

Ryszard Cibor

Wartości życiowe i ich bilans u osób starszych

Chowanna 1, 97-110

2008

Artykuł został opracowany do udostępnienia w internecie przez Muzeum Historii Polski w ramach prac podejmowanych na rzecz zapewnienia otwartego, powszechnego i trwałego dostępu do polskiego dorobku naukowego i kulturalnego. Artykuł jest umieszczony w kolekcji cyfrowej bazhum.muzhp.pl, gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.



RYSZARD CIBOR

Wartości życiowe i ich bilans u osób starszych

Life values and their balance in the elderly

Abstract: The article presents the results of research into the values hierarchy in the elderly. It also attempts to assess the participation of specific values in their psychological balance. It has been agreed that to shape a positive life balance in the elderly such values as 'family' and 'religious practice' have significant importance as they compensate for the negative assessment connected with physical condition, social usefulness and economic status.

Key words: ageing, psychological balance.

Wprowadzenie

W okresie starzenia się i starości postawy wobec własnego życia nabierają szczególnego znaczenia (S t r a ś - R o m a n o w s k a, 2000). Nasila się wówczas tendencja do oglądania się wstecz i dokonywania bilansu życiowego, który zależy od stopnia realizacji celów, dojrzałości emocjonalnej i społecznej jednostki (rozumianej jako ład wewnętrzny) i jej aktualnej sytuacji życiowej (S u s u ł o w s k a, 1989). Perspektywy odrobienia ewentualnych zaległości są coraz mniejsze, o ile w ogóle możliwe. Trzeba zatem zaakceptować to, co się robiło, i co udało się osiągnąć.

Eric Erikson (1968, s. 139) nazywa to zdolnością do integracji *ego*, która przejawia się między innymi w akceptacji swych wyborów oraz związanych z nimi sukcesów i porażek, „jako czegoś, co być musiało”. Tak rozumiana integracja nie jest statyczna, uzyskana raz na zawsze, ale to proces dynamiczny, wspomagany przez punkty odniesienia i wsparcia, takie jak: wiedza naukowa, sztuka, koncepcje filozoficzne, systemy aksjologiczne czy religijne (por. S z c z u k i e w i c z, 1998).

Zadowolenie z życia, jego akceptację można traktować zatem jako cel rozwojowy, znacząco wpływający na sposób przeżywania życia w okresie starzenia się i starości (por. B ł a c h n i o, 2002; K o w a l i k, 2000, 2001).

Poziom zadowolenia z życia stanowi efekt bilansu psychologicznego, swoistej buchalterii psychologicznej, w której wyniku pojawia się poczucie satysfakcji (bilans pozytywny) bądź frustracji (bilans negatywny) (C i b o r, 2000). Ocenie podlegają różne dziedziny, aspekty życia („wymiar”), które dla określonego człowieka mogą być bardziej lub mniej ważne. Wymiary te tworzą u poszczególnych osób układy hierarchiczne; są dziedziny i sprawy ważniejsze, mniej ważne i całkiem nieistotne. Inne psychologiczne znaczenie ma niezadowolenie lub zadowolenie z tych wymiarów życia, które są dla jednostki znaczące, niż z tych, które są mało istotne bądź zupełnie nieważne. Na przykład jeżeli ktoś uznaje własne dzieci za wartość najwyższą w hierarchii swego systemu wartości, to zadowolenie bądź niezadowolenie z nich będzie miało inne konsekwencje dla bilansu psychologicznego niż wówczas kiedy „własne dzieci” zajmują w hierarchii wartości pozycję niską lub nie mają dla danej osoby żadnego znaczenia.

Oceny negatywne generują koszty psychologiczne (przygnębienie, smutek, poczucie winy, złość, rozczarowanie, niezadowolenie itp.), oceny pozytywne generują z kolei zyski psychologiczne (radość, dumę, satys-

fakcję, zadowolenie itp.). Kiedy zyski psychologiczne są większe niż koszty, wówczas bilans psychologiczny staje się dodatni (poczucie spełnienia, satysfakcja), kiedy zaś koszty przewyższają zyski, mamy do czynienia z bilansem ujemnym (poczucie przegrania życia, rozpacz)¹.

Generowanie poszczególnych ocen to proces złożony, uzależniony bardziej od właściwości jednostki i jej aktualnej kondycji niż obiektywnych faktów biograficznych. „Istotne jest to, w jaki sposób jednostka interpretuje własne doświadczenia, co o nich myśli i czuje, mówiąc inaczej, jak doświadcza własne życie” (Stelcer, 1995, s. 107). Istotną rolę w tym doświadczaniu odgrywa system wartości. Sprawia on, że jednostka uwrażliwiona jest na te obszary życia, które mają dla niej szczególne znaczenie.

Cel i metodyka badania

Celem przeprowadzonych badań było ustalenie hierarchii wartości życiowych w starszym wieku oraz odpowiedź na pytanie, czy między preferencjami poszczególnych wartości życiowych a bilansem psychologicznym ludzi w starszym wieku występują istotne statystycznie związki, pozwalające wnioskować o roli poszczególnych wartości w kształtowaniu poczucia jakości życia (pozytywny względnie negatywny bilans psychologiczny).

Zastosowana metoda sondażu diagnostycznego składała się z dwóch części. Pierwsza część polegała na ustaleniu, jaką hierarchię wartości rozmaitych aspektów (wymiarów) życia mają osoby starsze. Opierając się na literaturze (np. Gaś, 1995; Stelcer, 1995; Brzezińska, 2000; Wenzel, 2004) i własnych spostrzeżeniach, wyróżniłem 18 wymiarów (aspektów) życia człowieka, mogących stanowić dla ludzi określoną wartość.

Stosunki rodzinne:

- własna rodzina (12)²;
- partner życiowy (4);
- własne dzieci (13);
- kontakty z krewnymi (2).

¹ Należy jednak pamiętać, że „jeżeli zyski i straty są równe w sensie matematycznym, to psychologicznie (subiektywnie) zyski strat nie równoważą” (Doliński, 1993, s. 155).

² W nawiasach podano miejsce pozycji na stosowanej liście wyboru.

Typowe formy aktywności:

- praca (6);
- kontakty towarzyskie (1);
- wypoczynek i rozrywki (15);
- zaangażowanie religijne (16).

Osobiste osiągnięcia:

- samorealizacja (8);
- wykształcenie (14);
- realizacja planów życiowych (7);
- pozycja społeczna (5);
- zarobki, dochody (17);
- stan majątkowy (11).

Własne możliwości:

- zdrowie (18);
- sprawność fizyczna (9);
- sprawność umysłowa (10);
- odporność psychiczna (3).

Osoba badana miała za zadanie uporządkować wymienione aspekty życia, przypisując im odpowiednie miejsce. Pierwsze tym, które uznała za najważniejsze, a następne coraz mniej ważnym. Jeżeli uznała, że dany aspekt życia jest dla niej zupełnie nieważny, mogła go pominąć (aspekt ten otrzymywał wówczas miejsce równe zeru). W ten sposób uzyskano dla każdej osoby subiektywny obraz hierarchii wartości życiowych oraz wagi (możliwa rozpiętość: od 0 do 18) dla poszczególnych wymiarów³.

Druga część badania polegała na dokonaniu przez badane osoby oceny zadowolenia z poszczególnych aspektów życia na skali 13-stopniowej. Lewy koniec skali (– 6) oznaczał maksymalne niezadowolenie, a prawy (+ 6) maksymalne zadowolenie, „0” wiązało się z brakiem oceny (np. wówczas kiedy badany uznał, że ten aspekt życia go nie dotyczy albo nie ma na ten temat zdania).

Bilans psychologiczny globalny (dla wszystkich 18 wymiarów) i cząstkowy (dla każdej z czterech grup wymiarów) ustalano, sumując poszczególne oceny pomnożone przez wagę, jaką nadał im badany w pierwszej części badania.

Zbadano⁴ 100 osób. Badani pochodzili z miast: Jastrzębie i Rybnik, oraz wsi: Pawłowice i Mszana (woj. śląskie). Strukturę grupy ze względu na płeć i wiek przedstawia tabela 1.

³ Sposób badania został zaczerpnięty z prac E. Ar a n o w s k i e j (1992, 1996).

⁴ Badania przeprowadziła Maria C z y s z p a k (2005) w ramach przygotowywania pracy magisterskiej.

Tabela 1
Liczebności badanych osób
według płci i wieku

Wiek	Mężczyźni	Kobiety	Razem
60–69	21	24	45
70–80	29	26	55
Razem	50	50	100

Hierarchia wartości

Celem określenia prostej hierarchii wartości życiowych obliczone zostały wskaźniki ważności wyborów „w-Aranowskiej” (wyznaczające stopień akceptacji każdej z 18 wartości) oddzielnie dla kobiet i mężczyzn. Wskaźnik ten przyjmuje wartości z przedziału 0–1 i mierzy to, co można nazwać intensywnością akceptacji⁵. Wartość $w = 1$ oznacza najwyższą ważność (akceptację), wartość $w = 0$ – odpowiednio najniższą.

Obliczone wartości „w” zawiera tabela 2. Uporządkowane od najwyższej do najniższej wartości wskaźniki „w” ukazują prostą hierarchię wartości dla grupy kobiet (rysunek 1.) i mężczyzn (rysunek 2.).

Dla całej grupy obliczono także wskaźnik intensywności („I”), który także przyjmuje wartości z przedziału $<0 ; 1>$. W tym wypadku $I = 0,561$ świadczy o dużej rozbieżności między ważnościami „wymiarów życia” wśród badanych osób.

Hierarchia wartości w grupie kobiet i mężczyzn jest podobna. Zdecydowanie na pierwszym miejscu sytuują badani „zdrowie”, co wydaje się oczywiste w związku z pojawiającymi się coraz częściej dolegliwościami. Jednocześnie to „wymiar”, z którego badani są najmniej zadowoleni (por. tabela 3.). Stan zdrowia zatem stanowi ten element życia, który najbardziej może się przyczyniać do kształtowania negatywnego bilansu życiowego.

Na drugim miejscu znajduje się własna rodzina, dzieci, krewni, z wyłączeniem partnera życiowego, umieszczanego na dalszej pozycji, szczególnie przez kobiety. W odniesieniu do wartości rodzinnych współwystępuje

⁵ „Intensywność akceptacji oznacza ocenę wartości na skali ważności. Wartości mogą się różnić i różnią się faktycznie oceną (wagą) przypisywaną im przez podmiot. Niezależnie od tego wszystkie wartości mogą być wyżej albo niżej cenione, i na oznaczenie tego właśnie zjawiska używam określenia: »intensywność akceptacji«” (Oleś, 1989, s. 58).

Tabela 2

Hierarchia wartości życiowych w zależności od płci i wieku
Wartości „w-Aranowskiej”

Oceniane wartości	„Młodszy” (N = 45)	„Starszy” (N = 55)	Kobiety (N = 50)	Mężczyźni (N = 50)
Kontakty towarzyskie	0,437	0,494	0,469	0,456
Kontakty z krewnymi	0,626	0,695	0,721	0,609
Odporność psychiczna	0,660	0,538	0,648	0,539
Partner życiowy	0,604	0,538	0,470	0,644
Pozycja społeczna	0,401	0,382	0,349	0,430
Praca	0,452	0,166	0,256	0,340
Realizacja planów życiowych	0,551	0,462	0,500	0,512
Samorealizacja	0,442	0,552	0,407	0,477
Sprawność fizyczna	0,683	0,701	0,671	0,703
Sprawność umysłowa	0,646	0,660	0,676	0,630
Stan majątkowy	0,468	0,393	0,404	0,453
Własna rodzina	0,774	0,788	0,786	0,784
Własne dzieci	0,754	0,833	0,842	0,756
Wykształcenie	0,491	0,298	0,364	0,404
Wypoczynek i rozrywki	0,420	0,488	0,433	0,468
Zaangażowanie religijne	0,556	0,637	0,650	0,543
Zarobki (dochody)	0,538	0,387	0,444	0,476
Zdrowie	0,931	0,964	0,947	0,953

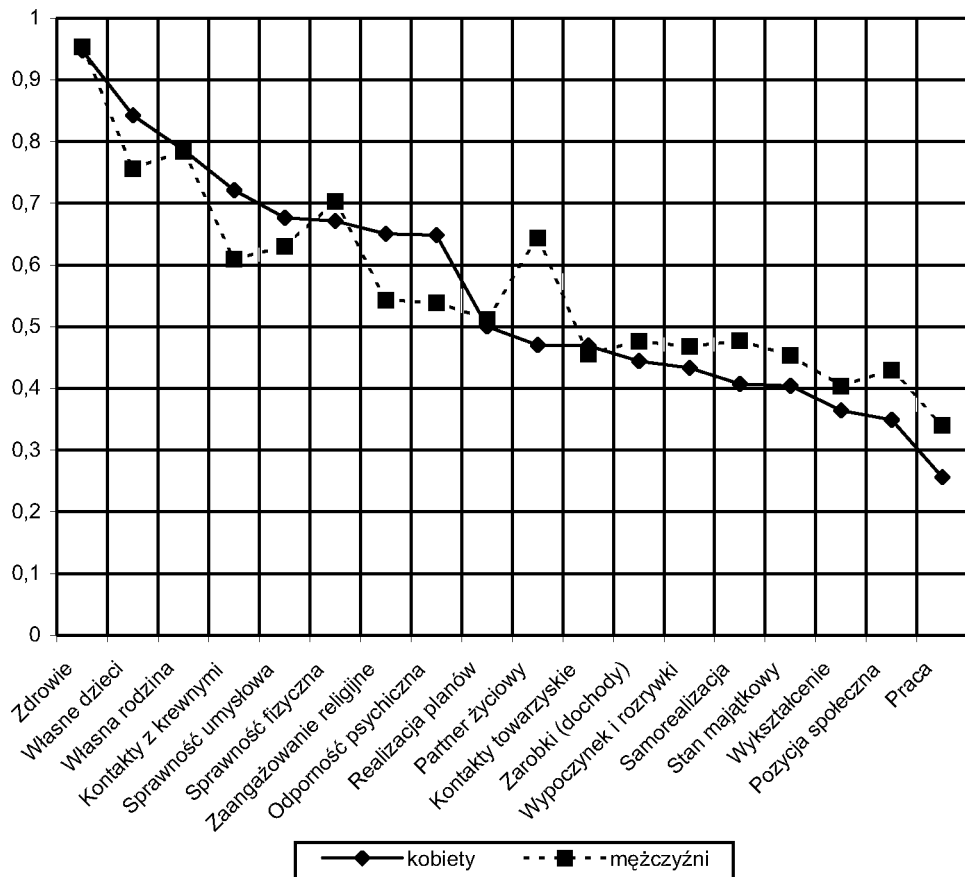
Tabela 3

Zadowolenie z poszczególnych aspektów życia

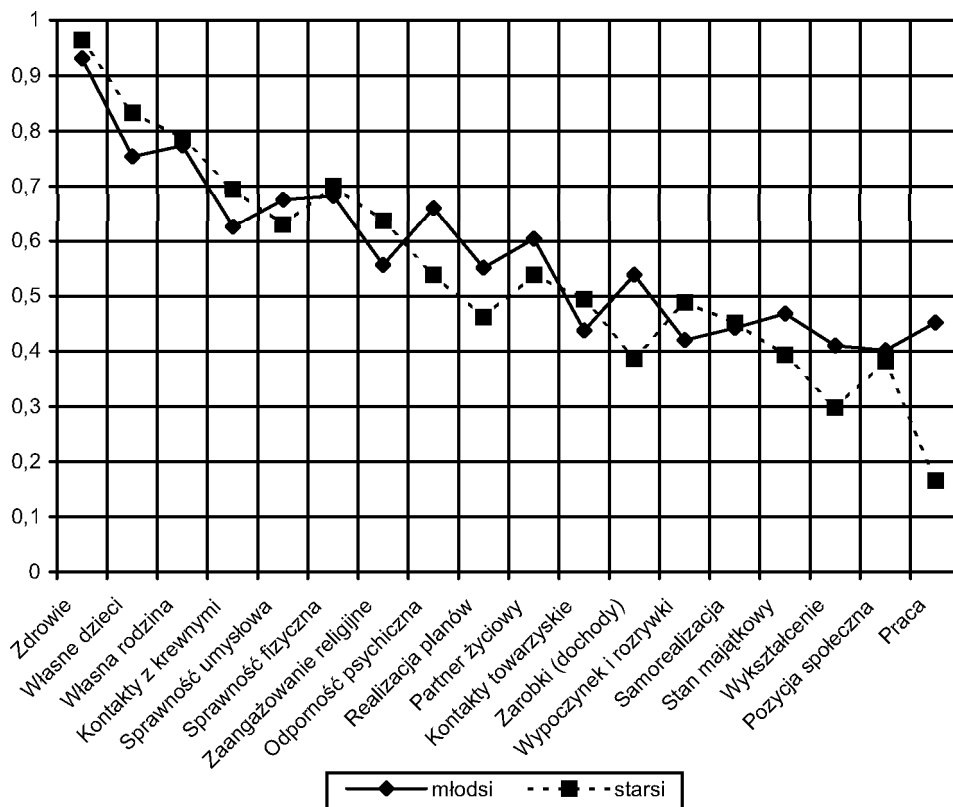
Oceniany aspekt	Średnia wartość wskaźnika zadowolenia
1	2
Własne dzieci	70,76
Własna rodzina	65,10
Zaangażowanie religijne	48,53
Kontakty z krewnymi	43,80
Partner życiowy	43,76
Sprawność umysłowa	37,12
Kontakty towarzyskie	25,45
Wypoczynek i rozrywki	25,33

cd. tab. 3

1	2
Odporność psychiczna	22,23
Realizacja planów życiowych	21,09
Samorealizacja	16,58
Wykształcenie	14,6
Praca	12,68
Pozycja społeczna	11,67
Stan majątkowy	8,28
Sprawność fizyczna	8,14
Zdrowie	7,84
Zarobki (dochody)	4,93



Rys. 1. Porównanie hierarchii wartości życiowych kobiet i mężczyzn



Rys. 2. Porównanie hierarchii wartości życiowych w grupie „młodszych” i „starszych”

z kolei wysoki stopień zadowolenia (tabela 3.), co może wpływać na kształtowanie się pozytywnego bilansu życiowego, stanowić „jasny promyk” mimo złej kondycji zdrowotnej.

Na dalszych pozycjach badani lokują wartości życiowe związane z własnym rozwojem (intelektualnym, społecznym, materialnym), na samym końcu umieszczając „pracę”, aktywność coraz mniej dostępną, coraz mniej potrzebną i oczekiwaną. Także stopień zadowolenia z tych „wymiarów życia” okazuje się relatywnie niższy. Interesujące, że „zaangażowanie religijne” zajmuje pozycję w środkowej części hierarchii wartości, choć ma tendencję wzrostową wraz z wiekiem (różnica między osobami młodszymi i starszymi jest nieistotna statystycznie). Różnice natomiast w wartościach „w” między mężczyznami a kobietami (bez względu na wiek) okazały się znaczące tylko w odniesieniu do dwóch wymiarów: kontakty z krewnymi i partner życiowy (tabela 4.).

Kontakty z krewnymi bardziej cenią kobiety, z kolei mężczyźni, w porównaniu z kobietami, wyżej cenią partnera życiowego. Można przypusz-

Tabela 4

**Istotne statystycznie wartości „t” różnic
w wartościowaniu**

Ocena wartości	Wartość „t”	df	p<
mężczyźni (60–69) N = 21; mężczyźni (70–84) N = 29			
Odporność psychiczna	3,083	48	0,004
Praca	3,443	48	0,0001
Stan majątkowy	3,204	48	0,002
Zarobki (dochody)	2,165	48	0,04
kobiety (60–69) N = 24; kobiety (70–83) N = 26			
Praca	2,250	48	0,03
Wykształcenie	2,566	48	0,02
osoby młodsze (60–69) N = 45; osoby starsze (70–84) N = 55			
Odporność psychiczna	2,029	98	0,05
Praca	4,426	98	0,0001
Wykształcenie	2,745	98	0,05
Zarobki (dochody)	2,152	98	0,04
mężczyźni (60–69) N = 21; kobiety (60–69) N = 24			
Partner życiowy	2,733	43	0,01
Stan majątkowy	2,914	43	0,005
mężczyźni (70–84) N = 21; kobiety (60–69) N = 24			
Odporność psychiczna	-2,812	53	0,007
mężczyźni ogółem N = 50; kobiety ogółem N = 50			
Kontakty z krewnymi	-2,080	98	0,05
Partner życiowy	2,419	98	0,02

czać, że wynika to z oczekiwania ze strony mężczyzn, że partnerka życiowa będzie spełniała funkcję opiekuńczą, szczególnie w związku z coraz częściej pojawiającymi się dolegliwościami i ograniczeniami w zakresie sprawności. Z kolei kobiety niżej oceniają swego partnera i sytuują go na dalszych miejscach w hierarchii wartości, co można interpretować jako wyraz zmniejszania się atrakcyjności mężczyzny jako życiowego partnera (bardziej uciążliwy niż przydatny). Kobiety zdają się poszukiwać wsparcia raczej u krewnych, stąd wyższa ich wartość w hierarchii wartości kobiet niż mężczyzn.

Przeprowadzono także analizę różnic w zależności od wieku badanych. Wyodrębniono dwie grupy wiekowe: 60–69 lat i 70–80.

Wraz z wiekiem maleje wyraźnie dla ludzi wartość „pracy”, co potwierdza tezę, że nie ma ona już znaczenia w egzystencji człowieka w podeszłym wieku, a w każdym razie znaczenie to dramatycznie się zmniejsza. W związku z tym obniżenie wartości pracy obserwuje się w stosunku do „zarobków” – wymiaru, który z „pracą” się wiąże. Ponadto powyżej 70. roku życia szanse na zarabianie są niewielkie. Podobnie można zinterpretować obniżanie się z wiekiem wartości „wykształcenia”, z którym praca i zarobki są skorelowane.

Trudniej wyjaśnić, dlaczego istotnie niżej osoby poniżej 70. roku życia wartościują „odporność psychiczną”. Można przypuszczać, że właściwość ta pomaga w sytuacjach intensywnych relacji interpersonalnych, a te z wiekiem człowieka ulegają (przynajmniej w naszych realiach społecznych) istotnym ograniczeniom.

Różnice w wartościowaniu w zależności od wieku i płci badanych okazały się niewielkie. Z zestawienia statystyk „t” zawartych w tabeli 4. wynika, że wiek nie wpływa znacząco na zmianę systemu wartości. Najbardziej „wrażliwa” na upływ czasu wartość to: „praca”, która wyraźnie traci na znaczeniu w oczach zarówno mężczyzn, jak i kobiet. Z wiekiem zmniejsza się także znaczenie zarobków (dochodu), majątku i wykształcenia.

Istotna statystycznie okazuje się różnica w ocenie ważności „partnera życiowego” wśród mężczyzn i kobiet w zależności od wieku. Dokładna analiza wykazała, że w grupie wiekowej 60–69 lat mężczyźni wyraźnie bardziej cenią sobie swoje partnerki niż na odwrót, natomiast w grupie osób starszych (powyżej 70. roku życia) zależność ta już się nie pojawia. Podobna zależność występuje w odniesieniu do „stanu majątkowego” – różnicę między mężczyznami a kobietami obserwuje się w grupie wiekowej „młodszej”, natomiast w „starszej” grupie istotna różnica dotyczy „odporności psychicznej”, którą bardziej doceniają kobiety.

Bilans psychologiczny wieku podeszłego

Bilans psychologiczny ustalano, mnożąc oceny w poszczególnych wymiarach przez wagi tych wymiarów (wartości), ustalone w pierwszej części badania.

Jak wynika z zestawienia w tabeli 3., badani największą satysfakcję i zadowolenie czerpali z tych aspektów życia, które wiążą się z życiem rodzinnym (własne dzieci, własna rodzina, kontakty z krewnymi, partner)

i praktykami religijnymi. Są to prawdopodobnie najważniejsze dla badanych możliwości wsparcia i główne źródła zasobów zewnętrznych, tym bardziej że w kwestiach materialnych (stan majątkowy, dochody) satysfakcję mają bardzo niską, podobnie jak nisko oceniają własną pozycję społeczną. Także z własnych zasobów wewnętrznych badani są mało zadowoleni, a już dramatycznie niezadowoleni są z własnej sprawności fizycznej i ze stanu zdrowia, które stanowi w dodatku dla badanych najwyższą wartość w hierarchii wartości życiowych. Dlatego ten aspekt życia, jak już wspomniałem, szczególnie znacząco wpływa na całość bilansu psychologicznego.

Istotność różnic w ocenie zadowolenia z poszczególnych aspektów życia w grupie kobiet i mężczyzn oraz „młodszych” i „starszych” oceniono, stosując test U-Manna-Whitneya ze względu na brak spełniania przez zbiorę danych warunku rozkładu normalnego (tabela 5.). Uzyskane wyniki wzbogacają wcześniejsze wnioski.

Tabela 5

**Istotne statystycznie wartości różnic ważonych
ocen zadowolenia z życia, według testu U-Manna-Whitneya**

Ocena wartości	Wartość „U”	z	p<
mężczyźni (60–69) N = 21; mężczyźni (70–84) N = 29			
Zaangażowanie religine	205,0	-1,975	0,05
kobiety (60–69) N = 24; kobiety (70–83) N = 26			
Wykształcenie	175,0	2,820	0,005
osoby młodsze (60–69) N = 45; osoby starsze (70–84) N = 55			
Własna rodzina	958,5	-1,942	0,05
Realizacja planów życiowych	885,0	-2,467	0,02
Wypoczynek i rozrywki	943,0	-2,057	0,04
Zaangażowanie religijne	948,5	-2,13	0,05
mężczyźni (60–69) N = 21; kobiety (60–69) N = 24			
Zaangażowanie religijne	145,4	-2,431	0,02
mężczyźni (70–84) N = 29; kobiety (70–83) N = 26			
Wykształcenie	224,0	2,727	0,005
Praca	213,0	3,164	0,002
Stan majątkowy	224,0	2,680	0,006
Zdrowie	258,0	2,013	0,05
Ogólny wskaźnik zadowolenia	247,0	2,192	0,003
mężczyźni ogółem N = 50; kobiety ogółem N = 50			
Zdrowie	954,5	2,043	0,05
Zaangażowanie religijne	913,5	-2,333	0,02

Satysfakcja z własnej rodziny oraz z zaangażowania religijnego wzrasta z wiekiem. W tym ostatnim wypadku znacząco zmieniają się mężczyźni (być może mężczyźni na starość ewoluują w kierunku większej pobożności, w porównaniu z kobietami, dla których wartość ta ma stały poziom).

Starsze osoby, niezależnie od płci, bardziej pozytywnie opisują realizację swych planów życiowych i znacząco lepiej oceniają swe możliwości w zakresie wypoczynku i rozrywek (może to być wynik z jednej strony redukcji potrzeb w tym względzie, z drugiej – mniejszej liczby obowiązków).

Mężczyźni, w porównaniu z kobietami (w grupie wiekowej „starszych”), pozytywniej oceniają swe wykształcenie, pracę, stan majątkowy i zdrowie. Także ogólny wskaźnik zadowolenia z życia jest u nich znacząco wyższy niż u kobiet. Taki wynik skłania do postawienia hipotezy o możliwości większego zmniejszenia krytycyzmu u mężczyzn na skutek zmian organicznych. Wymaga to oczywiście dodatkowych badań i ustaleń.

W „młodszej” grupie wiekowej istotne różnice między kobietami a mężczyznami dotyczą jedynie praktyk religijnych. Kobietom, jak same oceniają, ten rodzaj aktywności daje większe zadowolenie.

Podsumowanie

Próba diagnozy hierarchii wartości życiowych oraz bilans psychologiczny osób w starszym wieku wykazały, że najbardziej cenionymi wartościami u schyłku życia są: rodzina (dzieci, krewni, partner) oraz w mniejszym stopniu – zaangażowanie religijne. Wartości te stanowią jednocześnie dla tych osób podstawę pozytywnego bilansu psychologicznego, generując zadowolenie i satysfakcję, równoważąc negatywne odczucia i oceny związane z:

- własną kondycją fizyczną (przede wszystkim zdrowiem, a także sprawnością fizyczną i psychiczną);
- sytuacją materialną (stanem posiadania, dochodami);
- przydatnością społeczną (pracą, pozycją, kontaktami towarzyskimi).

Różnice w hierarchii wartości życiowych między kobietami a mężczyznami (rysunek 1.) oraz między „młodszymi” a „starszymi” (rysunek 2.) dotyczą niewielu wymiarów; wskazują one na pewną unifikację wartościowania w tej grupie wiekowej, a co za tym idzie – na duże podobieństwo potrzeb. Ustalenia te mogą stanowić podstawę do projektowania opieki i pomocy psychologicznej dla ludzi w podeszłym wieku, podstawę wskazań co do procesu wychowywania do starości, a także wytyczne dla

polityki społecznej. Należy przede wszystkim zmieniać negatywny stereotyp starości jako końca aktywnego życia, ograniczania kontaktów interpersonalnych, rezygnacji z ambicji rozwojowych. Jednocześnie poprawiać trzeba jakość ochrony zdrowia także w odniesieniu do osób starszych, gdyż, jak wynika z tych (i nie tylko tych) badań – zdrowie to najbardziej istotny wyznacznik zadowolenia z życia, podstawa tego, co nazywa się jakością życia.

Obserwowane od pewnego czasu takie zjawiska, jak: malejący przyrost naturalny, wzrost długości życia (zróżnicowany w zależności od płci), rozluźnianie się więzów rodzinnych, przyczyniają się do powiększania liczby osób starszych żyjących w samotności. Satysfakcja z życia wśród tych osób będzie zależeć od ich kondycji psychofizycznej oraz tego, czy i jakie źródła wsparcia zrekompensują im brak rodziny. Takim źródłem mogą się stać: zróżnicowane formy spędzania czasu wolnego, dostosowanie repertuaru instytucji rozrywkowych do zainteresowań i możliwości osób w okresie późnej dorosłości, techniczne możliwości kompensowania ograniczeń fizycznych, godziwe warunki egzystencji w wymiarze materialnym.

Należy przy tym pamiętać, że systemy wartości obecnych 60-, 70-, 80-latków kształtowały się w pierwszej połowie ubiegłego stulecia, w określonych realiach społecznych, politycznych, gospodarczych i technicznych, jakże różnych od tych, które cechują czasy obecne. Zawsze w wypadku nawiązywania do systemu wartości osób w schyłkowym okresie życia trzeba uwzględniać ich przeszłość i wzorzec przebiegu życia (por. Hajduk, 2001) – historię, od której zależy percepcja i przeżywanie teraźniejszości.

Bibliografia

- Aranowska E., 1992: *Wskaźniki ważności wyboru i test istotności różnic między parami tych wskaźników*. W: *Wybrane problemy metodologii badań*. Red. E. Aranowska. Warszawa.
- Aranowska E., 1996: *Metodologiczne problemy zastosowań modeli statystycznych w psychologii*. Warszawa.
- Błachnio A., 2002: *Pytanie o jakość życia w kontekście rozważań nad naturą starości*. W: *Starość a osobowość*. Red. K. Obuchowski. Bydgoszcz.
- Bowling A., Farquhar M., Grundy E., 1996: *Associations with changes in life satisfaction among three samples of elderly people living at home*. „International Journal of Geriatric Psychiatry”, vol. 11.
- Brzezińska A., 2000: *Spoleczna psychologia rozwoju*. Warszawa.
- Cibor R., 2000: *Bilans psychologiczny w pracy nauczyciela*. W: *Rozwój pracy socjalno-opiekuńczej*. Red. J. Stochmiałek. Cieszyn.

- Czapiński J., 1992: *Psychologia szczęścia*. Warszawa.
- Czyszpak M., 2005: *Systemy wartości u ludzi w podeszłym wieku*. Praca magisterska. Uniwersytet Śląski. Wydział Etnologii i Nauk o Edukacji. Cieszyn, maszynopis.
- Doliński D., 1993: *Orientacja defensywna*. Warszawa.
- Erikson E.H., 1968: *Identity youth and crisis*. New York.
- Gaś Z.B., 1995: *Techniki diagnozy systemu rodzinnego oparte na „Modelu Circumplex” Davida H. Olsona*. W: *Psychologia wychowawcza stosowana. Wybrane zagadnienia*. Red. Z.B. Gaś. Lublin.
- Hajduk E., 2001: *Kulturowe wyznaczniki biegu życia*. Warszawa.
- Izdebski P., Polak A., 2005: *Bilans życia i poczucie koherencji osób starszych w zależności od ich aktualnej sytuacji życiowej*. „Gerontologia Polska”, nr 13,3.
- Kowalik S., 2000: *Jakość życia psychicznego*. W: *Jakość rozwoju a jakość życia*. Red. R. Derbis. Częstochowa.
- Kowalik S., 2001: *Wspomaganie rozwoju w procesie starzenia się*. W: *Wspomaganie rozwoju. Psychostymulacja i psychokorekcja*. Red. B. Kaja. Bydgoszcz.
- Oleś P., 1989: *Wartościowanie a osobowość*. Lublin.
- Stelcer B., 1995: *Jakość życia w opiece paliatywnej*. W: *Pomiar i poczucie jakości życia u aktywnych zawodowo oraz bezrobotnych*. Poznań–Częstochowa, UAM, WSP. Materiały z konferencji Kościelisko, 11–13 marca 1994. Red. A. Bańka, R. Derbis. Warszawa.
- Straś-Romanowska M., 2000: *Późna dorosłość. Wiek starzenia się*. W: *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*. Red. B. Harwas-Napierała, J. Trempała. Warszawa.
- Susułowska M., 1989: *Psychologia starzenia się i starości*. Warszawa.
- Szczukiewicz P., 1998: *Rozwój psychospołeczny a tożsamość*. Lublin.
- Wenzel M., 2004: *Wartości życiowe*. Warszawa.