SEJ
SPOŁECZEŃSTWO
EDUKACJA
JĘZYK

Tom 19/2024, ss. 47-58
ISSN 2353-1266
e-ISSN 2449-7983
DOI: 10.19251/sej/2024.19(4)
www.sej.mazowiecka.edu.pl
Otrzymano: 04.12.2023
Zaakceptowano: 07.05.2024
Opublikowano: 30.10.2024

CC BY

Agata Chabior
Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach
ORCID: 0000-0003-4603-2449

SAMOTNOŚĆ SENIORÓW I JEJ UWARUNKOWANIA – DONIESIENIE Z BADAŃ PROWADZONYCH W ŚRODOWISKU MIEJSKIM I WIEJSKIM

LONELINESS OF SENIORS AND ITS DETERMINANTS – A REPORT FROM RE-SEARCH CONDUCTED IN URBAN AND RURAL ENVIRONMENTS

Streszczenie

Obecnie mówimy o tsunami demograficznym bądź transformacji demograficznej, która obrazuje zmiany w strukturze wieku wynikające z postępującego procesu starzenia się społeczeństwa. W 2019 r. nastąpił wzrost liczby mieszkańców Polski w wieku 60 lat i więcej. Na koniec roku populacja osób starszych wyniosła 9703,7 tys., a udział osób starszych w populacji Polski ukształtował się na poziomie 25,3% (GUS, 2021, 21). Liczba ludności w wieku 60 lat i więcej według prognozy GUS w roku 2030 ukształtuje się na poziomie 10,8 mln (wzrost

Summary

We are now talking about a demographic tsunami or demographic transition, which illustrates the changes in the age structure resulting from the progressive aging of the population. In 2019, there was an increase in the number of Polish residents aged 60 and over. At the end of the year, the population of elderly people amounted to 9703,700, and the share of elderly people in Poland's population stood at 25.3% (CSO, 2021, 21). The population of people aged 60 and over, according to the forecast of the Central Statistical Office, will form 10.8

o 11,1% w stosunku do roku 2019), w roku 2040 – na poziomie 12,3 mln (wzrost o 26,3%). W 2050 r. w Polsce będzie mieszkać 13,7 mln osób w starszym wieku (tj. o 41,2% więcej niż w 2019 r.), stanowiąc 40,4% społeczeństwa (GUS,2021, 32). Proces ten pokazuje wiele cech populacji seniorów, takich jak: feminizacja, singularyzacja, depopulacja, i inne, ale też obrazuje sytuację, w której seniorzy stanowią grupę osób zmagających się z różnymi problemami natury egzystencjalnej, takimi jak samotność.

Celem naukowym artykułu jest przedstawienie doświadczania samotności przez seniorów ze środowiska miejskiego i wiejskiego oraz jej uwarunkowań. Rozważania skupiono wokół problemu badawczego: Jakie są uwarunkowania i poziomy samotności seniorów w środowisku miejskim i wiejskim. Do jego rozwiązania posłużono się Skalą Samotności Rascha (S-Rascha) w polskiej adaptacji J. Rembowskiego (Rembowski 1992) uzupełnioną o autorski test nieskończonych zdań. Ramy interpretacyjne ujęto w perspektywie pedagogiki i psychologii. Wyniki badań pokazują, że samotność doświadczana jest zarówno jako obiektywnie istniejąca prawidłowość ludzkiej egzystencji, jak i relacyjny stan przeżywania. Chociaż wyniki badań ograniczone są terytorialnie do małej części Polski oraz ograniczone strukturalnie do członków klubów seniora czy uniwersytetu trzeciego wieku, wskazują jednak na pewną prawidłowość i ją potwierdzają: im większa ilość i jakość związków z ludźmi, tym niższy poziom samotności. Relacje interpersonalne, ich ilość i jakość, oddziałują zatem znacząco na przezywanie samotności w starości.

Słowa kluczowe: seniorzy, samotność, uwarunkowania samotności

million in 2030 (an increase of 11.1% compared to 2019), and 12.3 million in 2040 (an increase of 26.3%). In 2050, Poland will be home to 13.7 million senior citizens (i.e. 41.2% more than in 2019), accounting for 40.4% of the population (CSO,2021, 32). This process shows many features of the senior population such as feminization, singularization, depopulation, and others, but also illustrates the situation in which seniors are a group of people struggling with various existential problems such as loneliness.

The scientific purpose of this article is to present the experience of loneliness by seniors from urban and rural environments and its determinants. Considerations were focused around the research problem : What are the determinants and levels of loneliness of seniors in urban and rural environments. To solve it, the Rasch Loneliness Scale (S-Rasch)in the Polish adaptation of J. Rembowski (Rembowski 1992) was used, supplemented by the author's test of infinite sentences. The interpretive framework is framed in the perspective of pedagogy and psychology. The results show that loneliness is experienced both as an objectively existing regularity of human existence and as a relational state of experiencing. Although the results of the study are territorially limited to a small part of Poland and structurally limited to members of senior citizen clubs or the University of the Third Age, they nevertheless indicate and confirm a certain regularity: the greater the quantity and quality of relationships with people, the lower the level of loneliness. Interpersonal relationships, their quantity and quality, thus significantly affect the experience of loneliness in old age.

Keywords: seniors, loneliness, determinants of loneliness

Wstęp

Samotność zwłaszcza osób starych jest tematem trudnym, nie tylko ze względu na jego potencjał aksjologiczno-etyczny, ale też epistemologiczny, trudno bowiem mówić o jednej teorii samotności. Przekazy jej dotyczące mają charakter interdyscyplinarny, jest omawiana na płaszczyznach wielu dziedzin nauki, głównie w obszarze dyscyplin takich jak: filozofia, psychologia, socjologia, pedagogika i pokrewne. Samotność i jej doświadczanie jest jednym z podstawowych wyznaczników życia ludzkiego, ale też, a może przede wszystkim, doświadczeniem jednostkowym i jako takie zawsze pozostaje „czyjeś" i „jakieś".

1. Pojęcie samotności

W najbardziej potocznym rozumieniu samotnym jest ten, kto żyje sam, bez rodziny, przyjaciół. Samotność najczęściej pojmowana bywa jako pozostawanie w odosobnieniu, brak uczestnictwa w życiu społecznym, złe wykreowanie roli społecznej czy niemożność fizycznego kontaktu ze społeczeństwem. Krystyna Ablewicz, pisząc o doświadczeniu samotności, bierze pod uwagę trzy sposoby jego występowania:

- jako faktu,
- jako zmiennej rozwoju ontogenetycznego oraz
- efektu relacji inter- i intrapersonalnych.

Twierdzi, że samotność jest doświadczana zarówno jako obiektywnie istniejąca prawidłowość ludzkiej egzystencji, jak też jako relacyjny stan przeżywania. Bywa jednocześnie pewnym faktem i zindywidualizowanym przeżyciem. I jako fakt, i jako subiektywne poczucie „bycia samotnym" dostępne jest ono człowiekowi w jego potocznym, naturalnym doświadczeniu przeżywania świata, życia codziennego. Za każdym razem samotność okazuje się „czyjaś" i „jakaś" (Ablewicz 2020).

Grażyna Klimowicz w swoich analizach proponuje następującą typologię samotności w zależności od źródła ją wywołującego:

- samotność interpersonalna („tęsknota do…") wywołana śmiercią i odchodzeniem bliskich osób;
- samotność społeczna wywołana izolacją lub odrzuceniem przez otoczenie;
- samotność kulturowa, której źródłem jest poczucie bycia innym w kontekście życia w grupie;
- samotność kosmiczna polegająca na byciu „poza" sensem, odczuwana beznadziejnością i bezsensem życia oraz
- samotność psychologiczna oznaczająca przeżywanie wyobcowania od własnego „ja" (Klimowicz 1988).

Janusz Gajda opisuje samotność jako stan złożony i trudny do jednoznacznej oceny, który charakteryzuje się występowaniem przynajmniej jednej z trzech płaszczyzn:

społecznej (miejsce zamieszkania, sytuacja materialna, wykształcenie, zawód, opinia środowiska, uroda i jej defekty), psychologicznej (cechy osobowości – np. introwersja, nieumiejętność nawiązywania kontaktów, kompleksy, poczucie niższości, wygórowany ideał miłości) i kulturowej (wartości, zasady, wzory, normy), (Gajda 1987, 86–90).

Wczytując się w literaturę przedmiotu, warto rozróżnić elementy obiektywne i subiektywne w odniesieniu do pojęcia samotności. Można wskazywać na samotność jako obiektywny stan fizyczny, objawiający się brakiem kontaktów z innymi, wskutek odrzucenia lub odosobnienia, realizowany przymusowo bądź dobrowolnie. Można także wskazywać na subiektywne poczucie osamotnienia, którego człowiek doświadcza, osamotnienia mimo fizycznej obecności innych ludzi. Samotność bywa przeżywana pozytywnie bądź negatywnie lub zmiennie, zależnie od różnych uwarunkowań (Dubas 2000, 111–114).

Zgodnie z modelem poznawczej rozbieżności samotność rozumiana jest jako rozbieżność między pożądanymi a rzeczywistymi stosunkami społecznymi, jako nieprzyjemne uczucie, które towarzyszy postrzeganiu, że potrzeby społeczne nie są zaspokajane przez ilość, a szczególnie jakość istniejących relacji. Stąd samotność nie oznacza, że jest się koniecznie izolowanym lub pozbawionym więzi społecznych, ale raczej zawiera się w przekonaniu, że brakuje wysokiej jakości więzi i relacji społecznych. Niektórzy uważają, że samotność jest niezbędna dla ludzkiego rozwoju. Inni zaś twierdzą, że ma negatywne konsekwencje dla osobowości i zdrowia człowieka (Hawkley 2010, 218–227) (Peplau, Permlan 1982, 1–8).

Rokach A. sugeruje, że samotność może zawierać dystres, alienację, izolację interpersonalną, ale czasami również prowadzić do rozwoju i kreatywności. Samotność okazuje się doświadczana jako brak uczestnictwa w życiu wspólnotowym, sposób na ucieczkę od codziennych zobowiązań społecznych, niemożność kontaktu fizycznego ze społeczeństwem (Rokach 2015, 3–19).

Piotr Domeracki podkreśla, że samotność i wspólnotowość nie występują w separacji, lecz w istotny sposób wzajemnie się warunkują i dopełniają. Uważa, że każdy z nas może i powinien radzić sobie z wyzwaniami samotności oraz bycia we wspólnocie, przeplatając i łącząc w swoim życiu okresy wspólnotowości z epizodami samotności (Domeracki 2020).

Samotność jest fenomenem istotnym dla prowadzenia badań w ramach różnych dyscyplin naukowych. Świadomość konsekwencji doświadczania samotności w rozwoju i egzystencji człowieka otwiera też obszar badań pedagogicznych. Diagnozowanie, opisywanie, interpretacja tego zjawiska stają się ważne dla edukacji. Pedagogiczne pytania:

- czy w życiu człowieka istnieje rodzaj doświadczenia samotności, który jest potrzebny?
- jak pracować z człowiekiem doświadczającym samotności, by to prowadziło do rozwoju?,

– jak wychowywać w stronę twórczej adaptacji, a nie ograniczającego rozwojowe możliwości regresu?

wyznaczają kierunki badań ważnych dla przyszłości teorii i praktyki wychowania.

2. Uwarunkowania samotności

Dokonując refleksji nad samotnością, warto zwrócić uwagę na konteksty życia człowieka. Literatura przedmiotu wskazuje na uwarunkowania związane z sytuacją społeczną, fizyczną, psychiczną czy kulturową. Przyczyny samotności […] można porządkować w kategoriach społecznych, psychologicznych, kulturowych i w zależności od dominujących czynników eksponować te lub inne jako najważniejsze" (Gajda, 1997, 188).

Uogólniając, można wyróżnić czynniki zewnętrzne i wewnętrzne warunkujące doświadczanie samotności. Czynniki zewnętrzne to przede wszystkim miejsce zamieszkania, kwestia izolacji, możliwość oraz jakość kontaktów z innymi, kwestia marginalizacji i opinii w środowisku, sytuacja społeczno-zawodowa i materialna. Czynniki wewnętrzne to głównie kompleks niższości, nieumiejętność nawiązywania kontaktów, wygórowany ideał miłości, kwestia stanu zdrowia, cechy temperamentalne, takie jak introwertyzm czy ekstrawertyzm (Gajda, 1997).

Badania nad uwarunkowaniami samotności przeprowadzone wśród osób starszych w realiach Polski wskazują na istotne oddziaływanie wielu czynników.

Małgorzata Fopka-Kowalczyk zwraca uwagę na niewłaściwy sposób traktowania starości przez społeczeństwo prowadzący do marginalizacji czy izolacji seniorów, stereotypy (np. łączenie starości z niedołężnością i niepełnosprawnością) prowadzące do wykluczenia społecznego. Zauważa także problemy chorobowe (fizyczne i psychiczne) ludzi starszych skutkujące ich mniejszą aktywnością, kwestie utraty najbliższych czy świadomości nieuchronnej śmierci. Wszystko to wzmacnia doświadczanie samotności człowieka starszego (Fopka-Kowalczyk 2018, 75).

Samotność może być również definiowana jako samotne zamieszkiwanie. Gajda wskazuje, że w przypadku doświadczania samotności przez ludzi starszych można stwierdzić, że najczęstszą jej przyczyną jest zanik modelu rodziny wielopokoleniowej, w której we wcześniejszych okresach osoby w podeszłym wieku znajdowały swoje miejsce oraz należny szacunek (Gajda, 1997). Dlatego Piotr Szukalski jednoznacznie stwierdza, że nadrzędnym czynnikiem zwalczającym samotność jest wspólne zamieszkiwanie z bliskimi osobami, które są w stanie otoczyć osoby starsze troskliwą i godną opieką (Szukalski 2005, 217–218).

Jundziłł i Pawłowska analizują etiologię samotności w kontekście deficytu uczuć odczuwanego przez osobę samotną. Autorki wyróżniają trzy poziomy samotności: samotność w kontekście kontaktów z innymi ludźmi, samotność w kontekście bycia w myślach i pamięci innych oraz samotność w kontekście bycia traktowanym instrumentalnie. Wnioski okazują się następujące: im bardziej powierzchowne i „nijakie" są

relacje z innymi, tym częściej odczuwana jest samotność i poczucie izolacji; im mniej jesteśmy pamiętani i zauważani przez otoczenie, tym częściej dochodzi do odczuwanej samotności; brak poczucia relacji podmiotowych oraz przekonanie o instrumentalnym wykorzystaniu potęguje poczucie samotności człowieka (Jundziłł, Pawłowska 2000, 24).

Szczupał i Wiśniewska w następujących słowach podsumowują swoje badania nad samotnością: *Osoby badane przeżywają samotność w różnych chwilach swojego życia. Zdarza się, że otoczone innymi ludźmi czują się samotne subiektywnie, gdyż ich kontakty interpersonalne są rzadkie i powierzchowne bądź niesatysfakcjonujące z powodu różnicy pokoleniowej. Poczucie samotności pojawia się również w obliczu świadomości, że wiele osób z tego samego pokolenia już odeszło. Rozmówcy bardzo silnie odczuwają samotność mieszkaniową, która kojarzy im się z poczuciem uwięzienia oraz wywołuje strach przed ewentualnymi sytuacjami zagrożenia, w tym również przed umieraniem w samotności. Rozmówcy próbują zwalczać negatywne emocje poprzez kontakty telefoniczne, chociaż nie czują pełnej satysfakcji z takiej formy kontaktu z drugim człowiekiem. Osoby żyjące samotnie przez dłuższy czas, potrafią przyzwyczaić się do tego stanu, mimo że odczuwają z jej powodu dyskomfort psychiczny. Badani wspominali także o samotności, którą odczuwają szczególnie dotkliwie w sytuacjach trudności życiowych bądź podczas odnoszenia sukcesów. Wskazują na potrzebę dzielenia się swoimi przeżyciami z drugim człowiekiem oraz na poczucie pustki po utracie najbliższej osoby* (Szczupał, Wiśniewska 2019, 34).

Badanie uwarunkowań samotności wydaje się szczególnie istotne dla pedagogiki. Im lepiej znana jest etiologia zjawiska, tym skuteczniejsza może być profilaktyka. Znając przyczyny samotności seniorów – tej która prowadzi do negatywnych skutków dla jednostki i społeczeństwa – można lepiej planować przeciwdziałanie.

3. Cel badań i narzędzie badawcze

Celem badań była diagnoza samotności seniorów i jej uwarunkowań. Postawiono następujące pytania badawcze:

- jaki jest poziom samotności seniorów w środowisku miejskim i wiejskim?;
- jakie są konteksty (uwarunkowania) doświadczania samotności przez seniorów ze środowiska miejskiego i wiejskiego?

W badaniach zastosowano Skalę Samotności Rascha (S-Rascha), której autorami są J. de Jong-Gireveld i F. Kamphuis, a polskiej adaptacji dokonał Józef Rembowski (de Jong-Gierveld, Kamphuis, 1985; Rembowski, 1992). Skala zawiera 30 pozycji, podzielonych na pięć podskal:

- pierwsza – deprywacja potrzeby kontaktu społecznego (mierzy doświadczenie braku przyjaźni i zainteresowania ze strony innych, poczucie odrzucenia, doświadczenie pustki i bezsensu);
- druga – sytuacyjne poczucie odrzucenia społecznego (mierzy poczucie utraty ważnych relacji lub ich ograniczoności/ niewystarczalności);

- trzecia – poczucie utraty grupy towarzyskiej (jest miarą poczucia ograniczoności lub braku grupy towarzyskiej, dotkliwego przeżywania braku kontaktu z sąsiadami oraz lekceważenia ze strony innych);
- czwarta – poczucie związku z grupą (jest miarą przyjemnego kontaktu z innymi oraz kogoś, z kim można podzielić się problemami;
- piąta – poczucie znaczących związków z ludźmi (jest miarą siły przekonania o wadze relacji z innymi osobami i poczucia akceptacji przez innych).

Metoda umożliwia wyodrębnienie dodatkowo samotności pozytywnej i negatywnej (w odniesieniu do treści konkretnych stwierdzeń). Możliwych jest 5 kategorii odpowiedzi: A oznacza zupełną trafność, a E – całkowitą nietrafność (Rembowski, 1992).

Uwarunkowania samotności (wewnętrzne i zewnętrzne) określono na podstawie otwartych wypowiedzi respondentów dołączanych do standaryzowanej skali samotności. Respondentów proszono o dokończenie zdań typu: „Czuję się samotny, ponieważ…"; „Nie czuję się samotny, ponieważ…". Badani zostali także poproszeni o wyjaśnienie, czym jest według nich samotność.

4. Charakterystyka badanej grupy

Badaniami objęto grupę 62 seniorów z terenu województwa świętokrzyskiego w Polsce. Badania zrealizowano w marcu 2022 r. Poniżej przedstawiono tabelarycznie charakterystykę badanej grupy z podziałem na teren, płeć, wiek i sposób zamieszkania.

Tabela 1. Płeć i wiek badanych osób z miasta

Płeć i wiek	60–65	66–70	71–75	76–80	81+	Razem
kobiety	3	8	4	2	1	18
mężczyźni	–	6	2	1	3	12
ogółem	3	14	6	3	4	30

Źródło: opracowanie własne

Tabela 2. Płeć i wiek badanych osób ze wsi

Płeć i wiek	60–65	66–70	71–75	76–80	81+	Razem
kobiety	4	7	2	4	2	19
mężczyźni	3	–	4	6	–	13
ogółem	7	7	6	10	2	32

Źródło: opracowanie własne

W badanej grupie znalazły się łącznie 62 osoby starsze, w tym 32 seniorów ze terenów wiejskich i 30 z terenów miejskich. W grupie seniorów z miasta było 18 kobiet i 12 mężczyzn. Aż 14 seniorów było w wieku 66–70 lat (8 kobiet i 6 mężczyzn), z kolei

w przedziale 71–75 lat było ich 6 (4 kobiety i 2 mężczyzn). Seniorów w wieku 81+ było 4 (1 kobieta i 3 mężczyzn), a w pozostałych grupach wiekowych po 3 osoby. Wszystkie badane osoby z miasta to słuchacze uniwersytetu trzeciego wieku. Grupa seniorów ze wsi reprezentowana była przez 19 kobiet i 13 mężczyzn. Najliczniej reprezentowanym przedziałem wiekowym był zakres 76–80 lat – 10 wskazań (6 mężczyzn i 4 kobiety), tyle samo wskazań odnotowano w przedziale wiekowym 60–65 i 66–70 lat życia – po 7 osób. W obu przedziałach wiekowych dominowały kobiety: w przedziale 60–65 było ich 4 (3 mężczyzn) a wiek 66–70 lat życia reprezentowały same kobiety w liczbie 7. Podobnie jak wiek 81 i więcej lat też reprezentowany był tylko przez kobiety w liczbie 2. Wszystkie osoby badane ze wsi to członkowie klubu seniora.

Tabela 3. Sposób zamieszkiwania i płeć badanych osób ze wsi

Sposób zamieszkiwania/ wieś	kobiety	mężczyźni	Razem
Zamieszkuję z kimś	13	13	26
Zamieszkuję sam	6	0	6
ogółem	19	13	32

Źródło: opracowanie własne

Tabela 4. Sposób zamieszkiwania i płeć badanych osób z miasta

Sposób zamieszkiwania/ miasto	kobiety	mężczyźni	Razem
Zamieszkuję z kimś	11	6	17
Zamieszkuję sam	7	6	13
ogółem	18	12	30

Źródło: opracowanie własne

Jak wynika z badań, mieszkanie w pojedynkę jest tak samo charakterystyczne dla seniorów ze wsi, jak i miasta, czego nie można odnieść do płci. W środowisku wiejskim w grupie mężczyzn nie było wskazania na „zamieszkuję sam", podczas gdy wśród kobiet taka odpowiedź padała 6 razy. Odpowiedź „zamieszkuję z kimś" w mieście w obu grupach płci miała po 13 wskazań. W mieście zamieszkiwanie samotne jest wybierane tak przez mężczyzn (6 wyborów), jak i kobiety, gdzie wyborów odnotowano 7. Wspólne zamieszkiwanie wskazało 13 kobiet i 6 mężczyzn. W odniesieniu do całej grupy osób badanych 69,3% żyje wspólnie z drugą osobą i aż 30,7% osób samotnie. To uwidacznia jedną z cech populacji seniorów, którą jest singularyzacja. Potwierdza to także, że na starość przeżywaną wspólnie z inną osobą mogą liczyć głównie mężczyźni, dla kobiet częściej oznacza ona zamieszkiwanie w pojedynkę, co wiąże się ze współczynnikiem feminizacji starości, a nawet z niego wynika.

5. Samotność seniorów w mieście i na wsi i jej uwarunkowania w świetle badań własnych

W poniższej tabeli zestawiono wyniki badań własnych wykonanych przy użyciu kwestionariusza skali samotności Rascha z podziałem na podskale i środowisko zamieszkania.

Tabela 5. Wyniki w skali samotności Rascha z podziałem na środowisko zamieszkania

	Miasto		Wieś	
	punkty	średnia	punkty	średnia
I	16,13	2,30	18,84	2,69
II	18,70	2,67	22,34	3,19
III	15,66	3,13	15,34	3,06
IV	19,46	3,89	20,15	4,03
V	24,33	4,07	26,40	4,40

Źródło: opracowanie własne

Według Rembowskiego: „Skala Rascha stanowi dobre źródło informacji. Można ją uzyskiwać w badaniach indywidualnych i grupowych, porównywać ze sobą oraz korelować z wynikami innych badań. Przede wszystkim zaś różnicuje wyniki ze względu na rodzaj poczucia samotności, co można odzwierciedlić dzięki wprowadzonym podskalom" (Rembowski 19992, 78). W myśl autorów skali Rascha samotność pozostaje w związku ze sposobem odbierania, doświadczania i oceniania swojej izolacji oraz braku komunikacji z innymi osobami. Powstaje ona w sytuacji, w której ilość związków międzyosobowych jest mniejsza niż pożądana lub gdy istniejące związki nie uzyskują pożądanego stopnia zażyłości (intymności).

Analizując wyniki badań, można zauważyć, że brakuje wyraźnych różnic w poziomach samotności wśród seniorów na wsi i w mieście. Wyniki są bardzo podobne bez względu na środowisko zamieszkania.

Pierwsza podskala (tzn. deprywacja potrzeby kontaktu społecznego) jest uważana za esencję samotności. Wyniki w tej podskali (I) są najbardziej reprezentatywne dla określenia poziomu samotności i wykazują – średnia: 2,30 (miasto); 2,69 (wieś) – że poziomy samotności badanych seniorów zarówno w środowisku miejskim, jak i wiejskim kształtują się na średnim poziomie. Brak odczuwania samotności potwierdza także niewielka liczba wpisów w ankiecie dotycząca powodów odczuwania samotności.

Wyniki w drugiej podskali (II) dotyczącej sytuacyjnego poczucia odrzucenia społecznego także plasują się na średnich poziomach – średnia: 2,67 (miasto); 3,19 (wieś). Można zauważyć nieco wyższy poziom poczucia odrzucenia społecznego seniorów na wsi, ale generalnie poziomy mieszczą się w średnich przedziałach.

W trzeciej podskali (III) wskazującej na poczucie utraty grupy towarzyskiej wyniki kształtują się następująco – średnia: 3,13 w mieście wobec 3,03 na wsi. Badania wykazują, że seniorzy zarówno w środowisku miejskim, jak i wiejskim w kwestii utraty grupy towarzyskiej wykazują podobne opinie. Poziomy mieszczą się w średnich przedziałach.

Wyniki czwartej podskali (IV) dotyczącej poczucia związku z grupą rozkładają się następująco – średnia: 3,89 w mieście wobec 4,03 na wsi. Poziomy związku seniorów z grupą są wyższe wobec trzech pierwszych podskal zarówno w mieście, jak i na wsi.

W piątej podskali (V) wskazującej na poczucie znaczących związków z ludźmi wyniki są najwyższe – średnia: 4,07 w mieście i 4,40 na wsi. Poziom poczucia znaczących związków z ludźmi jest najwyższy wśród seniorów w środowisku wiejskim, gdzie anonimowość jest najmniejsza i ludzie (zwłaszcza starsi) znają się dobrze i rozmawiają ze sobą często.

Wyniki dotyczące ostatnich dwóch podskal znajdują się na wyższych poziomach wobec pierwszych trzech. Jest to całkowicie zrozumiałe i naturalne, bowiem im wyższy poziom poczucia związku z grupą/ związków z ludźmi, tym niższy poziom deprywacji/ odrzucenia społecznego. Większość badanych zamieszkuje z kimś i jest związana z jakąś grupą. Badani seniorzy są też członkami klubu seniora bądź uniwersytetu trzeciego wieku.

O związkach z ludźmi wypowiadają się ci, którzy zdecydowali się wpisać powód braku odczuwania samotności. Seniorzy zazwyczaj pisali, że nie czują się samotni, ponieważ:

- „mam wspierającą rodzinę",
- „mam wielu przyjaciół",
- „mam partnerkę/ partnera",
- „mam znajomych",
- „biorę udział w zorganizowanych imprezach",
- „pomagam innym",
- „kocham ludzi",
- „mam siostrę, z którą mogę wypić kawę i pogadać",
- „jestem otwarty na pracę dla innych".

Ilość wypowiedzi oraz ich wspólny mianownik świadczą o istotnej roli relacji międzyludzkich w przeżywaniu samotności.

Natomiast niewielu seniorów, którzy czują się samotni, powody wyraziło w następujących sformułowaniach:

- „nie mam przy sobie nikogo bliskiego",
- „jestem nieśmiała",
- „nie mam nikogo".

Jest to negatywna forma wyrażania tej samej zależności pomiędzy samotnością a relacjami interpersonalnymi.

Badani proszeni o zdefiniowanie samotności określają ją najczęściej właśnie jako brak relacji. Piszą: samotność to: brak rodziny, bycie nikomu nie potrzebnym, nieumiejętność współżycia z ludźmi, opuszczenie, izolację, tęsknotę za towarzystwem, zamknięcie w czterech ścianach i brak ludzi, brak przyjaciół.

Podsumowanie

Chociaż wyniki badań ograniczone są terytorialnie do niewielkiej części Polski oraz ograniczone strukturalnie do członków klubów seniora czy uniwersytetu trzeciego wieku, to wskazują jednak na pewną prawidłowość i ją potwierdzają. Im większa ilość i jakość związków z ludźmi, tym niższy poziom samotności. Relacje interpersonalne, ich ilość i jakość, oddziałują, według badanych seniorów, znacząco na przeżywanie samotności w starości. Dotyczy to zarówno środowiska miejskiego, jak i wiejskiego, uwarunkowań zewnętrznych, jak i wewnętrznych, stanów obiektywnych, jak i subiektywnych. Dla badanych seniorów relacje interpersonalne to zarówno zamieszkiwanie z kimś pod jednym dachem, jak i możliwość kontaktowania się z innymi ludźmi w ramach sformalizowanych i/ lub nieformalnych oraz utrzymywania przyjaźni; możliwość bycia z innymi i dla innych.

Literatura

Ablewicz, Krystyna. 2020. Samotność potrzebna i niepotrzebna. Perspektywa faktu, rozwoju i relacji na przykładzie studium tekstów Janusza Korczaka. *Horyzonty Wychowania*, 19 (50), 77–91.

De Jong Gierveld, Jenny., Kamphuis Frans. 1985. The Development of a Rasch-Type Loneliness Scale. *Applied Psychological Measurement*, 9, 3, 289–299.

Domeracki, Piotr. 2020. Three Rival Versions of a Correlation Between Solitude and Communitiveness in a Monoseological Discourse. *Paedagogia Christiana*, 1 (45), 23–36.

Dubas, Elżbieta. 2000. *Edukacja dorosłych w sytuacji samotności i osamotnienia*. Łódź, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

Fopka-Kowalczyk, Małgorzata. 2018. Samotność osób starszych i czynniki ją warunkujące. *Kultura i Edukacja*, nr 1 (119), 70–80.

Gajda, Janusz. 1987. *Samotność i kultura*. Warszawa, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych.

Gajda, Janusz. 1997. *Wartości w życiu człowieka. Prawda, miłość, samotność.* Lublin, Wyd. UMCS.

GUS 2021. *Sytuacja osób starszych w Polsce w 2019 r.* Warszawa, Białystok.

Jundziłł, Elżbieta., Pawłowska, Róża. (red.) 2000. *Pedagogika człowieka samotnego*. Gdańsk, Gdańska Wyższa Szkoła Humanistyczna.

Klimowicz, Grażyna. 1988. *Przeciwko bezradnej samotności*. Warszawa, Nasza Księgarnia.

Peplau, Letitia Anna., Perlman Dan. *Perspectives on loneliness.* [in] Peplau LA, Perlman D. (eds.): *Loneliness: A Sourcebook of Current Theory*, Research and Therapy. New York: Wiley, 1982, 1–8.

Pikuła, Norbert. 2015. *Poczucie sensu życia osób starszych. Inspiracje do edukacji w starości*. Kraków, Oficyna Wydawnicza Impuls.

Rembowski, Jerzy. 1992. *Samotność*. Gdańsk, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego.

Rokach, Ami. *Loneliness, alienation, solitude, and our lives.* [in] Sha'ked A., Rokach A. (eds.): *Addressing loneliness: Coping, prevention and clinical interventions*. New York; 2015: 3–19.

Szukalski, Piotr. 2005. *Poczucie samotności i osamotnienia wśród sędziwych seniorów, a ich sytuacja rodzinna. Auxilium Sociale – Wsparcie Społeczne*, 2, 217–238.

Szczupał, Bernadeta. Wiśniewska, Izabela. 2019. *Samotność i poczucie osamotnienia w narracji osób w wieku późnej starości – przejawy oraz możliwości przeciwdziałania. Lubelski Rocznik Pedagogiczny,* 4 (38), 25–40.

Informacje o autorce:

dr hab. Agata Chabior, prof. UJK – doktor habilitowany w dziedzinie nauk społecznych, dyscyplinie pedagogika. Od 2019 r. kierownik Zakładu Edukacji Dorosłych w Instytucie Pedagogiki na Wydziale Pedagogiki i Psychologii Uniwersytetu Jana Kochanowskiego w Kielcach. Zainteresowania koncentruje wokół zagadnień gerontologii społecznej, geragogiki, andragogiki, pedagogiki społecznej, także pomocy społecznej i pracy socjalnej. Autorka i współautorka 10 monografii, ponad 60 artykułów publikowanych w prestiżowych czasopismach polskich i zagranicznych. Od wielu lat aktywny członek Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego Oddział Świętokrzyski oraz Akademickiego Towarzystwa Andragogicznego.