

**DZIAŁ SPECJALNY: WYBRANE PROBLEMY PSYCHOLOGII
STARZENIA SIĘ**
[Special section: Selected problems of psychology of ageing]
(Redaktor gościnnie: Hanna Liberska)

**WPROWADZENIE: PÓZNA DOROSŁOŚĆ –
OKRES BEZNADZIEI CZY NIEWYKORZYSTANEGO POTENCJAŁU?**

Hanna Liberska
Instytut Psychologii UKW
Bydgoszcz

Wielu ludzi obawia się starości, niektórzy lękają się jej, ale są i tacy, którzy przyjmują ją z radością. Dlaczego chcemy uciec od starości? Dlaczego, gdybyśmy mieli wolny wybór między starością a młodością, to wielu wybrałoby młodość? Zdaniem wybitnego filozofa Leszka Kołakowskiego (2008, s. 167), tym co: „w młodości jest atrakcyjne, jest rzeczywistość niezakończenia, albo poczucie otwartości życia”.

Niestety, rozwój biologiczny ma swój stały cykl: ma swój początek i koniec, a rozwój człowieka, na wszystkich wymiarach, zamyka się w tych granicach. Stosunkowo rozpowszechnione i trwałe jest przekonanie, iż jedynie w początkowych jego fazach możliwy jest wzrost i rozwój. Świadomość nieuchronności negatywnych zmian w strukturze organizmu i jego fizjologii, spadku sił fizycznych, i będących ich konsekwencją, zmian w wyglądzie powoduje, że dość wcześnie kształtują się na ogół negatywne postawy wobec starości. W istotny sposób przyczyniają się do ich powstania zmiany w sytuacji ekonomicznej i społecznej ludzi w związku z ich wejściem w ostatni okres rozwoju. Kolejnym ich uwarunkowaniem są negatywne stereotypy funkcjonujące w niektórych kręgach środowiskowych (por. Miluska, 2008). W tym świetle nie może nikogo dziwić, że dla wielu ludzi zaliczenie ich przez innych i/lub przez samych siebie do grupy „starych” jest doświadczeniem krytycznym, które wiąże z drastycznym pogorszeniem jakości życia.

Na gruncie współczesnej psychologii powszechnie akceptowana jest teza głosząca, że człowiek rozwija się przez całe życie, także w jego ostatnich latach. Niewątpliwie z wiekiem ubywa sił fizycznych i pogarsza się zdrowie somatyczne, jednak

Adres do korespondencji: hanna.liberska@op.pl

ontogenetyczne zmiany rozwojowe psychiki nie muszą w całości przebiegać zgodnie z kierunkiem zmian biologicznych, chociaż często przebiegają według podobnego wzoru. Struktury psychiki podlegają zmianom o charakterze ontogenetycznym, które polegają na dodawaniu, substytucji, modyfikacji, inkluzji i mediacji (por. Flavell, 1977; Tyszkowa, 1996). Ich efektem jest uzupełnianie wcześniejszych procesów i struktur przez nowe treści, zastępowaniu przez młodsze procesy i struktury – ich starszych odpowiedników, wyłanianiu się nowych czynności lub funkcji poprzez różnicowanie, uogólnianie ich wcześniejszych postaci, stopniowa hierarchizacja coraz bardziej zintegrowanych struktur będących warunkiem koniecznym nowej zmiany. Stanowią one podstawę wnioskowania o możliwościach pozytywnego starzenia się i optymalizacji rozwoju w okresie późnej dorosłości.

Rozwój człowieka w późnej dorosłości ma przebieg wielokierunkowy, który ponadto cechuje się zróżnicowaniem indywidualnym. Kierunki i wzory zmian rozwojowych w tym ostatnim okresie życia pozostają pod wyraźnym wpływem nie tylko czynników biologicznych, w tym genetycznych, ale też wcześniejszych trajektorii rozwojowych (Bertrand, Lachman, 2003). Doświadczenia wyniesione z wcześniejszych okresów tworzą struktury psychiki, które stanowią podstawę kolejnych zmian rozwojowych. Nowe informacje odbierane przez jednostkę, także w okresie późnej dorosłości, podlegają obróbce poznawczej, emocjonalnej i ewaluatywnej w już funkcjonujących strukturach doświadczenia – stając się ich integralną częścią. W ramach koncepcji strukturacji i restrukturyzacji autorstwa M. Tyszkowej (1996), przebudowa struktur doświadczenia jest istotą zmian. W tym świetle zasadna wydaje się teza głosząca, że rozwój indywidualny (zmiany rozwojowe) trwa tak długo, jak długo jednostka podejmuje aktywność eksploracyjną i zdolna jest gromadzić i wytwarzać nowe informacje. Jednak rozwój indywidualny podlega regulacji nie tylko przez czynniki wewnętrzne, ale też przez czynniki zewnętrzne, także o charakterze materialnym.

Liczne obserwacje wskazujące na obniżanie się subiektywnego poczucia dobrostanu ludzi w okresie późnej dorosłości w powiązaniu z danymi demograficznymi wskazującymi na zwiększanie się populacji ludzi w wieku powyżej 65 roku życia, uzasadniają zainteresowanie badaczy i praktyków (psychologów, pedagogów, socjologów, lekarzy, prawników i innych) tym okresem rozwojowym.

Kierując się przesłankami naukowymi i wagą problemów związanych ze starzeniem się, które mają nie tylko wymiar jednostkowy, ale również ogólnospołeczny, przedstawiamy zainteresowanemu nimi Czytelnikowi cztery wyselekcjonowane artykuły. Prezentują one rozważania teoretyczne oraz wyniki oryginalnych badań poświęconych podstawowym problemom okresu późnej dorosłości. Ich autorzy reprezentują szeroki wachlarz subdyscyplin psychologii i zróżnicowane podejścia teoretyczno-empiryczne. Treść artykułów odzwierciedla, przynajmniej w pewnym stopniu, szeroki wachlarz problemów późnej dorosłości ujmowanych z różnych perspektyw: psychologii poznawczej, rozwojowej i klinicznej. Odmienne płaszczyzny interpretacji zebranych wyników badań empirycznych wzbogacają wiedzę na temat potencjału człowieka „starego”, jego zasobów i ograniczeń, nie zawsze o uwarunkowaniach podmiotowych, często zdeterminowanych czynnikami zewnętrznymi (społecznymi, medycznymi, ekonomicznymi), a najczęściej wynikających ze wzajemnych interakcji intensywnie prze-

kształcających się struktur umysłu i ciągle dynamicznych procesów psychologicznych, społecznych i biologicznych.

Najnowszy tom *Polskiego Forum Psychologicznego* otwiera artykuł Marii Finogenow pod tytułem „Psychologiczne uwarunkowania zadowolenia z życia w wieku emerytalnym – wyniki modelowania równań strukturalnych”. Autorka podejmuje trud wyjaśnienia uwarunkowań jakości życia ludzi w późnej starości i rozpoznania możliwości jego podniesienia. Referuje wyniki szeroko zakrojonych badań własnych nad najważniejszym wydarzeniem krytycznym tego okresu, jakim jest przejście na emeryturę i ich wybranymi determinantami osobowościowymi. Autorka sięga po prawdopodobnie najbardziej znany model konstrukcji osobowości, jakim jest tak zwana „Wielka Piątka” Costy i McCrea i dostarcza empirycznych podstaw dla hipotezy głoszącej, że czynniki w nim uwzględnione mogą wpływać bezpośrednio na poziom zadowolenia z życia, jak i pośrednio – modyfikując poziom innych znaczących determinant. Rezultaty badań stwarzają empiryczne podstawy do opracowania specjalistycznych programów profilaktyki starości, które powinny prowadzić do rozwoju poczucia koherencji i wzmacniać motywację do osiągania ważnych celów osadzonych w perspektywnych koncepcjach życia.

Dorota Niewiedział przedstawia artykuł pod tytułem „Formalne i treściowe aspekty pojęcia aktywności ludzi starych”, w którym stara się ukazać przemiany rozwojowe aktywności w ramach wybranych teorii i koncepcji filozoficznych i psychologicznych. Odwołując się do wyników wielu badań, w tym badań własnych, formułuje wnioski dotyczące związków pomiędzy satysfakcją życiową emerytów a stanem zdrowia, stabilnością sytuacji ekonomicznej starszego człowieka, a także charakterem relacji łączących go z dziećmi. Autorka podkreśla wagę satysfakcji, której źródłem są role społeczne, w szczególności role rodzinne, dla zmian aktywności w okresie późnej dorosłości. Ponadto zwraca uwagę Czytelnika na negatywny wpływ bierności we wcześniejszych okresach rozwojowych na możliwości rozwoju aktywności w późnej dorosłości.

Trzeci z prezentowanych tekstów, autorstwa Ludwiki Wojciechowskiej, nosi tytuł „Style starzenia się a subiektywny dobrostan kobiet w późnej dorosłości, studiujących na Uniwersytecie Trzeciego Wieku”. Badaczka, odwołując się do prac Baltesa (1987, 1997) przyjmuje założenie o istnieniu mechanizmu kompensacji kulturowej umożliwiającego rozwój w przypadku występowania ubytków w strukturach biologicznych. Rozpoznanie tego mechanizmu jest szczególnie istotne z punktu widzenia poszukiwań możliwości rozwoju indywidualnego w wieku senioralnym i budowy programów stymulujących aktywność prorozwojową.

Analiza wyników uzyskanych dzięki zastosowaniu oryginalnej koncepcji badawczej doprowadziła Autorkę do stwierdzenia, że kobiety o *stylu dojrzałym* doświadczają wyższego poziomu dobrostanu w zakresie celu życiowego, społecznego wkładu i zadowolenia z różnych sfer życia, niż kobiety prezentujące styl *bujanego fotela* lub styl *opancerzony*. Mają poczucie sensu życia, przejawiają zorientowanie na przyszłość i nie obawiają się nowych wyzwań. Uczestnictwo w programach adresowanych do osób w starszym wieku jedynie w pewnym stopniu poprawia subiektywne poczucie

dobrostanu, co wskazuje na konieczność podjęcia przez specjalistów prac nad innymi, bardziej efektywnymi, rozwiązaniami.

Ostatni z publikowanych w tym tomie tekstów, przygotowany przez Ludmiłę Zając-Lamparską, nosi tytuł „Współczesny obraz człowieka starszego wśród młodych dorosłych”. Autorka przedstawia w nim wyniki badań własnych nad obrazem człowieka starszego u współczesnych młodych dorosłych. Generalnie młodzi dorośli mają pozytywny obraz ludzi „starych”, jednak jego specyficzne rysy pozostają pod wpływem między innymi różnych aspektów starości oraz płci badanych. Badania potwierdziły występowanie wśród młodych kobiet zjawiska określanego przez E. Palmore’a (1999) jako pozytywne uprzedzenia wiekowe przejawiającego się w bardziej pozytywnej ewaluacji ludzi starszych niż wśród młodych mężczyzn.

Po zapoznaniu się z wybranymi czterema artykułami nasuwa się jednak pytanie: jakie czynniki mogą ochronić człowieka przed „widmową starością”? Wydaje się, że w przypadku niektórych młodych ludzi, pomocny – paradoksalnie – może być niepokój, nawet lęk przed starością widzianą z perspektywy wielości ograniczeń. Może on stanowić siłę motywującą ich do wczesnego zatroszczenia się o jak najpełniejsze wykorzystanie potencjału własnego i potencjału środowiska. Jednak w odniesieniu do większości, która ma bardziej niejednoznaczny obraz starości i starego człowieka zasadne wydaje się podjęcie działań ukierunkowanych na minimalizowanie ryzyka przejścia negatywnego stereotypu starości jako czasu beznadziei.

Warto kontynuować badania – mieszczące się w zaprezentowanym tu nurcie – które są skoncentrowane na zidentyfikowaniu czynników psychospołecznych, behawioralnych i fizjologicznych istotnych dla podniesienia jakości życia obecnej generacji ludzi „starych”. Zgodne z podejściem ciągu życia (*life-span*), badania podłużne dają szansę rozpoznania rozwojowych zmian związków między przebiegiem procesów psychologicznych i ukształtowaniem struktur osobowości we wcześniejszych okresach rozwojowych a zasobami późnej dorosłości. Ich wyniki mogą okazać się wartościowe z punktu widzenia tworzenia programów profilaktyki skierowanych do młodszej generacji – stymulujących mechanizmy wspierające adaptacyjne funkcjonowanie i zdrowie w późnej dorosłości. Wówczas, w ostatnim okresie życia, jednostka może unikać niepokojów, poczucia straty, niespełnienia i skupić się na poszukiwaniu nowych perspektyw rozwojowych związanych z powiększającymi się każdego dnia zasobami własnymi i kulturowymi.

Literatura cytowana

- Baltes, P. B. (1987). Theoretical propositions of life-span developmental psychology: On the dynamics between growth and decline. *Developmental Psychology*, 23, 5, 611-626.
- Baltes, P. B. (1997). On the incomplete architecture of human ontogeny: Selection, Optimization, and Compensation as foundation of developmental theory. *American Psychologist*, 52, 366-380.
- Bertrand, R. M., Lachman, M. E. (2003). Personality Development in Adulthood and Old Age. W: R. M. Lerner, M. A. Easterbrooks, J. Mistry (red.) *Handbook of Psychology: Developmental Psychology* (t. 6, s. 463-485). Hoboken, New Jersey: John Wiley, Inc.

- Flavell, J. H. (1977). *Cognitive development*. Englewood Cliffs: Prentice-Hall.
- Kořakowski, L. (2008). *Mini wykłady o maxi sprawach*. Kraków: Wydawnictwo Znak.
- Miluska, J. (2008). *Obrazy społeczne grup narażonych na dyskryminację*. Poznań: Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Palmore, E. (1999). *Ageism. Negative and positive*. New York: Springer Publishing Company.
- Tyszkowa, M., Przetacznik-Gierowska, M. (1996). *Psychologia rozwoju człowieka*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.