

# e-mentor

DWUMIESIĘCZNIK SZKOŁY GŁÓWNEJ HANDLOWEJ W WARSZAWIE  
WSPÓŁWYDAWCA: FUNDACJA PROMOCJI I AKREDYTACJ KIERUNKÓW EKONOMICZNYCH

2016, nr 2 (64)



J. Maćkowicz, J. Wnęk-Gozdek, *Transformacja starszych kobiet pod wpływem oddziaływań edukacyjnych uniwersytetu trzeciego wieku – studium przypadku*, „e-mentor” 2016, nr 2(64), s. 45–55, <http://dx.doi.org/10.15219/em64.1238>.

# Transformacja starszych kobiet pod wpływem oddziaływań edukacyjnych uniwersytetu trzeciego wieku – studium przypadku

Jolanta Maćkowicz, Joanna Wnęk-Gozdek

Współczesne prognozy demograficzne powodują, że nie tylko Polska, ale i cała Europa stoją przed wyzwaniem w obszarze aktywizowania osób starszych. Inspiracją do podjęcia tego tematu stały się bezpośrednio obserwacje starszych kobiet – słuchaczek uniwersytetu trzeciego wieku (UTW). Autorki, na podstawie przeprowadzonych badań jakościowych, dążyły do ustalenia, w jakim zakresie aktywność edukacyjna wpływa na autopercepcję i transformację postaw senierek uczęszczających na UTW oraz w jaki sposób przekłada się na poprawę jakości ich życia.

Przed współczesnym człowiekiem stoi wiele wyzwań natury ekonomicznej, ekologicznej i społecznej. Jednym z nich jest widmo katastrofy demograficznej, wywołane gwałtownym spadkiem dzietności. Polska zajmuje 214 miejsce w świecie pod względem liczby urodzeń. Procesowi temu towarzyszy systematyczne starzenie się społeczeństwa, wywołane wydłużeniem przeciętnego czasu trwania życia. Według prognoz do 2035 roku osoby w wieku 65 lat i starsze będą stanowić niemal jedną czwartą populacji<sup>1</sup>. Inne źródła podają, że odsetek osób w wieku okołoemerytalnym (60 lat i więcej dla kobiet oraz 65 lat i więcej dla mężczyzn) do 2050 roku w skali światowej wzrośnie z 11 do 25 proc., a w Europie z 27 do 51 procent<sup>2</sup>. Wymienione zmiany w strukturze społeczeństw pociągną za sobą liczne skutki niemal w każdej dziedzinie życia ludzkiego. Dla opisywanej problematyki znaczące wydają się następujące konsekwencje:

- feminizacja populacji spowodowana dłuższym życiem kobiet,
- obniżenie aktywności w pewnych sferach życiowych, np. wycofanie się z życia zawodowego,
- wzrost aktywności w takich obszarach jak np. edukacja permanentna, wolontariat osób starszych<sup>3</sup>,
- wzrost zapotrzebowania na edukację społeczną, technologiczną i kulturową osób starszych (*lifelong learning*),
- upowszechnianie się i promocja zdrowego stylu życia, aktywizacja fizyczna i psychiczna<sup>4</sup>.

Unia Europejska i rządy państw członkowskich od dłuższego czasu przygotowują się do sprostania tym zmianom cywilizacyjnym. Ich działania przebiegają dwutorowo: są to działania na rzecz „odmłodzenia społeczeństwa”<sup>5</sup> oraz zwiększenia aktywności zawodowej i tej związanej z życiem publicznym osób starszych<sup>6</sup>.

Zgromadzenia Organizacji Narodów Zjednoczonych mają na celu rozwiązanie aktualnych problemów i wypracowanie wspólnych dyrektyw<sup>7</sup>. Do najważniejszych inicjatyw można zaliczyć przyjęcie w 2002 roku w Madrycie międzynarodowego planu działania w kwestii starzenia się społeczeństw – *International Plan of Action on Ageing*<sup>8</sup>. Przedstawiał on priorytetowe działania zmierzające do zapewnienia seniorom optymalnych warunków do edukacji całościowej oraz aktywnego udziału w życiu ekonomicznym

<sup>1</sup> P. Błędowski i in. (red.), *Raport na temat sytuacji osób starszych w Polsce*, Warszawa 2012, s. 5, [http://senior.gov.pl/source/raport\\_osoby%20starsze.pdf](http://senior.gov.pl/source/raport_osoby%20starsze.pdf), [20.02.2016].

<sup>2</sup> Dane na podstawie: *Polska w obliczu starzenia się społeczeństwa. Diagnoza i program działania*, Komitet Prognoz „Polska 2000 plus” przy Prezydium PAN, Warszawa 2008, s. 9.

<sup>3</sup> Powstaje wiele projektów poświęconych wolontariatowi w tej grupie wiekowej np. *Senior-Wolontariusz, Senior z pasją – promocja i rozwój wolontariatu wśród osób starszych w Małopolsce*.

<sup>4</sup> Za: G. Kaczmarek, *Kapitał społeczny osób starszych*, [w:] P.P. Grzybowski, B. Kunach (red.), *Seniorzy w działaniu. Słuchaczka Kazimierzowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i działalność wolontaryjna*, Fundacja dla Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz 2013, s. 38.

<sup>5</sup> Inaczej odmłodzenie struktury wieku ludności.

<sup>6</sup> A. Richert-Kaźmierska, M. Forkiewicz, *Kształcenie osób starszych w koncepcji aktywnego starzenia się*, „Studia Ekonomiczne” 2013, t. 131, s. 127–139.

<sup>7</sup> Zob. B. Szatur-Jaworska, *Aktywne starzenie się i solidarność międzypokoleniowa w debacie międzynarodowej*, „Problemy Polityki Społecznej. Studia i Dyskusje” 2013, t. 17, nr 7, s. 15–28.

<sup>8</sup> W Polsce tzw. Plan Madrycki.

i społeczno-politycznym<sup>9</sup>. Aby umożliwić aktywne starzenie się, konieczne jest przede wszystkim stworzenie osobom wchodzącym w wiek poprodukcyjny odpowiednich warunków – odpowiedzią na ten problem było wdrożenie *Europejskiego programu walki z ubóstwem i wykluczeniem społecznym*<sup>10</sup> oraz opracowanie pakietu inwestycji społecznych, w tym zabezpieczenie odpowiednich świadczeń i usług (także indywidualizowanych) dla seniorów<sup>11</sup>.

Do innych znaczących inicjatyw na rzecz osób starszych można zaliczyć pochodzący z 2006 roku dokument *The demographic future of Europe – from challenge to opportunity*<sup>12</sup> czy międzynarodowy raport z 2009 roku *Starzejąca się Europa. Wyzwania stojące przed europejskim sektorem usług dla seniorów*, który opisuje między innymi dziewięć problemów, z którymi musi zmierzyć się starzejąca się Europa. Wśród nich kwestie aktywności edukacyjnej są umieszczane na samym szczycie planu działań strategicznych i obejmują konieczność wprowadzenia zmian w zakresie kompetencji, edukacji i szkoleń<sup>13</sup>. Działania te kierowane są zarówno do samych seniorów, jak i osób wspierających ich instytucjonalnie i nieformalnie. Wyzwanie koresponduje z *potrzebą opracowania nowych form współpracy na rzecz osób starszych oraz koniecznością reagowania na zmieniające się oczekiwania seniorów*<sup>14</sup>. Jak zauważają autorzy raportu, w ostatnich latach styl konsumpcji i życia seniorów uległ radykalnym zmianom. Ich aktywność życiowa charakteryzuje się samodzielnością i autonomią, seniorzy są też świadomi swoich praw. Pragną korzystać z wszelkich możliwości, jakie daje

współczesny rozwój technologiczny<sup>15</sup>. Inwestowanie w oferty o charakterze edukacyjnym przynosi wiele krótko- i długoterminowych korzyści<sup>16</sup>. Jak wynika z badań<sup>17</sup>, aktywność edukacyjna seniorów często przekłada się na ich zaangażowanie w działania prospołeczne oraz obywatelskie na rzecz własnej grupy wiekowej i środowisk lokalnych<sup>18</sup>.

Rok 2012 przeszedł do historii jako Europejski Rok Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej. Ogłoszono go w celu zwrócenia uwagi opinii publicznej na wkład, jaki w życie społeczeństwa wnoszą seniorzy. W Polsce rok ten poświęcony był także uniwersytetom trzeciego wieku. Inicjatywa ta nieustannie się rozwija i obejmuje swoimi wpływami coraz szersze grono seniorów. W odpowiedzi na konsekwencje przemian demograficznych utworzono w naszym kraju Departament Polityki Senioralnej, którego celem jest stworzenie warunków do aktywnego starzenia się poprzez wdrażanie różnorodnych programów<sup>19</sup>. Jednym z filarów polityki senioralnej uczyniono aktywność edukacyjną. W tym obszarze zaplanowano wzrost partycypacji osób starszych w edukacji oraz zwiększenie dostępności i jakości kierowanej do nich oferty edukacyjnej<sup>20</sup>.

### Teoretyczne podstawy edukacji całościowej

Edukacja od wieków była traktowana jako jedna z istotniejszych dróg prowadzących do emancypacji środowisk narażonych na różnego rodzaju wykluczenie społeczne. W naukach pedagogicznych powstał

<sup>9</sup> United Nation International Plan of Action on Ageing, United Nations, 2002, [https://www.un.org/ageing/documents/building\\_natl\\_capacity/guiding.pdf](https://www.un.org/ageing/documents/building_natl_capacity/guiding.pdf), [14.03.2012].

<sup>10</sup> *Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the regions. Towards Social Investment for Growth and Cohesion – including implementing the European Social Fund 2014–2020*, European Commission, 2013. <http://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=9761&langId=en>, [22.02.2016].

<sup>11</sup> *Policy Roadmap for the 2014 Implementation of the Social Investment Package*, European Commission, 2014, <http://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=11150&langId=en>, [22.02.2016]; *Policy Roadmap for the implementation of the Social Investment Package*, European Commission, 2015, <http://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=14345&langId=en>, [22.02.2016].

<sup>12</sup> *The demographic future of Europe – from challenge to opportunity*, European Commission, 2006, <http://ec.europa.eu/transparency/regdoc/rep/1/2006/EN/1-2006-571-EN-F1-1.Pdf>, [25.01.2016].

<sup>13</sup> *Starzejąca się Europa: Wyzwania stojące przed europejskim sektorem usług dla seniorów*, Projekt realizowany w ramach programu Leonardo da Vinci nr 134320-llp-2007-dk-lmp, Alborg–Glasgow–Ankona–Essen–Lizbona–Wrocław 2009, [http://senior-servicesector.eu:8180/opencms/export/sites/default/4LC/pl/WP2\\_TransantionalReportChallenges\\_PL.pdf](http://senior-servicesector.eu:8180/opencms/export/sites/default/4LC/pl/WP2_TransantionalReportChallenges_PL.pdf), [14.01.2016].

<sup>14</sup> Tamże.

<sup>15</sup> Taki sposób starzenia się opisują teorie aktywności (*activity theories*): R.S. Cavan, E.W. Burgess, R.J. Havighurst, H. Goldhamer, *Personal adjustment in old age*, Science Research Associates, Chicago 1949.

<sup>16</sup> *Raport Uniwersytety trzeciego wieku jako odpowiedź na potrzeby środowiska osób starszych*, [http://www.fnpn.pl/pdf/raport\\_uniwersytet\\_trzeciego\\_wieku.pdf](http://www.fnpn.pl/pdf/raport_uniwersytet_trzeciego_wieku.pdf), [18.04.2016].

<sup>17</sup> J. Czapliński, P. Błędowski, *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście percepcji Polaków*, Diagnoza Społeczna 2013, Warszawa 2014, s. 70.

<sup>18</sup> Tamże.

<sup>19</sup> W latach 2012–2013 Rada Ministrów opracowała kilka kluczowych dla polityki senioralnej dokumentów: *Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012–2013. Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020; Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014–2020 oraz Strategię „Perspektywa uczenia się przez całe życie”*. Zob. więcej: <https://www.mpips.gov.pl/seniorzyaktywne-starzenie/>, [06.03.2016].

<sup>20</sup> Por. A. Fabiś, M. Muszyński, Ł. Tomczyk, M. Zralek, *Starość w Polsce – aspekty społeczne i edukacyjne*, Wydawnictwo Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Oświęcimiu, Oświęcim 2014.

odrębny nurt określany jako pedagogika emancypacyjna. Gerontolodzy uznają, że edukacja osób starszych pozwala im uzyskać większą samoświadomość, a tym samym kontrolę nad swoim życiem<sup>21</sup>. Edukacja jest również narzędziem walki ze stereotypami utrwalonymi w społecznej świadomości, pozwala je przełamywać i tworzyć nowe schematy poznawcze. W przypadku seniorów przyczynia się do zmiany myślenia o własnej starości, co ma bezpośrednie przełożenie na zmianę stylu życia. Współcześni seniorzy chętnie korzystają z różnych form aktywności, w tym z szerokiej oferty edukacyjnej. Tego rodzaju aktywność przede wszystkim zapobiega zanikowi funkcji i zdolności poznawczych<sup>22</sup>, co pozwala seniorom czynnie uczestniczyć w życiu obywatelskim i nierzadko podejmować nowe role społeczne. Ponadto przyczynia się do wypracowania tzw. mądrości starczej rozumianej jako suma mądrości pragmatycznej i mądrości duchowej zwanej transcendentną. Pierwsza przejawia się między innymi praktycznym podejściem do życia i aktywnym w nim uczestnictwem<sup>23</sup>, druga wiąże się z osiągnięciem wewnętrznej wolności, akceptacją własnych ograniczeń, pokorą, umiejętnością odnajdywania sensu życia i otwartością na drugiego człowieka.

Proces starzenia się powoduje zarówno zmiany fizyczne, jak i psychiczne. Te drugie z biegiem lat mogą prowadzić do powstania tzw. psychiki starczej. Charakteryzuje się ona zawężeniem zainteresowań, zeszywnieniem poglądów oraz związaną z tym obawą przed wszystkim tym, co nowe<sup>24</sup>. Aktywność edukacyjna łagodzi intensywność przebiegu powyższych procesów, a nierzadko zatrzymuje je.

W społeczeństwie wiedzy edukacja stała się warunkiem koniecznym zapewnienia niezależności i tym samym podniesienia jakości starości. Według S. Timmermann<sup>25</sup> niezależność można osiągnąć poprzez cztery typy edukacji: edukację w zakresie gospodarki, edukację w zakresie praktycznych umiejętności, które są potrzebne w życiu, w tym profilaktycznej opieki zdrowotnej, stylu życia i dostosowania się do zmian, edukację w zakresie działań prospołecznych oraz edukację jako wartość autoteliczną, która nadaje życiu sens. Edukacja pozwala zachować ciekawość świata i poczucie, że ciągle jest coś do odkrycia i zrobienia. Powyższa klasyfikacja może być wykorzystywana

do oceny programów realizowanych w placówkach edukacji seniorów. Podczas ewaluacji można przyjąć trzystopniowy zakres oceny, w zależności od stopnia osiągniętej świadomości: stopień podstawowy, stopień odpowiedzialności za siebie oraz stopień odpowiedzialności za innych<sup>26</sup>. J. Halicki proponuje dodać jeszcze jeden zakres – poszerzenie możliwości<sup>27</sup>. Podstawowy stopień odnosi się do zdobywania wiedzy i umiejętności służących utrzymaniu niezależności materialnej. Drugi stopień dotyczy kwestii praktycznych umiejętności potrzebnych do dalszego życia, np. dbania o zdrowie. Stopień odpowiedzialności za innych zakłada, że jednostka wykazuje postawy prospołeczne. Jest to możliwe dopiero po osiągnięciu niezależności na dwóch pozostałych płaszczyznach. Dodatkowy zakres oceny, czyli poszerzenie możliwości, powinien być stosowany na każdym stopniu edukacji, gdyż daje ona ogólną wiedzę, która może być użyta przy dążeniu do niezależności bądź jej umacnianiu, np. przez zwiększanie wiary we własne siły<sup>28</sup>.

Koncepcja aktywnego i zdrowego starzenia się<sup>29</sup> związana jest z ideą przygotowania do starości – problemem znanym od wielu lat w historii myśli pedagogicznej. Rozważając zagadnienie przygotowania do starości, warto odnieść się do słów B. Suchodolskiego, który w następujący sposób pisał o kluczowej roli edukacji, stanowiącej jeden z filarów koncepcji aktywnego starzenia się: *Obok tradycyjnej formuły głoszącej, iż trzeba się uczyć po to, aby lepiej żyć, staje formuła nowoczesna, która głosi, że warto żyć, dlatego iż można się uczyć. Jest to nowy wymiar człowieczeństwa godny szczególnej uwagi*<sup>30</sup>. Wraz z wiekiem edukacja nabiera znaczenia w życiu człowieka, staje się drogą do samopoznania i zrozumienia swojego miejsca w świecie. Zdaniem J.A. Komeńskiego<sup>31</sup> zwieńczeniem edukacji trwającej przez całe życie jest „szkoła starości” – szkoła osobistego rozwoju. Uczenie się na tym etapie życia stanowi swoistą powinność wobec samego siebie. Trzeba jednak pamiętać, że edukacja jest procesem gromadzenia wiedzy i doświadczenia wymagającym pewnej ciągłości. Starość jest wypadkową wszystkich wcześniejszych faz życia. Przygotowanie do niej powinno się odbywać już od najmłodszych lat, toteż podejmowanie edukacji i nowych wyzwań intelektualnych, angażowanie się w aktywność na rzecz własnego

<sup>21</sup> D. Battersby, *Education in Later Life. What does it Mean?*, „Convergence” 1985, Vol. 18, No. 1–2, s. 76.

<sup>22</sup> Tamże, s. 78.

<sup>23</sup> M. Straś-Romanowska, *Późna dorosłość. Wiek starzenia się*, [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2000, s. 284.

<sup>24</sup> L. Baruch, *Starzenie się*, <http://www.psychiatria.pl/arttykul/starzenie-sie/650.html>, [01.03.2016].

<sup>25</sup> S. Timmermann, *Lifelong Learning for Self-Sufficiency, a theme and a Strategy for the 1980s*, „Convergence” 1985, Vol. 18, No. 1–2, s. 29.

<sup>26</sup> J. Halicki, *Zaspokajanie potrzeb edukacyjnych jako czynnik aktywnego starzenia się*, [w:] P. Szukalski, B. Szatur-Jaworska (red.), *Aktywne starzenie się. Przeciwdziałanie barierom*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2014, s. 143.

<sup>27</sup> Tamże, s. 144.

<sup>28</sup> Tamże.

<sup>29</sup> *Active ageing and solidarity between generations – A statistical portrait of the European Union 2012*, [http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY\\_OFFPUB/KS-EP-11-001/EN/KS-EP-11-001-EN.PDF](http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY_OFFPUB/KS-EP-11-001/EN/KS-EP-11-001-EN.PDF), [15.03.2013].

<sup>30</sup> B. Suchodolski, *Kim jest człowiek*, „Wiedza Powszechna”, Warszawa 1976, s. 177.

<sup>31</sup> J.A. Komeński, *Wielka dydaktyka*, Ossolineum, Wrocław 1956, s. 47.

rozwoju, a także w pomoc innym osobom i ich sprawy, czyli czynne uczestnictwo w międzygeneracyjnym uczeniu się – stanowią istotny obszar przygotowania się do funkcjonowania w starości<sup>32</sup>.

W koncepcji aktywnego starzenia się mówi się o czterech zasadniczych funkcjach edukacji: właściwej, zastępczej, społecznej i psychoterapeutycznej. Funkcja właściwa sprowadza się do stałego aktualizowania i uzupełniania kompetencji, głównie tych koniecznych do wykonywania obowiązków zawodowych oraz pełnienia ról społecznych<sup>33</sup>. Kolejna funkcja polega na wyposażaniu w wiedzę i umiejętności, których zabrakło w edukacji szkolnej. Społeczny wymiar edukacji przejawia się między innymi w: przelamywaniu funkcjonujących stereotypów na temat osób starszych, inkluzji poprzez uczestnictwo w różnych inicjatywach o charakterze edukacyjnym oraz utrzymywaniu dotychczasowych i budowaniu nowych więzi społecznych. Włączenie w życie nowej aktywności zawsze implikuje nowe doświadczenia i zmiany, w tym otwartość na nowe związki emocjonalne<sup>34</sup>. Poza tym posiadanie aktualnej wiedzy pozwala seniorom zachować niezależność i autonomię. Edukacja jawi się zatem jako narzędzie służące minimalizacji ekskluzji, np. wykluczenia cyfrowego<sup>35</sup>. Aktywność edukacyjna pełni także funkcję psychoterapeutyczną – wzmacnia poczucie wartości, obniża ryzyko wystąpienia stanów depresyjnych<sup>36</sup> i pozwala zachować pogodę ducha.

Edukacja dla tej grupy wiekowej może przyjmować różne formy: edukacji dla ludzi starszych, z nimi i poprzez nich<sup>37</sup>. H. Klingenberger wyróżnił kilka kluczowych celów edukacji dla osób starszych: unikanie zjawisk redukcji sprawności, wykorzystanie zadań stojących przed seniorami na drodze rozwoju, umożliwienie czerpania zadowolenia z życia, stworzenie dla starszej generacji równych szans<sup>38</sup> oraz przygotowanie do przeżywania emerytury i radzenia sobie ze starością. Zatem edukacja staje się środkiem umożliwiającym zaspokojenie potrzeb osoby starszej, *dookreśla potrzebę sensu życia „pod koniec życia”*. Jest

*czynnikiem stanowiącym o udanej i godnej człowieka starości*<sup>39</sup>.

Z biegiem lat lista ta jest uzupełniana o kolejne cele, będące odpowiedzią na potrzeby współczesnych seniorów. Przygotowywana oferta edukacyjna będzie miała szansę w pełni korespondować z tymi potrzebami, jeżeli zapewni się seniorom *możliwość partycypacji w doborze przedmiotów, treści kształcenia i metod adekwatnych do zainteresowań i możliwości percepcyjnych*<sup>40</sup>.

### Uniwersytety trzeciego wieku

Uniwersytety trzeciego wieku (UTW) stanowią obecnie najpopularniejszą formę edukacji ludzi starszych. Sposób ich organizacji i różnorodność oferty edukacyjnej przyciąga seniorów w najróżniejszych potrzebach. W polskiej rzeczywistości UTW *preferują model mieszany (francuski i brytyjski) łączący naukę, wolontariat, wspomaganie, upowszechnianie wiedzy gerontologicznej, rekreację osób starszych i rozwijanie ich zainteresowań*<sup>41</sup>. Posiadają one zróżnicowaną strukturę organizacyjną. Organizatorami mogą być różne podmioty – od uczelni wyższych, przez organizacje samorządowe, ośrodki upowszechniania oświaty, kultury i sztuki oraz centra kształcenia ustawicznego, po ośrodki pomocy społecznej czy domy pomocy społecznej<sup>42</sup>. Powstające placówki posługują się różnym nazewnictwem, które podkreśla rolę, jaką ma spełniać uniwersytet w życiu samych seniorów i środowiska lokalnego. Część nazw wpisuje się w nurt promujący pozytywne postrzeganie starości np. Akademia Złotego Wieku, Akademia Pełni Życia, Akademia Sztuki Trzeciego Wieku<sup>43</sup>. Inne z kolei nawiązują do założeń francuskiego modelu organizacji UTW, którego rolę społeczną powinno być tworzenie platformy wymiany kulturalnej między generacjami, przykładowo Uniwersytet Otwarty, Uniwersytet Otwarty Trzeciego Wieku czy Uniwersytet Każdego Wieku<sup>44</sup>. Słowo „otwarty” wpisuje się również w ideę powszechnego dostępu do edukacji.

<sup>32</sup> A. Fabiś, J.K. Wawrzyniak, A. Chabior, *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2015, s. 86.

<sup>33</sup> T. Wujek (red.), *Wprowadzenie do andragogiki*, PWN, Warszawa 1996, s. 263–264, za: A. Richert-Kaźmierska, M. Forkiewicz, dz.cyt.

<sup>34</sup> Zob. więcej: J. Wnęk-Gozdek, J. Łaszyn, „Oddam siebie w dobre ręce”: osoby 60+ jako użytkownicy portali randkowych, „Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2013, nr 3, s. 106–126.

<sup>35</sup> Ł. Tomczyk, *Edukacja osób starszych. Seniorzy w przestrzeni nowych mediów*, Difin, Warszawa 2015, s. 98–111.

<sup>36</sup> M. Forkiewicz, dz.cyt., s. 130.

<sup>37</sup> M. Dziegielewska, *Edukacja jako sposób przygotowania do starości*, „Chowanna” 2009, t. 2(33), s. 56.

<sup>38</sup> H. Klingenberger, *Handbuch Altenpädagogik. Aufgaben und Handlungsfelder der ganzheitlichen Geragogik*, Bad Heilbrunn 1996, s. 101, za: M. Dziegielewska, dz.cyt.

<sup>39</sup> E. Dubas, *Edukacyjny paradygmat badawczy w geragogice*, [w:] M. Kuchcińska (red.), *Edukacja do i w starości*, Wydawnictwo Kujawsko-Pomorskiej Szkoły Wyższej, Bydgoszcz 2008, s. 55.

<sup>40</sup> Z. Szymanek, *Podmiotowe i społeczne uwarunkowania edukacji seniorów*, [w:] D. Kałuża, P. Szukalski (red.), *Jakość życia seniorów w XXI wieku. Ku aktywności*, Uniwersytet Łódzki, Łódź 2010, s. 165.

<sup>41</sup> A. Kobylarek, *Uniwersytet trzeciego wieku jako kanał transferu wiedzy i informacji*, [w:] J.W. Horyń, J. Maciejewski (red.), *Nauczyciel andragog we współczesnym społeczeństwie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2010, s. 366–367.

<sup>42</sup> Z. Szarota, *Seniorzy w przestrzeni kulturalno-edukacyjnej społeczeństwa wiedzy*, „Chowanna” 2009, t. 2(33), s. 82.

<sup>43</sup> Nazwy zacytowane za Z. Szarota, dz.cyt.

<sup>44</sup> Nazwy zacytowane za Z. Szarota, dz.cyt.

Jak pokazują statystyki i raporty<sup>45</sup>, słuchaczami UTW są w głównej mierze kobiety. Uwarunkowane jest to kilkoma czynnikami: dłuższym życiem, lepszym stanem zdrowia, większym zaangażowaniem społecznym. Poza tym kobiety preferują wspólnotowe działania i potrzebują wymiany myśli czy wsparcia. Zdaniem psychologa Shelley E. Taylor u kobiet w wyniku ewolucji mógł się wykształcić instynkt, by łączyć się z innymi kobietami w celu ochrony i przetrwania<sup>46</sup>. Wśród słuchaczy UTW najwięcej osób legitymuje się wyższym lub średnim wykształceniem<sup>47</sup>. Często są to przedstawiciele zawodów, które wymagały nieustannego poszerzania kompetencji, np. nauczyciele. Osoby te nie wyobrażają sobie egzystencji na emeryturze bez dalszej aktywności i poszerzania horyzontów intelektualnych. Pracując całe życie na rzecz drugiego człowieka, chętnie podejmują różne funkcje i angażują się w różnorakie inicjatywy. Wspomniana struktura płci i zawodowa z jednej strony determinuje problematykę zajęć oferowanych przez UTW – dokonując analizy treści ulotek informacyjnych czy stron internetowych UTW, można odnieść wrażenie, że poruszane zagadnienia są bardziej atrakcyjne i przydatne dla kobiet<sup>48</sup>. Z drugiej strony być może w proponowanej tematyce zajęć należy upatrywać takiego a nie innego rozkładu płci wśród słuchaczy. Tym samym dochodzi do powstania swoistego „błędnego koła”. Zdaniem badaczy tego rodzaju uwarunkowania przyczyniają się do pogłębienia procesu wykluczania mężczyzn<sup>49</sup>. Dokonując charakterystyki omawianej formy edukacji w Polsce, trzeba zatem pamiętać, że *UTW nie reprezentują polskich seniorów, stanowią zaledwie ich część*<sup>50</sup>. Podobnie wygląda sytuacja w innych krajach.

Jak zauważa znany światowy gerontolog Marvin Formosa<sup>51</sup>, UTW nie jest dostępny dla każdego seniora i błędem jest traktowanie osób starszych jako grupy jednorodnej. Większość słuchaczy UTW to kobiety z klasy średniej<sup>52</sup>. Niski odsetek mężczyzn może być sygnałem, że oferta UTW nie jest dla nich atrakcyjna bądź że preferują oni bardziej indywidualną formę aktywności<sup>53</sup>. W odpowiedzi na powyższy problem w ofertach programowych UTW pojawiają się sekcje skierowane do męskiej grupy. Przykładem takich zajęć są chociażby kursy komputerowe na różnych poziomach zaawansowania, postrzegane przez seniorów jako bardziej techniczne<sup>54</sup>.

Podejmowanie aktywności edukacyjnej w starości jest uwarunkowane indywidualnymi biografiami, w tym również doświadczeniami związanymi z edukacją szkolną, jak np. autorytarną postawą nauczyciela<sup>55</sup>. Innymi słowy negatywne doświadczenia szkolne z okresu dzieciństwa determinują postawę wobec edukacji w późniejszym wieku, także w okresie starości.

Uniwersytety nieustannie poszerzają i udoskonalają swoją ofertę, począwszy od zajęć tradycyjnych, odbywających się w salach wykładowych, przez zajęcia warsztatowe, po te prowadzone w terenie. Do najpopularniejszych według raportu *Zoom na UTW* należą zajęcia związane z medycyną, informatyką, językami obcymi i sztuką oraz zajęcia ruchowe<sup>56</sup>. Ponadto seniorzy ze szczególnym upodobaniem uczestniczą w różnego rodzaju imprezach kulturalnych. W obliczu prognoz demograficznych badacze zwracają uwagę na pojawiające się wyzwania edukacyjne dla czwartego wieku<sup>57</sup> (czyli powyżej 80 roku życia)<sup>58</sup>. Postuluje się

<sup>45</sup> Zob. *Uniwersytety Trzeciego Wieku – wstępne wyniki badania*, Departament Badań Społecznych i Warunków Życia, Urząd Statystyczny w Gdańsku; *Raport z badania „Zoom na UTW”*, [http://zoomnautw.pl/wp-content/uploads/2012/05/Zoom\\_na\\_UTW\\_RAPORT\\_calosciowy\\_www.pdf](http://zoomnautw.pl/wp-content/uploads/2012/05/Zoom_na_UTW_RAPORT_calosciowy_www.pdf), [17.04.2016].

<sup>46</sup> S.E. Taylor, et al., *Biobehavioral responses to stress in females: Tend-and-befriend, not fight-or-flight*, „Psychological Review” 2000, Vol. 107, No. 3, s. 411–429, <http://dx.doi.org/10.1037//0033-295X.107.3.411>.

<sup>47</sup> *Uniwersytety Trzeciego Wieku – wstępne wyniki badania*, dz. cyt.; „Zoom na UTW” – *Raport z badania*, dz. cyt.

<sup>48</sup> Zob. więcej „Zoom na UTW” dz. cyt., s. 47 i nast.; *Raport Uniwersytety trzeciego wieku jako odpowiedź na potrzeby środowiska osób starszych*, dz. cyt.

<sup>49</sup> Zob. K. Lipka-Szostak (red.), *Edukacja osób starszych. Uwarunkowania. Trendy. Metody*, Stowarzyszenie Trenerów Organizacji Pozarządowych, Warszawa 2013, [http://stowarzyszeniostop.pl/uploads/files/publikacja/Edukacja\\_osob\\_starszych.pdf](http://stowarzyszeniostop.pl/uploads/files/publikacja/Edukacja_osob_starszych.pdf), [02.07.2015].

<sup>50</sup> Tamże, s. 55.

<sup>51</sup> M. Formosa, *Critical educational gerontology: a third statement of first principles*, „International Journal of Education and Ageing” 2011, Vol. 2, No. 1, s. 317–332.

<sup>52</sup> Tamże; E. Trafiałek, *Marginalizacja ludzi starych a dylematy polityki społecznej*, [w:] E. Kantowicz, A. Olubiński (red.), *Działanie społeczne w pracy socjalnej na progu XXI wieku*, Wydawnictwo Edukacyjne AKAPIT s.c., Toruń 2003, s. 471.

<sup>53</sup> J. Maćkiewicz, J. Wnęk-Gozdek, „It’s Never Too Late to Learn” – *How Does the Polish U3A Change the Quality of Life for Seniors?*, „Educational Gerontology” 2016, Vol. 42, No. 3, s. 186–197, <http://dx.doi.org/10.1080/03601277.2015.1085789>.

<sup>54</sup> Ł. Tomczyk, *Education of Older People in the Field of Information Technology on the Example of Polish Universities of the Third Age*, „Procedia – Social and Behavioral Sciences” 2012, Vol. 55, s. 485–491, <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.09.528>.

<sup>55</sup> J. Friebe, B. Schmidt-Hertha, *Activities and barriers to education for elderly people*, „Journal of Contemporary Educational Studies” 2013, No. 1, s. 10–26.

<sup>56</sup> *Raport „Zoom na UTW”*, dz. cyt.

<sup>57</sup> B. Bugajska, *Dziewiąta faza w cyklu życia – propozycja rozszerzenia teorii psychospołecznego rozwoju E.H. Eriksona*, „EXLIBRIS Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2015, nr 1(9), s. 19–36; M. Formosa, *Four decades...*, dz. cyt.; Z. Szarota, *Uczenie się starości*, „Edukacja Dorosłych” 2015, nr 1(72), s. 23–36.

<sup>58</sup> P.B. Baltes, J. Smith, *New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of the Fourth Age*, „Gerontology” 2003, Vol. 49, No. 2, s. 123–135, <http://dx.doi.org/10.1159/000067946>.

rozwój uniwersytetów czwartego wieku i stworzenie lepszych możliwości uczenia się (aktywizacji, stymulacji poznawczej) dla osób z ograniczeniami fizycznymi i poznawczymi. Działania aktywizujące mają szczególne znaczenie dla seniorów, bowiem, jak zauważa B. Bugajska *okres starości może stanowić nawet jedną trzecią życia człowieka, dlatego dobrze przeżyta starość to również dobrze przeżyte życie*<sup>59</sup>.

### Metodologia badań

W obliczu starzenia się społeczeństwa szczególnego znaczenia nabiera aktywizacja osób starszych i wdrażanie w życie idei całożyciowego kształcenia (*lifelong learning*). UTW, które nie tylko aktywizują, ale też integrują seniorów, poprawiają ich jakość życia, a w dłuższej perspektywie czasowej przyczyniają się również do swoistej transformacji w sposobie postrzegania własnej starości.

Przedmiotem prezentowanych badań uczyniono transformację autopercepcji starszych kobiet i ich funkcjonowania pod wpływem aktywności edukacyjnej w UTW. Głównym celem analizy było rozpoznanie procesu zmiany w zakresie postrzegania siebie i przeżywania własnej starości pod wpływem aktywności związanej z uczestnictwem w zajęciach uniwersytetu trzeciego wieku. Dążono do ustalenia, czy i jak zmienia się percepcja własnej starości pod wpływem aktywności edukacyjnej.

Autorki interesowało również:

- jak zmienia się samopoczucie starszych kobiet?
- jak zmienia się sposób ich sposób funkcjonowania?
- w jaki sposób udział w UTW wpływa na rozwój kontaktów społecznych?

Zastosowaną metodą, adekwatną do paradygmatu badań jakościowych, jest studium przypadku, *które zawęża swój przedmiot poznania do pojedynczego lub kilku przypadków, gdy chce się je ze sobą porównać [...]*. *Obiekt badania jest w jakiś sposób szczególny w swej jednostkowości i badacz pragnie poznać tę szczególność interesującego zjawiska*<sup>60</sup>. Badania miały charakter dwuetapowy. W pierwszym etapie przeprowadzono wywiad z ekspertem – wykładowcą, który przez dwa lata pełnił funkcję dziekana UTW (E). Drugi etap obejmował pogłębione wywiady (IDI) z siedmioma osobami – wskazanymi przez dziekana kobietami (K), u których zmiana była najbardziej dostrzegalna. Jak zauważa Tadeusz Pilch, *każde poznanie pojedynczego przypadku poszerza wiedzę o problemie*<sup>61</sup>. Zastosowano celowy dobór respondentek (uwzględniając następujące kryteria: uczestnik UTW, kobieta, wyraźna zmiana, dostępność badanych). Badania prowadzone były w 2015 roku przy okazji zajęć UTW na Uniwersytecie

tecie Pedagogicznym im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie. Badane kobiety reprezentowały przedział wiekowy 62–76 lat, w pięciu na siedem przypadków posiadały wykształcenie wyższe.

### Analiza wyników

W celu uchwycenia wspomnianego procesu transformacji starszych kobiet główną osią analizy uczyniono wypowiedzi eksperta, który jako opiekun i wykładowca pozostawał przez dwa lata w systematycznym kontakcie z słuchaczami UTW<sup>62</sup>, mając tym samym wyjątkową możliwość zaobserwowania zmian dokonujących się w ich autopercepcji i sposobie funkcjonowania.

Postrzeżenie i przeżywanie własnej starości zmienia się, zdaniem eksperta, pod wpływem uczestnictwa w UTW. Aktywność w UTW w dłuższej perspektywie czasowej powoduje, że słuchaczki, pomimo zakończenia aktywności zawodowej, nie koncertują się na przeszłości, nie dokonują typowych dla tego okresu życia podsumowań, ale stawiają sobie nowe cele, które z entuzjazmem realizują. *Po roku uczestnictwa w UTW mają poczucie, że proces starzenia się w ich przypadku zatrzymał się, mają bardzo duże poczucie satysfakcji z realizacji siebie w wieku senioralnym. UTW, w odczuciu słuchaczy, bardzo znacząco wpływa na ich obecną jakość życia, nie czują się tak bardzo emerytami* (wypowiedź eksperta – E).

To subiektywne odczucie „zatrzymania starości” i wykorzystanie tego okresu życia na realizację siebie daje poczucie autonomii, sprawstwa i rozwoju. Słuchaczki UTW wspominają: *Uczestnictwo w zajęciach UTW zmobilizowało mnie do wyjścia z domu, zadbania o swój wygląd (K6; 75 lat); Zmieniłam swoje życie. Zawsze wiedziałam, że nie chcę być babuleńką, która co godzinę sprawdza, czy firanki są czyste i co robią sąsiedzi. Jestem osobą, która zawsze chciała czegoś więcej* (K3; 62).

### Samopoczucie starszych kobiet

Mobilizacja do wyjścia z domu i udział w zajęciach przekładają się na samopoczucie zarówno fizyczne, jak i psychiczne. *Słuchaczki wzmocniły własne poczucie wartości, zauważały u siebie poprawę kondycji psychofizycznej. Wpływ uczestnictwa w UTW ich zdaniem miał związek z ich siłami witalnymi i poprawą zdrowia* (E). Obserwacje eksperta potwierdzają wypowiedzi badanych kobiet: *Samopoczucie się zmieniło, bo wychodzę z domu, jest to dla mnie furta, że mogę wyjść w czwartek z domu* (K1; 65); *Oczekuję tych spotkań, które zawsze coś nowego wnoszą. Ogólnie to wszystko poprawia moje samopoczucie* (K2; 63); *Jest optymistycznie, weselej, czuję się bardziej potrzebna* (K7; 76). Podczas zajęć seniorki mają okazję poszerzyć swoje horyzonty intelektualne i zdobyć nowe kompetencje, dzięki czemu nabywają pewności siebie.

<sup>59</sup> B. Bugajska, dz.cyt., s. 30.

<sup>60</sup> T. Pilch, T. Bauman, *Zasady badań pedagogicznych*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 2001, s. 298.

<sup>61</sup> Tamże, s. 300.

<sup>62</sup> Ekspert posługiwał się określeniem słuchaczka, bez różnicowania płci.

Zmiana samopoczucia często przekłada się na zmiany w wyglądzie zewnętrznym. Taka zależność jest charakterystyczna przede wszystkim dla kobiet. O tego typu zmianach wspomina ekspert: *Słuchacze zmieniali często także swoją zewnętrżność. Od początku wszyscy państwo byli bardzo eleganccy, zadbani, ale w moim odbiorze tacy stonowani. Emanował spokój stosowny do wieku seniora. Pobyt w UTW wpłynął (w moim odczuciu) na nabranie odwagi, która wynikała z ich poczucia młodości, którą w sobie ponownie odkrywali. Odzwierciedlało się to w zmianie kolorystyki ubiorów (z ciemnych na wesole, odważne czerwienie, jasne, z nadrukami), w zmianie stylu ubierania na charakteryzujący kobiety aktywne (noszenie spodni), zmianie makijażu, oprawek w okularach czy kolorystyki włosów. Niektóre panie odważyły się pofarbować włosy (E).*

Zdarza się, że osoby starsze wyróżniające się aktywnością i otwartością na świat spotykają się z nieprzychylnymi komentarzami ze strony najbliższego otoczenia czy członków rodziny. Związane jest to ze stereotypowymi oczekiwaniami wobec osób starszych, z utartym przez lata wizerunkiem seniora jako jednostki będącej u kresu życia. Takie osoby mogą spotkać się z negatywnymi opiniami i sugestiami, że ich aktywność to rodzaj „wyglupu na starość” i że powinny raczej skupić się na wychowywaniu czy pilnowaniu wnuków i życiu rodzinnym: *a co ty będziesz chodzić na te zajęcia, po co ci w tym wieku nauka, lepiej byś pilnowała wnuków. Nie wyglupiaj się na starość*<sup>63</sup>. Tymczasem wypowiedzi badanych wskazują, że wejście do grupy osób pragnących przełamywać tego rodzaju stereotypowe myślenie i podejmować różne aktywności utwierdza ich w przekonaniu o możliwościach autokreacji własnej starości i dodaje motywacji do działania. Słuchaczki UTW promują również wzorce aktywności „zatrzymującej starość” w lokalnym środowisku.

### Funkcjonowanie senierek

W zakresie funkcjonowania starszych kobiet zmiany dotyczą różnych wymiarów życia: organizacyjnego, kulturalnego, społecznego i psychicznego. Jak zauważa ekspert: *Słuchacze UTW stali się bardziej zorganizowani w codziennym życiu, wiele działań musieli bowiem podporządkować nowym formom aktywności (poza czwartkiem przeznaczonym na wykłady w UTW) wynikających z uczestnictwa w UTW, np. dodatkowe wyjścia z domu i to o różnych porach, wyjścia do różnych miejsc, które propagowano w UTW [...], takie jak wycieczki do muzeów, spotkania z ludźmi kultury, systematyczne wyjścia do teatru i na koncerty.*

Zmienił się zatem sposób funkcjonowania starszych kobiet, ich życie codzienne stało się podporządkowane nowym rodzajom aktywności i wymagało od senierek zarządzania czasem oraz dobrej organizacji: *Wcześniej miałam zbyt dużą monotonię. Codziennie robiłam to samo: sprzątanie, gotowanie, pomoc mamie. Teraz muszę się sprężyć i lepiej organizować (K6); Muszę*

*tak planować dzień i organizować wszystko, abym mogła wyjść z domu (K4;62).*

Z obserwacji eksperta wynika, że kluczową rolę w podejmowaniu aktywności kulturalnej odgrywają kontakty społeczne nawiązane w UTW: *To bardzo motywowało do bycia aktywnym w tej materii, ponieważ wcześniej słuchacze chodzili do tych miejsc od przypadku do przypadku. Często łączyło się to z brakiem towarzystwa mającego podobne zainteresowania lub brakiem chęci do działań organizujących takie wyjście. W UTW słuchacze znaleźli zatem bratnie dusze. Często się wzajemnie motywowali, jedna osoba ciągnęła za sobą inną.*

Uczestnictwo w UTW wpłynęło również na wzrost asertywności senierek, którym zdarzało się odmawiać rodzinie np. opieki nad wnukami, bo w tym czasie brały udział w zajęciach bądź wychodziły do teatru. Przy okazji zmianą w życiu kobiet był generalny wzrost uczestnictwa w wydarzeniach kulturalnych i motywacji do aktywności w tej sferze.

Co istotne, seniorki pragnęły podzielić się z rodziną wiedzą zdobytą podczas wykładów. W sferze psychicznego funkcjonowania taka sytuacja sprzyja podniesieniu samooceny i wzmacnia pewność siebie. Daje możliwość pokazania siebie jako osoby kompetentnej. *Często słuchacze przekazywali treści usłyszane na wykładach we własnym środowisku rodzinnym lub znajomym, dzielili się nowymi wiadomościami, dawało im to wiele satysfakcji. Szczególnie byli dumni ze swoich umiejętności posługiwania się komputerem i wykorzystywania go do kontaktowania się za pośrednictwem tego urządzenia, czy np. samodzielnego zaglądania na stronę UTW (E).* Obserwacje eksperta potwierdzają wypowiedzi badanych kobiet: *Teraz mogę rozmawiać z dziećmi jak równy z równym. Wiem, że one to cenią, a ja czuję się pewniej (K1); Mam więcej tematów do rozmów (K3); Wydaje mi się, że dzięki tym studiom stałam się bardziej rozmowna i otwarta (K4).*

Seniorki przekonały się, że dużo potrafią, a ich zaangażowanie daje wymierne efekty i ogromne poczucie satysfakcji. Pod wpływem UTW odkryły w sobie potencjał, a także poczuły potrzebę zrobienia czegoś dla siebie: *Uświadomiłam sobie, że mogę zrobić coś jeszcze, nie dla społeczeństwa, ale dla siebie (K5); Teraz jestem bogatsza merytorycznie (K4); UTW mobilizował mnie do odwiedzenia ciekawych miejsc, dostrzeżenia rzeczy, na które wcześniej nie zwracałam uwagi (K6); Stałam się aktywniejsza, więcej mi się chce, a w czwartek, niezależnie od pogody, wychodzę z domu i przyjeżdżam tutaj (K7).*

Według eksperta aktywność edukacyjna dała uczestnikom UTW poczucie realizacji siebie i spełnienia: *Rozwijali swoje zainteresowania, np. językowe, ale także ambicje, mieli świadomość własnego zaangażowania i wkładu pracy oraz wynikających z tego efektów. Satysfakcja i poczucie sukcesu to obraz towarzyszący słuchaczom, wynikający z całokształtu pobytu w UTW.*

W wymiarze poznawczym daje się zaobserwować u słuchaczek UTW swoisty „głód wiedzy” i motywację do zgłębiania jej tajników. Okazało się, że poruszana

<sup>63</sup> P.P. Grzybowski, B. Kunach, dz.cyt., s. 50.



na wykładach tematyka stymuluje je do uzupełniania i poszukiwania dalszych informacji: [...] *tak jest po każdym wykładzie, że ja wychodzę z jakimiś otwartymi pytaniami w głowie i później poszukuję odpowiedzi (K7)*. Głównym źródłem wiedzy stają się książki i internet: *zajęcia podpowiedziały nowe tytuły książek wartych przeczytania, skłoniły do poszukiwań nowych aktywności, miejsc wartych zobaczenia (K1); Po zajęciach każdy temat sprawdzam w encyklopedii (K4); Jeżeli tematyka wykładów mnie zainteresowała, zaczynam czytać książki na ten temat lub poszukiwać w internecie szerszych wiadomości (K6)*.

Należy jednak dodać, że dwie seniorki zadeklarowały, że nie dostrzegają większych zmian w codziennym funkcjonowaniu, bowiem zawsze były aktywne: *Specjalnie nie zmieniło się nic w moim życiu, bo ja zawsze miałam dużo do roboty i robiłam różne, ciekawe rzeczy (K5); Ze szkołą jestem związana od ponad pół wieku, najpierw byłam uczennicą, potem nauczycielką, a teraz słuchaczką UTW [...], ja robię to od zawsze, to taka kontynuacja aktywnego życia (K3)*.

### Kontakty społeczne

Proces starzenia się jest bardzo złożony i uzależniony od wielu czynników, w tym indywidualnych predyspozycji poszczególnych jednostek. Podobnie jest z jego symptomami. Zdaniem B. Ziębińskiej jedną z bardziej widocznych oznak starości jest ograniczenie interakcji społecznych związane ze zmianą dotychczasowych ról oraz osłabieniem więzi społecznych. Rzutuje ono bezpośrednio na styl życia i koncentruje uwagę seniora na osobistych problemach<sup>64</sup>.

Tymczasem u ludzi starszych często wzrasta potrzeba kontaktów z rówieśnikami oraz aktywności społecznej<sup>65</sup>. Jak twierdzi Adam A. Zych: *działania te [na rzecz środowiska lokalnego] mają zwykle charakter ukierunkowany na realizację konkretnego celu lub ich celem jest nawiązywanie kontaktów z innymi osobami bądź z grupami społecznymi*<sup>66</sup>. Ekspert podkreśla, że: *słuchacze nawiązali pomiędzy sobą relacje towarzyskie, stworzyły się takie grupki, które spotykały się nie tylko w UTW, ale także poza, np. chodząc razem do kawiarni, wyjeżdżając na wycieczki, spotykając się na tzw. mieście (E)*.

Funkcja integracyjno-afiliacyjna UTW należy do ważniejszych, dochodzi bowiem do odtworzenia grup rówieśniczych. W życiu senierek pojawiają się nowi „znajomi z ławki”, dla których trzyma się miejsce na wykładzie, do których dzwoni się i których się odwiedza<sup>67</sup>. W wypowiedziach badanych kobiet ten aspekt

odgrywa bardzo znaczącą rolę. *Ucieszyłam się, że jest aż tylu ludzi. Sala jest zazwyczaj pełna. Poznałam tutaj cudowną grupę ludzi (K1); Zawarłam tutaj kilka cennych przyjaźni. Wiadomo, że wszystkimi się nie da, ale zawsze jest jakaś pokrewna dusza. Poza tym miło mieć szerokie grono znajomych (K4); Poznałam wielu ludzi, miło widzieć co czwartek znajome twarze (K3)*.

Budowaniu relacji i nawiązywaniu nowych znajomości sprzyja charakter zajęć oferowanych przez UTW. Wielokrotnie odbywają się one poza budynkiem i salami wykładowymi, co nadaje im mniej oficjalny charakter. Znajomości zawierane na zajęciach przenoszone są na grunt prywatny. *UTW ma wpływ na moje życie towarzyskie, ubogaca je (K2); Mam, do kogo zadzwonić, z kim podzielić się swoimi przemyśleniami po wykładach, wycieczkach (K7)*.

W grupie znajomych dużo łatwiej jest podejmować nowe wyzwania i realizować ciekawe zadania. Ludzie wzajemnie się motywują, pokazują sobie, że osoby w ich wieku mogą wiele osiągnąć. Zresztą seniorzy uczęszczający na zajęcia UTW są z reguły osobami gotowymi do uzupełniania wiedzy i poszukiwania nowych zainteresowań<sup>68</sup>. Opinię tę potwierdziła wypowiedź eksperta: *Słuchacze podejmowali nowe wyzwania w zakresie aktywności fizycznej, np. zapisując się na zajęcia z nordic walking, co dodatkowo pozwalało na rozmowę, żarty itp., zachowania o nowym wymiarze symptomatyczne dla zachowań grup rówieśniczych (E)*. Zdanie to uzupełnia wypowiedź respondentki: *Poza tym są osoby o różnych profesjach, można wymienić doświadczenia. Są wśród nas ludzie nieprawdopodobnie operatywni, organizujący wycieczki, spotkania (K1)*.

UTW w wielu przypadkach pełni funkcję terapeutyczną, umożliwiając uczestnikom oderwanie się od nierzadko trudnej rzeczywistości dnia codziennego, wypełnionego opieką nad chorym rodzicem czy współmałżonkiem. Zajęcia dydaktyczne i towarzysztwo innych ludzi umożliwiają regenerację zarówno w aspekcie fizycznym, jak i psychicznym. Zdarza się również, że UTW wypełnienia pustką, jaka pozostaje po śmierci współmałżonka. Seniorzy zapisują się na zajęcia, aby „zapomnieć”, zacząć „na nowo żyć”, powoli „wyjść z żałoby”, w końcu „wyjść do ludzi”. Inni słuchacze stanowią swoistą grupę wsparcia, zwłaszcza w trudnych chwilach. Tworzą nieformalną rodzinę i tym samym przejmują funkcje, które z jakichś przyczyn uległy osłabieniu lub których zabrakło. Potwierdzają to słowa eksperta: *Spotkania te*

<sup>64</sup> B. Ziębińska, *Uniwersytety Trzeciego Wieku jako instytucje przeciwdziałające marginalizacji osób starszych*, Uniwersytet Śląski w Katowicach, Katowice 2007 (praca doktorska), <http://www.sbc.org.pl/Content/7028/doktorat2757.pdf>, [15.12.2015].

<sup>65</sup> B. Synak, *Pozycja społeczna ludzi starszych w warunkach zmian ustrojowych i cywilizacyjno-kulturowych*, [w:] B. Synak (red.), *Ludzie starzy w warunkach transformacji ustrojowej*, Wyd. Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2000, s. 9; E. Trafiałek, *Człowiek stary*, [w:] T. Pilch (red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, t. 1, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 2003, s. 583; J. Maćkowiak, *Osoby starsze jako ofiary przemocy domowej. Ujęcie wiktymologiczne*, Wydawnictwo Impuls, Kraków 2015, s. 80–84.

<sup>66</sup> A. Zych, *Słownik gerontologii społecznej*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 2001, s. 20.

<sup>67</sup> Za: O. Czerniawska, *Uniwersytet Trzeciego Wieku, 30 lat działania. Przemiany, dylematy i oczekiwania w epoce ponowoczesnej*, „Chowanna” 2009, t. 2(33), s. 103.

<sup>68</sup> Tamże, s. 104.

dotyczyły także integracji w sytuacjach trudnych dla kogoś ze środowiska UTW, np. poprzez udział w uroczystościach pogrzebowych, chodzenie na cmentarz do zmarłej koleżanki czy odwiedzanie w szpitalu kolegi, który poważnie zachorował. Panie zorganizowały się co do terminów odwiedzin oraz w zakresie zanoszonych „gościńców” typu owoce, soki itp.

Jeżeli proces starzenia się przebiega przy pełnej akceptacji ze strony człowieka, wraz z wiekiem pojawia się często chęć bezinteresownej pomocy innym. Pomaganie daje seniorom poczucie użyteczności i dostarcza satysfakcji. *Okazało się, że są wśród nas osoby, które wiele przeżyły i mogą doradzić w niejednej sprawie. Człowiek nie jest już sam ze swoimi problemami* (K5).

Zachodzące obecnie przemiany społeczne przyczyniły się do osłabienia, a nawet swoistego rozpadu więzi międzygeneracyjnej. Relacje pomiędzy osobami młodymi a seniorami zostały zdominowane przez uprzedzenia i stereotypy. Jednym z kluczowych zadań UTW jest budowanie pomostów międzygeneracyjnych i solidarności międzypokoleniowej: *Słuchacze mieli możliwość poznania lepiej młodzieży studenckiej, o której krążą często nieprawdziwe opinie. Często podkreślali, że młodzi ludzie byli dla nich bardzo uprzejmi, poświęcali im swój czas, np. chór UP, organizując specjalne koncerty kołęd, koło teatralne, przygotowując specjalny spektakl dla słuchaczy, co bardzo ich wzruszało* (E). Słuchaczki, uczestnicząc w różnych ofertach edukacyjnych, mają okazję zmienić swoje nastawienie do młodego pokolenia, a tym samym przełamać niechęć do wzajemnych relacji. Przy bliższym poznaniu okazuje się, że jest wiele wartości i kwestii, które łączą obie te grupy. *Słuchacze utwierdzało to w przekonaniu, że młodzi ludzie są bardzo wartościowi. Zauważali także, iż często młodzi ludzie mają podobne wartości, np. przy okazji organizowania dla słuchaczy dyskusyjnych spotkań filmowych przez Koło Młodych Pedagogów, o czym świadczyły propozycje filmowe przygotowywane przez studentów oraz prowadzona przez nich dyskusja po projekcji. Młodzi ludzie zmienili sposób odbioru świata przez seniorów. Seniorzy pod wpływem młodzieży mówili, że stawali się bardziej tolerancyjni, mogli lepiej zrozumieć ich zachowania i poznać problemy egzystencjalne ich życia* (E). Każda z tych grup stanowi ogromny kapitał społeczny, który służy wspólnemu dobru. Wspomniła o tym jedna ze słuchaczek: *współpraca z młodszym pokoleniem jest nam – seniorom – niezwykle potrzebna. Wzajemnie się ubogacamy wiedzą* (K3).

### Podsumowanie

Ukazane zmiany w różnych obszarach funkcjonowania starszych kobiet: zmiany wyglądu, zaanga-

żowania, a także wzrost samoakceptacji w wyniku wzrostu uznania ze strony środowiska rodzinnego, stanowią elementy procesu zmiany ich autopercepcji w okresie starości. Ta transformacja powoduje, że kobiety starsze zaczynają inaczej postrzegać siebie. Pod wpływem oddziaływań UTW, zarówno poprzez wykłady, jak i kontakty z rówieśnikami i wykładowcami, seniorki zredefiniowały obraz własnej starości i stały się „kreatorkami” tego okresu życia, nabrały odwagi do samodzielnych wyborów i samorealizacji. Przekonały się, że starość to jest ich czas do wykorzystania i może oznaczać nową jakość życia oraz że *starość nie zależy od metryki [...] zostać staruszką czy nie, to kwestia decyzji*<sup>69</sup>.

W przedstawionym procesie zmiany postrzegania i przeżywania własnej starości przez słuchaczki UTW na pierwszy plan wysuwają się podniesienie samooceny i wzmocnienie poczucia użyteczności oraz rozwój kontaktów społecznych. Na bazie tych doświadczeń kobiety przechodzą swoistą transformację – mają odwagę przełamywać pewne schematy wpisane w postrzeganie własnej starości i utrwalone stereotypy, a także przeżywać starość „po swojemu”, wyzwalając się od wszelkich form dominacji (społecznie przypisywanych im ról i oczekiwań). Poza wszelką dyskusją pozostaje fakt pozytywnego wpływu aktywności edukacyjnej na jakość przeżywanej starości. Należy jednak zauważyć, że wielu seniorów nie ma możliwości udziału w opisywanych formach aktywności, gdyż nie wszystkie grupy mają równy do nich dostęp<sup>70</sup>. Udział w UTW jest silnie uzależniony od poziomu wykształcenia seniorów i aktywności we wcześniejszych etapach życia. Na tę kwestię zwraca uwagę ekspert, który twierdzi, że *do UTW zgłaszała się w większości grupa seniorów, która wcześniej była i jest inteligencją [...]. Te osoby były tylko przez UTW stymulowane do aktywności, która wcześniej była ich codziennością*.

Wciąż jednak bardzo zaniedbane pod tym względem pozostają środowiska małych miasteczek i wsi, gdzie osoby starsze bywają całkowicie wyalienowane, a starość pozostaje smutnym okresem oczekiwania na śmierć. Osoby z niskim wykształceniem niechętnie angażują się w działania edukacyjne i wolą pozostawać bierne, przez co stają się jeszcze bardziej zagrożone wykluczeniem społecznym. Planując działania na rzecz aktywizacji seniorów, należałoby poszerzyć ofertę edukacyjną i/lub stworzyć warunki zapewniające swobodny dostęp do niej (np. promocja oferty, transport, infrastruktura, minimalizacja kosztów), tak aby uwzględnić małe miejscowości, a w szczególności środowiska wiejskie, gdyż nawet krótkotrwała aktywność może poprawić jakość życia w starości i zmienić sposób autopercepcji.

<sup>69</sup> A. Dodziuk, *Staruszka czyli kto?*, „Wysokie Obcasy”, 23.04.2005, s. 52.

<sup>70</sup> M. Formosa, *Four decades...*, dz. cyt.

## Bibliografia

- Active ageing and solidarity between generations – A statistical portrait of the European Union 2012*, [http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY\\_OFFPUB/KS-EP-11-001/EN/KS-EP-11-001-EN.PDF](http://epp.eurostat.ec.europa.eu/cache/ITY_OFFPUB/KS-EP-11-001/EN/KS-EP-11-001-EN.PDF).
- Baltes P.B., Smith J., *New frontiers in the future of aging: From successful aging of the young old to the dilemmas of the Fourth Age*, „Gerontology” 2003, Vol. 49, No. 2, s. 123–135, <http://dx.doi.org/10.1159/000067946>.
- Baruch L., *Starzenie się*, <http://www.psychiatria.pl/artykul/starzenie-sie/650.html>.
- Battersby D., *Education in Later Life. What does it Mean?*, „Convergence” 1985, Vol. 18, No. 1–2, s. 75–81.
- Błęadowski P. i in. (red.), *Raport na temat sytuacji osób starszych w Polsce*, Warszawa 2012, s. 5, [http://senior.gov.pl/source/raport\\_osoby%20starsze.pdf](http://senior.gov.pl/source/raport_osoby%20starsze.pdf).
- Bugajska B., *Dziewiąta faza w cyklu życia – propozycja rozszerzenia teorii psychospołecznego rozwoju E. H. Eriksona*, „EXLIBRIS Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2015, nr 1(9), s. 19–36.
- Cavan R.S., Burgess E.W., Havighurst R.J., Goldhamer H., *Personal adjustment in old age*, Science Research Associates, Chicago 1949.
- Communication from the Commission to the European Parliament, the Council, the European Economic and Social Committee and the Committee of the regions. Towards Social Investment for Growth and Cohesion – including implementing the European Social Fund 2014–2020*, European Commission, 2013. <http://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=9761&langId=en>.
- Czapiński J., Błęadowski P., *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście percepcji Polaków*, Diagnoza Społeczna 2013, Warszawa 2014.
- Czerniawska O., *Uniwersytet Trzeciego Wieku, 30 lat działania. Przemiany, dylematy i oczekiwania w epoce ponowoczesnej*, „Chowanna” 2009, t. 2(33), s. 97–113.
- Dodziuk A., *Staruszka czyli kto?*, „Wysokie Obcasy”, 23.04.2005.
- Dubas E., *Edukacyjny paradygmat badawczy w geragogice*, [w:] M. Kuchcińska (red.), *Edukacja do i w starości*, Wydawnictwo Kujawsko-Pomorskiej Szkoły Wyższej, Bydgoszcz 200.
- Dzięgielewska M., *Edukacja jako sposób przygotowania do starości*, „Chowanna” 2009, t. 2(33), s. 49–62.
- Fabiś A., Muszyński M., Tomczyk Ł., Zrałek M., *Starość w Polsce – aspekty społeczne i edukacyjne*, Wydawnictwo Państwowej Wyższej Szkoły Zawodowej w Oświęcimiu, Oświęcim 2014.
- Fabiś A., Wawrzyniak J.K., Chabior A., *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2015.
- Formosa M., *Critical educational gerontology: a third statement of first principles*, „International Journal of Education and Ageing” 2011, Vol. 2, No. 1, s. 317–332.
- Friebe J., Schmidt-Hertha B., *Activities and barriers to education for elderly people*, „Journal of Contemporary Educational Studies” 2013, No. 1, s. 10–26.
- Halicki J., *Zaspokajanie potrzeb edukacyjnych jako czynnik aktywnego starzenia się*, [w:] P. Szukalski, B. Szatur-Jaworska (red.), *Aktywne starzenie się. Przeciwdziałanie barierom*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2014.
- Kaczmarek G., *Kapitał społeczny osób starszych*, [w:] P.P. Grzybowski, B. Kunach (red.), *Seniorzy w działaniu. Słuchacze Kazimierzowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku i działalność wolontaryjna*, Fundacja dla Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz 2013.
- Klingenberger H., *Handbuch Altenpädagogik. Aufgaben und Handlungsfelder der ganzheitlichen Geragogik*, Bad Heilbrunn 1996.
- Kobylarek A., *Uniwersytet trzeciego wieku jako kanał transferu wiedzy i informacji*, [w:] J.W. Horyń, J. Maciejewski (red.), *Nauczyciel andragog we współczesnym społeczeństwie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław 2010.
- Komeński J.A., *Wielka dydaktyka*, Ossolineum, Wrocław 1956.
- Lipka-Szostak K. (red.), *Edukacja osób starszych. Uwarunkowania. Trendy. Metody*, Stowarzyszenie Trenerów Organizacji Pozarządowych, Warszawa 2013, [http://stowarzyszeniestop.pl/uploads/files/publikacja/Edukacja\\_osob\\_starszych.pdf](http://stowarzyszeniestop.pl/uploads/files/publikacja/Edukacja_osob_starszych.pdf).
- Maćkiewicz J., *Osoby starsze jako ofiary przemocy domowej. Ujęcie wiktymologiczne*, Wydawnictwo Impuls, Kraków 2015, s. 80–84.
- Maćkiewicz J., Wnęk-Gozdek J., *„It’s Never Too Late to Learn” – How Does the Polish U3A Change the Quality of Life for Seniors?*, „Educational Gerontology” 2016, Vol. 42, No. 3, s. 186–197, <http://dx.doi.org/10.1080/03601277.2015.1085789>.
- Pilch T., Bauman T., *Zasady badań pedagogicznych*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 2001.
- Policy Roadmap for the 2014 Implementation of the Social Investment Package*, European Commission, 2014, <http://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=11150&langId=en>,
- Policy Roadmap for the Implementation of the Social Investment Package*, European Commission, 2015, <http://ec.europa.eu/social/BlobServlet?docId=14345&langId=en>.
- Polska w obliczu starzenia się społeczeństwa. Diagnoza i program działania*, Komitet Prognoz „Polska 2000 plus” przy Prezydium PAN, Warszawa 2008.
- Raport Uniwersytety trzeciego wieku jako odpowiedź na potrzeby środowiska osób starszych*, [http://www.fnpn.pl/pdf/raport\\_uniwersytet\\_trzeciego\\_wieku.pdf](http://www.fnpn.pl/pdf/raport_uniwersytet_trzeciego_wieku.pdf).
- Raport z badania „Zoom na UTW”*, [http://zoomnautw.pl/wp-content/uploads/2012/05/Zoom\\_na\\_UTW\\_RAPORT\\_calosciowy\\_www.pdf](http://zoomnautw.pl/wp-content/uploads/2012/05/Zoom_na_UTW_RAPORT_calosciowy_www.pdf).
- Richert-Kaźmierska A., Forkiewicz M., *Kształcenie osób starszych w koncepcji aktywnego starzenia się*, „Studia Ekonomiczne” 2013, t. 131, s. 127–139.
- Starzejąca się Europa: Wyzwania stojące przed europejskim sektorem usług dla seniorów*, Projekt realizowany w ramach programu Leonardo da Vinci nr 134320-1lp-2007-dk-lmp, Alborg–Glasgow–Ankora–Essen–Lizbona–Wrocław 2009, [http://senior-servicesector.eu:8180/opencms/export/sites/default/4LC/pl/WP2\\_TransantionalReportChallenges\\_PL.pdf](http://senior-servicesector.eu:8180/opencms/export/sites/default/4LC/pl/WP2_TransantionalReportChallenges_PL.pdf).
- Straś-Romanowska M., *Późna dorosłość. Wiek starzenia się*, [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała, *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, PWN, Warszawa 2000.
- Suchodolski B., *Kim jest człowiek*, „Wiedza Powszechna”, Warszawa 1976.

Synak B., *Pozycja społeczna ludzi starszych w warunkach zmian ustrojowych i cywilizacyjno-kulturowych*, [w:] tegoż (red.), *Ludzie starzy w warunkach transformacji ustrojowej*, Wyd. Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2000, s. 9.

Szarota Z., *Seniorzy w przestrzeni kulturalno-edukacyjnej społeczeństwa wiedzy*, „Chowanna” 2009, t. 2(33), s. 77–96.

Szarota Z., *Uczenie się starości*, „Edukacja Dorosłych” 2015, nr 1(72), s. 23–36.

Szatur-Jaworska B., *Aktywne starzenie się i solidarność międzypokoleniowa w debacie międzynarodowej*, „Problemy Polityki Społecznej. Studia i Dyskusje” 2013, t. 17, nr 7, s. 15–28.

Szymanek Z., *Podmiotowe i społeczne uwarunkowania edukacji seniorów*, [w:] D. Kałuża, P. Szukalski (red.), *Jakość życia seniorów w XXI wieku. Ku aktywności*, Uniwersytet Łódzki, Łódź 2010.

Taylor S.E., et al., *Biobehavioral responses to stress in females: Tend-and-befriend, not fight-or-flight*, „Psychological Review” 2000, Vol. 107, No. 3, s. 411–429, <http://dx.doi.org/10.1037//0033-295X.107.3.411>.

*The demographic future of Europe – from challenge to opportunity*, European Commission, 2006, <http://ec.europa.eu/transparency/regdoc/rep/1/2006/EN/1-2006-571-EN-F1-1.Pdf>.

Timmermann S., *Lifelong Learning for Self-Sufficiency, a theme and a Strategy for the 1980s*, „Convergence” 1985, Vol. 18, No. 1–2, s. 28–37.

Tomczyk Ł., *Education of Older People in the Field of Information Technology on the Example of Polish Universities of*

*the Third Age*, „Procedia – Social and Behavioral Sciences” 2012, Vol. 55, s. 485–491, <http://dx.doi.org/10.1016/j.sbspro.2012.09.528>.

Tomczyk Ł., *Edukacja osób starszych. Seniorzy w przestrzeni nowych mediów*, Difin, Warszawa 2015.

Trafiątek E., *Człowiek stary*, [w:] T. Pilch (red.), *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, t. 1, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 2003.

Trafiątek E., *Marginalizacja ludzi starych a dylematy polityki społecznej*, [w:] E. Kantowicz, A. Olubiński (red.), *Działanie społeczne w pracy socjalnej na progu XXI wieku*, Wydawnictwo Edukacyjne AKAPIT s.c., Toruń 2003.

*United Nation International Plan of Action on Ageing*, United Nations, 2002, [https://www.un.org/ageing/documents/building\\_natl\\_capacity/guiding.pdf](https://www.un.org/ageing/documents/building_natl_capacity/guiding.pdf).

*Uniwersytety Trzeciego Wieku – wstępne wyniki badania*, Departament Badań Społecznych i Warunków Życia, Urząd Statystyczny w Gdańsku.

Wnęk-Gozdek J., Łaszyn J., „*Oddam siebie w dobre ręce*”: *osoby 60+ jako użytkownicy portali randkowych*, „Biblioteka Gerontologii Społecznej” 2013, nr 3, s. 106–126.

Wujek T. (red.), *Wprowadzenie do andragogiki*, PWN, Warszawa 1996.

Ziębińska B., *Uniwersytety Trzeciego Wieku jako instytucje przeciwdziałające marginalizacji osób starszych*, Uniwersytet Śląski w Katowicach, Katowice 2007 (praca doktorska), <http://www.sbc.org.pl/Content/7028/doktorat2757.pdf>.

Zych A., *Słownik gerontologii społecznej*, Wydawnictwo „Żak”, Warszawa 2001.

## Transformation of an older women under the influence of education at the university of the third age – a case study

*In the face of progressing ageing of the society, activation of older people and implementation of the lifelong learning idea is of a special importance. Among a number educational offers, a significant role is played by the universities of the third age (UTA), which activate seniors and help them socialize, thus improving the quality of their life in old age.*

*This article presents the results of a qualitative study on the transformation of self-perception of older women and their functioning under the influence of educational activity at the university of the third age. The goal of the study was to identify the process of changes in self-perception and perception of one's old age under the influence of activity related to the participation in the UTA. The studies employed case study with in-depth interview (IDI). The results are presented from two points of view – one of an expert – Dean and lecturer at the UTA over the course of two years, and one of older women participating in UTA classes. The analyses show that the participation of female seniors in this form of education influenced on changes in both the perception of the process of one's ageing and the way of functioning, and also significantly improved the quality of their life in various aspects. Increased participation of seniors in various forms of education, as well as development of an educational offer meeting the needs and capabilities of senior males are challenges for further activities in the area of geragogy.*

**Jolanta Maćkowicz** jest doktorem nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki, pracownikiem naukowo-dydaktycznym Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie. Jej zainteresowania badawcze skupiają się głównie wokół pedagogiki społecznej, w tym problemów człowieka starszego oraz przemocy w różnych środowiskach wychowawczych. Jest członkiem Zespołu Pedagogiki Społecznej przy Komitecie Nauk Pedagogicznych PAN, Stowarzyszenia Gerontologów Społecznych i Centre for Research into Violence and Abuse na Durham University. Pełni także funkcję krajowego reprezentanta w International Network for the Prevention of Elder Abuse (INPEA).

**Joanna Wnęk-Gozdek** jest doktorem nauk humanistycznych w zakresie pedagogiki, adiunktem na Uniwersytecie Pedagogicznym im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie. Jej zainteresowania badawcze koncentrują się wokół zagadnień związanych z pedagogiką społeczną i gerontologią, a także pedeutologią i nowoczesną dydaktyką. Jest członkiem Zespołu Pedagogiki Społecznej przy Komitecie Nauk Pedagogicznych PAN oraz Stowarzyszenia Gerontologów Społecznych.