



**Małgorzata Dobrowolska**

Katedra Psychologii Pracy i Organizacji,  
Wydziału Pedagogiki i Psychologii, Uniwersytet Śląski  
E-mail: malgorzata.dobrowolska@us.edu.pl

**Agnieszka Labus**

Katedra Urbanistyki i Planowania Przestrzennego,  
Wydziału Architektury, Politechnika Śląska  
E-mail: agnieszka.labus@polsl.pl

Praca, nauka, czas wolny jako trzy  
determinanty odnowy przestrzeni  
miast europejskich w XXI wieku  
w kontekście starzenia się  
społeczeństwa - zarys problemu  
i koncepcja badań / *Work, education, leisure  
time as a three determinants of urban renewal  
of European cities in the XXI century in the context  
of an aging population - an outline of the problem  
and concept study*

**Abstract**

The aim of the article is to present a concept of research - related to urban renewal directions of urban spaces and an aging population in the context of three basic activity in human life, such as: work, education, leisure time. Urban space should respond to the needs of a diverse society, that limited in this research project for the elderly, and the aging society should function effectively, so it is necessary to apply essential humanistic approach to urban planning and design. The purpose of this article is response to answer the question of how space should be designed that older people can fulfill their needs for work, education and leisure? The inspiration for this research is skipping the area in terms of urban planning and urban design in the context of three major human activity in Poland.

The article uses an interdisciplinary approach in two key disciplines: architecture and urban planning, and psychology. In three spatial scales: macro, meso and micro authors presented the concept of research

directions of urban renewal (dynamic, stable and shrinking) in the context of demographic changes (three age groups of an aging population), take into account lower level of human activity: work, study and leisure time. The whole concept of research is a proposal of approach for a research study on problems instead of demographic changes and the adequacy of the contemporary European cities.

**Keywords:** ageing society, human activity, urban renewal

## WSTĘP

Przemiany społeczne, jakie generuje XXI wiek, związane ze starzejącym się społeczeństwem, wymuszają konieczność poszukiwania środków zaradczych w obszarze planowania przestrzennego, w szczególności odnowy miast. Prognozy demograficzne wskazują, że za 40 lat połowa Europejczyków osiągnie wiek późnej dorosłości i będzie potrzebowała dobrze zaprojektowanej przestrzeni miejskiej, która odpowie na ich wszystkie potrzeby.

W psychologii wyróżniono trzy podstawowe aktywności każdego człowieka: praca, nauka, czas wolny. Przyjaźnie zaprojektowana przestrzeń miejska w przypadku pracy, z uwagi na wydłużający się wiek aktywności zawodowej, przejścia na emeryturę, uelastycznienie rynków pracy, dodatkowe zarobkowanie, może sprzyjać lub blokować działania osób starszych. W przypadku nauki przestrzeń miejska może aktywizować osoby starsze do uczenia się przez całe życie, korzystania z e-usług, nowoczesnych technologii ICT oraz wykorzystania zasobów otaczającego ich środowiska. W przypadku czasu wolnego przyjaźnie zaprojektowana przestrzeń miejska sprzyja turystyce, interakcji z innymi ludźmi, realizacji własnych zainteresowań, dbaniu o zdrowie fizyczne i psychiczne. Zatem każda przestrzeń miejska powinna być tak zaprojektowana, by zaspokajać potrzeby jednostki. W przypadku osób starszych, z uwagi na ich ograniczenia psycho-fizyczne, jest to szczególnie ważne, by bariery architektoniczno-urbanistyczne nie wykluczały ich z użytkowania przestrzeni miejskich.

Starzenie się ludności staje się dzisiaj polem zainteresowań polityków, socjologów, ekonomistów, geografów, gerontologów, a powinno być także polem zainteresowań urbanistów i planistów przestrzennych, jako ważnych ekspertów mających wpływ na tworzenie rozwiązań problemów społecznych. Tym bardziej, że pomoc osobom starszym i ich rodzinom, poprzez wzmacnianie zdolności do funkcjonowania w społeczeństwie, możliwość pełnienia rozmaitych *ról społecznych* i zawodowych jest nieodzownie związana z tworzeniem fizycznych warunków temu sprzyjających. Stąd, żeby osoby starsze mogły „dobrze“ funkcjonować w społeczeństwie, konieczne jest stworzenie odpowiednich warunków przestrzennych np. dostępność do różnych funkcji w mieście, do podejmowania zatrudnienia, możliwości spędzania czasu wolnego z wykorzystaniem terenów zieleni, wyeliminowanie barier architektonicznych, itp.

Problematyka ta jest coraz częściej podejmowana w Polsce. Zgodnie z kluczowym raportem pt. „Polska na tle innych państw europejskich pod względem starzenia się ludności“ - współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi (Komisja Europejska, 2011), prognozuje się, iż w 2060 roku Polska wysunie się na

czołówkę państw tj. będzie w pierwszej trójce państw o najwyższej liczbie osób starszych (poza Rumunią i Łotwą).

Zmiany demograficzne będą następować w Polsce szybciej niż w pozostałych krajach UE. Do 2050 roku Polska odnotuje ponad dwukrotnie większe tempo spadku liczby osób w wieku produkcyjnym niż państwa Europy Zachodniej. W związku z tym problem odnowy miast jest zagadnieniem istotnym i aktualnym.

Przedstwiona w niniejszym artykule koncepcja badań przestrzeni miejskiej, koncentrująca się na kierunkach odnowy miast (dynamicznych, stabilnych i kurczących się) w kontekście zmian demograficznych (trzech grup wiekowych starzejącego się społeczeństwa), podstawowych aktywności człowieka: pracy, nauki i czasu wolnego; wydaje się być szczególnie istotna dla implikacji praktycznych. Wyniki badań przeprowadzonych w przyszłości, na podstawie niniejszych rozważań, będą szczególnie przydatne wielu decydentom (na poziomie władz centralnych, regionalnych i lokalnych), odpowiedzialnych za kształt polityki miejskiej w naszym kraju.

Wymaga podkreślenia, że odnowa miejska rozumiana jest jako innowacje, czyli nowe idee i koncepcje w zakresie priorytetów władz miejskich oraz nowatorskie sposoby podejścia do ulepszania miast (Labus 2014, s. 19). Problem ten jest podejmowany w niniejszym artykule, w zupełnie nowym ujęciu, dotychczas nie analizowanym - w perspektywie trzech podstawowych aktywności człowieka starzejącego się (praca, nauka, czas wolny), które wedle postawionej tezy w niniejszym artykule determinują odnowę miast europejskich w XXI wieku.

Autorki niniejszego artykułu uważają, że trzy aktywności człowieka: praca, nauka, czas wolny determinują kierunki odnowy miast, w celu poprawy warunków życia osób starszych. Stąd celem artykułu jest zasygnalizowanie kierunków odnowy dla trzech typów miast europejskich w odniesieniu właśnie do pracy, nauki i czasu wolnego, w kontekście starzenia się społeczeństwa oraz próba odpowiedzi na pytanie: jak zaprojektować przestrzeń miejską w trzech skalach przestrzennych, by umożliwiła ludziom starszym realizację podstawowych aktywności (naukę, pracę, czas wolny)?

Do prezentacji kierunków odnowy miast wykorzystano dotychczasowy stan literatury przedmiotu oraz własne doświadczenia badawcze (Labus 2014; Dobrowolska 2012) i implikacyjne.

## 1. PRZESTRZENNO-PSYCHOLOGICZNE KONSEKWENCJE STARZENIA SIĘ SPOŁECZEŃSTWA

Jak wynika z wielu opracowań, proces starzenia się społeczeństwa dotyczy: miast, regionów, państw i jest problemem o skali światowej. W literaturze przedmiotu, dominują opracowania dotyczące projektowania obiektów i urządzeń dla ludzi niepełnosprawnych i starszych. Bardzo powoli na tym tle, przebija się myślenie odpowiadające aktualnym wyzwaniom rozwoju lokalnego i regionalnego, dla

których charakterystyczne są zagadnienia konkurencyjności między miastami i regionami.

Poniżej przedstawiono wybrane opracowania teoretyczne i dokonano przeglądu najważniejszych dotychczasowych analiz badawczych.

Do upowszechnienia problematyki starzejących się społeczeństw, przyczyniają się deklaracje organizacji międzynarodowych i rządowych, tj. ONZ, UE, OECD, organizowane na świecie konferencje i różnego rodzaju iveny, realizowane programy badawcze, których inicjatorzy usiłują zmierzyć się ze współczesnymi wyzwaniami. Wiele instytucji w kraju i za granicą zintensyfikowało działalność na rzecz uświadamiania problemu starzenia się społeczeństw. W krajach Europy Zachodniej podejmowane są próby wypracowania metod zarządzania miastami w kontekście starzenia się społeczeństw. Powstają globalne projekty, jak Age-Friendly Cities, w ramach WHO. Ponadto, organizowane są konkursy na kształtowanie miejsc przyjaznych osobom starszym w mieście (Philips Livable Cities Award czy Access City Award), w tym także konkursy architektoniczne (New Aging Award). Niektóre ośrodki badawcze prowadzą badania nad wpływem starzenia się populacji na planowanie miast (University w Sheffield, FUTURAGE), UFZ w Lipsku, Wydział Architektury ETH Zurychu. W UE powstają specjalne platformy internetowe realizujące programy europejskie skierowane na upowszechnianie i rozwiązywanie problemów związanych ze starzeniem się społeczeństw (ERA-AGE 2).

Jakkolwiek, do tej pory, wspomniane wyżej rozważania i dyskusje na temat starzenia się społeczeństwa, koncentrowały się w głównej mierze na takich aspektach, jak emerytury i zabezpieczenia społeczne, opieka zdrowotna i socjalna na szczeblu krajowym, dochody, gospodarka i zatrudnienie, prawa jednostki, budownictwo mieszkaniowe i wspólnoty lokalne.

W dokumentach krajów UE wzrasta na przestrzeni dwudziestu lat, świadomość znaczenia wpływu grup ludności w różnym wieku oraz zróżnicowania potrzeb osób starszych, samotnych, niepełnosprawnych, mieszkających w najuboższych dzielnicach miast lub na peryferyjnych obszarach wiejskich, na takie obszary polityki, jak transport, budownictwo mieszkaniowe czy odnowa miast i wsi, (na przykład holenderski dokument strategiczny pt. Czego ludzie oczekują, gdzie ludzie żyją). Niektóre rządy krajowe opracowują zintegrowane strategie lub wytyczne, które umożliwiają koordynację działań w ramach nowego, wielowątkowego podejścia do kwestii starzenia się społeczeństwa (na przykład w Wielkiej Brytanii strategia pt. Wiek możliwości: sprostanie wyzwaniom starzejącego się społeczeństwa w XXI wieku). Jak pisze Ferry i Baker (2006) problemy, będące skutkiem starzenia się społeczeństwa będą coraz poważniejsze dla miast.

W zakresie planowania przestrzennego do najbardziej istotnych publikacji należy Ageing, housing and urban development (2003) and Ageing and Transport (2001), jak i publikacja autorstwa Andrews G.J., Phillips D.R., pt. Ageing and Place wydana przez Routledge w 2004r., wskazujące na znaczenie wymiaru przestrzennego dla starzenia się populacji w XXI wieku. Istotne zagadnienia o zasięgu globalnym odnowy miejskiej przyjaznej osobom w każdym wieku zostały opublikowane

w przewodniku *Global Age-friendly Cities* przez Światową Organizację Zdrowia (WHO) z 2007 roku.

W polskiej literaturze przedmiotu powstaje coraz więcej opracowań dotyczących odnowy miast w ujęciu zmian demograficznych. Na uwagę zasługuje wielotomowe opracowanie Instytutu Rozwoju Miast, w tym szczególnie ważne: *Demograficzne i społeczne uwarunkowania rewitalizacji miast w Polsce*, Tom 5 pod redakcją Zborowskiego (2009), a także monografia autorki (Labus 2014), powstała na podstawie badań przeprowadzonych w ramach projektu badawczego PRELUDIUM 2011-2013 o numerze DEC-2011/01/N/HS4/02638.

W tym miejscu, warto również przywołać działania władz regionalnych i lokalnych oraz decydentów, w tym opracowanie w 2010r. pierwszej w Polsce strategii w kontekście starzenia się społeczeństwa: *Wyzwania Małopolski w kontekście starzenia się społeczeństwa. Podejście strategiczne*, wydanej przez Departament Polityki Regionalnej Urzędu Marszałkowskiego Województwa Małopolskiego pod kierunkiem prof. Stanisławy Golinowskiej.

W zakresie projektowania urbanistycznego w kwartalniku *Urban Design* (2003) Fudge pisze o przystosowaniu przestrzeni miejskiej do potrzeb osób starszych: *Defusing the demographic time bomb. Urban design for longer life*. Simpson (2010) natomiast o nowej formie urbanistyki, łączącej formę zamieszkania z możliwością turystyki dla osób starszych, o nazwie *RV Urbanism (Recreational Vehicle)*. Publikacja: Andrews, Phillips (2004), *Ageing and Place*, a także książka Burton i Mitchell pt. *Inclusive Urban Design: Street for Life* (2006) podejmują rozważania na temat relacji osób starszych i przestrzeni miejskiej.

W zakresie projektowania architektonicznego zagadnienie starzenia się społeczeństwa, a ściślej ujmując osób starszych w architekturze porusza wielu autorów. Tematyka ta jest bliska m.in. Rodiek i Schwarz (2005) *The role of the outdoors in residential environments for aging*. Powstają także prace doktorskie np. Andersson J. *Architecture and Ageing* (2012). W Polsce na uwagę zasługują liczne opracowania dotyczące przystosowania budynków do potrzeb osób starszych i niepełnosprawnych, o czym piszą m.in. Benek (2001), Kuryłowicz (1996, 2005), Grabowska - Pałeczka (2004), Meyer - Bohe (1998), Skibniewska (1994). Kolejny duży blok zagadnień to tematyka zabudowy mieszkaniowej. W latach 1999 - 2001 Instytut Gospodarki Mieszkaniowej realizował projekt pt. *Mieszkania starszych ludzi w Polsce*. Kwestie mieszkaniowe zostały przedstawione relatywnie szeroko w badaniach GUS *Seniorzy w polskim społeczeństwie*, a także w badaniach przeprowadzonych w latach 1999 - 2001 z inspiracji Polskiego Towarzystwa Gerontologicznego pn. *Polska starość*. Ponadto, w Polsce podjęto badania w bardzo obszernym interdyscyplinarnym programie *PolSenior*, obejmującym badania medyczne oraz badania społeczne ludzi starszych w całej Polsce, w tym także niewielki program dotyczący sytuacji mieszkaniowej (głównie o charakterze jakościowym), czego efektem jest publikacja pt. *Środowisko zamieszkania polskich seniorów w badaniach interdyscyplinarnych*. Problematyka barier architektonicznych oraz zabudowy mieszkaniowej również podejmowana jest w naszym kraju,

natomiast brakuje ujęcia starzenia się społeczeństwa w zagadnieniach dotyczących pracy, nauki i czasu wolnego. Stąd zaproponowany w niniejszym artykule koncept badań, stanowi pionierskie opracowanie teoretyczne, z możliwością empirycznej weryfikacji rozważanych tu treści.

W zakresie psychologii społecznej, psychologowie ekologiczni i środowiskowi, ekolodzy społeczni, ujmują środowisko w sposób całościowy, z uwzględnieniem jego samoregulujących właściwości. Kierunek badań określono mianem ekologii miasta, z uwagi na jego oddziaływanie na byt człowieka w środowisku miejskim (zapoczątkowane przez R.E. Park). Atrakcyjność obszarów miasta zmienia się z upływem czasu i wpływa na możliwość realizacji trzech podstawowych aktywności człowieka: pracę, naukę i czas wolny (Strelau, 2005) Zmiany demograficzne wpływają na charakter interakcji człowieka ze środowiskiem, które analizowane jest w psychologii społecznej w perspektywie przestrzennej. Miejski styl życia jest związany z optymalnym funkcjonowaniem człowieka, a także z rozwojem patologii społecznych. Główny badacz tej szkoły L. Wirth wskazuje na czynniki związane z życiem w mieście, wpływające na zmianę stylu życia, reakcje psychiczne, jakość życia (Leksowski, Matysiakiewicz, 1997; Lundberg, 1998). Wyczulenie na walory środowiska życia osób starszych spowodowało większe zainteresowanie funkcjonalnymi aspektami architektonicznymi i urbanistycznymi rozwiązań. Wzrost znaczenia funkcjonalnych aspektów miast i budynków skłonił specjalistów w dziedzinie kształtowania przestrzeni do współpracy z psychologami. Bada się systematycznie oczekiwania użytkowników, stylu życia i pracy, upodobań, czego wynikiem jest w krajach europejskich tzw. społeczne projektowanie (social design) lub projektowanie partycypacyjne (participative design) (Bańka, 1997; Sannoff, 1999). Podstawowe dotychczasowe problemy badawcze psychologii środowiskowej i ekologicznej odnoszą się do: posługiwania się miejscem i przestrzenią przy ustalaniu relacji interpersonalnych; wzajemnych relacji między osobą starszą a przyrodą; związku charakterystyki przestrzennej miasta dotyczących czasu wolnego, pracy i nauki z zachowaniem i samopoczuciem osób starszych.

W odniesieniu do wymienionych problemów, wiele badań dotyczy poznawczej orientacji w przestrzeni (w geografii wyodrębnił się kierunek badań nazywany geografią humanistyczną, dotyczący związku przestrzeni z zachowaniem mieszkańców, w tym przypadku osób starszych). Uzupełnieniem dla powyższego jest nurt badań społecznych, uwzględniający indywidualne zachowania, w tym osób starszych, zwane ekologią behawioralną (Eliasz, 2005).

W kolejnym podrozdziale, zaprezentowano koncepcję badań, zawarto informację na temat typów miast europejskich w kontekście zmian demograficznych, aktywności człowieka i trzech skal przestrzennych.

## 2. ZAKRES PROBLEMU I KONCEPCJA BADAŃ

Opisana poniżej propozycja podejścia badawczego, analizy problematyki zamian demograficznych i adekwatności przestrzeni ówczesnych miast europejskich, wykorzystuje interdyscyplinarne ujęcie dwóch kluczowych dyscyplin: architektury i urbanistyki oraz psychologii. Opisane zostały trzy skale przestrzenne: makro,

mezo i mikro, przedstawione zostały kierunki odnowy miast (dynamicznych, stabilnych i kurczących się) w kontekście zmian demograficznych (trzech grup wiekowych starzejącego się społeczeństwa), z uwzględnieniem, wspomnianych już, podstawowych aktywności człowieka: pracy, nauki i czasu wolnego. Całość stanowi autorską koncepcję przedmiotowych badań.

## 2.1. KONCEPCJA TRZECH TYPÓW MIAST EUROPEJSKICH

Na przykładzie sprawozdania pt. *Miasta przyszłości. Wyzwania, wizje, perspektywy* (Komisja Europejska 2011b) wyróżniono trzy typy miast ze względu na stopień postępujących zmian demograficznych i pozycję gospodarczą; dynamiczne, stabilne i kurczące się.

*Miasta dynamiczne* pod względem gospodarczym, charakteryzujące się znacznym wzrostem ludności w drodze napływu migrantów o zarówno wysokich, jak i niskich kwalifikacjach, przyciągniętych stabilną siłą gospodarczą i zasobnością miast. Są to głównie duże miasta Europy Zachodniej (Barcelona, Londyn, Paryż, Hamburg), ściśle powiązane z gospodarką światową, zapewniające przyjazne otoczenie dla innowacji i działalności gospodarczej oraz atrakcyjne warunki życia. Miasta te mają korzystną pozycję ekonomiczną, z dobrymi połączeniami do rynków światowych, europejskich, krajowych. Mają dodatnie saldo migracji, stosunkowo wysoki wskaźnik napływu młodzieży, przy jednoczesnym starzeniu się populacji.

Miasta o silnym zapleczu gospodarczym i nierosnącej lub stopniowo rosnącej albo malejącej populacji, są zdefiniowane jako *miasta stabilne*. Są to głównie średnie i małe miasta europejskie (Wenecja, Talin), mające stosunkowo silne zaplecze gospodarcze i najbardziej niejednorodną strukturę demograficzną, obejmującą imigracje lub emigracje oraz stosunkowo wysoki lub niski poziom płodności. Główną cechą tych obszarów miejskich jest stabilny rozwój gospodarczy oraz stopniowa zmiana liczby mieszkańców. Miasta należące do tej kategorii znajdują się w całej Europie. Proces starzenia się społeczeństwa utrzymuje się w tych miastach w miarę na stabilnym poziomie. W tym przypadku stopniowe kurczenie się miasta nie musi prowadzić do poważnych trudności, jest korzystne ze względu na malejącą gęstość zaludnienia w środowisku miejskim.

Miasta charakteryzujące się złożonymi tendencjami malejącymi, w których możliwe jest wystąpienie spadków demograficznych i spowolnienie gospodarcze, to *miasta kurczące się*. Są to obszary miejskie zazwyczaj zlokalizowane w środkowej i wschodniej części UE, wschodnia część Niemiec (Magdeburg, Halle, Sangerhausen), Rumunia (Arad), w niektórych peryferyjnych obszarach Europy Zachodniej (południowa część Włoch, północna Anglia, północna Skandynawia), a także wschodnie regiony Polski i rejon Łodzi oraz miasta województwa śląskiego (Ruda Śląska, Bytom). Możliwe jest wówczas wystąpienie spadków demograficznych i spowolnienie gospodarcze. Tendencje malejące mogą spowodować wystąpienie negatywnej spirali zmniejszających się przychodów z lokalnych podatków, malejącego popytu na towary i usługi, likwidację miejsc pracy, zmniejszonej podaży

pracy i ograniczenia inwestycji, co może przynieść ogólny spadek ich atrakcyjności. Dodatkowo spadek populacji przyczynia się do większej liczby pustostanów, likwidacji sklepów i biur, co z kolei obniża wartość kapitałową budynków. Mniejsza liczba użytkowników infrastruktury publicznej może spowodować wzrost kosztów w przeliczeniu na jednego mieszkańca, co powoduje zamykanie szkół, bibliotek i innych publicznych ośrodków.

## 2.2. TRZY PODSTAWOWE AKTYWNOŚCI CZŁOWIEKA – PRACA, NAUKA, CZAS WOLNY

Trzy podstawowe aktywności każdego człowieka to praca, nauka, czas wolny. W związku z powyższym przyjęto, że praca, nauka i czas wolny determinują kierunki odnowy współczesnych miast w kontekście zmian demograficznych. Wydaje się, że są to niezależne względem siebie obszary, ale różnica pomiędzy nimi często nie dotyczy miejsca, w którym dana aktywność się odbywa. Stosunek czasu poświęcany na pracę, naukę i czas wolny podlega zmianie w różnych epokach (Csikszentmihalyi, Kleiber, 1991) i okresach rozwojowych człowieka. Jakkolwiek, mimo wielu definicji, trudno dokonać takiej jednoznacznej kategoryzacji, które aktywności zaliczyć należy do tych zawodowych, które do „naukowych“ lub tych, związanych z wypoczynkiem. Większość swoich „wolnych“ godzin bowiem poświęcamy na „coś“ innego - na dojazd do pracy, lekarza, zakupy, prace domowe, ubieranie się, obowiązki rodzinne – pomaganie dzieciom, itp.

Te trzy środowiska przeplatają się wzajemnie na każdym etapie naszego życia, z biegiem lat jednak ustępuje miejsca aktywność pracy – aktywnościom pozostałym. Środowiska pracy, nauki, czasu wolnego mogą być postrzegane jako dostosowane lub niedostosowane do naszych potrzeb. Nasze reakcje adaptacyjne, konsekwencje owego braku dostosowania są związane z pobudzeniem, przeciążeniem lub stresem (Strelau, 2005). Projektowanie miejsc dla wszystkich aktywności zapewnia większe bezpieczeństwo, zmniejsza prawdopodobieństwo wystąpienia czynników niekorzystnie oddziałujących na sprawne funkcjonowanie oraz doświadczaną satysfakcję z życia (Riggio, 2000). Projektując środowiska dla osób starzejących się, należy maksymalizować ich sprawne poruszanie się, poprzez zapewnienie dających się zaakceptować warunków otoczenia, takich jak oświetlenie (nienarażanie na ekstremalne temperatury czy hałas), optymalizację wzajemnych kontaktów pomiędzy ludźmi i maszynami (w szczególności w kontekście life long learning), między ludźmi w ogóle, przy zapewnieniu dostatecznego poziomu prywatności, elastyczności jaką zapewnia otwarta przestrzeń i z uwzględnieniem typowej dla starzenia się potrzeby powtarzalności tych samych sekwencji (Strelau, 2005) – przyzwyczajień i niemiłe widzianych zmian w ramach tzw. stref komfortu. Zbyt wiele bodźców może powodować rozmaite zakłócenia, przeciążenie lub zwiększać zmęczenie. Natomiast skrajnie proste otoczenie może być nudne i równie niekorzystne dla efektywności działania, braku odpowiedniej stymulacji (Sommer, Olsen, 1980). Istotą projektowania przestrzeni dla różnych aktywności osób starszych jest rozwiązywanie trudności w orientowaniu się w większym układzie przestrzennym – odczytując znaki informacyjne.



Warunkiem doświadczania rekreacji jest to, aby jednostka była wewnętrznie motywowana oraz by spostrzegała wolność wyboru (Neulinger, 1981, Tinsley i Tinsley, 1986). Rekreacja oznacza możliwość robienia tego, na co mamy ochotę i jest w gruncie rzeczy bardziej doświadczeniem aniżeli aktywnością (Driver i Tocher, 1970, Floyd i Gramann, 1997). Różne formy mogą prowadzić do podobnych przeżyć psychicznych lub przeciwnie – ta sama forma aktywności może być źródłem różnych doświadczeń, zależnie od osobowości, od miejsca i od innych czynników. Rezultat może korzystnie lub niekorzystnie wpływać na zdrowie (Hyde, Dow, 1991) lub przynosić bardziej abstrakcyjne korzyści, jak rozwój własnej tożsamości (Haggard, Williams, 1991). Stan rekreacji może być podobny do przeżyć mistycznych, głębokich refleksji, transcendentnych (Csikszentmihalyi i Kleiber, 1991). Zarządzanie rekreacją skierowane do osób starszych z kreowaniem odpowiedniej przestrzeni jest kluczowe dla korzyści krótkoterminowych – jak odprężenie, czy rozrywka, ale i długoterminowych – wpływa na jakość życia (Driver, 1996).

### 2.3. TRZYSKALEPRZESTRZENNEWPODEJŚCIUDOODNOWYWSPÓŁCZESNYCH MIAST

Analizując kwestie konsekwencji starzenia się społeczeństwa dla rozwiązywania problemów społecznych w miastach – nauki, pracy i czasu wolnego, należy korzystać z pełnego obrazu problematyki przestrzennej, uwzględniającej trzy poniższe skale.

Skalę *makro*, do której zaliczamy elementy strategii przestrzennej. Jest to społeczno-ekonomiczno-środowiskowe podejście do odnowy miast, w kontekście starzenia się populacji, mające na celu określenie zadań dla władz miejskich. Proces odnowy miast powinien uwzględniać możliwości realizacji trzech podstawowych aktywności osoby starszej. Jest to myślenie o mieście uwzględniające koncepcję Age Friendly Cities (WHO). Problematyka ta dotyczy zagadnień miasta w skali makro - regionu, które są zapisane w strategiach przestrzennych, programach, planach zagospodarowania przestrzennego itp., dla których istotne są takie pojęcia jak: mieszkalnictwo, transport, przestrzenie miejskie, itp.

Skala *mezo* natomiast to elementy struktury urbanistycznej - dotyczące problematyki odnowy miejskiej w aspekcie fizycznej przestrzeni miasta użytkowanej przez ludzi (śródmieście, przedmieścia, centrum, itp.). Zatem w tej skali istotne jest określenie struktur funkcjonalno - przestrzennych w mieście, w kontekście potrzeb starzejących się mieszkańców, w obszarach pracy, nauki i czasu wolnego, dla których ważne są zależności pomiędzy różnymi strukturami funkcjonalno - przestrzennymi w mieście (rozmieszczenie, lokalizacja, zasięg, itp.).

Skala mikro uwzględnia elementy architektoniczne. Dotyczy odnowy miejskiej rozumianej jako ogół elementów architektonicznych, koncentrujących się na cechach miejsca, czyli kształtowania nowych form i dostosowywania zabudowy usługowej, placów, skwerów, chodników, przejść dla pieszych do potrzeb i aktywności osób starszych.

#### 2.4. TRZY KATEGORIE OSÓB STRASZYCH

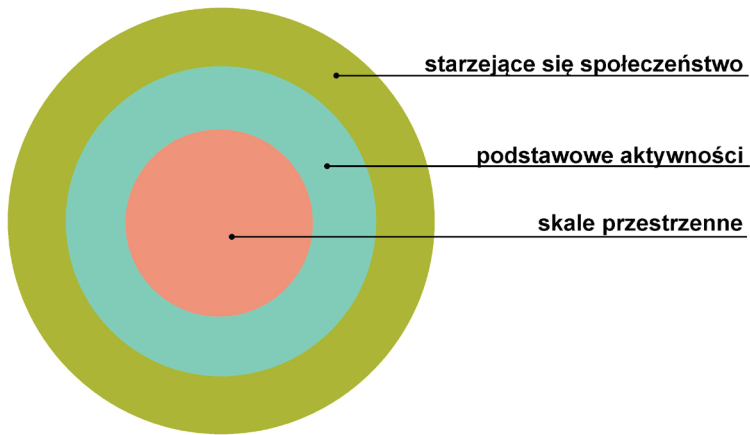
Szarota (2010, s. 24-44) podaje, że aby rozważać moment starzenia się człowieka, należy wziąć pod uwagę: wiek kalendarzowy, biologiczny, psychiczny, społeczny, prawny, ekonomiczny, socjalny. Oczywiście każdy z w/w możliwych opisów starości, będzie miał swe specyficzne cechy. Najpopularniejszym jest podział z uwagi na wiek: 60-69 lat to „młodzi - starzy”, 70-79 lat to „starzy w średnim wieku”, 80-89 lat to „starzy starzy” i powyżej 90 lat „sędziwi starcy” (za: Stuart-Hamilton, 2000, s. 20, za: Kijak J., Szarota Z., 2013, s. 12), który przyjęto w ramach niniejszej koncepcji badań, jako wytyczne przy określaniu właściwej próby badawczej.

Wiek przedstarczy podaje się od 45-59 roku życia. Dalej Autorka podaje za WHO, że człowiek może dożywać 120 lat (zgodnie z naturalnym zaprogramowaniem), początek starości jest połową (60 lat) potencjalnego trwania naszego istnienia. Nie mamy wątpliwości, że wszyscy starzejemy się inaczej, kreując różne oblicza starości, stąd potrzeba różnicowania działań z uwagi na różne potrzeby, ale i możliwości osób starzejących się, będących w różnych okresach starości. Starość doświadczamy w oparciu o wcześniejsze doświadczenia – z okresu dzieciństwa, adolescencji, dorosłości. Sami kreujemy to, jak ona przebiega, czy jest dla nas bardziej pozytywna, zdrowa, czy też trapią nas choroby. W sensie medycznym, na nie wszystko mamy wpływ, ale w większości starzenie się zależy od naszego stylu życia, indywidualnej biografii.

Ważnym aspektem w starzeniu się jest doświadczanie własnego zdrowia, jak potwierdzają wyniki badań, jego samoocena maleje wraz z wiekiem (dla przykładu około 27% emerytów podaje w badaniach, że czuje się dobrze i bardzo dobrze, natomiast 1/3 deklaruje w tej grupie wiekowej potrzebę opieki zdrowotnej) (Kijak J., Szarota Z., 2013, s. 15). Sprawność ruchowa dla korzystania z zasobów przestrzeni „wymusza” na projektantach odpowiednie rozwiązania architektoniczne przyjazne dla osób z ograniczeniami zdrowotnymi.

Podsumowując powyższe, na rycinach zamieszczono w ujęciu graficznym koncepcję możliwych do przeprowadzania badań, uwzględniającą analizowane trzy aspekty, w pierwszym przypadku w wersji ogólnej, w drugim w wersji szczegółowej.

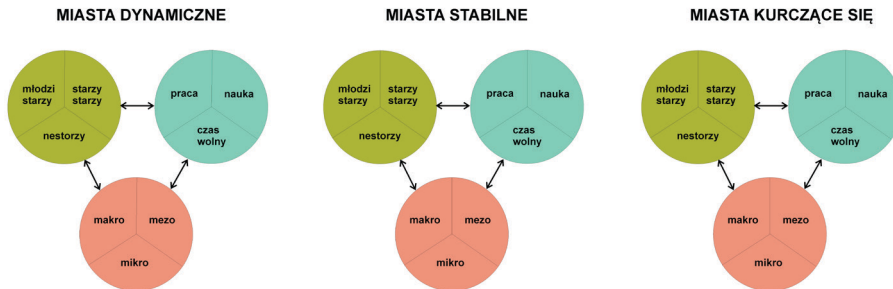
## Ujęcie graficzne problematyki projektu badawczego



Rycina 1. Graficzne ujęcie koncepcji badań

Źródło: opracowanie własne

## Schemat metodyki badań



Rycina 2. Graficzne ujęcie koncepcji badań – wersja rozszerzona

Źródło: opracowanie własne

## ZAKOŃCZENIE

Celem przedstawionego opracowania było pokazanie trendów dla metodyki badań nad determinantami odnowy przestrzeni miejskiej, użytkowanej przez osoby starsze. Całość stanowi propozycję podejścia do problemu starzejącego się społeczeństwa w przestrzeni miejskiej z zupełnie innej, aniżeli dotychczas analizowanej perspektywie - odnowy miast dyktowanej trzema podstawowymi aktywnościami człowieka.

Podjęta tematyka stanowi teoretyczne i eksperymentalne opracowanie, możliwe do wykorzystania przez badaczy, w celu zdobycia i poszerzenia wiedzy dotyczącej

relacji między aktywnościami człowieka w wieku dojrzałym a przestrzenią miejską.

Uwzględnienie opisanych trzech determinantów odnowy przestrzeni miejskiej jakimi są: praca, nauka i czas wolny, w kontekście sterowania procesami rozwojowymi miast XXI wieku, przyczyniają się do poszerzenia wiedzy w zakresie zwiększenia bezpieczeństwa w przestrzeni miejskiej, jakości przestrzeni oraz kształtowania miejsc odpowiadających potrzebom zróżnicowanego wewnętrznie społeczeństwa, poprawy efektywności gospodarczej służącej odnowie miast, ulepszaniu polityki miejskiej - zwiększenia jej wpływu na wszystkich mieszkańców.

Zaproponowane przez autorki podejście do odnowy miejskiej, uwzględniające rozwiązywanie problemów starzejącego się społeczeństwa, wychodzi poza tradycyjne myślenie kategoriami projektowania np. uniwersytetów III wieku, czy centrów rehabilitacji. Poszerza wiedzę o możliwości tworzenia nowych miejsc pracy, z wykorzystaniem elastycznego rynku pracy, rozwoju gospodarki, uwzględniając przemiany społeczne, dla poprawy warunków życia starzejącego się społeczeństwa w każdej przestrzeni miejskiej.

W tym miejscu, warto podkreślić, że starzenie się społeczeństw europejskich jest procesem o dalekosiężnych i niszczących skutkach dla miast europejskich. Wymaga odpowiedniego planowania odnowy miejskiej w kontekście zwiększenia konkurencyjności miasta i regionu, w kontekście globalnie obserwowanych zmian demograficznych. Stąd to, jakie podejmowane będą działania przestrzenne, mające na celu odnowę zasobów związanych z pracą, nauką i czasem wolnym, przyczyni się do optymalnego bądź nie, funkcjonowania w nich osób starszych.

## BIBLIOGRAFIA

1. Andersson J.E., 2011, *Architecture and Ageing*, praca doktorska, KTH Institute Royal Politechnique, E-Print AB, Sztokholm
2. Andrews G.J., Phillips D.R., 2004, *Ageing and Place*, Wyd. Routledge, London.
3. Bańka, A. (1997). *Architektura psychologicznej przestrzeni życia. Behawioralne podstawy projektowania*. Poznań: Gemini.
4. Benek I., 2001, *Modernizacja architektury mieszkaniowej w aspekcie potrzeb osób niepełnosprawnych*, praca doktorska, Politechnika Śląska, Gliwice
5. Burton E., Mitchell L., 2006, *Inclusive Urban Design: Street for Life*, Architectural Press, Oxford
6. Csikszentmihalyi, M., Kleiber, D. A. (1991). *Leisure and self-actualization. Benefits of leisure*, 91-102.
7. Dobrowolska M., 2012: *Psychological aspects of corporate social responsibility in light of social and vocational integration of groups threatened by social exclusion – a case study*, Wydawnictwo Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa
8. Eliaz A., 2005, *Psychologia ekologiczna*, W: (red.) Strelau, *Psychologia. Podręcznik akademicki. Tom 3 Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej*. Gdańsk: Wydawnictwo Psychologiczne.
9. Ferry M., Baker R., 2006, *Strategie regionalne a starzenie się społeczeństwa - Age Proofing Toolkit - zestaw narzędzi służących uwzględnianiu zagadnień związanych z wiekiem społeczeństwa*, Komitet Regionów dostępne w: [http://ec.europa.eu/regional\\_policy/archive/conferences/demographicchallenge\\_jan\\_07/doc/presentations/ageproofing\\_toolkit\\_pl.pdf](http://ec.europa.eu/regional_policy/archive/conferences/demographicchallenge_jan_07/doc/presentations/ageproofing_toolkit_pl.pdf)
10. Fudge C., 2003, *Urban Design - Defusing the demographic time bomb: Urban design for longer life*, dostępne w: <http://www.rudi.net/books/9995>

11. Grabowska-Pałęcka H., 2004, *Niepełnosprawni w obszarach i obiektach zabytkowych*, Wyd. Politechniki Krakowskiej im. Tadeusza Kościuszki, Kraków
12. [http://ec.europa.eu/regional\\_policy/sources/docgener/studies/pdf/citiesoftomorrow/citiesoftomorrow\\_final\\_pl.pdf](http://ec.europa.eu/regional_policy/sources/docgener/studies/pdf/citiesoftomorrow/citiesoftomorrow_final_pl.pdf)
13. Kijak R. J., Szarota Z. (2013) *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa
14. Komisja Europejska, 2011a, *The impact of European demographic trends on regional and urban development*, Hungarian Presidency of the Council of the European Union, Budapeszt, [http://www.mmr.cz/getmedia/ebfd19f5-617f-4615-b6a-2-afedf14e1fda/Impact\\_of\\_demographic\\_trends](http://www.mmr.cz/getmedia/ebfd19f5-617f-4615-b6a-2-afedf14e1fda/Impact_of_demographic_trends)
15. Komisja Europejska, 2011b, *Miasta przyszłości. Wyzwania, wizje, perspektywy*, Bruksela, wydanie polskie
16. Kraków
17. Kuryłowicz, 1996, *Projektowanie uniwersalne - Udostępnianie otoczenia osobom niepełnosprawnym*, Centrum Badawczo-Rozwojowe Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Warszawa
18. Labus A., 2014, *Starzejące się społeczeństwa europejskie XXI wieku w koncepcjach odnowy miejskiej*, monografia nr 522, Wyd. Politechniki Śląskiej, Gliwice
19. Leksowski, W., Matysiakiewicz, J. (red.). (1997). *Psychiatria ekologiczna*. Katowice: Polskie Towarzystwo Psychiatryczne.
20. Lundberg, A. (red.). (1998) *The environment and mental health: A guide for clinicians*. Washington: Erlbaum.
21. Meyer-Bohe, 1998, *Budownictwo dla osób starszych i niepełnosprawnych*, Wyd. Arkady, Warszawa
22. Niezabitowska E., Bartoszek A., Kucharczyk-Brus B., Niezabitowski M., 2013, *Środowisko zamieszkania polskich seniorów w badaniach interdyscyplinarnych. Studia przypadków na wybranych przykładach, Śląsk, Katowice*
23. OECD, 2001, *Ageing and transport. Mobility needs and safety issues*, OECD, Paryż
24. OECD, 2003, *Ageing, housing and urban development*, OECD, Paris
25. Rodiek S., Schwarz B., [red:], 2005, *The role of the outdoors in residential environments for aging*, The Haworth Press, New York, s.141-165
26. Sanoff, H. (1999). *Integrowanie programowania, ewaluacji i partycypacji w projektowaniu architektonicznym. Podstawy teorii*. Z. Poznań: Stowarzyszenie Psychologia i Architektura.
27. Simpson D., 2010, *Innovations in Urbanism for the Elderly Demographic*, praca doktorska, Wydział Architektury, ETH, Zurich
28. Skibniewska H., 1994, *Modele mieszkalnictwa dla osób starszych i niepełnosprawnych*, [w:] *Środowisko zamieszkania a niepełnosprawni*, [red:] Frąckiewicz L., Wyd. Instytutu Filozofii i Socjologii PAN: Państwowy Fundusz Rehabilitacji Osób Niepełnosprawnych, Warszawa
29. Sommer, R., Olsen, H. (1980). The soft classroom. *Environment and Behavior*, 12(1), 3-16.
30. Strelau, J. (red.) (2005). *Psychologia. Podręcznik akademicki. Tom 3 Jednostka w społeczeństwie i elementy psychologii stosowanej*. Gdańsk: Wydawnictwo Psychologiczne.
31. Szarota Z. (2010) *Starzenie się i starość w wymiarze instytucjonalnego wsparcia*, Wydawnictwo Naukowe UP, Kraków
32. WHO, 2007, *Global Age Friendly Cities: A guide*, WHO Press, Geneva
33. *Wyzwania Małopolski w kontekście starzenia się społeczeństwa. Podejście strategiczne*. Małopolskie Studia Regionalne., nr2-3/19-20/2010, Departament Polityki Regionalnej, Urząd Marszałkowski Województwa Małopolskiego, Kraków
34. Zaniewska H. [red:], 2001, *Mieszkania starszych ludzi w Polsce. Sytuacja i perspektywy zmian*, IGM, Warszawa
35. Zborowski A. [red:], 2009, *Demograficzne i społeczne uwarunkowania rewitalizacji miast w Polsce*, Tom 5, IRM,