

Wolontariat osób starszych jako element wychowania w perspektywie starości – wybrane aspekty

Voluntary work of the elderly as an element of education in the perspective of old age - selected aspects

Keywords: senior citizen, social activity, voluntary work, education for old age, education in old age

Abstract: The following article focuses on the role of social activity with particular emphasis on the voluntary work of the elderly as an important aspect of education in old age. Volunteering allows an elderly person to properly adapt to the old age and to understand the changes taking place. It also contributes to improving the quality of life in its declining phase. The purpose of the article is to describe the importance of voluntary activities in old age.

Słowa kluczowe: senior, aktywność społeczna, wolontariat, wychowanie do starości, wychowanie w starości

Streszczenie: W prezentowanym artykule skoncentrowano się na ukazaniu roli aktywności społecznej, ze szczególnym uwzględnieniem wolontariatu senioralnego w aspekcie wychowania w perspektywie starości. Wolontariat pozwala osobie starszej na prawidłową adaptację do starości, zrozumienie zachodzących zmian, a także przyczynia się do podnoszenia jakości życia w schyłkowej fazie życia. Celem artykułu jest opis i ukazanie znaczenia działań wolontarytycznych w starości.

Wstęp

Problematyka życia osób starszych we współczesności obejmuje liczne obszary badań. Bez wątplenia wydłużenie ludzkiego życia i znaczny wzrost liczby seniorów w strukturze społecznej przyczyniły się do wzmożonego zainteresowania tą grupą wiekową. Nie bez znaczenia jest fakt, iż obecnie starość staje się jednym z najdłuższych trwających etapów rozwojowych człowieka. Polifromiczność starości¹ stanowi podstawę nie tylko zmian zachodzących w obszarze polityki społecznej, ale także w kontekście projektowania długofalowych systemowych rozwiązań, skoncentrowanych na wychowaniu i przygotowaniu młodszych pokoleń do własnej starości. Realne wydłużenie ludzkiego życia stało się faktem. Obecnie specjaliści, badacze

¹ N. Pikula (2014), *Polifromiczność starości jako czynnik sprzyjający wykluczeniu*, [w:] *Inkluzja społeczna jako remedium pedagogiczne w dobie kryzysu*, red. L. Pytka, T. Zacharuk, E. Jówko, Siedlce: Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego, s. 309–316.

z różnych dziedzin życia społecznego koncentrują swe działania na tym, aby długie życie przekładało się także na jego jakość.

Jakość życia seniorów warunkowana jest licznymi czynnikami², które w sposób bezpośredni lub pośredni przyczyniają się do odczuwania dobrostanu i satysfakcji życiowej. W całej palecie determinant jakości życia osób starszych szczególne miejsce zajmuje aktywność i jej różne formy i rodzaje. Aktywność w wieku senioralnym spełnia liczne funkcje i zadania. Dzięki zaangażowaniu w różne obszary życia człowiek starszy konstruktywnie przystosowuje się do zachodzących zmian, co pozwala mu na odczuwanie dobrostanu. W aspekcie występujących zmian i prognoz demograficznych coraz częściej podejmowana jest także problematyka szczególnych form aktywności i przygotowania społeczeństw do starości.

Celem prezentowanego artykułu już ukazanie wartości wolontariatu jako jednej z istotnych, lecz mało popularnych form zaangażowania społecznego seniorów w aspekcie wychowania w starości.

Aktywność w wieku senioralnym

Aktywność, niezależnie w jakim wieku podejmowana, spełnia szereg istotnych funkcji. Pozwala na realizację zadań rozwojowych oraz zdobycie nowych umiejętności i kompetencji społecznych. Problematyka aktywności i aktywizacji najstarszych grup wiekowych szeroko podejmowana jest zarówno w literaturze polskiej³, jak i zagranicznej⁴, stając się obszarem wielu badań.

Aktywność jest czynnikiem rozwoju seniorów, który umożliwia przeżywanie starości w sposób pomyślny, ukierunkowany na odczuwanie wysokiej jakości życia. Józef Rembowski podkreśla, iż aktywność „jest potrzebą psychiczną i społeczną w każdym wieku, nie wyłączając późnych lat życia człowieka. Tak więc ludzie starsi są zadowoleni z siebie, jeśli w ich zachowaniu ujawnia się działanie zastępcze po utracie roli pierwotnej”⁵. Według Katarzyny Białożyt „Duże znaczenie w realizacji zadań rozwojowych przypisuje się aktywności człowieka. Ta, podejmowana na różnych

² Szerzej: K. Baumann (2006), *Jakość życia w okresie późnej dorosłości – dyskurs teoretyczny*, „Gerontologia Polska” 14, nr 4, s. 165–171.

³ Szerzej: *Seniorzy w pryzmacie koncepcji „Społeczeństwo dla wszystkich grup wieku”*, red. A. Leszczyńska-Rejchert, L. Domańska, E. Subocz, Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn 2015; T. Zacharuk, S. Sobczak, E. Jówko, B. Bocian-Waszkiewicz, *Aktywność osób starszych. Studium pedagogiczne*, Uniwersytet Humanistyczny w Siedlach, Siedlce 2021; N.G. Piłkuła, *Aktywność społeczno-educacyjna jako czynnik zmiany i rozwoju osób starszych*, „Praca socjalna”, 2021, Vol. 36, nr 3, s. 127–141; I. Mandrzejewska-Smól, *Znaczenie aktywności społeczno-kulturowej w funkcjonowaniu społecznym osób starszych*, [w:] *Społeczny wymiar życia i aktywności osób starszych*, red. A. Baranowska, E. Kościńska, K.M. Wasilewska-Ostrowska, Toruń 2013, s. 155–166.

⁴ *Active Ageing: Voluntary Work by Older People in Europe*, ed. A. Principi, P.H. Jensen, G. Lamura, Bristol 2014; A. Bowling, *Enhancing Later Life: How Older People Perceive Active Ageing?*, „Aging & Mental Health” 12, 2008, no. 3, s. 293–301.

⁵ J. Rembowski, (1984), *Psychologiczne problemy starzenia się człowieka*, PWN, Warszawa–Poznań, s. 33–34.

płaszczyznach, pozwala na podtrzymywanie relacji społecznych, odnajdywanie sensu życia i śmierci (szczególnie w okresie starości), realizację celu życia oraz rozwoju, który często bywa nieuświadomiony przez jednostkę⁶. Natomiast zdaniem Elżbiety Trafiałek „aktywność powinna towarzyszyć całemu życiu, ale dla najstarszych jest szczególnie ważna zarówno z medycznego, jak i społecznego punktu widzenia”⁷.

Poprzez zaangażowanie w aktywność osoby starsze mają możliwość pomyślnie adaptować się do zachodzących zmian, przewycięzania kryzysów starości oraz radzenia sobie z sytuacjami stresogennymi. Literatura przedmiotu wskazuje, iż osoby starsze mogą podejmować aktywność taką, jak: aktywność domowo-rodzinną; aktywność społeczną, aktywność edukacyjną, aktywność religijną, aktywność zawodową, aktywność kulturalną oraz aktywność rekreacyjną⁸. Poszczególne rodzaje aktywności wzajemnie się przenikają i uzupełniają, pomagając osobom starszym odczuwać dobrostan życiowy.

W aspekcie omawianej problematyki należy zwrócić uwagę na funkcję aktywności w wieku senioralnym. Według Małgorzaty Dziegielewskiej aktywność wśród osób starszych spełnia takie funkcje, jak:

- funkcję adaptacyjną, bezpośrednio związaną z przystosowaniem do zachodzących zmian w okresie starości. Poprzez tę funkcję możliwym staje się akceptacja i adaptacja starości jako finalnego okresu życia;
- funkcję integracyjną, odnoszącą się do utrzymania kontaktów społecznych i relacji z otoczeniem;
- funkcję kompensacyjną, która przyczynia się do wyrównywania braków ujawniających się np. w momencie zakończenia pracy zawodowej;
- funkcję kształtującą, poprzez którą możliwym staje rozwijanie i doskonalenie nowych umiejętności i kompetencji społecznych;
- funkcję rekreacyjno-rozrywkową, pozwalającą konstruktywnie zagospodarować wolny czas w satysfakcjonujący sposób;
- funkcję psychogeniczną związaną z odczuwaniem satysfakcji oraz jakości życia.

Poprzez podejmowanie różnorodnych form aktywności przedstawiciele najstarszego pokolenia mają możliwość zaspokajania wielu potrzeb takich, jak: potrzeba satysfakcji życiowej, potrzeba bezpieczeństwa, uznania społecznego.

Pomimo iż aktywność w wieku senioralnym sprzyja waloryzacji starości i wiąże się z pozytywnym oddziaływaniem na ludzkie życie, to stosunkowo niewielki odsetek polskich seniorów czynnie podejmuje zaangażowanie w różne formy aktywności. Dane wskazują, iż aktywnością sporadycznie wybieraną przez osoby starsze

⁶ K. Białożył (2020), *Aktywność edukacyjna społeczna kobiet w okresie późnej starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków, s. 63.

⁷ E. Trafiałek (2006), *Starzenie się i starość. Wybór tekstów z gerontologii społecznej*, Wydawnictwo Uczelniane Wszechnica Świętokrzyska, Kielce, s. 189–190.

⁸ G. Orzechowska (1999), *Aktualne problemy gerontologii społecznej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn, s. 28–29.

jest aktywność społeczna. Według Adama Zycha aktywność społeczna to „czynny, świadomy udział jednostki lub grupy w życiu społecznym, zwykle podejmowany w konkretnym celu, np. nawiązania kontaktów z innymi jednostkami lub grupą społeczną. Aktywność społeczna seniorów sprzyja waloryzacji starości, która powinna być traktowana jako ważna faza rozwojowa człowieka. Aktywna obecność ludzi w podeszłym wieku w społeczeństwie kreuje również pozytywny wizerunek osób starszych, przeciwstawiając się tym samym stereotypizacji”⁹. Według Halickich ten rodzaj aktywności koncentruje się na „czynnym zaangażowaniu w życie publiczne, działalność społeczną na poziomie społeczności lokalnej, regionalnej lub ogólnokrajowej. Działalność ta może przybierać charakter sformalizowany (np. włączenie się w prace organizacji i stowarzyszeń) bądź działalności spontanicznej¹⁰. Jedną z form aktywności społecznej jest wolontariat senioralny, poprzez który możliwym staje się realizacja licznych zadań rozwojowych związanych ze starością.

Wolontariat seniorów jako forma aktywności społecznej

Wolontariat osób starszych stanowi istotny element aktywności społecznej, która wśród polskich seniorów jest na niskim poziomie. Bez wątplenia wolontariat seniorów wpisuje się w ideę edukacji ustawicznej, a także przygotowania i edukacji w starości. „Dzięki byciu w wolontariacie życie osób starszych staje się pełniejsze, czują się potrzebni, mniej samotni. Uczestnictwu w wolontariacie towarzyszy nabywanie nowych doświadczeń, rozwój umiejętności panowania nad własnym życiem, jego odpowiedzialnego kształtowania, świadomość zmiany swojej pozycji w strukturze społecznej. Takie doznania stanowią dla starszych ludzi znaczący argument, dowód na to, że ciągle pozostają aktywnymi, pełnowartościowymi członkami społeczeństwa, chroniąc się przed ryzykiem marginalizacji”¹¹.

Według Adama A. Zycha, wolontariat należy definiować jako działalność podejmowaną ochotniczo, której celem jest pomaganie, nie będące konsekwencją zobowiązań międzyludzkich¹². Podobnie uważa Małgorzata Dziegielewska definiując wolontariat jako nieprzymuszoną pracę społeczną¹³. Zaangażowanie seniorów w aktywność społeczną związane jest z licznymi korzyściami dla zdrowia fizycznego, psychicznego oraz społecznego. W aspekcie wolontariatu osób starszych Aleksandra Błachnio pisze tak: „Wolontariat stanowi panaceum na główną bolączkę starości, szczególnie w naszym kraju, jaką jest odarcie jej z poczucia odpowiedzialności i sprawstwa”¹⁴.

⁹ A.A. Zych (2010), *Leksykon gerontologii*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków, s. 17.

¹⁰ M. Halicka, J. Halicki (2002), *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, [w:] *Polska starość*, red. B. Synak, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk, s. 190.

¹¹ A. Lubrańska, E. Zawira (2021), *Wolontariat – jako przykład bycia i stawania się w starości*, „Exlibris. Biblioteka Gerontologii Społecznej” 20(1), s. 37.

¹² A.A. Zych, (2007), *Leksykon gerontologii*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków, s. 202.

¹³ M. Dziegielewska, (2006), *Wolontariat ludzi starszych (na przykładzie wolontariuszy w regionie łódzkim)*, [w:] *Starzenie się a satysfakcja z życia*, S. Steuden, M. Marczuk, Wydawnictwo KUL, Lublin, s. 262.

¹⁴ A. Błachnio (2012), *Starość non profit. Wolontariat na Uniwersytetach Trzeciego Wieku w Polsce i na świecie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz, s. 137.

Zdaniem Małgorzaty Dzięgielewskiej „wolontariat osób starszych jest sposobem aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym i lokalnym. Jest działaniem na rzecz ludzi potrzebujących, które daje poczucie użyteczności i satysfakcji z czynienia nawet drobnych czynności”¹⁵. Aktywność wolontaryjna osób w starszym wieku przynosi wiele korzyści, zarówno dla osoby potrzebującej, jak i pomagającej. Poprzez wolontariat seniorzy zaspokajają swoje potrzeby, mają możliwość ciągłego rozwoju, doskonalenia siebie, odkrywania zainteresowań, utrzymywania relacji i kontaktów społecznych.

Zdaniem Katarzyny Białożyt wolontariat senioralny „sprzyja waloryzacji starości, która powinna być traktowana jako istotna faza rozwojowa. Aktywna obecność ludzi w podeszłym wieku w przestrzeni społecznej kreuje również pozytywny wizerunek osób starszych, a tym samym przeciwstawia się stereotypizacji. Według Stanisławy Steuden działalność wolontaryjna osób starszych wiąże się ściśle z dobrostanem psychicznym¹⁶. Wzrasta bowiem satysfakcja życiowa, adaptacja do nowych warunków, podnosi się samoocena człowieka, a ponadto lepiej radzi on sobie ze stresem.

W kontekście omawianej problematyki należy zwrócić uwagę na czynniki, które determinują podejmowanie wolontariatu przez seniorów. Badania Doroty Barwińskiej¹⁷ wskazują, iż najstarsza populacja angażuje się w wolontariat, ponieważ poprzez działania tego typu odczuwa satysfakcję życiową, zaspakaja potrzeby wyższego rzędu, kreuje swoją starość, odnajduje sens życia, czuje się potrzebna. Wolontariat pozwala na akceptowanie własnej starości, służy przełamywaniu społecznych stereotypów dotyczących seniorów, buduje porozumienie między pokoleniami, przełamuje bariery w funkcjonowaniu społecznym oraz integruje środowisko lokalne. Barwińska, porównując doświadczenia polskie i niemieckie w zakresie wolontariatu człowieka starszego, wprowadza podział motywów podejmowania działalności społecznej przez seniorów na cztery podstawowe grupy: motywy altruistyczne, motywy instrumentalne, motywy moralno-obligatoryjne, motywy związane z kształtowaniem człowieka i jego osobowości. W skład grupy motywów altruistycznych wchodzi poczucie solidarności z osobami potrzebującymi, współczucie, dzielenie się nadzieją z jednostkami, które tego potrzebują, a także identyfikacja z pokrzywdzonymi. Katalog motywów instrumentalnych tworzy pozyskiwanie nowych doświadczeń i umiejętności, konstruktywne wykorzystanie czasu wolnego, utrzymanie kontaktów interpersonalnych, odnalezienie osobistego zadowolenia. Grupę motywów moralno-obligatoryjnych tworzą przekonania moralne i religijne, humanitarny wkład w życie społeczne, a także zobowiązania polityczne, koncepcje wartości, odprawianie pokuty. Ostatnią grupę motywów tworzą motywy związane

¹⁵ M. Dzięgielewska, *Wolontariat ludzi starszych (na przykładzie wolontariuszy...*, op. cit., s. 267.

¹⁶ Szerzej: S. Steuden (2011), *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, s. 98–99.

¹⁷ D. Barwińska (2007), *Wolontariat seniorów źródłem aktywnego życia społecznego – na tle doświadczeń niemieckich*, [w:] *Aktywność społeczna, kulturalna i oświatowa seniorów*, red. A. Fabiś, Bielsko-Biała, s. 86–90.

z kształtowaniem, to jest aktywna partycypacja i współdecydowanie, komunikacja i integracja, zmiana w zakresie wyrównywania nierówności społecznych¹⁸.

Rodzaj i zakres podejmowanych działań wolontarystycznych determinowany jest wieloma czynnikami, często o charakterze indywidualnym, subiektywnym. Wolontariat senioralny może być realizowany w sposób formalny oraz nieformalny. Sformalizowane działania w wolontariacie prowadzone są na rzecz lub za pośrednictwem organizacji lub grup społecznych. Nieformalne zaangażowanie odnosi się do pomocy i wsparcia na rzecz osób spoza rodziny i kręgu znajomych, na rzecz środowiska lokalnego bez pośrednictwa organizacji lub grupy społecznej¹⁹.

Według danych w Polsce poziom zaangażowania w wolontariat senioralny jest stosunkowo na niskim poziomie. Jak wynika z danych Głównego Urzędu Statystycznego (GUS) w Polsce w 2011 aktywność społeczna osób starszych wynosiła 38,6% i wiązała się z bezpłatną pracą na rzecz innych lub przynależnością do organizacji pozarządowych, religijnych, politycznych, spółdzielczych. 19,6% seniorów poświęcało swój wolny czas na bezpłatne prace w różnych organizacjach, szczególnie w ramach kościołów, wspólnot i organizacji religijnych. Zdecydowana większość wolontariuszy-seniorów pracowała regularnie, przynajmniej jeden raz na trzy miesiące w jednej organizacji. Pod względem płci częściej bezpłatną pracę wykonywali mężczyźni niż kobiety²⁰.

Jak wynika z danych Eurostatu w roku 2015 wolontariat seniorów w Unii Europejskiej był na porównywalnym poziomie z grupami młodszymi wiekowo. Wraz z wiekiem obserwuje się spadek zaangażowania w działania w wolontariacie. Wśród osób starszych najwięcej wolontariuszy jest w grupie 65–74 lata, angażują się oni zarówno w wolontariat formalny (21,3%), jak i nieformalny (23,9%). Najbardziej aktywnymi obywatelami UE są obywatele Szwecji, Francji i Holandii. Polscy seniorzy w grupie 65–74 lata najczęściej angażowali się w wolontariat o charakterze nieformalnym (45,1%). Działania formalne podejmowało tylko 12,2% seniorów. Znaczny spadek zaangażowania społecznego można zaobserwować w grupie wiekowej 75 lat i więcej, prawidłowość ta widoczna jest we wszystkich państwach Unii. Polscy seniorzy w tejże grupie wiekowej osiągnęli odpowiednio 4,5% w zakresie działań formalnych oraz 20,5% w wolontariacie nieformalnym. Na podstawie danych Eurostatu można wnioskować, iż zaangażowanie w wolontariat wśród osób starszych w Polsce, na tle państw UE, nie jest niskie, jednak w opracowaniu pojawia się stwierdzenie, iż „dane dla Polski, Irlandii i Wielkiej Brytanii są niemiernodajne. Ma to również wpływ na średnią unijną we wszystkich zakresach”²¹.

¹⁸ *Ibidem*, s. 91.

¹⁹ *Aktywność osób starszych. Opracowanie tematyczne*, OT-672, (2018), Biuro Analiz, Dokumentacji i Korespondencji, Kancelaria Senatu Warszawa, s. 12.

²⁰ *Jak się żyje osobom starszym w Polsce* (2012), Główny Urząd Statystyczny Warszawa, s. 4.

²¹ *Aktywność osób starszych*. Kancelaria Senatu..., *op. cit.*, s. 14–15.

Na podstawie dostępnych opracowań można wnioskować, iż wolontariat w wieku senioralnym jest dość powszechny, szczególnie na płaszczyźnie formalnej. Należy zwrócić uwagę, iż ten rodzaj aktywności społecznej zdecydowanie częściej jest realizowany w sferze nieformalnej, dlatego też nie ma realnych danych, które obrazowałyby szczegółowo zakres zaangażowania w tego typu działania.

Wobec powyższego zasadnym staje się zwrócenie uwagi na czynniki, które uniemożliwiają lub też zniechęcają najstarsze kohorty do podejmowania działań o charakterze społecznym. Według Marii Kuchcińskiej, brak seniorów w przestrzeni społecznej wiąże się z czterema podstawowymi grupami barier, są to:

- bariery soma: związane ze stanem zdrowia fizycznego,
- bariery psyche: związane ze stanem zdrowia psychicznego, opierają się na funkcjonowaniu psychicznym,
- bariery polis: związane ze środowiskiem i postawami społecznymi wobec osób starszych,
- bariery tkwiące w nadmiarze/niedoborze aktywności seniora²².

Według Kuchcińskiej cztery grupy barier implikują pięć uzasadnień braku aktywności seniorów:

- nie mogę – brak siły wynikający z niemożności organizmu,
- nie pozwalają mi – brak dostępu do informacji, nikt nie słucha ani nie pyta seniora o zdanie/chęć uczestnictwa społecznego,
- nie umiem – osoba starsza „boi się” wyzwań współczesności,
- nie chcę fatygi – senior nie chce niczego zmieniać w swoim życiu, chociaż jest świadom, iż aktywność społeczna wiąże się z licznymi korzyściami,
- nie chcę – osoba starsza akceptuje swoją sytuację, nie chce jednak niczego zmieniać, nie chce wyjść z domu²³.

Katarzyna Białożył na podstawie badań przeprowadzonych na grupie 300 kobiet wskazuje natomiast, iż sami seniorzy jako czynniki utrudniające zaangażowania się w aktywność społeczną, w tym także wolontariat, wskazują: czynniki osobowościowe, stan zdrowia, przekonanie, że osoby starsze potrzebują pomocy i wsparcia²⁴.

Wolontariat senioralny jest specyficznym rodzajem aktywności społecznej, który cechuje się przede wszystkim dobrowolnością i chęcią niesienia pomocy i wsparcia potrzebującym. „Starsi wolontariusze na własnym przykładzie pokazują, że potrzeba i umiejętność dawania tkwi w każdym z nas, bez względu na wiek. Aby to dostrzec, wystarczy spojrzeć na starość w inny sposób, niż to zazwyczaj robimy, nie z perspektywy słabości i zależności, ale aktywności i rozwoju”²⁵. Dla ludzi

²² M. Kuchcińska (2012), *Bariery uczestnictwa społecznego seniorów*, [w:] *Uczestnictwo społeczne w średniej i późnej dorosłości*, red. D. Seredyńska, Bydgoszcz, s. 17–19.

²³ *Ibidem*.

²⁴ K. Białożył, *Aktywność edukacyjna społeczna...*, *op. cit.*, s. 210.

²⁵ B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dzięgielewska (2006), *Podstawy gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa, s. 93.

w podeszłym wieku aktywność wolontaryjna może być okazją do zdobycia nowych umiejętności, zainteresowań, a nawet stylem życia. Przebywanie wśród innych osób, wspólne działania oraz podejmowane w ramach wolontariatu aktywności pomagają zapomnieć o trudnościach życia codziennego, kłopotach ze zdrowiem, finansami oraz osamotnieniem. Wolontariat sprawia, że seniorzy czują się potrzebni, użyteczni. Natomiast to czyni, że ich życie staje się spełnione oraz satysfakcjonujące.

Wychowanie w perspektywie starości a wolontariat osób starszych

Starzejące się społeczeństwa generują liczne wyzwania zarówno w obszarze działań społecznych, jak i indywidualnych. Wraz z wydłużeniem ludzkiego życia istotnym stało się podejmowanie działań skoncentrowanych na przygotowaniu wszystkich pokoleń do ostatniej fazy życia. W perspektywie postępującego procesu starzenia się społeczeństw większego znaczenia nabiera wychowanie w perspektywie starości, które według Katarzyny Uzar pozwala na „kształtowanie pozytywnych postaw wobec starości jako fazy życia oraz seniorów”²⁶. Wychowanie w perspektywie starości obejmuje trzy podstawowe wymiary:

- wychowanie do starości,
- wychowanie w starości,
- wychowanie przez starość.

Wychowanie do starości obejmuje swoim działaniem młodsze pokolenia i ich przygotowanie do finalnej fazy życia. Według Jolanty Maćkowicz „Wychowanie do starości polega więc na wdrażaniu właściwie już od najmłodszych lat do rozwoju zainteresowań, pasji, czy różnego rodzaju aktywności: społecznej, towarzyskiej, edukacyjnej itd., to również pomoc w nabywaniu określonych umiejętności, które w momencie przejścia na emeryturę pozwolą w sposób satysfakcjonujący cieszyć się aktywnie wolnym czasem”²⁷ (Maćkowicz, s. 91). Wychowanie w starości bezpośrednio opiera się na działaniach, poprzez które seniorzy mają możliwość przeżywania starości w sposób satysfakcjonujący, odczuwając wysoką jakość życia. Wychowanie przez starość podejmowane jest często intencjonalnie przez samych seniorów dzięki zaangażowaniu w różne obszary aktywności.

Wychowanie w perspektywie starości wiąże się bezpośrednio z aktywnością społeczną i edukacyjną, na co wskazują liczne opracowania naukowe. Według Uzar wychowanie to oparte jest na trzech podstawowych filarach takich, jak: skoncentrowanie ku sobie, ku światu oraz ku transcendencji²⁸.

Wychowanie w perspektywie starości wiąże się z licznymi działaniami odnoszącymi się do wszystkich grup wiekowych, co pozwala na tworzenie społeczeństwa spójności wzajemnej akceptacji. W kontekście omawianej problematyki należy zwrócić

²⁶ K. Uzar (2011), *Wychowanie w perspektywie starości. Personalistyczne podstawy geragogiki*, Lublin, s. 150.

²⁷ J. Maćkowicz, *O wychowaniu do starości*, <https://rep.up.krakow.pl/xmlui/bitstream/handle/11716/1644/10-O-wychowaniu-do-starosci-Mackowicz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, {dostęp: 01.09.2022}.

²⁸ K. Uzar, *Wychowanie w perspektywie...*, op. cit.

uwagę na istotną rolę wolontariatu w kreowaniu pozytywnej starości, co przekłada się na wypełnianie zadań związanych z wychowaniem w perspektywie starości.

Jak zostało zauważone we wcześniejszych rozważaniach, wolontariat przyczynia się do podnoszenia jakości życia wolontariuszy, pozwala zrozumieć zachodzące zmiany, a także zaakceptować to, co nieuniknione. Seniorzy angażujący się w bezinteresowną pomoc rozwijają siebie, swoje umiejętności i kompetencje społeczne, czują się społecznie potrzebni i użyteczni. Badania wskazują, iż uczestnictwo w wolontariacie w wieku senioralnym wiąże się z odczuwaniem wyższej satysfakcji życiowej, lepszego zdrowia psychicznego i fizycznego, niższego wskaźnika śmiertelności i depresji²⁹. Taki stan rzeczy pozwala przyjąć, iż działanie wolontaryjne może stanowić istotny element pomyślnego starzenia się, które wpisuje się w założenia wychowania w perspektywie starości.

Anna Bowling, badając zagadnienia odnoszące się do pomyślnego starzenia, wskazała na pięć grup pojęciowych, które bezpośrednio warunkują pomyślne starzenie się i wpływają na odczuwaną jakość życia. Według Bowling na pomyślne starzenie składają się: funkcjonowanie społeczne, zasoby psychiczne, spojrzenie biomedyczne, satysfakcja życiowa, a także rozumienie istoty pomyślnego starzenia się³⁰. W aspekcie omawianej problematyki należy zwrócić uwagę na funkcje wolontariatu osób starszych, które znajdują swoje odzwierciedlenie w założeniach pomyślnego starzenia się. Według Eweliny Zdebskiej wolontariat spełnia następujące funkcje w życiu wolontariusza:

- funkcję edukacyjną,
- funkcję formacyjną,
- funkcję instytucjonalną,
- funkcję wizerunkową,
- funkcję integracyjną³¹.

Wszystkie wymienione funkcje wzajemnie się uzupełniają, stanowią podstawę rozwoju wolontariusza. Wolontariat seniorów może być realizowany na wielu płaszczyznach w licznych instytucjach pomocowych, kultury, edukacyjnych, podróźniczych, historycznych, zajmujących się dziedzictwem narodowym itp., co umożliwi wolontariuszom łączenie swoich zainteresowań z aktywnością społeczną.

Idea wolontariatu senioralnego bezpośrednio wpisuje się w założenie wychowania w perspektywie starości. Szczególnie w wychowanie w starości i do starości. Wielowymiarowe korzyści płynące z podejmowania działań wolontarystycznych w okresie starości pozwalają na wzbogacenie jednostki, ale i całych społeczności,

²⁹ The Health Benefits of Volunteering: A Review of Recent Research, Corporation for National and Community Service, Office of Research and Policy Development, Washington. https://www.nationalservice.gov/pdf/07_0506_hbr.pdf. [dostęp: 29.01.2022].

³⁰ A. Bowling (2007), *Aspiration for Older Age in the 21st Century: What is Successful Ageing?*, „International Journal of Ageing and Human Development” 64, no. 3, s. 263–297.

³¹ E. Zdebska (2016), *Wolontariat w opiece hospicyjnej nad dzieckiem*, Wydawnictwo PETRUS, Kraków, s. 58–59.

które w osobie starszej widzą zaangażowanego obywatela. Realizowanie zadań rozwojowych, akceptacja starości, pozytywne nastawienie do zachodzących przeobrażeń, przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu, niwelowanie negatywnych postaw społecznych to cechy przyczyniające się do kreowania społeczeństw, w których starość jest waloryzowana, a osoby starsze czują się potrzebne i użyteczne. Poprzez aktywność społeczną, szczególnie wolontariat, możliwym staje się kreowanie przestrzeni przyjaznej i otwartej na wszystkie grupy wiekowej.

Podsumowanie

Problematyka aktywności społecznej, w tym wolontariatu osób starszych, stanowi istotne wyzwanie zarówno na szczeblu krajowym, jak i lokalnym. Poprzez mądre wykorzystanie potencjału tkwiącego w seniorach możliwym stanie się budowanie społeczności opartej na waloryzacji starości i seniorów. W aspekcie omawianej problematyki zasadnym stało się wskazanie na liczne pozytywne doświadczenia, które wypływają z wolontariatu senioralnego i znajdują odzwierciedlenie w założeniach wychowania w perspektywie starości. Niewątpliwie nagłym wyzwaniem staje się zwiększenie świadomości seniorów, ale i całych społeczności na temat aktywności społecznej, a szczególnie wolontariatu, który można traktować jako pewnego rodzaju dualizm dawcy i biorcy.

Bibliografia

1. Principi A., Jensen P.H., Lamura G. (ed.) (2014), *Active Ageing: Voluntary Work by Older People in Europe*, Bristol.
2. Barwińska D. (2006), *Wolontariat seniorów źródłem aktywnego życia społecznego – na tle doświadczeń niemieckich*, [w:] *Aktywność społeczna, kulturalna i oświatowa seniorów*, red. A. Fabiś, Bielsko-Biała.
3. Białożył K. (2020), *Aktywność edukacyjna społeczna kobiet w okresie późnej starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków.
4. Błachnio A. (2012), *Starość non profit. Wolontariat na Uniwersytetach Trzeciego Wieku w Polsce i na świecie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz.
5. Bowling A. (2008), *Enhancing Later Life: How Older People Perceive Active Ageing?*, „Aging & Mental Health” 12, no. 3, pp. 293–301.
6. Bowling A. (2007), *Aspiration for Older Age in the 21st Century: What is Successful Ageing?*, „International Journal of Ageing and Human Development” 64 no. 3, pp. 263–297
7. Dzięgielewska M. (2006), *Wolontariat ludzi starszych (na przykładzie wolontariuszy w regionie łódzkim)*, [w:] *Starzenie się a satysfakcja z życia*, S. Steuden, M. Marczuk, Wydawnictwo KUL, Lublin.
8. *Jak się żyje osobom starszym w Polsce* (2012), Główny Urząd Statystyczny, Warszawa.
9. Halicka M., Halicki J. (2002), *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, [w:] *Polska starość*, red. B. Synak, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk.
10. *Aktywność osób starszych. Opracowanie tematyczne, OT-672* (2018), Kancelaria Senatu, Biuro Analiz, Dokumentacji i Korespondencji, Warszawa.
11. Kuchcińska M. (2012), *Bariery uczestnictwa społecznego seniorów*, [w:] *Uczestnictwo społeczne w średniej i późnej dorosłości*, red. D. Seredyńska, Bydgoszcz.
12. Lubrańska A., Zawira E. (2021), *Wolontariat – jako przykład bycia i stawania się w starości*, „Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej” 20(1).

13. Maćkowicz J., *O wychowaniu do starości*, <https://rep.up.krakow.pl/xmlui/bitstream/handle/11716/1644/10--O-wychowaniu-do-starosci--Mackowicz.pdf?sequence=1&isAllowed=y>, [dostęp: 01.09.2022].
14. Mandrzejewska-Smól I. (2013), *Znaczenie aktywności społeczno-kulturowej w funkcjonowaniu społecznym osób starszych*, [w:] *Społeczny wymiar życia i aktywności osób starszych*, red. A. Baranowska, E. Kościńska, K.M. Wasilewska-Ostrowska, Toruń, s. 155–166.
15. Orzechowska G. (1999), *Aktualne problemy gerontologii społecznej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn.
16. Pikuła N.G. (2021), *Aktywność społeczno-edukacyjna jako czynnik zmiany i rozwoju osób starszych*, „Praca socjalna”, Vol. 36, nr 3, s. 127–141.
17. Pikuła N. (2014), *Polifromiczność starości jako czynnik sprzyjający wykluczeniu*, [w:] *Inkluzja społeczna jako remedium pedagogiczne w dobie kryzysu*, red. L. Pytka, T. Zacharuk, E. Jówko, Siedlce: Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego.
18. Rembowski J. (1984), *Psychologiczne problemy starzenia się człowieka*, PWN, Warszawa-Poznań.
19. Leszczyńska-Rejchert A., L. Domańska, E. Subocz (red.), (2015), *Seniorzy w pryzmacie koncepcji „Społeczeństwo dla wszystkich grup wieku”*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warmińsko-Mazurskiego, Olsztyn.
20. Steuden A. (2011), *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
21. Szatur-Jaworska B., Błędowski P., Dzięgielewska M. (2006), *Podstawy gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa.
22. The Health Benefits of Volunteering: A Review of Recent Research, Corporation for National and Community Service, Office of Research and Policy Development, Washington, https://www.nationalservice.gov/pdf/07_0506_hbr.pdf. [dostęp: 29.01.2022].
23. Trafiałek E. (2006), *Starzenie się i starość. Wybór tekstów z gerontologii społecznej*, Wydawnictwo Uczelniane Wszechnica Świętokrzyska, Kielce.
24. Uzar K. (2011), *Wychowanie w perspektywie starości. Personalistyczne podstawy geragogiki*, KUL, Lublin.
25. Zacharuk T., Sobczak S., Jówko E., Bocian-Waszkiewicz B. (2021), *Aktywność osób starszych. Studium pedagogiczne*, Uniwersytet Humanistyczny w Siedlcach, Siedlce.
26. Zdebska E. (2016), *Wolontariat w opiece hospicyjnej nad dzieckiem*, Wydawnictwo PETRUS, Kraków.
27. Zych A. (2010), *Leksykon gerontologii*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.

Tomasz Słabiak

Doktorant Uniwersytetu Opolskiego