



**Anita Gałuszka**

Uniwersytet Śląski  
E-mail: anita.galuszka@poczta.onet.pl

**Małgorzata Nierychlewska**

Uniwersytet Śląski  
E-mail: malgorzata.nierychlewska@gmail.com

# Satysfakcja z życia i poczucie osamotnienia osób w wieku senioralnym w kontekście wykluczenia społecznego / *Life satisfaction and loneliness of seniors in the context of social exclusion*

## Abstract

*Background:* The main aim of the presented study is to identify the relationship between loneliness and life satisfaction of seniors. It was expected that high score of loneliness will correspond to lower score of satisfaction with life.

*Methods:* The group consisted of 161 people (53 male and 108 female, age range 60-105 years old) took part in this study. The data was collected using following tools: UCLA Loneliness Scale by Russell, Peplau and Cutrona, Attitude Profile-Revised LAP-R by Reker and a survey of our own authorship allows to collect socio-demographic data. Correlation and regression methods have been used to find relationship between the variables.

*Findings:* Results of the study show some correlations between loneliness and satisfaction with life ( $r=0,49$  for social connections,  $r=0,57$  for belonging to social group,  $r=-0,53$  for lack of contact). Furthermore, regression analysis shows that lack of contact, social connections and sense of belonging explain about 94% of the variance of life satisfaction.

*Discussion:* The implementation of these results to the psychological care for the elderly might contribute to improving their quality of life.

**Keywords:** life satisfaction, loneliness, exclusion, old age

## WPROWADZENIE

Dynamiczne zmiany społeczno-kulturowe związane między innymi ze starzeniem się społeczeństwa powodują, iż problematyka szeroko rozumianej jakości życia osób starszych pozostaje wciąż aktualną kwestią. Starość jest bardzo zróżnicowaną fazą rozwojową, nie podlegającą żadnym regułom, uzależnioną od przebiegu wcześniejszego życia i rozwoju jednostki (Nowicka, 2008).

Pomimo rozlicznych definicji starości i starzenia się stanowisko S. Klonowicza, który stwierdził, że „proces starzenia się jest z punktu widzenia nauki tak samo trudny do wytłumaczenia jak proces życia. Jest to swego rodzaju fenomen pierwotny, którego przebieg i prawidłowości można badać, ale którego definicji nikt dotychczas nie sformułował” (Klonowicz, 1986, s. 6), nie przedawniło się. Tym bardziej, że starzenie się w ujęciu psychologicznym nie jest jedynie ostatnim etapem życia człowieka, ale kolejną, niezwykle istotną fazą rozwojową, w trakcie której podmiot ma do wypełnienia tzw. zadania rozwojowe, odnoszące się do optymalnego rozwiązania kryzysów życiowych związanych z przejściem do kolejnego etapu życia. Mało tego, sam okres starości podlega periodyzacji, przy czym najczęściej dzieli się ją na trzy (WHO za: Nowicka, 2008, s.17) lub cztery (Dzienio, za Klonowicz, 1979, s.18) subokresy. Jej początek również nie został precyzyjnie określony. Przetacznik-Gierowska (1996) przyjmuje wiek 55 lat za rozpoczęcie starości, a Nowicka (2008) wiek 60-65 lat. W prezentowanej pracy przyjęto, że seniorzy to osoby, które ukończyły 60 rok życia.

R.J. Havighurst (1997) wskazał najistotniejsze zadania rozwojowe okresu późnej dorosłości, do których należą między innymi przystosowanie się do słabnącej wydolności fizycznej i pogarszającego się stanu somatycznego (zdrowia) oraz akceptacja życia w sytuacji postępujących ograniczeń i doświadczanych utrat, co może wiązać się z koniecznością dokonania jakościowej (jakościowej) zmiany odnoszącej się do subiektywnej oceny własnego życia, a zatem i jego jakości.

Jednym z komponentów silnie sprzężonych z jakością życia człowieka jest satysfakcja z życia. Dotyczy ona subiektywnej oceny własnego stanu i związana jest z pozytywnym stosunkiem do własnego życia oraz brakiem uczuć negatywnych (Diener i in, 1985, za: Świerżewska, 2010). Z. Juczyński (2001) uważa, że satysfakcja z życia jest związana z porównaniem sytuacji jakie spotykają człowieka z wyznaczonymi przez niego standardami i związana jest z optymizmem. Frankl satysfakcję z życia traktował jako jeden z czynników sensu życia (Frankl, 1978), zaś Klamut satysfakcję życiową określa jako „ocenę własnego życia przez człowieka w kategoriach pozytywnych doświadczeń, satysfakcji z życia i akceptacji stanu aktualnego” (Klamut, 2010, s.4).

Literatura obfituje w czynniki, które mogą obniżać lub podwyższać satysfakcję życiową seniorów, co może stanowić konsekwencję licznych niejednoznaczności odnoszących się zarówno do kwestii teoretycznych, jak i metodologicznych reprezentowanych przez badaczy (Świerżewska, 2010), jak również przyczyniać się do dalszego ich pogłębiania. Do najważniejszych zalicza się: wykształcenie (CBOS, 2010), relacje rodzinne, utratę najbliższej osoby – partnera życiowego i wykazywanie się aktywnością pozazawodową. Badania PolSenior (Szatur-Jaworska, 2012), wskazały, że najbliższa rodzina jest nie tylko najważniejszym źródłem kontaktów społecznych, lecz także zaspokaja potrzebę kontaktów z innymi ludźmi. Z licznych badań wynika (Czekanowski, 2002; Czapiński i Panek, 2009; Kijak i Szarota, 2013), że życie rodzinne dla ludzi starych stanowi bardzo ważne źródło jakości życia chroniąc osoby starsze przed poczuciem osamotnienia (Szatur-Jaworska, 2012). Świerżewska (2010) badała z kolei zależność pomiędzy aktywnością spo-

łeczną a satysfakcją z życia, nadzieją podstawową i optymizmem dyspozycyjnym u osób po 60 roku życia. Badania te wykazały, że istnieje duża dodatnia zależność pomiędzy satysfakcją z życia a aktywnością wśród mężczyzn, (u kobiet nie stwierdzono jednak takiej zależności). Natomiast Główny Urząd Statystyczny (za: Steuden i Marczuk, 2006), wykazał związek pomiędzy samotnością i zadowoleniem z życia oraz wykształceniem. Ponadto pokazał, iż osoby z wykształceniem średnim oraz wyższym częściej podejmują aktywność, bardziej cieszą się życiem i mają z niego większą satysfakcję. Badania GUS (2015) ujawniły również, że osoby z niższym wykształceniem gorzej znoszą samotność i odznaczają się niższą samooceną.

Drugim czynnikiem pozostającym w silnych związkach zależnościowych z jakością życia (oraz z satysfakcją z życia) jest samotność, rozumiana jako brak fizycznego kontaktu z inną osobą, będąca rezultatem utraty więzi interpersonalnych, dezintegracji z grupą, niewłaściwego pełnienia ról społecznych (Szukalski, 2005). Bywa, że człowiek ma poczucie osamotnienia, pomimo pozostawania w relacjach z innymi (głównie członkami rodziny czy społeczności sąsiedzkiej). W tym przypadku osamotnienie traktowane jest jako psychiczny aspekt samotności, dotyczący poczucia bycia niezrozumianym przez otoczenie, poczucia wyobcowania, (Szukalski, 2005), a czasem odczucia utraty sensu życia (Trafiałek, 2003).

Samotność w niniejszej pracy traktowana jest zgodnie z definicją Rembowskiego (1992), który uważa, że samotność jest „złożonym i wielowymiarowym, psychospołecznym doświadczeniem człowieka, występującym pod różną postacią i ze złożonym natężeniem. Pojawia się na skutek niezgodności pomiędzy oczekiwaniami a realnymi możliwościami. Należy do stanów emocjonalnych, w których jednostka jest świadoma izolacji od innych osób i niemożności działania na ich korzyść. Może pojawić się też na skutek utraty kogoś bliskiego oraz na skutek oczekiwania na kogoś, kto mógłby zapełnić powstałą pustkę” (Rembowski, 1992, s.33). Zatem, samotność nie jest tu przedstawiona tylko jako brak kontaktów z innymi, czy utrata osoby bliskiej, lecz także jako wewnętrzna odpowiedź jednostki na częstotliwość i jakość tych kontaktów (osamotnienie). Rembowski (1992) podkreśla całościowy charakter samotności wraz z psychologiczną i społeczną stroną tego zjawiska, co w konkluzji prowadzi do ich utożsamienia.

Z jednej strony samotność może wynikać ze stygmatyzacji i wykluczenia społecznego, a z drugiej, osoby osamotnione mogą generować u innych zachowania stygmatyzujące i wykluczające je z otoczenia, które to działania, na zasadzie sprzężenia zwrotnego powodują, że odczuwana samotność staje się jeszcze silniejsza. Warto zwrócić uwagę także na fakt, że starość może sama przez się być powodem naznaczenia czy ekskluzji (wśród grup szczególnie narażonych na wykluczenie wymienia się, między innymi starców, osoby biedne i niepełnosprawne) (Krzyszowski, 2005). Program Narodowej Strategii Integracji Społecznej w szczególowym wykazie grup zagrożonych lub podlegających ekskluzji społecznej wskazuje literalnie „starsze osoby samotne” jako te, względem których należy podjąć działania inkluzyjne lub co najmniej zapobiegawcze (NSIS, 2003, s. 61). Wydaje się zatem, że rozeznanie w zakresie zadowolenia z życia i poczucia osamotnienia

seniorów może być przyczynkiem do podjęcia działań dążących do poprawy ich jakości życia oraz zminimalizowania prawdopodobieństwa wykluczenia społecznego tej grupy osób.

## CEL PRACY I HIPOTEZY BADAWCZE

Celem pracy była próba określenia związku pomiędzy satysfakcją życiową a poczuciem osamotnienia osób w wieku 60 lat wzwyż. Na podstawie dostępnej literatury przyjęto hipotezę ogólną o istnieniu takiej zależności. Ponadto postanowiono sprawdzić, czy zmienne takie jak płeć, wiek, wykształcenie i aktywność pozazawodowa różnicują grupę seniorów pod względem satysfakcji z życia. Postawiono następujące hipotezy szczegółowe:

1. Im wyższy poziom satysfakcji z życia tym niższe poczucie osamotnienia.
2. Płeć różnicuje osoby starsze pod względem poziomu satysfakcji życiowej.
3. Osoby z najmłodszej grupy wiekowej charakteryzują się wyższą satysfakcją życiową niż osoby starsze wiekiem.
4. Poziom wykształcenia różnicuje osoby starsze pod względem satysfakcji życiowej
5. Osoby aktywne pozazawodowo charakteryzują się wyższą satysfakcją życiową.

## METODY BADAWCZE

W zbieraniu danych posłużono się metodami kwestionariuszowymi.

1. Do oceny satysfakcji życiowej wykorzystano Kwestionariusz Postaw Życiowych (KPŻ) (Life Attitude Profile-Revised LAP-R), G. Reker'a w polskiej adaptacji R. Klamuta (2010). Składa się on z 47 stwierdzeń, tworzących 6 skal prostych i 2 skale złożone. Do badania satysfakcji życiowej wykorzystano tylko jedną skalę złożoną - *Równowagę postaw życiowych (RPŻ)*, która jest ogólną miarą postaw względem życia i odnosi się do satysfakcji życiowej. Określa ona pozytywną ocenę życia, odczuwanie satysfakcji z życia, akceptację życia takim jakie ono jest oraz brak potrzeby zmiany obecnego stanu, akceptację siebie i życia w ogólności. (Klamut, 2010). Rzetelność badana metodą testu-retestu oceniana jest jako wysoka, a współczynnik rzetelności oscyluje w granicach od 0,80 do 0,84, zaś alfa – Cronbacha wynosi 0,70 (Klamut, 2010).
2. Do pomiaru samotności wykorzystano Skalę Samotności (UCLA Loneliness Scale), której autorami są D. Russell, L.A., Peplau, C.E. Cutrona, w polskiej adaptacji J. Rembowski'ego (1992). Skala ta składa się z trzech podskal, do których zalicza się: (1) Brak kontaktu, (2) Poczucie więzi społecznych oraz (3) Przynależność do grupy (Kaleta, 2011). Pierwsza z nich dotyczy poczucia braku bliskiego, osobistego i intymnego kontaktu z osobami. Zawiera 10 twierdzeń opisujących negatywny stan relacji. Wysoki wynik w tej skali może świadczyć o wysokim nasileniu poczucia samotności, odizolowania i opuszczenia (Kaleta i Mróz, 2012). Podskala druga dotyczy poczucia więzi społecznych z innymi ludźmi. Składa się z 4 twierdzeń o treści pozytywnej. Wysoki wynik w tej podskali świadczy o dobrych relacjach z ludźmi i utrzymywaniu

więzi z innymi. Trzecia podskala zawiera 6 itemów, z których 2 twierdzenia mają charakter negatywny (4,9), a pozostałe 4 itemy - pozytywny. Skala ta odzwierciedla przynależność do grupy społecznej (Rembowski, 1992). Wysoki wynik świadczy o poczuciu przynależności do grupy, dopasowaniu i niskim poczuciu samotności (Kaleta, 2011). Korzystny układ wyników na skali UCLA, który świadczyłby o niskim poczuciu samotności kształtowałyby się tak, aby wynik pierwszej podskali był niski, a dwóch pozostałych - wysoki. Odwrotna konfiguracja wskazuje z kolei na nasilone poczucie samotności. Skala UCLA charakteryzuje się wysoką rzetelnością i trafnością (Rembowski, 1992). W pierwszej wersji testu współczynnik rzetelności alfa-Cronbacha wynosił 0,96 (Russel, Peplau, Ferguson, 1978, s.292), natomiast w wersji trzeciej współczynnik rzetelności alfa Cronbacha wyniósł od 0,89 do 0,94 (Russell, 1996).

- Do zebrania danych socjodemograficznych, które w pracy zostały uznane za istotne dla pełnej analizy grupy badawczej i wyciągnięcia szczegółowych wniosków, opracowano autorską ankietę..

Analizy statystyczne uzyskanych wyników zostały przeprowadzone z wykorzystaniem programu STATISTICA wersja 10.0, a przyjęty przedział ufności wynosił 0,95 (PU=95,  $\alpha=0,05$ ).

## WYNIKI

Badaniami objęto 161 osób w wieku od 60 do 105 lat. Mężczyźni stanowili 32,9% badanych (53 osoby), a kobiety 67,1% badanych (108 osób). Badania przeprowadzono rozdając ankiety przypadkowym osobom starszym (61 % badanych) oraz na Uniwersytetach Trzeciego Wieku, w mieście i na wsi - w Piekarach Śląskich i Koszęcinie (39% badanych, co stanowiło 64 osoby).

W tabeli 1 przedstawiono korelację r-Pearsona pomiędzy satysfakcją z życia a poczuciem samotności. Wśród osób badanych 4 osoby nie wypełniły testu badającego samotność. W związku z tym analizy statystyczne dotyczące korelacji zostały przeprowadzone na grupie 157 osób.

**Tabela 1** Satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ) a poczucie osamotnienia (UCLA/BK; UCLA/PSW; UCLA/PGS) dla całej próby badanej (korelacja r-Pearsona;  $p < 0,001$ ;  $N=157$ )

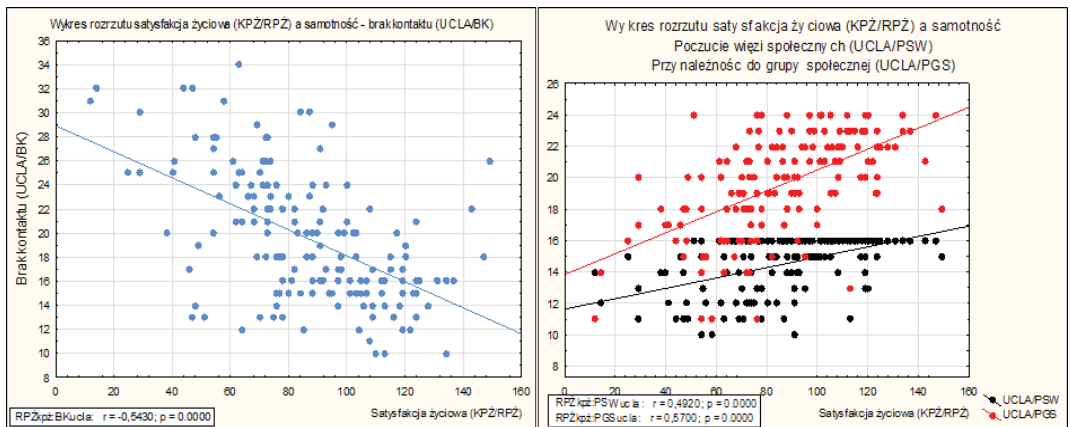
Grupa	Korelacje satysfakcja z życia a poczucie samotności					
	Oznaczone wsp. korelacji są istotne przy $p < ,0001$					
	Ogółem		Kobiety N=106		Mężczyźni N=51	
Poczucie samotności	r(X,Y)	p	r(X,Y)	p	r(X,Y)	p
Brak kontaktu (UCLA/BK)	-0,543*	0,000	-0,569*	0,000	-0,499*	0,000
Poczucie społecznych więzi (UCLA/PSW)	0,492*	0,000	0,465*	0,000	0,5998*	0,000
Przynależność do grupy (UCLA/PGS)	0,570*	0,000	0,531*	0,000	0,663*	0,000

Satysfakcja z życia badanych osób starszych koreluje ujemnie z samotnością dotyczącą braku intymnego kontaktu z innymi osobami (UCLA/BK). Im wyższa

satysfakcja z życia tym niższe poczucie samotności. Siła tej zależności jest umiarkowana ( $r=-0,54$ ). Natomiast wśród starszych osób badanych wykazano dodatnią korelację związaną z przynależnością do grupy społecznej ( $r=0,57$  UCLA/PGS) i poczuciem społecznych więzi ( $r=0,49$  UCLA/PSW).

Wśród mężczyzn najwyższą korelację zaobserwowano pomiędzy satysfakcją z życia a przynależnością do grupy społecznej ( $r=0,66$ ). Natomiast u kobiet najwyższą korelację zanotowano w przypadku braku kontaktu intymnego (UCLA/BK). Wszystkie korelacje wykazują istotny związek ze zmiennymi.. Korelację dla całej grupy badawczej obrazuje wykres 1.

**Wykres 1** Wykres rozrzutu dla zmiennych satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ) i poczucie osamotnienia (UCLA/BK; UCLA/PSW; UCLA/PGS) dla całej próby badanej (korelacja r-Pearsona;  $p<0,001$ ;  $N=157$ )



Powyższe wyniki analizy statystycznej pozwalają na potwierdzenie hipotezy badawczej, która mówiła o tym, że im wyższa satysfakcja z życia osób starszych tym niższe ich poczucie samotności.

Modelem, który najlepiej wyjaśnia zmienność satysfakcji życiowej osób badanych jest model zawierający wszystkie trzy składowe poczucia samotności (wyniki analiz przedstawia tabela 2).

**Tabela 2** Analiza regresji zmiennej satysfakcja z życia a poczucie samotności osób badanych

Podsumowanie regresji zmiennej zależnej: satysfakcja z życia (KPŻ/RPŻ)						
R= ,97235334 R <sup>2</sup> = ,94547101 Popraw. R <sup>2</sup> = ,94440876 F(3,154)=890,06						
	b*	Bł. std. - z b*	b	Bł. std. - z b	t(154)	p
UCLA/ BK	-0,200	0,054	-0,889	0,241	-3,676	0,0001
UCLA/ PSW	0,482	0,160	2,979	0,993	2,997	0,003
UCLA/ PGS	0,676	0,147	3,081	0,671	4,590	0,0001

Istotną zmienność zmiennej satysfakcja z życia (KPŻ/RPŻ) wyjaśnia w 94% model zawierający brak kontaktu (UCLA/BK), przynależność do grupy społecznej

(UCLA/PGS) i poczucie więzi społecznej (UCLA/PSW) mierzonej Skalą Samotności UCLA. Zależność ta jest istotna. Usunięto wyraz wolny, który nie wykazywał istotnego związku ze zmienną satysfakcja życiowa.

W celu określenia poziomu satysfakcji życiowej osób badanych posłużono się podziałem na wyniki niskie, średnie i wysokie. Uzyskane dane zamieszczone zostały w tabeli 3.

**Tabela 3** Rozkład przedziałów wyników dla zmiennej satysfakcja życiowa mierzonej Kwestionariuszem Postaw Życiowych (KPŻ/RPŻ) na podstawie badań własnych

Nazwa/Norma	N	Średnia	SD	Min	Max	Niskie wyniki	Średnie wyniki	Wysokie wyniki
Równowaga postaw życiowych (KPŻ/RPŻ)- badania własne	161	85,968	26,809	12	149	-80-73*	74-98*	99-208*
Równowaga postaw życiowych (KPŻ/RPŻ)- wiek 39-59	74	87,89	21,4	-80	208	-80-64**	65-101**	102-208**

\*niskie, wysokie i średnie wyniki wyliczone sposobem: wyniki niskie (min= średnia – 0,5 SD); wyniki średnie <między min i max>; wyniki wysokie(max = średnia +0,5 SD)

\*\*niskie (1-4 sten), średnie (5-7 sten), wysokie (8-10 sten), średnie i wysokie wyniki wyliczone na podstawie danych: średnia = 5,5 sten i odchylenie standardowe (SD) wynosi 2. (źródło: Klamut, 2010)

Wykorzystując wartości minimum, maksimum, średniej i połowy odchylenia standardowego utworzono przedziały, w których uznano za wyniki:

- niskie, zakres od -80 do 73 pkt
- średnie, rozpiętość od 74 do 98 pkt
- wysokie, przedział od 99 do 208 pkt

W hipotezach badawczych zakładano istnienie różnic w odczuwaniu satysfakcji życiowej ze względu na płeć, wiek, wykształcenie i aktywność pozazawodową. W celu dokonania właściwego wyboru testu statystycznego pozwalającego na ich sprawdzenia zastosowano test rozkładu normalności Shapiro-Wilka, którego wyniki przedstawiono w tabeli 4.

**Tabela 4** Test normalności rozkładu (Shapiro - Wilka) dla zmiennej satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ) dla poszczególnych grup badanych (płeć, wiek, wykształcenie, aktywność pozazawodowa)( $p < 0,05$ ,  $N = 161$ )

zmiennie	płeć	N	W	p
Satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)	mężczyzna	53	0,987729	0,859467
	kobieta	108	0,986189	0,331457
	wiek kod	N	W	p
	75-105	26	0,985563	0,965090
	70-74	35	0,984040	0,879929
	60-69	100	0,988862	0,573768
	wykształcenie	N	W	p
	podstawowe	19	0,941286	0,278105
	zawodowe	17	0,973667	0,878893
	wyższe	51	0,969545	0,211741
	średnie	74	0,982058	0,376291
	aktywność pozazawodowa	N	W	p
	Brak aktywności	76	0,992551	0,940295
	aktywność	85	0,989669	0,740863

Jak wynika z tabeli 4 zmienna satysfakcja życiowa dla grup uwzględniających płeć, wiek, wykształcenie i aktywność pozazawodową ma rozkład normalny, w związku z tym zastosowano test jednorodności wariancji Levene'a, którego wyniki przedstawiono w tabeli 5.

**Tabela 5** Test jednorodności wariancji dla zmiennej satysfakcja z życia (KPŻ/RPŻ) względem zmiennej płeć osób badanych (dla  $p < 0,05$ ,  $N = 161$ , Test Levene'a)

płeć	Wariancje iloraz F	Leve- ne'a F(1,df)	Levene'a df	Levene'a p
Satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)	1,079595	0,236650	159	0,627306
wiek	MS Błąd	F błąd	Df błąd	p
Satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)	227,641	0,670	158	0,5128
wykształcenie	MS Błąd	F błąd	Df błąd	p
Satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)	232,349	3,568	157	0,0155
aktywność pozazawodowa	Wariancje iloraz F	Leve- ne'a F(1,df)	Levene'a df	Levene'a p
Satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)	1,0916	0,0303	159	0,861

Wariancje dla zmiennych płeć, wiek, aktywność pozazawodowa są jednorodne. Natomiast zmienna wykształcenie charakteryzuje się niejednorodnością wariancji. Dla zmiennych z jednorodnością wariancji zastosowano testy parametryczne: test t-Studenta (dla dwóch zmiennych) i analizę wariancji ANOVA (dla więcej niż dwóch grup zmiennych). Dla zmiennej wykształcenie zastosowano test Kruskala-Wallis.

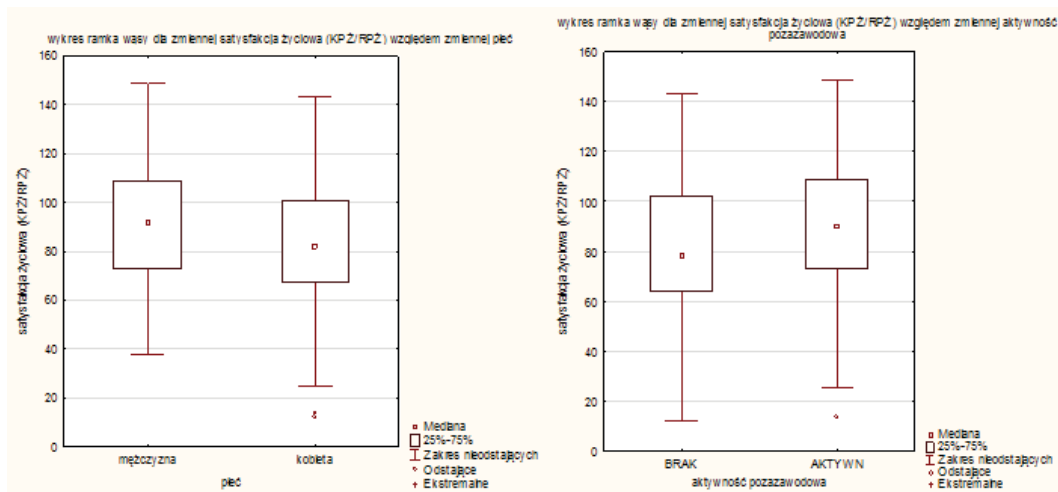


**Tabela 6** Test t-Studenta dla zmiennej satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ) względem zmiennych płeć i aktywność zawodowa ( $p < 0,05$ ,  $N = 161$ )

Płeć	Średnia M	Średnia K	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	N M	N K	SD M	SD K
Satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)	92,679	82,675	2,252	159	0,0256	53	108	27,156	26,136
Aktywność pozazawodowa	Średnia BRAK	Średnia AKT	<i>t</i>	<i>df</i>	<i>p</i>	N BRAK	N AKT.	SD BRAK	SD AKT.
Satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)	81,355	90,094	-2,086	159	0,0385	76	85	25,913	27,074

M-mężczyźni; K-kobiety; BRAK-brak aktywności pozazawodowej, AKT-aktywność pozazawodowa

Na podstawie danych zawartych w tabeli 6 można stwierdzić występowanie istotnych statystycznie różnic pomiędzy kobietami i mężczyznami w odniesieniu do satysfakcji z życia. Kobiety charakteryzują się istotnie niższą niż mężczyźni satysfakcją z życia. Zarówno kobiety, jak i mężczyźni charakteryzują się średnim poziomem satysfakcji życiowej. Satysfakcja życiowa osób badanych różni się także w grupach respondentów aktywnych pozazawodowo i nieaktywnych. Osoby starsze wykazujące aktywność taką jak udział w Uniwersytetach Trzeciego Wieku, klubach seniora oraz innych organizacjach, charakteryzują się istotnie wyższą satysfakcją niż osoby nieprzejawiające takiej aktywności.

**Wykres 2** Wykres ramka wąsy- różnice dla zmiennej satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ) ze względu na płeć i aktywność pozazawodową osób badanych**Tabela 7** Analiza wariancji zmiennej satysfakcja życiowa pod względem różnic w grupie osób badanych ze względu na wiek ( $p < 0,05$ ; ANOVA parametryczna)

Analiza wariancji: satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ) względem zmiennej: wiek Zaznaczone efekty są istotne przy $p < ,05$								
zmienna	SS	df	MS	SS	df	MS	F	p
satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)	5742,839	2	2871,420	109258,0	158	691,506	4,152	0,017

Istnieją różnice w poziomie satysfakcji życiowej pomiędzy osobami starszymi z wyszczególnionych grup wiekowych. Jednak przy zastosowaniu testu RIR Tukeya różnice te nie są widoczne, co przedstawia tabela 8.

**Tabela 8** Różnice w poziomie satysfakcji życiowej (KPŻ/RPŻ) osób badanych ze względu na wiek osób badanych (dla  $p < 0,05$ ,  $N = 161$ )

Test RIR Tukeya; zmienna: satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ) względem zmiennej: wiek Zaznaczone różnice są istotne przy $p < 0,05$		
wiek	{1}	{2}
<b>60-69</b> $M=90,610$ {1}	-	-
<b>75-105</b> $M=77,231$ {2}	0,054264	-
<b>70-74</b> $M=79,200$ {3}	0,069603	0,954933

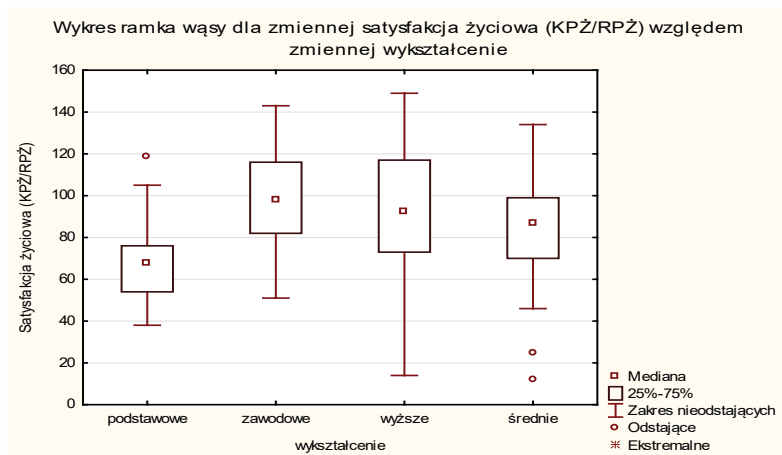
Istnieją natomiast statystycznie istotne różnice w grupach seniorów z różnym wykształceniem w odniesieniu do poziomu ich satysfakcji życiowej.

**Tabela 9** Różnice w poziomie satysfakcji życiowej (KPŻ/RPŻ) osób badanych ze względu na wykształcenie osób badanych (dla  $p < 0,05$ ,  $N = 161$ )

Satysfakcja z życia Zmienna niezależna (grupująca): wykształcenie Test Kruskala-Wallisa: $H(3, N=161) = 14,89940$ $p = 0,0019$				
		{1}	{2}	{3}
<b>satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ)</b>	podstawowe $M=68,789$ $R: 47,789$ {1}	-	-	-
	zawodowe $M=97,176$ $R: 99,735$ {2}	0,005820	-	-
	średnie $M=84,365$ $R: 78,426$ {3}	0,090650	0,256831	-
	wyższe $M=90,961$ $R: 90863$ {4}	0,008093	0,827959	0,501717

Test Kruskala-Wallisa wskazuje na różnice w poziomie satysfakcji życiowej osób starszych z wykształceniem podstawowym i wyższym ( $p < 0,05$ ) oraz pomiędzy osobami z wykształceniem podstawowym i zawodowym ( $p < 0,05$ ). Najwyższą satysfakcją życiową charakteryzują się osoby z wykształceniem zawodowym ( $M=97,176$ ) i wyższym ( $M=90,961$ ). Natomiast osoby z wykształceniem średnim mają niższy poziom satysfakcji życiowej niż seniorzy z wykształceniem zawodowym. Różnice te nie są jednak istotne. Blisko granicy wysokiego poziomu satysfakcji życiowej znalazły się osoby z wykształceniem zawodowym, zaś osoby z wykształceniem podstawowym charakteryzuje niski poziom satysfakcji życiowej. Seniorzy z wykształceniem średnim i wyższym odznaczają się średnim poziomem satysfakcji życiowej. Analizę omówionych różnic przedstawia tabela 9 i wykres 3.

**Wykres 3** Wykres ramka wąsy- różnice dla zmiennej satysfakcja życiowa (KPŻ/RPŻ) ze względu na wykształcenie osób badanych



## WNIOSKI

Zgodnie z przeprowadzonymi analizami danych należy stwierdzić, że istnieje umiarkowany związek pomiędzy satysfakcją z życia a poczuciem samotności. U mężczyzn korelacja ta jest wyższa niż u kobiet przy uwzględnieniu aspektów dotyczących poczucia przynależności do grupy i poczucia więzi społecznych. Satysfakcja z życia kobiet w większym stopniu koreluje z brakiem kontaktu intymnego z innymi osobami. Można pokusić się o stwierdzenie, że dla odczuwania satysfakcji z życia istotnym wśród starszych mężczyzn jest czynnik społeczny, związany z kontaktem z innymi ludźmi, posiadaniem grupy przyjaciół i wsparcia społecznego. Natomiast dla kobiety brak intymnej więzi z partnerem, rodziną lub najbliższymi może powodować obniżenie satysfakcji życiowej. Jak wykazała analiza regresji, dla kształtowania się satysfakcji życiowej badanych seniorów wszystkie trzy składowe samotności są istotne, (zarówno dla kobiet, jak i mężczyzn) i w mniejszym, bądź większym stopniu warunkują satysfakcję z życia i poziom odczuwanej samotności.

Kobiety i mężczyźni różnią się także pod względem odczuwanej satysfakcji z życia. Mężczyźni w wieku senealnym charakteryzują się wyższym poczuciem satysfakcji życiowej niż ich starsze koleżanki.

Dodatkowe analizy wykazały również, że wiek nie różnicuje grup seniorów pod kątem odczuwanej satysfakcji i niezależnie od przedziału wiekowego, w jakim są, odznaczają się oni średnim poczuciem satysfakcji życiowej.

Natomiast wykształcenie nie pozostaje bez znaczenia. Osoby starsze z wykształceniem podstawowym charakteryzują się istotnie niższym zadowoleniem z życia niż osoby z wykształceniem zawodowym i wyższym. Wśród osób ze średnim wykształceniem zdarzały się osoby charakteryzujące się niższą satysfakcją życiową i wyniki odstające spowodowały, że istotnej zależności między wykształceniem podstawowym a średnim nie zanotowano. Natomiast osoby z wykształceniem

średnim charakteryzują się nieco wyższą satysfakcją życiową niż osoby z wykształceniem podstawowym.

Ważnym składnikiem związanym z odczuwaną satysfakcją jest aktywność pozazawodowa seniorów. Osoby starsze aktywne pozazawodowo odznaczają się wyższym poziomem satysfakcji życiowej niż ich nieaktywni rówieśnicy.

## BIBLIOGRAFIA:

- Bugajska, B., Timoszyk-Tomczak, C. (2006). Człowiek stary wobec przyszłości. W S. Steuden i M. Marczuk, (red). *Starzenie się a satysfakcja z życia*. (s. 61-69). Lublin: Wydawnictwo KUL.
- Czapiński, J., Panek, T. (2009). *Diagnoza społeczna. Warunki i jakość życia Polaków*.
- Czekanowski, P. (2002). Rodzina w życiu osób starszych i osoby starze w rodzinie. W S. B. (Red.), *Polska starość* (s 140-172). Gdańsk: Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego.
- Frankl, V.E. (1978). *Psychoterapia dla każdego*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX..
- Główny Urząd Statystyczny. (2015. 05 11). *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014-2050*. Pobrano z lokalizacji <http://www.stat.gov.pl>
- Havighurst, R.J. (1997). Zadania rozwojowe kolejnych okresów życia i warunki wypełniania. W W. Pomykało (red). *Encyklopedia Pedagogiczna.*, (s.952-953), Warszawa: Fundacja Innowacja.
- Juczyński, Z. (2001). *Narzędzia pomiaru w promocji zdrowia*. Warszawa: Pracownia Testów Psychologicznych.
- Kaleta, K. (2011). *Struktura rodziny a społeczne funkcjonowanie dorastających dzieci*. Kielce : Wyd UJK.
- Kaleta, K., Mróz, J. (2012). Percepcja relacji interpersonalnych a pozytywne zachowania zdrowotne dorosłych. *Probl Hig Epidemiol*, 779-784.
- Kijak, R., Szarota, Z. (2013). *Starość. Między diagnozą a działaniem*. Warszawa: Centrum Zasobów Ludzkich.
- Klamut, R. (2010). *Kwestionariusz Postaw Życiowych*. Warszawa: Polskie Towarzystwo Psychologiczne.
- Klonowicz, S. (1979). *Oblicza starości. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*. Warszawa: Wiedza Powszechna.
- Klonowicz, S. (1986). Starzenie się ludności. W J. Piotrowski (red). *Encyklopedia Seniora*. (s.6), Warszawa: WP.
- Krzyszkowski, J. (2005). Dla kogo inkluzja, dla kogo ekskluzja. Instytucja pomocy społecznej wobec problemu wykluczenia społecznego. W: L., Frąckiewicz (red). *Wykluczenie społeczne* (s.43-58), Katowice: Wyd. AE im. Karola Adamickiego.
- Narodowa Strategia Integracji Społecznej dla Polski (NSIS), (2003), Zespół Zadaniowy do Spraw Reintegracji Społecznej, pod przewodnictwem Ministra Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej Jerzego Hausnera, powołany 14.04.2003 r. przez Prezesa Rady Ministrów. <http://www.mpips.gov.pl/userfiles/File/mps/NSIS.pdf> [dostęp: 29.04.2016].
- Nowicka, A. (2008). Starość jako faza życia człowieka. W A. Nowicka (Red.), *Wybrane problemy osób starszych*. (s. 17-25). Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Przetacznik-Gierowska, M. (1996). *Psychologia rozwoju człowieka*. Warszawa: PWN.
- Rembowski, J. (1992). *Samotność*. Gdańsk: Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego.
- Russell, D. (1996). The UCLA Loneliness Scale (Version 3): Reliability, validity and factor structure. *Journal of Personality Assessment*, 66, 20-40.
- Russell, D., Peplau, L. A., Ferguson, M. L. (1978). Developing a measure of loneliness. *Journal of Personality Assessment*, 42, 290-294.

- Steuden, S., Marczuk, M. (2006)(red.). *Starzenie się a satysfakcja życia*. Lublin: Wyd. KUL.
- Szatur-Jawroska, B. (2012). Sytuacja rodzinna i więzi rodzinne ludzi starych i osób na przedpolu starości. W M. Mossakowska, A. Więcek i P. Błędowski (Red), *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce* (s 419-449). Poznań: Termedia.
- Szukalski, P. (2005). Poczucie samotności i osamotnienia wśród sędziwych seniorów a ich sytuacja rodzinna, *Auxilium Sociale -Wsparcie Społeczne* nr 2 (34), 217-238.
- Świerżewska, D. (2010). Satysfakcja z życia aktywnych i nieaktywnych osób po 60 roku życia. *Psychologia rozwojowa*, 15(2), 89-99.
- Trafiałek, E. (2003). *Polska starość w dobie przemian*, Katowice: „Śląsk”.
- Wądołowska, K. (2010). *Obraz typowego Polaka w starszym wieku*. Warszawa: CBOS.