

Izabela Kopaniszyn

Zakład Socjologii Medycyny, Katedra Epidemiologii i Medycyny Zapobiegawczej Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego

## Rola Internetu w rozpowszechnianiu informacji zdrowotnych wśród starszych osób. Analiza zawartości serwisu [www.senior.pl](http://www.senior.pl)

*Share of the Internet in spreading health informations among elderly people. The analysis of the content of [www.senior.pl](http://www.senior.pl) domain*

### Abstract

This paper provides a content analysis of the main internet domains marketed to the elderly in Poland, [www.senior.pl](http://www.senior.pl). These domains are especially useful within such health contexts as welfare, access to supportive groups, and information about health. Internet access by the elderly provides a number of research questions directed towards the role of the Internet in supporting physical and mental health. The main question which arises is if the social exclusion and isolation of seniors is influenced by their participation in virtual society.

**key words:** internet, elderly, virtual society

(...) Byłoby dziwne, gdyby takie dezorganizujące i wyniszczające świat wydarzenia minionego wieku jak dwie światowe wojny oraz ogromne zmiany, które miały miejsce w sferze pracy i czasu wolnego, nie wpłynęły na postawy wobec starzenia się i na status jednostek na każdym poziomie procesu.

Margot Jefferys (tłum. aut.)

### Wstęp

Rzeczywistość nowoczesnych technologii i ogromny szum informacyjny bywa stymulatorem pogłębiania istniejącej w wielu obszarach życia społecznego marginalizacji osób w podeszłym wieku, które relatywnie rzadko mają dostęp do komputerów, telefonów komórkowych i przekazu satelitarnego. Wiele z nich

nie potrafi obsługiwać nowoczesnego sprzętu komunikacyjnego i audiowizualnego. Także odmienność nowej, pełnej sprzecznych wartości, pośpiechu i agresji przestrzeni pozadomowej sprzyja niezrozumieniu jej przez starsze pokolenia, a tempo zmian radykalnie przyspiesza proces pogłębiania się międzygeneracyjnej przepaści. Świat zewnętrzny czasami jest odbierany jako taki, który: „budzi zarówno lęk, jak i irytację. Nie uznaje autorytetów, nie rozumie znaczenia wartości uniwersalnych, uczestniczy w niekończącym się wyścigu, nie potrzebuje ani wiedzy, ani doświadczenia, ani nawet obecności ludzi starszych [1]”. Sformułowano wiele założeń ukazujących nieuchronność pogłębiania się wspomnianej przepaści między pokoleniami. Zwolennicy tego punktu widzenia, za Simmelem mówią o *knowledge gap hypothesis* [2]. W hipotezie tej

Praca wykonana w ramach programu *Public Health Health pro Elderly*, AGREEMENT NUMBER 2005318.

Koordinator polski programu — prof. dr hab. Beata Tobiasz-Adamczyk.

Adres do korespondencji:  
mgr Izabela Kopaniszyn  
Zakład Socjologii Medycyny  
Katedra Epidemiologii i Medycyny Zapobiegawczej  
Collegium Medicum Uniwersytetu Jagiellońskiego  
ul. Kopernika 7a, Kraków  
tel.: (012) 422 31 82  
e-mail: [kopaniszyn@cm-uj.krakow.pl](mailto:kopaniszyn@cm-uj.krakow.pl)

kładzie się nacisk na zależność w przyswajaniu nowych technologii od statusu społeczno-ekonomicznego. Mówi się zatem o **nierównościach cyfrowych**<sup>1</sup>, zwłaszcza istotnych w zakresie korzystania z Internetu jako medium interaktywnego — służącego nie tylko percepcji treści, ale ich wytwarzaniu i przetwarzaniu [2, 3].

W związku z tym w literaturze gerontologicznej wyraźnie zaznacza swoją obecność **problem wykluczenia społecznego** seniorów, także w obszarze uczestnictwa w społeczeństwie nowych technologii [1, 4]<sup>2</sup>. Dlatego istotna wydaje się systematyczna obserwacja grupy seniorów, którym udało się te nierówności pokonać. Pogłębione zainteresowanie ich aktywnością ze strony gerontologów oraz specjalistów promocji zdrowia ma szansę przyczynić się do wypracowania modeli replikacji zachowań pozwalających starszym osobom skutecznie dołączać do reszty społeczeństwa w korzystaniu z Internetu, zmieniając tym samym zarówno styl życia, jak i jego jakość.

Według badań CBOS z 2006 roku w Polsce coraz więcej osób w podeszłym wieku korzysta z możliwości, jakie daje sieć — Internetu używa 13% Polaków w wieku 55–64 lat.

Korzystanie z Internetu przez starsze osoby wyznacza w dużym stopniu granice ich uczestnictwa w globalnym społeczeństwie informacyjnym. **Relatywność czasu i przestrzeni** jako skutek globalizacji w sferze jednostkowej percepcji rzeczywistości coraz częściej jest przedmiotem zainteresowania filozofii medycyny. Młodość osób dziś zwanych „seniorami” wyznały czasy wojny i odbudowywania społecznych struktur **industrialnych**. Ludzie Ci zostali uwarunkowani na liniowe postrzeganie czasu, umiejscawianie własnej osoby i sensu swojego życia w kontekście biograficznej ciągłości. Lokalne więzi i względnie trwałe relacje interpersonalne były znaczącymi wartościami dla tego pokolenia [4].

Wszystkie te punkty odniesienia zmieniły się radykalnie w warunkach ponowoczesności: wirtualna rzeczywistość umożliwia współczesnemu człowiekowi natychmiastowy udział w dowolnych wydarzeniach z całego świata — w wielu często symultanicznie [5]. Ludzie ery postindustrialnej zorientowani są nie tyle na tradycję i ciągłość, co na samorealizację i autokreację, wobec których trwałość związków ma podrzędne znaczenie. W zrelatywizowanym świecie człowieka ponowoczesnego zmuszono do samodzielnego tworzenia **refleksyjnego projektu tożsamości**, generowania własnych punktów odniesienia, kreowania własnego stylu życia na podstawie wybranych przez siebie wartości [6, 7].

Termin **refleksyjny projekt tożsamości** łączy z kolei semantyczne podobieństwo z innym określeniem, często stosowanym na gruncie socjologii medycyny oraz w obszarze promocji zdrowia — *empowerment* (upodmiotowienie, zwiększenie zaangażowania w procesy decyzyjne). Zasada **empowermentu** oznacza udział osób i grup spotykających się z problemami w działaniach i decyzjach podejmowanych w kwestiach dotyczących zdrowia. Tę zasadę stosuje się w celu podniesienia rzeczywistej zdolności wspomnianych osób i grup do wpływania na sprawy, które ich dotyczą i zwiększenia w ten sposób efektywności działań w danym obszarze [8].

Osoby starsze, które stosują we własnym życiu zasadę **empowermentu**, to przeważnie ludzie aktywni umysłowo, często pozostający w procesie permanentnej edukacji, bez względu na wiek. Jest to grupa, której obecność w Internecie daje się najczęściej zaobserwować.

O zdrowiu nie sposób mówić inaczej niż z uwzględnieniem konkretnego kontekstu społeczno-kulturowego [9]. Ten kontekst, zwłaszcza w warunkach przechodzącej proces intensywnych zmian Europy Wschodniej, to między innymi konieczność transformacji społeczeństwa z industrialnego na informacyjne. Tempo zmian powoduje, że łatwiej nadążyć za nimi osobom młodym. Okazuje się jednak, że starsi ludzie, widząc rosnące zaangażowanie społeczeństwa w wirtualną komunikację, decydują się także korzystać z udogodnień stwarzanych przez nowe technologie<sup>3</sup>.

Internet jako źródło informacji o zdrowiu może się okazać nieoceniony ze względu na łatwą i powszechną dostępność (aspekt techniczny), ale także dlatego, że aby z niego korzystać nie potrzeba tak wysokiej **motywacji**, jak w przypadku konieczności udania się po te same informacje w określone miejsce, w konkretnym czasie (aspekt psychologiczny). Nie bez znaczenia jest też fakt dostępu za pośrednictwem Internetu do informacji o zróżnicowanym stopniu złożoności — od wiedzy popularnej do wysoko specjalistycznej.

### Material i metody

Celem niniejszej pracy jest ukazanie stanu i perspektyw nowego zjawiska społecznego, jakim jest obecność starszych osób w sieci, a zwłaszcza aktywności polskich seniorów w pozyskiwaniu informacji dotyczących zdrowia z wykorzystaniem zasobów internetowych. Postawiono następujące pytania: czy obecność starszych osób w globalnej sieci oraz udział w tworzeniu społeczności internetowych przyczyniają się do poprawy jakości ich życia? Czy więzi tworzone za pomocą Internetu sprzy-

jają zmniejszaniu poczucia wykluczenia społecznego u osób w podeszłym wieku?

Sposób uzyskiwania informacji zdefiniowano poprzez dobór próby, na podstawie której dokonano obserwacji (seniorzy odwiedzający serwisy **senior.pl** oraz **intersenior.pl**), jak również ze względu na ogólną dostępność badań i analiz dotyczących udziału społeczności internetowych — między innymi w samym Internecie. Źródłem, z którego zaczerpnięto dane, jest przede wszystkim polski portal internetowy **senior.pl** oraz **intersenior.pl**, a także dane CBOS i *Megapanel PBI/Gemius*.

Wyniki *Megapanel PBI/Gemius* prezentuje się za pomocą wielu wskaźników. Między innymi są to: liczba użytkowników (*real users*) sesji korzystania lub wykonanych odsłon, zasięg wśród ogółu użytkowników, czas trwania sesji bądź odsłony, udział (liczba użytkowników, odsłon lub czasu dla danej witryny czy aplikacji w stosunku do ogółu), dopasowanie użytkowników grupy celowej na wybranej witrynie czy aplikacji, współoglądalność między witrynami lub aplikacjami.

Dane z badania prezentuje się w dwóch panelach: 1. drzewo witryn — witryny ujęte w kategorii tematycznej; 2. tabela z wartościami wskaźników oglądalności dla wybranych z drzewa witryn lub kategorii witryn internetowych. Prezentowane (w tabeli na stronie www) dane można sortować według wybranych wskaźników, obliczanych dla dowolnie wybranej grupy celowej, ustalonej na podstawie dostępnych cech społeczno-demograficznych, takich jak: płeć, wiek, wykształcenie, wielkość miejscowości zamieszkania internauty, dochód. Dane, z których korzysta się, aby ustalić badane wielkości, zbiera się za pomocą **kwestionariusza badania**<sup>4</sup>.

Zbadanie bardzo zróżnicowanego medium wymaga stworzenia panelu o dużej liczebności, znacznie większej niż w przypadku przeciętnej próby w innych badaniach. Próba uczestniczących w badaniu wynosi nie mniej niż 15 tys. osób miesięcznie.

Podsumowując wyniki analizy uwzględniającej kryterium grupy celowej według wieku użytkowników (od 60. rz.), w niniejszej pracy posłużono się danymi uzyskanymi w badaniach *NetPanel*. Na tej podstawie należy stwierdzić, że pod względem aktywności internetowej nie ma istotnej dysproporcji między emerytami a młodszymi użytkownikami. Biorąc pod uwagę średni czas oraz średnią liczbę odsłon, seniorzy plasują się na trzeciej pozycji za internautami w wieku 15–24 lat oraz 25–34 lat. Ponadto obserwuje się w tym zakresie wyraźną tendencję wzrostową. W porównaniu z danymi sprzed roku liczba starszych internautów wzrosła o 40%.

Licznieszą grupę poddaną obserwacji w ramach programu oraz na rzecz niniejszego artykułu stanowią osoby po 50. roku życia, będące przeważnie u schyłku pracy zawodowej lub na emeryturze, które mają podstawowe umiejętności w zakresie obsługi komputera oraz dostęp do Internetu. Przede wszystkim uwzględniono aktywność tych osób *on-line* (liczba odwiedzeń na stronie, udział w dyskusjach na forach internetowych) oraz wynikające z tej aktywności potencjalne korzyści dla zdrowia badanych.

W związku z postawionymi pytaniami i celami artykułu, oprócz danych *Megapanel PBI/Gemius*, wykorzystano metodę jakościową — analizy treści serwisu **senior.pl**.

## Wyniki

### **Zainteresowanie korzystaniem z Internetu wśród seniorów**

Według danych z *Forum 50+ Seniorzy XXI wieku*, w ramach akcji firmy UPC Polska, w dwóch edycjach programu „Tęczowa akademia” przeszkolono w zakresie korzystania z Internetu łącznie ponad 400 seniorów. Gdy firma ogłosiła nabór na kursy komputerowe dla osób po 50. roku życia, na jedno miejsce zgłosiło się pięć osób. Z wypełnionych ankiet wynika, że ponad połowa nie miała wcześniej styczności z komputerem, a zdecydowana większość zamierza kontynuować naukę i korzystać z Internetu. Planuje się w związku z tym kolejne edycje przeznaczone dla większej liczby osób. Ma także powstać podręcznik adresowany do seniorów, który będzie opracowany przy współpracy metodologów — specjalistów w nauczaniu starszych osób.

Także Uniwersytety Trzeciego Wieku, których obecnie w Polsce działa ponad 100, prowadzą coraz częściej kursy komputerowe.

Innym miejscem umożliwiającym starszym osobom poznanie komputerów jest krakowska Akademia Pełni Życia. Uczestnicy kursów komputerowych w Akademii mają 55–80 lat.

Ludzie starsi, którzy często dopiero na emeryturze zaczynają się interesować Internetem, doceniają jego użyteczność komunikacyjną i informacyjną, zwłaszcza w kontekście utrzymywania kontaktu z rodziną.

### **Serwis senior.pl jako źródło informacji zdrowotnych dla seniorów**

Strona **senior.pl** jest jednym z pierwszych serwisów internetowych, jakie pojawiają się po wpisaniu w okno wyszukiwarki Google hasła: **seniorzy**. Przyjemny dla oka *out-line* ułatwia poruszanie się użytkownika po serwisie.

Serwis uruchomiono w czerwcu 2006 roku. W sierpniu stronę odwiedziło 45 tys. osób i zanotowano niemal 135 tys. odsłon. We wrześniu liczby te się podwoiły.

**Senior.pl** jest serwisem stworzonym z myślą o osobach w wieku od 50. roku życia. Serwis jest adresowany także do ich rodziny i bliskich. Dostarcza informacji o życiu seniorów w Polsce i na świecie. Deklarowanym przez twórców serwisu celem jego powołania jest zachęcanie starszych osób do aktywności w globalnej sieci. Inną ważną misją serwisu jest przeciwstawianie się dyskryminacji z powodu wieku (ageizmowi) w jakiegokolwiek dziedzinie życia (**www.senior.pl**). W związku z tym na stronach serwisu można znaleźć (także za pomocą wyszukiwarki) wiadomości i artykuły z różnych dziedzin, porady, forum, tematyczne grupy dyskusyjne. W lewym górnym rogu większości stron znajdują się narzędzia, które pomagają seniorom aktywnie korzystać z Internetu, takie jak wirtualna lupa. Przy każdym artykule pojawia się opcja: „zmień rozmiar tekstu A–A”, ułatwiająca korzystanie z serwisu osobom słabo widzącym.

Użytkownicy **senior.pl** są aktywni w wysuwaniu sugestii na temat działania samego serwisu — pomysłem seniorów była wyszukiwarka lekarzy oraz leków refundowanych, a także system komentarzy pod artykułami [11]. Twórcy serwisu postulują konieczność współpracy z instytucjami, organizacjami i firmami, które działają na rzecz seniorów lub mają ofertę skierowaną do nich. Jako główny powód utworzenia serwisu wymienia się — podobnie jak w programach promocji zdrowia skierowanych do seniorów — przeciwdziałanie społecznemu wykluczeniu starszych osób:

„Misją serwisu jest przeciwstawianie się wykluczeniu starszych osób z jakiegokolwiek dziedziny życia i pokazanie, że seniorzy nie są «za starzy», by realizować się zawodowo, żyć w szczęśliwych związkach czy spełniać swoje marzenia. Pokazujemy, że słowo «emeryt» nie oznacza schorowanego starca, a «babcia» — niewykształconej, dobrotliwej, ale za to darmowej opiekunki do dzieci. Informujemy o tym, jak żyją i radzą sobie ludzie w «złotym wieku» na całym świecie. Chcemy też przywrócić zanikający w naszym świecie szacunek dla osób starszych — również tych najstarszych, którzy z racji swojego wieku nie są już tak sprawni i «przydatni» jak kiedyś (**www.senior.pl**)”.

### **Internetowe interakcje jako rodzaj grup wsparcia**

Do **funkcji** Internetu, obok przekazywania informacji i oferowania rozrywki, należy zaliczyć także **komunikację** oraz **tworzenie społeczności**.

Na podstawie obserwacji aktywności uczestników forów, czatów i grup dyskusyjnych stwierdza się, że serwisy społeczne cieszą się wśród internautów dużą popularnością. Seniorzy w serwisie **senior.pl** dysponują platformą wymiany myśli i doświadczeń oraz nawiązywania znajomości. Jest to *Senior Cafe* — wirtualne miejsce spotkań, wymiany doświadczeń oraz dyskusji o problemach dotyczących dojrzałych osób. W tym miejscu odwiedzający stronę spotykają innych seniorów, rozmawiają, szukają odpowiedzi na nurtujące ich problemy, w tym dotyczące szeroko rozumianego zdrowia.

Społeczności internetowe, będąc niewątpliwie rodzajem grup wsparcia, nie tylko pomagają w znalezieniu odpowiednich informacji (wystarczy przesłać za pośrednictwem forum lub e-maila link do strony z adresem lekarza lub informacją o chorobie), ale też udzielają wsparcia w chwilach przygnębienia, zniechęcenia i depresji.

Sami goście serwisu zaproponowali, uwzględniając te zagadnienia, które ich najbardziej interesują, podstawowe sekcje tematyczne Forum, które podzielono zatem na siedem głównych działów tematycznych: *Generacja 50Plus, Zdrowie, Finanse, Rodzina i Bliscy, Pasje, Praca, Edukacja*. Serwis wzbogaciło w system komentowania artykułów i newsów. Pod wszystkimi wiadomościami, dłuższymi tekstami użytkownicy mogą dyskutować o tematach związanych z problematyką poruszaną w komentowanym tekście. Często pojawiają się dyskusje dotyczące zdrowia, jakości życia oraz możliwości, jakie otwierają się przed człowiekiem w wieku emerytalnym. Pod tekstami związanymi z różnymi aspektami życia dojrzałych i starszych osób czytelnicy wymieniają własne doświadczenia, uzupełniając treść artykułów. Na forum *Pięćdziesięciolatki To My* codziennie pojawia się kilkadziesiąt nowych wątków i kilkaset postów. W wątku „kurs komputerowy” krok po kroku uczestnicy tłumaczą sobie jak konfigurować system, zainstalować Skype’a, zmniejszać zdjęcia. W innych wątkach dzielą się przepisami, poezją, rozmawiają na różne tematy.

Jedna z uczestniczek forum podsumowała wiele wypowiedzi pozostałych gości, sugerując, że z korzystania z Internetu przez starsze osoby nie powinno się robić sensacji: „Witajcie. Przeczytałam wszystkie posty i czuję się nieco dziwnie, bo coś w tym jest z konkursu «Kto starszy i co jeszcze może». Dla mnie to, że korzystam z Internetu, piszę esemesy i umiem włączyć pralkę, to żadne osiągnięcie i nie rozumiem, dlaczego miałabym czuć się wyjątkowo. To raczej niezwykli są ci, co nie wykazują chęci korzystania z uła-

twień, jakie przynosi cywilizacja (...). Wymarzony komputer mam od kilku miesięcy. Fascynuje mnie program Photoshop, którego intensywnie sama się uczę i szukam kontaktu z tymi, co są bardziej zaawansowani. Mam kilka problemów, których jak na razie nie umiem rozwiązać. Bardzo proszę o kontakt i pomoc. Wszystkich pozdrawiam serdecznie, Eurydyka”.

Oto wypowiedź innej seniorki:

„Można rozmawiać (komunikatory/gruć/gry on-line), być na bieżąco z wiadomościami ze świata... Muzyka, film, książki są w zasięgu... klawiatury. Czyż to nie jest piękne? Nawet skromna emerytura nie jest tu bolączką, bo ze wszystkiego może korzystać każdy. Pozdrawiam i idę... grać w kanastę. Szalona wiedźma”.

W treści postów obecne są także treści, które zachęcając do udziału w sieci innych, jednocześnie burzą stereotypy dotyczące aktywności życiowej i zainteresowań najstarszych z polskich seniorów. Odnaleziono między innymi następujące wyznanie:

„A ja jestem staruszką po siedemdziesiątce, a pierwszy własny komputer kupiłem w 1985 roku, ale już parę lat wcześniej kupowałem pisma komputerowe. (...) Komputer w zasadzie nie ma dla mnie tajemnic i moi wnuczki często zwracają się do mnie z prośbą o rozwiązanie problemów technicznych. Używam komputera i Internetu do wszelkich zakupów w sklepach internetowych, aukcjach Allegro i Ebay. Wszelkie opłaty, takie jak czynsz, telewizję, telefon, energię załatwiam przez konto w banku internetowym. Koresponduję z rodziną w Stanach Zjednoczonych i Kanadzie, mają na bieżąco zdjęcia z uroczystości rodzinnych, teraz coraz częściej rozmawiam przez Skype (...). Dziwię się, że w Polsce tak mało starszych osób, szczególnie kobiet, interesuje się komputerami i Internetem!”.

Obok tekstu umieszczono zdjęcie uśmiechniętego starszego pana na tle parku jesienią.

#### **Przykłady zawartości serwisu senior.pl**

Poniżej przytoczono przykłady artykułów zachęcających do prozdrowotnej aktywności, jakie korzystający z Internetu senior może znaleźć w serwisie:

- aktywność zawodowa;
- bezpieczeństwo;
- związki seniorów;
- seks;
- aktywność w sieci.

W oknie „na skróty”, widocznym po wejściu na stronę, pojawiają się następujące działy: eSenior, choroby, kultura, leki, ludzie, opieka, pasje, związki.

Po wejściu w dział „choroby” seniorzy mają do dyspozycji między innymi następujące artykuły: „Proteina

wskazuje twój prawdziwy wiek”; „CardioDetect — najszybszy test zawału serca”; „Seniorzy a podzielność uwagi”; „Pielęgniarka mordowała pacjentów”; „Polacy narzekają na zdrowie”; „Koniec schizofrenii?”; „Tolotek silnie uzależnia”; „Zespół jelita drażliwego może powodować migrenę”; „Medyczne wspomaganie kont osobistych”; „Odkryto gen zwiększający ryzyko wystąpienia raka piersi” ([www.zdrowie.senior.pl](http://www.zdrowie.senior.pl)).

W związku z analizowanymi danymi należy stwierdzić, że zawartość treści serwisu **senior.pl** ukazuje różnorodną, interesującą i merytorycznie wartościową ofertę skierowaną do seniorów w polskim Internecie. Dowodem jej użyteczności jest liczba odwiedzeń na stronie oraz liczne wpisy umieszczane w przeznaczonych do tego celu miejscach przez samych odwiedzających. Także profil wiekowy osób aktywnych na stronach serwisu wskazuje, że informacje trafiają do grupy docelowej wybranej zgodnie z założeniami.

#### **Dyskusja**

Na świecie na niespotykaną dotąd skalę zwiększa się liczba seniorów. W wielu krajach zachodnich osoby, które ukończyły 50. rok życia, już niedługo będą stanowiły niemal połowę społeczeństwa.

Także nowoczesne formy komunikacji, w tym Internet, nie są wyłącznie domeną osób młodych. Stale przybywa osób po pięćdziesiątce, które korzystają z zasobów globalnej sieci.

Także w Polsce starsze osoby coraz częściej należą do aktywnych użytkowników sieci: komunikują się z rodzinami i znajomymi przez Skype’a i Gadu-Gadu, wysyłają cyfrowe zdjęcia z wycieczek, biorą udział w forach internetowych, umawiają się na spotkania (<http://panel.pbi.org.pl>). Obserwuje się też tendencję do rosnącego wraz z wiekiem badanych zainteresowania blogami ([www.intersenior.pl](http://www.intersenior.pl) [12])<sup>5</sup>.

Nie bez znaczenia dla podjętych w tym artykule kwestii jest profil demograficzny przeciętnego polskiego seniora. Na stan zdrowia obecnego pokolenia starszych osób wpłynęło dzieciństwo przypadające na lata wojny. W literaturze gerontologicznej wskazuje się w związku z tym na dwa czynniki utrudniające adaptację do nowych warunków — stosunkowo niskie wykształcenie oraz niezdrowy styl życia tego pokolenia [13].

Kolejny istotny czynnik to fakt, że populację tę charakteryzuje duża przewaga płci żeńskiej. W licznych badaniach wykazano zróżnicowanie stanu zdrowia fizycznego oraz psychicznego mężczyzn i kobiet. Obraz ten dotyczy zarówno obiektywnych wskaźników stanu zdrowia, jak i subiektywnych ocen stanu zdrowia badanych. Uważa się, że potwierdzane częściej

przez kobiety ogólne złe samopoczucie ma swoje podłoże w problemach psychospołecznych [14]. Marginalizacja w przypadku kobiet w podeszłym wieku (*gender gap*) wynika między innymi z przyjęcia przez nie tradycyjnych ról, w które jest wpisana bierność i rezerwa wobec nabywania umiejętności technicznych [4].

Pełne uczestnictwo w życiu społecznym starszych osób, uważanych za najsłabszych członków społeczeństwa, często jest niemożliwe ze względu na kondycję zdrowotną, mobilność i ich niskie kwalifikacje. Ryzyko dyskryminacji trzeciego pokolenia obecnie diagnozuje się między innymi: w opiece zdrowotnej, na rynku pracy, w dostępie do konsumpcji dóbr, a także w środowisku lokalnym i rodzinnym [1, 2]. Szczególnie dotkliwa okazuje się dyskryminacja w dostępie do opieki zdrowotnej, leków i rehabilitacji. Uważa się, że osoby w podeszłym wieku to grupa najbardziej zaniedbywana medycznie, wobec której stosuje się praktyki maltretowania psychicznego i fizycznego [13, 15].

Udział polskich seniorów w zasobach globalnej sieci to nadal fenomen o znaczeniu jakościowym, który nie dotyczy ogółu tej grupy wiekowej. Mimo wyraźnej rosnącej liczby osób po 50. roku życia, które angażują się w aktywność internetową, oraz realizowanych programów, szkoleń i kursów, których ostatecznymi beneficjentami są seniorzy, działania te mają ograniczony zasięg. Wobec tego należy mówić o elitach.

Tomasz Drabowicz w artykule „Nierówności cyfrowe a starość. Przypadek Polski na tle innych krajów Unii Europejskiej” podkreśla społeczną doniosłość upowszechniania Internetu: „Ważne jest, by jak najwięcej osób i grup społecznych uzyskało jak najszybciej dostęp do Internetu. Zwiększa to bowiem szansę, że w przyszłości Internet będzie demokratycznym medium<sup>6</sup>, umożliwiającym uczestnictwo w życiu społecznym każdej osobie i każdej grupie społecznej oraz że nie będzie służył tylko interesom wąskiej elity” [2]. Warto zaznaczyć, że w ramach polityki Unii Europejskiej istnieją zarówno warunki ustawodawcze, jak i finansowe do realizowania takich przedsięwzięć [16].

### Wnioski

Najważniejszymi aspektami uczestnictwa seniorów w społeczności internetowej są przeciwdziałanie **wykluczeniu społecznemu i samotności**. Internet zmusza do aktywności. Dzięki temu, że jest medium interaktywnym, daje poczucie sprawstwa i uczestnictwa. Umożliwia kontakt z realnymi osobami, mimo że w wirtualnym świecie.

W przeciwieństwie do telewizji, korzystanie z sieci wymaga aktywnego poszukiwania informacji, ciągłego uczenia się. Internet oferuje seniorom te same atuty co osobom młodym — wiedzę i kontakt z innymi. Seniorzy często mają więcej czasu, w związku z tym bardziej intensywnie uczestniczą w serwisach społecznych.

Dla osób o ograniczonej mobilności możliwość znalezienia w sieci informacji dotyczących zdrowia, stosowanych leków, lekarzy, przychodni czy zrobienia zakupów *on-line*, bez konieczności przemieszczania się po mieście, może okazać się nieoceniona.

Nie do przecenienia jest fakt ogólnej dostępności sieci. Promocja zdrowia odbywa się tutaj z pominięciem większości kosztów, bez wysiłku ze strony zainteresowanych, nie wymaga większych nakładów energetycznych i finansowych.

Nie ulega także wątpliwości, że udział w grupach dyskusyjnych czy forach internetowych stanowi odpowiednik **grupy wsparcia**, pomagającej zredukować stres, zwalczyć depresję czy poradzić sobie w kryzysami psychologicznymi związanymi z wkraczaniem w kolejną fazę cyklu życia i starości.

Na postawione na wstępie pytania należy odpowiedzieć twierdząco, że obecność starszych osób w globalnej sieci oraz ich udział w tworzeniu społeczności internetowych przyczyniają się do poprawy jakości życia tej grupy społecznej. Sprzyjają zmniejszeniu zarówno subiektywnego poczucia osamotnienia, jak i likwidacji obiektywnej marginalizacji.

Uzyskane dzięki dostępowi do sieci informacje dotyczące stylu życia, objawów choroby i skutecznych sposobów troski o zdrowie to czynniki podnoszące jakość życia osób w podeszłym wieku.

Zdaniem autorów podejmujących tematykę udziału osób starszych w społeczeństwie internetowym, faktu istnienia nierówności cyfrowych nie należy traktować jako zjawiska nieuniknionego, którego skutkiem jest pogłębianie międzygeneracyjnej przepaści. Powinien być inspiracją do zmian oraz należy go uwzględniać w programach promocji zdrowia skierowanych do najstarszego pokolenia.

Dlatego oprócz badań w grupach seniorów korzystających z zasobów sieci, szczególnie istotne wydają się działania inkluzyjne. Należy położyć nacisk na programy sprzyjające zachęcaniu osób, które ze względu na uwarunkowania społeczno-ekonomiczne czy genderowe zmarginalizowano w dostępie do podstawowych przywilejów społeczeństwa informacyjnego. Ewaluacja takich programów stanowiłaby interesujący materiał empiryczny do dalszych badań.

**Streszczenie**

Tematem artykułu jest analiza zawartości serwisu [www.senior.pl](http://www.senior.pl) w kontekście informacji dotyczących zdrowia, dobrostanu psychicznego i dostępu do grupy wsparcia, jakie mogą znaleźć korzystające z domeny osoby starsze w Polsce. Postawiono pytanie o zakres uczestnictwa polskich seniorów w społeczności internetowej oraz o wpływ tej partycypacji na przełamywanie wykluczenia społecznego i samotności.

**słowa kluczowe:** Internet, osoby starsze, społeczność internetowa

**Przypisy**

1. **Nierówności cyfrowe** to zarówno materialna niedostępność (*material access*), jak i brak dostępu do umiejętności (*skills access*), do nowych technologii informacyjnych. Poszerzona wersja tej definicji zawiera także nierówności w praktykowaniu (*usage access*) oraz motywacyjne (*psychological access*).
2. Termin „ekskluzyja” czy „wykluczenie społeczne” (*social exclusion*). Definicja za: Trafialek E.: „Pozbawienie jednostek lub grup: gwarancji socjalnych, dostępu do rynku pracy, instytucji, usług, dóbr, konsumpcji, praw do pełnego uczestnictwa w życiu społecznym”. Interpretacja przyjęta przez Strategię Lizbońską we Wspólnotowym Programie Działań na Rzecz Walki z Wykluczeniem.
3. Pierwsza witryna dla starszych osób powstała w Stanach Zjednoczonych w 1986 roku — [seniornet.com](http://seniornet.com). Dziś ponad 60% Amerykanów powyżej 65. roku życia uważa, że Internet uczynił ich życie ciekawszym, około połowa twierdzi, że to „wspaniały sposób na nawiązywanie nowych znajomości”. Więcej można znaleźć na stronie: [www.intersenior.pl](http://www.intersenior.pl).
4. Dane gromadzi się w celu zebrania informacji na temat polskiej społeczności internetowej, określenia profilu użytkowników In-

ternetu, intensywności korzystania z sieci, a także stworzenie rankingu najbardziej popularnych stron www i programów. Badanie *Megapanel PBI/Gemius* jest badaniem typu panelowego. Osoby uczestniczące w panelu dobierane są zgodnie z celami badania. W badaniu *Megapanel PBI/Gemius* uczestniczy wylosowana grupa Polaków korzystających z Internetu, reprezentująca całą populację internautów w Polsce.

5. **Blog** to rodzaj prowadzonego w Internecie i powszechnie dostępnego pamiętnika. Według ankiety przeprowadzonej w 2006 roku przez Instytut Ipsos w grupie użytkowników Internetu z Wielkiej Brytanii, Francji, Niemiec, Włoch i Hiszpanii liczba osób tworzących blogi w wieku 50-70 lat wzrasta; 14% respondentów w wieku 45–54 lat i 11% w wieku 55–64 lata czyta fora internetowe i zaznajamia się na bieżąco z wybranymi blogami. Średnia dla wszystkich użytkowników Internetu wynosi 17% ([www.intersenior.pl](http://www.intersenior.pl) 28.12.2006).
6. Według danych Eurostatu, w Unii Europejskiej z Internetu korzysta 18% osób w wieku emerytalnym. W Norwegii odsetek ten wynosi 41%, w Niemczech 31%, w Wielkiej Brytanii 28%. Dla osób po 64. roku życia udział w grupie użytkowników sieci maleje. I tak, średnia dla Unii Europejskiej w 2004 roku wynosiła około 11% ([www.stat.gov.pl/linki/eurostat](http://www.stat.gov.pl/linki/eurostat)).

**PIŚMIENNICTWO**

1. Trafialek E.: *Wykluczenie społeczne ludzi starych. Źródła, skutki, perspektywy na przyszłość*. W: Kowaleski J.T., Szukalski P. (red.). *Starość i starzenie się jako doświadczenie jednostek i zbiorowości ludzkich*. Zakład Demografii UŁ, Łódź 2006; 174.
2. Drabowicz T.: *Nierówności cyfrowe a starość. Przypadek Polski na tle innych krajów Unii Europejskiej*. W: Kowaleski J.T., Szukalski P. (red.). *Starość i starzenie się jako doświadczenie jednostek i zbiorowości ludzkich*. Zakład Demografii UŁ, Łódź 2006.
3. Castels M.: *Global + local = glocal public health*, [www.jech.bmj.com](http://www.jech.bmj.com), 22 January 2007.
4. Jefferys M.: *Cultural aspects of ageing: gender and inter-generational issues*. *Soc. Sci. Med.* 1996; 5: 681–687.
5. Baudrillard J.: *Symulakry i symulacja. Rzeczywistość nie istnieje*. Tłum. Królak S. Wyd. Sic!, Warszawa 2005.
6. Giddens A.: *Nowoczesność i tożsamość. „Ja” i społeczeństwo w epoce późnej nowoczesności*. Tłum. Szulżycka A. Seria: Biblioteka Socjologiczna. Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2002.
7. Bauman Z.: *Płynna nowoczesność*. Tłum. Kunz T. Wydawnictwo Literackie, Kraków 2006.
8. Pędich W. (red.): *Seniorzy w społeczeństwach Europy XXI wieku — współtworzenie i współodpowiedzialność: materiały X Euro-*

*forum Ludzi Starszych, Białystok 15–18 czerwca 2000*. Wyd. Stowarzyszenie Wolontariatu Międzypokoleniowego, Białystok 2001.

9. Tobiasz-Adamczyk B.: *Wybrane elementy socjologii zdrowia i choroby*. Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 1998.
10. Halicka M.: *Satysfakcja życiowa ludzi starych w świetle badań jakościowych*. *Gerontologia Polska*, 10 (3), Kraków 2002.
11. Rychter B.: <http://www.senior.pl>, 11. 11. 13:12, 2006.
12. <http://www.intersenior.pl>, 12.11.2006, 12:45.
13. Perek-Białas J., Kocór M.: *Inne, gorsze traktowanie osób starszych w obszarze partycypacji społecznej*. W: *Stop dyskryminacji ze względu na wiek*. Akademia Rozwoju Filantropii, Warszawa 2005.
14. Tobiasz-Adamczyk B., Bajka J., Brzycki P.: *Społeczne uwarunkowania jakości życia kobiet u progu wieku starszego. Badania porównawcze*. Wyd. Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2004.
15. Derejczyk J.: *Geriatrya a reforma ochrony zdrowia w Polsce*. *Służba Zdrowia* 2001; 61–64: 2954–2957.
16. <http://www.efs.gov.pl>, 10.12. 2006, 10:20.
17. Duke Hare M.: *Humanistyczna refleksja nad prawami obywatelskimi ludzi starych*. *Gerontologia Polska* 1996; 4 (2): XLI–XLIII.
18. Raporty dostępne na stronie internetowej CBOS — [www.cbos.pl](http://www.cbos.pl)
19. *Polacy wobec ludzi starych i własnej starości — 2000 r.* Raporty dostępne na stronie internetowej <http://www.internetstandard.pl>