

KATARZYNA ZIOMEK-MICHALAK

ZNACZENIE RODZINY W STARZENIU SIĘ I STAROŚCI CZŁOWIEKA

ROLE OF THE FAMILY
IN THE AGEING PROCESS AND THE MAN'S PERCEPTION OF OLD AGE

A b s t r a c t. The presented scope of research, as well as research carried out by the author herself show the role of the family in the perceiving the experience the old age. family is very important source of social support for elderly people, who place great hopes in family during the process of ageing and later in old age itself. In spite of many on-going changes to the contemporary family like creation of nuclear families, divorces in general short-lived marriages), increasing number of single-parent households (mainly female), creation of reconstructed, adoptive and substitute families, elderly still remain an indelible part of family. Family creates an environment for the seniors to be active in helping therefore in successful ageing process, solving problems and gives social support. Presented knowledge is important in perspective of on going process of ageing of society along with simultaneous decrease in population.

Key words: ageing, old age, social support, sources of social support, family.

WSTĘP

Wiele badań ukazuje, że utrzymywanie kontaktów społecznych przez osoby w podeszłym wieku znacząco wpływa na zachowanie lub poprawę zdrowia, jakość życia i polepszenie funkcji poznawczych, jak również na mniejszą

Dr KATARZYNA ZIOMEK-MICHALAK – adiunkt Zakładu Polityki Społecznej i Pracy Socjalnej, Akademia Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej; adres do korespondencji: ul. Szczęśliwicka 40, 20-353 Warszawa; e-mail: kziomek@aps.edu.pl

umieralność wśród seniorów. Obecność sieci społecznej zapewnia jednostce poczucie bezpieczeństwa, przynależności, akceptacji i zintegrowania¹.

K. P. Cross² wyróżnił i scharakteryzował siedem faz cyklu życiowego człowieka dorosłego: stadium opuszczenia domu rodzinnego (w wieku 18-22 lata), faza wejścia w świat ludzi dorosłych (23-28 lat), okres dążenia do stabilizacji życiowej (29-34 lata), stadium tożsamości osobowościowej (37-42 lata), okres przełomu (45-55 lat), okres tolerancji (57-64 lata) oraz faza refleksji nad życiem (powyżej 67 lat). Dwa ostatnie stadia przypadają na okres starzenia się i starości człowieka, w którym mają miejsce zdarzenia znaczące, takie jak możliwa utrata małżonka, pojawienie się problemów zdrowotnych i przygotowanie się do okresu spoczynku w pracy zawodowej oraz stanu spoczynku związanego z przejściem na emeryturę, któremu towarzyszy pogorszenie się zdrowia, zmiana sytuacji finansowej, a także znaczące zmiany w porządku dnia.

W okresie starości seniorzy przyjmują różne postawy. W stadium tolerancji Cross³ wyróżnia postawę tolerancji zróżnicowanych uczuć oraz otwartość na relacje z ludźmi, wzrastającą wagę roli współmałżonka, zwiększoną akceptację własnego ja. W okresie refleksji nad życiem typowe są postawy retrospektywne (przeгляд życiowych dokonań), postawa prospołeczno-afiliatywna (dzielenia się z innymi swoimi emocjami), postawa działania na rzecz rodziny oraz postawa tanatocentryczna (śmierć jako nowa forma istnienia).

Seniorzy codziennie mierzą się z wieloma problemami, które wpływają na ich funkcjonowanie. Są to problemy rodzinne (efekt pustego gniazda), przejście na emeryturę, zmiany związane ze zdrowiem i ciałem, nadmiar wolnego czasu, trudności ekonomiczne i techniczne, ryzyko uzależnień, zależność od osób trzecich, rutyna dnia codziennego⁴.

Nie wszystkie osoby starsze mają wsparcie w rodzinie i w środowisku, często doznają więc samotności. Można wskazać na kilka rodzajów samotności: samotność cywilna (niezameżni, rozwiedzeni, owdowiali, bezdzietni), samotność mieszkaniowa (zamieszkanie bez innych osób), samotność socjalna (brak kontaktów z rodziną, sąsiadami, środowiskiem), samotność subiektywna

¹ Por. B. WOŹNIAK, *Problematyka psychospołecznej aktywności osób starszych w polskich czasopismach popularnych dotyczących zdrowia*, „Gerontologia Polska” 2007, nr 1-2, s. 10-12.

² A. A. ZYCH, *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Warszawa: Interart 1995, s. 147.

³ A. A. ZYCH, *Człowiek wobec starości*, s. 147.

⁴ M. MALEC, *Poradnictwo gerontologiczne*, „Edukacja Dorosłych” 2002, nr 4, s. 46-48.

(poczucie osamotnienia, mimo wspólnego zamieszkania z rodziną). Samotność ma na ogół niekorzystny wpływ na samopoczucie, stan zdrowia i pozycję społeczną człowieka starego⁵.

TEORETYCZNE PODSTAWY PODJĘTYCH BADAŃ

Starość nie jest jednolita. Ludzie starzeją się w różny sposób. W zależności od stanu zdrowia i dotychczas prowadzonego stylu życia są aktywni lub wycofują się. W koncepcji aktywności R. C. Atchley⁶ proponuje jak największą aktywność – adekwatną do wieku i stanu zdrowia – do najpóźniejszych lat. Teoria aktywności zakłada, iż naturalny proces starzenia się pozwala osobie starszej na podtrzymanie dotychczasowego zaangażowania i aktywności w życiu społecznym, rodzinnym i zawodowym. Łączy się to ze zdolnością korzystania z posiadanych kompetencji oraz możliwością ciągłego uczenia się nowych rzeczy⁷. Teoria ta, zwana też teorią działania, wysuwa pogląd, iż ludzie „z powodzeniem” starzeją się, aktywnie uczestnicząc w codziennych zajęciach, czyli zajmując się czymś.

Odmierna jest koncepcja wyłączenia/wycofywania się (E. Cumming i W. E. Henry)⁸ – powodami społecznej izolacji, jak i ograniczania zakresu interakcji człowieka starego z innymi jest: proces wycofywania się jednostki, pragnienie usunięcia się z życia społecznego, brak koncepcji dalszego życia, zmiana ról społecznych – zawodowej oraz rodzinnej, co pociąga za sobą osłabienie więzi rodzinnych, przyjacielskich, koleżeńskich oraz choroby, frustracje, psychiczne zmęczenie. Zdaniem zwolenników tej koncepcji wraz z upływem wieku ludzie ograniczają swoją aktywność, a społeczne więzi ulegają osłabieniu i rozluźnieniu.

Człowiek starzejący się musi się odnaleźć w nowych rolach życiowych. Od tego, w jaki sposób się odnajdzie, jakie będzie jego miejsce w rodzinie

⁵ W. PĘDICH, *Ludzie starzy jako świadczeniobiorcy pomocy społecznej*, w: W. PĘDICH (red.), *Ludzie starzy*, Warszawa: Centrum Rozwoju Służb Społecznych 1996, s. 25.

⁶ Za: A. A. ZYCH, *Człowiek wobec starości*, s. 37-38; S. STEUDEN, M. MARCZUK (red.), *Starzenie się a satysfakcja z życia*, Lublin: Wydawnictwo KUL 2006, s. 11-12; L. B. BEARON, *Successful Ageing: What Does the „Good Life” Look Like?*, „Concepts in Gerontology” 1996, nr 3, <http://www.ncsu.edu/ffci/publications/1996/v1-n3-1996-summer/successful-aging.php> (dostęp: 30.01.2015).

⁷ S. STEUDEN, M. MARCZUK (red.), *Starzenie się a satysfakcja z życia*, s. 11-12.

⁸ Za: A. A. ZYCH, *Człowiek wobec starości*, s. 38-40.

i jakie postawy wobec starości funkcjonują w społeczeństwie, w którym żyje, zależy proces starzenia się społecznego. J. Vanier⁹ wyróżnia dwa sposoby starzenia się: pierwszy należy do ludzi żyjących przeszłością, krytykujących wszystko i wszystkich – pozostają oni smutni i samotni. Drudzy, mając na uwadze własne ograniczenia, poszukują drugiej młodości, co przejawia się w podejmowaniu aktywności, nawiązywaniu nowych znajomości, działaniu na rzecz środowiska i własnego rozwoju¹⁰.

Budowaniu sieci kontaktów pozarodzinnych sprzyjają uniwersytety trzeciego wieku (UTW), uczestnictwo w Klubach Seniora, działaniach Kościoła i organizacji przykościelnych, współpraca na rzecz własnego osiedla (spółdzielnie i wspólnoty mieszkaniowe), a także udział w innych przedsięwzięciach organizowanych dla osób starszych w środowisku lokalnym. Powstawanie uniwersytetów trzeciego wieku ściśle wiązało się ze zmianami w strukturze rodziny (wielopokoleniowa – dwupokoleniowa, wielodzietna – małodzietna, autorytatywna – egalitarna), jej sposobem życia, trybem zaprzestawania pracy zawodowej oraz przechodzeniem na emeryturę, z którym wiąże się: utrata pracy, ról zawodowych, kontaktów, pozycji społecznej, co może prowadzić do trudności adaptacyjnych osób starszych¹¹.

Wielu seniorów przejawia pobożny styl życia. Liczne badania wskazują na zwiększoną religijność osób starszych. Decyduje o tym refleksyjny charakter starszej fazy życia, potrzeba przełamywania poczucia osamotnienia i samotności, potrzeba rozwiązania problemów ostatecznych, problemy na skutek zaprzestania pracy zawodowej i wzrostu ilości czasu wolnego¹².

Odejście na emeryturę, jak podkreśla O. Czerniawska¹³, jest czynnikiem stresogennym dla wielu seniorów. Uzyskanie statusu emeryta powoduje często kryzys w sferze fizycznej, psychicznej i społecznej, którego rozwiązanie wiąże się z koniecznością zmiany obrazu siebie i stylu życia. Badania

⁹ A. A. ZYCH, *Człowiek wobec starości*, s. 145.

¹⁰ Por. A. KOWALEWSKA, A. JACZEWSKI, K. KOMOSIŃSKA, *Problemy wieku starczego*, w: A. JACZEWSKI (red.), *Biologiczne i medyczne podstawy rozwoju i wychowania*, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak” 2005a, s. 295-315; por. A. KOWALEWSKA, A. JACZEWSKI, K. KOMOSIŃSKA, *Problemy wieku starczego*, w: A. FABIŚ (red.), *Seniorzy w rodzinie, instytucji i społeczeństwie. Wybrane zagadnienia współczesnej gerontologii*, Sosnowiec: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Zarządzania i Marketingu 2005b, s. 19-20.

¹¹ Por. Informator Sekcji Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Warszawa: PTG 1998, s. 5.

¹² M. HALICKA, J. HALICKI, *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, w: B. SYNAK (red.), *Polska starość*, Gdańsk: Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego 2002, s. 210-211.

¹³ A. TOKAJ, *Codziennosc, bezradnosc, pomoc. Trzy kategorie opisu sytuacji życiowej człowieka starszego*, „Auxilium Sociale” 2005, nr 3-4, s. 41-49.

J. Halika z roku 2002¹⁴ wskazują, że ponad połowa osób starszych potwierdza pogorszenie sytuacji materialnej po przejściu na emeryturę, a tylko 13,8% mężczyzn i 8,8% kobiet przyznało, że dochody na emeryturze pozwalają im na życie bez szczególnych ograniczeń; 44,4% mężczyzn i 40,9% kobiet z kolei jest w stanie prowadzić skromne życie; bardzo skromne życie prowadzi 29,4% mężczyzn i 36,5% kobiet. Niewystarczające dochody na życie deklaroowało 8,8% mężczyzn i 12,8% kobiet.

Starzenie się pociąga za sobą potrzebę posiadania osób bliskich, mogących udzielić wsparcia społecznego. A. Tokaj¹⁵ zrealizował w drugiej połowie lat 90. XX wieku badania na grupie 510 osób starszych w wieku 60-70 lat. Z badań wynika, że w odczuciu respondentów rodzina odgrywa najbardziej znaczącą rolę. Dla około 75% w wizji przyszłości, która dla większości jest niepewna, przejawy życzliwości i serdeczności ze strony rodziny są jednym z najważniejszych czynników pozytywnych wpływających na przebieg starości. Uzyskane wyniki są potwierdzeniem dużego znaczenia kontaktów społecznych w wieku starczym. Około 95% osób podkreśla obawę przed samotnością i osamotnieniem.

Aspekt pomocowy – wymiana dóbr materialnych, świadczenie usług, dzielenie się mieszkaniem – to najczęściej analizowany czynnik podtrzymywania więzi rodzinnych¹⁶. Na podstawie ogólnopolskich badań P. Czekanowski¹⁷ wskazał, że 46% badanych seniorów pomaga w opiece nad wnukami, 44% wspomaga swoje dzieci materialnie, 39% wspólnie zamieszkuje ze swoimi dorosłymi dziećmi, a 27% pomaga w kosztach wyżywienia rodziny i pracach domowych. Z badań J. Halika¹⁸ wynika, iż pomoc seniorów swoim dzieciom i wnukom osiąga większe rozmiary: 67% pomaga finansowo, 55% pomaga w opiece nad wnukami, a 35% wspiera w prowadzeniu gospodarstwa domowego.

Rodzina jest dla seniora naturalnym środowiskiem, najlepiej służącym zaspokajaniu jego wielu potrzeb, stwarzającym możliwość kompleksowego wsparcia i opieki. Należy tu wspomnieć o zwrotnym charakterze tego wspar-

¹⁴ B. TOBIASZ-ADAMCZYK, *Wybrane elementy jakości życia kobiet starszych wiekiem*, „Promocja Zdrowia, Nauki Społeczne i Medycyna” 1999, nr 16, s. 161.

¹⁵ A. TOKAJ, *Codziennność, bezradność, pomoc*, s. 41-49.

¹⁶ B. SZATUR-JAWORSKA, *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*, Warszawa: ASPRA-JR 2000, s. 96.

¹⁷ B. TOBIASZ-ADAMCZYK, *Wybrane elementy jakości życia kobiet starszych wiekiem*, s. 161.

¹⁸ Tamże.

cia, wyrażającym się w pomocy dzieciom i opiece nad wnukami, co daje poczucie przydatności, niekiedy mające wyższy wymiar i znaczenie niż możliwość liczenia na jej członków.

Analizując świadczenia na rzecz starszych (w świetle badań J. Piotrowskiego, przeprowadzonych w latach 1999-2001), rysuje się ich wyraźna zależność od własnych dzieci. Zauważyć to można w przypadku prac domowych (60% respondentów), pomocy przy zakupach i załatwianiu spraw w urzędzie (prawie 50%) oraz w opiece pielęgnacyjnej (blisko 40%). Zdecydowanie rzadziej respondenci wskazują na kolejne formy pomocy, takie jak udostępnianie mieszkania, pomoc finansowa, żywieniowa i rzeczowa. Niepokoii brak możliwości pomocy finansowej od dzieci (deklaracja co ósmego seniora), gdyż wskazuje to na trudną sytuację ekonomiczną także dzieci. Z kolei działania na rzecz dzieci polegają zwłaszcza na opiece nad wnukami (46%), pomocy finansowej (44%), udostępnianiu mieszkania (39%). Pomoc wzajemna i ukazana współzależność pokoleń w rodzinie jest najkorzystniejsza z punktu widzenia potrzeb psychospołecznych rodziców. Zaspokaja potrzeby przynależności, użyteczności i znaczenia, chroni przed jednostronną zależnością i poczuciem osamotnienia¹⁹.

Status kobiety w Polsce wyznacza jej pozycja w rodzinie, ale także w środowisku pracy i w innych kręgach, w których kobieta uczestniczyła. Kobiety starsze wiekiem traktowane są w naszej kulturze na zasadach użyteczności, co oznacza, że ich obecność w rodzinie jest pożądana tak długo, jak długo mogą coś z siebie dać, coś zaoferować. Często prowadzą one dom swoich dzieci, opiekują się wnukami, a role te przyjmują z poczucia obowiązku lub z chęci uniknięcia poczucia zbędności i odtrącenia²⁰. Poczucie zbędności może doprowadzić do przyspieszenia procesu starczej degradacji i rezygnacji²¹.

Opieka nad wnukami może stać się dla starszego pokolenia przyjemną formą aktywności rodzinnej, o ile nie wiąże się to z ich nadmiernym obciążeniem fizycznym. Przyczynia się to także do podtrzymywania więzi

¹⁹ P. CZEKANOWSKI, *Rodzina w życiu osób starszych i osoby starsze w rodzinie*, w: B. SYNAK (red.), *Polska starość*, Gdańsk: Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego 2002, s. 163-167.

²⁰ B. TOBIASZ-ADAMCZYK, *Wybrane elementy jakości życia kobiet starszych wiekiem*, s. 78-79.

²¹ U. PARNICKA, *Starość w rodzinie*, „Auxilium Sociale” 2002, nr 3-4, s. 141.

międzypokoleniowych²². Ze zrealizowanych przez D. Kowalczyk²³ badań sondażowych, w których uczestniczyło 102 seniorów, wynika, iż spośród motywów decydujących o podjęciu sprawowania opieki nad wnukami najważniejszy jest brak możliwości zapewnienia jej przez rodziców, spowodowany ich aktywnością zawodową lub kontynuowaniem nauki (87,2% badanych). Seniorzy chcą wspierać swoje dzieci w powinnościach rodzicielskich (68,6%), rzadziej wskazują jako powód trudną sytuację materialną (16,6%), problemy zdrowotne wnuków uniemożliwiające umieszczenie ich w żłobku lub przedszkolu (11,7%) czy problemy adaptacyjne w żłobku lub przedszkolu (7,8%). Większość seniorów odczuwa zadowolenie ze spędzania wspólnego czasu z wnukami. Dobrowolność opieki deklaruje 82,3%, a przymus odczuwa 17,7% badanych osób. Seniorzy zajmujący się wnukami systematycznie i codziennie stanowią grupę prawie 54%.

WYNIKI BADAŃ WŁASNYCH

W latach 2010-2011 autorka artykułu zrealizowała badania własne, chcąc poznać sieć wsparcia oraz sytuację rodzinną seniorów.

Problem badawczy był następujący: Jakie są źródła wsparcia społecznego seniorów?

Pytania szczegółowe to: Jaka jest sytuacja rodzinna seniorów? Czy – a jeśli tak, to jakie – występują różnice w relacjach z osobami bliskimi wśród słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku oraz osób niezrzeszonych w tych uniwersytetach?

W badaniach zastosowano metodę sondażu diagnostycznego z kwestionariuszem wywiadu własnego autorstwa oraz Kwestionariusz Wsparcia Społecznego – NSSQ J. S. Norbeck. Grupę badawczą stanowiły osoby z Polski: 100 słuchaczy uniwersytetów trzeciego wieku (M i K) oraz grupa porównawcza, którą tworzyło 100 osób niezrzeszonych w UTW (Mp i Kp). Kryterium doboru stanowiły: wiek, płeć, wykształcenie oraz zbliżony stan zdrowia. W Tabeli 1 przedstawiono wiek i płeć respondentów.

²² D. KOWALCZYK. *Opieka nad wnukami jako forma aktywności rodzinnej generacji III wieku*, „Edukacja Dorosłych” 2001, nr 3, s. 42-43.

²³ Tamże, s. 43-48.

Tabela 1. Wiek respondentów

Wiek	M	K	Razem	Mp	Kp	Razem
55-59 lat	2	23	25	2	23	25
% z kolumny	15,38	26,44		15,38	26,44	
60-64 lata	5	31	36	5	31	36
% z kolumny	38,46	35,63		38,46	35,63	
65-69 lat	4	22	26	4	22	26
% z kolumny	30,77	25,29		30,77	25,29	
70-74 lata	1	8	9	1	8	9
% z kolumny	7,69	9,20		7,69	9,20	
75 i więcej lat	1	3	4	1	3	4
% z kolumny	7,69	3,45		7,69	3,45	
Razem	13	87	100	13	87	100

Słuchacze UTW: M – mężczyźni, K – kobiety; grupa porównawcza, osoby niezrzeszone w UTW: Mp – mężczyźni, Kp – kobiety

Strukturę rodziny badanych osób prezentuje Tabela 2. Wśród badanych osób dominuje małżeństwo z dwojgiem dzieci (typowe „2 + 2”).

Tabela 2. Aktualna struktura rodziny respondentów – dzieci

Struktura rodziny	M	K	Razem	Mp	Kp	Razem
Brak dzieci	1	7	8	1	10	11
% z kolumny	7,69	8,05		7,69	11,49	
Jedno dziecko	4	20	24	4	27	31
% z kolumny	30,77	22,99		30,77	31,03	
Dwoje dzieci	6	51	57	4	40	44
% z kolumny	46,15	58,62		30,77	45,98	
Troje dzieci	2	9	11	4	9	13
% z kolumny	15,38	10,34		30,77	10,34	
Czworo dzieci	0	0	0	0	1	1
% z kolumny	0,00	0,00		0,00	1,15	
Razem	13	87	100	13	87	100

Słuchacze UTW: M – mężczyźni, K – kobiety; grupa porównawcza, osoby niezrzeszone w UTW: Mp – mężczyźni, Kp – kobiety

Struktura rodziny zmienia się w kolejnym pokoleniu. Na podstawie zebranych wyników można stwierdzić (Tabela 3), że najczęściej respondentów deklaruje brak wnuków – 35 osób wśród słuchaczy UTW (35%) i 38 osób spoza UTW (38%). Wskazuje to na fakt, że wiele dzieci badanych osób nie decyduje się na zakładanie rodziny i rodzenie potomstwa. Z danych GUS wynika, że w 2013 r. odnotowano ujemny przyrost naturalny ludności na skutek mniejszej liczby urodzeń, przy jednoczesnym wzroście liczby zgonów w roku poprzednim²⁴.

Analiza wyników wskazuje na zauważalną zmianę w strukturze obecnej rodziny w wieku produkcyjnym – z modelu „2 + 2” na model „2 + 1”, a nawet „2 + 0”.

Tabela 3. Aktualna struktura rodziny respondentów – wnuki

Struktura rodziny	M	K	Razem	Mp	Kp	Razem
Brak wnuków	4	31	35	4	33	37
% z kolumny	30,77	35,63		30,77	37,93	
Jeden wnuk	3	13	16	3	14	17
% z kolumny	23,08	14,94		23,08	16,09	
Dwoje wnuków	3	13	16	2	14	16
% z kolumny	23,08	14,94		15,38	16,09	
Troje wnuków	1	11	12	2	11	13
% z kolumny	7,69	12,64		15,38	12,64	
Czworo wnuków	2	19	21	2	15	17
% z kolumny	15,38	21,84		15,38	17,24	
Razem	13	87	100	13	87	100

Słuchacze UTW: M – mężczyźni, K – kobiety; grupa porównawcza, osoby niezrzeszone w UTW: Mp – mężczyźni, Kp – kobiety

Dane dotyczące osób, z którymi mieszkają badani seniorzy, zamieszczono w Tabeli 4. Najwięcej spośród respondentów mieszka z rodziną – 65 słucha-

²⁴ Podstawowe informacje o rozwoju demograficznym Polski do 2013 roku. Notatka informacyjna GUS z dn. 30.01.2014 roku, http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/L_podst_inf_o_rozwoju_dem_pl_do_2013.pdf (dostęp: 30.01.2015).

czy uniwersytetu trzeciego wieku (65%) oraz 73 osoby z grupy porównawczej (73%). Samotnie zamieszkują 34 osoby z grupy podstawowej (34%) i 27 z grupy porównawczej (27%). Tylko jeden słuchacz (1%) wynajmuje pokój lokatorom. Zamieszkanie z rodziną może wskazywać na to, iż badane osoby nie są samotne. Tym samym zwiększa się prawdopodobieństwo, iż rodzina jest ich podstawowym źródłem wsparcia. Pomimo tendencji do dwupokoleniowej rodziny, braku instytucjonalnego zainteresowania nią, staje się ona głównym źródłem pomocy – psychicznej, fizycznej i społecznej. Wspólne zamieszkanie jest najlepszym rozwiązaniem, zaspokajającym wszystkie potrzeby w najbardziej optymalny sposób²⁵. Często wspólne zamieszkanie z rodziną wiąże się z trudną sytuacją mieszkaniową i materialną; tym samym kobieta zostaje sprowadzona do codziennej roli babci lub matki, co narzuca jej wywiązywanie się z obowiązków na rzecz młodszych pokoleń oraz aktywność na rzecz użyteczności dla rodziny²⁶.

Tabela 4. Osoby, z którymi mieszkają badani

Osoby	M	K	Razem	Mp	Kp	Razem
Rodzina	11	54	65	12	61	73
% z kolumny	84,62	62,07		92,31	70,11	
Sam(a)	2	32	34	1	26	27
% z tabeli	2,00	32,00	34,00	1,00	26,00	27,00
Lokatorzy	0	1	1	0	0	0
% z kolumny	0,00	1,15		0,00	0,00	
Razem	13	87	100	13	87	100

Słuchacze UTW: M – mężczyźni, K – kobiety; grupa porównawcza, osoby niezrzeszone w UTW: Mp – mężczyźni, Kp – kobiety

Jakość kontaktów respondentów z rodziną (Tabela 5) jest zadowalająca – aż po 65 osób (po 65%) w obu grupach deklaruje, że ma z nią bardzo dobry kontakt, analogicznie po 31 osób (31%) wskazuje na kontakt raczej dobry. Jedynie jedna osoba (1%) z grupy porównawczej nie ma rodziny i jest samot-

²⁵ Por. U. PARNICKA, *Starość w rodzinie*, s. 141-142.

²⁶ Por. B. TOBIASZ-ADAMCZYK, *Wybrane elementy jakości życia kobiet starszych wiekiem*, s. 78-80.

na. Można stąd wnioskować, że respondenci mogą liczyć w trudnych sytuacjach na członków rodziny, że powinni w nich mieć swoje oparcie i możliwość dzielenia się trudnościami życia codziennego.

Tabela 5. Jakość kontaktów respondentów z rodziną

Kontakt	M	K	Razem	Mp	Kp	Razem
Bardzo dobry	8	57	65	9	56	65
% z kolumny	61,54	65,52		69,23	64,37	
Raczej dobry	5	26	31	4	27	31
% z kolumny	38,46	29,89		30,77	31,03	
Ani dobry, ani zły	0	4	4	0	3	3
% z kolumny	0,00	4,60		0,00	3,45	
Nie ma rodziny	0	0	0	0	1	1
% z kolumny	0,00	0,00		0,00	1,15	
Razem	13	87	100	13	87	100

Słuchacze UTW: M – mężczyźni, K – kobiety; grupa porównawcza, osoby niezrzeszone w UTW: Mp – mężczyźni, Kp – kobiety

W Tabeli 6 prezentowane są zachowania respondentów w sytuacjach problemowych. Zdecydowana większość badanych, mimo bardzo dobrego kontaktu z rodziną, stara się radzić sobie samodzielnie – 81 osób z grupy podstawowej i 71 osób z grupy porównawczej (81 i 71%). W trudnej i problemowej sytuacji jedynie 18 osób z grupy podstawowej (18%) i 29 osób z grupy porównawczej (29%) zgłasza prośbę o pomoc innym osobom z otoczenia. Ciekawe różnice rysują się między kobietami z badanych grup. Blisko 81% kobiet z UTW radzi sobie samodzielnie w trudnych sytuacjach, podczas gdy prawie co trzecia kobieta niezrzeszona w UTW zgłasza się z prośbą o pomoc do innych osób. Może to wskazywać na wzmacniającą seniorów funkcję pełnioną przez uniwersytety trzeciego wieku. Seniorki z UTW mają wyższe poczucie własnych kompetencji i umiejętność radzenia sobie w trudnych życiowych sytuacjach.

Tabela 6. Zachowanie respondentów w sytuacjach problemowych, trudnych

Zachowanie	M	K	Razem	Mp	Kp	Razem
Samodzielne radzenie sobie	10	71	81	11	60	71
% z kolumny	76,92	81,61		84,62	68,97	
Prośba o pomoc innych osób	3	15	18	2	27	29
% z kolumny	23,08	17,24		15,38	31,03	
Brak umiejętności radzenia sobie	0	1	1	0	0	0
% z kolumny	0,00	1,15		0,00	0,00	
Razem	13	87	100	13	87	100

Słuchacze UTW: M – mężczyźni, K – kobiety; grupa porównawcza, osoby niezrzeszone w UTW: Mp – mężczyźni, Kp – kobiety

W Tabeli 7 zaprezentowano odpowiedzi badanych dotyczące pomocnej osoby pierwszego kontaktu w sytuacji trudnej dla respondenta. Badani często wskazują kilka osób, do których mogą się zwrócić z prośbą o pomoc, niemniej jednak najwięcej osób wskazuje na rodzinę – 52 osoby z grupy podstawowej (52%) oraz 62 osoby z grupy porównawczej (62%); na rodzinę w towarzystwie innych osób (przyjaciół, sąsiadów, kolegów, pracowników służby zdrowia czy opieki społecznej) wskazuje łącznie 35 osób z grupy podstawowej (35%) i 23 osoby (23%) z grupy porównawczej. Do przyjaciół z prośbą o pomoc zwraca się 12 osób z grupy podstawowej (12%) i 8 z grupy porównawczej (8%). Tylko jedna osoba (1%) z grupy porównawczej nie ma do kogo się zwrócić z prośbą o pomoc. Otrzymane wyniki wskazują na umiejętność radzenia sobie seniorów z trudnościami i skuteczność w budowaniu sieci wsparcia. Wyniki potwierdzają też bardzo dobry kontakt respondentów z rodziną; nie tylko deklarowany, lecz również praktyczny, w chwili faktycznego zagrożenia. Udział innych osób znaczących w trudnych sytuacjach dla badanych z grupy podstawowej wskazuje na funkcję socjalizacyjną uniwersytetów trzeciego wieku, dzięki którym respondenci mają więcej znajomych z zajęć w porównaniu z osobami, które nie uczęszczają na zajęcia w tych uniwersytetach.

Tabela 7. Pierwsza osoba, do której respondenci zwracają się o pomoc

Osoba pierwszego kontaktu w sytuacji problemowej	M	K	Razem	Mp	Kp	Razem
Rodzina	4	48	52	6	56	62
% z kolumny	30,77	55,17		46,15	64,37	
Rodzina w towarzystwie innych osób	7	28	35	6	17	23
% z kolumny	53,85	32,18		46,15	19,54	
Przyjaciele	1	11	12	1	7	8
% z kolumny	7,69	12,64		46,15	8,06	
Pracownik służby zdrowia	1	0	1	0	2	2
% z kolumny	7,69	0,00		0,00	2,30	
Sąsiad	0	0	0	0	2	2
% z kolumny	0,00	0,00		0,00	2,30	
Kolega w towarzystwie innych osób	0	0	0	0	2	2
% z kolumny	0,00	0,00		0,00	2,30	
Nie ma do kogo się zwrócić	0	0	0	0	1	1
% z kolumny	0,00	0,00		0,00	1,15	
Razem	13	87	100	13	87	100

Słuchacze UTW: M – mężczyźni, K – kobiety; grupa porównawcza, osoby niezrzeszone w UTW: Mp – mężczyźni, Kp – kobiety

Mając na uwadze status małżeński badanych stwierdzono, że większość jest osobami zamężnymi i żonatymi, mającymi dwoje dzieci (klasyczny model rodziny „2 + 2”). Najlicniejsza grupa badanych słuchaczy, deklarując brak wnucząt, potwierdza zmieniający się dziś układ rodziny, dbającej w pierwszej kolejności o samorealizację w zakresie wykształcenia oraz wypracowania pozycji na rynku pracy, a dopiero później podejmującej decyzję o potomstwie. Tym samym seniorzy, nieobciążeni spoczywającymi na nich obowiązkami opieki nad wnukami, mają do dyspozycji więcej czasu na gospodarowanie go według własnego uznania i potrzeb. Zdecydowana większość badanych seniorów zamieszkuje wspólnie z rodziną, co może być spowodowane trudną sytuacją materialną w dzisiejszym okresie kryzysu. Zarówno emeryci

nie uzyskują wysokich świadczeń, jak i ich dzieci; z powodu niepewnego dziś rynku pracy, ze zmieniającym się charakterem zatrudnienia z pozornie bezpiecznej pracy etatowej na świadczenie usług w ramach umów zleconych czy o dzieło, nie spełniają warunków pozyskania kredytów lub mają obawy związane z podjęciem ryzyka finansowego usamodzielnienia się. Wspólne zamieszkiwanie osoby starszej z rodziną, zwłaszcza gdy ich relacje są dobre – a większość deklaruje zadowolające kontakty z rodziną – daje jej poczucie bezpieczeństwa i braku osamotnienia, a tym samym zwiększa jej poczucie otrzymywanego wsparcia społecznego.

Jedno z pytań otwartych dotyczyło oczekiwania seniorów wobec przyszłości. Zebrane odpowiedzi pogrupowano według kategorii. Wśród kategorii oczekiwań wskazanych przez respondentów znalazły się w kolejności częstotliwości wskazań: godne starzenie się w sprawności (69% słuchaczy i 49% UTW spoza UTW), dobro rodziny (22% słuchaczy UTW i 22% spoza UTW); rozrywka i podróże (13% słuchaczy UTW i 15% spoza UTW); „nie żyć w samotności” (13% słuchaczy UTW i 7% spoza UTW); niezależność finansowa (5% słuchaczy UTW i 15% w grupie porównawczej); dobro społeczne rozumiane przez badanych jako pokój, stabilizacja życia społecznego, poprawa służby zdrowia, postęp medyczny) (4% słuchaczy UTW i 9% grupy porównawczej), szczęście (4% słuchaczy UTW i 8% spoza UTW); aktywność społeczna (7% słuchaczy UTW i 1% spoza UTW); rozwój intelektualny (5% słuchaczy UTW i 2% spoza UTW); inne, związane z miejscem zamieszkania, to jest: wyremontować dom, zamienić mieszkanie na mniejsze (3% słuchaczy UTW) oraz zbawienie wieczne (1% osób spoza UTW). Brak jakichkolwiek oczekiwań wobec przyszłości deklaruje 12% słuchaczy UTW oraz 14% spoza UTW. Nie odnotowano znaczących różnic między badanymi grupami w zakresie oczekiwań. Rysuje się troska o rodzinę oraz poczucie własnego szczęścia w przypadku pomyślności najbliższych osób.

Autorka zagłębiła się w źródła społecznego wsparcia jako systemu wzajemnych świadczeń opartych na osobistych i emocjonalnych więziach osób zrzeszonych, jak i niezrzeszonych w UTW. Do badania zastosowano Kwestionariusz Wsparcia Społecznego (NSSQ) J. S. Norbeck; skorzystano z procedury podanej przez autorkę narzędzia, zestawiając osoby znaczące i określając ich rolę we wspieraniu osób badanych. Ustalono sieć społeczną na podstawie analizy relacji społecznych wyznaczonych przez kryteria więzi społecznych, więzi pokrewieństwa, przyjaźni, związków religijnych lub kryteria kontaktów z osobami z kręgu „profesjonalistów”. Sieć tę tworzą osoby ważne lub zapewniające byt osób badanych. Skupiono się również na

analizie charakteru związków łączących respondentów z poszczególnymi osobami²⁷.

Szczegółowe dane z tej analizy w odniesieniu do grupy podstawowej (słuchaczy UTW – „A”) oraz grupy porównawczej (osób niezrzeszonych w UTW – „B”) przedstawiono w Tabeli 8.

Tabela 8. Sieć wsparcia społecznego

Osoby znaczące	Grupa „A”		Grupa „B”	
	N	%	N	%
Małżonek/Partner	57	7,76	47	7,99
Rodzina	456	62,12	373	63,43
Przyjaciele	86	11,72	49	8,33
Koledzy	93	12,67	58	9,86
Sąsiedzi	26	3,54	36	6,12
Doradcy	2	0,27	1	0,17
Lekarz	7	0,95	2	0,34
Ksiądz	3	0,41	3	0,51
Inne osoby	4	0,54	19	3,23
RAZEM	734	100,0	588	100,0

Grupa „A” – słuchacze UTW; grupa „B” – osoby niezrzeszone w UTW

Do osób znaczących w opinii badanych z obu grup należą: małżonek lub partner życiowy, rodzina, przyjaciele, koledzy (silniejszy udział wśród słuchaczy) i sąsiedzi (częściej wskazywani przez osoby nienależące do UTW). Doradcy, lekarze, księża oraz osoby ujęte w kategorię „inni” mają najmniejszy udział w sieci wsparcia, nie przekraczający wartości 1%. Kategoria „opiekun” nie została przez badanych włączona do grup źródłowych udzielających wsparcia. Wszyscy zapytani wymieniali od jednej do piętnastu znaczących osób w ich życiu, przy czym badani z UTW wskazali 734 osoby (ze średnią 7,34 powiązań), a osoby spoza UTW – 588 osób (z mniejszą średnią powiązań – 5,88). Wyższa średnia powiązań w sieci wsparcia społecznego wśród seniorów – słuchaczy UTW świadczy o posiadaniu przez nich większej liczby bliskich i zaufanych znajomych, kolegów, przyjaciół, wywodzących się najprawdopodobniej ze środowiska UTW. Mają oni wokół

²⁷ Zob. J. KIRENKO, *Wsparcie społeczne osób z niepełnosprawnością*, Ryki: WSUPiZ w Rykach 2002; J. KIRENKO, S. BYRA, *Zasoby osobiste w chorobach psychosomatycznych*, Lublin: Wydawnictwo UMCS 2008.

siebie więcej osób w kręgu zaufania i oddania niż osoby poświęcające się jedynie aktywności domowej i rodzinnej. Badani zarówno z jednej, jak i z drugiej grupy najbardziej liczą na wsparcie ze strony rodziny. Wsparcia tego doświadczają w sposób naturalny, w obszarze pierwszego lub drugiego kręgu społecznego zabezpieczenia. Na ogólną liczbę 734 osób wyszczególnionych w sieci powiązań w grupie słuchaczy UTW 456 osób, czyli 62,12%, to członkowie rodziny: dzieci, wnuki, rodzeństwo, kuzyni i inni. W grupie porównawczej odsetek ten jest porównywalny (63,43%). Ze składu rodziny świadomie wyodrębniono małżonków lub partnerów życiowych badanych ze względu na silne więzi, jakie między nimi zachodzą. Jest to znacząca grupa źródłowa, która stanowi 7,76% w grupie podstawowej i 7,99% w grupie porównawczej. Tworząc z obu grup jedną, uzyskamy bardzo silne pola relacji społecznych (tzw. grupę rodzinną) – 69,88% w grupie podstawowej i 71,42% w grupie porównawczej.

ZAKOŃCZENIE

Zaprezentowane wyniki badań słuchaczy uniwersytetu trzeciego wieku oraz osób nienależących do UTW zasadniczo się nie różnią, dlatego nie dokonano obliczeń istotności różnic i zależności w zakresie poruszonego problemu. Dobierając grupy do badania, autorka hipotetycznie przyjęła, iż dla procesu starzenia się i starości rodzina ma większe znaczenie w grupie porównawczej, a wśród słuchaczy UTW dominować będzie krąg znajomych i nieco gorsze relacje z rodziną. W obu grupach badani mają zbliżoną strukturę rodziny i dobre relacje z jej członkami (to nie brak rodziny czy kontaktu z nią determinuje uczestnictwo w zajęciach). Grupy dobierane były celowo według dodatkowych kryteriów: wieku, płci, poziomu wykształcenia i odczuwanego stanu zdrowia. Być może większe różnice byłyby zauważalne, gdyby wyniki analizowano pod względem wykształcenia respondentów, form spędzania czasu wolnego, częstotliwości i jakości kontaktów z rodziną, zróżnicowanego stanu zdrowia czy dotychczasowej aktywności. Autorka poleca ten kierunek dalszej uwagi.

Małe różnice można dostrzec w zakresie samodzielnego radzenia sobie w trudnych sytuacjach przez kobiety. Słuchaczki uniwersytetu trzeciego wieku wykorzystują własne kompetencje w rozwiązywaniu problemów, a kobiety niezrzeszone w UTW korzystają częściej z pomocy innych osób. Na pomoc rodziny mogą liczyć respondenci z obu badanych grup – przy większym

udziale znajomych obok rodziny w grupie słuchaczy. Słuchacze UTW mają też wyższą średnią wskazań osób znaczących w sieci wsparcia społecznego. Świadczy to o większej liczbie osób znaczących w ich życiu, większej komunikatywności, utrzymywaniu bliższych relacji, otwartości na drugiego człowieka. Aktywna postawa sprzyja nawiązywaniu relacji interpersonalnych.

Wśród osób znaczących najwięcej seniorów wskazuje na krąg rodzinny, jednak pojawia się również kategoria księży, co świadczy o religijności, poszukiwaniu wsparcia duchowego. Należy mieć na względzie życie religijne i aktywność religijną seniorów, która wyraża się w zewnętrznych formach (praktyki religijne, obrzędy), ale również wewnętrzną religijność – myślenie o ostatecznych wartościach.

W okresie starzenia się istotne jest godzenie się z przejściem na emeryturę, ważnym elementem jest realizowanie się w rodzinie, pełnienie roli dziadków. Grupa znajomych, spotkania z nimi i rozwijane hobby (co zapewnia UTW) wypełniają osobie starszej wolny czas i rozwijają ją. Również w przypadku choroby istotna jest pomoc fachowych i życzliwych osób. Bez względu na poziom przygotowania się do roli seniora osoba starsza potrzebuje wsparcia w procesie adaptacji do starości. Wsparcia tego może udzielać rodzina, stanowiąca naturalne, najbliższe seniorowi środowisko życia, ale i krąg znajomych. Kontakty rodzinne zapewniają więzi emocjonalne, łączące osoby starsze z członkami z rodziny. Stabilne podłoże emocjonalne na gruncie rodzinnym umożliwia łagodne przejście przez próg wycofywania się z pełnionych ról zawodowych na rzecz rodzinnych. Dobre relacje w rodzinie znacząco wpływają na utrzymanie poczucia własnej wartości, użyteczności, kształtowanie się pozytywnego bilansu życiowego, optymistyczne spojrzenie na świat.

Tak wysoce upatrywane w rodzinie źródło wsparcia przez osoby starsze świadczy o pokładaniu w niej dużych nadziei. Mimo wielu zmian zachodzących współcześnie, takich jak powstawanie rodzin nuklearnych, zaburzenia trwałości związków małżeńskich, samotne macierzyństwo, budowanie rodzin zrekonstruowanych, adopcyjnych, zastępczych, senior wciąż pozostaje nieodłączną częścią rodziny. Stanowi ona przestrzeń do aktywności seniora, pomaga mu w udanym starzeniu się, rozwiązywaniu problemów, udzielaniu wsparcia materialnego, informacyjnego, emocjonalnego i instrumentalnego. W perspektywie transferów międzygeneracyjnych rodzina przekazuje sobie różnego rodzaju dobra, zarówno materialne, jak i w naturze, dając tym samym możliwość zaspokajania podstawowych potrzeb bezpieczeństwa, afiliacji, jak również poczucia samorealizacji i doskonalenia się. Uczy

solidarności międzypokoleniowej²⁸ – emocjonalnej (uczuć wiążących pokolenia), asocjacyjnej (charakteru i częstotliwości interakcji), aksjologicznej (łąjących pokolenia wartości), normatywnej (oczekiwań względem obowiązków niesienia pomocy i udzielania wsparcia), funkcjonalnej (wsparcia finansowego) i strukturalnej (możliwości współpracy i transferu związanego z liczbą członków rodziny, strukturą płciową, dostępnością czasową i rozmieszczeniem terytorialnym). Senior starzejący się w rodzinie realizuje w niej zadanie opiekuńcze i wychowawcze wobec młodszych pokoleń, a w przypadku gdy rodzina dopuszcza do realizacji tych zadań, zaspokaja u człowieka starszego poczucie jego wartości, godności, a także sensu, przydatności i użyteczności, tak bardzo istotnej dla udanego starzenia się.

Relacje w rodzinie niekiedy przynoszą także smutek i rozczarowanie. Następuje coraz częściej chęć usamodzielnienia się dzieci, odseparowanie wnucząt od dziadków, relacje na odległość. Niekiedy coraz bardziej świadomi seniorzy, mający zabezpieczenie finansowe, odseparowują się od wypełniania zadań na rzecz rodziny, stawiając wyżej aktywność własną, nawiązywanie i budowanie kontaktów pozarodzinnych. Zdolność seniorów do sprawowania różnych funkcji zależy m.in. od sprawności psychofizycznej, zaangażowania, form aktywności, sposobu funkcjonowania, miejsca w rodzinie, wymiaru czasu spędzanego z wnukami²⁹. Posiadanie rodziny sprzyja opóźnieniu włączenia w starość środowiskowych form pomocy, a tym samym nie zagraża utrzymaniu podmiotowości i godności seniora. Rodzina stanowi najlepsze źródło niezinstytucjonalizowanych form opieki nad seniorem, co jest i będzie bardzo istotne z perspektywy demograficznego starzenia się społeczeństwa przy jednoczesnym zmniejszaniu się liczby ludności.

²⁸ T. SZLENDAK, *Socjologia rodziny. Ewolucja, historia, zróżnicowanie*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN 2012.

²⁹ Por. S. STEUDEN, *Psychologia starzenia się i starości*, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN 2014.

BIBLIOGRAFIA

Literatura

- BEARON L. B.: Successful Ageing: What does the „good life” look like?, „Concepts in Gerontology” 1996, nr 3, <http://www.ncsu.edu/ffci/publications/1996/v1-n3-1996-summer/successful-aging.php> (dostęp: 30.01.2015).
- CZEKANOWSKI P.: Rodzina w życiu osób starszych i osoby starsze w rodzinie, w: B. SYNAK (red.), Polska starość, Gdańsk: Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego 2002, s. 163-167.
- HALICKA M., HALICKI J.: Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych, w: B. SYNAK (red.), Polska starość, Gdańsk: Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego 2002, s. 210-211.
- Informator Sekcji Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Warszawa: PTG 1998.
- KIRENKO J.: Wsparcie społeczne osób z niepełnosprawnością, Ryki: WSUPiZ w Rykach 2002.
- KIRENKO J., BYRA S.: Zasoby osobiste w chorobach psychosomatycznych, Lublin: Wydawnictwo UMCS 2008.
- KOWALCZYK D.: Opieka nad wnukami jako forma aktywności rodzinnej generacji III wieku. „Edukacja Dorosłych” 2001, nr 3, s. 41-48.
- KOWALEWSKA A., JACZEWSKI A., KOMOSIŃSKA K.: Problemy wieku starczego, w: A. JACZEWSKI (red.), Biologiczne i medyczne podstawy rozwoju i wychowania, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak” 2005a, s. 295-315.
- KOWALEWSKA A., JACZEWSKI A., KOMOSIŃSKA K.: Problemy wieku starczego, w: A. FABIŚ (red.), Seniorzy w rodzinie, instytucji i społeczeństwie. Wybrane zagadnienia współczesnej gerontologii. Sosnowiec: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Zarządzania i Marketingu 2005b, s. 19-20.
- MALEC M.: Poradnictwo gerontologiczne, „Edukacja Dorosłych” 2002, nr 4, s. 46-48.
- PARNICKA U.: Starość w rodzinie, „Auxilium Sociale” 2002, nr 3-4, s. 141-145.
- PĘDICH W.: Ludzie starzy jako świadczeniobiorcy pomocy społecznej, w: W. PĘDICH (red.), Ludzie starzy, Warszawa: Centrum Rozwoju Służb Społecznych 1996, s. 25.
- STEUDEN S.: Psychologia starzenia się i starości, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN 2014.
- STEUDEN S.: Rozważania o godności człowieka w okresie starzenia się, w: S. STEUDEN, M. MARCZUK (red.), Starzenie się a satysfakcja z życia, Lublin: Wydawnictwo KUL 2006, s. 17-27.
- STEUDEN S., MARCZUK M. (red.): Starzenie się a satysfakcja z życia, Lublin: Wydawnictwo KUL 2006, s. 17-27.
- SZATUR-JAWORSKA B.: Ludzie starzy i starość w polityce społecznej, Warszawa: ASPRA-JR 2000.
- SZLENDAK T.: Socjologia rodziny. Ewolucja, historia, zróżnicowanie, Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN 2012.

- TOBIASZ-ADAMCZYK B.: Wybrane elementy jakości życia kobiet starszych wiekiem, „Promocja Zdrowia, Nauki Społeczne i Medycyna” 16(1999), s. 68-83.
- TOKAJ A.: Codziennosc, bezradnosc, pomoc. Trzy kategorie opisu sytuacji zyciowej czlowieka starszego, „Auxilium Sociale” 2005 nr 3-4, s. 80-95.
- WOŹNIAK B.: Problematyka psychospolecznej aktywnosci osob starszych w polskich czasopismach popularnych dotyczacych zdrowia, „Gerontologia Polska” 15(2007), nr 1-2, s. 7-13.
- ZYCH A. A.: Czlowiek wobec starosci. Szkice z gerontologii spolecznej, Warszawa: Interart 1995.

Źródła internetowe

- Podstawowe informacje o rozwoju demograficznym Polski do 2013 roku. Notatka informacyjna GUS z dn. 30.01.2014, http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/L_podst_inf_o_rozwoju_dem_pl_do_2013.pdf (dostęp: 30.01.2015).

ZNACZENIE RODZINY W STARZENIU SIĘ I STAROŚCI CZŁOWIEKA

S t r e s z c z e n i e

Prezentowany przegląd badań, jak i badania realizowane przez autorkę ukazują znaczenie rodziny w perspektywie doświadczania starości. Tak wysoce podkreślane przez osoby starsze upatrywanie w rodzinie źródła wsparcia świadczy o pokładaniu w niej dużych nadziei w fazie starzenia się i starości. Pomimo powstawania rodzin nuklearnych, zaburzeń trwałości związków małżeńskich, samotnego macierzyństwa, budowania rodzin zrekonstruowanych, adopcyjnych czy zastępczych, senior wciąż pozostaje nieodłączną częścią rodziny, która stanowiąc przestrzeń do jego aktywności, pomaga mu w udanym starzeniu się, rozwiązywaniu problemów, udzielaniu wsparcia społecznego. Jest to ważna wiedza w perspektywie demograficznego starzenia się społeczeństwa przy jednoczesnym zmniejszaniu się liczby ludności.

Słowa kluczowe: starzenie się, starość, wsparcie społeczne, źródła wsparcia społecznego, rodzina.