jest tylko czas teraźniejszy (bieżący stan rzeczy), odpowiedzialność zostaje sprowadzona do troski o zaspokojenie aktualnie odczuwanych potrzeb, przeto do sfery przyjemności i sukcesów. Zatem odpowiedzialny człowiek inwestuje w swoją przyszłość. Na ogół rozumie się to w ten sposób,

⁷ Z.M. Nowak, *Responsibility in the European and American Tradition*, [w:] *American and European Values. Contemporary Philosophical Perspective*, eds. M.C. Flamm, J. Lachs, K.P. Skowroński, Cambridge Scholars Publishing 2008, s. 14–15.

że zdobywa wykształcenie, kwalifikacje, zawód. To ważne, ale to nie wyczerpuje zagadnienia. Odpowiedzialność musi sięgać dalej, wybiegać w bardziej odległą, niż zawodowa, przyszłość.

Przygotowanie się do bycia seniorem ma nie tylko wymiar ekonomiczny. Wymaga troski o zdrowie fizyczne oraz psychiczne, a także pielęgnowania relacji z ludźmi, którzy będą stanowili społeczne środowisko życia seniora.

Stary człowiek może zasadnie oczekiwać pomocy, a nawet opieki ze strony różnych instytucji społecznych, może też liczyć na międzypokoleniową solidarność⁸. Jednak powinien pamiętać, że tak jak wojna jest zbyt poważną sprawą, aby można ją było powierzyć generałom, tak jego dojrzałe życie jest zbyt poważną sprawą, by można było nie zadbać o nie osobiście, pozbawić się nad nim kontroli. Oczywiście, można i trzeba korzystać z pomocy innych, ale „kontrolny pakiet akcji” powinien pozostać w naszych rękach, ponieważ nie można uciec od odpowiedzialności za swoje życie. Tym niemniej w praktyce ta oczywista prawda bardzo często bywa wypierana, negowana próbami zrzućenia z siebie odpowiedzialności i obarczenia nią kogoś innego, np. rodzinę, państwo.

Uważa się, że to, jak traktowani są słabsi, w tym seniorzy, stanowi kryterium oceny jakości państwa. Przeto trzeba dostrzegać w dziedzinie polityki możliwość zadbania o godziwe warunki przeżywania dojrzałej dorosłości. Aktywność polityczna seniora, w tym udział w stanowieniu prawa, może być formą inwestowania we własną przyszłość.

Samowychowanie seniora do dojrzałej dorosłości

Inwestowanie w swoją przyszłość ma także wymiar *stricte* osobisty. Mam na uwadze troskę o własny rozwój. Można tu mówić o różnych sprawach, takich jak np. kształtowanie poczucia humoru, umiejętność zachowania właściwej miary w poważnym traktowaniu poważnych spraw własnych oraz ludzi w swoim otoczeniu. Umiejętność ta wiąże się ściśle ze zdolnością do autoironii. Senior pozbawiony tej zdolności narażony jest na ciągły stres i konflikty, których źródłem jest tendencja do podejrzewania wszystkich o to, że się nie jest traktowanym dostatecznie poważnie. Postawa autoironiczna to „wentyl bezpieczeństwa”, to możliwość rozładowania napięcia, przynajmniej jego redukcji.

⁸ Chcę zauważyć, że aby można było mówić o międzypokoleniowej solidarności, potrzebne jest rozpoznanie postaw młodego pokolenia wobec ludzi sędziwych. W tym kontekście jako interesujące jawią się badania podjęte przez A. Śliwę i S. Śliwę. Zob., S. Śliwa, *Postawy osób młodych (studentów) wobec osób starszych się*, [w:] *Starość i jej konsekwencje społeczno-rodzinne*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2010, s. 98–106; A. Śliwa, S. Śliwa, *Postawy nieletnich wobec osób starszych się*, [w:] *Pamiętaj o swojej starości*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2011, s. 116–122.

Czy można sobie wyobrazić człowieka szczęśliwego, który byłby impregnowany na wesołość, który nie byłby pogodny? Atoli do kogoś, kto umiałby się śmiać tylko z innych, przylgnęłaby opinia człowieka złośliwego i popadałby on nieuchronnie w kłopotliwe położenie.

Prawdziwym nieszczęściem seniora byłoby obciążenie jego pamięci (psychiki) rezydentem. Cóż to takiego? Przypominam. Resentyment to „duchowe samozatrucie” spowodowane długotrwałym przeżywaniem doznanej krzywdy, w skutek czego utrzymuje się i olbrzymieje poczucie traumy; utrzymuje się napięcie, które powinno być rozładowane, ponieważ jest to warunek dobrostanu. Konsekwencje pozostawiania i działania pod wpływem rezydententu są rozmaite, ale wyłącznie negatywne, a często wręcz wyniszczające⁹. Osoba dotknięta tą przypadłością patrzy na świat przez pryzmat owego negatywnego doświadczenia. Jej świadomość, w tym świadomość aksjologiczna zostaje wypaczona, zdeformowana czasem nawet do tego stopnia, że dostrzega wyłącznie zło nawet tam, gdzie inni widzą przewagę dobra. W konsekwencji rzeczywistość jawi się jej jako padół nieszczęść, niesprawiedliwości, ludzkiej nieżyczliwości, intryg, zawiści, słowem – piekło. Przeto warto zadbać, tj. wypracować umiejętność dostrzegania „jasnych barw”, pozytywnych aspektów w złożonych sytuacjach życiowych.

Warto, a nawet trzeba, w ramach inwestowania w swoją przyszłość, przeprowadzić „detoksykację”, tj. uwolnić się od tego duchowego samozatrucia, którego źródłem jest pielęgnowanie pamięci o doznanej krzywdzie (rzekomej lub rzeczywistej). Potrzebny jest zabieg higieniczny polegający na wzniesieniu się ponad ową krzywdę, na przewartościowaniu tej sprawy, na obniżeniu jej rangi, na odwróceniu od niej uwagi, na zwiększeniu odporności na tego rodzaju „ciosy”. Trzeba wyrzec się dla własnej higieny, czyli z pobudek egoistycznych, rewanżu (zemsty). Pomocne tu może być odwołanie się np. do tradycji stoickiej.

Wybieram stoików dlatego, że oni bardzo mocno akcentowali z jednej strony wartość cnoty, a z drugiej przyjmowali, że rzeczywistość nie poddaje się woli człowieka. Zatem z ich filozofii zaczerpnąć możemy przestrozę: nawet najsolidniejszą konstrukcję może zdmuchnąć powiew historii. Przeto nie ma absolutnie pewnego zabezpieczenia gwarantującego godziwe przeżywanie ostatniego etapu naszej egzystencji. Zatem rozsądnie jest skupić się na formowaniu naszej osobowości, na własnym rozwoju, na pielęgnowaniu cnót, czyli na samowychowaniu.

W tej starożytnej szkole sztuki życia sporządzono, w krytycznym nawiązaniu do Arystotelesa, katalog cnót¹⁰. I tak, za cnoty główne uznano: mądrość,

⁹ Por.: M. Scheler, *Resentyment a moralność*, Czytelnik, Warszawa 1977, s. 33.

¹⁰ Zob.: G. Reale, *Historia filozofii starożytnej*, t. 3, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1999, s. 411–413.

umiarkowanie, męstwo i sprawiedliwość. Są to cnoty główne dlatego, że wszystkie pozostałe są im podporządkowane. Ważna w kontekście zjawiska resentymentu cnota to wielkoduszność (szlachetność). W ujęciu stoickim jest ona podporządkowana męstwu. Jest to „wiedza o tym, co czyni nas większymi”¹¹. Zgadza się to z intuicją, że człowiek szlachetny, wielkoduszny to gigant, ponieważ jest on ponad to, co by go pomniejszało, zubożało, ograniczało jego twórczą życiową energię i odwracało uwagę od tego, co najważniejsze. Żywią przekonanie, że samowychowanie do dojrzałej dorosłości powinno być zorientowane na ten cel, na taki ideał.

Dobrze, gdy senior jest wielkoduszny, ale ważne dla niego są także cnoty związane z mądrością, takie jak m.in.: roztropność, przezorność, bystrość i zęczość. Również wielkie znaczenie mają cnoty podporządkowane umiarkowaniu, takie jak m.in.: przyzwoitość, powściągliwość, wstrzemięźliwość. Co do cnót związanych ze sprawiedliwością, to uważam, że w życiu seniora najbardziej znaczące są: dobroć, towarzyskość i uprzejmość.

Praca seniora nad sobą nie tylko zaowocuje lepszą zdolnością adaptacyjną, lecz także może korzystnie wpłynąć na stan jego zdrowia. Jak wcześniej zauważyłam, punktem wyjścia do samowychowania jest autoportret, czyli szczególna refleksja nad sobą. A jak pisze Zbigniew Pietrasini: „Eksperymenty prowadzone [...] w domach opieki wykazały, że specjalne pobudzanie osób badanych do refleksyjności poprawiło ich stan zdrowia, a nawet zmniejszyło umieralność w porównaniu z grupami kontrolnymi”¹².

Konkludując. Banalne jest stwierdzenie, iż to, jak człowiek przeżywa swoją starość, w znacznym stopniu zależy od niego samego. Oczywiście jest też, że jakość senioralnego życia zależy od kondycji psychofizycznej danej osoby. Gdy zaś kondycja psychofizyczna zawodzi, to osoba może wycofywać się z życia, ograniczać swoją aktywność, zamykać się w sobie, apatycznie nastawiać się do świata, skupiać uwagę na samej sobie. A gdy senior zachowuje psychofizyczną sprawność, wówczas też może wybrać drogę wycofywania się z życia, ale może chcieć dalej się rozwijać, podejmować nowe lub kontynuować stare społeczne, fizyczne bądź intelektualne aktywności. Ważne, aby był to jego świadomy wybór. Jeśli pójdzie tą drugą drogą przeżywania starości, drogą trudniejszą, wymagającą podjęcia trudu samowychowania do dojrzałej starości, wówczas uczyni swe życie bardziej satysfakcjonujące.

Bibliografia

Bocheński J., *Podręcznik mądrości tego świata*, [w:] *Dzieła zebrane. Etyka*, Wydawnictwo PHILED, Kraków 1995.

¹¹ Ibidem, s. 412.

¹² Z. Pietrasini, *Mądrość, czyli świetne wyposażenie umysłu*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2001, s. 151.

Kozielecki J., *Koncepcje psychologiczne człowieka*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa 1980.

Nowak Z.M., *Responsibility in the European and American Tradition*, [w:] *American and European Values. Contemporary Philosophical Perspective*, eds. M.C. Flamm, J. Lachs, K.P. Skowroński, Cambridge Scholars Publishing 2008.

Picht G., *Pojęcie odpowiedzialności*, „Znak” 1979, nr 295/296.

Pietrasiński Z., *Mądrość, czyli świetne wyposażenie umysłu*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2001.

Przełęcki M., *Wezwanie do samozatrąty*, „Więź” 1973, nr 12 (188).

Rand A., *Cnota egoizmu. Nowa koncepcja egoizmu*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2000.

Reale G., *Historia filozofii starożytnej*, t. 3, Katolicki Uniwersytet Lubelski, Lublin 1999.

Scheler M., *Resentyment a moralność*, Czytelnik, Warszawa 1977.

II

Portret człowieka starego

Adam A. Zych*

W poszukiwaniu nowej perspektywy rozwoju – moderacja czy retardacja „trzeciego poziomu dojrzałości”?

„To powinno być piękne, być starym,
w pełni spokoju, który pochodzi z doświadczenia,
mając pomarszczone dojrzałe spełnienie”.
David Herbert Lawrence (1885–1930)

Wspominając Czesława Miłosza, redaktor Joanna Gromek-Ilg użyła określenia „wiek mocno dojrzały”, mając na myśli czas po osiemdziesiątce¹. Z kolei redaktor Piotr Matwiejczuk, podając wiadomość z ostatniej chwili: „Zmarł Frans Brüggem [1934–2014], miał zaledwie – tak mogę powiedzieć – 80 lat”, i dodał: „Dziś w wieku osiemdziesięciu lat jeszcze się nie umiera”². Natomiast wybitna aktorka teatralna i filmowa Helen Mirren (rocznik 1945) w wywiadzie powiada:

„[...] w przyszłym roku skończę 70 lat. Nic już nie muszę. Mam w nosie, czy coś wypada czy nie. W moim życiu było już tyle porażek, że jedna mniej czy więcej nie zrobi różnicy. [...] Czuję oczywiście coraz wyraźniej, że jestem śmiertelna. Widzę, jak zmienia się moje ciało. Ale paradoksalnie nie byłam w lepszym miejscu niż teraz. Nigdy nie czułam się też bardziej kobieco”³.

Wreszcie autentyczna anegdota, którą przytoczył ostatnio Stanisław Szelc w „Kulturalnym Awangardowym Biuletynie Emerytów Lubiących Życie”:

„Pewnego dnia Janka, osiemdziesięciolatka, udała się z oficjalną wizytą oraz kwiatami do Sybiraczki, która ukończyła lat dziewięćdziesiąt pięć. Jubilatka siedzi w fotelu [...], głaszcze się po kolanie i mówi do Janki – dziewczyno, tak mnie to kolano boli, co to będzie, jak starość przyjdzie...”⁴.

W tych kilku wypowiedziach wyraźnie widoczne jest nowe spojrzenie na starzenie się człowieka. Obecnie człowiek starzejący się często określa siebie

* Dr hab., prof. Dolnośląskiej Szkoły Wyższej we Wrocławiu.

¹ *Poranek Dwójki*, PR 2, edycja 11.08.2014.

² *Trzy godziny pod słońcem*, PR 2, edycja 13.08.2014.

³ H. Mirren, *Siedemdziesiątka: Lubię to!* [Rozm. P.T. Felis], „Gazeta Wyborcza” 2014, nr 185, s. 10.

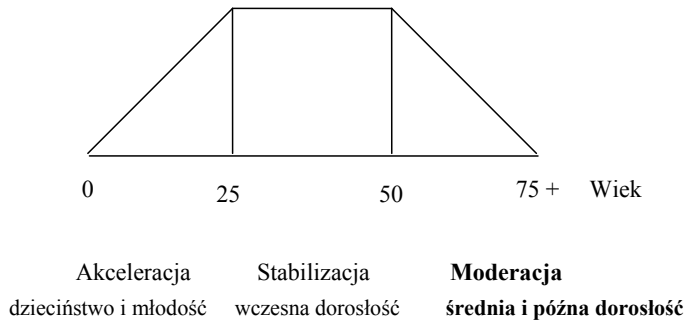
⁴ S. Szelc [Anegdota], „Kabel” 2014, nr 3, s. 2.

jako osobę „w sile wieku” – co zauważył już w latach 70. XX stulecia Jerzy Piotrowski. W drugiej połowie lat 80. XX wieku Berenice Levin Neugarten zaobserwowała nowe historyczne zjawisko – otóż bardzo duża grupa ludzi starszych jest bardzo zdrowa, żywotna, bezpieczna finansowo, politycznie aktywna oraz dobrze zintegrowana w swoim życiu rodzinnym i społecznym, co skłoniło ją do wprowadzenia takich określeń, jak: „młodzi-starzy”, „starzy-starzy” i „sędziwi starcy”, zaś na progu obecnego wieku ks. Jan Sochoń (rocznik 1953) określił siebie mianem „człowiek wczesnego popołudnia”.

Jeszcze czterdzieści parę lat temu, studiując psychologię rozwojową z klasycznych podręczników Marii Żebrowskiej czy Lidii Wołoszynowej, ze zdziwieniem konstatowałem, że rozwój człowieka kończy się na okresie dojrzewania, tuż przed wejściem w pełną dorosłość.

Trudności z jednoznaczną periodyzacją rozwoju w ciągu życia ludzkiego przyniosły poszerzenie takiej właśnie dziedziny, jaką była tradycyjna psychologia rozwojowa. Dziś mówi się o *life-span development psychology*, czyli o psychologii rozwoju w ciągu życia, która prowadzi całozyciowe badania cyklu życiowego, zaczęto również interesować się rozwojem człowieka dorosłego i starzejącego, i coraz częściej zastępuje się termin „starość” określeniem „późna dojrzałość” albo eufemizmem „trzeci poziom dojrzałości”⁵.

Przed dziesięcioma laty – korzystając z rozumowania analogicznego – przedstawiłem na łamach „Gerontologii Polskiej”⁶ własną hipotezę troistości życia człowieka współczesnego, które przechodzi przez trzy następujące stadia: akcelerację, stabilizację i **moderację** (ryc. 1).



Ryc. 1. Schemat biegu życia ludzkiego

Powołałem się wówczas na niekwestionowany od lat paradygmat, mówiący o akceleracji, czyli o przyspieszeniu całokształtu zjawisk związanych z rozwo-

⁵ M. Modrak, *Trzeci poziom dojrzałości. Szczęśliwe życie po sześćdziesiątce*, Helion, Gliwice 2013.

⁶ A.A. Zych, *Moderacja rozwoju – wyzwaniem dla gerontologii edukacyjnej*, „Gerontologia Polska” 2004, nr 3.

jem organizmu, przytaczając zarówno dane antropologiczne, jak i fizjologiczne dotyczące wieku pierwszej miesiączki (menarche), jak i czasu wchodzenia w okres przekwitania (klimakterium). Moderacja rozwoju człowieka w moim rozumieniu oznacza spowolnienia rozwoju w okresie średniej i późnej dorosłości, a tym samym wolniejszy przebieg procesu starzenia się⁷.

Minęła dekada i oto powróciłem do tej niezwykle pociągającej hipotezy, wymagającej naukowej weryfikacji, oraz niosącej za sobą ważne, nie tylko dla gerontologii edukacyjnej, implikacje natury społecznej. Mam na myśli społeczne kwestie związane z globalizacją starości i niewydolnością modelu państwa opiekuńczego. Pracując ostatnio nad wyborem materiałów konferencyjnych, przy jednym z artykułów dałem ten oto przypis.

„Zofia Szarota (2013, s. 22) używa niezbyt trafnego określenia retardacja, w znaczeniu «spowolnienie tempa starzenia się», jednakże angielskie *retardation* można tłumaczyć jako «opóźnienie» i/lub «upośledzenie», retardacja rozwoju może zatem powodować geromorfizm, czyli przedwczesny bądź też przyspieszony proces starzenia się, co obserwujemy np. u osób z zespołem Downa (Zych, 2013 a, s. 95). W andragogice słowackiej i geriatrici czeskiej używa się terminów: *retardácia* i *mentální retardace*, na oznaczenie niepełnosprawności intelektualnej (Výchova..., 2000, s. 389, Kalvach, 2004, s. 363)»⁸.

Do tego przypisu redakcyjnego odniosła się w recenzji wydawniczej tej publikacji zbiorowej Zofia Szarota (2014) twierdząc:

„[...] retardacja to determinowany kulturowo proces «hamowania», intencyjnego spowalniania zewnętrznych oznak procesu starzenia się i odrzucania realizacji zadań rozwojowych na późniejsze lata życia. Jest to wyraźnie obserwowalny i empirycznie weryfikowalny trend: 60-latkowie wyglądają i zachowują się jak niegdysiejsi 50-latkowie, ci z kolei wchodzą w role niegdysiejszych 40-latków, oni z kolei wypełniają zadania rozwojowe 30-latków, 30-latkowie zakładają rodziny i realizują plany prokreacyjne, zaś 20-latkowie to wciąż «dzieci», uczą się, studiują, bawią – na co pozwala im społeczeństwo (moratorium psychospołeczne)»⁹.

Przytoczona polemika naukowa ukazuje, że współcześnie człowiek starzeje się bez wątplenia wolniej, i mamy tutaj dwa ważne procesy starzenia się – biologiczny i społeczny¹⁰; w tym pierwszym procesie może zachodzić moderacja rozwoju, a w tym drugim retardacja rozwoju.

Przykładem retardacji rozwoju niechaj będzie fragment niezwyklego *Manifest przeciwko kultowi młodości* w postaci sztuki Esther Vilar *Starość jest*

⁷ Ibidem, s. 119 i nn.; A.A. Zych, *Przekraczając „smugę cienia”. Szkice z gerontologii i tanatologii*, wyd. 2, „Śląsk”, Katowice 2013, s. 37 i nn.

⁸ A.A. Zych (red.), *Starość darem, zadaniem i wyzwaniem. Wybór materiałów konferencyjnych*, Stowarzyszenie Przyjaciół Domu Pomocy Społecznej „Pod Dębem”, Progres, Sosnowiec–Dąbrowa Górnicza, 2014, s. 35.

⁹ J. Trempała, *Modele rozwoju psychicznego. Czas i zmiana*, Wydawnictwo Uczelniane Akademii Bydgoskiej, Bydgoszcz 2000; J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011 [<http://sjp.pwn.pl/slownik/2515135>], retardacja.

¹⁰ A.A. Zych, *Leksykon gerontologii*, wyd. 2, „Impuls”, Kraków 2010, s. 167–168.

piękna (1985), w której znajdują taki oto generacyjny dialog trzech starych mężczyzn:

„Ponieważ «młodość» oznacza, że się należy do was, że jest się kimś, a «starość», że nie należy się do nikogo i jest się nikim, staramy się więc jak najdłużej być podobni do was. Zaczynamy dość wcześnie. Około czterdziestki staramy się wyglądać na trzydziestkę. Około pięćdziesiątki na czterdziestkę, sześćdziesiątki na pięćdziesiątkę, siedemdziesiątki na sześćdziesiątkę. I w taki oto sposób pozostajemy zawsze o kilka lat młodsi [...]. I tak ciągle robimy z siebie durniów na waszych oczach. Wykrzykujemy – każdy ma tyle lat, na ile się czuje! Każdy ma tyle lat, na ile wygląda. Wygładzamy zmarszczki, farbujemy włosy, ukrywamy łysiny, wciągamy brzuchy i dopasowujemy się do waszych ubrań. No i oczywiście odwiedzamy wasze dyskoteki, tańczymy wasze tańce, podkradamy wasze powiedzonka. Weiskamy się w wasze samochody, dosiadamy waszych motocykli i, rzecz jasna, flirtujemy z waszymi dziewczynami. Przez cały czas oszukujemy się, że nikt nie zauważy naszego kłamstwa. Nie zauważy czterdziestolatka, który udaje trzydziestolatka czy pięćdziesięciolatka, który udaje czterdziestolatka. Boimy się i ze strachu tracimy jedyną rzecz, jaka naprawdę należy do nas – godność dojrzałego wieku. Godność, której już do śmierci wielu z nas nie odzyska [przekład Bożeny Intrator]”¹¹.

Z kolei hipotezę moderacji rozwoju człowieka i spowolnienia biologicznego procesu starzenia się zdają się potwierdzać badania Jamesa Vaupela, które „[...] wykazały, że wraz ze wzrostem długości życia w ciągu 50 lat o 10–12 lat wydłużył się wiek biologiczny Europejczyków (Wojtasiński, 2005, s. 119). Sześćdziesięcio- i siedemdziesięciolatki są dziś w takiej kondycji, w jakiej byli ich rodzice i dziadkowie w wieku lat pięćdziesięciu”.

Także przeprowadzone w 2004 r. w Wielkiej Brytanii badania ludzi wchodzących obecnie w wiek emerytalny dowodzą, że aż 3/4 z nich czuje się tak, jakby miało o 25% lat mniej niż w rzeczywistości (respondenci, którzy przekroczyli 60 lat, czuli się jakby mieli 48 lat), zaś co czwarta osoba powyżej 50. roku życia utrzymywała, że nigdy nie przestała być młoda, 45-, 54-latkowie częściej niż inne grupy wieku deklarowali, że młodość jest wieczna, a osoby powyżej 55. roku życia częściej niż inne twierdziły, że nie wiedzą, kiedy młodość się kończy¹², oraz badania zrealizowane w 2008 r. w Niemczech na próbie 3880 osób w wieku między 50. a 70. rokiem życia, z których wynika, że 80% badanych „czuje się zbyt młodo na emeryturę” i zdaniem Dietera Ottona: „[...] granica, od której zaczyna się starość, przesunęła się w górę. Dzisiejsi 70-latkowie mają często jeszcze 20 lat życia przed sobą. Ludzie żyją dłużej, są dłużej młodzi i zdrowi”; potwierdzają to również badania zrealizowane na Uniwersytecie Michigan w Ann Arbor, z których wynika, że „[...] współcześni starsi ludzie czują się młodsi przeciętnie o około 13 lat w stosunku do tego, co pokazuje ich metryka”¹³.

¹¹ E. Vilar, *Starość jest piękna. Manifest przeciwko kultowi młodości*, ADiT, Warszawa 2008, s. 20–21.

¹² R. Gurbiel, B. Gola, *Seniorzy – rynek niewykorzystanych możliwości*, „Harvard Business Review Polska” 2005, nr 11, s. 58.

¹³ A. Rybińska, *Weseli emeryci '68*, „Rzeczpospolita” 2008, nr 239, s. 9.

Interesujący jest także pogląd na moderację rozwoju człowieka amerykańskiego ekonomisty Josepha Stiglitz, którego zdaniem:

„Społeczeństwa krajów rozwiniętych coraz bardziej się starzeją, a dzisiejszy sześćdziesięcio-kilkuletni emeryt nie przypomina wcale zmęczonego życiem i schorowanego staruszka sprzed kilkudziesięciu lat. Co więcej, prawdę mówiąc, może być równie sprawny zawodowo, co trzydziestolatek. Dlatego uważam, że podwyższenie wieku emerytalnego i rezygnacja z wcześniejszego przechodzenia na emeryturę to bardzo racjonalne rozwiązania”¹⁴.

Otwarte pozostaje jednak pytanie: Czy moderacja i/lub retardacja rozwoju, oraz idące w ślad za tym spowolnienie procesów biologicznego i/lub społecznego starzenia się, dotyczą każdej osoby starzejącej się?

Otóż nie – zapewne decydują o tym „dobry garnitur genetyczny”, przekazywany z pokolenia na kolejną generację, mniej lub bardziej ryzykowny styl życia, co od wieków jest domeną mężczyzn, którzy przeciętnie żyją krócej od kobiet o dekadę. Ważne są również profilaktyka gerontologiczna, zachowania prozdrowotne, postęp w medycynie i racjonalny styl życia. W tym miejscu konieczny jest komentarz Wojciecha Eichelbergera:

„Gdy popatrzymy na wskaźnik przeżycia, można odnieść wrażenie, że jest znakomicie. Wzrosła nam [przeciętna długość życia] do siedemdziesięciu pięciu lat, czyli żyjemy średnio o piętnaście lat dłużej niż kilkadziesiąt lat temu. Ale gdy wejdziemy w szczegóły, sprawa wygląda inaczej. Okazuje się, że na tę wspaniałą średnią składają się w znacznym stopniu sukcesy medycyny w przedłużaniu życia bardzo chorych noworodków i starych ludzi. Większość tych, którym udało się przekroczyć średnią, jest w złym stanie ciała i umysłu. Nawet w grupie pięćdziesiąt plus, czyli tych, którzy mają jeszcze sporo lat do emerytury, 30 procent cierpi na różne chroniczne dolegliwości, jest na rentach, wcześniejszych emeryturach, przedłużonych zwolnieniach i tym podobnych. Jest to sygnał świadczący o ogólnym przeciążeniu albo o powszechnym niedostatku elementarnych umiejętności dbania o zdrowie w tej grupie wiekowej”¹⁵.

Zgodzić się również należy z poglądem Ryszarda Borowicza, który pisał, że „w pokoleniu zstępującym wyróżnia się dzisiaj już dwa pokolenia: **coraz bardziej licznych witalnych emerytów, z ich niezaspokojonymi potrzebami** [podkreślenie moje – A.A.Z.], oraz ludzi gasnących organicznie, wymagających opieki”¹⁶.

Nasuwa się dość oczywisty wniosek: „łaska późnego urodzenia” (określenie Magdaleny Grocholi) oraz spowolnienie biologicznego i/lub społecznego starzenia się nie każdemu są dane...

¹⁴ J. Stiglitz, *Wydłużenie wieku emerytalnego to w Europie ruch niezbędny*, „Dziennik” 2008, nr 114, s. 20.

¹⁵ W. Eichelberger, B. Pawłowicz, *Życie w mieście, czyli jak nie trafić do rajku na niby i odnaleźć harmonię ze światem*, Zwierciadło, Warszawa 2013, s. 95.

¹⁶ R. Borowicz, Recenzja dorobku naukowego i rozprawy habilitacyjnej nt. „Aspiracje życiowe młodzieży w środowisku kulturowo zróżnicowanym...” [niepublikowana recenzja], Arch. DSW, Wrocław 2013.

Bibliografia

- Borowicz R., Recenzja dorobku naukowego i rozprawy habilitacyjnej nt. „Aspiracje życiowe młodzieży w środowisku kulturowo zróżnicowanym”... [niepublikowana recenzja], Arch. DSW, Wrocław 2013.
- Eichelberger W., Pawłowicz B., *Życie w mieście, czyli jak nie trafić do rajku na niby i odnaleźć harmonię ze światem*, Zwierciadło, Warszawa 2013.
- Gurbiel R., Gola B., *Seniorzy – rynek niewykorzystanych możliwości*, „Harvard Business Review Polska” 2005, nr 11.
[http://sjp.pwn.pl/slownik/2515135], retardacja.
- Kalvach Z., *Syndrom wyhożenia*, [w:] Z. Kalvach i współprac. (red.), *Geriatrye a gerontologie*, Grada Publishing, Praha 2004.
- Modrak M., *Trzeci poziom dojrzałości. Szczęśliwe życie po sześćdziesiątce*, Helion, Gliwice 2013.
- Poranek Dwójki*, PR 2, edycja 11.08.2014.
- Rybińska A., *Weseli emeryci '68*, „Rzeczpospolita” 2008, nr 239.
- H. Mirren, *Siedemdziesiątka: Lubię to!* [Rozm. P.T. Felis], „Gazeta Wyborcza” 2014, nr 185.
- Stiglitz J., *Wydłużenie wieku emerytalnego to w Europie ruch niezbędny*, „Dziennik” 2008, nr 114.
- Szarota Z., Recenzja wydawnicza pracy zbiorowej pt. „Starość darem, zadaniem i wyzwaniem...” [niepublikowana recenzja], Arch. DPS, Dąbrowa Górnicza 2014.
- Szarota Z., *Społeczno-demograficzne aspekty starzenia się społeczeństwa, doświadczanie*, [w:] Kijak R.J., Szarota Z., *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013.
- Trempała J., *Modele rozwoju psychicznego. Czas i zmiana*, Wydawnictwo Uczelniane Akademii Bydgoskiej, Bydgoszcz 2000.
- Trempała J. (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2011.
- Trzy godziny pod słońcem*, PR 2, edycja 13.08.2014.
- Vilar E., *Starość jest piękna. Manifest przeciwko kultowi młodości*, ADiT, Warszawa 2008.
- Výchova a vzdelávanie dospelých. Andragogika. Terminologický a výkladový slovník*, wyd. 7, SPN, Bratislava 2000.
- Wojtasiński Z., *Wечно młodzi do 2150 roku*, „Wprost” 2005, nr 51/52.
- Zych A.A., *Dziecko z przedwczesnym starzeniem się*, [w:] B. Cytowska, B. Winczura, A. Stawarski (red.), *Dzieci chore, niepełnosprawne i z utrudnieniami w rozwoju*, wyd. 2, „Impuls”, Kraków 2013.
- Zych A.A., *Leksykon gerontologii*, wyd. 2, „Impuls”, Kraków 2010.
- Zych A.A., *Moderacja rozwoju – wyzwaniem dla gerontologii edukacyjnej*, „Gerontologia Polska” 2004, nr 3.
- Zych A.A., *Przekraczając „smugę cienia”. Szkice z gerontologii i tanatologii*, wyd. 2, „Śląsk”, Katowice 2013.
- Zych A.A. (red.), *Starość darem, zadaniem i wyzwaniem. Wybór materiałów konferencyjnych*, Stowarzyszenie Przyjaciół Domu Pomocy Społecznej „Pod Dębem”, Progres, Sosnowiec–Dąbrowa Górnicza, 2014.

S. Maria B. Pecyna*

Obraz siebie a przejawy kryzysu wartościowania u kobiet w wieku poprodukcyjnym

Wprowadzenie

Obraz siebie jest modułowym składnikiem struktury osobowości, modyfikującym i prognozującym kreatywną aktywność każdego człowieka. Jako „organizator” cech psychosomatycznych, uznawanych za własne i specyficzne, modeluje on adekwatność nakreślonej mapy, według której potrafi bezbłędnie sterować swoim zachowaniem. Ponadto w analizowanym obrazie wyodrębnia się różne warunkujące przymioty, stąd w literaturze przedmiotu wyróżnia się między innymi ukształtowany wcześniej obraz siebie („taki byłem”), rzeczywisty („taki jestem”), życzeniowy („taki chciałbym być”), powinnościowy („taki powinienem być”) i publiczny („takim chciałbym być w oczach innych”) (Maslow 1971, Frankl 1976, Muszyński 1987, Mariański 1990, Brytek-Matera 2008)**. Jako ważny element struktury osobowości pełniący funkcję jej stabilizacji i integracji obraz siebie zapewnia trwałość ludzkich działań, zaś regulacyjna jego rola wysoko koreluje z podstawowym źródłem możliwości, które afirmują i determinują stosunek człowieka do samego siebie. Dlatego analizowany obraz jest nie tylko niezbędnym regulatorem integracji i stabilizacji zachowania, ale także przedstawia podstawowe źródło motywacji w podejmowaniu starań na rzecz wspierania i rozwoju własnego „ja”. I właśnie ta ekspansja głównie realizuje się przez sukcesywne zwiększanie zakresu kontroli nad otoczeniem, umacnianie samokontroli oraz podwyższanie poczucia własnej wartości.

Wychodząc od takich założeń, niezwykle istotne wydaje się obserwowanie wyborów wartości, które w literaturze przedmiotu są określane jako cechy obiektu, rzeczy, idei w relacji do podmiotu oraz jego potrzeb, dążeń i zain-

* Dr hab., prof. Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu, Wydział Pedagogiczny.

** Literatura cytowana przez Autorkę jest tak obszerna, że włamanie przypisów źródłowych u dołu kolumny zakłóciłoby Czytelnikowi percepcję artykułu. Wobec tego wyjątkowo odstąpiono od przyjętego sposobu, kierując Czytelnika do piśmiennictwa. Pozostawiono tylko przypisy wyjaśniające.

teresowań. W tym sensie mają charakter subiektywny, choć są wyznaczone obiektywnymi przymiotami i uwarunkowaniami społeczno-historycznymi. Jednak ze względu na bezpośredni wkład wartości w orientację światopoglądową, stanowią istotne *credo*, czy/i platformę regulacji wszelakiego zachowania i działania (McCrery 1979, Oleś 1989, Juros, Oleś 1992, Pecyna 1992e, 1997, Masłowski 2007, Fromm 2010).

Niepodważalny też okazał się atrybut, iż w ciągu życia człowieka wiele cech tworzących strukturę osobowości ulega różnym przekształceniom powodującym u niego nawet zmianę sensu i celu istnienia, a z nimi przyjęta wcześniej hierarchię wartości. Co więcej, posiadając nie zawsze jasne kryteria wartościowania, przeżywa poważne kłopoty z podejmowaniem właściwych decyzji w skutecznym rozwiązywaniu problemów. W konsekwencji zamiast angażować się w wyjaśnianie bieżących spraw czy w ustalanie konkretnego planu pokonywania jawiących się trudności, skupia się na konkurencyjnych formach aktywności, czego efektem może być poczucie braku czasu na produktywną integrację samego procesu wartościowania. Najczęściej chodzi tu o większą dojrzałość w poznawaniu i realizowaniu egzystencjalnych potrzeb (Pecyna 1992a, 1993a, b, c, Pecyna 2007). Bezpośrednim źródłem zinterioryzowanych reguł postępowania bywa konieczność zachowywania systematycznej czujności i permanentnego wzmacniania standardów w wyborze wartości codziennego życia wyzwalających samozadowolenie, a z nim szacunek do siebie (Rogers 1964, Rokeach 1973, Krucina 2007). Uzasadnieniem tej tezy są wysokie wartości wskaźników opisujących związek pomiędzy przeżywanymi kryzysami a nieumiejętnością ich hierarchicznego uporządkowania. Z kolei, zdaniem Olesia (2002), elementy wyzwalające kryzys wartościowania mogą być znaczące przy dezintegracyjnych przewartościowaniach samego jego procesu, zwykle wysoko skorelowanego z napotykanymi trudnościami w doborze metod zaplanowanego działania.

Przedział wiekowy, w którym definitywnie kończy się pracę zawodową, nazwany wiekiem poprodukcyjnym – wyznacza końcowy przedział życia, w którym człowiek dokonuje z jednej strony bilansu obrazu siebie, z drugiej zaś doświadcza specyficznego kryzysu kryterium wyboru określonej hierarchii wartości i ich realizacji (Pecyna 1992 a-d Pecyna 1993 a-b). Istnieje też przeświadczenie, iż dokonujące się w człowieku zmiany odpowiadają cechom dominującym w strukturze osobowości wieku dojrzałego, natomiast mechanizmy przystosowawcze ulegają najczęściej określonym modyfikacjom i to często nacechowanym deformacjami, jak np.: osoby oszczędne w ciągu życia w późniejszym wieku stają się skąpe, zaś stanowcze – despotyczne itp. Zatem interesująca w tym względzie może stać się analiza porównawcza obrazów siebie w wieku poprodukcyjnym osób, które doświadczyły bądź też nie kryzysu wartości. I właśnie ta analiza porównawcza stała się priorytetowym celem niniejszego doniesienia, bo choć brzmi nieco teoretycznie, to znajomość wyni-

ków z tychże eksploracji ma praktyczne znaczenie w relacjach typu psycholog kliniczny/pedagog–pacjent geriatryczny/klient kardiologiczny w wieku poprodukcyjnym.

Osoby badane i metody badań

Badaniami klinicznymi objęto 96 kobiet w wieku 63–87 lat (średnia wieku 78,9) z niedokrwinną chorobą serca, zdiagnozowaną co najmniej dwa lata temu (grupa A), u których w standaryzowanej rozmowie psychologicznej stwierdzono ogólne zagubienie się w dotychczas preferowanym systemie wartości. W celach porównawczych utworzono analogiczną grupę B, która liczbowo i wiekowo była tożsama z grupą A, a różniła się tylko jednym parametrem – nieobecnością kryzysu w przyjętym *a priori* systemie wartości.

Badania były realizowane w ich własnych domach na terenie Warszawy, co najmniej w ciągu ostatnich trzech lat.

Operacjonalizując sformułowany problem w badaniach psychometrycznych, zastosowano następujące techniki badawcze:

- standaryzowaną rozmowę psychologiczną mającą na celu zebranie ogólnych danych i nawiązanie kontaktu z badanymi kobietami;

- kwestionariusz do badania kryzysu w wartościowaniu (KKW) P. Olesia (1998), mierzący stopień nasilenia i przejawy kryzysu wartościowania scharakteryzowane w czterech podskalach:

- H – trudności uporządkowania systemu wartości w hierarchię,

- Z – poczucie zagubienia wartości,

- D – dezintegrację wartościowania,

- R – poczucie nierealizowania wartości;

- test przymiotnikowy (ACL – *Adjective Check List*) H.G. Gougha i A.B. Heilbruna (1983), przeznaczony do badania różnych cech osobowości odzwierciedlonych w 37-stopniowej skali, które mogą być sprawdzane i opisywane osobno bądź w wiązkach cech, jak np. w obszarach:

- umiejętności współpracy, funkcjonowania w sytuacjach zadaniowych,

- pewności siebie i zaufania do swoich zdolności oraz znajdowania rozwiązań,

- uspołecznienia, funkcjonowania w sytuacjach społecznych,

- samokontroli i uporządkowanie w myśleniu i działaniu,

- życzliwości, opiekuńczości względem innych (Gough i in. 1983, Matkowski 1984).

W prezentowanym doniesieniu test został zastosowany w trzech wersjach: „taki byłem”, „taki jestem” i „takim chciałbym być”, ponieważ został oparty na założeniu, że ludzie, którzy wybierają dla siebie różne konstelacje przymiotników, posiadają różne właściwości obrazu siebie ujawniające w swej strukturze odmienne cechy, stereotypy i konfiguracje zachowań.

W opracowaniu statystycznym uwzględniono analizę prostą oraz wielozmianową analizę wariancji na podstawie kryterium Lambda Wilksa (W) zdefiniowaną jako iloraz:

$$\Lambda = \frac{(W)}{(C)},$$

gdzie W i C oznaczają odpowiednie macierze zmienności wewnątrzgrupowych i całkowitych.

Wyniki badań i ich omówienie

Poszukując współzależności pomiędzy obrazem własnego „ja” a osobiście doświadczanymi kryzysami psychologicznymi, dokonano wielu operacji statystycznych, bowiem jakość samooceny jest warunkowana dobrym bądź złym samopoczuciem, a także stawianymi sobie harmonogramami scenariuszy z akceptowanymi strategiami, życzeniami, a także przyjętą wcześniej hierarchią wartości.

Udowodniono, że zawyżona samoocena naraża na częste frustracje i niepowodzenia, zaniżona zaś – prowadzi do ograniczenia aktywności, braku szacunku i uznania dla siebie, a także dla preferowanych wartości.

Przeprowadzając analizę w tym kontekście, test ACL pozwala na ujęcie obrazu siebie w kategoriach nasilenia różnych potrzeb i postaw wobec siebie w kilku wymiarach czasowych: przeszłym („ja” przeszłe), teraźniejszym („ja” realne) i przyszłym („ja” idealne), które uwzględniono w analizie statystycznej. I tak w obrazie siebie przed osiągnięciem wieku emerytalnego w wersji „taki byłem” w obu analizowanych grupach A i B wyraźnie dominowały takie potrzeby, jak: wytrwałości (End), zrozumienia zachowania swojego i innych (Int) oraz autonomii (Aut), zaś uwzględniając komponenty zachowań interpersonalnych – zaufanie do siebie (S-Cfd) i idealny obraz siebie (Iss). Oznacza to, że w przeszłym obrazie siebie badane kobiety określiły się jako: wytrwałe w każdym działaniu, zdolne i uzdolnienia swe rozwijały we właściwym kierunku. Toteż określiły się jako osoby rozważne, sumienne, autonomiczne (niezależne od innych, a zwłaszcza od społecznych oczekiwań i wartości), osoby czynu, z dobrym przystosowaniem i przekonaniem o posiadaniu odpowiednich zdolności do osiągnięcia celu. Może to sugerować, że poza potrzebami funkcjonowania zadaniowego – samodzielności, badane kobiety dostrzegły także potrzeby interpersonalne. Motyw ten dominuje także w realnym obrazie siebie u osób należących do grupy B, które charakteryzowały się wyraźnym zagubieniem w przyjętej wcześniej hierarchii systemu wartości.

Analiza uzyskanych różnic między porównywanymi średnimi w badanych grupach pozwala wnioskować, że obraz realny („taka jestem”) kobiet z grupy A różni się statystycznie w sposób istotny przy $p < 0,001$ od obrazu zanotowanego w grupie B w 12 przypadkach na 37-stopniowej skali testu ACL. Kobiety

z grupy B miały mniejszą potrzebę dominacji (Dom), czyli miały mniejszą motywację do kontrolowania zachowań innych, były mniej pewne siebie, unikały sytuacji wymagających podejmowania decyzji. Miały także wyraźnie mniejszą potrzebę afiliacji (Aff) i kontaktów heteroseksualnych (Het) – co wskazywałoby na ich mniejsze dążenie do nawiązywania osobistych kontaktów z innymi ludźmi, tzn. dostrzega się u nich wyraźne zahamowanie w kontaktach interpersonalnych z powodu pojawiających się trudności znajdowania w nich satysfakcji emocjonalnej. Ponadto poszukiwały sytuacji bardziej stabilnych, a zdecydowanie unikały nieznanych, na które reagowały lękiem i potrzebą zmiany (Cha). Wyraźnie większe okazało się u nich poczucie własnej niższości (Aba), skłonność do nadmiernego samokrytycyzmu, bowiem zanotowano znacznie obniżony idealny obraz siebie (Iss) oraz przypisywanie sobie przyczyn swojej niezaradności społecznej przy zachowanej potrzebie upokarzania się (Aba), wewnętrzej samokontroli (S-Cn) i gotowości do poddania się poradnictwu psychologicznemu (Crs) celem dokonania zmian w strukturze cech swojej osobowości.

Dodatkowych informacji o realnym obrazie siebie dostarczyła analiza poszczególnych przymiotników, która zwraca uwagę na różnicę w uzyskanych wartościach wskaźników opisujących liczbę przymiotników wybranych przez obie wyróżnione grupy (z 300 przymiotników testu ACL obliczono częstość posługiwania się nimi przy opisie badanych obrazów siebie w grupach A i B, przy czym w dalszej analizie uwzględniono tylko te, które były wybrane przez co najmniej 40% osób z danej grupy). I tak w grupie A 78 przymiotników zostało użytych do opisu obrazu realnego siebie przez więcej niż 40% kobiet, zaś w grupie B takich przymiotników było zaledwie 13. Dalsze różnice dotyczyły jakości wybranych przymiotników, przy czym wybrano dziewięć przymiotników pozytywnych w grupie A i 16 – w grupie B (jeden przymiotnik miał konotację negatywną – „roztargniony”). Zanotowano również, że obie badane subpopulacje wybrały równie często tylko dwa przymiotniki: „cierpliw” i „wrażliwy” – po 67,2%. Wszystkie 46 przymiotników istotnie częściej wybieranych do samoopisu przez badane z grupy A miały treść negatywną, w tym 14 to przymiotniki diagnostyczne: Agg (potrzeba agresji) i Aba (potrzeba upokarzania się), a więc mówiące o impulsywności, braku zaufania do siebie, angażowaniu się w działania, które atakują lub sprawiają przykrość innym, poczuciu małej wartości wyrażanej przez samokrytykę, poczucie winy lub społeczną nieudolność.

Przymiotniki rzadziej używane miały natomiast w większości treść pozytywną. Można przypuszczać, że odzwierciedla to jeszcze raz poziom samooceny u badanych kobiet, które same zagubiły się w systemie wcześniej przyjętych hierarchii wartości. Uważały się za mniej pozytywne niż rówieśniczki z grupy B, bowiem częściej do opisu siebie preferowały przymiotniki pejoratywne, a rzadziej pozytywne.

Ciekawe też okazało się spostrzeżenie, że istnieje duża zgodność ($D = 13,4$) między idealnymi obrazami siebie ocenianymi przez obie badane grupy. Można zatem wnioskować o istnieniu zgodności percepcyjnej między kobietami przeżywającymi zagubienie się w preferowanym przez siebie systemie wartości a tymi, u których takich problemów nie stwierdzono.

Podsumowując przedstawione wyniki z analizy prostej testu ACL, można stwierdzić, iż:

- zagubione kobiety w preferowanym systemie wartości widziały siebie („ja” realne) wyraźnie mniej pozytywnie niż ich rówieśnice, u których takich problemów nie zauważono;
- samopercepcje w obrazach „ja” przeszłe, jak i „ja” idealne były zbliżone do samoopisu kobiet należących do obu wyróżnionych grup.

Przedstawione możliwe relacje w obrazach siebie między badanymi grupami nie wyczerpują wszystkich możliwych interakcji, różnorodności struktur i form postrzegania siebie. Zaburzenia percepcji (np. zbyt duża rozbieżność między obrazami siebie – „przeszłym”, „realnym” i „idealnym” lub przeciwnie – brak wystarczającego zróżnicowania) mogą modyfikować proces wartościowania, a więc w konsekwencji odczuwanie odpowiedniej do danej sytuacji satysfakcji z przeżywanego „ja”.

Zagadnienie trudności w wartościowaniu, tak popularne w tym wieku, przedstawiają wyniki KKW zarówno w wyniku ogólnym, jak i w poszczególnych skalach: H (trudności uporządkowania systemu wartości w hierarchię), Z (poczucia zagubienia wartości), D (dezintegracja wartościowania) oraz R (poczucie niezrealizowania wartości). Najsilniejsze zależności zanotowano pomiędzy kryzysem w wartościowaniu a obrazem „idealnym” (0,743) oraz pomiędzy poczuciem zagubienia wartości a badanymi obrazami siebie: „przeszłym” w skalach: Unfav (liczba wybranych przymiotników negatywnych – 0,643); Dom (potrzeba dominacji – 0,642), Aut (potrzeba autonomii – 0,672) i S-Cfd (zaufanie do siebie – 0,682); „realnym” w skalach: P-Adj (przystosowanie osobiste – 0,493), Iss (idealny obraz siebie – 0,563), Mls (zdolności przywódcze – 0,687) oraz „idealnym” w skalach: Nur (potrzeba wsparcia ze strony innych – 0,562), Aff (potrzeba afiliacji – 0,549), Suc (potrzeba wsparcia ze strony innych – 0,549) i Mas (męskość – 0,591) w grupie A.

Rozpatrując te same obrazy siebie, ale analizowane w grupie B, nie stwierdzono statystycznie istotnych związków z kryzysem w wartościowaniu. Pewną tendencję do powiązania z jednym z aspektów kryzysu tegoż, mianowicie z trudnościami uporządkowania systemu wartości w hierarchii, wykazuje jedynie 12 stopni tematycznych testu ACL, które ujmują komponenty zachowań interpersonalnych. A zatem w sposobie i nasileniu przeżywania kryzysu w wartościowaniu starszych ludzi w wieku poprodukcyjnym największe znaczenie mają: tendencje do kontrolowania i kierowania własnym zachowaniem, poczucie sensu życia, pozytywny stosunek do życia i własnych uzdolnień,

a także uzdolnienia kognitywne (poznawcze) przy dużej płynności pomysłów i idei, jasna linia postępowania, ciężka praca dla osiągnięcia celów, umiejętności wywierania wpływu na innych oraz dobra organizacja pracy.

Dla głębszego poznania problemu dalsze obliczenia statystyczne wykonano metodą wyboru cech o największej sile dyskryminacji na podstawie kryterium Lambda W, co pozwoliło aproksymować i dyskryminować statystycznie wyróżnione zmienne. Jako miernik dobroci dyskryminacji przyjęto stosunek wyznacznika z macierzy zmienności całkowitych (C). Wyniki tychże operacji statystycznych spośród 117 wyróżnionych w badaniach zmiennych czynnikami dyskryminującymi badane grupy A (zagubionych w systemie wartości, z którym łączy się wzmożony lęk i niepokój) i B (niezagubionych, z poczuciem właściwego zrealizowania przyjętej hierarchii wartości w życiu) pokazuje tabela.

Grupa A	Grupa B	Wartość statystyki Λ (<i>lambda</i>)
dezintegracja w wartościowaniu (D)	potrzeba autonomii (Aut) – obraz realny	0,1724052
potrzeba wsparcia przez innych – obraz realny	potrzeba ujawniania się (Exb) – obraz przeszły	0,1627141
poczucie niezrealizowania wartości (R)	zaufanie do siebie (S-Cfd) – obraz realny	0,1345137
potrzeba upakarzania się (Aba) – obraz idealny	potrzeba opiekowania się (Nur) – obraz idealny	0,1187405
poczucie zagubienia wartości (Z)	gotowość do poddania się poradnictwu psychologicznemu (Crs) – obraz realny	0,1040128
trudności uporządkowania systemu wartości w hierarchie (H)	przystosowanie osobiste (P-Adj) – obraz idealny	0,0986034
Wolne Dziecko (Fc) – obraz realny	samokontrola (S-Cn) – obraz idealny	0,0733151
wysoka oryginalność i niska inteligencja (A-1) – obraz realny	idealny obraz siebie (Iss – obraz przeszły)	0,0607613
potrzeba porządku (Ord) – obraz idealny	Dorosły (A) – obraz idealny	0,0602289
gotowość do poddania się poradnictwu psychologicznemu (Crs) – obraz idealny	potrzeba wytrwałości (End) – obraz idealny	0,0601470
zaufanie do siebie (S-Cfd) – obraz przeszły	przygotowanie osobiste (P-Adj) – obraz realny	0,0590414
potrzeba afiliacji (Aff) – obraz idealny	potrzeba zrozumienia siebie i innych (Int) – obraz idealny	0,0572906
potrzeba opiekowania się (Nur) – obraz idealny	potrzeba wyróżniania się (Exb) – obraz realny	0,0527508

Zatrzymano się na zbiorze 26 czynników, ponieważ cytowane zmienne psychologiczne różnicujące badane grupy A i B zawarte są w pełnej określonej ich liczbie, stąd dalsze dołączanie zmiennych metodą Lambda W (według której wybór odbywa się krokowo po dwie cechy naraz w jednym kroku, na zasadzie maksymalnego zmniejszania wartości statystyki Lambda W) nie wnosi już pod względem statystycznym nic nowego.

Uwzględniając uzyskane dane statystyczne różnicujące badane grupy, okazało się, że najważniejszym czynnikiem jest dezintegracja w wartościowaniu (D), która w grupie A (ponieważ w tej grupie ludzi zagubionych w systemie wartości istnieją rozbieżności między wartościami uznawanymi intelektualnie, odczuwanymi emocjonalnie oraz realizowanymi) wyraźnie koreluje z potrzebą autonomii (Aut) w realnym obrazie siebie. Uwzględniając dalsze zmienne, można wnioskować, że kobiety zagubione w świecie wartości w wieku poprodukcyjnym w porównaniu z grupą B (niezagubionych) są bardziej egocentryczne emocjonalnie, submisyjne, szukające przy tym uznania i poparcia, ufne i otwarte, nawet z pewną dozą naiwności w swej wierze w dobrą wolę innych, a także usuwające się w cień, mające kłopoty z adaptacją siebie, broniąc się w ten sposób przed krytycyzmem i odrzuceniem przez innych, przy zachowanej wysokiej oryginalności i niskiej inteligencji, ze stanem *ego* zawierającym dziecięce pozostałości zaspokajania swoich pragnień, określonej spontaniczności zachowania i radości życia.

W obrazie idealnym istnieje tylko słaba tendencja do wystąpienia dodatniego związku między potrzebami: afiliacji (zawierania wielu znajomości i przyjaźni) i opiekania się (angażowania się w działalność przynoszącą materialną lub emocjonalną korzyść innym) a przeżywanym rodzajem kryzysu wartości. Taki układ zależności świadczy o tym, że struktura obrazu idealnego ma priorytetowe znaczenie dla zapobieżenia lub zredukowania rozbieżności pomiędzy emocjonalnym, poznawczym i motywacyjnym aspektem wartościowania. Z kolei ich rówieśniczki, ale nie przeżywające kryzysu w wartościowaniu, charakteryzują się raczej cechami przeciwnymi ze skłonnością do większej ufności, wyrozumiałości w kontaktach z innymi, są bardziej aktywne, stanowcze, a nawet często bezwzględne w dążeniu do celu. Pewne siebie i ufne we własne możliwości potrafią pozytywnie modyfikować realny obraz siebie w kierunku ostentacyjnego sposobu bycia, egocentryzmu aż do narcyzmu, koncentrując się przy tym na określonym celu połączonym z giętkością w przystosowaniu i określonym kombinatorstwem.

Rozważając pozostałe związki między poszczególnymi aspektami kryzysu wartościowania a strukturami badanych obrazów siebie, stwierdzono, że: z trudnościami uporządkowania systemu wartości w hierarchię istotnie dodatnio wysoko korelują takie zmienne, jak: liczba wybranych negatywnych przymiotników służących do opisu siebie (Unfav, 0,583, $p < 0,01$), potrzeba agresji (Agg, 0,662, $p < 0,01$), potrzeba zmiany (Cha, 0,682, $p < 0,01$), potrzeba

upakarzania się (Aba, 0,573, $p < 0,01$), samokontrola (S-Cn, 0,539, $p < 0,01$), gotowość do poddania się poradnictwu (Crs, 0,517, $p < 0,01$) i Dziecko (Ac, 0,571, $p < 0,01$). Zarysowała się ponadto pewna tendencja do wystąpienia dodatniego związku pomiędzy skalą kontrolną, mierzącą stopień niekonwencjonalnego zachowania odbiegającego od przeciętnego modelu akceptowanego w danym środowisku, a trudnościami wynikającymi z braku takiego uporządkowania (m.in. kłopotami z orientacją w tym, co jest ważne, a co najważniejsze w hierarchii wartości).

Z poczuciem zagubienia wartości, ich utraty lub braku skorelowane zostały istotnie statystycznie dwie zmienne osobowości: potrzeba autonomii w działaniu (Aut, 0,538, $p < 0,01$) i idealny obraz siebie (Iss, 0,639, $p < 0,01$). Cytowane wartości wskazują, że większe znaczenie wystąpienia lub zwiększenia tego rodzaju kryzysu ma brak oceny stanu *ego* zawierający konstelację uczuć, postaw i behawioralnych predyspozycji przypominających tego z rodziców, który krytykuje, wynajduje błędy, stawia ograniczenia, wpaja normy społeczne (współczynniki korelacji dla stanu *ego* mają wyższe wartości i mieszczą się w granicach 0,653–0,686).

Konkluzje i zalecenia

Przedstawiona analiza statystyczna dwóch porównywalnych ze sobą grup kobiet w wieku poprodukcyjnym: A (u których stwierdzono zagubienie się w preferowanym systemie hierarchii wartości) i B (takich problemów nie zanotowano) prowadzi do następujących wniosków:

- kryzys wartościowania u badanych kobiet skorelowany z niskim przystosowaniem się do starości prawdopodobnie został uwarunkowany izolacją społeczną popartą pełną świadomością kończącego się życia;
- doświadczany kryzys wartościowania współwystępował z niskim poczuciem własnej wartości i sensu podejmowania dalszych prac z powodu wyraźnego poczucia zagubienia się w życiu społecznym intensywnego już odchodzenia od dotychczas cenionych ideałów i preferowanych wzorców ludzkiego życia;
- cechy osobowościowe, takie jak: potrzeba wsparcia przez innych, potrzeba upokarzania się, potrzeba porządku, potrzeba afiliacji, Wolne Dziecko, wysoka oryginalność i niska inteligencja oraz negatywny obraz siebie dezintegrująco modelują samoocenę sytuacji kryzysowych, zakłócając prawidłowy wybór sposobu wyjścia z sytuacji trudnych z powodu realnie kończącego się ziemskiego życia,
- odporność psychiczną bezpośrednio warunkuje efektywne radzenie sobie z kryzysem w procesie wartościowania. I tak w kolejności ich znaczenia na kobietę mają wpływ takie cechy osobowości, jak: potrzeba autonomii, potrzeba ujawniania się, zaufanie do siebie, potrzeba opiekania się, gotowość

do poddania się poradnictwu psychologicznemu, samokontrola, idealny obraz siebie, Dorosły, potrzeba wytrwałości, przystosowanie osobiste, potrzeba zrozumienia siebie i innych oraz potrzeba wyróżniania się;

- statystycznie podsumowane wyniki z badanych zależności mają głównie znaczenie wyjaśniające oraz prognozujące pozytywne rezultaty psychoterapii kobiet w wieku poprodukcyjnym, zwłaszcza przeżywających zarówno kryzys w wartościowaniu, jak i własną niedokrwienną chorobę serca, które wymagają od każdej z nich wielu wyrzeczeń psychicznych i fizycznych, ponieważ bezpośrednio warunkują zarówno efektywność, jak i skuteczność zastosowanej farmakoterapii;

- wynikające z badań konkluzje dotyczące jedynie badanych kobiet mogą zachęcić do dalszego eksplorowania podjętej tematyki, gdyż warto poznać ich przeciwwskazania i ograniczenia;

- chociaż badania ujmują wycinek rzeczywistości związanej z orientacją wartościującą i wartościowaniem, to jednak należałoby też sprawdzić, czy u badanych kobiet wykryte zależności potwierdziłyby się w odniesieniu do starzejących się mężczyzn, co pozwoliłoby w szerszym kontekście poznać i zrozumieć ludzi obojga płci w wieku poprodukcyjnym.

Piśmiennictwo

Brytek-Matera A.: *Obraz ciała – obraz siebie: wizerunek własnego ciała w ujęciu psychospołecznym*, Centrum Doradztwa i Informacji Delfin, Warszawa 2008.

Frankl V.B.: *Homo patients*, Pax, Warszawa 1976.

Fromm E.: *Mieć czy być?*, Dom Wydawniczy Rebis, Poznań 2010.

Gough H.B., Heilbrun A.B.: *The Adjective Check List: manual*, Consulting Psychologists Press (rev.ed.), Palo Alto 1983.

Jarymowicz M.: *Psychologiczne podstawy podmiotowości: szkice teoretyczne, studia empiryczne*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2008.

Juros A., Oleś P.: *Analiza porównawcza zmiennych egzystencjalnych mierzonych Kwestionariuszem do Badania Kryzysu w Wartościowaniu (KKW) i Skalą Niepokoju Egzystencjalnego (SNE)*, w: Steuden S. (red.): *Wybrane zagadnienia z psychologii klinicznej*, KUL, Lublin 1992, 113–125.

Krucina J.: *Wznoszenie wartości podstawowych*, Wydawnictwo Wrocławskiej Księgarni Archidiecezjalnej 2007.

Mariański J.: *W poszukiwaniu sensu życia*, KUL, Lublin 1990.

Maslow A.H. (ed.): *New knowledge in human values*, Gateway, Chicago 1971.

Masłowski A.: *Osobowościowe korelaty kryzysu w wartościowaniu*, w: P. Francuz, W. Otrębski (red.): *Studia z psychologii*, KUL, Lublin 2007, t. 14, 68–69.

Matkowski M.: *Test przymiotników jako narzędzie do badania struktury potrzeb jednostki*, podręcznik 1984, t. XXVII, 2.

McCree J.R.: *Contributors to value system stability*, Dissertation Abstracts International 1979, 9–13, 4587–4592.

Muszyński H.: *Rozwój moralny*, WSiP, Warszawa 1987.

Oleś P.: *Wartościowanie a osobowość*, KUL, Lublin 1989.

Oleś P.: Kwestionariusz do badania kryzysu w wartościowaniu, podręcznik, Pracownia Testów Psychologicznych PTP, wyd. 2, Warszawa 1998.

Oleś P.: Z badań nad wartościami i wartościowaniem: niektóre kwestie metodologiczne, *Roczniki Psychologiczne* 2002, 5, 53–75.

Ostasz L.: Czym są wartości – zarys aksjologii. Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn 2009.

Pecyna M.B.: Ludzie starzy w Polsce, *Pielęgniarka i Położna* 1991a, 11–12, 11–14.

Pecyna M.B. S.: Nadążyć za krzywą życia, *Żyjmy Dłużej* 1991b, 3, 3

Pecyna M.B.: Moc i siła ludzi w wieku starszym, *Pielęgniarka i Położna* 1992a, 1, 21.

Pecyna M.B.: Osobowość a zaburzenia psychiczne okresu przedstarczego i starczego, *Pielęgniarka i Położna* 1992b, 5–6.

Pecyna M.B.: Samotność i jej korelaty osobowościowe a stopień zaawansowania miażdżycy naczyń mózgowych u ludzi starych w badaniach epidemiologicznych, *Przegląd Epidemiologiczny*, 1992c, 3, 277–283.

Pecyna M.B.: Co to znaczy „być szczęśliwym” , *Pielęgniarka i Położna* 1992d, 7, 18–19.

Pecyna M.B.: Z problematyki starzejącej się kobiety, *Pielęgniarka i Położna* 1992e, 10, 19–20.

Pecyna M.B.: Ocena aktualnych i przewidywanych trendów postępującego z wiekiem zmniejszania się efektywności intelektualnych i sprawności psychicznych u ludzi w wieku poprodukcyjnym w świetle badań epidemiologicznych: cz. I. Choroby naczyniowe i naczyniopochodne, *Zdrowie Publiczne* 1993a, 3, 118–126, cz. II. Choroby naczyniowe i zmiany zanikowo-zwyrodnieniowe ośrodkowego układu nerwowego, *Zdrowie Publiczne* 1993b, 4, 163–169.

Pecyna M.B.: Czynniki warunkujące psychologiczny proces starzenia się w świetle własnych badań, *Zdrowie Psychiczne* 1993c, 1–2, 69–77.

Pecyna M.B.: Czynniki psychologiczne modyfikujące znak obrazu subiektywnej starości w świetle własnych badań, *Roczniki Pedagogiki Specjalnej* 1997, 8, 427–437.

Pecyna M.B.: Pragnienia i oczekiwania ludzi w wieku poprodukcyjnym, w: Zych A.A., Nowicka A. (red.): „By człowiek nie musiał cierpieć...”: księga jubileuszowa dedykowana Pani Profesor Aleksandrze Macierz, Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2007, 265–270.

Podgórski A.: *Homo sociologicus* w strukturze wartości, Wydawnictwo Oświatowe, Rzeszów 2008.

Rogers C.R.: Toward modern approach to values the valuing process in the mature person, *Journal of Abnormal and Social Psychology* 1964, 68, 160–167.

Rokeach M.: The nature of human values, Free Press, New York 1973.

Słomski W.: Człowiek pośród dylematów i wyzwań etycznych współczesności, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Finansów i Zarządzania, Warszawa 2009.

Wojciechowska M.: Wartości młodszego i starszego pokolenia Polaków w okresie transformacji ustrojowej, Wydawnictwo Uniwersytetu Humanistyczno-Przyrodniczego Jana Kochanowskiego, Kielce 2008.

Niektóre sprzeczności w postawach kobiet w perspektywie społecznych oczekiwań

Odczuwamy dużą dynamikę przemian w różnych sferach życia codziennego, jak również w zakresie rozwoju wiedzy naukowej, przeorientowywania poglądów, postaw wpływających znacząco na społeczną rzeczywistość, która normuje zachowania pojedynczych osób, a także funkcjonowanie różnych ludzkich zbiorowości.

Jest moim zamierzeniem, intencją, aby w tym krótkim eseju zwrócić uwagę na niektóre sprawy dotyczące rozpoznawanej rozbieżności pomiędzy społecznymi oczekiwaniami, wręcz nakazami artykułowanymi wobec kobiet, a próbami sprzeciwu, odmienności w manifestowaniu osobistych przekonań, postaw przez kobiety w różnych okresach ich życia, rozwoju.

Owa rzeczywistość wydaje się ważna, bowiem wywiera istotny wpływ na jakość życia, funkcjonowanie różnych społeczności, na przykład: rodziny, środowiska pracy, zamieszkania itd., w których rola kobiety jest fundamentalna, nie do przecenienia.

Syntetyczne konstatacje zawarte w artykule mają dotyczyć czterech zagadnień:

- 1) generowania, projektowania ról kobiecych, jakie powinny, mogą być określane przez biologię, kulturę i społeczne środowisko, w którym żyją;
- 2) cywilizacyjnej presji współczesności na moderowanie postaw, zachowań aktualnie żyjących kobiet;
- 3) dostrzeganej inności w artykułowaniu spełniania ról kobiecych w porównaniu z tradycyjnie akceptowanymi;
- 4) perspektywy akcentowanej coraz mocniej „ścieżki” w samorealizacji życia, rozwoju kobiet późnej dorosłości.

ad 1) Oczywista wydaje się być konstatacja, iż podstawową sprawczość w wypełnianiu kobiecych ról należy przypisać dwu czynnikom: biologii, ewolucyjnie kształtującej pożądane zachowania, oraz cywilizacyjnym oczekiwaniom, potrzebom warunkującym rozwojowy dobrostan. Wydaje się, że takie

* Dr hab., prof. Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu.

przekonanie wysoko koreluje z opinią Harry'ego Dudy (2013) o cywilizacyjnej randze kobiety nie tylko w społecznym rozwoju.

„Społeczności (zwłaszcza mniejsze i rozmaicie zagrożone) jakoś tam (świadomie lub nie) w i e d z ą, że kobieta jest ważniejsza, ma relatywnie większą wartość niż mężczyzna. A to z tego powodu, że kobieta może przekazać w przyszłości spotęgowaną liczbę nosicieli genów jednego (lub więcej niż jednego) mężczyzny... Ponadto – tak czy inaczej, mimo występności i okrucieństwa wielu na świecie norm i uregulowań – kobieta matka i kobieta żona były i są (jeszcze nadal) ostoją tego, co nazywamy domem i rodziną, i co odciska się na człowieczej historii każdej normalnej istoty ludzkiej. A brak tych wartości staje się drastyczną ułomnością i trwałym nieszczęściem człowieka, zaś niekiedy wynikające stąd patologie zatrważają ponurymi efektami dewiacji, zbrodni i zaprzeczania szans rozwoju dla wielu ludzi”¹.

Czynnik wpływu, biologii płci na wypełnianie ról męskich, kobiecych, choć wydaje się być oczywisty, naturalny, to może implikować różne odmienności w postawach, zachowaniach wynikających tak z indywidualnych profili genetycznych, jak i społeczno-cywilizacyjnych.

Różnice w działaniu kobiet i mężczyzn powodowane odmiennością płci przyjmowane są przez ludzi jako oczywiste, choć dość często nie mają społecznej akceptacji, przyzwolenia obyczajowo-normatywnego, ponieważ z jednej strony:

„[...] w tradycyjnych kulturach, definicjach kobiecości ciało i fizjologia kobieca określały właściwe im role społeczne. Z ideałem kobiecości wiązała się prokreacja, natomiast macierzyństwo było jej centralnym i dominującym elementem (Budrowska, 2003; Bourdieu, 2004). Funkcja seksualna i prokreacyjna powstawały w ścisłym związku. Życie kobiety było zdeterminowane biologią”².

Z drugiej strony:

„Tradycyjna rodzina oparta na formalnym związku kobiety i mężczyzny posiadających wspólne, liczne potomstwo ulega transformacji. W miejsce tradycyjnego modelu pojawiają się jego alternatywne formy, m.in.: związki kohabitacyjne, rodziny nieplanujące posiadania więcej niż jednego dziecka, monoparentalność oraz małżeństwa, które rezygnują z posiadania potomstwa (tzw. *dual career family*). Nie tylko forma rodziny ulega przemianie, ale również podział ról wewnętrznych i wzory, według których się je realizuje (Fukuyama 2000, Slany 2002, Beck 2002, Bauman 2006). Zmianie ulega również miejsce dziecka w systemie wartości rodziny”³.

Można więc mówić o narastającej antynomii pomiędzy tradycyjnym wypełnianiem misji kobiecości a narastającym współcześnie dość odmiennym rozumieniem tej roli, w szczególności w sferze rodzinno-zawodowej.

¹ H. Duda, *Kobieta w czasie społecznym – konsekwencja dla przyszłości*, [w:] *Kobieta i czas. Materiały z konferencji naukowej „Kobieta i czas”*, red. nauk. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2013.

² E. Garncarek, *Dobrowolna bezdzietność jako nowa jakość życia w świetle autorów postów internetowych*, [w:] *Jakość życia współczesnego człowieka: wybrane problemy*, red. nauk. A. Gawor, A. Głębocka, „Impuls”, Kraków 2008.

³ Ibidem, s. 104.

Interesujące zdają się być uwarunkowania, które, współcześnie znacząco, wpływają na przewartościowywanie w wypełnianiu swoich tradycyjnych ról kobiecych. Niewystarczająca liczba badań naukowych na ten temat nie pozwala jeszcze na dokonywanie zasadnych uogólnień, ale można zakładać, iż stanowią pochodną zachodzących przemian cywilizacyjno-kulturowych, mających podnosić jakość życia współczesnego człowieka, a w szczególności przyszłych pokoleń kobiet.

Obecnie w rozwiniętych społeczeństwach mamy do czynienia ze zmianami w sferze życia małżeńskiego, rodzinnego, przestaje obowiązywać starożytna tradycja życiowego spełniania się kobiet w określonych rolach, rozwoju umysłowego, preferowania określonego systemu wartości, przydatności i uczestnictwa w człowieczej społeczności.

„W starożytnych Chinach uważano, że mężczyźni rozwijają się przez całe życie. W miarę jak starzał się jego organizm, mężczyzna stawał się mądrzejszy, wzrastało jego poczucie moralności i zdolności dokonywania osądu. Kobiety natomiast nie postrzegano jako zdobywających mądrość – one jedynie starzały się i stawały bezużyteczne w sensie seksualnym. W konsekwencji uznawano je za istoty mniej wartościowe”⁴.

Osąd ten można i należy odrzucić, choć stereotypy na nim zbudowane funkcjonują jeszcze wcale nierzadko w różnych społecznościach współczesnej cywilizacji.

Wydaje się, że na kształtowanie się postaw kobiet, dostrzeganie w nich również wewnętrznych sprzeczności, mają wpływ nie tylko sygnalizowane uwarunkowania, ale również ustawiczne konfrontowanie swoich kobiecych powinności, spełnianych ról z ich odpowiednikami u mężczyzn. Konfrontacja owych zachowań, potrzeb, oczekiwań poniekąd wymusza zmienianie, reorientację w społecznym współżyciu, w postawach, wypełnianiu ról kobiecych jako potrzebę pozytywnej kohabitacji współżycia społecznego, bez względu na płeć członków owej społeczności. Tym samym psychiczna koegzystencja kobiet i mężczyzn znacząco determinuje sytuacyjne, jednostkowe, względnie trwałe samorealizacje pełnienia swoich kobiecych ról w rodzinnym funkcjonowaniu.

Godzi się w tym miejscu zauważyć, iż w różnorodnych rolach człowieczych podstawową funkcję mają dwa procesy psychiczne: myślenia i emocji. Ich sprawczość jest zróżnicowana – tak co do zakresu, jak i natężenia. Stąd stanowią obserwowalne wskaźniki oceny i przewidywalności zachowań człowieka. Wiąże się to często z dzieleniem funkcji na męskie i kobiece, bardziej lub mniej godne do realizacji przez kobiety bądź mężczyzn. Unika się tym samym możliwości ich zamienności przy założeniu podmiotowej równości mężczyzn

⁴J. Borysenko, *Księga życia kobiety. Ciało – psychika – duchowość*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003, s. 17.

i kobiet. Jest to już osobny i obszerny zakres wiedzy godny szczególnego potraktowania.

ad 2) Dobrym punktem odniesienia do syntetycznego rozważenia kolejnego zagadnienia cywilizacyjnej presji współczesności na kształtowanie postaw, zachowań aktualnie żyjących kobiet wydaje się być zagadnienie omawiane przez H. Dudę – jak tzw. współczesność uderza w kobietę i jej czas. Autor w artykule *Kobieta w czasie społecznym – konsekwencje społeczne*⁵ dość obszernie i niezwykle wnikliwie analizuje ów problem nie tylko z naszej, krajowej perspektywy, ale szerzej, w kontekście wpływu różnych religii, obyczajów, tradycji.

„Tysiące lat rażącego (często zwyczajnie nieludzkiego) nierównouprawnienia kobiet musiały pozostawić w ich psychice głęboki kompleks niższości. Ruch społeczny i myślowy zwany dzisiaj **feminizmem** – w objawie podobnym jak w przypadkach indywidualnych – kompensował sobie (i chyba nadal kompensuje) ten kompleks niższości prawie doktrynalną **postawą wyższości**, widoczną zwłaszcza u liderek tego ruchu. Zarazem w praktyce niedostatki doktryny feministycznej spowodowały pomieszczenie pojęć: skrajnie rozumiana «równość» kobiety i mężczyzny wyeliminowała z myślenia pojęcie «różności» – zostało ono niemal całkowicie wyparte z rozumowania. Jego przywoływanie uznano bowiem, prawdopodobnie, za **szkodzące uzyskaniu równości**”⁶.

Każda epoka, każdy okres społecznego rozwoju, bardziej lub mniej, ale jednak zawsze, ma wpływ, moderuje system wartości, światopogląd współcześnie żyjących ludzi. Dotyczyć to może każdego odniesienia do rzeczywistości codziennego życia, kultury, obyczajów manifestowanych indywidualnymi postawami.

Jeżeli dziś zauważamy zjawisko wzrostu poczucia podmiotowości u kobiet, to trudno nie dostrzec jej wpływu na spełnianie swoich ról kobiecych w każdym obszarze ich indywidualnego i społecznego wypełniania się. Wzrost poczucia osobistej podmiotowości ma na ogół skutek nie tylko wizerunkowy, ale przede wszystkim pragmatyczny, dostrzegany i różnie akceptowany w społecznym otoczeniu kobiety. O ile występuje nowość, odstępowanie od tradycyjnie manifestowanych postaw, zachowań, wówczas najczęściej budzi to opory, sprzeciw w otaczającym, społecznym środowisku.

Jawiące się współcześnie tendencje liberalizacji w zbiorowych zachowaniach kobiet, z dość otwarcie akcentowaną hedonistyczną opcją, mogą w miernie wpływać na wypełnianie przez nie różnorodnych ról społecznych, nie zawsze oczekiwanych i akceptowanych, choć wyrażają adekwatną tożsamość danej kobiety. I znowu mamy kolejną sprzeczność w możliwościach spełniania ról kobiecych, społecznie projektowanych, proponowanych, a podmiotowo odmiennie realizowanych przez kobiety.

⁵ H. Duda, *Kobieta w czasie społecznym...*, op.cit.

⁶ Ibidem, s. 72.

Trudno w spekulacjach na ten temat nie podkreślić znaczenia wzrastającego poziomu wykształcenia, materialnego standardu życia z równoczesnym jego wpływem na kształtowanie się nowych postaw charakterystycznych dla realiów standardu, komfortu życia określonych społeczności, w których wypełniane role kobiece będą korelowały z rzeczywistością żyjących w niej kobiet.

ad 3) We współczesnej polskiej publicystyce, a w szczególności w pismach kobiecych można dostrzec dość wyraźną manifestację potrzeby znaczącego przewartościowania w zakresie spełniania przez kobiety przypisywanych im tradycyjnie różnych funkcji społecznych. Najczęściej dotyczy to podziału w wykonywaniu obowiązków rodzinno-domowych, wychowywania dzieci, pozycji sprawczej w związkach małżeńskich, partnerskich itd. Źródłem presji na przewartościowanie formy i zakresu w spełnianiu ról kobiecych w rodzinie, w pracy, środowisku wydaje się być panujący w naszej kulturze dominujący, strukturalny patriachal.

Interesujące badania z tego zakresu życia społecznego prezentuje tygodnik „Wysokie Obcasy” w cyklu „Być kobietą w Polsce”, w artykule *Równe i równiejsi*⁷.

Analiza zamieszczonych tam wyników badań nie wydaje się być tylko fragmentaryczną informacją z przeprowadzonego diagnostyczno-publicystycznego sondażu, ale poważną refleksją wielu kompetentnych osób.

„Seksuolog prof. Zbigniew Izdebski cieszy się, bo coraz więcej w Polsce mówi się o równości mężczyzn i kobiet, o równych rolach w rodzinie. Młodzi ludzie coraz częściej myślą w kategoriach równorzędności i wzrasta świadomość, na czym ona właściwie polega. Kobiety uczą się egzekwować i pertraktować warunki wspólnego życia. Domagają się równego traktowania. Mężczyźni przestają się wstydzić zaangażowania w rodzinne sprawy, w ojcostwo lub dom, gotują coraz chętniej za sprawą telewizyjnych programów kulinarnych – wylicza profesor. Ale dodaje, że poprawę widać bardziej w środowiskach wielkomiejskich i u osób z wyższym wykształceniem. Jest jeszcze dużo do zrobienia, aby równościowe postulaty nie były sloganem, ale stały się powszechną praktyką”⁸.

Jednak opinie środowisk kobiecych na te tematy są w różnych środowiskach rodzinnych i zawodowych znacząco rozbieżne, na przykład środowiska religijne, głęboko związane z katolicyzmem, na ogół wyrażają dość odmienne przekonania od prezentowanych. Hołdują tradycji głęboko utrwalonej przez wieki, jakoby naturalnym zjawiskiem jest znacząco różne spełnianie się mężczyzn i kobiety, szczególnie w rolach rodzinno-domowych. Na samorealizację na tym polu ma również znaczny wpływ wiek, środowiskowe tradycje itd. Wynika to bowiem z wielu przyczyn tak rozwojowych, jak i społecznych rozszereżeń pod adresem kobiet w określonym wieku. Różne są bowiem oczekiwania co do wypełniania określonych ról kobiecych w okresie młodości-

⁷ Wysokie Obcasy.pl, 17 stycznia 2015, nr 3.

⁸ a.jankowska@wprost.pl, 14 września 2014, s. 54.

ści, dojrzałości, wieku średniego, a już znacząco inne wobec kobiet późnej dorosłości, żyjących dłużej. Owe oczekiwania wywierają poniekąd społeczną presję, chęć wymuszenia na kobietach prezentowania pożądaných postaw, zachowań satysfakcjonujących społeczność oceniającą, wymagającą.

Interesująca wydaje się być sprawa stosunku do owych oczekiwań, wymuszeń samych kobiet, bezpośrednich adresatów projekcyjnych roszczeń. Problem jest o tyle złożony, iż samorealizowanie się kobiet w zakresie przypisywanych im ról, nawet w tym samym okresie życia, rozwoju, jest znacząco odmienne, zdeterminowane wieloma czynnikami.

Wraz ze starzeniem się owe uwarunkowania się zmieniają, jedne przestają być ważne, inne się pojawiają, nabierając znaczącej siły sprawczej. Tak się właśnie dzieje w okresie wkraczania w życie senioralne.

Jest pewną prawidłowością rozwojową, psychologiczną, wyrażaną już w dzieciństwie, kiedy to manifestujemy chęci, wolę szybkiego znalezienia się w wyższej wiekowo fazie rozwojowej: dorastania, młodości, dorosłości.

I często dość wcześnie, w okresie dorastania, jeszcze jako dzieci, kobiety wchodzi w rolę samorealizacji swojej kobiecości, w jej biospołeczne role, dość często nie „zaprzatając sobie głowy” tym, jak najlepiej byłoby dla siebie i otoczenia owe role kobiece: partnerki, żony, matki, pracownika wypełniać. Głębsze refleksje przychodzą z czasem wraz z nabieraniem życiowego doświadczenia. W okresie dojrzałości, kiedy kończy się pierwsza połowa życia, nachodzi coraz częściej potrzeba refleksji nad wypełnianiem swoich funkcji kobiecych, które już się spełniało, i tych, które przed nimi w drugiej połowie życia, w dość zmieniających się warunkach biopsychicznych, społecznych, zdrowotnych, opiekuńczych.

ad 4) I właśnie tym kilku zagadnieniom chciałbym poświęcić trochę miejsca, mając na myśli współczesne spełnianie się kobiet seniorek w różnych rolach społecznie im przypisywanych, a szczególnie w tych, które na dziś im nie odpowiadają, są sprzeczne z postrzeganiem swojego satysfakcjonującego dobrostanu życia.

Problemem kobiet wchodzących w okres rozwoju senioralnego wydaje się być znalezienie dla siebie odpowiedzi na różne pytania. Nie tylko te odnoszące się do oczekiwanego dobrostanu życia, ale również inne, związane z zagadnieniami samorealizacji, tożsamości w późnej dorosłości, zakresu konieczności poświęcania się, uczynności w obszarze tradycyjnych społeczno-rodzinych oczekiwań; bądź zacząć inaczej, odważnie artykułować swoje potrzeby samorealizacji kobiety od czuwającej chęci do dominacji, miłych osobistych przeżyć, nie zawsze akceptowanych przez bliskie otoczenie.

Interesujące wydają się być konstatacje na poruszone tematy J. Borysenko (2003), która z niezwykłą profesjonalną wnikliwością postrzega rozwój kobiety, szczególnie w okresie jej dojrzałości i później.

„Wyzwanie rzucone mistryce kobiecej, przedstawiającej kobiety jako dodatek do mężczyzny, posiadającego rzeczywistą władzę i siłę, było koniecznym krokiem na drodze ku stworzeniu nowej fali współtwórców kultury (CC – *Cultural Creatives*), stanowiących dziś awangardę reform społecznych. Według socjologa Paula Ray CC zaczęli łączyć swe poglądy społeczne i kulturalne w latach 70. i nie ma wątpliwości, że ruch kobiecy przyczynił się w znacznym stopniu do rozpowszechnienia wśród CC wartości, które dziś charakteryzują ich wszystkich – zainteresowania kwestiami kobiecymi, stosunkami międzyludzkimi, psychologią, duchowością, alternatywnymi metodami leczenia oraz silnego poparcia na rzecz ochrony dzieci, środowiska i krajów Trzeciego Świata”⁹.

Jakże futurystyczne okazały się te opinie choćby dla współczesnej rzeczywistości ruchu kobiecego w Polsce.

Mimo że zmieniający się status kobiet w aktualnej polskiej rzeczywistości nie przebiega łatwo, ponieważ zdeterminowany jest między innymi przez patriarchalną tradycję, religijny fundamentalizm i inne kulturowo-obyczajowe uwarunkowania, to jednak „wyłom” nowoczesności – emancypowanie się kobiet w spełnianiu swoich ról jest coraz bardziej dostrzegalny i efektywny. Pisze się dość dużo i efekty w postawach, szczególnie młodego pokolenia, są już widoczne; niektóre ze znaczących to małżeństwo, rodzina, edukacja, społeczna podmiotowość.

Przewartościowywanie swoich postaw, zachowań w spełnianiu ról kobiecych zachodzi w różnym okresie życia, choć nasila się w czasie dorosłości i fazy starszej aktywności. Często jest też desperacką manifestacją niegodzenia się na starcze zaszeregowania. Rzeczywistość społeczna jednak wymusza konieczność poszukiwania akceptacji swojej tożsamości wiekowej w konfrontujących się sprzecznych wizerunkach starzejącej się kobiety, np. „Pojawia się nowy, niepojęty i niepokojący stereotyp: Kobieta ma być piękna i rodzić”¹⁰. Jakże kusząca do realizacji trudność, prawie sprzeczność.

Ciekawy sondaż wśród kobiet okresu sędziwego przeprowadziły Z. Szarota i J. Łaszyn (2013).

„W celu rozpoznania obrazu siebie, kobiet znajdujących się w fazie późnej dojrzałości (50–75 lat) oraz starości, czyli powyżej 75 lat, dążono do ustalenia, na ile jaźń odzwierciedlona jest efektem lustra społecznego, czyli zespołu przekonań o sobie, uzyskiwanego w wyniku subiektywnej interpretacji reakcji innych osób na własną osobę. Poszukiwano odpowiedzi na pytanie, w jakim stopniu sądy o opiniach innych kształtują samowiedzę dojrzałej i starszej kobiety”¹¹.

Uzyskane wyniki w sondażu pozwalają na orientację w zakresie stopnia korelacji pomiędzy samooceną przekonań kobiet sędziwych a ich oceną zewnętrzną. Znajomość owego wskaźnika tej korelacji wydaje się być na tyle

⁹J. Borysenko, *Księga życia kobiety...*, op.cit., s. 231.

¹⁰*Kobieta ma być piękna i rodzić*, „Gazeta Wyborcza” 2012, nr 120, za: *Kobieta i czas...*, op.cit., s. 23.

¹¹Z. Szarota, J. Łaszyn, *Lustro społeczne czy krzywe zwierciadło? Autopercepcja dojrzałych kobiet*, [w:] *Kobieta i czas...*, op.cit., s. 36.

ważna, że pozwala na orientację co do skuteczności społecznej presji na sędziwe kobiety w zakresie wypełniania przez nie niektórych ról kobiecych. Tabełaryczna interpretacja wyników badań wskazuje na znaczną rozbieżność pomiędzy projektowanymi profilami ról sędziwym kobietom przez pokolenia kobiet młodszych. Stąd współczesne artykułowanie chęci spełniania się w nieco innych rolach niż tradycyjnie przypisywane im zachodzi w obserwowalnej społecznej dysharmonii, choćby tylko z powszechnie panującego, społecznie wymuszanego kultu młodości.

Jesteśmy świadomi, iż realizacja marzeń, aspiracji, oczekiwań, perspektyw życiowych najczęściej napotyka na różne ograniczenia w ich realizacji. Podobnie wydaje się być z problemem samorealizacji współczesnych, starszych kobiet w okresie ich sędziwego życia. Czynniki ograniczających realizację owych aspiracji jest wiele. Pierwszym z brzegu może być stan zdrowia, przewlekłe choroby, narastająca niesamodzielność życia, a nawet wykluczająca ambicje w spełnianiu się w atrakcyjnych, ciekawszych rolach niż tradycyjnie przypisywana bycie kobietą dłużej żyjącą. Czynniki zdrowia bywa najczęściej przesądzający samorealizację.

W każdym okresie życia samorealizacja roli kobiecej jest znacząco skorelowana z możliwościami, realiami materialnymi standardu życia. Czynniki sprawcze, określające dobrostan materialny kobiety są dość zmienne i na ogół w okresie emerytalnym nie ulegają poprawie. Zakończenie pracy zawodowej ma wiele skutków oczekiwanych (np. wolny czas), jak również i uciążliwych, w tym i niedostatek materialny. Można by skonstatować, iż okres postzawodowy jest swoistym, nowym wyzwaniem dla każdej sędziwej kobiety, wymuszającym konieczność wykreowania wielu nowych ról, których realizacja dotąd była ograniczona, niemożliwa, a teraz w okresie emerytalnym możliwa, a nawet pożądana, choćby z powodu podtrzymywania aktywności psychoruchowej, skutkującej prozdrowotnie. Praca zawodowa była okresem rozwoju, miarą znaczenia kobiety w społeczności środowiskowej, gromadzenia wiedzy i doświadczenia życiowego, bowiem „Praca zawodowa – szczególnie ta związana z możliwością twórczego działania, przekształcania rzeczywistości, stwarzania nowych sytuacji i stanów – traktowana jest we współczesnych społeczeństwach jako element decydujący o współżyciu jednostki z innymi ludźmi, jako najwartościowsza forma uczestnictwa indywidualnego człowieka w życiu innych, a jednocześnie jako najskuteczniejszy sposób zwalczania samotności i izolacji”¹². Powstaje dla każdego człowieka, a w szczególności dla każdej kobiety problem „zagospodarowania” siebie dla siebie, dla innych długiego okresu życia postzawodowego.

¹² K. Łangowska-Marcinkowska, *O ważkości pracy (aktywności) w jesieni życia człowieka*, [w:] *Praca a długowieczność. Materiały z konferencji naukowej „Długowieczność i praca”*, red. nauk. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2012, s. 73.

Rozwój, samorealizacja, spełnianie się kobiet w nowych rolach jest zawsze możliwa, o ile nie występuje postawa rezygnacji, wycofywania się ku starczej bierności.

Trochę miejsca chcę poświęcić zagadnieniom wpływu kontekstu rzeczywistości, w której żyją kobiety, na motywację do weryfikacji niektórych spełnianych przez siebie ról, tradycyjnie nazywanych kobiecymi.

Nie rangując kolejności ważności owych czynników – uwarunkowań, wyrażając, że znacząco ważny jest wydłużający się okres życia kobiet, inspirujący do poszukiwania ciekawszej, dogodniejszej samorealizacji niż tradycyjnie przypisanej.

Ze światowych, a także polskich badań i analiz demograficznych („Polska w obliczu starzenia się społeczeństwa”, 2008) niezbicie wynika, iż kobiety żyją przeciętnie nawet ponad osiem lat dłużej niż mężczyźni, powodując tym samym bardzo znaczącą feminizację starości.

Okres życia kobiet w wieku poprodukcyjnym – powyżej 60 lat – coraz częściej sięga ponad 30 lat. J. Borysenko (2003) w swojej *Księżce życia kobiety* nazywa ten przedział życia kobiety okresem mądrości (Córy mądrości), okresem zmian (zdolność odnowy, utrata, rozwój), podsumowaniem życia (produktywność, retrospekcja i transcendencja). W tym właśnie okresie życia kobiety ujawnia się dość szeroka gama postaw, działania, realizacji zmieniających się funkcji w zależności od w miarę szybko zmieniających się możliwości wiekowych i związanego z tym społecznego oczekiwania, przyzwolenia rodzinnego.

Kolejny czynnik – prawie wymuszający potrzebę aktywności w poszukiwaniu spełniania się w bardziej satysfakcjonujących rolach niż dotychczas spełniane, choćby babci, pomocy domowej, opiekunki rodzinnego trybu życia, szczególnie we wcześniejszym okresie długowieczności – stanowią ambicje, nadzieje na bardziej atrakcyjne formy przeżywania swojej starości. To może być chęć uwolnienia się od czynności tradycyjnych, wymuszonych przez rodzinę, np. porządki domowe, innym razem chęć włączenia się do jakiejś satysfakcjonującej społecznej działalności, a jeszcze innym razem zainteresowanie się turystyką i innymi formami aktywności w środowisku społecznym. Wynikać to też może z faktu, że,

„[...] zmieniły się kobiece aspiracje, pomysły na to, jak sensownie przeżyć starość. Inna jest rola pieniędzy w ludzkim życiu, a po drodze zlikwidowano też w Polsce infrastrukturę opiekuńczą. Współczesna babcia niczego szorować nie zamierza, na manę nie ma ochoty, ale jej córka czy synowa zupełnie nie wyrabia się z łączeniem pracy i macierzyństwa. Niby wie, że mama ma własne życie, lecz nieświadomie liczy na powtórkę z własnego dzieciństwa, czyli babcję jako rodzinny zasób naturalny”¹³.

¹³ Wysokie Obcasy.pl, 16 sierpnia 2014, s. 4.

To jeden z przykładów zderzania się sprzecznych uwarunkowań determinujących możliwości samorealizacji wybranych przez siebie ról kobiecych okresu sędziwego.

Należy jednak zauważyć i podkreślić, że współczesna rzeczywistość materialna, kulturowa, społeczna stwarza większe możliwości realizacji ciekawszych, atrakcyjniejszych celów kobiecych. Bogatsza oferta w sferze dobrostanu materialnego, kulturalnego, wzrost poczucia osobistej wolności, podmiotowości, zwiększające się liberalizujące społeczne przyzwolenie wręcz prowokuje do bardziej hedonistycznych postaw, zachowań niż tradycja wymusza.

Niestety, daje się również dostrzec, jak trudno jest jednak osiągnąć wysoką korelację pomiędzy satysfakcjonującą realizacją swojej kobiecej podmiotowości okresu senioralnego a jej społeczną akceptacją ze strony rodziny, bliskiego społecznego otoczenia.

Można spekulować o aspiracjach w samorealizacji satysfakcjonujących ról przez kobiety okresu życia w starości, ale tylko jako o indywidualnych marzeniach współczesności. Choć wydaje się, że nasze polskie uwarunkowania cywilizacyjno-kulturowe jeszcze mocno są uwikłane w tradycyjne rozumienie roli starszej kobiety, babci, mamy w jej najbliższej rodzinie. Mają najczęściej określone powinności do wypełnienia w zakresie realizacji potrzeb domowych, opiekuńczych. Stanowią więc cenną własność użyteczności rodzinnej nieuwzględniającej osobistych możliwości, woli spełniania się czy kobiecych aspiracji przydanych określonemu wiekowi. Osobista, przyjemnościowa samorealizacja spotyka się często z dużym brakiem tolerancji i bywa oceniana jako starcza fanaberia. Oczywiście, łatwiej realizować swoje aspiracje okresu późnej dorosłości, kiedy posiada się pożądaną niezależność materialną, dobry stan zdrowia, zrozumienie i przychyłność rodziny.

* * *

Spełnianie ról kobiecych ma nie tylko dla nich dużą wartość osobistą, określającą poczucie tożsamości, ale zarazem sygnalizuje standard, rangę społecznego funkcjonowania kobiet. W długiej perspektywie czasowej samorealizacja ról kobiecych zdeterminowana była patriarchalną strukturą funkcjonowania rodziny, a nawet szerszego środowiska społecznego. Poddaństwo, konformizm w zachowaniu kobiet był prawie jedyną akceptowalną przez mężczyzn możliwością ich tożsamości.

Zachodzące współcześnie dynamiczne zmiany cywilizacyjne, kulturowe, wolnościowe, obyczajowe stworzyły kobietom możliwości do aktywnego, podmiotowego samorealizowania się w nowych, bardziej satysfakcjonujących rolach kobiecych w rodzinie, w pracy zawodowej i szerszym środowisku społecznego funkcjonowania. Opór tradycji obyczajów jest duży, ale presja

współczesnej rzeczywistości, szczególnie na młode pokolenia, wyraźnie skutkuje zachodzącymi przemianami.

Nowe, bardziej podmiotowo i równościowo realizowane życiowe role kobiece wydają się sygnalizować początki dobrostanu jakości życia kobiet w przypisywanych im biologicznych i społecznych rolach.

Bibliografia

a.jankowska@wprost.pl, 14 września 2014.

Borysenko J., *Księga życia kobiety. Ciało – psychika – duchowość*, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2003.

Duda H., *Kobieta w czasie społecznym – konsekwencja dla przyszłości*, [w:] *Kobieta i czas. Materiały z konferencji naukowej „Kobieta i czas”*, red. nauk. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2013.

Garncarek E., *Dobrowolna bezdzietność jako nowa jakość życia w świetle autorów postów internetowych*, [w:] *Jakość życia współczesnego człowieka: wybrane problemy*, red. nauk. A. Gawor, A. Głębocka, „Impuls”, Kraków 2008.

Wysokie Obcasy.pl, 17 stycznia 2015, nr 3.

Szarota Z., Łaszyn J., *Lustro społeczne czy krzywe zwierciadło? Autopercepcja dojrzałych kobiet*, [w:] *Kobieta i czas. Materiały z konferencji naukowej „Kobieta i czas”*, red. nauk. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2013.

Łangowska-Marcinkowska K., *O ważkości pracy (aktywności) w jesieni życia człowieka*, [w:] *Praca a długowieczność. Materiały z konferencji naukowej „Długowieczność i praca”*, red. nauk. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2012.

Wysokie Obcasy.pl, 16 sierpnia 2014.

III

Instytucjonalna opieka i aktywizacja seniorów

Wychowanie do poszanowania późnej dorosłości

Refleksje wstępne

Starość stanowi tak samo istotną fazę naszego istnienia, jak każda inna. Współcześnie starość jest postrzegana w sposób bardzo zróżnicowany. Jeszcze w połowie XX wieku uważano ją za mniej wartościowy okres życia ze względu na pogłębiający się deficyt sił witalnych człowieka i jego degradację biologiczną. Natomiast na przełomie XX i XXI wieku starości nadaje się nowy wymiar. Obecnie jest ona coraz częściej postrzegana nie jako okres stagnacji i biernego oczekiwania na śmierć, lecz jako faza życia, w której człowiek ma do wypełnienia wiele różnorodnych zadań. Zadania te mają ułatwić adaptację do nowych warunków życia, wzbogacić osobowość człowieka starszego i nadać sens jego dalszej egzystencji. Dla jednostki jest to kolejne życiowe wyzwanie, któremu ona musi sprostać, pomimo pogarszającego się wraz z wiekiem stanu zdrowia i obniżającej się sprawności psychofizycznej¹.

Funkcjonowanie jednostki we współczesnym świecie wymaga systematycznego przygotowywania do starości, samowychowania do tego ostatniego okresu ludzkiego życia. Czynnikiem, który w znaczący sposób wpływa na jakość procesu starzenia się i przygotowania do starości, jest pozytywny bądź negatywny bilans życia. Efektywna adaptacja do starości polega na bieżącym radzeniu sobie z codziennymi problemami, na zdolności sprawowania kontroli nad procesem starzenia oraz na dbałości o taką jakość życia, która jest w subiektywnej ocenie ważna. Podstawą samowychowania i wychowania do starości jest pozytywna postawa człowieka wobec własnej starości i starości innych ludzi, podtrzymywanie swej sprawności fizycznej i psychicznej, podejmowanie działań o charakterze kompensacyjnym. Pomocne mogą być teorie, które próbują wyjaśnić różne sposoby przystosowywania do starości, przydatne zwłaszcza przy tworzeniu programów wsparcia dla osób starszych. Wyróżnić tu można: teorię konstruktywnej starości, według której człowiek traktuje swoje życie jako zadanie i stara się być odpowiedzialny za sposób jego realizacji;

* Dr, adiunkt, Wyższa Szkoła Zarządzania i Administracji w Opolu.

¹ *Wybrane problemy osób starszych*, red. A. Nowicka, Impuls, Kraków 2006, s. 11.

teorię starości z wyboru, opowiadającą się za pozostawieniem osobie starszej decyzji wyboru sposobu „konstruowania” własnej starości, wypełniania czasu wolnego itp.; teorię aktywnego stylu życia, akcentującą zwłaszcza poszukiwanie wiedzy, uczenie się kompetencji w zakresie: lepszego rozumienia siebie i innych, rozumienia procesu starzenia się i starości, bycia z innymi ludźmi czy korzystania z wolnego czasu; teorię przepływu, zakładającą, że jakość życia zależy od sposobu doświadczania codzienności, od umiejętności korzystania z tego, co życie ma do zaoferowania, od zdolności wyjścia poza dolegliwości somatyczne, poczucie osamotnienia, cierpienie emocjonalne.

Podstawowym zadaniem każdej osoby świadomie i pozytywnie nastawionej do nadchodzącej starości jest „[...] akceptacja własnego starzenia się, dokonanie bilansu opartego na poszukiwaniu rzeczy dobrych, refleksja nad własnym życiem, a także świadomy wybór celów, które będą możliwe do realizacji”¹. Bo przecież starość nie jest chorobą, lecz stanowi naturalny etap życia człowieka. Etap ten może mieć swoje zarówno dobre, jak i złe strony, i może trwać wiele lat. Stan zdrowia osób w tym okresie jest bardzo zróżnicowany – u jednych przejawiać się może dobrą sprawnością i psychiczną, i fizyczną, u innych oznakami coraz większego upośledzenia. Lęk przed starością wynika między innymi ze stereotypów funkcjonujących w społeczeństwie na temat człowieka sędziwego, w których jawi się on z reguły jako osoba niesamodzielna, chora, zgorzkniała i nieżyczliwa wobec innych. W rzeczywistości wszakże obraz człowieka starego nie musi tak wyglądać².

Obraz starości zależy od wielu czynników, które – generalnie biorąc – można podzielić na wewnętrzne oraz zewnętrzne. Pierwsze są zależne od nas samych, od każdej jednostki, a można do nich zaliczyć chociażby działania z zakresu wychowania do starości, stan zdrowia, zachowania i nawyki zdrowotne, formy podejmowanej aktywności, styl życia, doświadczenia życiowe i postawę wobec życia. Z kolei czynniki zewnętrzne są niezależne od nas samych, od konkretnej jednostki, a składają się na nie zwłaszcza warunki społeczno-kulturowe (społeczna rola człowieka starszego) i warunki socjalno-ekonomiczne (np. dostępność do instytucji opieki i pomocy społecznej); silny wpływ mają tu również relacje rodzinne³.

Starość jest w zasadzie okresem nie tylko spoczynku, ale i spokoju, swobody i czasu wolnego, który można wykorzystywać w sposób pożyteczny i twórczy. Ludzie starsi mają możliwość rozwijania swoich zainteresowań. Mogą

¹ S. Steuden, M. Marczyk, *Starzenie się a satysfakcja z życia*, KUL, Lublin 2006, s. 11–12.

² Por. na ten temat: H. Hrapkiewicz, *Potrzeby osób w wieku starszym i próba ich realizacji*, [w:] *Seniorzy w rodzinie, instytucji i społeczeństwie. Wybrane zagadnienia współczesnej gerontologii*, red. A. Fabis, Sosnowiec 2005, s.103.

³ A. Leszczyńska-Rejchert, *Człowiek stary i jego wspomaganie – w stronę pedagogiki starości*, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski, Olsztyn 2005, s. 203.

podróżować, oddawać się lekturze, uprawiać ogródek, utrzymywać kontakty towarzyskie ze znajomymi czy też pomagać swoim dzieciom w prowadzeniu domu i wychowywaniu wnuków. Jednak z obserwacji życia seniorów i analizy danych empirycznych wynika, że sposób spędzania czasu wolnego na emeryturze w dużej mierze zależy od wcześniejszych zainteresowań, preferencji i potrzeb osób starszych oraz od utrwalonego w poprzednich fazach życia stylu codziennego funkcjonowania. A zatem osoby aktywne w młodości również okres starości starają się przeżywać czynnie, czy to oddając się w zaciszu domowym ulubionym zajęciom i rozwijając swoje hobby, czy też poszukując instytucji społecznych, których celem jest integracja i aktywizacja seniorów oraz organizacja ich czasu wolnego, czyli takich instytucji, jak uniwersytety trzeciego wieku czy kluby seniora⁴.

Potrzeby ludzi starych

Seniorzy nie zawsze są w stanie łatwo zaakceptować swą nową sytuację życiową i płynnie przystosować się do własnej starości. Najtrudniej jest pogodzić się z utratą sprawności fizycznej i psychicznej, z narastającą powolnością człowieka, zanikaniem jego siły, kłopotami z widzeniem i słyszeniem, obniżeniem podstawowych zdolności poznawczych i wykonawczych. Ludziom starszym często też trudno jest pogodzić się z samotnością i poczuciem osamotnienia spowodowanym śmiercią współmałżonka, przyjaciół czy rozluźnieniem więzi rodzinnych. Duży problem pojawia się również w sferze zapewnienia ludziom starszym godziwych warunków życia, co spowodowane jest brakiem zasobów finansowych i należytej opieki ze strony bliskich. Nie można też pominąć doznawanego przez seniorów poczucia niepełnej już własnej wartości w związku z przejściem na emeryturę, a więc utraty pozycji zawodowej i prestiżu społecznego. Ważkim czynnikiem negatywnym jest utrata zdrowia, w tym choroby przewlekłe, które stanowią źródło cierpienia fizycznego i psychicznego, a także problem uświadomienia sobie nieuchronności nadchodzącej śmierci⁵.

Wszystko to wskazuje na konieczność prowadzenia intensywnego oddziaływania wychowawczego, którego jednym z głównych celów jest przygotowanie się całego społeczeństwa do sytuacji, kiedy to liczba ludzi w tzw. trzecim wieku będzie w Polsce bardzo szybko wzrastać. Przygotowanie owo powinno dotyczyć trzech obszarów:

⁴ A. Nowicka, *Oświata w integracji osób starszych*, [w:] *Trzeci wiek bez starości*, red. A. Jopkiewicz, E. Trafiątek, Kielce 2006, s. 21.

⁵ S. Kowalik, *Pedagogiczne problemy funkcjonowania i opieki osób w starszym wieku*, [w:] *Pedagogika specjalna*, red. W. Dykciak, Poznań 1997, s. 32.

1) materialno-organizacyjnego (chodzi o skuteczne podjęcie reform społecznych w zakresie prawa do emerytury, okresu zatrudnienia zawodowego, dodatkowej partycypacji w kosztach leczenia, liczby miejsc w domach opieki);

2) budowania w społeczeństwie postaw akceptacji wśród młodych i gotowości do wspierania seniorów;

3) kształtowania samoświadomości samych ludzi starszych w celu zmiany ich postaw z oczekująco-rozszczeniowych na postawy współfaktywności i współudziału⁶.

Zajęcie się osobami starszymi, wzmocnienie ich pozycji to głównie pomoc w realizacji ich potrzeb, zarówno tych podstawowych, jak i tych wyższych. Dla człowieka starszego istotną kwestią jest możliwość komunikowania się z drugim człowiekiem, zyskania uznania w oczach innych, utrzymywanie kontaktów z rodziną i przyjaciółmi. Ważna jest również potrzeba poczucia sensu działania, sensu życia, co wiąże się z dobrym wykorzystaniem czasu, satysfakcjonującym przeżyciem każdego dnia. Zakończenie przez człowieka pracy zawodowej pociąga za sobą możliwość i wręcz konieczność skierowania jego aktywności na inne obszary działania, przy czym ważkie ze społecznego punktu widzenia jest wykorzystanie zwłaszcza potencjału intelektualnego ludzi starszych, ich doświadczenia. Dla seniorów z kolei istotna jest ich akceptacja przez otoczenie, albowiem pobudza ona samoakceptację. Tylko człowiek akceptowany przez innych będzie akceptował siebie (będzie się godził na siebie), co w starszym wieku nie jest łatwe ze względu na odczuwany ból, niesprawność i inne niedogodności życia. Dlatego niebagatelne znaczenie ma tu kontakt z rodziną, poświęcanie mu przez członków rodziny czasu i zainteresowania. Nie można w tym miejscu nie wspomnieć o potrzebie przynależności odczuwanej przez ludzi starszych, zwłaszcza że ich właśnie najczęściej dotyka samotność. Wiele osób sędziwych żyje samotnie z różnych powodów i wielce pozytywne byłoby dla nich znalezienie takiej grupy, z którą mogliby się identyfikować, do której mogliby przynależeć, na rzecz której w miarę swoich możliwości mogliby pracować.

Ważna dla osób starszych jest również potrzeba bezpieczeństwa. Jej niezaspokojenie wywołuje poczucie lęku, co może prowadzić jednostkę do depresji. Z potrzebą bezpieczeństwa wiąże się potrzeba sensu życia. Jakość życia osób w starszym wieku zależy przede wszystkim od nich samych, od tego, jak przebiegało ich życie w okresach poprzednich, a także od aktywności tu i teraz⁷.

⁶ S. Rogala, *Psychologiczno-społeczne uwarunkowania procesu starzenia się społeczeństwa*, [w:] *Społeczna empatia a ludzie starsi*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2009, s. 97.

⁷ H. Hrapkiewicz, *Potrzeby osób w wieku starszym...*, op.cit., s. 103–106.

Dłuższa starość, aby była szczęśliwa, nie może być beczynna ani samotna. Konieczna jest aktywność ludzi starszych. We wszystkich działaniach zmierzających do uaktywnienia ludzi sędziwych akcent musi być położony na samych seniorów – to oni mają być aktywni. Podejmowana przez nich aktywność różnicuje się ze względu na rozmaite czynniki, którymi są: stan zdrowia, sytuacja rodzinna i materialna, nawyki z wcześniejszych lat życia, zainteresowania, płeć, miejsce zamieszkania. Osoby starsze angażują się w aktywność: fizyczną, kulturalną, intelektualną, zawodową, społeczną, domowo-rodzinną, religijną, jak również aktywność twórczą lub artystyczną.

Motywacja człowieka w okresie starości nabiera innego charakteru niż w innych okresach życia. Ludzie sędziwi potrzebują silniejszych podnieć, zachęty i pomocy do podejmowania działań, są oni mniej skłonni do entuzjazmu. W miarę upływu lat motywacja człowieka starego stopniowo przechodzi z ukierunkowania na osiągnięcia osobiste ku dostarczaniu gratyfikacji innym ludziom⁸.

Mając zatem do dyspozycji dużo wolnego czasu, ludzie starsi mogą również, w miarę swoich możliwości i potrzeb, być aktywni nie tylko w sferze realizacji samego siebie, lecz także pomagać innym: mogą zaangażować się w działalność różnych fundacji, stowarzyszeń, organizacji, grup samopomocowych oraz podejmować nowe role rodzinne czy społeczne (matki/ojca, teściowej/teścia, babci/dziadka, kuratora sądowego, samorządowca, ławnika itp.)⁹.

Wychowanie społeczeństwa do poszanowania starości

Stosunek do ludzi starych i starości ulegał przemianom – od systemu eliminowania ludzi nieproduktywnych w cywilizacjach pierwotnych do systemów zabezpieczenia im bytu przez renty i emerytury oraz systemów opieki i zapewnienia godnych warunków życia. Współcześnie ludzi w wieku poprodukcyjnym jest coraz więcej, dlatego też rozwijać się musi zarówno geriatria, jak i psychologia wieku starczego. Tworzy się systemy opieki nad ludźmi starszymi, coraz więcej jest instytucji i osób wyspecjalizowanych w takich formach działalności. Studia nad starością, nad potrzebami ludzi starszych i nad formami opieki nad seniorami to nie tylko teraźniejszość, ale i przyszłość¹⁰.

Pomoc ludziom starszym nie powinna być problemem pozostawionym tylko władzom państwowym i samorządowym, jest tu również szerokie pole dla

⁸W. Kołodziej, *Bio-psycho-społeczne funkcjonowanie osób starszych a społeczne stereotypy i uprzedzenia dotyczące starzenia się i starości* [w:] *Wybrane problemy osób starszych*, red. A. Nowicka, Impuls, Kraków 2006, s. 61.

⁹E. Trafiałek, *Oświata w integracji osób starszych*, [w:] *Trzeci wiek bez starości*, red. A. Jopkiewicz, E. Trafiałek, Kielce 2000, s. 71.

¹⁰A. Kowalewska, A. Jaczewski, K. Komoziński, *Problemy wieku starczego*, [w:] *Seniorzy w rodzinie, instytucji i społeczeństwie*, red. A. Fabis, Sosnowiec 2005, s. 9.

inicjatyw obywatelskich. Należy wychowywać całe społeczeństwo – ze szczególnym naciskiem na młodych jego przedstawicieli – do poszanowania i otaczania troską starości. To właśnie młodzi ludzie powinni pomagać starszym w ich inicjatywach edukacyjnych i kulturalnych, a także w satysfakcjonującym seniorów wykorzystaniu czasu wolnego, by mogli oni godnie przeżywać jesień swego życia¹¹.

Wraz ze wzrostem liczby seniorów w społeczeństwie narastać będzie liczba osób najstarszych, czyli tych, którzy potrzebują wsparcia (zarówno publicznego, jak i nieformalnego) w postaci usług opiekuńczo-pielęgnacyjnych i zdrowotnych. Odsetek najstarszych seniorów, tych, którzy ukończyli 80 lat, wzrośnie niebawem z obecnego poziomu 3% do 4,1% w 2020 roku i do 7,2% w 2035 roku¹².

Światowa Organizacja Zdrowia w 1998 roku ogłosiła program pt. *Zdrowie dla wszystkich w XXI wieku*, wskazując w nim, iż szczególnymi podmiotami zainteresowania lekarzy, pracowników socjalnych i psychologów powinni być ludzie po 65. roku życia. Kluczowym założeniem tego przedsięwzięcia było stworzenie możliwości pełnego wykorzystania potencjału zdrowotnego i intelektualnego ludzi starszych, a przy tym czerpania przez nich zadowolenia z życia oraz zaspokajania ich potrzeb społecznych. Obserwowany od wielu lat wzrost populacji ludzi w wieku emerytalnym wymaga troski i uwagi rządowych organów i instytucji oraz organizacji pozarządowych. Powinny one już teraz podjąć przygotowania współczesnego społeczeństwa do wypełniania nowych zadań, których celem byłaby pełna opieka medyczna i psychologiczna nad ludźmi starszymi¹³.

Problem populacji ludzi w wieku podeszłym powinien być uwzględniony w strategii rozwoju naszego kraju. Niestety, w prognozie polityki społecznej, która była opracowana przez resort pracy, problem ten nie został należycie potraktowany. A jest on przecież istotny – potrzeba bowiem troski z jednej strony o wydolność systemu emerytalnego, z drugiej zaś o dobrowolne ubezpieczenia dodatkowe. Innym aspektem są powiększające się koszty utrzymania seniorów i struktura ich wydatków. Zakłada się, że większa część ludzi starszych prowadzić będzie jednoosobowe gospodarstwa domowe, w których koszty utrzymania są znacznie wyższe aniżeli w gospodarstwach wieloosobowych. Poza tym ważnym problemem jest „wielochorobowość” osób zaawan-

¹¹ C. Banach, *Zamiast wstępu*, [w:] *Wybrane problemy procesu starzenia się człowieka*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2007, s. 8.

¹² P. Szukalski, *Przygotowanie do starości jako zadanie dla zbiorowości i jednostek*, [w:] *To idzie starość. Postawa osób w wieku przedemerytalnym*, red. P. Szukalski, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2008, s. 21–22.

¹³ A. Głębocka, M. Szarzyńska, *Wsparcie społeczne a jakość życia ludzi starszych*, „Gerontologia Polska” 2005, nr 4, s. 255–259.

sowanych wiekowo, którym szczególnie potrzebna jest wyspecjalizowana pomoc geriatryczna.

W literaturze przedmiotu podkreśla się, iż polityka społeczna wobec ludzi starych nie może być wyłącznie polityką organizowania im pomocy, ale powinna być polityką pomocy w organizowaniu ich życia¹⁴. Obecnie świadczenia w ramach systemu pomocy społecznej mieszczą się w zakresach:

1) pomocy środowiskowej w miejscu zamieszkania (którą sprawują pracownicy ośrodków pomocy społecznej), zapewniającej podopiecznym świadczenia przysługujące im na podstawie ustawy o pomocy społecznej;

2) pomocy intencjonalnej – w domach pomocy społecznej, które są placówkami stałego bądź czasowego pobytu dla osób starszych zmuszonych z nich korzystać ze względu na swój stan zdrowia czy wiek.

Tymczasem w polityce społecznej państwa potrzebne są wielokierunkowe działania, które będą wspierać rodzinę w wypełnianiu jej funkcji, zarówno ekonomicznych, jak i opiekuńczych czy pielęgnacyjnych. Pomoc ta wiąże się z koniecznością rozwoju wielu specjalistycznych usług społecznych z zakresu ochrony zdrowia, rehabilitacji oraz stworzenia otoczenia przyjaznego osobom starszym (tzw. małej architektury). Niestety, zmiany, jakie nastąpiły w obszarze zabezpieczenia społecznego, nie ułatwiły rodzinie jej zadań. W zakresie opieki i pielęgnacji osób starszych większość obowiązków spoczywa na barkach rodziny bez jakiegokolwiek wsparcia. Jak twierdzi B. Bień (która potwierdza w tym względzie opinię J. Derejczyk), w Polsce nie istnieje system opieki geriatrycznej, a funkcjonująca opieka zdrowotna jest niespójna, zróżnicowana i nie spełnia standardów jakości, dostępności i pełnego zaspokojenia potrzeb pacjentów¹⁵. Polityka zdrowia powinna stwarzać warunki zdrowego starzenia się, zapewniając systematyczną i celową promocję zdrowia ludzi w ciągu całego ich życia. Tylko edukacja, aktywność fizyczna i dobre przystosowanie się społeczne wzmacniają – jak stwierdza się w literaturze przedmiotu – poczucie niezależności i pozwalają ludziom starszym na pełne uczestniczenie w życiu społecznym. Świadczenia zdrowotne i socjalne na rzecz ludzi starszych powinny być zaspokajane na poziomie społeczności lokalnej¹⁶.

W podejmowaniu inicjatyw zmierzających do podniesienia roli człowieka starego we współczesnym świecie, a również do podwyższenia wartości koń-

¹⁴Por.: P. Błądowski, *Lokalna polityka społeczna wobec ludzi starych*, Szkoła Główna Handlowa, Warszawa 2002, s. 231.

¹⁵Za: E. Bojanowska, *Opieka nad ludźmi starszymi*. [w:] *Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się*, red. P. Szukalski, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2009, s. 208–209.

¹⁶*Starzy ludzie w Polsce. Społeczne i zdrowotne skutki starzenia się społeczeństwa*, red. J. Halik, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2002, s. 134–137.

cowego okresu jego życia ważne jest dostrzeżenie potrzeb rozwiązywania wielu problemów. Dotyczą one takich kwestii, jak:

- kształtowanie właściwych postaw dzieci i młodzieży wobec starości i człowieka starszego w celu budowania wzajemnego zrozumienia i porozumienia, tolerancji i dialogu pokoleń;
- przygotowanie i przystosowanie człowieka do procesu starzenia się;
- kształtowanie umiejętności efektywnego spędzania czasu wolnego;
- profilaktyka (prewencja) pedagogiczna zmierzająca do zapobiegania patologii życia społecznego ludzi starych; przedstawianie warunków, które sprzyjają przedłużeniu życia ludzkiego oraz optymistycznej i godnej starości;
- działania konsultacyjno-doradcze, czyli poradnictwo geragogiczne z telefonami zaufania;
- socjalizacja ludzi starszych, zmierzająca do przełamania nożyc śmierci społecznej, jakie tworzą izolacja i osamotnienie, zwiększanie aktywności ludzi starszych w różnorodnych dziedzinach życia społecznego;
- działania terapeutyczne, rehabilitacyjne i reaktywizacyjne, których celem jest samorealizacja i nadanie starości wymiaru życia twórczego, w sensie urzeczywistniania siebie, rehabilitacja zawodowa ludzi w podeszłym wieku (zmiana zawodu), inspirowanie i stymulowanie refleksji nad sensowną starością, prowadzącej do nakreślenia nowych celów i zadań życiowych;
- przygotowanie człowieka do bólu, cierpienia, umierania i śmierci¹⁷.

W tym miejscu trzeba podkreślić, że starość należy doceniać już od młodości i mieć świadomość tego, że kiedy ta faza życia nadejdzie, nie będzie ona zła. Czas ten bowiem może być dobrze spożytkowany i to, o czym człowiek marzył w młodości czy w wieku średnim, może doczekać się spełnienia w okresie starości. Nagromadzone z biegiem lat doświadczenie i wiedza są w jesieni życia na tyle duże, że człowiek starszy może z łatwością przyjąć i zrealizować nowe wyzwania. Dlatego też nie należy patrzeć na starość jako na zło konieczne, przed którym nie ma ucieczki, ale wykorzystywać ten czas jak najlepiej. Wtedy to może społeczeństwo zauważyć zmiany w osobowości osób starszych, dostrzeże i doceni pozytywne aspekty późnego wieku i uwolni się od pokutujących w tym względzie negatywnych stereotypów. Sama zatem owa najstarsza grupa społeczna może zmienić wiele w światopoglądzie społeczeństwa; może też ona zmienić niejednego ludzki los na lepszy, dając zachętę do lepszego życia¹⁸.

¹⁷ A. Zych, *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Katowice 1999, s. 23–24.

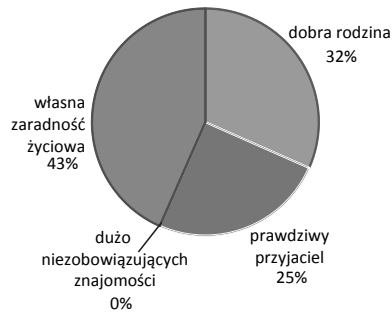
¹⁸ M. Molicka, *Najlepszy wiek to ten, w którym się jest – starość jako pozytywny etap życia*, „Praca Socjalna” 2010, nr 1, s. 117.

Przygotowanie się jednostki do wejścia w wiek późnej dorosłości i adaptacja seniora do nowych warunków życia. Refleksje z badań

Jaką formułę życia wybrać już w dzieciństwie i młodości, aby zachować wewnętrzną radość, optymizm i duchową młodość do późnej starości? Jedną z podstawowych cech wartościowego życia jest aktywność, zarówno psychiczna, jak i fizyczna. Harmonia tych dwóch komponentów ludzkiego zachowania jest podstawą dobrego zdrowia i bezbolesnego przejścia jednostki w starość, w wiek podeszły. Jeśli przez długie lata człowiek prowadził życie aktywne, to pierwsze oznaki starzenia się pojawiają się u niego znacznie później, niż wskazuje na to przeciętna. Tymi między innymi zagadnieniami zajęli się w latach 2012–2014 seminarzyści studiujący na Wydziale Pedagogicznym Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu. Celem badań było poznanie opinii seniorów przebywających w kilku domach pomocy społecznej (DPS) na terenie województwa opolskiego w kwestiach przygotowania się do obecnego etapu w ich życiu, możliwości kontynuowania przez nich dotychczasowej aktywności, rozwoju zainteresowań, a także stwarzanych im w ośrodku warunków pobytu oraz opieki, jaką się im oferuje. Badania sondażowe przeprowadzono z wykorzystaniem skonstruowanych wcześniej kwestionariuszy ankiety. Odpowiedzi w interesującym nas przedmiocie udzieliło 120 starszych osób, w tym 68 kobiet i 52 mężczyzn (co stanowi odpowiednio 56,6% i 43,4% badanych).

Z reguły dzięki samowychowaniu i wiedzy zdobywanej przez lata seniorzy uzyskują odpowiednie kompetencje, które ułatwiają im funkcjonowanie w coraz bardziej skomplikowanej rzeczywistości. Seniorzy uczestniczący w naszych badaniach w dość znacznej większości zadeklarowali, że już od dawna planowali organizację swego życia w starości (67%) i podejmowali działania mające przygotować ich do tego okresu (59%). Działania te – zdaniem badanych – polegały na wielu poczynaniach, a przede wszystkim na: dbałości o własne zdrowie (82% odpowiedzi), teoretycznym zaznajamianiu się (czytaniu) z tematyką przemian zachodzących w organizmie ludzkim wraz ze starzeniem się (62%), dbałości o kondycję fizyczną – ruch na świeżym powietrzu (59%), dbałości o kondycję psychiczną – gry i łamigłówki umysłowe (50%), a także utrzymywaniu kontaktów towarzyskich (40%), aktywności kulturalnej (34%), społecznej (22%) i doksztalceniu (13% deklaracji).

Osoby w okresie dojrzałej już dorosłości mają swoje pragnienia, które stanowią w ich życiu istotne wartości. Ich spełnianie decyduje niejednokrotnie o szczęśliwym przeżywaniu tego okresu życia. Uczestniczący w badaniach podopieczni DPS wyrazili swoje opinie na ten temat, co graficznie zostało przedstawione na rycinie 1.



Źródło: Rysunki 1–8 przedstawiają wyniki badań empirycznych przeprowadzonych przez studentów WSZiA w latach 2012–2014.

Ryc. 1. Najważniejsze wartości w życiu seniorów

I tak, dla prawie połowy badanych najważniejszą wartością w życiu jest ich własna zaradność życiowa, przy czym częściej taką opinię prezentowały kobiety. Nieco mniejsza grupa respondentów uznała za wartość najistotniejszą posiadanie dobrej rodziny i tutaj zdania kobiet i mężczyzn były raczej zgodne, podobnie jak przy wyborze kolejnej ważnej wartości życiowej, za którą seniorzy uznali posiadanie prawdziwego przyjaciela.

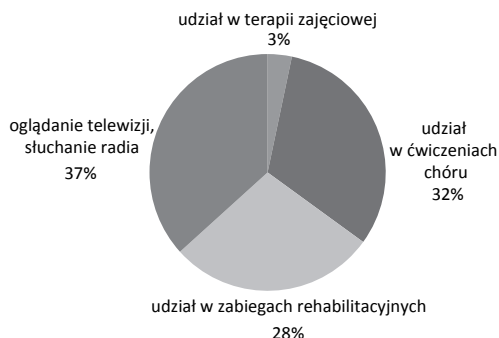
Zdobywana przez wiele lat wiedza daje starszemu człowiekowi poczucie pewności siebie, może zapobiegać segregacji ze względu na wiek i marginalizacji. Sprzyja ona samorealizacji seniorów, rozbudza ich twórcze postawy i nowe zainteresowania, przeciwdziała poczuciu osamotnienia. W ten sposób osoby starsze potwierdzają i umacniają swoją pozycję, prestiż oraz swoją wartość społeczną w środowisku lokalnym. Jednakże sędziwy wiek ma z pewnością wpływ na obniżenie aktywności człowieka. Pogarszający się fizyczny oraz psychiczny stan zdrowia skłania wielu seniorów do częściowego lub całkowitego wycofywania się z życia kulturalnego i społecznego. Nasi respondenci wyrażają wszakże przekonanie, iż aktywność nie jest tylko domeną młodych. Tak stwierdza znaczna większość, bo aż 70% badanych seniorów. Mimo wszystko jednak widzą oni pewne problemy związane z wiekiem, które zawężają pole czynnego życia. Jedna czwarta badanych stwierdza, że wiek ogranicza możliwości osób chcących być aktywnymi, natomiast prawie połowa badanych jest zdania, iż późna już dorosłość człowieka nie stanowi przeszkody w podejmowaniu dotychczasowej aktywności, przy czym część z nich wskazuje na tylko częściowe utrudnienia w tym względzie.

Czy sami badani seniorzy postrzegają siebie jako osoby aktywne? Otóż mniej niż połowa osób uważa się za ludzi w pełni żywotnych, a więcej niż

jedna czwarta badanych twierdzi, że nie. Również czwarta część badanej populacji nie ma zdania na ten temat.

Zmiana otoczenia człowieka pociąga za sobą zmianę dotychczasowych warunków jego życia. Fakt zamieszkania w domu pomocy społecznej może być dla niektórych osób stresujący, może powodować wycofanie się z dotychczas prowadzonego trybu życia, a szczególnie rezygnację z dotychczasowych zainteresowań. Seniorzy, wypowiadając się na ten temat, w większości jednak uznali (52,3%), że zamieszkanie w placówce opiekuńczej nie wpłynęło negatywnie na ich aktywność. Z kolei jedna czwarta badanych przyznała, że zmiana miejsca egzystencji ograniczyła ich żywotność, a pozostała część sędziwych respondentów (22%) nie miała na ten temat wyrobionego zdania.

Seniorzy w DPS mogą korzystać z zajęć, jakie organizują i proponują im opiekunowie, a są to formy aktywności zarówno poprawiające stan fizyczny pensjonariusza, jak i sprzyjające miłemu i aktywnemu spędzaniu przez niego czasu wolnego. Z analizy ryciny 2 wynika, iż badani przez nas seniorzy najczęściej spędzają czas wolny na oglądaniu telewizji i słuchaniu radia. Nie do końca wiadomo, z czego może to wynikać – czy jest to już rodzaj rutyny, zamknięcia się na inne formy spędzania czasu, czy też może odpowiada za tę formę rozrywki zły stan zdrowia, apatia, niechęć do korzystania z aktywności. Dużą popularnością cieszą się zajęcia chóru, w których bierze udział jedna trzecia badanych, w tym jednak zdecydowaną większość stanowią kobiety. Sprawia im to dużo radości i satysfakcji, mają okazję dzięki piosenkom powrócić wspomnieniami do lat swojej młodości, do radosnych, a czasem i smutnych okresów swego życia. Poza tym mają możliwość wyjazdów na koncerty, przeglądy czy też na wycieczki. Ponad jedna czwarta badanych bierze udział w rehabilitacji, traktując ją jako ulubioną formę spędzania czasu. Natomiast w terapii zajęciowej uczestniczy znikoma część seniorów – są to w zasadzie osoby posiadające zmysł i talent plastyczny (czasem ich prace są ekspozowane na miejscowych wystawach). Wszelkie działania, zarówno te organizowane przez DPS, jak i te samodzielnie podejmowane przez mieszkańców, służą aktywizowaniu seniorów i zapobieganiu monotonii ich codziennej egzystencji.

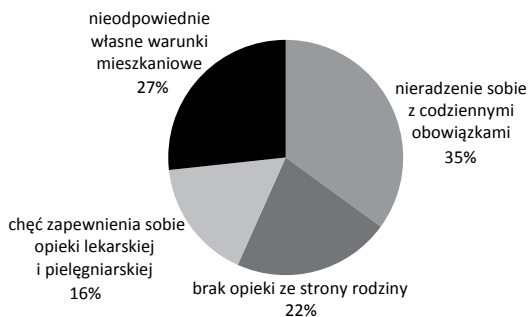


Ryc. 2. Zajęcia, w których badani seniorzy uczestniczą najczęściej

To, czy placówka w sposób oczekiwany przez podopiecznych zapewni im warunki do aktywności kulturalno-oświatowej, decyduje o możliwości kontynuowania przez seniorów ich ulubionych zainteresowań, a więc i o dobrym ich samopoczuciu. Seniorzy wyrażający swoje opinie w tej kwestii ocenili w większości (59%), że dom pomocy społecznej, w którym zamieszkują, spełnia ich potrzeby kulturalne bardzo dobrze. Ponad jedna piąta badanych pensjonariuszy opowiedziała się za oceną dobrą i również jedna piąta za oceną dostateczną. „Cenzurkę” niedostateczną za starania placówki w sferze aktywności kulturalnej podopiecznych wystawiła tylko jedna osoba.

Można więc wnioskować, że snute przez lata plany i oczekiwania seniorów co do ich funkcjonowania w starszym wieku są niemal zgodne z obecną rzeczywistością, w jakiej się znaleźli w dużej części z własnego wyboru. Mogą oni korzystać z wielu form aktywności, które są im w sposób profesjonalny oferowane przez placówkę. To niewątpliwie dodaje im chęci do samorealizowania się w różnorodnych (czasem i nowych dla nich) formach działania.

Człowiek starszy sam jest odpowiedzialny za swój los i to od niego zależy, jak będzie przebiegać proces jego starzenia się i jego starość. Odpowiednie placówki oraz osoby w nich pracujące (i właściwie do tej pracy przygotowane) powinny wspierać seniorów i wspomagać ich poczynania, a co najważniejsze – otaczać ich profesjonalną opieką. W placówkach przeznaczonych dla seniorów zachęca się ich do przemiany siebie; wielu starszych ludzi tu zaczyna planować dalsze swoje życie, a nie biernie przyjmować to, co ono ze sobą niesie. Dla wielu seniorów DPS jest złą koniecznością, dla innych jednak dogodnym miejscem, gdzie mogą być zaspokojone ich podstawowe potrzeby. Ważne, aby decyzja o zamieszkaniu w takim domu i w takim środowisku była podjęta przez samego zainteresowanego, i to w miarę możliwości samodzielnie i w sposób przemyślany.

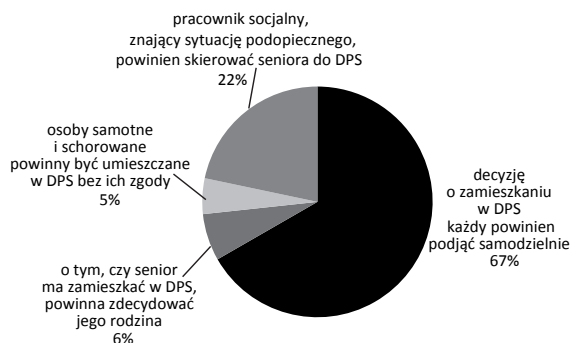


Ryc. 3. Powody zamieszkania w DPS przez uczestniczących w badaniach seniorów

Z naszych badań wynika (ryc. 3), iż spora liczba uczestniczących w nich seniorów, tj. 35%, nie radzi sobie z codziennymi obowiązkami i to stanowiło główną przyczynę ich decyzji o zamieszkaniu w placówce opiekuńczej. Są to

osoby, które w życiu zawsze funkcjonowały samodzielnie, nie oczekiwały pomocy ze strony najbliższych, nie chciały być dla innych ciężarem. Miało to również związek z ich stanem cywilnym, większość z nich jest bowiem stanu wolnego (panny, kawalerowie). Na nieodpowiednie warunki mieszkaniowe jako motyw przejścia do DPS wskazała ponad jedna czwarta badanych. Natomiast w przypadku ponad jednej piątej badanych to brak opieki ze strony rodziny zdecydował o ich zamieszkaniu w placówce, a powodem takiej sytuacji – jak wyjaśniali sami seniorzy – było skłócenie części z nich z rodziną, a inni już tej rodziny nie posiadają; jednak najwięcej z tej grupy badanych stwierdziło, że członkowie rodziny nie radzą sobie z opieką nad seniorem, mają swoje obowiązki, pracę lub mieszkają daleko. Pozostali respondenci (16%) przyznali, że o zamieszkaniu w placówce zdecydował zły stan ich zdrowia; chcieli oni w ten sposób zapewnić sobie stałą opiekę lekarską i pielęgniarską, możliwość i dogodność korzystania z rehabilitacji, systematycznych ćwiczeń.

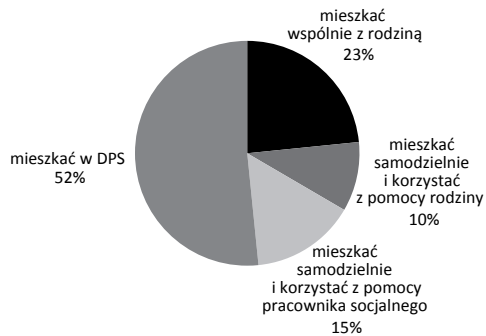
Większość badanych (dwie trzecie grupy) uważa, że decyzję o zamieszkaniu w domu pomocy społecznej każdy zainteresowany powinien podjąć samodzielnie, choć też znaczna część respondentów (ponad jedna piąta) jest zdania, że to pracownik socjalny, sprawujący z urzędu pieczę nad seniorem i zorientowany w jego sytuacji życiowej, powinien skierować go do właściwej placówki. Niewielki odsetek sędziwych mieszkańców DPS opowiada się za udziałem rodziny w podejmowaniu decyzji o zleceniu opieki nad seniorem wyspecjalizowanej placówce, jak również niewielka część badanych optuje za obligatoryjnym umieszczaniem samotnych i schorowanych starszych ludzi w domach pomocowo-opiekuńczych.



Ryc. 4. Poglądy seniorów na decyzję o zamieszkaniu w DPS

W naszej rzeczywistości z reguły ostateczną decyzję o zamieszkaniu w DPS zawsze podejmuje osoba zainteresowana, jednak z możliwością zmiany swego zdania w tym przedmiocie w uzasadnionych przypadkach. I właśnie wagę takiej możliwości mocno akcentuje prawie dwie trzecie badanych starszych ludzi, deklarując wszakże, iż gdyby była taka możliwość, to owe ich decyzje

podejmowane ponownie niewiele różniłyby się od już podjętych (co ilustruje ryc. 5).



Ryc. 5. Ewentualne ponowne decyzje sędziwych mieszkańców DPS o wyborze miejsca ich zamieszkania

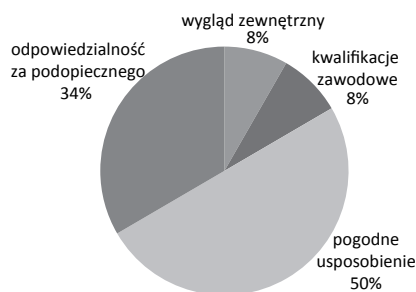
Seniorzy, którzy świadomie i dobrowolnie wybrali DPS jako swój dom na kolejny etap życia, podjęli próbę odnalezienia się w nowej rzeczywistości, szukania tego co dobre, co sprawiać będzie im radość i przynosić odrobinę szczęścia pomimo zmniejszającej się coraz bardziej ich sprawności fizycznej i psychicznej. W niejednym przypadku to problemy życia codziennego, bezsilność i bezradność zmusiły starszych ludzi do podjęcia decyzji o przejściu do placówki opiekuńczej, jednakże większość badanych jej nie żałuje.

Podejmując decyzje o zamieszkaniu w domu pomocy społecznej, nasi respondenci budowali sobie także wizerunek ludzi, którzy mają ich otoczyć opieką i na co dzień stworzyć im atmosferę rodzinną. Do takich przemyśleń – zdaniem trzech czwartych badanych seniorów – dochodziło niejednokrotnie. Jakże zatem oczekiwania wobec swoich opiekunów, a więc pracowników pierwszego kontaktu oraz całego zespołu terapeutyczno-opiekuńczego, mają podopieczni DPS i jak oceniają pracę tegoż personelu?

Kontakty z seniorami stawiają przed ich opiekunami konieczność uświadomienia sobie, jak trudny i złożony w odbiorze jest człowiek w okresie starości. Większość seniorów stawia swojemu opiekunowi wysokie wymagania, powodem zaś jest ich upór, niechęć do nagłych zmian oraz przekonanie o posiadaniu wiedzy na każdy temat. Podołać tym wymaganiom może tylko profesjonalista, bo kwestia starości jest złożonym zagadnieniem. Każdy opiekun powinien wiedzieć, że zachowanie podopiecznego jest wypadkową indywidualnych potrzeb i aby sprostać jego oczekiwaniom, w wypełnianiu swoich obowiązków musi kierować się określonymi wartościami.

Półowa badanych najbardziej ceni u swojego opiekuna pogodne usposobienie (ryc. 6), co dowodzi, iż ci starsi ludzie spragnieni są bliskości osób życzliwych, radosnych, uśmiechniętych. Niejednokrotnie kontakt z taką właśnie osobą pomaga seniorom przetrwać ciężkie chwile, pozwala na moment ode-

rać się od własnych trosk i problemów. Z kolei odpowiedzialne podejście do podopiecznego (które ważne jest dla jednej trzeciej badanych) daje seniorom poczucie bezpieczeństwa w DPS, gdyż możliwość zwrócenia się o pomoc, poradę do swojego opiekuna umacnia ich w przekonaniu, że nie są pozostawieni samym sobie. Świadomość ta w dużym stopniu pomagała mieszkańcom DPS szczególnie na początku ich pobytu, kiedy adaptowali się do nowych warunków, poznawali nowe środowisko, próbowali zaakceptować i uznać za własny swój nowy dom. Wygląd zewnętrzny opiekuna i jego kwalifikacje zawodowe są znaczącą wartością dla niezbyt licznej grupy badanych (łącznie dla 16%).



Ryc. 6. Cechy najbardziej cenione u swojego opiekuna przez badanych mieszkańców DPS

Często zły stan zdrowia seniora, jego ograniczona sprawność fizyczna, a także nieporadność życiowa wpływają na to, że mieszkańcom DPS nie jest łatwo przystosować się do nowych warunków życia. Nowe otoczenie, obcy współmieszkańcy i opiekunowie – to wszystko powoduje, że nie każdy starszy człowiek od razu akceptuje oferowaną mu w ośrodku pomoc.

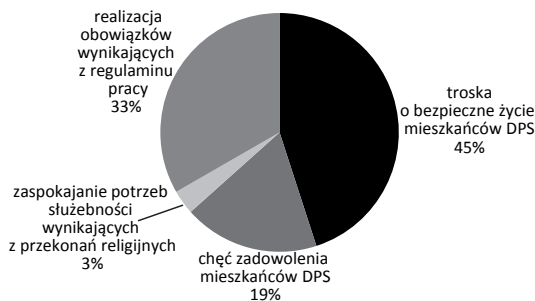
Najwięcej, bo prawie połowa, badanych korzysta z pomocy w trakcie codziennych czynności. Jest to pomoc przy czynnościach wymagających większej sprawności fizycznej i ruchowej. Opiekunowie starają się, aby prace związane z higieną osobistą i samoobsługą były wykonywane przez podopiecznych w miarę możliwości samodzielnie. Jest to konieczne, aby ci starsi ludzie mieli poczucie, że są jeszcze sprawni, potrzebni i że potrafią zadbać o siebie, a czasami i pomóc innemu współmieszkańcowi. Dość duża grupa respondentów (jedna trzecia badanych) korzysta z fachowej pomocy medycznej, terapeutycznej i opiekuńczej. Są to osoby mocno schorowane, które wymagają stałej rehabilitacji i opieki medycznej, bo same nie są już w stanie sobie poradzić. Jednak możliwość wykonywania systematycznych ćwiczeń, uczestniczenie w fizykoterapii, oraz korzystanie z farmakoterapii pozwala im funkcjonować i żyć w miarę godnie. Świadomość, że jest ktoś, kto się nimi opiekuje, zajmuje i interesuje, napawa ich optymizmem. Tylko niewielki procent badanych seniorów (17%) uważa, że opiekunowie mobilizują ich do aktywności. Są

to osoby sprawne ruchowo, ale często niechętnie do jakiegokolwiek wysiłku umysłowego, czynności relaksacyjnych i zajęć hobbystycznych. Jedynie 5% badanych przyznało, że opiekunowie podtrzymują ich w trudnych sytuacjach życiowych; są to przede wszystkim ci pensjonariusze, którzy nie mają już żadnej rodziny ani przyjaciół.



Ryc. 7. Realizacja potrzeb badanych seniorów przez personel DPS

Przy okazji oceniania pracy opiekunów seniorzy wyrazili własne przekonania na temat przyczyn podjęcia przez pracowników DPS ich zawodu, a więc wskazali, czym kierują się owi pracownicy w swojej pracy. I tak prawie połowa respondentów uznała, że pracownicy mają na względzie przede wszystkim bezpieczne życie swoich podopiecznych. Można z tego wnioskować, że seniorzy czują się bezpiecznie w tym swoim nowym środowisku, przystosowali się i zaakceptowali panujące tam zasady. Dość duża grupa badanych (jedna trzecia) jest zdania, że impulsem działania pracowników DPS jest chęć właściwej realizacji obowiązków służbowych. Znaczna też część badanych (prawie jedna piąta) zauważa, że ich opiekunowie w swojej pracy kierują się zamiarem zadowolenia mieszkańców. Jedynie dwie osoby zwróciły uwagę na to, misja służenia podopiecznym wynika – ich zdaniem – z przekonań religijnych pracowników DPS.



Ryc. 8. Motywy pracy pracowników DPS według opinii badanych seniorów

Zespół terapeutyczno-opiekuńczy i pracownicy pierwszego kontaktu w dużym stopniu wpływają na prawidłową adaptację mieszkańców w domu pomocy społecznej. To właśnie oni świadczą pomoc i wsparcie w trudnych sytuacjach, których nie da się uniknąć w dużym zbiorowisku. Ich profesjonalizm, umiejętność negocjacji, a przede wszystkim obiektywne podejście wpływają na to, że mieszkańcy DPS mogą czuć się bezpiecznie. Opiekunowie zapewniają seniorom godne warunki życia, opiekę medyczną, pomagają tym, którzy nie radzą sobie w codziennych czynnościach, ale też motywują starszych ludzi do działania i aktywności po to, aby pensjonariusze czuli się w miarę sprawni i sobie nawzajem potrzebni.

Kilka słów zakończenia

Potrzebna jest poprawa jakości życia osób starszych. Istotne jest również to, aby już od najmłodszych lat uczyć człowieka akceptacji starości, by mógł przygotować się do tego etapu i osłabić lęk związany ze schyłkiem życia własnego i innych ludzi. Ważne jest, aby nie poddawać się starości. Należy się do niej przygotowywać, ale nie bać się jej. Trzeba się cieszyć życiem dopóty, dopóki ono trwa, myśleć pozytywnie i wydobywać z siebie maksimum sił i chęci. Jednak żeby móc to wszystko realizować, potrzebne jest wsparcie – zarówno rodziny, jak i polityki państwa; potrzebny jest w tym względzie spójny system prawny, który zajmie się opieką nad ludźmi w starszym wieku. Dlatego bardzo ważne staje się poszukiwanie takich rozwiązań systemowych, które zapewniałyby ludziom starszym należyte miejsce w społeczeństwie oraz tworzyły godne warunki ich życia. Przy tak dużym jak obecnie przyroście ludzi w starszym wieku zwiększa się zapotrzebowanie na świadczenia ze strony pomocy społecznej i pracowników socjalnych. I to właśnie takie placówki jak DPS powinny otoczyć seniorów właściwą opieką i troską, dbać o miłą atmosferę ich pobytu, motywować do działania i aktywności szczególnie w chwilach samotności i wyizolowania. Jednakże to rodzina odgrywa rolę najważniejszą i szczególnie we wszystkich fazach naszego życia. Wzajemna pomoc i współzależność pokoleń w rodzinie jest dobrem największym i najlepszym zarówno dla starszych, jak i dla dzieci. Rodzina jest tym naturalnym i najbardziej odpowiednim miejscem i terenem działania starego człowieka – tam powinien być szacunek i uznanie dla niego. Bo człowiek stary nie musi być tylko podmiotem opieki i troski, ale przecież stanowi cenne źródło mądrości i doświadczeń życiowych i on może przygotować młodego człowieka do lepszego zaakceptowania w przyszłości własnej starości.

Podkreślmy tu raz jeszcze, że wszyscy powinniśmy doceniać starość już od czasu swojej młodości, planować swe życie w przyszłości, przygotowywać się do nadejścia jego schyłku, starać się pogodzić z tym, że kiedy jesień życia już nastąpi, nie musi być ona złym okresem, a także wierzyć, że część ludzkich marzeń można realizować właśnie w okresie starości.

Literatura

Banach C., *Zamiast wstępu*, [w:] *Wybrane problemy procesu starzenia się człowieka*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2007.

Błądowski P., *Lokalna polityka społeczna wobec ludzi starych*, Szkoła Główna Handlowa, Warszawa 2002.

Bojanowska E., *Opieka nad ludźmi starszymi*, [w:] *Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się*, red. P. Szukalski, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2009.

Głębocka A., Szarzyńska M., *Wsparcie społeczne a jakość życia ludzi starszych*. „Gerontologia Polska” 2005, nr 4.

Kołodziej W., *Bio-psycho-społeczne funkcjonowanie osób starszych a społeczne stereotypy i uprzedzenia dotyczące starzenia się i starości*, [w:] *Wybrane problemy osób starszych*, red. A. Nowicka, Impuls, Kraków 2006.

Kowalik S., *Pedagogiczne problemy funkcjonowania i opieki osób w starszym wieku*, [w:] *Pedagogika specjalna*, red. W. Dykciak, Poznań 1997.

Leszczyńska-Rejchert A., *Człowiek stary i jego wspomaganie – w stronę pedagogiki starości*, Uniwersytet Warmińsko-Mazurski, Olsztyn 2005.

Łangowska-Marcinowska K., *Łagodzenie znamion upływającego czasu – ponadczasową dewizą kobiety*, [w:] *Kobieta i czas*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2013.

Łangowska-Marcinowska K., *O ważkości pracy (aktywności) w jesieni życia człowieka*, [w:] *Praca a długowieczność*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2012,

Łangowska-Marcinowska K., *Problem aktywizacji podopiecznych domów pomocy społecznej*, [w:] *Pamiętaj o swojej starości*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2011,

Molicka M., *Najlepszy wiek to ten, w którym się jest – starość jako pozytywny etap życia*. „Praca Socjalna” 2010, nr 1.

Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się, red. P. Szukalski, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2009.

Rogala S., *Psychologiczno-społeczne warunki procesu starzenia się społeczeństwa*, [w:] *Społeczna empatia a ludzie starsi*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2009.

Starzy ludzie w Polsce. Społeczne i zdrowotne skutki starzenia się społeczeństwa, red. J. Halik, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2002.

Steuden S., Marczuk M., *Starzenie się a satysfakcja z życia*, KUL, Lublin 2006.

Szarota Z., *Seniorzy w przestrzeni kulturalno-edukacyjnej społeczeństwa wiedzy*, „Chowanna” 2009, t. 2.

Szukalski P., *Przygotowanie do starości jako zadanie dla zbiorowości i jednostek*, [w:] *To idzie starość. Postawa osób w wieku przedemerytalnym*, red. P. Szukalski, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2008.

Wybrane problemy osób starszych, red. A. Nowicka, Impuls, Kraków 2006.

Zych A.A., *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Katowice 1999.

Stanisław Marek*

Dom pomocy społecznej jako instytucja wspierająca seniora

Zadaniem pomocy społecznej jest „[...] umożliwienie osobom i rodzinom przezwycięzenie trudnych sytuacji życiowych, których nie są one w stanie pokonać, wykorzystując własne uprawnienia, zasoby i możliwości”¹. Realizując powierzone jej cele, wspiera „[...] osoby i rodziny w wysiłkach zmierzających do zaspokojenia niezbędnych potrzeb i umożliwia im życie w warunkach odpowiadających godności człowieka”².

Jedną z instytucji powołanych do realizacji tego zadania jest dom pomocy społecznej, sprawujący opiekę nad osobami, które nie są w stanie samodzielnie funkcjonować w swoim dotychczasowym miejscu zamieszkania ze względu na niepełnosprawność, chorobę, wiek lub brak zapewnienia niezbędnej pomocy w formie usług opiekuńczych³.

Ustawodawca przewiduje dom pomocy społecznej dla:

- osób w podeszłym wieku;
- osób przewlekle somatycznie chorych;
- osób przewlekle psychicznie chorych;
- dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie;
- dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie;
- osób niepełnosprawnych fizycznie;
- osób uzależnionych od alkoholu⁴.

Zgodnie z obowiązującymi przepisami prawa jeden dom pomocy społecznej może być prowadzony łącznie dla:

- osób w podeszłym wieku oraz osób przewlekle somatycznie chorych;
- osób przewlekle somatycznie chorych oraz niepełnosprawnych fizycznie;
- osób w podeszłym wieku oraz osób niepełnosprawnych fizycznie;

* Dr, Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Opolu.

¹ Ustawa o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 r., tekst jedn.: DzU 2015, poz. 163, art. 2 ust. 1.

² Ibidem, art. 3 ust. 1.

³ Ibidem, art. 54 ust. 1.

⁴ Ibidem, art. 56.

- osób dorosłych niepełnosprawnych intelektualnie oraz dzieci i młodzieży niepełnosprawnych intelektualnie⁵.

Wymieniona ustawa reguluje kwestię organizacji domu pomocy społecznej, w którym „[...] zakres i poziom usług świadczonych przez dom uwzględnia w szczególności wolność, intymność, godność i poczucie bezpieczeństwa mieszkańców domu oraz stopień ich fizycznej i psychicznej sprawności”⁶.

Prawidłowe funkcjonowanie domu pomocy społecznej działającego na podstawie zezwolenia wojewody normują wewnętrzne dokumenty placówki. Zaliczamy do nich:

- statut domu, określający między innymi siedzibę, warunki lokalowe, zadania oraz zasady gospodarki finansowej;

- regulamin organizacyjny domu, opisujący sposób postępowania z mieszkańcem od momentu jego zamieszkania w placówce, prawa i obowiązki mieszkańca, zadania zespołu terapeutyczno-opiekuńczego oraz wiele innych związanych z bezpośrednią pracą z podopiecznym.

Sprawne funkcjonowanie takiej placówki zapewniają także procedury, zasady i instrukcje wprowadzone zarządzeniem dyrektora domu, określające postępowanie pracownika w różnych sytuacjach sprawowanej opieki nad mieszkańcem. Należą do nich m.in. procedury: przyjęcia pensjonariusza do DPS-u; prowadzenia jego akt osobowych; załatwiania skarg, wniosków, próśb i interwencji mieszkańców; postępowania w zakresie wydawania leków; zapobiegania odleżynom i postępowania z mieszkańcem z odleżyną; postępowania przy kierowaniu i pobycie mieszkańca w szpitalu; postępowania z osobami uzależnionymi od alkoholu; zasada poszanowania podstawowych praw mieszkańca i zaspokajania jego potrzeb; instrukcja postępowania przy karmieniu obłożnie chorego.

Przyjęcie osoby do domu pomocy społecznej poprzedzone jest procedurą administracyjną określoną w przepisach obowiązującego prawa. Zakwalifikowany do danego typu domu ze względu na konieczność całodobowej opieki powinien trafić do placówki położonej najbliżej miejsca zamieszkania⁷. Jeżeli przewidywany termin oczekiwania na miejsce w tym domu przekracza trzy miesiące, wówczas osoba ta ma prawo złożyć wniosek do tego samego typu domu, położonego jak najbliżej jej obecnego miejsca pobytu, w którym okres oczekiwania nie przekracza trzech miesięcy⁸.

Celem niniejszego artykułu jest przedstawienie domu pomocy społecznej jako instytucji wspierającej seniora, stosującej indywidualny plan wsparcia mieszkańca.

⁵ Ibidem, art. 56a.

⁶ Ibidem, art. 55 ust. 2.

⁷ Ibidem, art. 54 ust. 2.

⁸ Ibidem, art. 54 ust. 2a.

Od momentu zamieszkania seniora w DPS odpowiedzialność za sprawowaną nad nim opiekę przejmuje personel wraz z kadrami zarządzającą, która określa jego indywidualne potrzeby oraz zakres usług⁹.

W tym celu powołuje się zespół terapeutyczno-opiekuńczy, który opracuje z podopiecznym indywidualny plan wsparcia. Stanowi on część indywidualnej dokumentacji, prowadzonej dla każdego mieszkańca domu. Składa się na nią „[...] diagnoza socjalno-medyczna, niezbędne podstawowe informacje o mieszkańcu, które ułatwią budowanie i modyfikowanie indywidualnego planu (stan ogólnej sprawności, upodobania, przyzwyczajenia, podstawowe informacje o rodzinie i osobach bliskich) oraz zawiera informacje o świadczeniach i efektach uzyskanych w wyniku realizacji indywidualnego planu wsparcia”¹⁰.

W ramach omawianego planu realizowane są zadania związane z usługami bytowymi, opiekuńczymi, wspomagającymi i edukacyjnymi, zgodnie z obowiązującymi standardami¹¹, dla których „najważniejszym podmiotem oddziaływania jest mieszkaniec”¹². Przewartościowane dotychczasowe podejście do osoby w podeszłym wieku sprawiło, że wprowadzono

„[...] nowy sposób podejścia do mieszkańca opierający się o realizowanie funkcji pracownika pierwszego kontaktu i organizowanie personelu opiekuńczego w zespoły terapeutyczno-opiekuńcze. Pracownik pierwszego kontaktu stał się pierwszoplanową postacią w domu. Funkcjonowanie pracownika pierwszego kontaktu ma sprzyjać tworzeniu «parasola ochronnego» nad mieszkańcem, a także wychodzić naprzeciw problemom mieszkańca, kiedy ten znajduje się w trudnej sytuacji”¹³.

Senior w ramach swoich możliwości zdrowotnych wskazuje osobę, która będzie pełniła funkcję jego bezpośredniego opiekuna¹⁴. Jeżeli podopieczny nie jest w stanie dokonać takiego wyboru, zostaje mu przydzielony pracownik pierwszego kontaktu, który musi wyrazić zgodę na podjęcie się tego zadania. Jego asertywność będzie miała ogromny wpływ na realizację zadań opiekuńczych. W ramach prowadzonego indywidualnego planu swoje uwagi zapisuje na bieżąco pracownik pierwszego kontaktu, a mieszkaniec ma prawo do wyrażenia swojej opinii na ten temat.

Po półrocznym pobycie mieszkańca w domu i realizowanej z nim pracy terapeutycznej i opiekuńczej indywidualny plan wsparcia powinien być gotowy zgodnie z obowiązującym rozporządzeniem. Wówczas na podstawie dotych-

⁹ Rozporządzenie Ministra pracy i Polityki Społecznej z dnia 23 sierpnia 2012 r. w sprawie domów pomocy społecznej, DzU 2012, poz. 964.

¹⁰ Z. Grabusińska, *Domy pomocy społecznej w Polsce*, Instytut Rozwoju Służb Społecznych, Warszawa 2013, s. 88.

¹¹ Ustawa o pomocy społecznej..., op.cit., art. 55.

¹² Z. Grabusińska, *Domy pomocy...*, op.cit., s. 89.

¹³ Ibidem, s. 89.

¹⁴ Rozporządzenie Ministra pracy i Polityki Społecznej z dnia 23 sierpnia 2012..., op.cit.

czasowo sprawowanej opieki nad seniorem można określić cele długo- i krótkoterminowe, które oczywiście będą ulegały zmianie. Podstawą danego celu jest możliwość jego realizacji przez seniora¹⁵. Przy czym mieszkańcowi trzeba jednak dać czas na rozpoznanie siebie w nowej sytuacji i przyjęcie dokonanej w jego życiu zmiany.

Zdaniem Ewy Soleckiej-Florek indywidualny plan wsparcia mieszkańca

„[...] powinien stanowić fundament, księgę, którą tworzy się wraz z mieszkańcem. Już na początku powinniśmy założyć sobie sytuację, że mieszkaniec przechodzi do innego środowiska, gdzie jest inny personel, który czytając ten plan, a nie znając jeszcze mieszkańca – nie proponuje mu na przykład pokoju o różowych ścianach – bo mieszkaniec nie znosi tego koloru. Bądź w ramach terapii zajęciowej nie proponuje mu uprawy grządek – bo całe życie był mieszczuchem i nie lubi prac polowych. Chodzi o to, że plan ma być odzwierciedleniem prawdziwego «ja» mieszkańca, ma wychodzić naprzeciw jego oczekiwaniom, musi być tworzony z jego udziałem. Pracownik, który go tworzy, musi znać mieszkańca, równocześnie szanować go i respektować. Dobry plan musi być poprzedzony wnikliwą obserwacją, a cele w nim zawarte muszą być jasne, realne, korygowane. Ważne jest, aby przy tworzeniu indywidualnego planu wsparcia brali udział członkowie zespołu terapeutycznego, pracownicy, którzy mają kontakt z mieszkańcem, pracownicy pracujący na danym oddziale. Każdy będzie miał inne spojrzenie czy uwagi. Poza tym dobra obserwacja, to wszechstronna obserwacja!”¹⁶.

Według Andrzeja Mielczarka starość wymaga kompleksowej pomocy. Fachowe wsparcie osoby w podeszłym wieku opiera się między innymi na umiejętności słuchania i możliwości poufnej rozmowy mieszkańca domu z osobą sprawującą nad nim opiekę. Chęć podzielenia się przez seniora swoimi problemami i radościami dnia codziennego, ale również potrzeba dzielenia się osobistymi, często skrytymi, odczuciami, wskazuje potrzebę ubogacania i lepszego rozumienia swojej starości¹⁷. Zaspokojona potrzeba obecności opiekuna bardzo często wystarczy, by senior czuł się bezpiecznie.

Wspieranie mieszkańca w odzyskaniu energii niezbędnej do poprawy życia jest jednym z podstawowych zadań pracownika zespołu terapeutyczno-opiekuńczego. Jego podstawą jest podtrzymywanie pozytywnego myślenia, a w przypadku jego braku – odbudowanie świadomości bycia potrzebnym. Stawianie przed mieszkańcem nowych zadań, przy jego akceptacji, bez względu na wiek, pobudza w nim chęć do życia i działania. Świadomość seniora o samostanowieniu wzmacnia jego poczucie wartości, które przejawia się w jego podejściu do życia. Przeciwdziałanie się codziennym trudnościom sprawia, że wierzy on we własne możliwości, w to, że nadal potrafi sobie pomóc i iść

¹⁵ Opracowano na podstawie indywidualnego planu wsparcia mieszkańca, realizowanego przez dom pomocy społecznej, z którym współpracuje autor niniejszego artykułu.

¹⁶ E. Solecka-Florek, *Reorganizacja DPS w oparciu o model duński. Poradnik dla kadry zarządzającej placówkami opieki całonocowej*, Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej, Kraków 2009, s. 34–35.

¹⁷ A. Mielczarek, *Człowiek stary w domu pomocy społecznej. Z perspektywy polityki społecznej i pracy socjalnej*, „Akapit”, Toruń 2010, s. 326–327.

dalej. Podejmuje leczenie i nie poddaje się samotności, ponieważ ma w sobie spokój.

Pracownik w codziennej relacji z mieszkańcem ciągle na nowo musi zachęcać go do prowadzenia aktywnego życia. Zdaniem Wiesława Ciczковского „[...] ma to być dopomożenie podopiecznemu w uruchamianiu jego własnych potencjalnych możliwości (sił ludzkich), z których istnienia może on nie zawsze sobie zdawać sprawę”¹⁸. Zdaniem Adama A. Zycha

„[...] przedłużyć okres aktywności i twórczego życia, zachować zdrowie i zdolność do pracy, przesunąć starość na jeszcze późniejszy czas – to nie tylko ważne zadanie życiowe każdego człowieka, ale również istotne zadanie społeczne państwa. Dotyczy ono bowiem generacji, która posiada ogromne doświadczenie życiowe i zawodowe oraz wnosi autentyczny wkład w życie ekonomiczne i kulturalne kraju”¹⁹.

Mądre podejście do pracy z osobą w podeszłym wieku opiera się na empatii, cierpliwości, zrozumieniu i szacunku. Helena Radlińska, pisząc o sensie pracy społecznej, stwierdza, że „[...] polega ona na przekształcaniu warunków życia i rozwoju za pomocą rozbudzanych i usprawnianych sił ludzkich”²⁰.

Podejmując działania wspierające mieszkańca domu, pracownik nie może ulegać pierwszemu wrażeniu, etykietować czy też szufladkować seniora, którym się opiekuje. Zachowując obiektywizm, uniknie on nieprofesjonalnego zachowania. Warto, by osoba wspierająca mieszkańca zadała sobie pytanie: czy ja, gdybym był na miejscu seniora, którym się zajmuję, chciałbym mieć takiego opiekuna, jakim ja jestem?

Według Ewy Soleckiej-Florek

„[...] autentyczna opieka jest wówczas, gdy udzielamy jej, wychodząc z całościowej sytuacji mieszkańca – wtedy respektujemy jego osobę i wartości. Nieautentyczna opieka jest wówczas, gdy chcemy zmienić życie mieszkańca, wychodząc z własnych przekonań i gdy pomagamy, wychodząc z własnych potrzeb pomagania”²¹.

Praca z seniorem wymaga dostosowania się do potrzeb wynikających z jego stanu zdrowia: „[...] jeżeli wymagana zmiana polega na zapewnieniu osobie starszej regularnej kąpieli lub ciepłego posiłku w ciągu dnia, to nie potrzebujesz skomplikowanej teorii, żeby stwierdzić, jakie działania należy podjąć, co wcale nie znaczy, że nie potrzeba wyobraźni i umiejętności, żeby zaspokoić tę potrzebę w możliwie najlepszy sposób”²².

¹⁸ W. Ciczkowski, *Pomoc społeczna*, [w:] *Elementarne pojęcia pedagogiki społecznej i pracy socjalnej*, red. D. Lalak, T. Pilch, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 1999, s. 196.

¹⁹ A.A. Zych, *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Katowice 1999, s.97.

²⁰ *Elementarne pojęcia pedagogiki społecznej i pracy socjalnej*, red. D. Lalak, T. Pilch., Wydawnictwo Akademickie „Żak”. Warszawa 1999, s.195-196.

²¹ E. Solecka-Florek, *Reorganizacja DPS w oparciu o model duński...*, op.cit., s. 32.

²² Ch. Beckett, *Podstawy teorii dla praktyków pracy socjalnej*, Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej, Warszawa 2010, s. 57.

Do ważnych elementów pracy z mieszkańcem domu zaliczamy nie tylko terapię zajęciową, mającą na celu fizyczne i psychiczne usprawnianie seniora, rehabilitację, pracę kulturalno-oświatową, spotkania z duchownym danego wyznania i uczestnictwo w sprawowanej liturgii, ale również integrację mieszkańca ze środowiskiem lokalnym, ponieważ „życie domu to nie tylko to, co dzieje się wewnątrz”²³. Istotnym elementem pracy pracownika pierwszego kontaktu z seniorem jest współpraca z jego rodziną.

Tak zorganizowana praca daje gwarancję prawidłowej opieki nad mieszkańcem.

Profesjonalne wspieranie osoby w podeszłym wieku wymaga od pracownika zespołu terapeutyczno-opiekuńczego ogromnej odporności i asertywności. Bardzo często senior nie wyraża chęci do współpracy ze swoim opiekunem z powodu braku motywacji i zrozumienia sensu tego, co robi. Przyczyny mogą być różne: złe samopoczucie, tęsknota za rodziną, niezgodność charakteru ze współmieszkańcem, pogarszający się stan zdrowia, brak akceptacji. Może to być również próba przekazania informacji przez seniora, że czuje się niedoceniony.

W tych okolicznościach ważne jest, by pracownik nie pozostawał sam z problemem, ale przedyskutował go z członkami zespołu.

Poznanie przyczyny zachowania seniora stanowi podstawę rozwiązania problemu. Punktem wyjścia jest analiza prowadzonej do tej pory pracy oraz rozmowa z mieszkańcem. Asertywne podejście pracownika pierwszego kontaktu może sprawić, że senior na nowo wyzwoli w sobie pozytywne myślenie, które zachęci go do współpracy.

Według Zuzanny Grabusińskiej:

„Prawidłowe funkcjonowanie domu pomocy społecznej zgodne z zasadą podmiotowego indywidualnego podejścia do mieszkańca jest możliwe w sytuacji, gdy zatrudnione osoby posiadają odpowiednie do zajmowanego stanowiska kwalifikacje oraz predyspozycje do pracy z osobami niepełnosprawnymi. Zatrudnienie to musi w poszczególnych specjalnościach odpowiadać na rzeczywiste potrzeby mieszkańców i posiadać możliwość płynnego przeorganizowania się w sytuacjach zmieniających się potrzeb”²⁴.

Dobrze sprawowana opieka nad mieszkańcem i respektowanie jego praw stanowi podstawę do wzajemnego zrozumienia, którego dowodem jest akceptacja przez seniora nie tylko własnych praw, ale również odpowiedzialne wykonywanie przez niego obowiązków wynikających z regulaminu domu. Tego rodzaju podejście świadczy o tym, że dom pomocy społecznej należycie realizuje zadania wspierające seniora w jego codzienności.

²³ Z. Grabusińska, *Domy pomocy...*, op.cit., s. 86.

²⁴ Ibidem, s. 105.

Literatura

Beckett Ch., *Podstawy teorii dla praktyków pracy socjalnej*, Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej, Warszawa 2010.

Ciczkowski W., *Pomoc społeczna*, [w:] *Elementarne pojęcia pedagogiki społecznej i pracy socjalnej*, red. D. Lalak, T. Pilch, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 1999.

Elementarne pojęcia pedagogiki społecznej i pracy socjalnej, red. D. Lalak, T. Pilch, Wydawnictwo Akademickie „Żak”. Warszawa 1999.

Grabusińska Z., *Domy pomocy społecznej w Polsce*, Instytut Rozwoju Służb Społecznych, Warszawa 2013.

Mielczarek A., *Człowiek stary w domu pomocy społecznej. Z perspektywy polityki społecznej i pracy socjalnej*, Wydawnictwo Edukacyjne „Akapit”, Toruń 2010.

Rozporządzenie Ministra Pracy i Polityki Społecznej z dnia 23 sierpnia 2012 r. w sprawie domów pomocy społecznej, DzU 2012, poz. 964.

Solecka-Florek E., *Reorganizacja DPS w oparciu o model duński. Poradnik dla kadry zarządzającej placówkami opieki całodobowej*, Regionalny Ośrodek Polityki Społecznej, Kraków 2009.

Ustawa o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 r., tekst jedn.: DzU 2015, poz. 163.

Zych A.A., *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, „Śląsk” Katowice 1999.

Justyna Wójcik*

Idzie babcia do DPS-u... Z doświadczeń pracownika socjalnego

Miejski Ośrodek Pomocy Rodzinie w Opolu, pokój nr 14, Dział Pomocy Środowiskowej, Zespół ds. Pomocy Instytucjonalnej. Jest 18 grudnia 2013 r., godzina dziewiąta z minutami. Odbieram telefon i słyszę: „Chciałabym umieścić matkę w domu starców, ale musi być przed świętami, mieszkam w Niemczech, przyjechałam tylko na tydzień, od kiedy mama może iść do takiego domu?”. Czas urlopów, w pracy myśli kotłują się pomiędzy złożonymi wnioskami, sprawozdaniami, potrawami świątecznym i prezentami.

Chwila skupienia, zastanowienia i informuję Panią, że podstawą do wszczęcia postępowania w sprawie umieszczenia w domu pomocy społecznej jest złożenie przez osobę zainteresowaną wniosku z jej własnoręcznym podpisem. Ponadto trzeba przedłożyć stosowne dokumenty, które należy dołączyć do wywiadu zgodnie z przepisami obowiązującej obecnie ustawy o pomocy społecznej. W odpowiedzi słyszę, jakim to jestem bezdusznym urzędnikiem, a chodzi przecież o człowieka. Po dłuższej rozmowie udaje mi się Panią uspokoić i udobruchać, tłumacząc, że chętnie pomogę w skompletowaniu całej niezbędnej dokumentacji. Dwudziestego grudnia o 7.30 przekraczam próg szpitala, udając się na oddział, gdzie powinna przebywać przyszła pensjonariuszka DPS-u. Wbiegając na czwarte piętro, wpadam wprost na doktora, i w biegu proszę o wypełnienie dokumentów niezbędnych do skierowania owej Pani. Lekarz krótko stwierdza, że wie, o co i o kogo chodzi, i jak będę wychodzić, dokumenty będą do odebrania w sekretariacie.

Szukam sali... w drodze zatrzymuje mnie jakaś kobieta, przedstawiając się jako córka owej starszej Pani, która musi być natychmiast umieszczona w odpowiedniej palcówce. Prosi o chwilę rozmowy na korytarzu. Siadamy. Opowiada o mamie, o tym, jak bardzo ją kocha, że obiecała jej, że nigdy jej nigdzie nie odda. W końcu prosi, abym nie mówiła mamie, dokąd idzie, żeby powiedzieć, że jedzie do sanatorium, że wróci później do swojego domu. W głowie kotłują mi się różne myśli, starając się grzecznie przerwać ową niezręczną dla mnie rozmowę, informując, jakie dokumenty będą nam jeszcze potrzebne i wchodzę

* Mgr, kierownik Zespołu ds. Pomocy Instytucjonalnej Miejskiego Ośrodka Pomocy Rodzinie w Opolu.

do sali chorych. Na łóżku siedzi owa starsza Pani, smutna, wpatrzona w podłogę. Przedstawiam się, córka siada obok i łapie matkę za rękę. Pytam, jak się Pani nazywa, jak się dzisiaj czuje, jak radzi sobie w domu z codziennymi czynnościami. Następnie pytam, czy chciałaby pójść do takiego domu, gdzie miałyby zapewnioną całodobową opiekę, gdzie poznałyby inne osoby, gdzie nie byłaby sama. Pani zdaje się rozumieć, o co ją pytam, patrzy na córkę, która kiwa głową – „Tak, mogę iść. Jeśli córka tak chce”. Informuję jednak grzecznie, że to Pani sama musi podjąć taką decyzję. Podnosi wzrok na córkę, córka pięknie się uśmiecha i mówi: „Mamo będziemy Cię odwiedzać, a na święta przyjedziesz do nas, a jak Ci się tam nie spodoba, zawsze będziesz mogła wrócić do domu”. W końcu Pani ze łzami w oczach mówi, że zgadza się, i chce już podpisać dokumenty. Wyciągam więc druk wywiadu i plik dokumentów, stając się zwykłym urzędnikiem, wypełniam razem z Panią wszystkie rubryki. Dziękuję za poświęcony czas i wychodzę. Córka wychodzi ze mną. Podaje mi nazwę miejscowości, gdzie już była oglądać DPS, informując mnie, że jest tam miejsce dla mamy na już. Obiecuję tam zadzwonić.

Siadamy jeszcze na chwilę na korytarzu, tłumaczę Pani obowiązek alimentacji w stosunku do mamy i partycypowanie w kosztach pobytu w DPS. Kiedy wyliczam kwotę dopłaty, Pani informuje mnie, że nie ma problemu, ma już kupca na mamy mieszkanie, więc będzie miała z czego płacić i prosi, by przygotować stosowne dokumenty. Tłumiąc w sobie gniew i starając się trzymać język za zębami, żegnając się z Panią, odbieram po drodze zaświadczenie lekarskie i jadę do pracy, jednak po głowie chodzą mi słowa córki, która chwilę wcześniej zapewniała matkę, że w każdej chwili będzie mogła z DPS-u wrócić do swojego domu. Siadam za biurkiem, rozkładam dokumenty i dzwonię do owego DPS-u, w którym ma być wolne miejsce. Odbiera pracownik socjalny i potwierdza, że czekają na Panią, mam im przefaksować dokumenty i 23 grudnia po Panią przyjadą. Na razie dziękuję i rozłączam się. Po południu przychodzi do mnie córka, przynosząc wszystkie brakujące dokumenty, prosząc jednocześnie o pilne wydanie decyzji, aby mama na święta była już w DPS. Ponieważ w pierwszej kolejności powinnam kierować osobę do domu pomocy społecznej znajdującego się na terenie naszego miasta, dzwonię i pytam, czy mają wolne miejsca i jaki jest termin oczekiwania – 20 osób w kolejce i czas oczekiwania powyżej trzech miesięcy, taką informację dostaję również faksem. Dokumenty w porządku, wywiad przeprowadzony, wypisany, komisja zgodziła się na skierowanie Pani do wybranego przez córkę domu. Faksuję więc zaświadczenie lekarskie oraz decyzję, a oryginały wraz z kopią wywiadu wysyłam pocztą. Dzwonię do córki, informuję, że wszystko gotowe, Pani jest bardzo miła i sto razy powtarza, jak bardzo jest wdzięczna. Zamykam sprawę i chowam wywiad do segregatora. Jednak nie do końca jestem przekonana o dobrym załatwieniu sprawy. Przespałam się z tą sprawą i w poniedziałek w pracy, 23 grudnia, rzuciłam się w wir moich codziennych obowiązków, cały

dzień minął nawet spokojnie do godziny 14, kiedy to zadzwonił telefon... To była siostra owej starszej Pani, która już przebywała we wskazanym przez córkę DPS-ie: „Jak Pani mogła zrobić to mojej siostrze, czy nie mogła na święta być z nami, jak tak można, co za bezduszność, czy nie można było jej zawieźć po świętach...?”. Usłyszałam, też to i owo o córce owej starszej Pani.

Starając się panować nad emocjami, poinformowałam, że moim obowiązkiem było zapewnienie Pani całodobowej opieki, której wymagała z uwagi na swój stan zdrowia. Ledwo przebijając się przez wyzwiska w słuchawce, pytam Panią, jak często bywała u siostry i czy byłaby w stanie zapewnić jej odpowiednią opiekę? Usłyszałam, że nie mam prawa obarczać jej takimi obowiązkami, chociaż tylko zapytałam, ale Pani rozłączyła się i nigdy więcej nie zadzwoniła. Za to w mojej głowie...szkoda gadać. Pozostało jakieś dziwne uczucie nie do końca dobrze wypełnionego obowiązku...

Zawsze uważałam, że dom opieki powinien dawać szansę na godne dożycie śmierci. Ten pobyt ma być jak najlepszym wykorzystaniem czasu, który pozostał, a starość powinniśmy szanować, bo w końcu to nasza przyszłość. To w domu opieki rozgrywają się ostatnie kadry życia, odżywają wspomnienia, rodzą się nowe miłości. Dom opieki to nowe miejsce, tło, do którego trzeba teraz przystosować „nowe życie”.

Mniejsza jest trudność adaptacyjna, jeżeli decyzja została podjęta samodzielnie, świadomie, dobrowolnie czy to po przeanalizowaniu swojej sytuacji zdrowotnej, materialnej, czy społecznej, myślę, że u takiej osoby proces adaptacyjny przebiegnie pomyślnie i dla niej, i dla nowego środowiska. Niestety, najczęściej decyzje o zamieszkaniu w domu pomocy społecznej nie są podejmowane dobrowolnie, a presja rodziny przybiera różne formy, jedną z takich form jest manipulacja. Najbliżsi wywierają nacisk na starego członka rodziny, wymuszając na nim zgodę na zamieszkanie w domu pomocy. Decyzja taka jest tylko z pozoru samodzielna. Stary człowiek, by uchronić własne poczucie wartości i ważności, jest w stanie uwierzyć, że decyzja przez niego podjęta nie została wymuszona. Usprawiedliwia w ten sposób swoją rodzinę przed sobą, pracownikami socjalnymi, personelem domu i współmieszkańcami.

Osoba stara wchodzi do domu pomocy z całym bagażem swojego bardziej lub mniej udanego życia, samotna lub pozostawiająca swoich bliskich, a raczej pozostawiona przez nich, do zupełnie obcego środowiska. Są to przede wszystkim współmieszkańcy w pokoju, właśnie w pokoju, nie mieszkaniu, co z psychologicznego punktu widzenia ma ogromny wpływ na tak ważny proces adaptacji. Pozostałe pomieszczenia, z których będzie korzystać, to pomieszczenia wspólnej użyteczności. Ich wysoka jakość, wyposażenie nie są w stanie zapewnić poczucia prywatności. Chodzi tu także o bardziej lub mniej atrakcyjne oferty spędzania wolnego czasu, którego tak wiele przybyło. Nie trzeba wykonywać wielu, coraz bardziej z wiekiem czasochłonnych czynności

– zakupów, sprzątania, przygotowywania posiłków. Z jednej strony wygoda dla zmęczonego ciała, z drugiej jednak pozbawienie możliwości wykonywania tych czynności, które dla wielu osób były podstawową formą aktywności. Kolejny raz daje o sobie znać poczucie bezużyteczności. Zapewniony komfort życia w domu pomocy społecznej nie zawsze spotyka się z akceptacją starego człowieka. Jest wbrew dotychczasowemu rytmowi jego życia. Trudności sprawia także konieczność dostosowania się do reguł życia społeczności, np. pór posiłków czy brak wpływu na menu. Zwykle człowiek dostaje też współlokatora, jednak cudza, obca starość, „włażąc” na tę własną, staje się nieraz prawdziwym utrapieniem. A przecież trzeba się jeszcze odnaleźć w relacjach z ludźmi, od których nagle zaczęło się zależeć.

Najtrudniejszym problemem starego człowieka jest konieczność uczenia się wspólnego życia z obcą osobą lub osobami, na dobór których nie ma się właściwie żadnego wpływu. Przypadek zrządzi, z kim dzielony będzie pokój, stół w jadalni. Miłości jeszcze nie ma, ale trzeba nawiązać jakieś pozytywne kontakty, bo starość idzie w parze z samotnością, a samotność to największa trucizna na starość.

Odwiedziny rodziny, nawet te, które odbywają się co tydzień, nie wystarczą, aby nie czuć się samotnym i odrzuconym. Dom pomocy społecznej nawet o najwyższym standardzie nie jest w stanie uciszyć bólu spowodowanego odrzuceniem przez rodzinę i najbliższych. Nie jest w stanie zapewnić ogniska rodzinnego, choćby były w nim gorsze warunki bytowe niż w domu. Trzeba przestać się nad sobą użalać i wyjść do ludzi, skoro TO miejsce ma być ostatnim miejscem przed śmiercią. Dlatego większość psychologów w domach opieki nie martwi się zanadto, gdy pensjonariusz zaczyna ważyć kotlety przed obiadem, a potem pisze do kolejnych instytucji, gdy kotlet okaże się za lekki. Ważenie kotletów to zdrowy i psychologicznie pożądany objaw buntu, znak, że człowiek wszedł na kolejny etap radzenia sobie ze stratą. Bo skoro zaznacza własną ważność wobec personelu, to zaraz pewnie będzie próbował się zorganizować, awansować w hierarchii współtowarzyszy. Ci lepsi będą się zapraszać wzajemnie, zawiązywać sojusze. Nawet jeśli później będą się skarżyć opiekunom, że śmierdzi z ust tym przyjaciołom i nie da się wytrzymać. Spora część się w kimś zakocha.

Psychologowie mówią, że zawdzięczamy demencji „element rozhamowania”, który ułatwia nieraz człowiekowi wejście w coś, co całe życie mu się nie udawało. Miłość w domu opieki ma zalety nie do przecenienia. Pozwala planować, a to przedłuża życie. Bywa, że trafnie ulokowane uczucie diametralnie odmienia sytuację osobistą i ekonomiczną człowieka. A jeśli nie miłość, to choć wszechobecna, ludyczna erotyka, też dobra, bo podnosi stężenia hormonów we krwi. Element rozhamowania rozwiązuje języki, więc pogadanki i zajęcia terapeutyczne zwykle kończą się nawiązaniem bliższych znajomości, związkiem czy też seksem.

Często myślimy, że skoro babcia czy dziadek ma już nowe życie, to po co przyjeżdżać. A jednak – chemia mózgu w tej kwestii jest bezwzględna: patrzenie na dzieci, wnuki, a zwłaszcza te małe, wyzwala oksytocynę i jeszcze przez wiele tygodni działa antylękowo i antydepresyjnie. Można mieć dostępny darmowy, gwarantujący przeżycie narkotyk, a więc dzieci, a konkretnie wnuki są najważniejsze.

Osoby starsze są często narażone na poczucie samotności, przeprowadzka do domu pomocy społecznej wiąże się z „utrata najbliższych”, wdowieństwem. Taki typ osamotnienia najczęściej powoduje depresję, a co za tym idzie – pogarsza się również i kondycja fizyczna. Starsze osoby nie są już tak zaradne i mobilne jak kiedyś, i nadchodzi czas, kiedy muszą korzystać z pomocy innych osób. Ważne jest, aby w takim momencie osoba starsza miała kogoś bliskiego, kto się nią zaopiekuje, podniesie na duchu. Nie można jednak „opiekować się zbyt mocno”, żeby nie uzależniać osoby starszej od siebie, bo kiedy nauczy się żyć samotnie, ale wśród innych mieszkańców i z nimi, może znów być szczęśliwa, nawiązać nowe przyjaźnie i stać się otwartą na nowe doświadczenia.

Jednak najniżej w hierarchii domu pomocy społecznej są ci, których nikt nie odwiedza. Zwłaszcza jeśli nie weszli w żadne przyjaźnie. Niestety, często jest tak, że dzieci mają dziesiątki powodów, żeby nie przyjeżdżać; bo na przykład „z szafy wylazły wszystkie pochowane trupy” – pogmatwane relacje, toksyczne emocje, niechęci, urazy i zawody. Tym bardziej dla tych dorosłych dzieci czytelne i bolesne, odkąd mają własne potomstwo. Ale nawet tym, którzy przez całe życie byli związani z rodzicami, może być trudno przyjeżdżać. Zdarza się, że „przerabiają” swoją własną żałobę, liczą straty. Dla nich rodzica, którego kochały, już nie ma, bo kompletnie zmieniła mu się osobowość. Dzieci odwożące rodzica do domu pomocy, często potrzebują kilku tygodni lub miesięcy, by uporać się z własną depresją, uczuciem pustego już pokoju i opanować złość na rodzica, że tak się zestarzał. Wrażliwsi być może zderyzyli się z własną nadciągającą starością i dociera do nich, że starość należy szanować, bo w końcu to nasza przyszłość. Dlatego warto uświadamiać sobie i młodemu pokoleniu, jak istotną rolę osoba starsza pełni w rodzinie. To właśnie dziadkowie są skarbnicą wiedzy, tradycji, pamięci o historii. Musimy jednak pamiętać, że potrzebują oni więcej czasu, zrozumienia i motywowania do działania.

Starsi ludzie często wycofują się z życia, przestają wierzyć w swoje prawa. To dlatego, że współczesna kultura chce ukryć starość. Podobno w Phenianie, w Korei Północnej Kim Ir Sena, starsze osoby były usuwane z centrum miast, żeby nie psuły widoku, a u nas co druga reklama obiecuje usunięcie wszystkich oznak starzenia.

Przynajmniej w niektórych domach pomocy społecznej pensjonariusze muszą mieć w szafie zestaw na śmierć. Schludny kostiumik czy garniturek

i buty. Trzeba o to zadbać, bo zasiłki pogrzebowe obcięli. Nie znaczy to jednak, że śmierć jest tematem przewodnim w domach opieki. Choć na pewno nie jest tematem tabu, ponieważ tam obcuje się z nią na co dzień. Jedni myślą, że skoro dzieci już nie przyjeżdżają, to szybko umrą. Potem personel skarży się, że ten czy tamten do szafu ich doprowadza, bo wciąż robi zamieszanie wokół siebie, z wołaniem księdza włącznie, umierając co sobota. Nikła część mieszkańców czeka już na tę śmierć jak na zwykłą formalność, to ci co już myślami są po tamtej stronie, u nich wygrała samotność. Prawdziwej śmierci się nie celebruje. Raczej się ją znosi. Nikt nie lubi, jak mu ktoś umiera w pokoju. Najpierw przychodzą, stawiają parawan, potem przez wiele dni trzeba znosić ciężki oddech, nocne krzyki i ciągłe wizyty personelu sprawdzającego czy to już. Śmierć oznacza też, że zwolni się miejsce w domu pomocy społecznej. Będzie zmiana, a w tym wieku i w tym miejscu nie lubi się już zmian. Za to potem rodziny często upierają się, żeby piękny był pogrzeb. Nawet przysyłają autobus, żeby przyjaciół z domu spokojnej starości dowieźć na ostatnią drogę, tylko że ten autobus najczęściej jest pusty, bo ci owi przyjaciele będą go wspominać, ale w listopadzie. Po dawnych czasach, gdy w każdym domu opieki personel osobiście mył i ubierał swoich zmarłych mieszkańców do trumny, zostały opuszczone kostnice. Przerobione na sklepiki czy sale do rehabilitacji. Smutek i żałoba w różny sposób wpływa na ludzi, często czują się jakby zwariowali, nie dociera do nich, co się stało. Głęboki smutek to najbardziej powszechne doświadczenie objawów żałoby. Następuje pustka, rozpacz, tęsknota i wielka samotność. Dlatego gdy starsza osoba traci kogoś bliskiego, powinna liczyć na wsparcie innej bliskiej osoby. Starzy ludzie to nie meble, które można odstawić na strych. Postawmy się w ich sytuacji i pomyślmy, co zrobią z nami nasze dzieci. Bo życie się liczy. Żałoba już była, na wstępie. Teraz trzeba wycisnąć z reszty życia jak najwięcej. A starość – starość jest wtedy, kiedy dziewczyna przyjeżdża do Ciebie ambulansem.

„Oto starość. Musisz to uwierzyć i powiedzieć Na głos, nie, iżby usłyszeć protesty przyjaciół, Ale by gusta swoje do tegoż stanu dostosować i wyrzec się Tego, co jeszcze wczoraj wolno Ci było...”.

Literatura

Bielinowicz J. (2014), *Zostajemy opiekunami swoich rodziców* [<http://kobieta.interia.pl/uczucia/psychologia/news-zostajemy-opiekunami-swoich-rodzicow,nId,986275>], dostęp: 25.01.2014 r.

Bunda M. (2011), *Domy burzliwej starości* [<http://archiwum.polityka.pl/art/domy-burzliwej-starosci,431530.html>], dostęp: 24.01.2014 r.

Cieśla J. (2009), *O odpychaniu i przyciąganiu się Młodości i Starości* [<http://archiwum.polityka.pl/art/o-odpychaniu-i-przyciaganiu-sie-mlodosci-i-starosci,426661.html>], dostęp: 24.01.2014 r.

Cieślińska I. (2013), *Czy starość jest chorobą? – rozmowa z geriatrą* [http://www.wysokiecobcasy.pl/wysokiecobcasy/1,100961,13321888,Czy_starosc_jest_choroba____rozmowa_z_geriatria.html], dostęp: 24.01.2014 r.

Dąbrowska P., *Samotność osób starszych i sposoby jej przeciwdziałania*, „Kwartalnik Naukowy” 2011, nr 26, Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie.

Piotrowska-Breger K., *Stary człowiek w domu pomocy społecznej, psychologiczne konsekwencje* [<http://dps.pl/domy/index.php?rob=radar&dzial=12&art=396>], dostęp: 21.01.2014 r.

Sikora P., *Domy pomocy społecznej*, [w:] *Formy opieki, wychowania i wsparcia w zreformowanym systemie pomocy społecznej*, red. J. Brągiel, S. Badora, Opole 2005.

Stochmiałek J., *Funkcjonowanie pracowników domu pomocy społecznej a procesy organizacji i kierowania*, [w:] *Pracownik socjalny – wybrane problemy zawodu w okresie transformacji społecznej*, red. J. Brągiel, A. Kurcz, Opole 2002.

Watoła J., *Babcię i dziadka oddam na święta* [http://wyborcza.pl/1,76842,10868074,Bab_cie_i_dziadka_oddam_na_swieta.html], dostęp: 25.01.2014 r.

Ustawa o pomocy społecznej z dnia 12 marca 2004 r., tekst jedn.: DzU z 2013, poz. 182 z późn. zm.

Katarzyna Błońska*

Z życia lokalnych organizacji senioralnych

Wstęp

Zmiany demograficzne, wydłużający się czas życia, lepszy stan zdrowia, spadek liczby urodzeń i wciąż poprawiające się warunki życia sprawiają, że ludzie w wieku poprodukcyjnym stanowią coraz liczniejszą grupę w społeczeństwie. Jednakże ta liczebność nie przekłada się na siłę i ich społeczną pozycję, tym bardziej że w świadomości ludzi wciąż funkcjonuje stereotyp człowieka starszego – schorowanego, depresyjnego, społecznie wycofanego, biernego, ograniczającego swoją aktywność do narzekania oraz wizyt w przychodniach lekarskich i aptekach¹.

Czas emerytalny to niejednokrotnie kilkadziesiąt lat, które w perspektywie nawet samych seniorów prezentują się dość pesymistycznie. Takie widzenie sprzyja niezdrowej postawie wobec życia, bierności i alienacji. Ludzie starsi nie tyle wycofują się na margines społeczny, ale są do niego spychani. Utarte slogany na temat seniorów, pomimo że dalekie od prawdy, są przez wielu ludzi wciąż akceptowane, zaś starości przypisuje się pewne uogólnione właściwości, które nakazują seniorom postępować i myśleć wedle metrykalnego wieku.

Niewątpliwie należy podjąć wyzwanie ponownej identyfikacji potrzeb i możliwości osób starszych. Redefinicja ta wiąże się nie tylko z koniecznością odejścia od stereotypów sprowadzających seniorów do peryferyjnej roli społecznej, ale też jest wyzwaniem dla polityki społecznej. Starzejące się społeczeństwa z powodu wzrostu obciążeń socjalnych spowalniają rozwój gospodarczy, co może prowadzić również do napięć międzypokoleniowych. Z drugiej jednak strony coraz liczniejsza grupa osób w wieku emerytalnym to swoiste osiągnięcie cywilizacyjne, tyle tylko, że potencjał w nim tkwiący wciąż nie jest

¹ Mgr, Wyższa Szkoła Zarządzania i Administracji w Opolu.

^{R.J.} Kijak, Z. Szarota, *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013; J. S. Turner, D.B. Helms, *Rozwój człowieka*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1999; S. Steuden, M. Marczuk, *Starzenie się a satysfakcja z życia*, KUL, Lublin 2006.

w pełni wykorzystywany². Zarówno polityka Unii Europejskiej, jak i postulaty Światowej Organizacji Zdrowia (WHO) proponują, aby sposobem na radzenie sobie z dalekosiężnymi konsekwencjami zmian demograficznych stało się wdrażanie koncepcji aktywnego starzenia się, które umożliwi seniorom pozostawanie samodzielными i produktywnymi.

W ostatnich latach w Polsce coraz liczniejsza grupa seniorów pragnie swój wolny czas wykorzystywać konstruktywnie, twórczo, użytecznie lub po prostu przyjemnie. Ludzie starsi zaczynają się pojawiać w przestrzeni lokalnej – działają społecznie, udzielają się w organizacjach charytatywnych, realizują swe artystyczne pasje, pokazując dobry przykład nie tylko swoim rówieśnikom, ale też młodym ludziom, którym senior kojarzy się najczęściej z biernością, niesamodzielnnością i smutkiem. To przykłady samowychowania do dojrzałej i godnej starości. Aktywność i działalność człowieka w zakresie kształtowania własnej osobowości, zachowań i postaw są ważnym elementem na każdym etapie jego rozwoju. Samowychowanie to termin, który przestaje być rezerwowany jedynie dla dzieci i młodych ludzi. W dobie współczesnych zmian demograficznych nabiera on nowego wyrazu. Senior musi przestać być jednostką zewnątrzsterowną, zależną od otoczenia. Powinien on przyjąć postawę samodzielności, odpowiedzialności za kształt własnego człowieczeństwa. Winien on znać i realizować swoje potrzeby, możliwości i aspiracje, świadomie określać cel, do którego dąży. W założeniu samowychowania seniorów leży możliwość dobrowolnego stawiania sobie zadań, celów i wymagań, a także systematyczna praca nad samym sobą w celu ukształtowania cech, które pozwolą mu na pełnowartościowe uczestnictwo w życiu społecznym.

Uniwersytety trzeciego wieku oraz koła gospodyń wiejskich to jedne z wielu dostępnych form aktywności osób starszych i na nich to skoncentrowano się w niniejszym opracowaniu. Działalność owych instytucji zostanie przedstawiona z perspektywy lokalnej na przykładzie Nyskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz kół wiejskich z Byczyńskiego Związku Rolników i Organizacji Społecznych.

Aktywność i jej znaczenie w życiu człowieka starszego

Aktywność ludzi starszych najogólniej definiowana jest jako czynny udział seniorów w życiu rodzinnym, społecznym, kulturalnym i intelektualnym. Jest naturalną potrzebą człowieka, bez względu na jego wiek, i na przestrzeni rozwoju filogenetycznego wiązała się z przetrwaniem w danym otoczeniu. Aktywność ludzi starszy to nie tyle mile widziane zjawisko, co czynnik konieczny, gwarantujący pozytywną i satysfakcjonującą starość. Z perspektywy

² W. Zgliczyński, *Aktywność społeczna osób starych w Polsce w ramach wolontariatu i uniwersytetów trzeciego wieku*, Warszawa 2012, s. 129–150.

wszelkich niedomagań, ograniczeń, niedostatków i oczekiwań wobec ludzi starszych aktywność może być ważnym czynnikiem niwelującym negatywne konsekwencje starzenia się jednostki i całego społeczeństwa. Jak twierdzi Zofia Szarota, autorytet w obszarze badań dotyczących problematyki starości, życie wypełnione aktywnością, to życie dobre³. Ta aktywność nabiera szczególnego znaczenia wobec upływającego czasu i postępujących procesów starzenia się.

Wiadomo, że czynnikami wpływającymi na ogólny poziom zadowolenia z życia i subiektywną oceną jakości własnej egzystencji jest ogólny poziom aktywności życiowej. Już kilkadziesiąt lat temu badania gerontologiczne⁴ pokazały, że seniorzy prowadzący aktywny tryb życia (np. ćwiczenia fizyczne) lepiej radzą sobie ze stresem. Uprawianie hobby oraz uczestnictwo w różnych grupach społecznościowych (kółka zainteresowań, drużyny sportowe) wpływają na jakość życia, zaspokajają potrzebę przynależności, altruizmu i kontaktów interpersonalnych, strukturalizuje czas, daje sposobność wykorzystania własnych umiejętności, potrzebę ekscytacji oraz poczucia sensu życia i realizacji celów⁵.

W najogólniejszym sensie aktywność ludzi starszych można podzielić na:

- 1) aktywność formalną, związaną z udziałem osób starszych w różnego rodzaju organizacjach i stowarzyszeniach, społeczności lokalnej czy polityce;
- 2) aktywność nieformalną, polegającą na kontaktach z rodziną, krewnymi i znajomymi oraz sąsiadami;
- 3) aktywność samotniczą, w związku z którą senior rezygnuje z wszelkiej działalności i zaangażowania w społeczności oraz kontaktów z otoczeniem⁶.

Współcześni seniorzy podejmują szereg różnych aktywności, począwszy od działań domowo-rodzinnych, polegających na prowadzeniu gospodarstwa domowego, skończywszy na aktywności zawodowej (acz ta stanowi najmniej rozpowszechnioną formę spędzania czasu wolnego). Coraz popularniejsza staje się aktywność kulturalna, obejmująca szereg zachowań związanych z uczestnictwem w kulturze, takich jak: teatr, opera, kino, koncerty oraz aktywność społeczno-edukacyjna (np. uniwersytety trzeciego wieku, kursy, szkolenia). Ze względu na specyfikę polskiego społeczeństwa aktywność religijna od dawna zrzesza szerokie grono seniorów. Jak się okazuje, osoby angażujące

³ Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków 2004.

⁴ Za: J. Czapiński, *Szczęście – złudzenie czy konieczność? Cebulowa teoria szczęścia w świetle nowych danych empirycznych*, [w:] *Złudzenia, które pozwalają żyć*, red. M. Kofta, T. Szustrowa, Warszawa 2001.

⁵ A. Carr, *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu i ludzkich siłach*, Poznań 2009.

⁶ B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dzięgielewska, *Podstawy gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza Aspra-Jr., Warszawa 2006, s. 161.

się w akcje o charakterze religijnym cechują się dobrym przystosowaniem do zmian wynikających z procesów starzenia się. Wśród aktywności podejmowanej przez ludzi starszych należy wymienić także wolontariat, działalność turystyczną i rekreacyjną, a także, acz w niewielkim zakresie, sportową, np. aerobik czy *nordic walking*⁷.

Na częstotliwość oraz charakter aktywności podejmowanych przez seniorów ma oczywiście duży wpływ ich stan zdrowia, poziom kondycji fizycznej i psychicznej oraz możliwości materialne i logistyczne. Jak się okazuje, wykształcenie silnie determinuje jakość aktywności seniorów. Im wyższy poziom ukończonej edukacji, tym więcej obszarów obejmuje aktywność seniora. Nie jest to jednak regułą. Niejednokrotnie osoby o niskim wykształceniu pozostają bardzo aktywne, zaś dobrze wykształceni na starość charakteryzują się biernością i wycofaniem. Istotny wpływ na działalność ludzi starszych ma samo otoczenie i oferta środowiska lokalnego. Wiadomo, że duże miasta dysponujące licznymi propozycjami skierowanymi do seniorów sprzyjają ich większej aktywności. Również rodzina i charakterystyczne dla niej postawy, a także jej poziom aktywności wpływa na motywację seniora do udziału w życiu społecznym czy kulturalnym⁸.

Warto również zwrócić uwagę na raport z ostatniej diagnozy społecznej⁹, której wyniki potwierdzają coraz szersze zaangażowanie seniorów w życie społeczne, w tym środowisk lokalnych i politycznych. Poziom aktywności społecznej seniorów okazuje się być znacznie wyższy, aniżeli należałoby tego oczekiwać na podstawie stereotypowych opinii. W niektórych przypadkach nawet przewyższa aktywność młodszego pokolenia (szczególnie działalność seniorów z grupy wiekowej 65–79 lat). Zauważalny jest również, w porównaniu z latami ubiegłymi, wzrost poziomu aktywności społecznej kobiet. Swoje potrzeby i zainteresowania realizują głównie w obszarze kultury i edukacji, np. za pośrednictwem uniwersytetów trzeciego wieku. Jak pokazują wyniki diagnozy, bardzo szeroko rozpowszechniona jest działalność w obszarze religijnym.

Pomimo wciąż wzrastającego poziomu aktywności ludzi starszych Polska, w porównaniu z liczbą działań społecznych seniorów w innych krajach europejskich, lokuje się bardzo nisko. Według wyników ostatniej diagnozy społecznej z 2013 r. aż 83% ankietowanych seniorów nie podejmuje żadnej ze wskazanych w kwestionariuszu aktywności i jest to o połowę więcej aniżeli w innych krajach¹⁰.

⁷ Za: R.J. Kijak, Z. Szarota, *Starość. Między diagnozą...*, op.cit., s. 92–93.

⁸ Ibidem, s. 93.

⁹ J. Czapiński, P. Błędowski, *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście percepcji Polaków. Diagnoza społeczna 2013. Raport tematyczny*, Warszawa 2014, s. 65–70.

¹⁰ Ibidem, s. 65–70.

Aktywność społeczna seniorów na przykładzie uniwersytetów trzeciego wieku

W związku z powszechnym zjawiskiem starzenia się społeczeństw i malejącym przyrostem naturalnym podjęto działania, które zakładały włączenie osób starszy do systemu kształcenia ustawicznego. Decyzje te miały umożliwić seniorom aktualizację wiedzy, rozwój kompetencji, aktywne uczestnictwo w procesach zachodzących w ich otoczeniu oraz pozwolić na zachowanie większej sprawności intelektualnej i fizycznej. W wyniku tych starań powołano do życia tzw. uniwersytety trzeciego wieku – UTW (obecnie najpopularniejsza forma edukacji osób starszych).

Pierwszy taki uniwersytet powstał w 1973 roku we Francji. W Polsce założono go dwa lata później w Warszawie w związku ze staraniami profesor Haliny Szwarz. Stołeczny Uniwersytet działa do dzisiaj, licząc ponad 1100 członków. Aktualnie w Polsce funkcjonuje 110 UTW, zrzeszają przeszło 25 tys. słuchaczy. Najliczniejszy uniwersytet działa w Krakowie¹¹.

W Polsce działają UTW trzech typów:

- 1) organizujące się w strukturach i pod patronatem wyższej uczelni, kierowane przez pełnomocnika rektora danej instytucji;
- 2) powołane przez stowarzyszenia prowadzące działalność popularnonaukową;
- 3) działające przy domach kultury, bibliotekach, domach dziennego pobytu, ośrodkach pomocy społecznej itp.

W innym klasycznym podziale wyróżnia się tzw. uniwersytety:

- francuskie (ściśle związane z uczelnią wyższą, koncentrujące się na działalności edukacyjnej);
- angielskie (związane ze stowarzyszeniami i samoorganizacją osób starszych, mają niewiele wspólnego z uczelniami wyższymi i nastawione są głównie na działalność rekreacyjną);
- kanadyjskie (łącznie w sobie naukę i rekreację);
- południowoamerykańskie (powstające dzięki oddolnej inicjatywie samych seniorów, ukierunkowane na działania na rzecz społeczeństwa, np. praca z trudną młodzieżą lub na rzecz skrzywdzonych dzieci);
- chińskie (realizujące działania twórcze i artystyczne oraz promujące sztukę)¹².

Celem działania uniwersytetów trzeciego wieku jest upowszechnianie inicjatyw edukacyjnych, aktywizacja intelektualna, psychiczna, społeczna i fizyczna osób starszych. Ponadto UTW stawia sobie za zadania poszerzanie wiedzy

¹¹ Na podstawie danych zaczerpniętych z oficjalnej strony internetowej uniwersytetów trzeciego wieku [www.utw.pl], dostęp: 01.09.2015.

¹² Ibidem.

i umiejętności seniorów, ułatwianie im kontaktów z instytucjami (takimi jak ośrodki kultury, placówki rehabilitacyjne i prozdrowotne, służba zdrowia), a także angażowanie słuchaczy w aktywność na rzecz środowiska lokalnego oraz dbałość o ich więzi społeczne i komunikację rówieśniczą i międzypokoleniową.

Należący do UTW podejmują liczne działania o charakterze społecznym, takie jak uczestnictwo w zespołach pomocy koleżeńskiej i samorządzie słuchaczy, a także organizują się w sekcjach zajmujących się inicjowaniem przedsięwzięć kulturalno-rozrywkowych i akcji na rzecz środowiska lokalnego¹³.

W ofercie programowej UTW można znaleźć takie propozycje, jak: wykłady, seminaria, konwersatoria, lektoraty języków obcych, sekcje lub koła zainteresowań, kluby i zespoły tematyczne, warsztaty artystyczne, zajęcia ruchowe, rekreacyjne, rehabilitacyjne, imprezy kulturalne, turystyczne i ekologiczne, kursy, szkolenia, poradnictwo. W niektórych UTW wprowadza się także zajęcia wakacyjne: wyjazdy, wczasy, letnią rekreację seniorów. Najpopularniejszą formą zajęć prowadzonych przez UTW są wykłady (odbywają się w 98% placówek). Zazwyczaj prowadzone są one raz w tygodniu lub rzadziej, w obrębie takich tematów jak: medycyna i zdrowie, historia, turystyka, geografia i wiedza o historii i kulturze lokalnej, literatura, religioznawstwo, psychologia. Równie popularną formą spotkań słuchaczy są zajęcia ćwiczeniowe i warsztatowe, np. kursy komputerowe i językowe, zajęcia sportowe i ruchowe, sekcje plastyczne i turystyczne. Dużym zainteresowaniem cieszą się spotkania związane z poradnictwem, np. z prawnikiem, notariuszem, policjantem, lekarzem, farmaceutą, pracownikiem NFZ czy ZUS¹⁴.

Słuchacze UTW stanowią specyficzną grupę społeczną. Jak pokazują badania, są to najczęściej osoby o wysokim poziomie wykształcenia (45% ma wykształcenie magisterskie). Przeważającą większość stanowią kobiety (75%), najczęściej samotne. Mężczyźni uczęszczający na zajęcia UTW to najczęściej członkowie rodzin słuchaczek. Bardzo rzadko się zdarza, aby samodzielnie zgłaszali się na uniwersytet¹⁵. Prawie 50% słuchaczy UTW w okresie aktywności zawodowej zajmowało stanowiska urzędnicze, zaś co piąty był nauczycielem. Wielu członków uniwersytetów działa dodatkowo w różnych organizacjach społecznych¹⁶.

Przyczyny, dla których seniorzy decydują się na przynależność do UTW, są bardzo różne. Do najczęstszych należy potrzeba aktywności i chęć działania na rzecz innych, lęk przed „zasiedzeniem się” na emeryturze oraz obawa przed samotnością. Motywacją jest też chęć wyjścia z domu, zadbania o siebie i odc-

¹³ W. Zgliczyński, *Aktywność społeczna...*, op.cit., s. 129–150.

¹⁴ Na podstawie danych zaczerpniętych z oficjalnej strony internetowej uniwersytetów trzeciego wieku [www.utw.pl], dostęp: 01.09.2015.

¹⁵ A. Gołdys, Ł. Krzyżanowska, M. Stec, Ł. Ostrowski, *Zoom na UTW. Raport z badań*, Warszawa 2012.

¹⁶ Za: W. Zgliczyński, *Aktywność społeczna...*, op.cit., s. 129–150.

rwania się od obowiązków domowych, w tym opieki nad wnukami, a także potrzeba zagospodarowania czasu wolnego i sposób na zabicie nudy. Zdarza się że członkowie UTW upatrują w nim sposób na poradzenie sobie z trudnościami życiowymi (tzw. terapeutyczna rola UTW), traktują jako metodę na załamanie nerwowe, depresję czy kłopoty zdrowotne. Dla wielu słuchaczy uczestnictwo w zajęciach stanowi okazję do zdobycia wiedzy i umiejętności, które poszerzają ich horyzonty oraz pozwalają odnaleźć się we współczesnym świecie, szczególnie w otoczeniu nowoczesnych technologii. Ponadto uczestnictwo w edukacji ustawicznej, zarówno w opinii naukowców, jak i samych słuchaczy, pozwala na zachowanie sprawności intelektualnej, gdyż jest „gimnastyką mózgu”¹⁷.

Z badań A. Orzechowskiej¹⁸ prowadzonych wśród słuchaczy UTW wynika, że, w porównaniu z grupą osób niekorzystających z oferty uniwersytetów, są oni mniej depresyjni, bardziej zadowoleni z życia i rzadziej doświadczają symptomów alienacji. UTW umożliwiają seniorom rozwój zainteresowań i pasji, nawiązywanie kontaktów i pozwalają czuć się pełnowartościowymi członkami społeczeństwa.

Uniwersytet Trzeciego Wieku im. Jerzego Kozarzewskiego w Nysie¹⁹

Nyski Uniwersytet istnieje od 2002 roku, a od marca 2006 roku zarejestrowany jest jako Stowarzyszenie Rozwoju. Jest organizacją pozarządową, posiadającą osobowość prawną pożytku publicznego.

UTW w Nysie powstał 13 lat temu z inicjatywy Marka Świąsa, ówczesnego kierownika Domu Dziennego Pobytu w Nysie. Początkowo prowadzone wykłady i spotkania stanowiły formę pracy terapeutycznej. Z czasem jednak liczba osób w nich uczestniczących przerosła możliwości organizacyjne i lokalowe DDP. Grupa aktywnych słuchaczy postanowiła założyć Stowarzyszenie, które z wielkimi sukcesami działa od 2006 roku.

Z chwilą tworzenia Stowarzyszenia Uniwersytet liczył 125 słuchaczy, teraz jest ich 243, w tym 209 kobiet i 34 mężczyzn.

Uniwersytet Trzeciego Wieku w Nysie zarejestrowany jest w Nysie, przy ulicy Armii Krajowej 21. Programowe zajęcia odbywają się w Muzeum w Nysie, Zespole Szkół Ogólnokształcących Carolinum, Klubie Nauczyciela, Bibliotece Pedagogicznej.

¹⁷ A. Gołdys, Ł. Krzyżanowska, M. Stec, Ł. Ostrowski, *Zoom na UTW...*, op.cit., s. 52–53.

¹⁸ A. Orzechowski i in., *Zaburzenia depresyjne u osób w podeszłym wieku w zależności od aktywności życiowej*, „Polski Merkuriusz Lekarski” 2008, t. 25, nr 150.

¹⁹ Informacje pochodzą z oficjalnej strony internetowej Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Nysie [www.utw.nysa.pl], dostęp: 01.09.2015, oraz treści wystąpienia konferencyjnego prezes Zarządu UTW Michaliny Danuty Podgórnicy z dnia 6 listopada 2014 r. Była to konferencja pn. „Samowychowanie do dojrzałej dorosłości”, zorganizowana przez Wydział Pedagogiczny Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu.

Najważniejszym celem UTW w Nysie jest podejmowanie i rozwijanie społecznych inicjatyw (naukowych, oświatowych, kulturalnych, charytatywnych, opiekuńczych, ekologicznych, dotyczących rehabilitacji osób starszych, niepełnosprawnych, a także kultury fizycznej i sportu). Polegają one przede wszystkim na:

- prowadzeniu form działalności edukacyjnej, zdrowotnej, kulturalnej, twórczej i krajoznawczo-turystycznej dla osób starszych;
- włączeniu osób starszych do systemu kształcenia ustawicznego przez stymulowanie rozwoju osobowego oraz sprawności intelektualnej i fizycznej;
- wspieranie działań edukacyjnych, kulturalnych, ekologicznych i rehabilitacyjnych osób starszych;
- udzielaniu pomocy społecznej i charytatywnej oraz w dążeniu do podniesienia poziomu życia ludzi starszych;
- aktywizacji społecznej i poprawie jakości życia osób starszych;
- upowszechnianiu profilaktyki gerontologicznej;
- stworzeniu warunków do dobrego starzenia się;
- innych działań społecznych, profilaktycznych zapobiegających marginalizacji społecznej osób starszych;
- wspieraniu idei wolontariatu;
- szerzeniu przyjaźni i współpracy pomiędzy miastami, regionami, państwami i narodami.

Uniwersytet podejmuje liczne inicjatywy skierowane do osób w wieku senioralnym; są to: organizowanie różnego rodzaju wykładów, seminariów, sesji naukowych, konferencji, szkoleń, dyskusji, zebrań dyskusyjnych i spotkań tematycznych; spotkania z przedstawicielami nauki, kultury, polityki i gospodarki działającymi w środowisku lokalnym, regionie, Polsce i na świecie; nauka języków obcych, obsługi komputera i szkolenie zespołu wokalnie-instrumentalnego itp.; działalność turystyczno-krajoznawcza oraz w zespołach, klubach, sekcjach zainteresowań prowadzonych przez profesjonalistów lub członków UTW; prowadzenie działalności informacyjnej, oświatowej i wydawniczej, a także rehabilitacja zdrowotna²⁰.

Jak twierdzi M.D. Podgórni, aktualny prezes Zarządu UTW w Nysie,

„[...] nasza oferta programowa powstaje przy współudziale słuchaczy. Podstawowym zadaniem statutowym stowarzyszenia jest przeciwdziałanie bezczynności i związanej z nią nudzie oraz odczuwania bezużyteczności, a także poprawa jakości życia osób starszych. Najważniejszą wartością UTW jest przyjaźń i optymizm, które znajdujemy w naszych spotkaniach”²¹.

²⁰ Statut Stowarzyszenia Rozwoju Uniwersytetu Trzeciego Wieku im. Jerzego Kozarzewskiego w Nysie z dnia 26.03.2014r.

²¹ Z treści wystąpienia konferencyjnego prezes Zarządu UTW Michaliny Danuty Podgórni z dnia 6 listopada 2014 r. Konferencję pn. „Samowychowanie do dojrzałej dorosłości” zorganizował Wydział Pedagogiczny Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu.

Najważniejszym obszarem działań nyskiego Uniwersytetu jest edukacja. Podobnie jak na tradycyjnych uczelniach wyższych rok akademicki podzielony jest na dwa semestry (zimowy i letni). Wykłady odbywają się regularnie raz w tygodniu, warsztaty i ćwiczenia cyklicznie według planu. Spotkania integracyjne i wycieczki organizowane są co miesiąc.

Tematyka wykładów obejmuje różne dziedziny nauki. W ostatnim roku sprawozdawczym na Uniwersytecie odbywały się cotygodniowe wykłady z historii sztuki, historii muzyki i religioznawstwa oraz literatury. Proponowane tematy zajęć na UTW w Nysie to np. „Jazz na słowiańską nutę”, „Muzyczne portrety mistrzów jazzu”, „Literatura – Niespodzianka”, „Religie świata – islam”, „Wielkie dzieła architektury – co zostało po kulturze Majów i Inków”, „Wielokulturowość: kolory, smaki i zapachy Indii”, „Podróże po świecie – Brazylia”, „Kamienie milowe w sztuce”.

Ponadto UTW organizował okazjonalne wykłady z różnych dziedzin, np. z zakresu polityki senioralnej (pt. „Polityka senioralna w Europie, w Polsce, w Nysie”), polityki społecznej (pt. „Budżet obywatelski”, „Bezpieczeństwo prawne seniorów”, „Policja w ochronie dziedzictwa narodowego”), dietetyki (pt. „Estry – najczystsza postać kwasów Omega3”), psychologii (pt. „Co faceci wiedzą o miłości?”), archeologii (pt. „10 ciekawostek archeologicznych na Ziemi Nyskiej”).

Wykładowcami UTW w Nysie są pracownicy naukowcy i doświadczeni praktycy, którzy stanowią elitę intelektualną regionu. Opiekunem merytorycznym jest ks. prof. Kazimierz Dola, który oprócz dr Małgorzaty Radziejewicz wchodzi również w skład Rady Programowej. Wszyscy wykładowcy pracują na rzecz Stowarzyszenia charytatywnie.

Zajęcia warsztatowe obejmują naukę praktycznych umiejętności (pierwsza pomoc, obsługa komputera). Uniwersytet prowadzi również naukę języków obcych (języki angielski i niemiecki), zajęcia rekreacyjne (gimnastyka, spacer, wycieczki) oraz warsztaty artystyczne, w ramach których organizowane się wyjazdy na spektakle teatralne, wyjścia na imprezy artystyczne, prezentacja własnej twórczości artystycznej (zespół wokalny, próby literackie i plastyczne).

Aby zaliczyć rok akademicki, słuchacze UTW w Nysie muszą wykazać się frekwencją na zajęciach wykładowych i uczestnictwem w przynajmniej jednej formie zajęć grupowych.

W ramach UTW działają następujące kluby zainteresowań:

- Klub Literacki „Z szuflady”, który w minionym roku sprawozdawczym zorganizował liczne reportaże i spotkania literackie. Na przykład: reportaże „Bękart literatury pięknej i brukowej popołudniówki”, „Cesarz reportażu – Ryszard Kapuściński”, „Książę poetów polskich – Zbigniew Herbert”, „Wielki nieobecny – Władysław Broniewski”, „Zielony Konstanty Ildefons Gałczyński”, „Poeta codzienności – Leopold Staff”.

- Klub Podróżniczy „Włóczykij”, w ramach którego organizowano spotkania o tematyce podróżniczej, na przykład na temat Indii, Meksyku, Iraku, Norwegii, Chin. Klub organizuje także wycieczki regionalne, krajowe oraz zagraniczne. W ostatnim czasie seniorzy odwiedzili czeską Karlową Studienkę, Zamek w Mosznej, Sudety Zachodnie. Brali również udział w rajdzie rowerowym do Kępnicy, a także Międzynarodowym Festiwalu Filmowym T-Mobile Nowe Horyzonty we Wrocławiu oraz Festiwalu Filmu i Sztuki „Dwa Brzegi” w Kazimierzu.

- Klub Filmowy „Kino seniora”, który organizuje cykliczne seanse filmowe, skierowane nie tylko do słuchaczy UTW.

- Klub Rękodzieła „Nie tylko z igłą”, specjalizujący się w dekoracjach i ozdobach wykonanych metodą quillingu, decoupage, haftu, papieroplastyki, orgiami i in. Klub realizuje liczne projekty i zamówienia, np. birety studenckie dla słuchaczy UTW, bożonarodzeniowe kartki świąteczne, bombki i ozdoby choinkowe.



Źródło: Z archiwum autorki, zdjęcie zrobione 6.11.2014 r. w trakcie wystawy prac zorganizowanej w ramach konferencji „Samowychowanie do dojrzałej dorosłości” zorganizowanej przez Wydział Pedagogiczny Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu.

Rękodzieło członkiń Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Nysie

Seniorzy z nyskiego Uniwersytetu podejmują również działania na rzecz integracji europejskiej oraz rozwijania kontaktów i współpracy między społeczeństwami, szczególnie ze środowiskiem czeskich seniorów; organizują

przedsięwzięcia oraz biorą udział w działaniach, których celem jest: integracja międzypokoleniowa (np. organizacja festynu międzypokoleniowego, organizacja I Zlotu Deptaków), integracja z innymi uniwersytetami trzeciego wieku (głównie w Głuchołazach, Prudniku, Korfantomie, Nowej Rudzie), a także integracja ze środowiskami seniorskimi w Nysie.

Praca UTW na rzecz edukacji i kultury nie ogranicza się jedynie do programowych wykładów i ćwiczeń, ale podejmuje liczne inicjatywy i działania organizowane przez środowisko lokalne. Seniorzy biorą udział w ogólnopolskich imprezach, np. Noc Nauki, Noc Muzeum, a także w Nyskim Festiwalu Nauki, w konferencjach i sympozjach organizowanych przez PWSZ w Nysie czy WSZiA w Opolu oraz organizuje spotkania międzypokoleniowe, bierze udział w badaniach naukowych i nawiązuje porozumienia o współpracy ze szkołami.

Nyski Uniwersytet jest prężnie rozwijającą się organizacją, która oferuje swoim członkom różne formy spędzania czasu, realizuje społecznie ważne cele oraz podejmuje działania, które mają za zadanie dbałość o edukację, zdrowie i jakość życia seniorów, integrację społeczną i międzypokoleniową oraz rozwój zainteresowań i pasji. Jak mówi M.D. Podgórn, prezes Zarządu UTW w Nysie:

„Nasze Stowarzyszenie ciągle się rozwija, tak aby jego słuchacze mogli pogłębiać swoją wiedzę, uczestniczyć w życiu społecznym, zachowywać i podnosić sprawność intelektualną, psychiczną i fizyczną, podnosić jakość życia, zapobiegać wszelkim wykluczeniom, umożliwiać realizację marzeń, podejmować wyzwania, zapobiegać bierności, cieszyć się życiem w myśl naszego hasła «Mnóż radości i dziel smutki z Uniwersytetem Trzeciego Wieku»²².

Koła gospodyń wiejskich jako ośrodki aktywizacji i międzypokoleniowej współpracy

Nazwa „koło gospodyń wiejskich” jest powszechnie znana, rozpoznawalna i przede wszystkim mocno ugruntowana w polskim życiu społecznym. Mimo to KGW w sensie formalnym nie posiadają jasno określonego miejsca w systemie prawnym. Ustawowo mają one stanowić jedną z form organizacji rolniczej, zrzeszonej w ogólnopolskiej federacji organizacji rolniczych, zaś funkcję organu stojącego na ich czele pełnić powinna Krajowa Rada Kół Gospodyń Wiejskich. W praktyce działalność kół jest nieuregulowana i nie mieści się w ustaleniach prawnych, które, jak się okazuje, pochodzą jeszcze z lat 80. ubiegłego wieku²³.

²²Z treści wystąpienia konferencyjnego prezes Zarządu UTW Michaliny Danuty Podgórn z dnia 6 listopada 2014 r. Była to konferencja pn. „Samowychowanie do dojrzałej dorosłości” zorganizowana przez Wydział Pedagogiczny Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu.

²³J. Mencwel, K. Milczewska, J. Wiśniewski, *Koła gospodyń wiejskich nie tylko od kuchni*.

Koła gospodyń wiejskich są organizacjami działającymi na obszarach wiejskich. Kultuwują tradycje i uzupełniają formy działania o bardzo współczesne potrzeby swoich członków. To dobrowolna, samorządna i niezależna społeczno-zawodowa organizacja kobieca działająca głównie na terenach wiejskich, będąca jednym z rodzajów społeczno-zawodowych organizacji rolników²⁴. Koło gospodyń wiejskich uczestniczy w kształtowaniu i realizacji polityki rolnej i społecznej państwa na rzecz postępu gospodarczego, społecznego, socjalnego oraz kulturalnego i oświatowego wsi²⁵.

Formuła działania kół jest otwarta i elastyczna. Podejmowane działania i realizowane cele uzależnione są od potrzeb członkiń i charakterystyki środowiska wiejskiego, w którym zlokalizowane są koła. Najczęściej są to działania w obszarze aktywności społecznej, kulturalnej lub sportowej. Nieraz czysto towarzyskie spotkania przeradzały się w sformalizowaną działalność na rzecz społeczności lokalnej. Każde koło samo ustala zakres swojej działalności. Najbardziej typowe przedsięwzięcia kół to niewątpliwie kulinaria (92%), w których szczególnie ciekawa jest próba połączenia nowoczesności z tradycją i promocją produktów i przepisów regionalnych. Celem wielu kół jest promowanie regionalnych potraw (podczas festynów i lokalnych wydarzeń) i działania zmierzające do wprowadzenia ich na oficjalną listę regionalną²⁶.

Pierwsze koła gospodyń wiejskich powstały ponad 130 lat temu jako inicjatywa kobiet. Koła organizowały kursy szycia, pieczenia, gotowania oraz uczyły prowadzenia gospodarstwa domowego. Członkinie kół współorganizowały szkoły, ochotnicze straże pożarne, wspomagały ludzi w trudnej sytuacji i uczyły wzajemnej pomocy, organizowały festiwale i spektakle ludowe oraz różnego typu biesiady. Koła zajmowały się również promocją sztuki ludowej, zaś na przestrzeni lat pielęgnowały polską tradycję i jednocześnie inspirowały i wywierały silny wpływ na rozwój polskiej wsi²⁷. Z kołami współpracują inne organizacje działające na obszarach wiejskich, głównie OSP, rady parafialne, LZS-y, stowarzyszenie, których statutowe cele są zbieżne z celami kół.

Prawie połowa działających aktualnie kół to grupy nieformalne, 15% zorganizowanych jest na zasadach stowarzyszenia, zaś 36% zrzesza się w organizacji centralnej. Zdecydowana większość kół początkami sięga czasów PRL. Można na tej podstawie sądzić, że prawne aspekty funkcjonowania kół

Raport z badania, Pracownia Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia”, Warszawa 2014.

²⁴ Art. 3 pkt 2 i art. 22 ustawy z dnia 8 października 1982 r. o społeczno-zawodowych organizacjach rolników, DzU 1982, nr 32, poz. 217 z późn. zm.

²⁵ Regulamin Koła Gospodyń Wiejskich [www.zrkior.pl], dostęp 01.09.2015.

²⁶ J. Mencwel, K. Milczewska, J. Wiśniewski, *Koła gospodyń...*, op.cit.

²⁷ Formalno-prawne aspekty działalności kół gospodyń wiejskich [www.witrynowiejska.org.pl], dostęp: 01.09.2015.

są dla ich członkiń sprawą drugoplanową w stosunku do celów, które sobie zakładają. Zauważalny wzrost liczby sformalizowanych kół miał miejsce po 2004 roku, co ma związek z wejściem Polski do Unii Europejskiej i pojawieniem się możliwości dofinansowywania działalności wiejskiej z funduszy unijnych²⁸.

W ostatnich latach można również zaobserwować zmiany formy i zakresu aktywności kół gospodyń wiejskich. Zaangażowane w ich prace kobiety odczuwają potrzebę modernizacji i odnowy polskiej wsi, pragną kultywować dorobek kulturowy, edukacyjny i społeczny swoich mam i babć. Członkiniami kół są najczęściej rolniczki, acz nie brakuje również przedstawicielek innych środowisk – nauczycielek, pielęgniarek, urzędniczek, przedstawicielek lokalnego biznesu²⁹.

Celem koła gospodyń wiejskich jest w szczególności:

- obrona praw, reprezentowanie interesów i działanie na rzecz poprawy sytuacji społeczno- zawodowej kobiet wiejskich i ich rodzin;
- inicjowanie i podejmowanie różnorodnych działań na rzecz poprawy warunków życia i pracy kobiet wiejskich, udzielanie pomocy kobietom w wykonywaniu przez nie obowiązków matki, obywatelki, gospodyni i producentki;
- prowadzenie wśród kobiet wiejskich działalności społeczno-wychowawczej, oświatowo-kulturalnej, a także w zakresie poprawy warunków socjalno-bytowych rodzin wiejskich;
- upowszechnianie postępu w rolnictwie i gospodarstwie domowym oraz poprawa stanu ochrony zdrowia i opieki społecznej mieszkańców wsi.

Bez względu na formę koła oraz zakres jego działania dla członkiń najważniejsza jest motywacja oraz końcowy efekt, a także możliwość rozwijania swojego potencjału. Warsztaty, kursy, szkolenia, wspólne wycieczki i zwyczajna wymiana poglądów stwarza członkiniom okazję do zdobywania wiedzy, nabywania kompetencji i rozwoju osobistego. Przynależność do koła stwarza okazję do „odskoczni od codzienności”, spędzenia twórczo wolnego czasu, oderwania się od pracy domowej, opieki nad dziećmi czy wnukami. Dla wielu senierek działających w kole jest ono lekarstwem na nudę, bierność i wykluczenie społeczne. Uczestnictwo w zajęciach jest okazją do nawiązywania kontaktów i budowania relacji międzyludzkich. Pomimo że wiele z kół działa profesjonalnie i formalnie jako stowarzyszenie, nie wyklucza to, że kobiety zrzeszone w nich tworzą wspólnotę i swoistą grupę wsparcia.

²⁸ J. Mencwel, K. Milczewska, J. Wiśniewski, *Koła gospodyń...*, op.cit.

²⁹ Ibidem.

Koło Gospodyń Wiejskich – Byczyński Związek Rolników i Organizacji Społecznych³⁰

Koło Gospodyń Wiejskich działa w ramach Byczyńskiego Związku Rolników i Organizacji Społecznych. Jego pierwotne formy funkcjonują już od 1957 roku, czyli od czasu, kiedy na większości polskich wsi zakładano kółka rolnicze. W takiej postaci działało do 1987 roku. W roku 1990 zawieszono działalność organizacji, a w 2004 reaktywowano w postaci Gminnego Związku Rolników i Organizacji Społecznych. Na zebraniu założycielskim jako priorytetowe zadanie uznano potrzebę wsparcia istniejących KGW oraz dążenie do reaktywowania nowych kół gospodyń wiejskich. Takim sposobem w 2007 roku powołano do życia Gminną Radę Kół Gospodyń Wiejskich, w skład której początkowo wchodziły cztery KGW i 32 członkinie. Obecnie Rada liczy osiem kół i 124 członkinie.

Związek Rolników i Organizacji Społecznych podejmuje liczne działania i inicjatywy skierowane do lokalnej społeczności, szczególnie seniorów. W ostatnich latach były to między innymi takie przedsięwzięcia, jak:

- organizacja lokalnych imprez, festynów;
- obsługa cateringowa imprez zewnętrznych;
- organizacja półkolonii;
- współorganizacja kolonii dla dzieci rolników;
- wycieczki;
- wystawy rękodzieła;
- udział w konkursach kulinarnych, turniejach;
- uruchomienie i prowadzenie biblioteki;
- spisanie historii wsi, i inne.

Przykładem działań podejmowanych przez koła gospodyń wiejskich zrzeszone w GZRiOS są następujące inicjatywy:

- KGW Dobiercice – szkolenie komputerowe oraz praktyczny kurs języka niemieckiego, umożliwiający podjęcie sezonowych pracy oraz opiekę nad ludźmi starszymi w Niemczech;
- KGW Miechowa – kurs florystyczny, szkolenie z zakresu możliwości sprzedaży wyborów rękodzielniczych, warsztaty wyrobu ozdób z filcu oraz warsztaty muzyczne prowadzone przez zespół muzyki dawnej „Percival” (we współpracy ze Stowarzyszeniem Animacji Lokalnej Arkona).

³⁰ Informacje pochodzą z treści wystąpienia konferencyjnego Danuty Bajak, prezes Opolskiego Związku Rolników i Organizacji Społecznych, z dnia 6 listopada 2014 r. Była to konferencja pn. „Samowychowanie do dojrzałej dorosłości”, zorganizowana przez Wydział Pedagogiczny Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu.



Źródło: Z archiwum autorki, zdjęcie zrobione 6.11.2014 r. w trakcie wystawy prac zorganizowanej w ramach konferencji „Samowychowanie do dojrzałej dorosłości” Wydział Pedagogiczny Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu.

Rękodzieło członkiń Koła Gospodyń Wiejskich

Związek występował również jako organizator lub współorganizator takich przedsięwzięć gminnych, jak: konkurs na najlepsze pierogi w Miechowej, konkurs na najsmaczniejszą potrawę domową w Byczynie, produkt lokalny – pamiątka z Byczyny, korony dożynkowe, korowód dożynkowy, wianki świętojańskie. Koła gospodyń wiejskich uczestniczyły również w wojewódzkich wystawach stołów wielkanocnych oraz bożonarodzeniowych. Za szopkę wykonaną z wełny na drutach członkinie KGW Miechowa otrzymały nagrodę, po którą udały się do europarlamentu. Corocznie organizowane są także wyjazdy tematyczne (do Otmuchowa na „Lato Kwiatów”, do Prudnika na Targi Rękodzieła) oraz wycieczki krajoznawcze (zamek w Głogówku, Muzeum w Łambinowicach, zamek w Mosznej, park i Muzeum Leśnictwa w Gołuchowie, zamki w Bobolicach, Olsztynie i Mirowie, Jasna Góra w Częstochowie, Jaskinia „Raj” w Chojnicach, Muzeum Zegarów w Jędrzejowie i in.).

Zrzeszone w związku i KGW członkinie – seniorki corocznie podejmowały działania mające na celu organizację wypoczynku letniego i zimowego dla dzieci (kolonie, półkolonie, np. w Poroninie, Sarbinowie, Jarosławcu, Sławie, Zakopanem – Murzasihle, Kościelisku, Ostródcie, Karpaczu, w austriackim Ramingstein i włoskim Lignano), a także cykliczne zajęcia świetlicowe, gry i zabawy dla dzieci, konkursy i zawody.

W opinii Danuty Bajak, prezes Zarządu Opolskiego Związku Rolników i Organizacji Społecznych:

„Koła gospodyń wiejskich przejmują rolę inicjatora i organizatora życia kulturalnego na wsi. Podejmują działania i współpracują z innymi organizacjami działającymi na obszarach wiejskich, skupiają w swoich szeregach zarówno panie dojrzałe, jak i młodsze pokolenie, jednak w organizacji nie zwraca się uwagi na wiek”³¹.

³¹ Cyt. z treści wystąpienia konferencyjnego Danuty Bajak, prezes Opolskiego Związku Rolników i Organizacji Społecznych z dnia 6 listopada 2014 r. Była to konferencja pn. „Samowychowanie do dojrzałej dorosłości”, zorganizowana przez Wydział Pedagogiczny Wyższej Szkoły Zarządzania i Administracji w Opolu.



Warunkiem udanego przystosowania się do starości jest zachowanie aktywnego stylu życia, polegającego przede wszystkim na znalezieniu zastępczych form dla tych wszystkich działalności, których wykonywanie stało się niemożliwe ze względu na ograniczenia psychofizyczne lub marginalizację zawodową. Seniorzy powinni pozostać w życiu społecznym, angażować się towarzysko i rodzinie oraz znaleźć substytuty pracy zarobkowej (np. wolontariat na rzecz potrzebujących, opieka sąsiedzka, kółka zainteresowań). Późna dorosłość powinna wiązać się ze zmianą ról na równie satysfakcjonujące, angażujące i dające poczucie samorealizacji.

W obliczu znaczących przeobrażeń struktury demograficznej aktywizacja ma szczególne znaczenie dla funkcjonowania i podtrzymania jakości życia osób starszych, jak i całego otoczenia społecznego. W planowaniu takich działań skierowanych do seniorów należy uwzględniać specyficzną charakterystykę tej grupy społecznej – jej heterogeniczność i różnorodność, ale też możliwości, potrzeby i zainteresowania.

W otoczeniu społecznym pojawia się coraz więcej przykładów działań aktywizujących ludzi starszych. Jednak osiągnięcie pozytywnych efektów wymaga planowanych i skoordynowanych przedsięwzięć, gdyż obecny kierunek inicjatyw skierowanych do seniorów jest wciąż zbyt spontaniczny, chaotyczny i nieznyany.

Literatura

- Carr A., *Psychologia pozytywna. Nauka o szczęściu i ludzkich siłach*, Poznań 2009.
- Czapiński J., *Szczęście – złudzenie czy konieczność? Cebulowa teoria szczęścia w świetle nowych danych empirycznych*, [w:] *Złudzenia, które pozwalają żyć*, red. M. Kofta, T. Szustrowa, Warszawa 2001.
- Czapiński J., Błędowski P., *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście percepcji Polaków. Diagnoza społeczna 2013. Raport tematyczny*, Warszawa 2014.
- Finogenow M., *Rozwój w okresie późnej dorosłości*, [w:] *Pomyślne starzenie się – uwarunkowania społeczne, przestrzenne i zdrowotne*, red. D. Kałuża-Kopias, P. Szukalski, „Acta Universitatis Lodziensis” 2013, „Folia Oeconomica” 297.
- Gołdys A., Krzyżanowska Ł., Stec Ł., Ostrowski M., *Zoom na UTW. Raport z badań*, Warszawa 2012.
- Harwas-Napierała B., Trempała J., *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, t. 2, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2002.
- Kijak R.J., Szarota Z., *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013.
- Mencwel J., Milczewska K., J. Wiśniewski, *Koła gospodyń wiejskich nie tylko od kuchni. Raport z badania*, Pracownia Badań i Innowacji Społecznych „Stocznia”, Warszawa 2014.
- Miszczak E., *Aktywność seniorów sposobem przeciwdziałania negatywnym skutkom procesu starzenia się*, [w:] *Jakość życia seniorów w XXI w. Ku aktywności*, red. D. Kałuża, P. Szukalski, Łódź 2010.

Nowicka A., *Starość jako faza życia człowieka*, [w:] *Wybrane problemy osób starszych*, red. A. Nowicka, Kraków 2008.

Orzechowski A. i in., *Zaburzenia depresyjne u osób w podeszłym wieku w zależności od aktywności życiowej*, „Polski Merkurusz Lekarski” 2008, t. 25, nr 150.

Pędich W., *Starość*, [w:] *Encyklopedia zdrowia*, red. W.S. Gomułka, W. Rewerski, t. 1, Warszawa 1995.

Rogała S., *Psychologiczne uwarunkowania oczekiwań ludzi starszych i przewlekle chorych wobec rodziny*, [w:] *Starość i jej konsekwencje społeczno-rodzinne*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2010.

Rogała S., *Starcza rezygnacja*, [w:] *Kobieta i czas*, red. S. Rogala, Wydawnictwo Instytut Śląski Sp. z o.o., Opole 2013.

Szatur-Jaworska B., *Jakość życia w okresie starości*, [w:] *Zostawić ślad na ziemi*, red. M. Halicka, J. Halicki, Uniwersytet Białostocki, Białystok 2006.

Studen S., Marczuk M., *Starzenie się a satysfakcja z życia*, KUL, Lublin 2006.

Stuart-Hamilton, *Psychologia starzenia się*, Wydawnictwo Zysk i S-ka, Poznań 2006.

Szarota Z., *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków 2004.

Szatur-Jaworska B., Błędowski P., Dziegielewski M., *Podstawy gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza Aspra-Jr., Warszawa 2006.

Turner J.S., Helms D.B., *Rozwój człowieka*, Wydawnictwa Szkolne i Pedagogiczne, Warszawa 1999.

Wawrzyniak K.J., *Człowiek stary i jego wsparcie w środowisku*, [w:] *Starzenie się i starość w perspektywie pracy socjalnej*, red. A. Chabior, A. Fabiś, J.K. Wawrzyniak, Warszawa 2014.

Zgliczyński W., *Aktywność społeczna osób starych w Polsce w ramach wolontariatu i uniwersytetów trzeciego wieku*, Warszawa 2012.

Zych A., *Słownik gerontologii społecznej*, Warszawa 2001.

Art. 3 pkt 2 i art. 22 ustawy z dnia 8 października 1982 r. o społeczno-zawodowych organizacjach rolników, DzU 1982, nr 32, poz. 217 z późn. zm.

Formalno-prawne aspekty działalności kół gospodyń wiejskich [www.witrynawiejska.org.pl], dostęp: 01.09.2015.

[www.utw.pl], dostęp: 01.09.2015.

Regulamin Koła Gospodyń Wiejskich [www.zrkior.pl], dostęp: 01.09.2015.

Statut Stowarzyszenia Rozwoju Uniwersytetu Trzeciego Wiekum im Jerzego Kozarzewskiego w Nysie z dnia 26.03.2014.