

# Problemy ludzi III wieku w aspekcie czasu wolnego

## Problems of elderly people in the aspect of leisure

**Alina Borowska**

Politechnika Białostocka, Wydział Zarządzania, Katedra Ekonomii i Nauk Społecznych

### **Abstract**

In the contemporary society we can observe a growing number of elderly people. It is caused by prolongation of life and reduction of working time. Old people dispose of three forms of capital: human capital, social capital and leisure capital, which are not exploited in the society. It is necessary to use this "senior capital" for the benefit of elderly people as well as the society, so as the increasing length of life would not cause problems but bring profits. The aim of this article is to approach the problems of elderly people in the aspect of leisure time and the possibilities of finding possible solutions.

**Keywords:** *old age, leisure time, social capital*

We współczesnym społeczeństwie, w związku z wydłużaniem się życia człowieka i zmniejszaniem się czasu pracy, zwiększa się sukcesywnie liczba ludzi starych. Grupa ta dysponuje kilkoma formami kapitału: ludzkim, społecznym i czasu wolnego, który jest niewykorzystany w społeczeństwie. Konieczne jest zagospodarowanie „kapitału seniora” dla dobra ludzi starych, jak i społeczeństwa, tak aby wydłużająca się wciąż długość życia człowieka nie stanowiła problemu lecz przynosiła korzyści.

Celem niniejszego artykułu jest przedstawienie problemów ludzi w wieku emerytalnym w aspekcie problemów czasu wolnego oraz możliwości ich rozwiązania.

Dzisiejsze społeczeństwo coraz częściej określane jest mianem społeczeństwa czasu wolnego. Wynika to stąd, że dzięki automatyzacji i informatyzacji produkcji, z powodu wzrostu wydajności pracy oraz dzięki wielu zabiegom organizacyjnym zmierzającym do wyeliminowania drogiej siły roboczej ludzi, konsekwentnie skraca się czas pracy a wydłuża się czas wolny.

Wzrost ilości czasu wolnego jest również wynikiem zastosowania wielu nowych urządzeń w gospodarstwie domowym, powstaniem e-usług i e-handlu, uła-

wtweeniami w komunikacji i dostępie do informacji oraz skróceniem czasu przemieszczania się.

W dzisiejszym społeczeństwie znacznie zwiększa się ilość czasu wolnego ludzi „trzeciego wieku”, w związku z możliwością przejścia na wcześniejszą emeryturę. Jednocześnie ta grupa społeczna wciąż wzrasta, w związku z wydłużaniem się czasu życia. Rozwój nauki i medycyny oraz wzrost jakości życia powodują, że człowiek żyje coraz dłużej. Według prognoz GUS w 2020 roku, osoby powyżej 60 roku życia będą stanowić ponad 26 % całej populacji<sup>1</sup>. Zjawisko starzenia się społeczeństwa jest dla nas nowe i powoduje wiele różnorodnych problemów: jednostkowych, społecznych i ekonomicznych.

Problemy jednostkowe to samotność, często bieda, lęk przed śmiercią, odrzucenie, poczucie niższej wartości, lekceważenie i dyskryminacje, i w efekcie utrata sensu życia oraz obniżenie jakości życia i stanu zdrowia.

Z tych jednostkowych problemów rodzą się problemy społeczne takie jak: wzrost liczby osób chorych i zdanych na opiekę społeczną, dyskryminacja i marginalizacja tej grupy społecznej, konieczność otoczenia jej opieką, wzrost zależności od opieki społecznej.

Problemy ekonomiczne wynikają z ww problemów społecznych, wzrastają bowiem koszty opieki zdrowotnej i ludzi starych. Ponadto ilość osób w wieku poprodukcyjnym wzrasta, a maleje liczba osób na nich pracująca.

Problemem starości jest to, że w naszej kulturze starość jest kłopotliwa i brzydka, a ludzie starsi nie są otoczeni szacunkiem, jak to jest w kulturach kolektywistycznych, lecz są lekceważeni i traktowani często jako ludzie drugiej kategorii. Samotność i bezużyteczność, często trudna sytuacja materialna, powodują, że ludzie ci czują się niepotrzebni, często są samotni i w efekcie chorują. Choroba jest często wołaniem o pomoc i uwagę. Starzejące się społeczeństwo, chorujące i coraz liczniejsze może stanowić problem ekonomiczny. Coraz więcej chorych i starych ludzi będzie na utrzymaniu coraz mniejszej liczby pracujących.

Jedynym najczęściej dobrem, którym dysponują ludzie starzy, jest czas wolny. Problemem tej grupy społecznej najbardziej bogatej w czas, jest to, że jednocześnie jest to grupa raczej uboga ekonomicznie, w związku z czym bogata oferta rynkowa dotycząca rekreacji, turystyki, kultury, czy innych atrakcyjnych form spędzania czasu wolnego jest dla tej grupy w większości przypadków niedostępna.

Czas wolny ludzi zamożnych jest skutecznie „kolonizowany” przez rynek, który promuje kult młodości i umożliwia ludziom odsunięcie problemu starzenia się i samotności. Rynek usług jest dostosowany również do tej grupy konsumentów

---

<sup>1</sup> Tokarz B. (red.), 2005. *Stop dyskryminacji ze względu na wiek*. Wyd. Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa.

tów, problemem jest jednak to, że w polskim społeczeństwie przeważają jednak emeryci o niskich dochodach, tacy, których oferta rynkowa nie dotyczy. Ta grupa ludzi nie tylko jest bogata w czas, ale często reprezentuje również bardzo wysoki kapitał ludzki i społeczny, który jest najczęściej przez społeczeństwo marnotrawiony.

W związku z powyższym, powstaje wiele pytań. Jak ukierunkować ten kapitał seniora, tak, aby przyniosło to zysk dla zainteresowanych jak i dla społeczeństwa? Jak zmienić nastawienie ludzi do starości, aby nie tracili oni sensu życia, aby czas na emeryturze nie był czasem oczekiwania na śmierć, lecz czasem realizacji marzeń, na które nie było czasu do tej pory? Jak nadać starości większą rangę, co zrobić aby starość była piękna, jak pisze Ester Vilar w swoim manifestie przeciwko kultowi młodości<sup>2</sup>.

Od wieków człowiek musiał ciężko pracować, walczyć z przyrodą, chorobami, przeciwstawiać się wrogom i totalitaryzmom. Całe jego życie skupione było na pracy lub walce. Dziś człowiek jest wolny od przymusu świadczenia pracy, wolny jako obywatel, wolny od większości chorób, może żyć długo i szczęśliwie. Ale nie jest do tego przygotowany. W krajach najbogatszych, gdzie życie wielu ludzi jest wygodne i luksusowe, starość stała się czymś nienaturalnym, ludzie nie chcą cierpieć i znosić niedogodności związanych z bezsilnością, chorobami, czy brakiem sensu życia, odbierają sobie życie. Problem eutanazji pojawił się w krajach najbogatszych a wraz z nim zjawisko turystyki śmierci.

W krajach najwyżej rozwiniętych, występuje bardzo wysoki poziom życia oraz kult młodości i sprawności podsycany przez reklamę i kulturę masową. Powszechny proces starzenia się jest postrzegany w tej kulturze jako nieporządkany i ludzie robią wszystko, aby go opóźnić lub zminimalizować za pomocą diet, operacji plastycznych, ćwiczeń ciała i umysłu. Kultura zachodu nie ceni ludzi starych. Może to właśnie dlatego ludzie nie chcą dłużej żyć. Długość życia w tych krajach jest bardzo wysoka, najwyższa w najbogatszej Szwajcarii i właśnie tam powstaje nowy rodzaj turystyki – zwanej turystyką śmierci, która ma miejsce w klinice Dignitas<sup>3</sup>. Z uwagi na to, że w większość państw świata ma dużo surowsze przepisy prawne, do Szwajcarii przyjeżdżają ludzie z innych krajów, w celu popełnienia samobójstwa.

---

<sup>2</sup> Vilar E., 2008. *Starość jest piękna manifest przeciwko kultowi młodości*. Wyd. Agencja Dramatu i Teatru „Adit”, Warszawa.

<sup>3</sup> Dignitas - szwajcarska organizacja, której celem jest pomoc w samobójstwie ludziom, którzy są nieuleczalnie chorzy.

Kultura śmierci, związana jest z coraz powszechniejszym hedonizmem i sekularyzacją. Ludzie osiągnęli kontrolę nad przyrodą, swoim życiem, innymi ludźmi. Chcą zapanować również nad swoją śmiercią. Nie zawsze powodem decyzji o odejściu jest cierpienie i ból fizyczny lecz lęk przed bólem i samotnością, poczucie bycia ciężarem i poczucie bycia kimś gorszym. Starość nie jest piękna tak jak młodość a eutanazja stanowi problem moralny oraz etyczny i zasadniczo stanowi zagrożenie.

W Polsce właśnie wchodzi w wiek emerytalny grupa ludzi wykształcona w PRL, ludzi w wyższym wykształceniu, często z ogromnym dorobkiem zawodowym, która dysponuje dwiema formami kapitału: kapitałem ludzkim to jest wiedzą, umiejętnościami i doświadczeniem oraz kapitałem czasu wolnego. Problemem jest jak wykorzystać ten kapitał dla dobra zainteresowanych i dla społeczeństwa.

Ofertę dla ludzi III wieku w Polsce mają Uniwersytety III wieku, które są doskonałym sposobem na twórcze i zdrowe zagospodarowanie czasu wolnego. Kilka lat temu pojawiły się również Banki Czasu, niestety, ich działalność aktualnie jest sporadyczna. Idea Banków Czasu jest bardzo pożyteczna, dotyczy ona wszystkich grup społecznych i wiekowych, pobudza integrację społeczną i stanowić może wymierną pomoc ekonomiczną. Ludzie starsi zgromadzeni w Bankach pomagają sobie wzajemnie, opiekują się, dają wsparcie psychologiczne. Należąc do tej nieformalnej grupy samopomocowej, można otrzymać pomoc w wielu dziedzinach życia i dać coś z siebie. Bycie potrzebnym, dawanie coś od siebie, powoduje, że życie nabiera na nowo sensu. Szczególnie ważne jest to właśnie dla ludzi starszych<sup>4</sup>.

W Polsce idea Banków Czasu nie rozwinęła się prawdopodobnie dlatego, że brakuje nam wzajemnego zaufania, a warunkiem istnienia tej samopomocowej instytucji jest wzajemne zaufanie. Wyniki licznych badań mówią o tym, że Polacy sobie nie ufają, nie uczestniczą w polityce ani nie interesują się sprawami publicznymi. Niektórzy badacze twierdzą, że w Polsce nie istnieje społeczeństwo obywatelskie, ponieważ brak w nim dwóch podstawowych wartości: zaufania społecznego i aktywności społecznej<sup>5</sup>. Zdaniem Autorki, to właśnie społeczeństwo obywa-

---

<sup>4</sup> Organizacja "Partnerzy w opiece" (*Partners in Care*), działająca od 1993 roku w Maryland, wykorzystuje czas i energię seniorów do udzielania pomocy i opieki nad innymi seniorami. Zdrowia Rushey Green Health Centre w południowo-wschodnim Londynie, gdzie pacjentom, których głównym problemem jest samotność, depresja lub niedogodności z powodu starości, zamiast pigułek przepisuje się udział w Banku Czasu. Dobre kontakty z ludźmi, możliwość wspólnych spacerów, robienia czegoś z innymi lub dla innych, okazały się dla wielu skuteczną terapią. [www.bankiczasu.pl](http://www.bankiczasu.pl)

<sup>5</sup> Wiktorska-Święcka A., 2007. *Spółczesność obywatelska w Polsce – refleksje nad teorią i genezą oraz próba oceny stanu i rozwoju*, (w:) *Europa obywateli. Polskie społeczeństwo in actu*, W. Bokajło, A. Wiktorska – Święcka (red.), Oficyna Wyd. Atut, Wrocław, s. 26-29.

telskie może rozwiązać wiele problemów związanych ze starzeniem się społeczeństwa i wzrostem ilości czasu wolnego.

Spółeczeństwo obywatelskie jest to takie społeczeństwo, w którym istnieje silnie rozwinięta sieć wszelkiego rodzaju stowarzyszeń i organizacji pozarządowych oraz którego obywatele są aktywni i posiadają wysoką kulturę obywatelską oraz cnoty obywatelskie. „Spółeczeństwo obywatelskie jest terenem, gdzie człowiek nowoczesny w prawomocny sposób zaspokaja swój interes własny i rozwija swą indywidualność, ucząc się wszakże równocześnie wartości działania grupowego, solidarności społecznej i uzależniania swego dobrobytu od dobrobytu innych ludzi. Wychowuje go ono do roli obywatela państwa i przygotowuje do udziału w życiu politycznym”<sup>6</sup>. Podstawowym elementem społeczeństwa obywatelskiego jest kapitał społeczny. Zdaniem Pierre’a Bourdieu<sup>7</sup>, kapitał społeczny to potencjalne lub aktualne zasoby jednostki, które są wynikiem jego przynależności do różnych sieci relacji i znajomości. Jednostka ma wpływ na wzrost swego kapitału poprzez uczestnictwo w różnych wybranych przez siebie grupach. A zatem uczestnicząc we wszelkiego rodzaju grupach lokalnych czy to kulturalnych, religijnych czy grupach wsparcia społecznego, tworzy się kapitał społeczny danej grupy jak również jednostki, która wnosi swój kapitał ludzki do grupy.

W związku z powyższym, kapitał ludzi III wieku (kapitał ludzki + kapitał czasu wolnego) mógłby być zainwestowany w budowę kapitału społecznego – tego podstawowego składnika społeczeństwa obywatelskiego. Aktywizacja osób starszych, włączanie ich w działalność lokalną, może przynieść ogromne korzyści: jednostkowe i społeczne. Aktywność obywatelska może dotyczyć polityki, kultury i spraw społecznych.

Aktywność polityczna polega na udziale w wyborach, przynależności do różnych organizacji politycznych, działalności opiniotwórczej, agitującej czy uświadamiającej.

Aktywność kulturalna może polegać na uczestnictwie czynnym lub organizacyjnym we wszelkiego rodzaju stowarzyszeniach kulturalnych, klubach osiedlowych, miejskich, amatorskich chórach, teatrach, kółkach zainteresowań różnego rodzaju. Może polegać na organizacji imprez kulturalnych różnego zasięgu i poziomu.

---

<sup>6</sup> Pełczyński A., 1997. *Solidarity and „The Rebirth of civil Society” in Poland 1976-81*, za: K. Kumar, *Spółeczeństwo obywatelskie: rozważania na temat użyteczności historycznego terminu*, w: *Ani książkę ani kupiec: obywatel*, Wybór i wstęp J. Szacki, Wyd. Społeczny Instytut Wydawniczy Znak, Kraków, Fundacja im. Stefana Batorego Warszawa, 1997, s. 300.

<sup>7</sup> Junik A., 2007. *Kapitał społeczny jako warunek rozwoju społeczeństwa obywatelskiego*, w: *Europa obywateli. Polskie społeczeństwo in actu*, W. Bokajło, A. Wiktorska – Świecka (red.), Oficyna Wyd. Atut, Wrocław.

Natomiast aktywność społeczna może polegać na działalności na rzecz swego najbliższego środowiska życiowego, na tworzeniu sieci samopomocy społecznej w różnych grupach, sieci wsparcia, budowaniu różnego rodzaju grup społecznych. Właśnie w ramach takich grup można połączyć czas wolny młodzieży i emerytów dla obopólnej korzyści. Można stworzyć platformę do współdziałania dwóch różnych pokoleń, które łączy tylko duża ilość wolnego czasu. To właśnie w lokalnej wspólnocie można wykorzystać istniejący (a niewykorzystany) kapitał ludzki emerytów dla tworzenia nowego kapitału u ludzi młodych.

Bardzo ważnym elementem budowania społeczeństwa obywatelskiego jest integracja między pokoleniami. Młodzi ludzie również cierpią na niedosyt uwagi, zainteresowania czy miłości ze strony swoich rodzin, potrzeba więzi może być wzajemna. Obie grupy wiekowe są bogate w czas i mają sobie bardzo dużo do zaoferowania w zakresie edukacji jak i zaspokojenia potrzeb emocjonalnych oraz podstawowej potrzeby każdego człowieka bez względu na wiek jaką jest potrzeba przynależności, aprobaty i poczucia własnej wartości. Połączenie tych dwóch grup najbogatszych w czas, to jest emerytów i młodzieży, tak aby wykorzystywali swój potencjał dla swego dobra jak i dobra lokalnej społeczności może być działaniem bardzo korzystnym dla wszystkich zainteresowanych.

Miejsca dla działalności lokalnych społeczności to Domy Kultury, Kluby Osiedlowe, Szkoły i Kościoły. Fundusze na tego rodzaju działalność można pozyskać z funduszy unijnych przeznaczonych na integrację społeczną. Czego zatem brakuje? Istnieje powszechny brak przywódców ze swoją wizją. Niezbędni są liderzy, animatorzy, czy też specjaliści ds. czasu wolnego. To jest najślabsze ogniwo, wprawdzie kształci się już tzw. przedsiębiorców społecznych w ramach stowarzyszenia Ashoka<sup>8</sup>, lecz jest to jak dotąd inicjatywa o bardzo małej skali.

Czas wolny jest nową formą kapitału jednostkowego i społecznego, który może być zmarnotrawiony, ale może być również zainwestowany. Taką inwestycją może być budowanie społeczeństwa obywatelskiego. Inwestowanie czasu wolnego w aktywność społeczną zamiast w konsumpcję (usług, przedmiotów, kultury), może przynieść wymierne korzyści: jednostkowe, grupowe i społeczne. Działalność społeczna może zaspokoić podstawowe potrzeby człowieka, takie jak potrzeba uznania, poczucia własnej wartości, przynależności. A właśnie te potrzeby często nie są zaspokojone z racji odejścia z pracy. Praca dla wielu ludzi nadawała

---

<sup>8</sup> Nadzieję na rozwój przywództwa społecznego daje międzynarodowa organizacja Ashoka, której celem jest rozwiązywanie problemów społecznych oraz inicjowanie zmian społecznych i kierowanie nimi. Ashoka wyszukuje, kształci i skupia wokół siebie wybitne osobowości tzw. innowatorów społecznych, albo inaczej przedsiębiorców społecznych, jak dotąd należy do niej 2000 osób na całym świecie, w tym 62 osoby z Polski.

i nadaje największy sens życia. Niewiele osób potrafi nadać sobie inny sens życia po przejściu na emeryturę i znaleźć nowe role społeczne. Najsilniej zakodowana jest w ludzkiej osobowości rola pracownika, dlatego działalność społeczna może być tym substytutem pracy i jednocześnie zaspokajać wiele innych podstawowych potrzeb człowieka.

## Piśmiennictwo

1. Junik A., 2007. *Kapitał społeczny jako warunek rozwoju społeczeństwa obywatelskiego*, w: *Europa obywateli. Polskie społeczeństwo in actu*, W. Bokajło, A. Wiktorska – Świącka (red.), Oficyna Wyd. Atut, Wrocław.
2. Pełczyński A., 1997. *Solidarity and „The Rebirth of civic Society” in Poland 1976-81*, za: K. Kumar, *Spoleczeństwo obywatelskie: rozważania na temat użyteczności historycznego terminu*, w: *Ani książkę ani kupiec: obywatel*, Wybór i wstęp J. Szacki, Wyd. Społeczny Instytut Wydawniczy Znak, Kraków, Fundacja im. Stefana Batorego Warszawa.
3. Tokarz B. (red.), 2005. *Stop dyskryminacji ze względu na wiek*, Wyd. Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa.
4. Vilar E., 2008. *Starość jest piękna manifest przeciwko kultowi młodości*, Wyd. Agencja Dramatu i Teatru „Adit”, Warszawa.
5. Wiktorska-Świącka A., 2007. *Spoleczeństwo obywatelskie w Polsce – refleksje nad teorią i genezą oraz próba oceny stanu i rozwoju*, w: *Europa obywateli. Polskie społeczeństwo in actu*, W. Bokajło, A. Wiktorska – Świącka (red.), Oficyna Wyd. Atut, Wrocław.
6. Witryna internetowa: [www.ashoka.pl](http://www.ashoka.pl), stan z dn. 06.07.2010 r.
7. Witryna internetowa: [www.bankiczasu.pl](http://www.bankiczasu.pl), stan z dn. 06.07.2010 r.
8. Witryna internetowa: [www.filantropia.org.pl](http://www.filantropia.org.pl), stan z dn. 06.08.2010 r.