

Starzenie się i starość w percepcji studentów przygotowujących się do zawodu pracownika socjalnego

The ageing and the old age in the perception of students preparing for the profession of a social worker

Katarzyna Ziomek-Michalak

Akademia Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej w Warszawie

Streszczenie

Wstęp. „Nie czekam na starość” najczęściej deklarują studenci na pierwszych zajęciach Pracy socjalnej z osobami starszymi oraz Kwestii społecznych związanych ze starzeniem się Polaków. Wielokrotnie poddawano już badaniom problematykę starości w percepcji różnych grup wiekowych. Artykuł ten odnosi się do percepcji, jak i potrzeby budowania w świadomości studentów przygotowujących się do zawodu pracownika socjalnego wagi kwestii starzenia się, wychowania do starości oraz samej starości. **Cel.** Celem niniejszej pracy była ocena percepcji starości i starzenia się studentów przygotowujących się do zawodu pracownika socjalnego w Akademii Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej w Warszawie. **Materiał ten,** w nawiązaniu do teorii *successful aging R. Havighursta*, jest próbą ukazania wagi propagowania wiedzy gerontologicznej wśród studentów, prezentowania braku homogeniczności wieku starczego i budowania przestrzeni do starzenia się w pomyślny sposób. To właśnie pracownicy socjalni organizując społeczność lokalną, w związku ze zmianami demograficznymi, będą działali w dużej mierze na rzecz seniorów. **Materiał i metody.** Grupę badaną stanowiło 38 studentów II roku Pracy socjalnej Akademii Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej w Warszawie. W badaniach wykorzystano test zdań niedokończonych własnego autorstwa zrealizowany w dwóch pomiarach – pierwszy przed rozpoczęciem zajęć o tematyce gerontologicznej, drugi po zakończeniu. **Wyniki.** Zgromadzone wyniki poddano analizie jakościowej. W percepcji badanych studentów II roku Pracy socjalnej, przed rozpoczęciem zajęć o tematyce gerontologicznej, dominuje negatywny wizerunek starości we wszystkich aspektach, zarówno biologicznym, psychologicznym, jak i społecznym. **Wnioski.** Wyniki badań wskazują na konieczność propagowania wiedzy gerontologicznej wśród studentów, organizowania praktyk i działań na rzecz seniorów w różnorodnych środowiskach. Rozpoczynanie praktyk w Domach Pomocy Społecznej buduje negatywny wizerunek starości. (*Gerontol Pol 2016, 24, 167-175*)

Słowa kluczowe: starzenie się, starość, studenci o starości, studia pracy socjalnej, praca socjalna z osobami starszymi

Abstract

Introduction. “I am not waiting for the old age” students most often declare on the first classes of the Social work with elderly people and of Socialissue associated with the Poles ageing. Many times the old age was already tested in the perception of all sorts age groups. **Aim.** This article presents how the students preparing for the profession a social worker in the Grzegorzewska University in Warsaw look on the old age and ageing matters. Social workers organising the local community, in relation to demographic changes, will be acting largely for seniors. This material, further to the theory *successful aging R.*, is an attempt to show the importance of the dissemination of gerontological knowledge amongst students, introducing the lack the homogeneity of the senile age and building the space for the ageing in the succesful way. **Material and methods.** The study group consisted of 38 students of the II year of the Social Work in Maria Grzegorzewska University in Warsaw. I used *Incomplete Sentences Blank* of the own authorship, which was made in two measurements – first before beginning classes about the gerontological subject matter, second after the completion. **Results.** Gathered results were subjected to the qualitative analysis. In the perception of examined students of the II year of the Social Work, just before gerontological lessons, a negative image of the old age is dominating in all aspects – biological, psychological and social. **Conclusions.** Results of research are pointing out to the need for the dissemination of gerontological knowledge amongst students, organising practice and action for seniors in diverse circles. Students who starts practice in retirement home (old age home) have the negative image of the old age. (*Gerontol Pol 2016, 24, 167-175*)

Key words: ageing, old age, students for old ages, studies of the social work, social work with elderly people

Wstęp

Starzenie się jest procesem nieuniknionym, wynikającym z kolei następujących po sobie faz życia. Trudno określić jej początek (choć WHO przyjęła jako jej granicę 60 rok życia), przybiera postać niejednorodną. Możemy do niej się przygotowywać, a i tak może nas zaskoczyć. To, co niezmiernie istotne, zwłaszcza w dobie doniesień statystyków o starzejącym się społeczeństwie [1] to fakt, iż Polska starzeje się najszybciej w Europie, co wymaga kształcenia kadry do pracy z osobami starszymi. I nie mam tu na myśli jedynie kadry do opieki i pielęgnacji osób starszych, lecz przede wszystkim profesjonalnych pracowników zajmujących się pracą społeczną i organizowaniem środowiska lokalnego odpowiadającego na potrzeby osób starszych, by chcieli aktywnie starzeć się i partycypować w życiu społecznym swojego miejsca zamieszkania.

Starość nie została jednoznacznie zdefiniowana ani przez nauki biologiczne, ani społeczne. O. Czerniawska definiuje starość jako najbardziej zróżnicowaną fazę życia, uzależnioną od wcześniejszych jego faz i wielu czynników na nie wpływających. Przyjmuje też, że „starzenie się stanowi posuwanie się do przodu w życiu, drogę niekiedy trudną, a niekiedy łatwą. (...) Starzenie się, które polega na przemianach, wymaga akceptacji owych przemian, przystosowania się do nich i odkrycia w nich źródła twórczości. Starzenie się nie jest złem, któremu trzeba się podporządkować, jest powołaniem, na które trzeba umieć odpowiedzieć” [2]. W. Pędich traktuje starość jako pojęcie statyczne i określa ją mianem końcowego okresu starzenia się, wyznaczonego umownie 60 lub 65 rokiem życia i śmiercią, a starzeniu się nadaje charakter dynamiczny, gdyż może ulegać przyspieszaniu lub zwalnianiu. Starzenie się uznał za proces naturalny, długotrwały i nieodwracalny proces fizjologiczny, zachodzący w osobniczym rozwoju żywych organizmów [3]. Z kolei J. Piotrowski uznał starzenie się jako proces zmian zachodzących w organizmie człowieka, które prowadzą do osłabienia funkcji poszczególnych organów i nieuchronnie prowadzą do śmierci [4]. Z kolei W. Frolkis [5] stwierdza, że starzenie się jest jednym z prawidłowych etapów rozwoju osobniczego, w którym zachodzą wraz z wiekiem zmiany neurologiczne i czynnościowe, prowadzące do stopniowego ograniczania możliwości adaptacyjnych ustroju. Starość traktuje on jako okres w życiu następujący po dojrzałości, cechujący się zmianami w narządach i tkankach, które zawężają obszar, w jakim możliwe jest dostosowa-

nie organizmu do zmieniających się warunków środowiska zewnętrznego i wewnętrznego.

Człowiek jest istotą biopsychospołeczną, dlatego też o starzeniu się i starości możemy mówić w trzech wymiarach: fizjologicznym, psychologicznym i społecznym. Fizjologiczne starzenie się łączy się z obniżeniem sprawności w zakresie różnych funkcji i narządów, przewagą procesów katabolicznych nad anabolicznymi, dominacją zmian o charakterze regresyjnym nad procesami odnowy i regeneracji [6]. W okresie starzenia się funkcje poznawcze, takie jak: zakres pamięci, rozległość wiedzy, zasób słów, umiejętności radzenia sobie w trudnych sytuacjach, logiczne myślenie, wykonywanie codziennych złożonych czynności (orientacja w czasie i przestrzeni, prowadzenie domu, samodzielne funkcjonowanie) nie ulegają zmianom, w przeciwieństwie do zdolności przetwarzania nowych informacji, koncentracji uwagi, jej podzielności, zapamiętywania nowych rzeczy, uczenia się. Analiza wielu prowadzonych badań wskazuje, iż mimo zmian w zakresie niektórych funkcji psychicznych, sprawność intelektualna seniorów utrzymuje się na podobnym poziomie do około 60 roku życia [7]. Z kolei zmiana pozycji społecznej osoby starszej determinuje społeczne starzenie się. Człowiek traci rolę zawodową (wraz z przejściem na emeryturę), rodzinną (traci na znaczeniu w obliczu usamodzielniających się dzieci) oraz społeczno-organizacyjną (ma ograniczone kontakty w środowisku lokalnym) [8].

Niemniej jednak należy mieć świadomość, iż starzenie się i starość jest kwestią indywidualną, którą należy rozpatrywać w kontekście uwarunkowań genetycznych, doświadczeń życiowych i umiejętności adaptacyjnych człowieka [9]. Jakość życia w starości zależy od stanu zdrowia seniora, sposobu poznawania świata, stylu funkcjonowania. Równoległe z pogarszającym się stanem zdrowia rośnie niezadowolenie z życia [10]. Starość wymaga pomocy i wielkiego wysiłku jednostki w rozwoju, w pomyślnym przebiegu starzenia się; człowiek dokonuje wyboru stylu życia, wybiera formy i nasilenie aktywności. Po przejściu na emeryturę człowiek może stać się bierny, wycofać z życia społeczne, trwać biernie, ograniczając ruch, kontakty społeczne, minimalizując potrzeby. Grozi to ryzykiem stanu apatii i zaniedbania. Postulowany styl starości i starzenia się obejmuje aktywność, uczestnictwo w życiu społecznym i kulturowym, dbałość o zdrowie fizyczne, refleksyjność nad celem życia. Teoria gerotranscendencji wskazuje wymiar aktywności człowieka do śmierci [11]. Może to przyczynić się do zjawiska tzw. *successful aging*. Co rozumieją gerontolodzy poprzez *udane starzenie się*? Jak można się spodziewać, niejasność terminu *success* w języku angielskim nie pozwala na wprowadzenie

jednej definicji czy też jednego modelu *udanego starzenia się*, który przetrwałby próbę czasu. R. J. Havighurst [12] określił ten termin jako „przyływ energii w późnych latach”, a dalej „czerpanie z życia satysfakcji”.

Jednak również starość ma dwie strony – swoje wartości, ale i deficyty. Analiza literatury wskazuje na wartość: posiadanego czasu na emeryturze, możliwości odpoczynku, pełnego udziału w życiu rodzinnym, zaangażowania społecznego, potrzeby rozwoju, możliwości spędzania czasu ze znajomymi, aktywności edukacyjnej w różnych formach kształcenia, ale też na: zły stan zdrowia, brak ciepła rodzinnego, osamotnienie, brak partnera, niedostatki finansowe, brak aktywności zawodowej, trudności związane z lokomocją, postępem cywilizacyjnym i technicznym, barierami architektonicznymi, czy negatywnym bilansem życia [10, 7].

Sami seniorzy postrzegają swoją starość w sposób heterogeniczny. Z badań zrealizowanych w 2007 przez A. Łukomską i J. Wachowską [13] na grupie seniorów wynika, iż dla 75% badanych starość to okres odpoczynku – 34% zaznaczyło odpowiedź „zdecydowanie tak”, negatywne odpowiedzi stanowiły 25%. 56% badanych określiło starość jako czas radosny, zaledwie 40% była odmiennego zdania, pozostali mieli zdania mieszane. Połowa opowiedziała się, że okres starości jest czasem na realizację marzeń, a 46% miała przeciwne zdanie w tym temacie (raczej nie dla 36% i nie dla 10%). 64% badanych opowiedziało się, iż starość jest dobrym czasem na podjęcie działalności edukacyjnej, chociażby w Uniwersytecie Trzeciego Wieku. Przeciwnicy uczenia się w wieku starczym stanowili 34% badanych osób. Seniorzy niemal jednogłośnie opowiedzieli się, iż starość to czas refleksji nad przeżytym życiem (94%), dla 80% to czas tęsknoty za młodością, 18% nie wspomina tego, co minęło, żyje dniem dzisiejszym. 76% respondentów podziela zdanie, iż starość wyznacza kres życia. 53% respondentów kojarzy starość z chorobami, jednak 46% nie utożsamia się z nią. Dla 78% główną obawę myśląc o swojej starości stanowi niedołężność, jednak dla 52% osoby starsze są i mogą być niezależne. Co trzeci poddany badaniu czuje się samotny.

Celem kształcenia studentów Pracy socjalnej na specjalności Praca socjalna w pomocy społecznej jest umożliwienie zdobycia kwalifikacji niezbędnych do rozwiązywania problemów. Problemy te dotyczą obszarów rzeczywistości społecznej, w których potrzebne jest profesjonalne wsparcie w ramach pomocy społecznej. Ma to miejsce, gdy występuje niewydolność w funkcjonowaniu osobistym i społecznym wynikająca z różnych problemów społecznych, w tym z powodu starości [14].

Biorąc pod uwagę niejednorodność starzenia się i samego okresu starości należy dobrze przygotować przy-

szłą kadre pracującą z i dla osób starszych, ukazując różne aspekty tak zróżnicowanego procesu. Pracując w instytucjach pomocy społecznej, pracownicy będą mieli do czynienia z człowiekiem dorosłym na przestrzeni jego rozwoju, stąd potrzeba ukazywania konieczności pracy nad sobą na rzecz ostatniej fazy życia. Studenci uczestniczący w wykładach z Kwestii społecznych związanych ze starzeniem się Polaków oraz zajęciach z Pracy socjalnej z osobami starszymi w miejscu zamieszkania poznają: wartości i zasady pracy socjalnej w kontekście pracy z osobami starszymi, metody pracy socjalnej, działania bezpośrednie i pośrednie w pracy socjalnej, specyfikę pracy z osobą starszą – typowe problemy, wyzwania dla pracownika socjalnego związane z biopsychospołecznym funkcjonowaniem osób starszych, postawami wobec starości i starzenia się, społecznym stereotypem człowieka starego. Studenci analizują formy pomocy środowiskowej na rzecz osób w podeszłym wieku oraz instytucjonalne formy wsparcia osób starszych, działania społeczne na rzecz ludzi starszych w kontekście funkcjonowania domów pomocy społecznej i organizacji pozarządowych oraz typy i zadania polityki społecznej wobec ludzi starszych. Ćwiczenia umożliwiające pracę zespołową dają szansę na przedyskutowanie obserwowanej i postulowanej rzeczywistości w obszarze pracy socjalnej z osobami starszymi w kontekście ich potrzeb, działań podejmowanych na rzecz przeciwdziałania negatywnemu wizerunkowi starości i starzenia się, organizowania środowiska lokalnego z uwzględnieniem stylu funkcjonowania seniorów. Studenci opracowują też mapę zasobów środowiska lokalnego oraz analizują projekty pomocowe i aktywizacyjne na rzecz i przy współudziale osób starszych (według autorskiego programu przedłożonego w Uczelni jako sylabus do przedmiotu).

Cel pracy

Celem podjętych badań stało się rozpoznanie postrzegania starzenia się i starości przez studentów przygotowujących się do wykonywania zawodu pracownika socjalnego w Akademii Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej w Warszawie. Materiał ten, w nawiązaniu do teorii *sucessfull aging* R. Havighursta, jest próbą ukazania istoty propagowania wiedzy gerontologicznej wśród studentów, prezentowania braku homogeniczności wieku starczego i budowania przestrzeni do starzenia się w pomyślny sposób. To właśnie pracownicy socjalni organizując społeczność lokalną, w związku ze zmianami demograficznymi, będą działali w dużej mierze na rzecz seniorów.

Materiał i metody

Do badania zastosowano test zdań niedokończonych własnego autorstwa, który w jednobrzmiącej wersji został wykonany wśród studentów dwukrotnie – na pierwszym i ostatnim spotkaniu zajęć przedmiotowych z Pracy socjalnej z osobami starszymi w miejscu zamieszkania. Badania wykonano w miesiącach luty – kwiecień 2015 roku, wśród grupy 38 studentów II roku Pracy socjalnej Akademii Pedagogiki Specjalnej im. M. Grzegorzewskiej w Warszawie. Dla zwiększenia wiarygodności uzyskanych odpowiedzi badanie było anonimowe. Moim zamierzeniem było poznanie, jaki obraz starości posiadają studenci Pracy socjalnej przed realizacją zajęć dydaktycznych związanych z tematyką gerontologiczną oraz na ile obraz ten ulega zmianie po realizacji zajęć. Test zdań niedokończonych jest jedną z technik projekcyjnych służących badaniom jakościowym, podczas których respondenci proszeni są o dokończenie zdań rozpoczynających się od podanych słów, dlatego w analizie uzyskanych wyników nacisk położono na jakość i wydźwięk odpowiedzi udzielonych przez respondentów, a nie ilość poszczególnych kategorii odpowiedzi. Poprzez dokańczanie zdań swoją pierwszą myślą, badany często nieświadomie obrazuje swoje reakcje, postawy wobec badanego zjawiska, lęki i obawy, jak i zasoby, czy potrzeby.

Istotą badania było poznanie percepcji studentów na temat starości przed i po realizacji zajęć o tematyce gerontologicznej. Pomiar odbył się dwukrotnie – na pierwszym i ostatnim spotkaniu z przedmiotu Praca socjalna z osobami starszymi w miejscu zamieszkania. Studenci mieli za zadanie dokończyć zdania: Starość dla mnie to..., Starość zaczyna się..., Człowiek stary jest..., Istotna potrzeba człowieka starego..., Czekam/Nie czekam na starość, ponieważ..., Atrybut starości to..., Stary czyli... .

Wyniki

Zgromadzony materiał z testu zdań niedokończonych poddałam analizie jakościowej. *Czym jest zatem starość w percepcji badanych studentów?* Uzyskane wypowiedzi można pogrupować na te o charakterze neutralnym oraz nacechowane emocjonalnie – pozytywnie, jak i negatywnie. Pierwszy pomiar, przed rozpoczęciem zajęć dostarczył odpowiedzi, iż starość to „kolejny etap życia”, „emerytura”, co nie niesie za sobą nacechowania emocjonalnego. Skojarzenia starości z emocjami o zabarwieniu negatywnym to postrzeganie jej jako stanu: „przygnębienia”, „osamotnienia”, „poczucia samotności”. Starość według studentów to także: „ostatni okres

życia”, „ciężki, końcowy etap w życiu” (rozumienie ukazujące koniec wzbudzający lęk), „coś przerażającego, kojarzącego się z cierpieniem”, „sprawa wzbudzająca lęk”, „czekanie na śmierć”. Studenci definiują starość w kategoriach słabości i dysfunkcji społecznych jako: „bezradność starszych, niezrozumianych przez społeczeństwo”, „przykry i samotny okres w życiu”, „czas, w którym jest dużo czasu wolnego i mało możliwości”, „słabość”, „bierność”, „wycofanie”, „trudność w codziennym funkcjonowaniu”, „nuda i monotonia”, „współczucie”, „podeszły wiek uniemożliwiający wykonywanie wielu czynności”, „brak perspektyw”. Znacznie mniej określił nacechowanych emocjami o zabarwieniu pozytywnym pojawia się w pierwszym pomiarze. Mogę wskazać na definicje związane z atrybutem czasu: „czas na to, na co nie było wcześniej”, „czas odpoczynku”, „czas dla siebie”, ze stabilizacją i jej następstwami: „ustabilizowane życie rodzinne i społeczne po 50 roku życia”, „czas łaski”, „szczęście” oraz starość jako coś interesującego: „ciekawny wiek”, „wyzwanie”, „czas z ciekawymi ludźmi”, „to dalej młodość”.

Drugi pomiar ukazuje w rozkładzie przyjętego podziału neutralnych, negatywnych i pozytywnych skojarzeń bardziej równomierne rozłożenie wypowiedzi respondentów na temat starości. Neutralne definiowanie sprowadza się do określeń: „etap w życiu”, „emerytura”, „kolej rzeczy”, „nieunikniony proces, do którego trzeba dorosnąć”, „obszar mojej przyszłej pracy”, „coś, co z pewnością nadejdzie”. Negatywne nacechowanie emocjonalne sprowadza się do percepcji starości przez pryzmat poczucia izolacji społecznej: powtarzające się określenie „osamotnienie”, ciężaru: „ciężki okres w życiu”, „niepotrzebny etap w życiu”, „choroby”, „koniec przyjemności” oraz subiektywnego poczucia lęku przed starością: „coś strasznego”, „coś, czego się obawiam”. Pozytywne nacechowanie emocjonalne ukazuje upatrywanie wartości posiadanego czasu w wieku starym: „możliwość odpoczynku”, „czas wolny od obowiązków rodzinnych, zawodowych”, „czas na zainteresowania, pasje, wakacje”, „czas nasycony radością”, „długi czas na rozwijanie siebie”, „piękny wiek”, „przedłużenie poprzednich faz życia”.

Zrealizowany test zdań niedokończonych ukazuje różnorodność w wypowiedziach studentów w obszarze dookreślenia kiedy zaczyna się starość. *Kiedy zatem zaczyna się starość w percepcji badanych studentów?* W pierwszym pomiarze rozpoczęcie starości wielu respondentów kojarzy wraz z upływem czasu, odnosząc się do wieku metrykalnego, upatrując starość: już po 40, jak też po 60, po 65 i po 70 roku życia. Część identyfikuje starość z emeryturą, z pojawieniem się wnuków i dorosłością dzieci. Studenci identyfikują starość ze

stanem emocjonalnym – „starość zaczyna się, gdy człowiek sam czuje się stary”, „w momencie gdy się temu poddamy”, „w zależności od psychiki i stanu fizycznego”. Prowadząc analizę zgromadzonych wypowiedzi na pierwszy plan wysuwa się jednak upatrywanie rozpoczęcia starości wraz z pojawieniem się dolegliwości fizycznych i idącą za tym potrzebą opieki ze strony środowiska. Dla potwierdzenia przytoczyć można wypowiedzi: starość zaczyna się: „gdy dolegają choroby”, „gdy osoba jest samotna i schorowana”, „gdy wszystko boli”, „gdy człowiek czuje, że traci siłę”, „gdy człowiek potrzebuje pomocy drugiej osoby przy wykonywaniu czynności”, „gdy ktoś poczuje ograniczenie możliwości związane z wiekiem”, „gdy choroba bierze górę nad zdrowiem”, „wraz z problemami zdrowotnymi”. Rozpoczęcie starości skojarzone zostało również z samotnością i monotonią: „gdy człowiek zostaje sam”, „bez pracy i drugiej połówki”, „gdy kończymy pracę”, „kiedy umierają nasi bliscy i człowiek zostaje sam”, „gdy kolejny dzień jest niemal identyczny jak poprzedni”.

Starość w pierwszym pomiarze jawi się studentom jako przykry etap życia, schorowany, niedołączony i samotny, wymagający opieki osób ze środowiska. Taki wizerunek starości w oczach studentów nie zachęca do starzenia się, ani do pracy z osobami starszymi, sprowadzonej właściwie do pomocy w wykonywaniu różnorodnych czynności.

Drugi pomiar rozpoczęcia starości w percepcji studentów, ukazuje znacznie mniej wypowiedzi dotyczących stanu zdrowia jako czynnika wyznaczającego jej moment. Studenci, podobnie jak w pierwszym pomiarze, odnoszą się do wieku metrykalnego, trafniej już określonego: po 60, 65, 70, 80 roku życia; do stanu rodziny (z dużą rozbieżnością): od „gdy pojawią się wnuki”, do „gdy wnuki skończą 18 lat”. Subiektywny stan odczucia („gdy zaczynamy czuć się staro”) oraz „emerytura” również i tutaj jest wyznacznikiem starości. Studenci wskazują na przejście w etap starości w zależności od fizycznego stanu: „gdy zdrowie odmówi nam współpracy”, „gdy zaczynamy chorować”, „gdy aspekty biologiczne nie pozwalają nam pracować”. Starość, według zapytanych, zaczyna się też wraz z poczuciem osamotnienia na skutek pełnionych w środowisku ról: „gdy nie pracujemy i czujemy się nikomu niepotrzebni”, „gdy wszyscy moi bliscy i znajomi umrą”, „po śmierci małżonka”.

Jak identyfikują studenci określenie stary? W pierwszym pomiarze niemal wszyscy do określenia stary dopisali w domyśle człowieka, ukazując kolejnymi określeniami czynnościowymi lub epitetami jego stan. Stary w rozumieniu neutralnym to w pierwszym pomiarze: „starszy ode mnie”, „normalny człowiek”, „w podeszłym wieku”, „ten, który wiele przeszedł”. Stary

wzbudza negatywne emocje związane ze stanem biopsychospołecznym człowieka: „samotny”, „opuszczony”, „narzekający”, „marudny”, „chory”, „zależniony”, „bezradny”, „nieobliczalny w myślach”, „zmęczony”, „niechciany”, „niepotrzebny”, „lekceważony”, „cierpiący”, „wymagający wsparcia”, „słaby”, „borykający się z trudnościami”, „smutny”, „wykluczony”, „powolny”, „z ograniczonymi możliwościami”, „męczący” i „uciążliwy”. Znaleźli się studenci wśród osób badanych, którzy dostrzegają w starym pozytywne aspekty: „taki jak my, ale doświadczony”, „mądry”, „szczęśliwy”, „dalej młody”, „dojrzały emocjonalnie”, „autorytet w rodzinie”, „pogodny”, „aktywny”.

Drugi pomiar w kategorii *określenia stary* dostarcza skojarzeń studentów: „stary, czyli bez obowiązków”, „na emeryturze”. Pozytywnie zabarwione emocje przeważają nad negatywami po zrealizowaniu zajęć przybliżających funkcjonowanie seniorów. Wśród pozytywnych określeń znalazły się: „doświadczony”, „mądry”, „cenny jak antyk”, „jary”, „inteligentny”, „tajemniczy”, „otwarty na nowe możliwości”, „samostanowiący o sobie”, „pełen wigoru”, „spokojny”, „wartościowy”, „młody duchem”, „szczęśliwy”, „dojrzały”, „potrzebny”. Nie zabrakło jednak określeń: „stary, czyli zrzędlawy”, „zmęczony”, „wolny”, „nie jest młodszy”, „nieuprzejmy”, „gadatliwy”, „schorowany”.

Zestawiając określenie stary z człowiekiem starym uzyskano podobne stwierdzenia kończące zdanie *człowiek stary jest...* . W pierwszym pomiarze studenci kończyli: „człowiek stary jest taki jak inni” – to najbardziej neutralne określenie. Wśród wypowiedzi o nasileniu negatywnym znalazły się: „człowiek stary jest osamotniony”, „schorowany”, „smutny”, „zrzędlawy”, „narzekający”, „upierdliwy”, „męczący”, „nie potrafi wielu czynności”, „spychany na margines przez gorsze funkcjonowanie”, „wycofany”, „bierny”, „bezradny”, „zmienny”, „uparty”, „przekorny”, „nieakceptujący niemożności”, „wymaga zainteresowania, pomocy”, „ignorowany”, „czuje się niepotrzebny”, „pomarszczony”, „leniwy”, „bez pomysłów”. Wśród wypowiedzi ukazujących człowieka starego w pozytywnym, wręcz pożądanym świetle jest: „doświadczony”, „szczęśliwy”, „mądry”, „dar dla młodych”, „ciekawym”, „spragnionym ciekawych wydarzeń”.

Drugi pomiar tej kategorii ukazuje różnorodność płynącą z wieku starczego i brak możliwości jednoznacznego doprecyzowania człowieka starego. Brak homogeniczności wieku starego ukazują wypowiedzi: „człowiek stary jest czasem wesoły, czasem smutny”, „czasem aktywny, czasem bierny”. Życie nasze jest zależne od nas, zwracają na to uwagę studenci podkreślający możliwość bycia kreatorem własnego losu: „człowiek sta-

ry jest odpowiedzialny za to jak będzie wyglądała jego starość”, „jest taki, jakim chce być”. Inni odnoszą się do stylu funkcjonowania człowieka starego, który jest: „domatorem”, „działkowcem”, „marudą”. Nie brakuje pozytywnych postrzeżeń seniora w percepcji studenckiej: „doświadczony”, „mądry”, „szczęśliwy”, „miły”, „rozmowny”, „aktywny”, „ma dużo wolnego czasu”, „wolny”, „stara się pokazać, że starość jest piękna”, „normalny człowiek”, „bardzo wartościowy”, „może nam przekazać wiele nauk”, „potrzebny”. Kończąc stwierdzenie człowiek stary jest... studenci wskazali również negatywne aspekty płynące ze starości: „słaby”, „schorowany”, „smutny”, „samotny”, „marudny”, „zależny od innych”, „pełen potrzeb”, „uciążliwy”, „znudzony”, „postrzegany przez społeczeństwo jako niepotrzebny”.

Potrzeby towarzyszą nam przez całe nasze życie. Przyjrzałam się w badaniu, jak studenci postrzegają potrzeby osób starszych. Kończąc zdanie *istotna potrzeba człowieka starego to...* w pierwszym pomiarze uzyskano stwierdzenia odnoszące się do stanu zdrowia: „przeżyć kolejny dzień”, „stanie się osobą samodzielną”, „zdrowie”, kontaktu społecznego: „mieć z kim porozmawiać”, „możliwość kontaktu z innymi”, „kontakt z młodszymi”, „towarzystwo”, „bycie z bliskimi”, „chęć przebywania z nim”, potrzeby wsparcia ze strony innych: „opieka”, „pomoc”, „poczucie bezpieczeństwa”, bliskości rodziny i innych znaczących w życiu: „ciepło rodzinne”, „miłość”, „wsparcie ze strony bliskich”, „okazanie zainteresowania”, „szacunek”, „poczucie bycia potrzebnym”, a także aktywności: „możliwość rozwoju”, „aktywne życie”, „zabawa”.

W drugim pomiarze kategorii potrzeb osób starych studenci również zwracają uwagę na potrzebę bezpieczeństwa („zabezpieczenia materialnego”, „opiekę” czy „okulary”), ale najbardziej wśród zebranych odpowiedzi uwypukla się silna potrzeba afiliacji. Badani studenci wskazują wśród potrzeb seniora: „rozmowę”, „kontakt z innymi”, „szacunek”, „akceptację i potrzebę zrozumienia”, „bycie potrzebnym”, „wsparcie emocjonalne”, „zainteresowanie ze strony rodziny”, „pełnienie roli w życiu”, „potrzebę samorealizacji”, „godne życie”, „spokój” i „odpoczynek”. Drugi pomiar w zdecydowanej mierze ukazuje człowieka starego w aktywnych relacjach społecznych, pracy nad sobą, chęci służebności wobec otoczenia.

Studenci zapytani o *atrybut starości* w pierwszym pomiarze ukazują stereotypowe spojrzenie na starość i człowieka starego. Student kojarzy seniora przez pryzmat przejawów biologicznego starzenia się: „siwe włosy”, „zmarszczki”, „sztuczna szczeka”, „zakola”, „laska”, „kula”, „ustępowanie miejsca w autobusie”, „choroba”, „niesamodzielność”, „duża ilość leków”, „wózek

na zakupy”, sposobu spędzania czasu wolnego: „dużo czasu wolnego”, „spokój”, „telewizor”, „odpoczynek”, „ciepły koc”, „obrazki świętych”, „herbata w szklankach”, czasu wpływającego na „doświadczenie” oraz mijania: „samotność”.

Drugi pomiar sprowadza atrybut starości podobnie jak pierwszy, do widocznych naocznie śladów upływającego czasu, takich jak: „siwe włosy”, „broda”, „wąsy”, „zmarszczki”, „choroba”, „pochylona postawa ciała”, substytutów niedomagań fizycznych: „laska”, „okulary”, lecz także „życiowe doświadczenie”, „mądrość” oraz możliwości gospodarowania czasem wolnym: „odpoczynek”, „rower”, „dużo czasu wolnego”, „Klub Seniora”, „dużo możliwości”, „swoboda”.

Studenci zostali poproszeni o wybór i dokończenie stwierdzenia *Czekam lub Nie czekam na starość, ponieważ...* Pierwszy pomiar wskazuje u wielu, iż starość wywołuje lęk i strach. Niejeden ze studentów deklaruje, iż nie czeka na starość, wypowiadając się: „boję się, że nie będę wiedziała co z sobą zrobić”, „bardzo się jej boję, kojarzy się z ograniczeniem i nudą”, „boję się samotności i choroby”, „obawiam się, że będę smutna, przygnębiona i niezadowolona z życia jak większość seniorów, których obserwuję”, „boję się samotności i śmierci”, „boję się jej”. Inni nie czekają na starość upatrując w młodości dużej wartości: „nie myślę o niej, żyję pełnią życia, bawię się, korzystam z młodości”, „życie w młodości jest fajne, ciekawe, szczęśliwe”, „jest mi dobrze mając 21 lat i mając to wszystko, co teraz”, „chcę móc cieszyć się życiem”. Wielu z badanych upatruje negatywne aspekty starości, niedostatki: „człowiek jest wtedy samotny, bezradny i schorowany”, „nie otrzymuje zrozumienia, nie radzi sobie sam z wszystkimi sprawami”, „nie chcę być chora i potrzebować pomocy od innych”, „chcę być zawsze aktywna, samodzielna i gotowa do działania i realizacji planów”. Spośród badanych są i tacy, którzy zdecydowali się na wybór stwierdzenia, iż czekają na starość, argumentując słowami: „jestem ciekawa jaka będę – czy podobna do mamy i babci, czy całkiem inna”, „przekonam się ile można osiągnąć”, „ludzie starsi są szczęśliwi”, „chcę zobaczyć jak poukłada się moje życie i poznać moje wnuki”, „chcę dożyć pięknego wieku”.

Również w drugim pomiarze respondenci zmierzli się ze zdaniem *Czekam/Nie czekam na starość, ponieważ...* i ponownie wyrazili swoje obawy przed nią. Z perspektywy dwudziestolatka starość jest okresem odległym, ale też odbierającym atuty płynące z młodzieńczej zabawy i radości, niekiedy bez troski. Stąd wypowiedzi studentów: „cieszę się młodością”, „jeszcze chcę cieszyć się młodością”, „chcę jak najdłużej cieszyć się młodością”, „mimo wszystko młodość jest najpiękniej-

sza”, „trzeba żyć chwilą”, „chciałabym być zawsze młoda”, „dobrze jest tak, jak jest teraz”, „żyję tym, co mam, każdym dniem”. Inni czują potrzebę spełnienia obowiązku nim nadejdzie starość: „chcę jeszcze wiele zrobić, nie tylko dla siebie, ale i dla innych”, „mam jeszcze wiele do zrobienia jako młody człowiek”. Starość jest też w pewnym stopniu nieprzewidywalna, możemy nad nią pracować, jednak nie do końca wiadomo, czego się możemy po niej spodziewać, stąd obawy przygotowujących się do zawodu studentów: „boję się jej” to najczęstszy argument, od przyziemnego: „boję się zmarszczek”, po bardziej uzasadnione: „boję się sytuacji ekonomicznej”, „boję się samotności”, „boję się wykluczenia”, „boję się, że będę dla kogoś ciężarem”, „starość jest smutna” i wreszcie po skojarzenie z tym, co nieuchronne w życiu każdego: „przybliży do śmierci”, „boję się śmierci”. Wśród badanych, także po zrealizowanym programie przedmiotu Praca socjalna z osobami starszymi w miejscu zamieszkania, głęboka refleksja nad starością i organizowaniem przestrzeni dla seniorów, nie wyeliminowała oczekiwań wobec starości. Są wśród badanych ci, co mówią: „czekam na starość, ponieważ nie mogę doczekać się wnuków”, „to dobry czas”, „starsi ludzie są szczęśliwi”, „chcę założyć dom i rodzinę”, „będę mogła robić to, na co nie miałam czasu wcześniej”, „żeby mieć czas na wszystko”, „będę miała dużo wolnego czasu”, „jestem ciekawa, jaka będzie”, „chcę aktywnie przeżyć całe swoje życie” po świadome: „na tym etapie życia mam bardzo pozytywny obraz swojej starości”, „jest to naturalne i nieuniknione”.

Omówienie

W percepcji badanych studentów II roku Pracy socjalnej, przed rozpoczęciem zajęć o tematyce gerontologicznej, dominuje negatywny wizerunek starości we wszystkich aspektach, zarówno biologicznym, psychologicznym, jak i społecznym. Starość biologicznie kojarzy się głównie z chorobami, zniedołężnieniem, koniecznością opieki ze strony innych, brakiem możliwości wykonywania niektórych czynności. Psychologiczny aspekt starości przejawia się w skojarzeniach ze smutkiem, osamotnieniem, marudnością. Natomiast społeczny wymiar starości postrzegany jest przez młodych przez pryzmat samotności, braku bliskich osób, wycofania się z aktywnego życia, utraty pełnionych dotąd ról społecznych.

Drugi pomiar, po zrealizowaniu zajęć dydaktycznych z Pracy socjalnej z osobami starszymi w miejscu zamieszkania, ukazuje głębszą refleksję młodzieży nad starzeniem się i starością. Realizacja przedmiotu osiągnęła swoje zamierzenie w zakresie zmiany poglądu o osobach starych, różnorodności wieku starczego, uwrażliwienia

na potrzeby seniorów, możliwość ich partycypacji w życiu społecznych. Po zajęciach studenci dostrzegli niejednorodność starzenia się i starości, wpływ aktywności własnej człowieka na jakość starzenia się i starości, spojrzeli na seniorów z perspektywy ich potrzeb, a nie tylko funkcjonujących stereotypowych przeświadczeń. Dostrzegli seniorów sprawnie funkcjonujących w miejscu zamieszkania, nie patrzyli jedynie przez pryzmat pensjonariusza Domu Pomocy Społecznej, z którym mieli styczność na pierwszych praktykach realizowanych w ramach studiów. Dostrzegli możliwości środowiskowych form pomocy, w tym miejsc i placówek sprzyjających aktywizacji osób starszych, których wcześniej nie dostrzegali nawet w najbliższym sobie środowisku.

Zrealizowane pomiary są dowodem na znaczenie ukazywania na zajęciach dydaktycznych różnorodności starości, jej faz, stylów funkcjonowania osób starszych, postaw wobec starości, możliwości środowiskowych form pomocy. Ważne z punktu widzenia przyszłych pracowników socjalnych, organizatorów społeczności lokalnej, zwłaszcza w perspektywie starzejącego się społeczeństwa, jest rzetelne przygotowanie ich do szeroko rozumianej pracy socjalnej z osobami starszymi w miejscu zamieszkania. Podczas kształcenia ukazywać należy znaczenie lokalnej polityki społecznej, ze szczególnym uwzględnieniem polityki optymalizującej zaspokajanie potrzeb osób starszych. Poprzez różne formy podejmowanej aktywności należy wyczulić studentów na obserwowanie środowiska w zakresie działań na rzecz seniorów. Podczas realizowanych zajęć dokonują tego poprzez wprowadzenie zadania realizowanego w zespołach 2-3-osobowych pod nazwą: mapa potrzeb i zasobów seniorów w miejscu zamieszkania. Studenci dookreślają samodzielnie wybrany teren funkcjonowania osób starszych (miejscowość, dzielnicę, osiedle, wieś) oraz analizują dostępne środowiskowe zasoby (instytucje, miejsca, ludzie, inicjatywy) realizujące działania optymalizujące zaspokajanie potrzeb seniorów. Dla głębszego zrozumienia zadania, studenci łączą analizę zasobów środowiska ze stylem funkcjonowania seniora, jego potrzebami oraz wsparciem społecznym uzyskiwanym dzięki podejmowanym działaniom.

W trakcie kształcenia należy prezentować, ale też zachęcać do samodzielnego wyszukiwania projektów aktywizujących seniorów, projektów finansujących działalność w zakresie edukacji, integracji wewnątrz- i międzypokoleniowej, aktywności społecznej, partycypacji społecznej seniorów oraz usług na ich rzecz. Dla zwiększenia atrakcyjności zajęć, jak również uwiarygodnienia podejmowanej tematyki na zajęcia można zapraszać osoby starsze, ale i te, które z nimi i/lub na ich rzecz pracują, prezentować materiały ukazujące spełnioną starość.

Dyskusja

W świetle dotychczasowych badań potwierdza się teza, iż młodzi ludzie mają smutny wizerunek starości; a osób starszych – samotnych, odizolowanych, schorowanych, wymagających opieki.

Badania postaw młodzieży akademickiej wobec starości prowadzone przez G. Miłkowską [15] ukazały tendencję do spolaryzowanych postaw. W toku analizy potwierdziło się założenie, iż na postawy młodych oddziałują stereotypy myślowe. Na stosunek do osób starszych mają wpływ media, które niekorzystnie przedstawiają wizerunek osób starszych. Studentom starość jawi się z: wykluczeniem społecznym, osłabieniem autorytetu, niesprawnością intelektualną i fizyczną, potrzebą ciągłej opieki, chorobami, poczuciem biedy, bezradnością i słabością. Utożsamiają oni człowieka starego z własną babcią i dziadkiem, jak również z człowiekiem po 40. roku życia (podobne wyniki uzyskano w badaniach własnych). W ich opinii ludzie starzy mają problemy z uczeniem się nowych zachowań, przez co wracają do starych i utartych zachowań, a ich życiu towarzyszy poczucie izolacji i osamotnienia, cechuje ich zależność, potrzeba wsparcia innych oraz kłopoty związane z postępem technologicznym. Badania wykazały porównywalną liczbę studentów mających negatywny, co pozytywny stosunek do osób w wieku starszym. Wielu z nich traktuje seniorów jako pozytywny wzorzec, dojrzałych, rozważnych i aktywnych zawodowo oraz życiowo. Porównywalna liczba opowiedziała się za wizerunkiem seniora biernego, słabego, rozgoryczonego, nieudolnego życiowo. Ankietowani studenci różnią się w zakresie posiadanych postaw wobec własnych dziadków, a obcych osób starszych. Bliskich, w przeciwieństwie do obcych, traktują z szacunkiem i uczuciami, którymi ich darzą. Podobne rezultaty uzyskano w badaniach własnych. Studenci definiują starość głównie w kategoriach słabości i dysfunkcji. Drugi pomiar ukazuje równomierne rozłożenie negatywnych, pozytywnych i neutralnych skojarzeń ze starością.

Warto zwrócić uwagę na badania CBOS, wykazujące, iż 9% badanych respondentów uznaje seniorów za obciążenie. 25% uważa, iż społeczeństwo odnosi się do nich życzliwie, a 57% dostrzega umiarkowaną życzliwość [16].

O. Dąbska, K. Pawlikowska-Łagód, J. Piasecki, K. Śledziwska i E. Humeniuk [17] badając opinie studentów, uzyskali wyniki, iż najczęstszym skojarzeniem ze starością są zmiany w wyglądzie fizycznym i ograniczenia sprawności fizycznej. Mimo pozytywnej postawy studentów wobec seniorów, zdecydowana większość respondentów jest zdania, że seniorów dotyka samotność,

do której przyczyniają się izolacja, opuszczenie, odrzucenie, ograniczenie kontaktów, problemy ze zdrowiem, wykluczenie seniora ze środowiska społecznego. Badania własne również ukazały postrzeganie starości przez pryzmat poczucia izolacji społecznej seniorów.

A. Chabior [18], powołując się na tezę A. Kamińskiego, iż do starości należy przygotowywać nie tylko człowieka starszego, ale i młodych ludzi, pisze o konieczności kształcenia studentów w zakresie gerontologii społecznej. Uważa ona, iż gerontologia przybliży wiedzę o człowieku dorosłym i starzejącym się, o biologicznych, psychologicznych i społecznych uwarunkowaniach funkcjonowania człowieka starego, motywacji do działania, potrzebach i możliwościach ich zaspokajania. Zajęcia te kreują też pozytywny wizerunek człowieka starego, zwracają uwagę na kulturowe znaczenie starości i osób starych w społeczeństwie. Postuluje wyznaczenie zasadniczych kierunków nauczania i kształcenia gerontologicznego (kształcenie do opieki, aktywności, aktywizacji i obecności osób starszych w środowisku lokalnym, do wolnych wyborów kreowania swojego życia).

Także G. Miłkowska [15] rozważa zagadnienie starości we współczesnej edukacji, postulując wczesną edukację dzieci i młodzieży w szacunku wobec osób będących w trzecim wieku, w przeciwnym razie, stosunek młodych będzie nieprzychylny starości.

A. A. Zych [19] przyjął stale rosnący wskaźnik osób starszych w społeczeństwie jako czynnik nakłaniający do głoszenia tezy o konieczności rozwijania gerontologii i włączania jej do treści kształcenia akademickiego.

Wnioski

W trakcie prowadzonych zajęć o tematyce gerontologicznej, prowadzonych obserwacji i rozmów ze studentami, analizowania literatury przedmiotu, nasuwa się wnioski, by w zakresie kształcenia praktycznego przyszłego pracownika socjalnego wzmacniać problematykę starości. Przedmioty o problematyce gerontologicznej powinny wyprzedzać realizowanie praktyk studenckich w instytucjach dedykowanych seniorom. Realizacja zajęć ze studentami dostarcza wrażenia, iż rozpoczynanie praktyk zawodowych w Domach Pomocy Społecznej, niejednokrotnie przyczynia się do wbudowania przekonania wśród przygotowujących się do pracy socjalnej, iż to najczęściej spotykany obraz starości, a praca z osobami starszymi sprowadza się do rozmowy, zaparzenia herbaty, spaceru, gry. DPS niejednokrotnie stereotypizują wizerunek osoby starszej w percepcji studentów, jako chorej, zniedołężniałej, samotnej; ukazują starość kojarzącą się z cierpieniem, smutkiem, zależnością, przygnębieniem, wywołując wobec niej lęk i obawy. Może

to przyczynić się do powstania barier w kolejnych latach studiów w zakresie zainteresowań tematyką gerontologiczną, chęci podjęcia pracy zawodowej z tą grupą społeczną, a nawet podejmowania rozmów o potrzebie aktywizacji osób starszych. Praktyka zawodowa realizowana w DPS jest istotna z punktu widzenia przyszłego pracownika socjalnego, jednak dla potrzeb wszechstronnego przygotowania do wykonywania zawodu należy równocześnie włączyć hospitacje różnych placówek dedykowanych osobom starszym, by wykluczyć pojawienie się stereotypu smutnej, samotnej i zależnej starości. W świetle prognoz demograficznych wiele możliwości

daje przedmiot o nazwie Projekt socjalny (warsztaty w terenie); to przestrzeń do realizacji projektów socjalnych na rzecz i przy współudziale seniorów. Nadmienić można, iż organizowanie spotkań pokoleń znacznie zmniejsza bariery poznawcze między generacjami i sprzyja przełamaniu wielu stereotypów w obu grupach, ukazując wartość solidarności międzypokoleniowej.

Konflikt interesów/Conflict of interest

Brak/None

Piśmiennictwo

1. Prognoza ludności na lata 2000-2035. Warszawa: GUS; 2009.
2. Czerniawska O. Drogi i bezdroża andragogiki. Łódź: Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi; 2000: 118.
3. Pędich W. Postulaty Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego dotyczące opieki nad ludźmi starymi w reformowanym systemie ochrony zdrowia w Polsce. W: Sytuacja zdrowotna osób w starszym wieku w Polsce. Aspekt medyczny i społeczno-demograficzny. Materiały seminarium naukowego. Łódź: Wyd. Szkoła Zdrowia Publicznego; 2000. s. 19-20.
4. Piotrowski J. Miejsce człowieka starego w rodzinie i społeczeństwie. Warszawa: Państwowe Wydawnictwo Naukowe; 1973.
5. Chabior A. Rola aktywności kulturalno-oświatowej w adaptacji do starości (w świetle badań seniorów z rodzin kieleckich). Radom-Kielce: Ośrodek Kształcenia i Doskonalenia Kadr; 2000. s. 22-28.
6. Krzyżowski J. Psychogeriatrya. Warszawa: Wydawca Medyk; 2004.
7. Steuden S. Psychologia starzenia się i starości. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN SA; 2011. s. 32-54.
8. Łój G. Poczucie kontroli a poziom lęku u ludzi starszych. W: Krzyszkowski J., Majer R. Problemy społeczne, pomoc społeczna, praca socjalna. Wymiar polski i europejski. Częstochowa: Wydawnictwo Ośrodka Kształcenia Służb Publicznych i Socjalnych – Centrum AV; 2004. s. 86-97.
9. Bee H. Psychologia rozwoju człowieka. Poznań: Wydawnictwo Zysk i S-ka; 2004.
10. Trafiałek E. Starzenie się i starość. Wybór tekstów z gerontologii społecznej. Kielce: Wszechnica Świętokrzyska; 2006.
11. Czerniawska O. Edukacja jako pomoc w rozwoju w ujęciu andragogiki i gerontologii. W: Marynowicz-Hetka E. (red.). Pedagogika społeczna. T. 2. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN; 2006. s. 433-443.
12. Bearon L. B. Successful Aging: What does the „good life” look like? Concepts in Gerontology 1996; 3. Online: <https://ncsu.edu/ffci/publications/1996/v1-n3-1996-summer/successful-aging.php>, dostęp na dz. 25.04.2015.
13. Łukomska A, Wachowska J. Seniorzy o swojej starości. Ger Pol. 2008;16(1):51-5.
14. <http://www.wsns.aps.edu.pl/kierunki-studi%C3%B3w-i-specjalno%C5%9Bci/praca-socjalna.aspx>, dostęp na dz. 25.04.2015.
15. Miłkowska G. Analiza postaw społecznych wobec ludzi starszych na podstawie opinii studentów. Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie 2014; t. XVI: 177-192.
16. Wądlowska K. Polacy wobec ludzi starszych i własnej starości. Warszawa: Centrum Badania Opinii Społecznej; 2009.
17. Dąbska O, Pawlikowska-Łagód K, Piasecki J, Śledziwska K, Humeniuk E. Starość i samotność osób starszych w percepcji ludzi młodych. Med Ogól Nauki Zdr. 2016;22(2):140-4.