

# Maria Straś-Romanowska

---

## Sytuacja psychologiczna osoby starszej we współczesnej rodzinie

---

Studia Salvatoriana Polonica 8, 143-156

---

2014

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](http://bazhum.muzhp.pl), gromadzącej zawartość polskich czasopism humanistycznych i społecznych.

Tekst jest udostępniony do wykorzystania w ramach dozwolonego użytku.

MARIA STRAŚ-ROMANOWSKA

## ▪ Sytuacja psychologiczna osoby starszej we współczesnej rodzinie

Pogląd, w myśl którego rodzina stanowi podstawowe i zarazem najważniejsze środowisko życia człowieka, nie podlega dyskusji. Wraz z przemianami cywilizacyjnymi zmianie ulega natomiast kształt tego środowiska, będącego pierwotną, powstałą w sposób naturalny wspólnotą osób, a wraz z tym charakter pełnionych przez nie funkcji. Ogólnie rzecz ujmując, funkcje te wiążą się z zaspokajaniem elementarnych ludzkich potrzeb: biologicznych, psychologicznych, społecznych, a także duchowych. Najczęściej podkreślana jest opiekuńcza i wychowawcza rola rodziny, pełniona wobec małych i dorastających dzieci. Nieco mniej uwagi poświęca się znaczeniu rodziny w życiu osób dorosłych oraz starszych, chociaż tendencja ta ulega zmianie w związku z kształtującą się od szeregu lat nową sytuacją demograficzną na świecie, także w Polsce (tzw. odwrócona piramida demograficzna), i wzrastającą systematycznie liczbą osób starszych w społeczeństwie<sup>1</sup>. Powyższy fakt, wraz z towarzyszącymi przemianami kulturowymi, skłania do refleksji nad problemami życiowymi osób starszych.

---

Dr hab. prof. U.Wr. MARIA STRAŚ-ROMANOWSKA – kierownik Zakładu Psychologii Osobowości w Instytucie Psychologii Uniwersytetu Wrocławskiego; e-mail: m.strasromanowska@psychologia.uni.wroc.pl.

<sup>1</sup> Metafora odwróconej piramidy demograficznej ilustruje spadek liczby urodzeń, przy jednoczesnym wydłużaniu się jednostkowego życia i wzroście, w związku z tym, liczby osób starszych w społeczeństwie. Obecnie osoby w wieku emerytalnym w Polsce stanowią około 17% całej populacji. Według przewidywań demografów w 2015 r. ma ich być około 19,4%. W całej Europie do 2050 r. liczba emerytów prawdopodobnie wzrośnie z 27% do 51%, <http://ropstourn.home.pl/plik/senior> [dostęp: 15.03.2014].

## I. Znaczenie rodziny w życiu i rozwoju człowieka

Znaczenie rodziny dla rozwoju młodego pokolenia jest głęboko uzasadnione antropologicznie, ugruntowane w wiedzy o kulturze i historii ludzkości. Znajduje również bezwyjątkowe poparcie w badaniach psychologicznych, wyjaśniających trudny do przecenienia wpływ bliskich więzi na rozwój, kondycję oraz zdrowie psychiczne jednostki, zwłaszcza we wczesnym okresie jej życia<sup>2</sup>. Dorośli członkowie rodziny (rodzice, dziadkowie) są obiektami uczuć dziecka, przywiązania, ufności, miłości; stanowią fundament najważniejszego czynnika zdrowia psychicznego, jakim jest poczucie bezpieczeństwa. Ponadto pełnią funkcje opiekunów, wychowawców, autorytetów; ukierunkowują rozwój osobowy, uwrażliwiają na wartości, pomagając w dokonywaniu wyborów, rozwiązywaniu problemów adaptacyjnych i dylematów moralnych. W ten sposób dorośli członkowie rodziny stanowią ważne ogniwo międzypokoleniowe, niezbędne w procesie przekazywania życia oraz etosu (wartości, tradycji, kultury). Z drugiej strony – pomagając dzieciom żyć, rozwijać się i przystosowywać do wymagań społecznego otoczenia, dorośli realizują niejako samych siebie, spełniają swoją podstawową misję życiową, zaspokajając zarazem jedną z najważniejszych potrzeb psychicznych człowieka w tzw. drugiej połowie życia, mianowicie potrzebę generatywności<sup>3</sup>.

Komplementarność ról osób młodych oraz dorosłych, także starszych, typowa jest dla usankcjonowanej kulturowo rodziny tradycyjnej, funkcjonującej w systemie wielopokoleniowym, gdzie dziadkowie bezpośrednio, na co dzień uczestniczą w życiu dorosłych dzieci oraz wnuków<sup>4</sup>. Obecnie mamy do czynienia z wyraźną tendencją do uniezależniania się i separacji pokoleń, a wraz z tym, z procesem przeobrażania się modelu rodziny – z wielopokoleniowej w tzw. rodzinę nuklearną<sup>5</sup>. Jest to rodzina zamieszkująca razem,

---

<sup>2</sup> Rola bliskich więzi w rozwoju dziecka i adolescenta wkraczającego w dorosłość stanowi jeden z najważniejszych problemów współczesnej psychologii rozwojowej. Zob. Z. Łoś, *Rozwój psychiczny człowieka w ciągu całego życia*, Wrocław 2010.

<sup>3</sup> Pojęcie generatywności, wprowadzone do psychologii przez E.H. Eriksona, autora teorii psychospołecznego rozwoju człowieka, oznacza realizowanie naturalnej w okresie dorosłości i późnej dorosłości (V i VI faza rozwoju) potrzeby szeroko rozumianego twórczego życia, poprzez wychowywanie dzieci, pracę edukacyjną, a także angażowanie się w działania dla dobra innych. Zob. E.H. Erikson, *Dopełniony cykl życia*, Poznań 2002.

<sup>4</sup> L. Dyczewski, *Więź między pokoleniami w rodzinie*, Lublin 2002.

<sup>5</sup> M. Braun-Gałkowska, *Nowe role społeczne ludzi starych*, w: *Starzenie się a satysfakcja z życia*, red. S. Steuden, M. Marczuk, Lublin 2006, s. 183-195; B. Szatur-Jaworska, *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*, Warszawa 2000.

składająca się tylko z dwu pokoleń (rodzice i dzieci), utrzymująca kontakty doraźne, okazjonalne z dawnymi przodkami i krewnymi. Rodzinę nuklearną charakteryzują luźne więzi między dorosłymi dziećmi i starszymi rodzicami, między wnukami i dziadkami, a także między krewnymi. Dorastające dzieci na coraz wcześniejszym etapie życia usamodzielniają się (głównie pod względem psychologicznym) i opuszczają dom rodzinny, jeśli tylko warunki materialne na to pozwalają. Powszechna staje się także praktyka oddzielnego mieszkania dorosłych dzieci i będących w podeszłym wieku rodziców; ich relacje przybierają postać tzw. intymności na dystans (na odległość), która polega na prowadzeniu przez obie strony własnych gospodarstw domowych, przy równoczesnym utrzymywaniu serdecznych kontaktów (odwiedziny, rozmowy telefoniczne). Jak pokazują badania nad jakością życia małżeńskiego i rodzinnego, we współczesnym społeczeństwie przeważają opinie, także wśród osób głęboko religijnych, że zarówno dorosłe dzieci zawierające związek małżeński, jak też ich rodzice preferują sytuację oddzielnego zamieszkiwania<sup>6</sup>.

Powyższy model relacji międzypokoleniowych zdeterminowany jest rozmaitymi czynnikami. Do istotnych należy, oprócz wzmożonego dążenia współczesnych młodych ludzi do autonomii, także wzrost samodzielności i niezależności materialnej seniorów, dzięki pobieranym świadczeniom emerytalnym, rentowym czy socjalnym. Poza tym, rozbudowany system instytucjonalnych form edukacji ogranicza dziadkom możliwość sprawowania systematycznej opieki nad wnukami, coraz częściej też sami dziadkowie nie wykazują gotowości do angażowania się w ciągłą, codzienną pomoc. Wolą nieobowiązkowe spotkania z dziećmi i wnukami, służenie doraźną pomocą, a nade wszystko bezinteresowne odwiedziny; wtedy czują się ważni dla bliskich, doceniani, a równocześnie niezależni.

Jakkolwiek cenne dla seniorów są bezpośrednie kontakty z młodszymi członkami rodziny, to jednak równie ważne jest dla nich utrzymywanie bliskich relacji z przyjaciółmi, znajomymi czy szerszą wspólnotą (np. religijną). Nie jest to zjawisko nowe, na gruncie polskim zostało rozpoznane już na początku lat siedemdziesiątych ubiegłego wieku<sup>7</sup>. Maria Susułowska, jedna z prekursorów badań nad problematyką starości w Polsce, twierdzi wręcz, że ograniczenie się człowieka wyłącznie do środowiska rodzinnego nie sprzyja

---

<sup>6</sup> A. Aszkiewicz, *Życie małżeńskie w narracjach szczęśliwych par*, Wrocław 2014 (praca doktorska przygotowana na Wydziale Nauk Historycznych i Pedagogicznych Uniwersytetu Wrocławskiego).

<sup>7</sup> J. Piotrowski, *Miejsce człowieka starego w rodzinie i społeczeństwie*, Warszawa 1973.

adaptacji do nowych warunków życiowych związanych z procesem starzenia się<sup>8</sup>. Współczesne badania potwierdzają powyższy pogląd, a niektóre zdają się nawet przekonywać, że większy wpływ na dobre samopoczucie seniorów mają bliskie kontakty z osobami w podobnym wieku niż z rodziną<sup>9</sup>.

Sytuacja się komplikuje, gdy ze względu na stan zdrowia starszej osoby lub inne okoliczności zachodzi konieczność, aby zamieszkała ona z nową rodziną dorosłego dziecka. Mamy wówczas do czynienia z tzw. trzypokoleniową rodziną zrekonstruowaną, w której starsza osoba, pozbawiona wpływowej roli, usytuowana zostaje na pozycji podporządkowanej. Staje się to niekiedy źródłem konfliktów, których podłożem są różnice kulturowe, obyczajowe czy zależność ekonomiczna<sup>10</sup>. Niekiedy osoby starsze korzystają z możliwości zamieszkania w tzw. domu pogodnej starości albo w domu opieki społecznej. Dane badawcze pokazują, że liczba seniorów decydujących się na stały pobyt w tego rodzaju placówce, zamiast w domu rodzinnym, systematycznie wzrasta. Tam – jak twierdzą – czują się mniej samotne, mogą się kontaktować z osobami należącymi do swojego pokolenia, wspólnie wspominać dawne czasy, rozmawiać o problemach, które dla obu stron są ważne (np. o zdrowiu). W domach rodzinnych natomiast często czują się ciężarem, doświadczają osamotnienia, nie znajdują zrozumienia, ich problemy są marginalizowane, niekiedy lekceważone. Samotność i osamotnienie to najpoważniejsze bolączki ludzi starszych. Szczególnie trudna dla wszystkich członków rodziny staje się sytuacja, gdy osoba starsza cierpi na przewlekłą chorobę, jest niesprawna fizycznie lub psychicznie i wymaga stałej, intensywnej opieki. Pewnym rozwiązaniem okazuje się wówczas oddanie takiej osoby do domu opieki lub korzystanie z usług dochodzącej opiekunki. Żadne z tych rozwiązań nie jest w pełni satysfakcjonujące, ale bywa coraz częściej stosowane. Niekiedy staje się to koniecznością – gdy chora osoba wymaga profesjonalnej pomocy; niekiedy spowodowane jest pracą zarobkową domowników, a niekiedy, niestety, wynika z braku chęci do sprawowania ciągłej opieki nad bliską osobą starszą, której stan zdrowia tego wymaga. Problem jest bardzo trudny, gdy osoba starsza cierpi na tzw. mnogą patologię (wiele różnych dolegliwości) albo na chorobę umysłową (np. diagnozowany coraz częściej zespół otępienny). Opieka nad

---

<sup>8</sup> M. Susułowska, *Psychologia starzenia się i starości*, Warszawa 1989.

<sup>9</sup> A. Klatkiewicz, *Dobrostan i satysfakcja życiowa w fazie starzenia się i przemijania*, w: *Pomyślnie starzenie się w perspektywie nauk społecznych i humanistycznych*, red. J.T. Kowaleski i P. Szukalski, Łódź 2008, s. 6-75; J. Nawrocka, *Společne doświadczenie starości. Stereotypy. Postawy. Wybory*, Kraków 2013.

<sup>10</sup> S. Steuden, *Psychologia starzenia się i starości*, Warszawa 2011.

taką osobą wiąże się z ogromnym stresem, jest wyzwaniem przekraczającym niekiedy możliwości adaptacyjne. Skomplikowana psychologicznie bywa też sytuacja, kiedy w zachowaniu osoby starszej pojawiają się trudne do zaakceptowania przez otoczenie wczesne symptomy niezdiagnozowanej jeszcze choroby, np. w postaci zaburzeń nastroju, drażliwości, złości, agresywności, wrogości, roszczeniowości itp. Wówczas nie tylko opieka, ale także sam kontakt z taką osobą stanowi poważne wyzwanie dla członków rodziny, zwłaszcza jeśli nie są oni świadomi faktu, że obserwowane zmiany w zachowaniu mają charakter patologiczny, a nie wynikają ze złej woli. Tego rodzaju trudnych sytuacji w życiu rodzinnym z upływem czasu będzie przybywać, w związku z systematycznym wydłużaniem się jednostkowego życia ludzkiego.

## II. Cywilizacyjny kontekst przeobrażeń relacji rodzinnych

Zmiany dotyczące modelu współczesnej rodziny, pociągające za sobą poważne konsekwencje w relacjach międzypokoleniowych, należy rozpatrywać na tle globalnych, społeczno-kulturowych przemian cywilizacyjnych. Do najważniejszych, traktowanych wręcz jako znaki czasu, należą: pragmatyzacja życia i związana z nią instrumentalizacja relacji międzyludzkich, wzmożone tempo życia, dynamiczny rozwój nowych technologii, dominacja wartości konsumpcyjnych i hedonistycznych, rywalizacyjny styl życia, a także kult młodości, sprzyjający nasilaniu się gerontofobii i postaw ageistowskich<sup>11</sup>. Powyższym tendencjom kulturowym towarzyszą coraz bardziej odczuwalne psychologiczne procesy egoizacji i egocentryzacji postaw, skupianie się głównie na własnej osobie (*ego-trip*), na osobistych potrzebach i celach, z pominięciem dobra drugiego człowieka oraz wspólnoty. Z tego powodu współczesna kultura określana jest mianem indywidualistycznej. Intensywne tempo życia, permanentne nienasycenie promowanymi przez środki masowego przekazu dobrami, pogoń za sukcesem (materialnym, zawodowym), przygodą i przyjemnością, a także upowszechnianie się nowoczesnych, elektronicznych form komunikacji i fascynacja światem wirtualnym – to okoliczności, które nie

---

<sup>11</sup> Gerontofobia nie jest zjawiskiem nowym, obecnie jednak osiąga rozmiary dotąd niespotykane. Przejawia się w panicznym lęku przed starzeniem się i starością, motywującym do podejmowania wszelkich starań mających na celu powstrzymanie procesu starzenia się. Objawia się także unikaniem kontaktów z ludźmi starszymi. Mianem ageizmu z kolei określa się negatywny stereotyp człowieka starszego, w którym eksponowane są jego ograniczenia i słabości i który generuje niechęć otoczenia (postawy ageistowskie).

ułatwiają kontaktów z osobami należącymi do pokolenia wzrastającego w odmiennych warunkach cywilizacyjnych i kulturowych. Spektakularnym przykładem zmiany w relacjach międzypokoleniowych, spowodowanej rozwojem nowych technologii, jest przejście roli mistrza przez wnuków (pokolenie *after computer*) i usytuowanie na pozycji ucznia dziadków (pokolenie *before computer*). Osoba starsza postrzegana bywa jako ktoś „nie z tego świata”, jej język, tempo i styl życia, rodzaj zainteresowań, dystans wobec innowacji kojarzone są z konserwatyzmem i stagnacją, a dziś w cenie jest zmiana. Postać starszego człowieka wyzwala też myśl o przemijaniu i sensie życia w perspektywie ostatecznej, co stanowi temat nieatrakcyjny dla przeciętnego współczesnego człowieka, a coraz częściej również dla człowieka w wieku przedemerytalnym.

### III. Potrzeby psychiczne człowieka starszego

Warto zauważyć, że choć z przemianami cywilizacyjnymi pozytywnej zmianie ulega rzeczywisty obraz fizycznej i psychospołecznej kondycji statycznego seniora oraz sposobu jego funkcjonowania w społeczeństwie (tzw. efekt kohorty), to jednak bez większych zmian pozostają ogólnie negatywne opinie społeczeństwa na jego temat<sup>12</sup>. Poprawa kondycji starszych osób nie ma również istotnego wpływu na ich własną, subiektywną ocenę jakości życia. Dla poczucia dobrostanu znaczenie decydujące mają bowiem, oprócz zdrowia, kondycji i bezpieczeństwa socjalnego, także czynniki związane z zaspokajaniem potrzeb psychologicznych. Spośród tych potrzeb jedną z najważniejszych jest potrzeba więzi, życzliwych, bezpośrednich kontaktów z ludźmi i związana z nią potrzeba przynależności do wspólnoty. Nie są to potrzeby specyficzne dla osób starszych, odczuwają je wszyscy ludzie, bez względu na wiek. Jednak w okresie starości następuje ich uwyrażnienie, trudniej je zaspokoić, ponieważ z naturalnych przyczyn kurczy się krąg znajomych, przyjaciół, krewnych. Krytyczny jest moment przejścia na emeryturę, pociągający za sobą ograniczenie albo zerwanie kontaktów z dawnymi kolegami współpracownikami. Sieć relacji społecznych zawęża się wówczas do rodziny, a ta nie zawsze wykazuje gotowość zrozumienia nowych okoliczności życiowych matki czy ojca. Sytuacja bywa nieco łatwiejsza, gdy oboje starsi rodzice mieszkają razem, jednak

---

<sup>12</sup> J. Nawrocka, *Spoleczne doświadczenie starości*; M. Straś-Romanowska, T. Frąckowiak, *Potoczne przekonania na temat starzenia się w świetle badań psychologicznych*, w: *Pomysłne starzenie się*, s. 28-38.

prędzej czy później jedno pozostaje samo. W obliczu samotności, zaistniałej wskutek normatywnej utraty bliskiej osoby, ratunkiem są przyjaciele. Starsze kobiety nieco łatwiej niż starsi mężczyźni adaptują się do samotności. Zwykle mają one szerszy krąg znajomych, są bardziej otwarte na kontakty z ludźmi. Jednak z upływem lat dawne znajomości się kończą, a o nowe coraz trudniej. Pewnym sposobem zapełniania pustki jest uczestnictwo w spotkaniach wspólnot (np. religijnych), stowarzyszeń czy klubów zainteresowań.

Inną niespecyficzną, a ważną potrzebą człowieka uwyrażniającą się w wieku senioralnym, jest potrzeba własnej wartości i godności. Potrzebę tę intensyfikuje fakt przejścia na emeryturę, utrata pozycji zawodowej, obniżenie statusu materialnego, a także pogarszająca się z wiekiem sprawność ruchowa i stan zdrowia. Powyższe okoliczności u wielu osób generują poczucie wykluczenia, izolacji, a nawet upokorzenia; czują się one niedoceniane, nieakceptowane, niepotrzebne, co jest dodatkowo potęgowane brakiem perspektywy na zmianę czy poprawę sytuacji. Bezcenne bywa wówczas wsparcie ze strony rodziny i dostarczanie osobie starszej okazji do tego, aby poczuła się ważna, potrzebna, szanowana. Należy czynić to w sposób delikatny, nie nadużywając jej gotowości do uczestniczenia w pracach domowych, a z ewentualnej pomocy korzystać z umiarem, respektując potrzebę niezależności i intymności starszej osoby, a także jej możliwości, predyspozycje czy zainteresowania. Dla poczucia własnej wartości ważne jest bowiem dawanie siebie innym, przy jednoczesnym pozostawianiu sobą.

Z upływem lat u osób starszych nasila się potrzeba stabilności, spokoju, harmonii, stałości miejsca, otoczenia, także otoczenia społecznego, rytmu dnia. Osoby starsze z reguły preferują to, co jest im znane, przewidywalne, do czego są przyzwyczajone. Powyższa prawidłowość znajduje odzwierciedlenie w metaforycznym aforyzmie przypominającym, że „starych drzew się nie przesadza”. Nie powinno więc dziwić, że wiele starszych osób, zwłaszcza w wieku mocno zaawansowanym, niechętnie zmienia miejsce zamieszkania; wolą one, będąc nawet chore czy niesprawne ruchowo, dochodzącą opiekunkę niż pobyt w domu opieki społecznej.

Nową potrzebą, specyficzną w okresie starości, jest powracanie do przeszłości, przywoływanie wspomnień z czasów młodości oraz dokonanie pozytywnego bilansu życia, czyli swoistego rozliczenia się z własną historią, reinterpretacji pozytywnych i negatywnych zdarzeń, trafnych i błędnych wyborów życiowych, „załatwienie niezłatwionych spraw”, pogodzenie się z bliskimi. Skłonność osób starszych do przywoływania wspomnień wyjaśniana jest głębokim, choć nie zawsze w pełni świadomym dążeniem do integracji psychicznej, realizo-



wanym poprzez porządkowanie przeszłych doświadczeń i przepracowanie ich w kontekście nowych zdarzeń biograficznych oraz w świetle głębiej na obecnym etapie życia przeżywanych wartości nadrzędnych, ostatecznych – po to, by lepiej zrozumieć sens swojego życia, zaakceptować go, pogodzić się z sobą oraz z ludźmi, z którymi nie zawsze było po drodze. Pozytywnym efektem tego procesu jest poczucie wewnętrznej harmonii, pokoju i pogody ducha<sup>13</sup>. Dobrze jest, jeśli osoba starsza ma się z kim dzielić wspomnieniami, problemami i przemyśleniami. Życzliwa rozmowa ułatwia spojrzenie na ważne sprawy z innej, szerszej perspektywy, pomaga odkryć ich nowy, głębszy sens, albo upewnić się w dotychczasowym przekonaniu na jego temat. Potrzeba bilansu życia w znacznej mierze ma charakter duchowy, jest podobna do rachunku sumienia, dążenia do wybaczenia win (także sobie), osiągnięcia jedności z Bogiem i przygotowania się do ostatecznego odejścia. Negatywny bilans życia albo unikanie refleksji nad nim może skutkować konsekwencjami w postaci zgorzknienia, rozpacz, depresji<sup>14</sup>. Współcześnie ludziom starszym oferowane są rozmaite środki i sposoby spędzania czasu, odwracające uwagę od spraw, które są fundamentalne dla nich, a związane z przemijaniem i zbliżaniem się do kresu życia. Niektóre osoby korzystają z tych komercyjnych propozycji, zaprzeczając sobie, zachowując się tak, jakby były wolne od przeszłości, udając niekiedy, że są młodsze niż w rzeczywistości, zabiegając o aprobatę otoczenia i o jak najwięcej przyjemności – zgodnie z duchem współczesnej, hedonistycznej kultury (*casus* histerycznie młodego starego człowieka).

#### **IV. Troska o dobre relacje międzypokoleniowe wyzwaniem dla współczesnej rodziny**

Trudno się spodziewać odwrotu od zarysowanych wyżej tendencji, w znacznej mierze destrukcyjnych dla tradycyjnej rodziny, a obecnych w kulturze naszych czasów, co nie oznacza, że nie należy się im przeciwstawiać. Aby jednak uzdrawiający proces mógł zaistnieć, powinni się w niego zaangażować wszyscy uczestnicy życia społecznego i rodzinnego. Przesłanki odpowiedzialnego uczestnictwa w procesie ochrony rodziny oraz godnego życia najstarszych jej członków można zlokalizować na kilku wymiarach. Podstawowym jest wymiar etyczny, związany z powinnością moralną, w tym przypadku z powin-

---

<sup>13</sup> E.H. Erikson *Dopełniony cykl życia*.

<sup>14</sup> Tamże.

nością osób młodszych wobec starszych, zwłaszcza bliskich, którym zawdzięcza się życie, opiekę i wychowanie, a które na końcowym etapie swojego życia są słabsze, potrzebują wsparcia czy konkretnej pomocy. O wdzięczności, jako ważnej powinności moralnej, można się dowiedzieć już z lektury Pisma Świętego, zalecającego tę postawę przede wszystkim wobec Boga, ale także wobec bliźnich. Inną powinnością moralną, o której naucza Biblia, jest troska i wyrozumiałość wobec starszych rodziców<sup>15</sup>. Zasadność troski o osoby starsze w rodzinie można rozpatrywać również na wymiarze psychologicznym, mającym w znacznej mierze charakter pragmatyczny, w pewnym sensie nawet koniunkturalny. Troska traktowana jest w tym przypadku jako codzienna praktyka, przynosząca korzyść wszystkim członkom rodziny, natomiast znaczne rozluźnienie więzi i brak dbałości o dobrą ich jakość postrzegane jest jako zjawisko wręcz szkodliwe. Zaniedbywanie relacji rodzinnych utrudnia bowiem młodym kształtowanie własnej tożsamości, odbiera lub osłabia poczucie zakorzenienia i trwałego oparcia. Znajomość systemu rodzinnego, do którego jednostka z racji urodzenia należy, jest ważnym czynnikiem pomagającym w samopoznaniu, rozumieniu własnej psychiki, w dokonywaniu wyborów życiowych i rozwiązywaniu problemów; nierzadko pełni funkcję bufora, chroniącego przed różnymi trudnościami. A wiedzę o rodzinie pochodzenia czerpie się najobficiej z bezpośrednich kontaktów z jej członkami, w znacznej mierze ze starszymi. Niejednokrotnie o ważnych czy interesujących faktach z życia rodziny, zwłaszcza o wydarzeniach z dawnej przeszłości, dzieci dowiadują się właśnie od dziadków, a nie od rodziców<sup>16</sup>. Dziadkowie są depozytariuszami cennych informacji o losach przodków i krewnych, o ich cechach osobowych, postawach, wyborach życiowych czy dramatach. Z dziadkami można się bezpiecznie dzielić troskami, liczyć na zrozumienie i wsparcie w obliczu trudnych sytuacji, a także uzyskiwać wskazówki pomocne w rozwiązywaniu dylematów. Osoby starsze, dzięki mądrości opartej na bogatym doświadczeniu życiowym, intuicji oraz moralnej wrażliwości, potrafią trafnie rozpoznawać i rozumieć wiele problemów, przede wszystkim tych o charakterze egzystencjalnym i moralnym, oraz wskazywać właściwą, korzystną w dalszej perspektywie drogę postępowania. Nie bez powodu to właśnie osobom starszym przypisywana

---

<sup>15</sup> Syr 3,1-16. Konieczność powrotu do wartości postulują nawet socjobiologowie, przestrzegając przed destrukcyjną dla gatunku ludzkiego kulturą, w której przedkłada się etos wartości instrumentalnych nad etos wartości moralnych. Zob. np. E.O. Wilson, *O naturze ludzkiej*, Warszawa 1988.

<sup>16</sup> S. Steuden, *Psychologia starzenia się i starości*.

jest cnota mądrości życiowej<sup>17</sup>. W obecnych czasach, niestety, bardziej niż moralne cenione są wartości utylitarne, instrumentalne oraz hedonistyczne, skuteczność w działaniu oraz zewnętrzna, wizerunkowa atrakcyjność. Dopiero w sytuacjach kryzysowych czy granicznych zaczyna być doceniana mądrość polegająca na rozumieniu głębszego czy nadrzędnego sensu, którego źródłem są wartości najwyższe, ostateczne, transcendentne (duchowe, religijne, moralne). Wtedy to przypominają się opowieści przodków, ich rady, przestrogi, pouczenia. Bodaj równie albo jeszcze bardziej niebezpieczny dla dobra rodziny i międzypokoleniowych relacji jest zauważalny w dzisiejszych czasach proces zanikania skłonności do refleksji, tłumienie czy lekceważenie specyficznie ludzkiej, osobowej potrzeby zgłębiania problemów egzystencjalnych, związanych z sensem życia, przemijaniem i odpowiedzialnością, doświadczaną na szerokim tle znaczeniowym, w dalekosiężnej, także eschatologicznej perspektywie. Dziś, bardziej niż filozoficzną refleksję, ceni się refleks, błyskotliwość, spektakularność zachowania. Wzmożone tempo życia i wszechobecny duch rywalizacji sprzyjają powierzchowności, koncentracji na doraźnych zyskach i chwilowych przyjemnościach. Rozmowy, które nie dają wymiernych, praktycznych i natychmiastowych korzyści, traktowane są jako strata czasu. Jednak niepodjęcie takich rozmów to strata szansy na wzbogacenie własnej osobowości.

Uzasadniając względami psychologicznymi troskę o dobre relacje pokoleniowe w rodzinie, można się odwołać także do „zasady powtarzania”, której do pewnego stopnia podlega (psycho)historia jednostki. W najogólniejszym zarysie zasada ta polega na swoistym „dziedziczeniu”, z pokolenia na pokolenie, wzorców postępowania. Wzorce te, w postaci reprezentacji poznawczych, kształtujących się w toku całego życia, najintensywniej w okresie dzieciństwa i wczesnej młodości, pełnią funkcje prototypów zachowania. W efekcie tego procesu zachodzi prawdopodobieństwo, że sposób, w jaki dana osoba postępuje wobec swoich przodków, okaże się w przyszłości sposobem postępowania jej dzieci. Młodzi ludzie na ogół nie przyjmują do wiadomości faktu, że oni również będą starzy (chyba że nie dożyją starości –

---

<sup>17</sup> Mądrość, rozumianą jako synteza doświadczenia życiowego oraz walorów osobowościowych, nazywaną niekiedy mądrością transcendentną, duchową lub mądrością serca, odróżnia się od mądrości praktycznej. W tej ostatniej, oprócz doświadczenia, ważny udział ma inteligencja, sprawność rozumowania i skutecznego „zarządzania własnymi zasobami psychicznymi”. Zob. M. Straś-Romanowska, *Późna dorosłość. Wiek starzenia się*, w: *Psychologia rozwoju człowieka. Podręcznik akademicki*, red. J. Trempała, Warszawa 2011, s. 326-350.

trzeciego wyjścia nie ma). Ich myślenie o własnej starości ogranicza się często do troski o bezpieczeństwo materialne. Wyniki badań nad wizją własnego życia w wieku emerytalnym świadczą o bardzo niskim poziomie realizmu w tym zakresie; najczęściej sprowadza się ona do idealizujących przekonań o posiadaniu upragnionego wolnego czasu, oddawaniu się ulubionym zajęciom, realizowaniu marzeń. Spotkanie z rzeczywistością dla wielu może się okazać bolesnym doświadczeniem. Klasycy psychologii – z obowiązku, choć bez większych złudzeń co do skuteczności – powtarzają radę, aby do starości przygotowywać się za młodu<sup>18</sup>. A przygotowanie do starości to nie tylko zabieganie o bezpieczeństwo finansowe i ewentualnie dobrą kondycję fizyczną, lecz także gromadzenie zasobów psychicznych. Do tego rodzaju zasobów należy między innymi wiedza o potrzebach człowieka starszego i warunkach ich zaspokajania, a także o możliwościach dalszego rozwoju osobowego<sup>19</sup>. W przygotowaniu do starości ważne jest również poznawanie ludzkich losów, uczenie się na cudzych błędach, świadomość tego, co w życiu najważniejsze, co pomaga w rozwiązywaniu trudnych problemów życiowych, sprzyja osiągnięciu równowagi psychicznej i pokoju wewnętrznego, co daje radość życia i poczucie jego sensu, mimo nieuchronnych przeciwności i ograniczeń. Jedną z ważniejszych przyczyn braku dobrego samopoczucia psychicznego, pomijając czynniki niezależne od podmiotu (losowe i środowiskowe), jest negatywny bilans życia, spowodowany brakiem troski o własny rozwój osobowy na wcześniejszych jego etapach. Niekiedy można usłyszeć od seniorów westchnienia w rodzaju: „Gdyby tak można było jeszcze raz wybierać...”, w których pobrzmiewa echo znanego paradoksu: „Gdyby młodość wiedziała, gdyby starość mogła”. Najpewniejszą ochronę dobrego poczucia jakości życia w starości stanowi przede wszystkim postępowanie w zgodzie z wartościami duchowymi, głęboka religijność, a ponadto szczerze, oparte na wzajemnej akceptacji i zrozumieniu relacje z ludźmi oraz angażowanie się w wartościowe działania, dające nie tylko satysfakcję i doraźną przyjemność, lecz nade wszystko głębokie i trwałe poczucie sensu. Młodzi, przynajmniej w pewnej mierze, mogą się tego uczyć od starszych, doświadczonych członków rodziny, nie odwracając się od nich z lekceważeniem i nie unikając inspirujących refleksję rozmów.

---

<sup>18</sup> Ch. Buhler, *Bieg życia ludzkiego*, Warszawa 1999; E.H. Erikson, *Dopełniony cykl życia. Nota bene*, wiele pouczeń w kwestii przygotowania się do starości dostarcza biblijna Księga Syracha.

<sup>19</sup> M. Straś-Romanowska, *Późna dorosłość*.

Na koniec warto poruszyć istotną, choć delikatną kwestię współodpowiedzialności osób starszych za poczucie jakości życia na ostatnim jego etapie, w tym także za jakość relacji z młodszymi członkami rodziny. Chodzi o to, aby seniorzy mieli świadomość swojej niezastąpionej roli w przekazywaniu młodym wartości, dobrych wzorców obyczajowych i uwrażliwianiu na drugiego człowieka. Jest to cel w dzisiejszym świecie, zdominowanym przez kult młodości, innowacji i beztrudnej przyjemności, trudno osiągalny, lecz bardzo ważny z punktu widzenia dobra relacji międzypokoleniowych, jakości życia indywidualnego i zbiorowego oraz dobra kultury. Obserwowane niekiedy okopywanie się osób starszych w świecie własnych przekonań, przyzwyczajzeń i uprzedzeń, bezdyskusyjne negowanie wszelkich nowości, nie budzi wśród młodych sympatii, nie zachęca do nawiązywania kontaktów i ostatecznie minimalizuje szanse porozumienia. Nie o to wszakże chodzi, aby bezkrytycznie akceptować zmieniającą się rzeczywistość i upodabniać się do młodych, zabiegając o ich aprobatę, lecz o choćby umiarkowaną otwartość i gotowość życzliwej rozmowy. A rozmowa – o czym warto pamiętać – to także słuchanie rozmówcy. Badania pokazują, że wciąż w społeczeństwie dominują wobec ludzi starych postawy raczej nieprzychylnie, krytyczne. I, niestety, nie zawsze są one bezzasadne. Dotyczą głównie ponurego usposobienia, skłonności do narzekania, braku tolerancji i wyrozumiałości, przyjmowania pozycji wyższościowej, nierzadko także wrogiego nastawienia do innych, co razi szczególnie, gdy pozostaje w sprzeczności z manifestowaną religijnością. Nie brak oczywiście pozytywnych opinii, doceniających przede wszystkim bogactwo doświadczenia życiowego ludzi starszych oraz ich gotowość do udzielania pomocy potrzebującym, jednak bilans negatywnych i pozytywnych opinii jest dla ogółu seniorów raczej niekorzystny<sup>20</sup>. Dobrze byłoby zatem, aby osoby starsze od czasu do czasu spojrzały krytycznie także na siebie. Wiele postaci,

---

<sup>20</sup> Stosunkowo najbardziej przychylnie oceniane są osoby starsze przez dzieci w wieku przedszkolnym i wczesnoszkolnym. W ocenach młodzieży i młodych dorosłych notowana jest rozbieżność między postawami oficjalnie deklarowanymi a rzeczywistymi oraz między postawami wobec obcych starszych i własnych dziadków – na korzyść tych ostatnich. Zob. A. Kozdroń, E. Kozdroń, *Osoby starsze w opinii studentów*, w: *Pomyślnie starzenie się*, s. 204-215; D. Chmielewska-Łuczak, *Ustosunkowanie dzieci w wieku przedszkolnym do ludzi starych* (praca doktorska, obroniona na Wydziale Nauk Historycznych i Pedagogicznych Uniwersytetu Wrocławskiego w 2000 r.). Co ciekawe, bardzo często krytyczne oceny na temat seniorów formułowane są także przez nich samych; cechuje je znacznie większa surowość, tyle że skierowana głównie do innych, a nie do siebie.

mających opinię autorytetów moralnych i religijnych (np. sędziwy Jean Vanier, twórca Wspólnoty „Arka”), zachęca swoich rówieśników, aby zamiast narzekać na młodych, uderzyli się w piersi i przeprosili za popełnione wobec nich błędy wychowawcze<sup>21</sup>.

## V. Uwagi końcowe

We współczesnych, dynamicznych i nacechowanych destrukcyjnymi tendencjami czasach, ze wszech miar pożądaną jest świadome, odpowiedzialne kształtowanie szlachetnych postaw wobec ludzi starszych. Równie ważne jest przygotowywanie młodych do własnej jesieni życia, która może się okazać złota albo słotna – w znacznej mierze za sprawą sposobu życia w młodości i wczesnej dorosłości, (nie)uwzględniającego perspektywę końcowego jego etapu. Ponadto warto osobom starszym uświadomić, że to od nich samych zależy także kształt międzypokoleniowych relacji, zarówno w rodzinie, jak i w społeczeństwie, a w konsekwencji skuteczność przekazywania następnym pokoleniom tego, co w kulturze i w codziennym życiu jest najcenniejsze – wartości.

## THE PSYCHOLOGICAL SITUATION OF AN ELDERLY PERSON IN THE CONTEMPORARY FAMILY

### Summary

This article has undertaken the problem of intergenerational relations in a family, including the context of the contemporary cultural transformations. The attention was drawn to the changes in the family model: from the family of many generations to the so-called nuclear family, while the needs of the elderly remain unchanged and universal. Among the highlighted necessities, there is the need for close ties, the sense of belonging to a community, the constancy of surroundings, self-esteem, dignity as well as a need for the reflection on and a summary of life experiences. It was indicated that each family member must feel responsible for keeping good relations between the elder and younger members of a family. This standpoint is legitimized by ethical, psychological and pragmatic considerations. The magnitude of the prob-

---

<sup>21</sup> W. Bonowicz, Ł. Fischner, *Zaufać kruchości*, „Tygodnik Powszechny” 2008 nr 37, s. 28-29.

lem of preparation for the old age at earlier stages of individual lives was signaled as extremely urgent.

**Słowa kluczowe:**

starość, człowiek stary, rodzina, bliskie więzi, wspólnota.

**Key words:**

senility, elderly person, family, close ties, community.