

# Mirosław Babiaryz, Paweł Garbuzik

---

## Wsparcie i rola osób starszych - przeciwdziałanie niekorzystnym zmianom = Support and the Role of the Elderly - Preventing Adverse Changes

---

Edukacja - Technika - Informatyka nr 1(19), 58-65

---

2017

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.



**MIROSLAW BABIARZ<sup>1</sup>, PAWEŁ GARBUZIK<sup>2</sup>**

## **Wsparcie i rola osób starszych – przeciwdziałanie niekorzystnym zmianom**

---

### **Support and the Role of the Elderly – Preventing Adverse Changes**

<sup>1</sup> Doktor habilitowany, profesor UJK, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Polska

<sup>2</sup> Magister, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Polska

#### **Streszczenie**

Starzenie się społeczeństw jest procesem nieuchronnym i nieodwracalnym, powodującym przeobrażenia we wszystkich sferach życia. Wobec postępujących procesów demograficznych wyzwaniem staje się wypracowanie rozwiązań i podjęcie takich działań, które uchronią nas przed zapowiedzią niekorzystnych zmian. Artykuł jest próbą zwrócenia uwagi na najważniejsze obszary, takie jak: organizacja efektywnego systemu ochrony zdrowia, zapewnienie bezpieczeństwa socjalnego, przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu, podnoszenie świadomości społecznej na temat zjawiska starzenia oraz wykorzystanie potencjału i doświadczenia osób starszych, a także wzrost ich aktywności, w których możemy i należy podjąć intensywne działania, aby zapewnić wsparcie osobom starszym i zapobiegać negatywnym skutkom przeobrażeń.

**Słowa kluczowe:** starość, zdrowie, wsparcie, opieka, pomoc, edukacja, aktywność, wykluczenie

#### **Abstract**

Population aging is an inevitable process and irreversible, causing transformations in all spheres of life. In view of the progressive process of demographic challenge is to develop solutions and to take such action which would protect us from the announcement of adverse changes. The article is an attempt to draw attention to key areas such as the organization of an effective system of health care, the provision of social security, the fight against social exclusion, raising public awareness. Phenomena of aging and the use of potential and experience of older people and increase their activity in which we can and must make a considerable effort to provide support to the elderly and prevent the negative consequences of transformation.

**Keywords:** old age, health, support, care, assistance, education, activity, exclusion, education

---

#### **Wstęp**

Starzenie się populacji jest jednym z głównych problemów i najważniejszych wyzwań współczesnych czasów w sferze edukacyjnej, społecznej i ekonomicznej. Wydłużanie się czasu trwania naszego życia jest niewątpliwie jed-

nym z największych osiągnięć nauk medycznych, jednak połączone ze znaczącym spadkiem liczby urodzeń w większości krajów powoduje poważne przeobrażenia w demografii. Zmiany i procesy zachodzące we wszystkich sferach życia związane z faktem, iż starość stanowi coraz dłuższy etap w życiu człowieka, sprawiają, że ten okres naszego życia staje się coraz bardziej interesujący dla badaczy. Jednocześnie społeczne i ekonomiczne skutki starzenia się społeczeństw, które w ciągu najbliższych dziesięcioleci mogą się stać przyczyną wielu poważnych, niekorzystnych zmian, w coraz większym stopniu determinują bieżącą politykę państw. Dlatego też w obliczu tych przemian konieczne staje się wypracowanie sposobów i działań gwarantujących osobom starszym należyte miejsce w społeczeństwie poprzez ich wsparcie i możliwość zaspokajania potrzeb, poprawę jakości życia i promowanie pozytywnego wizerunku osób starszych w społeczeństwie, bowiem jak podkreślał Goethe, „serce się nie starzeje, ma tylko coraz więcej blizn”.

### **Rozwinięcie**

Od kilku lat zaczyna się zwiększać udział osób starszych w całej populacji Polaków i ta tendencja w najbliższych kilkunastu latach będzie się nasilać. Według prognoz GUS w 2035 r. liczba osób w wieku poprodukcyjnym osiągnie w Polsce prawie 9,5 mln, podczas gdy w 2008 r. wynosiła 6 mln. W 2015 r. udział procentowy ludności w wieku 65 lat i więcej w ogólnej liczbie ludności stanowił 15,8%, w 2035 r. będzie to już blisko 25%, a w 2050 r. wyniesie prawie 35%. Według danych GUS (2014, s. 34) „do roku 2050 spodziewany jest przyrost osób w wieku poprodukcyjnym o ponad 19% w miastach, nieco mniej na wsi o 16,8%. W rezultacie udział osób starszych przekroczy 30% na obszarach wiejskich, natomiast w miastach zbliży się do 35%”. W województwie świętokrzyskim w 2014 r. liczba osób w wieku poprodukcyjnym wyniosła ponad 350 tys. Osób, co stanowiło już ponad 27% ogółu mieszkańców województwa. W skali całego regionu świętokrzyskiego można zaobserwować systematyczny, aczkolwiek zróżnicowany w tempie wzrost odsetka osób w wieku poprodukcyjnym. Ponadto musimy pamiętać, iż poza zwiększeniem liczby osób starszych w społeczeństwie nastąpią również znaczące zmiany w strukturze ludności w wieku 65 lat i więcej. Przykładowo w 2040 r. osoby ponad 80-letnie będą stanowiły prawie 36% populacji osób starszych, podczas gdy w 2015 r. było to 25%.

Artykuł 25. ust 1 Powszechnej Deklaracji Praw Człowieka (1948, s. 4) mówi, że „każdy człowiek ma prawo do poziomu życia zapewniającego zdrowie i dobrobyt jemu i jego rodzinie, włączając w to wyżywienie, odzież, mieszkanie, opiekę lekarską i niezbędne świadczenia socjalne oraz prawo do zabezpieczenia na wypadek choroby, niezdolności do pracy, wdowieństwa, starości lub utraty środków do życia w sposób od niego niezależny”. Niestety w pierwszym takim badaniu dotyczącym sytuacji osób starszych, zrealizowanym na zlecenie Orga-

nizacji Narodów Zjednoczonych: Global AgeWatch Index 2015 (HelpAge International, 2015, s. 22), porównującym jakość życia seniorów na całym świecie, Polska zajęła 32. miejsce wśród 96 zbadanych krajów, a 20. miejsce w Europie. Dane takie pomimo istniejących w społeczeństwie stereotypów dotyczących starości kojarzonej głównie z utratą samodzielności powinny przyczynić się do zmiany postaw społecznych wobec starości, a przede wszystkim do wytyczania nowych kierunków i przedefiniowania polityki państwa, jak też poszczególnych samorządów regionalnych i lokalnych. Instytucje europejskie różnego szczebla podkreślają, iż w krajach starzejących się należy dążyć do budowania i utrzymania solidarności między pokoleniami. Ponadto jako priorytet traktują zapewnienie odpowiednich warunków wspomagających aktywność osób starszych. Powinny one być podstawą polityki zatrudnienia, opieki zdrowotnej, usług społecznych, programów szkolenia, dostępu do mieszkań, technologii informacyjnych i transportu. W koncepcji aktywnej polityki społecznej najważniejszymi założeniami jest proces włączania jednostek zgodnie z zasadą partycypacji społecznej, upowszechnienie różnych form zatrudnienia wspieranego, co oznacza, że zmienia się charakter działań socjalnych. W odniesieniu do osób starszych można mówić o przejściu od polityki przetrwania i izolacji, czyli sprawowania opieki nad określoną grupą społeczną, na rzecz integracji i dostarczenia im takiej pomocy, która pozwoliłoby utrzymywać jak najdłużej aktywność społeczną zgodnie. Podstawową ideą tak pojmowanej pomocy jest wsparcie społeczne, a działania na rzecz aktywnego starzenia się powinny być wielopłaszczyznowe, co powoduje często zaangażowanie w jej realizację, a na pewno uznanie podstawowego kierunku przemian oraz partnerów społecznych i biznesowych.

Fundamentem dla realizacji praw osób starszych, zachowania ich dobrostanu psychicznego i aktywności oraz jednym z najważniejszych wyzwań stojących przed społeczeństwami jest organizacja odpowiedniego systemu ochrony zdrowia. Według danych (ROPS UMWS, 2016a, s. 15) na terenie województwa świętokrzyskiego w 2015 r. funkcjonowało 40 podmiotów posiadających kontrakt z NFZ, świadczących usługi leczenia schorzeń wieku podeszłego, w tym: 1 poradnia, 2 oddziały geriatryczne, 14 hospicjów, 8 oddziałów/zespołów opieki paliatywnej oraz 15 zakładów opiekuńczo-leczniczych. W 2015 r. w województwie świętokrzyskim 3 lekarzy geriatrów oraz 1100 rehabilitantów miało kontrakt z NFZ. Według zrealizowanego w 2013 r. badania „Sytuacja i potrzeby osób starszych w województwie świętokrzyskim” dostęp do lekarzy pierwszego kontaktu, jak i poziom świadczeń nie powoduje większych problemów i zastrzeżeń respondentów, jednak na poziomie specjalistycznej opieki osoby starsze spotykają się z licznymi utrudnieniami. Jednym z najpoważniejszych problemów opieki zdrowotnej pozostaje czas oczekiwania na specjalistyczne świadczenia. Powyższe badanie wskazuje, iż na „częste kolejki do lekarzy zwraca uwagę ok. 39% badanych, zaś na często długi czas oczekiwania na wizyty skarży się ponad

30% badanych. Dodatkowo ok. 9% respondentów uważa, że jest to sytuacja mająca miejsce zawsze” (ROPS UMWŚ, 2016b, s. 48).

Utrudnienia związane z długim okresem oczekiwania na wizytę u specjalisty spowodowane są głównie znacznym oddaleniem specjalistycznego ośrodka od miejsca zamieszkania. Ośrodki te zlokalizowane są przede wszystkim w większych miastach, a dotarcie do nich przez osoby starsze może być znacznie utrudnione w związku z pojawiającymi się wraz z wiekiem ograniczeniami ruchowymi. Na podstawie przeprowadzonych badań (ROPS UMWŚ, 2016b, s. 43) uwidaczniają się też wyraźne prawidłowości, poniekąd łatwe do przewidzenia. Pierwsza z nich: im starszy wiek, tym gorsze oceny swojego zdrowia formułowane przez seniorów. Po 71. roku życia nie znalazła się żadna osoba, kto określiłaby swój stan zdrowia jako bardzo dobry. Druga prawidłowość: im starszy wiek, tym większa potrzeba korzystania ze świadczeń opiekuńczych i pielęgnacyjnych w domu. „Blisko połowa respondentów w wieku powyżej 81 lat zgłasza potrzebę korzystania z usług i pomocy opiekunki czy pielęgniarki przychodzącej do domu, podczas gdy 10% osób w tym wieku już korzysta z takiej pomocy. Ponad 5% osób w wieku 71–75 lat już korzysta z tej formy pomocy” (ROPS UMWŚ, 2016a, s. 49). Tego typu świadczenia pielęgnacyjne i opiekuńcze na koniec 2014 r. na terenie województwa świętokrzyskiego oferowało 16 świadczeniodawców, a liczba miejsc przeznaczonych dla pacjentów wyniosła 830. Z kolei całodobową opiekę lekarską i pielęgniarczą dla nieuleczalnie chorych w terminalnym okresie życia zapewniają hospicja. Zasadniczym celem tego typu placówki jest poprawa jakości życia chorych i ich rodzin poprzez leczenie objawowe, zwalczanie bólu, łagodzenie cierpień psychicznych, duchowych i społecznych, wspomaganie rodziny w czasie trwania choroby i po śmierci pacjenta. Na koniec 2014 r. w województwie świętokrzyskim opiekę paliatywną i hospicyjną oferowało 8 jednostek, w których liczba miejsc dla pacjentów wynosiła 114. „Wzrost udziału osób starszych ma wpływ praktycznie na wszystkie dziedziny życia społeczno-ekonomicznego, dlatego tak ważne jest badanie tego zjawiska i szukanie nowych rozwiązań problemów osób w starszym wieku” (IPiSS, 2012, s. 28).

W zakresie ochrony zdrowia koniecznymi działaniami wraz z postępującym procesem starzenia populacji są m.in.: rozwój systemu okresowej oceny stanu zdrowia mieszkańców regionów, ze szczególnym uwzględnieniem stanu zdrowia osób starszych, promowanie oraz wspieranie polityki informacyjnej i edukacyjnej w zakresie dostępnych form pomocy dla osób starszych, a także wspieranie rozwoju i dostępności oferty rehabilitacyjnej dla seniorów oraz wsparcie opiekunów, członków rodzin poprzez szkolenia w zakresie opieki nad osobami starszymi. Ponadto podstawowymi działaniami w ramach pomocy dla seniorów powinny być również: rozwój domowych usług opiekuńczych, w tym świadczonych przez podmioty ekonomii społecznej i organizacje pozarządowe, a także

podnoszenie jakości oraz zapewnienie szerokiej dostępności usług zdrowotnych i opiekuńczych, w tym głównie specjalistycznych, od ambulatoryjnych i szpitalnych świadczeń zdrowotnych, przez usługi okresowe, aż do opieki geriatrycznej i długoterminowej.

Ważną płaszczyzną działań wobec osób starszych jest zapewnienie im bezpieczeństwa socjalnego oraz przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu. „Baza działających instytucji, placówek i oferowanych usług pomocowo-opiekuńczych adresowanych do ludzi starszych stale ulega poprawie, jednak ciągle jest ona niewystarczająca ze względu na stale wzrastające zapotrzebowanie” (IPiSS, 2012, s. 35). Osobom starszym oferowana jest m.in. pomoc instytucjonalna udzielana w postaci umieszczenia osoby potrzebującej w określonej placówce pomocy społecznej. Zapewniają one specjalistyczne usługi m.in. opiekuńcze, pielęgnacyjne, rehabilitacyjne, psychoterapeutyczne i terapię zajęciową. Na terenie województwa świętokrzyskiego w 2015 r. funkcjonowało 38 domów pomocy społecznej, w tym 10 dla osób w podeszłym wieku z blisko 700 miejscami dla osób starszych, zaś 7 dla osób przewlekle chorych somatycznie z 856 miejscami. Osoby starsze mogą również korzystać ze wsparcia, jakie oferują środowiskowe domy samopomocy. Do ich zadań należy przygotowanie osób z zaburzeniami psychicznymi oraz osób niepełnosprawnych intelektualnie do funkcjonowania w społeczeństwie. Świadczone przez środowiskowe domy samopomocy usługi to przede wszystkim: praca socjalna, psychoterapia, rehabilitacja lecznicza, społeczna i zawodowa oraz organizacja czasu wolnego. W województwie świętokrzyskim w 2013 r. funkcjonowały 33 środowiskowe domy samopomocy z ponad 850 miejscami. Z kolei liczba korzystających wyniosła blisko 1000 osób. Bardzo często osoby starsze szczególnie silnie doświadczają problemów pojawiających się w sytuacjach kryzysowych, bowiem instytucje i lokalne samorządy rzadko podejmują takie działania pomocowe. Badania (ROPS UMWS, 2016b, s. 47) wskazują, iż nie prowadzi się poradnictwa w celu przygotowania osób starszych do życia z chorobą lub niesprawnością (96% odpowiedzi), nie organizuje się terapii zajęciowej w sytuacjach kryzysowych dla seniorów, na co wskazuje 87% ankietowanych. Ponadto nie podejmuje się diagnozy uzależnień wśród seniorów (86% odpowiedzi) i nie prowadzi się działań edukacyjnych w tym zakresie (76% odpowiedzi). W niektórych samorządach organizuje się wsparcie dla osób doświadczających przemocy (35,3% wskazań) czy też pomoc psychologiczną (44% wskazań), ale są to działania sporadyczne.

W zakresie bezpieczeństwa socjalnego oraz przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu osób starszych konieczne staje się wsparcie seniorów w sferze samodzielnego funkcjonowania w środowisku poprzez: budowę systemu diagnozowania i monitorowania potrzeb osób starszych z wykorzystaniem prowadzonych badań oraz współpracę instytucji działających na rzecz osób starszych,

promowanie pozytywnego wizerunku starszych pracowników oraz rozwój ról społecznych i zwiększenie udziału osób starszych w życiu społecznym i publicznym, upowszechnianie aktywności oraz dobrych praktyk, np. pomocny sąsiad, banki czasu, wolontariat, czy też poprzez budowanie sieci wsparcia, rozwój zaplecza instytucjonalnego i pozainstytucjonalnego pomocy dla osób starszych, szczególnie na terenach wiejskich i małych miejscowości, wdrażanie programów dotyczących dostosowania mieszkań do potrzeb osób starszych oraz rozwój mieszkalnictwa wspieranego i promowanie zdrowego stylu życia.

Wyzwaniem wobec postępujących procesów demograficznych jest wykorzystanie potencjału i doświadczenia osób starszych oraz wzrost ich aktywności. Aktywność społeczna to sposób zachowania dobrej kondycji psychicznej i fizycznej oraz podtrzymania przez osoby starsze samodzielności życiowej, to remedium na samotność i bierność. Ważną rolę w zwiększeniu aktywności społecznej seniorów odgrywają istniejące coraz powszechniej na terenie gminy ośrodki kultury i kluby seniora stanowiące często główne ośrodki integracji dla osób starszych. Osoby starsze to ogromny potencjał, który może i powinien być wykorzystany przez organizacje pozarządowe i społeczności lokalne. To przede wszystkim źródło wiedzy i doświadczenia ukształtowanych na przestrzeni życia. To także umiejętności praktyczne przydatne innym czy też czas, który seniorzy mogą poświęcić na pracę w społeczności lokalnej czy w różnych organizacjach. W badaniach (ROPS UMWS, 2016a, s. 49) blisko 60% respondentów uważa za istotne aktywizowanie starszych w środowiskach lokalnych, a 58,8% pracowników ośrodków pomocy społecznej wskazało, iż potencjał oraz doświadczenie seniorów są wykorzystywane najczęściej na działania integrujące różne pokolenia na płaszczyźnie kulturalnej. Jedynie 25% respondentów dostrzegło działania włączające osoby starsze w proces dydaktyczny w szkołach, z kolei działania samopomocowe tylko 27% badanych, a działania wspierające więzi sąsiedzkie – 22%. 30% badanych nie stwierdziło, iż potencjał osób starszych nie jest wykorzystywany w ogóle. Ponadto badani nie zauważyli rozwoju wolontariatu wśród osób starszych oraz obecności w strukturach władz samorządowych grup doradczych złożonych z osób starszych. Zatem wyzwaniem staje się wykorzystanie potencjału i doświadczenia osób starszych oraz wzrost ich aktywności poprzez takie działania jak np.: budowa systemu poradnictwa i wymiany informacji dla seniorów, rozwój wolontariatu oraz wzmocnienie grup samopomocowych wśród osób starszych, promowanie aktywnego spędzania czasu wolnego oraz zdrowego stylu życia w środowisku seniorów, wspieranie istniejących i nowo powstających form aktywizacji osób starszych, a także dostępności do oferty kulturalnej dla osób starszych i promowanie twórczości artystycznej seniorów. Ponadto niezwykle ważnym zadaniem jest podjęcie działań w celu przeciwdziałanie e-wykluczeniu, wspieranie rozwoju podmiotów ekonomii społecznej, w których

zatrudnienie mogą znaleźć seniorzy, oraz realizowanie idei kształcenia ustawicznego m.in. poprzez Uniwersytety Trzeciego Wieku. Zaslужują one na szczególną uwagę, bowiem przeciwstawiają się negatywnym stereotypom starości, udowadniając słuszność idei uczenia się przez całe życie. Ponadto są przykładem dynamicznego i twórczego podejścia do starości, ludzi starszych, dając możliwość kontynuacji tego wszystkiego, czego się pragnęło. Nie wydłużają kolejek do domów starców, lecz pomagają poszerzać przestrzeń życiową.

„Niestety w postawach seniorów trudno dostrzec skłonność do zmian form aktywności, a co gorsza – bierności. Prawie połowa seniorów, podobnie jak i młodych respondentów, jest zadowolona ze sposobu spędzania czasu wolnego, czyli w głównej mierze oglądania telewizji” (Czapiński, Błędowski, 2014, s. 64). Niezwykle ważnym działaniem, bez którego nie będzie możliwości skutecznego działania na rzecz seniorów, jest podnoszenie świadomości społecznej na temat zjawiska starzenia – wychowanie, edukowanie do starości. „Wśród obowiązkowych celów edukacji do starości należy wymienić przede wszystkim:

1. Rozwijanie wśród dzieci i młodzieży pojmowania starości jako naturalnej fazy rozwoju, etapu równoprawnego z innymi.
2. Przedstawienie starości jako okresu rozwojowego dynamicznego, aktywnego i różnorodnego.
3. Zmiana postaw, w których dominuje dystans czy niechęć, na takie, które cechuje zrozumienie, życzliwość, szacunek.
4. Rozwijanie pozytywnego myślenia o starości innych, a w perspektywie czasu również swojej.
5. Dzielenie się dojrzałością, mądrością życiową przez pokolenie seniorów.
6. Stymulowanie wzajemnej aktywności w różnych dziedzinach.
7. Podejmowanie opieki wobec osób starszych w rodzinie i poza nią” (Rzecznik Praw Obywatelskich, 2012, s. 75).

## **Podsumowanie**

W obliczu nieustannie zachodzących procesów demograficznych i zmian w strukturze społecznej fundamentalne znaczenie zyskuje podejmowanie we wszystkich sferach codziennego życia działań odpowiadających na wyzwania i zagrożenia, jakie stoją przed starzejącym się społeczeństwem. Problem starzejącego się społeczeństwa to wyzwanie na dziś. Splot takich warunków, jak: rozwój efektywnego systemu ochrony zdrowia, zapewnienie bezpieczeństwa socjalnego, wsparcie rodzinne i instytucjonalne, aktywny udział w życiu społecznym, pozytywne postrzeganie starości jako naturalnego etapu życia człowieka, podniesienie statusu społecznego, a także motywacja, wiara we własne siły i nadzieja na dobrą przyszłość osób starszych, zapewni im należyte miejsce w społeczeństwie i uchroni nasze wspólnoty przed zagrożeniami wynikającymi ze zmian demografii.



## Literatura

- Czapiński, J., Błędowski, P. (2014). *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście percepcji Polaków. Diagnoza społeczna 2013. Raport tematyczny*. Warszawa: Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich.
- GUS (2014). *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2050*. Warszawa.
- IPiSS 92012). *Raport na temat sytuacji osób starszych w Polsce*. Warszawa.
- Powszechna Deklaracja Praw Człowieka, rezolucja Zgromadzenia Ogólnego ONZ 217 A (III) 10.12.1948.
- ROPS UMWS (2013). *Sytuacja i potrzeby osób starszych w województwie świętokrzyskim. Raport z badania przeprowadzonego w 2013 r.* Kielce.
- ROPS UMWS (2016a). *Raport z monitoringu świętokrzyskiego programu na rzecz osób starszych za 2015 rok*. Kielce.
- ROPS UMWS (2016b). *Świętokrzyski Program na Rzecz Osób Starszych do roku 2020*. Kielce.
- Rzecznik Praw Obywatelskich (2012). *Strategie działania w starzejącym się społeczeństwie. Tezy i rekomendacje*. Warszawa.