

**CZŁOWIEK STARSZY A EDUKACJA – REALIZACJA POTRZEB  
SAMODOSKONALENIA I SAMOKSZTAŁCENIA NA PRZYKŁADZIE  
DĘBICKIEGO UNIwersYTETU TRZECIEGO WIEKU**

Joanna Garbulińska, j.garbulinska@gmail.com  
Akademia Ignatianum w Krakowie  
Mikołaja Kopernika 26, Kraków



**STRESZCZENIE**

Celem artykułu jest ukazanie Uniwersytetu Trzeciego Wieku jako miejsca sprzyjającego samorealizacji i samorozwojowi seniorów. Stanowi próbę ukazania aktywności współczesnych osób starszych. Artykuł jest oparty przede wszystkim na doświadczeniach w pracy ze słuchaczami Dębickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i wywiadach „na polu skategoryzowanych”, realizowanych na dwudziestopięcioposobowej grupie seniorów. Głównym celem badań było uzyskanie informacji na temat tego, jak sami zainteresowani postrzegają Uniwersytet Trzeciego Wieku w kontekście własnego rozwoju.

**Słowa kluczowe:** Uniwersytet Trzeciego Wieku, samorealizacja, samokształcenie, seniorzy, stereotypy

**Senior man and science - realization of needs of self-improvement and self-education as an example of the Dębicki University of the Third Age**

**ABSTRACT**

The purpose of this article is to present the University of the Third Age as a place conducive to self-realization for seniors. It is an attempt to show the activity of the elderly today. The article is based primarily on experience in working with students of Dębicki University of the Third Age and in-depth interviews, carried out on a 25-person group of seniors. The main objective of the study was to obtain information on how they perceive the university interested in the third age in the context of their own development.

**Key words:** University of the Third Age, self-realization, self-education, seniors, stereotypes

**WSTĘP**

Współczesne społeczeństwa charakteryzuje dynamika, zmienność i swoisty pęd. Jednocześnie ludzie dążą do tego, aby jak najdłużej pozostać młodymi i sprawnymi – zarówno w sferze fizyczności, ale także np. w obszarze posiadanych umiejętności praktycznych, czy cech psychicznych. Powszechnie stają się zabiegi mające na celu odmłodzenie człowieka, a przejawy upływającego czasu, które przez wiele osób uważane są za wstydlive, maskuje się w rozmaity sposób. Część osób nie potrafi sobie poradzić z myślą o wewnętrznych i zewnętrznych przejawach starzenia się organizmu, a różnorodne zabiegi odejmowania lat uważa się za coś naturalnego. Jednak, jak zauważył Vladimir W. Frolkis „starzenie jest jednym z prawidłowych etapów rozwoju osobniczego, polegającym na zachodzących wraz z wiekiem zmianach morfologicznych i czynnościowych, a prowadzącym do stopniowego ograniczania możliwości adaptacyjnych ustroju”<sup>1</sup>. Nie jest to jednak czas, w którym człowiek bezwzględnie powinien zaprzestać działalności na rzecz własnego rozwoju, czy choćby prób nawiązania spójnych relacji z otoczeniem i społeczeństwem wiedzy.

Artykuł jest próbą odpowiedzi na pytanie w jaki sposób ludzie starsi zaspokajają swoje potrzeby samorealizacji. Publikacja została oparta na wywiadach, w których wzięli udział studenci Dębickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, na własnych doświadczeniach w pracy z seniorami z DUTW oraz na dostępnej literaturze.

**STAROŚĆ W XXI w.**

Współczesny świat jest globalną wioską, w której można szybko i łatwo skomunikować się z osobami znajdującymi się na drugim krańcu świata. Człowiek ma również większe możliwości w partycypowaniu w dokonaniach techniki. Ważną kwestią jest też to, że wraz ze wzrostem skuteczności medycyny, długość ludzkiego życia ulega wydłużeniu. Spo-

1 V. V. Frolkis, *Aging of the Central Nervous System (Interdisciplinary topics in gerontology)*, New York 1979, s. 10.

łeczeństwo starzeje się. Jak zauważyła Renata Konieczna-Woźniak, „ludzie starsi w Polsce (około 13% populacji) już dziś stanowią liczną grupę, a prognozy wskazują na to, że odsetek będzie systematycznie wzrastać w kolejnych dekadach. Równocześnie coraz częściej, wzorem zamożniejszych krajów Europy i Stanów Zjednoczonych, mówi się o zjawisku dyskryminacji, czy wręcz wykluczenia ludzi starszych z przestrzeni życia społecznego”<sup>2</sup>. Nasilone zjawisko marginalizacji seniorów można określić mianem ageizmu, który według Joanny Wawrzyniak „zrodził się z uprzedzeń i przekonań, że ludzie starsi niczego się już nie nauczą, nie zmodyfikują swoich zachowań”<sup>3</sup>.

Czym jednak jest samo zjawisko starości, zwłaszcza w świecie, w którym tak popularne wydaje się być jej maskowanie? Maria Einhorn-Susulowska starość rozumie jako „pojęcie pogarszania się, obniżania poziomu funkcjonowania”<sup>4</sup> oraz wskazuje na wiek jako na zasadę wyjaśniania. Natomiast według Stefana Klonowicza jest to zjawisko, które „należy rozpatrywać w powiązaniu ze starzeniem jako procesem, dostrzegając biologiczne aspekty starzenia się osobniczego oraz ich demograficzne, ekonomiczne i społeczne konsekwencje, które znajdują wyraz w zjawisku starzenia się ludności”<sup>5</sup>. Nie jest oczywistym również określenie przedziału czasowego, w którym rozpoczyna się starość. Przyjmuje się, że jest to granica wiekowa przejścia na emeryturę<sup>6</sup>.

Warto zauważyć, iż starość jest definiowana w potocznym ujęciu poprzez jej negatywne wyznaczniki. Według Wiolety Wnuk, „w myśleniu potocznym panuje brak wiary w możliwości rozwojowe ludzi starszych, to potwierdza negatywny stereotyp starości charakteryzujący mentalność naszego społeczeństwa. Okres starości na ogół utożsamia się z podatnością na choroby, wymaganiem wygód, konserwatywnymi poglądami i nawykami, stałym pouczeniem młodszych od siebie”<sup>7</sup>.

Czy jednak zawsze starość powinna niemal stereotypowo łączyć się ze zmierzaniem w stronę niedoleżności? Zaprzecza temu funkcjonowanie Uniwersytetów Trzeciego Wieku i ich oferta nie tylko ciekawego spędzania wolnego czasu, ale także rozwoju psycho-fizycznego.

#### UNIwersYTETY TRZECIEGO WIEKU

Uniwersytety Trzeciego Wieku działają przy szkołach wyższych, fundacjach oraz stowarzyszeniach. Według Olgi Czerniawskiej ich celem jest „nie tylko poprawa jakości życia uczestników, ale także zmiana na lepsze warunków życiowych osób starszych w społeczności lokalnej i na świecie. Uniwersytety oprócz edukacji permanentnej, popularyzacji wiedzy gerontologicznej i ogólnej mają inspirować do aktywności umysłowej, fizycznej i artystycznej, powinny również działać na rzecz zbiorowości lokalnej”<sup>8</sup>. Dodatkowo - jak zauważyła Agnieszka Majewska-Kafarowska - „we współczesnej gerontologii edukacja jest rozumiana jako proces emancypacyjny, umożliwiający pozostawienie osobom starszym szerszej kontroli nad własnym życiem, (...) dążenie do niezależności jest celem nadrzędnym edukacji seniorów, zaś edukacja jest warunkiem koniecznym tej niezależności, ale także odpowiedzialności za jakość własnego życia w starości”<sup>9</sup>.

W związku z tym, Uniwersytety Trzeciego Wieku umożliwiają swoim studentom udział w różnorodnych zajęciach kulturalnych, rozwijających i aktywizacyjnych, a także mobilizują do integracji z rówieśnikami i środowiskiem. Ponadto osoby starsze mogą brać udział w atrakcyjnych wyjazdach i wycieczkach krajoznawczych, spektaklach, seansach kinowych, czy zajęciach na basenie i sali gimnastycznej. Uczestnictwo w nich podnosi jakość życia seniorów, którzy jak najdłużej chcą utrzymać intelektualną i fizyczną sprawność oraz niezależność, a także kontrolę nad życiem i możliwościami adaptacyjnymi. Część Uniwersytetów Trzeciego Wieku umożliwia również aktywne wspieranie przedsięwzięć charytatywnych, a także, poza korzyściami dla obdarowywanych, przynosi radość osobom angażującym się w przedsięwzięcie.

Z obserwacji prowadzonych podczas praktycznych zajęć w dębickiej placówce wynika, że UTW jest dla seniorów jedną z ciekawszych form kształcenia ustawicznego, polegającego nie tylko na aktualizowaniu stanu wiedzy, ale również na ćwiczeniu sprawności psycho-fizycznej. Kreatywne spędzanie czasu w gronie rówieśników stanowi mobilizację do

2 R. Konieczna-Woźniak, *Udział ludzi starszych w edukacji nieformalnej*, „Chowanna” 2009, T. 2, s. 130.

3 J. Wawrzyniak, *Spoleczno-kulturowy wizerunek starości*, [w:] W. Horyń, J. Maciejewski (red.), *Nauczyciel andragog we współczesnym świecie*, Wrocław 2010, s. 292.

4 M. Einhorn-Susulowska, *Uniwersytet Trzeciego Wieku jako forma uczenia się ludzi starszych*, „Oświata Dorosłych” 1989, nr 6, s. 53.

5 S. Klonowicz, *Oblicza starości*, Warszawa 1979, s. 9.

6 P. Szczukiewicz, *Rozwój psychospołeczny a tożsamość*, Lublin 1998, s. 66.

7 W. Wnuk, *Portret kobiety starszej na przykładzie słuchaczek Uniwersytetu III Wieku we Wrocławiu*, [w:] E. Zierkiewicz (red.), *Starsze kobiety w kulturze i społeczeństwie*, Wrocław 2005, s. 68.

8 O. Czerniawska, *Drogi i bezdroża andragogiki i gerontologii*, Łódź 2000, s. 182.

9 A. Majewska-Kafarowska, *Edukacja (seniorów?) w procesie rewalidacji społecznej starzejącego się społeczeństwa*, „Chowanna” 2009, T. 2, s. 222.

wyjścia poza, często utarty, schemat dnia. Jest to także doskonała okazja do poznawania elementów cywilizacji, dóbr techniki, co również może zapobiegać społecznemu wykluczeniu jednostki. Seniorzy mogą uczyć się języków obcych, korzystania z komputera i Internetu. Wspomniane zajęcia nie tylko umożliwiają im czynny kontakt z technologią i sprzyjają adaptowaniu się do współczesnych warunków społecznych, ale także wzmacniają poczucie własnej wartości i samooceny. Znajomość zasad otaczającej, dynamicznej rzeczywistości jest odpowiedzią na potrzebę zaspokajania szeroko pojętej potrzeby bezpieczeństwa, pomaga zrozumieć tempo współczesnego świata.

Wielu słuchaczy Uniwersytetów Trzeciego Wieku chce uczestniczyć w procesie osobistego rozwoju. Seniorzy dążą do nawiązania dialogu z otaczającą ich cywilizacją. Starają się dotrzymać jej kroku. Ponadto wielu z nich musi zmierzyć się z faktem zakończenia aktywności zawodowej oraz z tym, że ich dorosłe dzieci, zakładając własne rodziny, nierzadko wyprowadzają się z domu rodzinnego oraz podążając za pracą, przeprowadzają się w bardziej odległe miejsca na świecie. Dla części z nich udział w spotkaniach Uniwersytetu Trzeciego Wieku jest więc oderwaniem się od negatywnego myślenia i kreatywnym sposobem zagospodarowania wolnego czasu.

Uniwersytety Trzeciego wieku również stawiają sobie za cel pomoc seniorom w pozytywnym postrzeganiu przez nich swojego wieku i tego, co z nim związane. Ukazują słuchaczom, że życiowy czas, w którym się znajdują, może być przeznaczony na osobisty rozwój. Według Agnieszki Kudroń – dyrektor Dębickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku: „seniorzy z entuzjazmem odpowiadają na wszelkie proponowane im formy aktywności – od zajęć gimnastycznych, zarówno w wodzie, jak również na sali gimnastycznej, przez zajęcia komputerowe, językowe, aż po wykłady z różnych dziedzin wiedzy. Razem dopracowaliśmy się formuły odpowiadającej wszystkim. Poza na przykład regularnymi wyjazdami do teatrów, dużym zainteresowaniem cieszą się wspólne wycieczki opracowane tak, żeby każdy znalazł coś dla siebie, bez zbędnego pośpiechu i męczących tras (...) co przyczynia się – oprócz, niewątpliwie, dostępu do wiedzy podawanej w przystępnej formie i możliwości korzystania ze zorganizowanych pod kątem osób starszych wycieczek i wyjazdów do teatru – także do dobrego samopoczucia, integracji z innymi osobami, możliwości nawiązania przyjaźni. Czasem jest to po prostu motywacja do wyjścia z domu, ubrania się, zadbania o siebie, zrobienia czegoś dla siebie, dla swojej przyjemności. Wiele zajęć w grupie rówieśników daje nie tylko korzyści zdrowotne, ale również mnóstwo dobrej zabawy”<sup>10</sup>.

#### **DĘBICKI UNIWERSYTET TRZECIEGO WIEKU JAKO SZANSA NA SAMOREALIZACJĘ**

Na zajęcia Dębickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku zapisują się głównie kobiety w wieku od pięćdziesięciu do ponad osiemdziesięciu lat, mieszkające w mieście, posiadające co najmniej pełne średnie wykształcenie, często przebywające już na emeryturze.

Dla Dębickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku zostały zrealizowane wykłady tematyczne, a także autorskie, praktyczne warsztaty pt. *Zdążyć przed Alzheimerem*. Z powodu dużego zainteresowania wspomnianymi zajęciami, zostały utworzone dwie grupy ćwiczeniowe. Spotkania opierały się przede wszystkim na nowoczesnych metodach pracy z pamięcią, mających na celu zachowanie i rozwijanie zdolności zapamiętywania, lepszego kojarzenia i myślenia. Oprócz ćwiczeń aktywizujących, również w ruchu, seniorzy rozwiązywały zadania także w domu – podczas codziennych czynności, czy spacerując. Przez cały cykl zajęciowy były mocno zaangażowane w pracę nad usprawnianiem własnej pamięci. Pozytywnym aspektem spotkań była dla mnie nie tylko bardzo duża ciekawość i zapał do ćwiczeń, który wykazywały studentki DUTW, ale także osiągnięte przez nie wyniki. W miarę kolejnych spotkań i tygodni, seniorzy z większą biegłością rozwiązywały zadania i uczyły się nowych metod zapamiętywania.

Na przełomie 2012 i 2013 r. przeprowadziłam wywiady „na polu skategoryzowane”, w których wzięło udział dwudziestu pięciu słuchaczy DUTW – dwadzieścia dwie kobiety i trzech mężczyzn. Wywiady były oparte na przygotowanym wcześniej zestawie pytań otwartych. Czas przeznaczony dla każdego z narratorów wynosił około trzydziści minut, jednak w praktyce był dostosowany do indywidualnych potrzeb respondentów. Głównym pytaniem badawczym było ustalenie, w jaki sposób słuchacze DUTW zaspokajają potrzeby samorealizacji? Badani mieli od 59 do 77 lat, wszyscy przebywali na emeryturze, dziewiętnaście osób mieszkało w mieście, pozostali na wsi.

Z przeprowadzonych przeze mnie badań wynika, że dwanaście osób uczęszczało na zajęcia DUTW, ponieważ chciało ciekawie i kreatywnie zagospodarować wolny czas, trzej słuchacze liczyli na ciekawe nowe znajomości w grupie rówieśników, pięcioro dążyło do zachowania sprawności intelektualnej i fizycznej, trójka dlatego, że została namówiona przez znajomą osobę i dwie osoby badane pragnęły znaleźć alternatywę dla sytuacji związanej z przejściem na emeryturę

<sup>10</sup> Archiwum Autorki, wszystkie wywiady zostały przeprowadzone w dniu 18.09.2012.

i zaprzestaniem realizacji obowiązków zawodowych<sup>11</sup>. Wśród ciekawszych argumentacji znalazły się na przykład słowa Haliny, która na pytanie dotyczące powodu zapisania się na zajęcia Dębickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku, powiedziała, że:

*Zawsze byłam bardzo kreatywną i żywiołową osobą. Przez całe życie zawodowe pracowałam jako nauczycielka, nieustannie rozwijałam się i podnosiłam swoje kwalifikacje. Bardzo często, wraz z innymi nauczycielami i uczniami, organizowałam różnorodne wycieczki, czy zajęcia dla dzieci i młodzieży. Po przejściu na emeryturę nadal czuję potrzebę wieloaspektowej aktywności, którą dają mi zajęcia DUTW. Szeroki wachlarz oferty jest nie tylko doskonałą okazją do rozwoju, ale także do ciekawego i pożytecznego spędzenia wolnego czasu". (Halina)*

To dowodzi słów J. Wawrzyniak, która zauważyła, że współczesne jednostki starsze „mają różne zainteresowania, umiejętności, potrzeby i troski, a ich wkład w życie społeczne ma wartość”<sup>12</sup>. Wypowiedzi badanych dowodzą, że seniorzy są świadomi swojej wartości, oczekiwań, mają swoje aktywne cele, które – jeśli mają taką możliwość – konsekwentnie realizują.

Na pytanie o to, na które zajęcia uczęszczają słuchacze DUTW, dwanaście osób odpowiedziało, że na wszystkie (zajęcia ćwiczeniowe, wykłady, wyjazdy do teatrów i na wycieczki), pozostali uczestniczyli w ponad połowie zajęć z dostępnej oferty. Nie było osób, które zdecydowały się tylko na jedną lub dwie propozycje. Wśród najbardziej interesujących odpowiedzi znalazły się słowa Anny, która swój wybór uzasadniła słowami:

*Oferty DUTW są bardzo ciekawe, rozwijają mnie na wielu płaszczyznach. Korzystam z całej możliwej oferty edukacyjnej i kulturalnej. Paleta możliwości jest bardzo szeroka – wycieczki, kursy językowe, komputerowe itd. Dodatkowym atutem jest to, że opłata za zajęcia nie jest wygórowana, myślę, że po latach pracy warto zainwestować w siebie i pomyśleć o własnych potrzebach, dlatego właśnie zdecydowałam się na uczestnictwo w całej ofercie. (Anna)*

Studenci DUTW dobrowolnie korzystali z różnorodnych form aktywności, które oferuje placówka. Odpowiedni dobór zajęć, dostosowanie ich do możliwości psycho-fizycznych zainteresowanych umożliwiało kreatywne spędzenie czasu i było interesującą alternatywą dla codziennych działań seniorów.

„Czym dla Pani/Pana jest samorealizacja?” – to kolejne pytanie, na które odpowiedzieli badani. Wśród odpowiedzi dominowały stwierdzenia takie jak: „możliwość zrobienia czegoś dla siebie”, „doksztalcanie się, powiązane z przyjemnością”, „rozwój z kilku dyscyplin”, „radość z nabywania nowych umiejętności”, „nie tylko edukacja, ale także pasja, radość, hobby”. Wśród odpowiedzi seniorów pojawiały się zwroty o zabarwieniu pozytywnym, ukazujące samorealizację jako przyjemność, brak przymusu. Na zajęciach Uniwersytetów Trzeciego Wieku nie ma systemu szkolnych ocen, sprawdzianów, ale funkcjonuje zróżnicowana oferta, dobrowolnie wybierana przez studentów DUTW.

Wśród odpowiedzi na pytanie „czym dla Pani/Pana jest samokształcenie?”, informatorzy najczęściej odpowiadali, że jest to: „samodzielne edukowanie się i nabywanie wiedzy”, „kształcenie się z tych dziedzin, które się lubi”, „zdobywanie informacji i nabywanie umiejętności”, „realizacja edukacyjna”, „czytanie, nadążanie za współczesnością”. Ciekawym wątkiem było połączenie samokształcenia z multimediami, czyli nieodłącznymi elementami XXI w. Seniorzy mieli świadomość tego, że brak kontaktu z technologią może powodować to, że zostaną wykluczeni ze społeczeństwa wiedzy.

Na pytanie „jakie są potrzeby współczesnych seniorów?”, badani najczęściej wymieniali: „czas dla siebie”, „zaspokojenie potrzeb materialnych i pozamaterialnych”, „szczęście rodzinne”, „samorealizacja”, „czerpanie radości z życia”, „godne przeżywanie jesieni życia”, „szacunek dla wieku”, „godne traktowanie”, „pełne uczestnictwo w społeczeństwie”. Pośród odpowiedzi na pytanie „czy i w jaki sposób zachęciłaby Pani/zachęciłby Pan inne osoby do uczestniczenia w zajęciach DUTW?”, na pierwszą część pytania wszyscy seniorzy odpowiedzieli twierdząco. Wśród argumentów znalazły się słowa Barbary, która powiedziała, że

*Zdecydowanie zachęciłabym nie tylko moje koleżanki i kolegów do zapisania się na Uniwersytet Trzeciego Wieku. Wiele osób myśli, że wraz z przejściem na emeryturę powinni się tylko poświęcać swojej rodzinie, wnukom. Jednak w tym wszystkim zapominają o sobie i swoim szczęściu. Oczywiście, rodzina daje szczęście, ale ja mówię o innym – takiej nagrodzie dla siebie, za dotychczasową pracę, życie, działania. Rozwiązywanie krzyżówek nie jest jedyną formą rozrywki. Spotkania z innymi, ciekawe zajęcia, wyjazdy do teatrów, ćwiczenia – to wspaniała forma spędzania wolnego czasu. Dzięki regularnym, przystępnym zajęciom człowiek odnajduje mobilizację do podjęcia aktywności”. (Barbara)*

Kazimierz swoją wypowiedź uzasadnił słowami:

11 Archiwum Autorki.

12 J. Wawrzyniak, *Spoleczno-kulturowy wizerunek starości*, [w:] W. Horyń, J. Maciejewski (red.), *Nauczyciel andragog we współczesnym społeczeństwie*, Wrocław 2010, s. 292.

Warto uczęszczać na zajęcia, ponieważ można poznać wiele ciekawych osób, zawierają się nowe znajomości i przyjaźnie, które nie mijają wraz z zakończeniem roku akademickiego. Działanie w grupie jest wartościowe, często bardziej możliwe niż w pojedynkę". (Kazimierz)

Wypowiedzi badanych ukazały ich samoświadomość, nacisk na realizację własnych, indywidualnych potrzeb. Taki wizerunek zdaje się zaprzeczać potocznemu postrzeganiu seniorów jako swoistego dodatku do współczesnej rodziny, wiążącego się z funkcją babci i dziadka.

Na pytanie „jakie nowe umiejętności nabyła Pani/nabył Pan dzięki DUTW?”, respondenci odpowiadali najczęściej, że są to: „lepsza sprawność fizyczna dzięki zajęciom na basenie i sali gimnastycznej”, „większa pewność siebie dzięki ciekawym wykładom i spotkaniom z innymi”, „umiejętności podstawowej obsługi komputera, wysyłania e-maili, korzystania z portali społecznościowych”, „praktycznego ćwiczenia pamięci”, „podstawowej komunikacji w języku angielskim”, „radzenia sobie w nowych sytuacjach”<sup>13</sup>. To, że badani często podkreślali nabywanie umiejętności w zakresie nowych technologii, może potwierdzać słowa Katarzyny Rutkowskiej i Błażeja Stasiaka, którzy dostrzegli, że „współczesność stawia przed nami wiele różnych wymagań, które powodują konieczność ciągłego kształcenia nie tylko młodych, ale i starszych. (...) Aby sprostać stawianym przed nami wymaganiom i obowiązkom, musimy uczyć się i przystosowywać do coraz bardziej zmieniającego się świata przez całe życie”<sup>14</sup>.

„Czy i w jaki sposób DUTW motywuje do samorealizacji?” to kolejne pytanie, na które odpowiadali badani. Na pierwszą część pytania, wszystkie osoby odpowiedziały twierdząco. Jedna z senierek oznajmiła, że „DUTW mobilizuje do samorealizacji poprzez poszerzanie swojej oferty. Nauczyciele, prowadzący zajęcia są dobrze przygotowani, mają wiedzę i dobry kontakt z nami oraz potrafią zachęcić nie tylko do regularnej frekwencji, ale przede wszystkim do robienia czegoś dla siebie także po zakończeniu zajęć” (Anna). Kolejna z senierek wyraziła pogląd iż „do działania motywuje nie tylko sam Uniwersytet Trzeciego Wieku, ale także sami studenci. Na wszystkie zajęcia chodzę z najbliższą koleżanką, która zawsze dzwoni i pyta, o której się spotykamy, która z nas będzie prowadzić samochód itd. Zawsze miłej robić coś w większym gronie, szczególnie rówieśników. Również nasza pani dyrektor bardzo mobilizuje nas do wszelkiego rodzaju wycieczek krajoznawczych, zachęca nas do wyjazdów do teatrów w Krakowie i Rzeszowie, bardzo się stara, rezerwuje bilety, autokar – takie zachowanie tylko może mobilizować do działania” (Katarzyna). Uczestnicy DUTW nie tylko posiadali wewnętrzną motywację do udziału w zajęciach ale także znajdowali inspirację do samorozwoju. Ważną rolę odgrywała także zachęcająca postawa innych, zaangażowanych rówieśników.

Na pytanie „jakie jest Pani/Pana hobby?”, słuchacze najczęściej wymieniali: „prace w ogrodzie”, „zajęcia DUTW”, „spacery”, „nordic walking”, „oglądanie telewizji”, „robotki ręczne”, „wycieczki, podziwianie przyrody”, „spotkanie z przyjaciółmi”, „czytanie książek i gazet”, „nauka obsługi komputera”, „gotowanie”<sup>15</sup>. Wypowiedzi te wskazały na fakt posiadania przez seniorów zróżnicowanych pasji i ulubionych form spędzania wolnego czasu. Wśród badanych nie zostały znalezione osoby, która udzieliłaby odpowiedzi „nie wiem” lub bardzo długo zastanawiała się nad nią. Żaden z informatorów nie potrzebował pytań pomocniczych.

„Jakie są stereotypy na temat seniorów?”, było kolejnym zadaniem pytaniem. Badani najczęściej wymieniali następujące skojarzenia: „osoby, które tylko się modlą”, „ludzie udzielający porad”, „zgrzyźliwi”, „wiecznie narzekający”, „zajmujący kolejkę do lekarza”, „nie radzący sobie z nowoczesną techniką”, „nieodolni”, „mniej błyskotliwi”, „mający mniejszą sprawność psychiczną”, „osoby, które powinny wypełniać tylko rolę babci, czy dziadka”, „ludzie, którzy już przeżyli życie i nic im się nie należy od szczęścia”, „ciężar dla rodziny i społeczeństwa”, „roszczeniowi”<sup>16</sup>. Seniorzy potrafili wymienić po kilka stereotypów na swój temat. Jednak w większości się nie zgadzali i nie identyfikowali się z nimi.

Na pytanie „czy i w jaki sposób DUTW sprzyja niwelowaniu stereotypów na temat seniorów?”, badani odpowiedzieli twierdząco. Spośród możliwości na ograniczenie schematycznego myślenia, wymieniali m.in.: „poszerzanie horyzontów poprzez partycypowanie w kulturze i sztuce”, „nauka nowych umiejętności komputerowych, języków obcych”, „wyjazdy w góry”, „inicjatywa pomocy społecznej, zbieranie darów dla potrzebujących”, „nauka pływania”, „gimnastyka na sali”, „regularne uczestnictwo w rozmaitych zajęciach”, „ciekawość świata i otoczenia realizowana np. przez udział w wykładach; zdobywanie nowych wiadomości”, „aktywne ćwiczenie umysłu”<sup>17</sup>. Seniorzy zgodnie wymieniali sytuacje,

13 Archiwum Autorki.

14 K. Rutkowska, B. Stasiak, *Uczestnictwo w Uniwersytecie III Wieku jako szansa na aktywność i rozwój w starszym wieku*, [w:] W. Horyń, J. Maciejewski (red.), dz. cyt., s. 381.

15 Archiwum Autorki.

16 Archiwum Autorki.

17 Archiwum Autorki.

które łączą się z DUTW i obalają stereotypy na temat osób starszych. Wśród nich znalazły się np. informacje o aktywnych działaniach charytatywnych, zdobywaniu kolejnych umiejętności i podnoszeniu sprawności psycho-fizycznej. Większość z nich podkreślała pozytywny aspekt tych działań i pokładała nadzieję na dalsze budowanie pozytywnego i aktywnego wizerunku swojej grupy wiekowej.

#### Podsumowanie

Współczesne społeczeństwo stara się dostrzegać problemy seniorów, jednak wciąż ulega stereotypom na ich temat. Być może wiąże się to z dynamiką naszych czasów i koniecznością redefinicji dostępnych pojęć i wizerunków dotyczących problematyki starzenia się przez samych zainteresowanych, ale także przez środowisko, w którym funkcjonują. Dodatkowo, jak zauważyła Katarzyna Zamorska – „czas zmian, które dotknęły niemal każdej dziedziny życia, spowodował, że również ludzie, osiągnąwszy wiek emerytalny, stanęli przed nowymi problemami. Jeszcze kilkadziesiąt lat temu życie ludzkie wyznaczały trzy oddzielne fazy. Pierwsza z nich obejmowała edukację (...). Druga faza upływała pod znakiem pracy zawodowej i czasu wolnego (od pracy i dla pracy). W trzeciej (...) fazie człowiek przechodził na emeryturę, która była swoistą nagrodą za pracę przez całe życie. Dziś te fazy nabrały nowego znaczenia (...), wiek emerytalny stał się trzecim życiem”<sup>18</sup>. Trzeci etap życia jest postrzegany jako czas, w którym jednostka może partycypować w szeroko rozumianej edukacji, która stała się swoistą koniecznością naszych czasów i jest niezależna od wieku. Instytucjami, które umożliwiają ten proces w przypadku seniorów, są Uniwersytety Trzeciego Wieku, mobilizujące swoich słuchaczy do aktywności na różnych płaszczyznach psycho-fizycznych. Bogactwo oferty stanowi ciekawą propozycję kreatywnego spędzania wolnego czasu. W artykule została przedstawiona krótka charakterystyka słuchaczy Dębickiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku oraz ich poglądy na kwestie związane z samorealizacją, samorozwojem, edukacją i stereotypami na temat osób starszych. Większość badanych aktywnie spędzała wolny czas i była zadowolona z uczestnictwa w zajęciach DUTW. Wyniki wywiadów „na poły kategoryzowanych” ukazały duże zainteresowanie seniorów zajęciami z zakresu samorozwoju.

#### BIBLIOGRAFIA

- [1] Czerniawska O., *Drogi i bezdroża andragogiki i gerontologii*, Łódź 2000.
- [2] Eihorn-Susulowska M., *Uniwersytet Trzeciego Wieku jako forma uczenia się ludzi starszych*, „Oświata Dorosłych” 1986, nr 6.
- [3] Frolkis V. V., *Aging of the Central Nervous System (Interdisciplinary topics in gerontology)*, New York 1979.
- [4] Klonowicz S., *Oblicza starości*, Warszawa 1979.
- [5] Rutkowska K., Stasiak B., *Uczestnictwo w Uniwersytecie Trzeciego Wieku jako szansa na aktywność i rozwój w starszym wieku*, [w:] W. Horyń, J. Maciejewski, *Nauczyciel andragog we współczesnym świecie*, Wrocław 2010.
- [6] Konieczna-Woźniak R., *Udział ludzi starszych w edukacji nieformalnej*, „Chowanna” 2009, T. II.
- [7] Majewska-Kafarowska A., *Edukacja (seniorów?) w procesie rewalidacji społecznej starzejącego się społeczeństwa*, „Chowanna” 2009, T. II.
- [8] Szczukiewicz P., *Rozwój psychospołeczny a tożsamość*, Lublin 1998.
- [9] Wawrzyniak J., *Społeczno – kulturowy wizerunek starości*, [w:] W. Horyń, J. Maciejewski, *Nauczyciel andragog we współczesnym świecie*, Wrocław 2010.
- [10] Wnuk W., *Portret kobiety starszej na przykładzie słuchaczek Uniwersytetu Trzeciego Wieku we Wrocławiu*, [w:] E. Zierkiewicz, *Starsze kobiety w kulturze i społeczeństwie*, Wrocław 2005.

---

18 K. Zamorska, *Wokół wyzwań polityki społecznej*, [w:] W. Horyń, J. Maciejewski (red.), dz. cyt., s. 320.