

Katarzyna Zaremba¹ 

Mądrość osób starszych, czyli dlaczego warto uczyć się od seniorów

The wisdom of the elderly, or why it is worth learning from seniors

Streszczenie: Artykuł porusza temat uczenia się od seniorów. Seniorzy mogą mieć dużą wiedzę i wiele doświadczeń życiowych, którymi mogą się podzielić z młodszym pokoleniem. Czerpanie wiedzy z doświadczeń i biografii seniorów może pomóc w uniknięciu ewentualnych błędów życiowych. Istnieją również przykłady z badań, które dowodzą, że warto uczyć się od osób starszych.

Słowa klucze: mądrość, starość, uczenie się, uczenie się z doświadczeń, uczenie się z biografii

Abstract: The article deals with the topic of learning from seniors. Seniors can have a lot of knowledge and many life experiences that they can share with the younger generation. Learning from the experience and biographies of seniors can help avoid possible life mistakes. There are also examples from studies that prove that it is worth learning from the elderly.

Keywords: wisdom, old age, learning, learning from experience, learning from biography

Wprowadzenie

Kultura, w której dzieci i młode osoby uczą się od swych przodków to kultura postfiguratywna. Przeszłość osób dorosłych tym sposobem staje się przyszłością młodych (Mead, 2000). Seniorzy mogą posiadać ogromną wiedzę oraz duży bagaż doświadczeń życiowych, którym mogą podzielić się z młodszym pokoleniem. Osoby te mogą stać się mentorami, przewodnikami a przynajmniej życzliwymi opiekunami osób młodych – mogą udzielać wielu wartościowych wskazówek, ale także być powiernikami. Mogą nimi stać się: babcie, dziadkowie, ciocie, a nawet starsi sąsiedzi. Uczenie się „od Innego może przybierać różne postacie i kierunki. W kontekście perspek-

1 Uniwersytet Pedagogiczny w Krakowie, e-mail: katarzynazaremba@up.krakow.pl

tywy czasowo-biograficznej przyjmuje ono dwa główne wymiary: jest uczeniem się z doświadczeń i uczeniem się biografii Innego” (Dubas, 2011, s.7). Uczenie to może pomóc w uniknięciu błędów życiowych, ale także przygotować na różne sytuacje, które spotkają każdego człowieka.

Obecnie brakuje przekazu międzygeneracyjnego. Młodzi ludzie często odrzucają rady starszych osób, negują to, co próbują przekazać im starsze pokolenia, gdyż wydaje się im, że treści przekazu nie odnoszą się do aktualnej rzeczywistości. Duży wpływ ma także oddziaływanie grup rówieśniczych, często w przestrzeni wirtualnej, gdzie mogą korzystać z doświadczeń i wiedzy obcych dla nich osób. Wybór tych obcych może być spowodowany wieloma czynnikami, np. ignorancją, niewiarą w starsze pokolenie, wstydem, a także tym, że nie uważa się bliskich za kogoś, kto może być naszym autorytetem godnym naśladowania. Można zauważyć, „że również w ocenie młodzieży w obecnych czasach następuje zjawisko kryzysu autorytetów. Młodzi ludzie nie zawsze odnajdują w innych cechy, które pozwalałyby uznać daną osobę za autorytet. W konsekwencji wpływ tradycyjnych wzorców na życie młodzieży maleje” (Wolska-Długosz, 2012, s. 161). Osoby młode mogą też uważać, że informacje od starszych są już nieaktualne. Podejście to zmienia się wraz z wiekiem, bowiem z biegiem lat chętniej, korzystamy z wiedzy seniorów, częściej się ich radzimy i doceniamy ich wskazówki. Im jesteśmy dojrzałsi, tym bardziej potrafimy docenić i korzystać z mądrości starszych.

Warto zadać sobie pytanie: czy mądrość ludzi starszych może być źródłem praktycznej wiedzy przydatnej młodszemu pokoleniu? Tak. Przemawia za tą tezę wiele danych.

Wychowanie i edukacja międzypokoleniowa niosą za sobą wiele wartości. Dzieci i młodzież mogą skonfrontować swoje wyobrażenia o osobach starszych i ich życiu, historiach, ale także mogą wiele się od nich nauczyć. Warto też pamiętać, że „bez edukacji do starości i w starości nie będzie edukacji przez starość. (...) Osoba starsza, dzięki bogactwu doświadczeń, mądrości życiowej, może przekazywać młodszemu pokoleniu oraz rówieśnikom określone i pożądane z perspektywy wychowawczej wartości, normy, wzory życia” (Szarota, 2015, s. 32).

Jak wynika z badań Centrum Badania Opinii Społecznej (2009), większość Polaków uważa, że osoby starsze są potrzebne społeczeństwu, gdyż:

- posiadają oni czas dla swoich wnuków, podczas kiedy ich rodzice są w pracy (97%);
- dysponują wiedzą i doświadczeniem, których brakuje ludziom młodszemu (95%);
- są dobrymi sąsiadami, zwracają uwagę na to, co dzieje się w ich otoczeniu (92%);
- świadczą pomoc finansową swoim dzieciom i wnukom (90%);
- posiadają czas na podejmowanie działalności społecznej (88%).

Głównym celem niniejszego tekstu jest ukazanie potencjału uczenia się ze starości.

Starość i starzenie się

Problematyka starości wzbudza coraz większe zainteresowanie badaczy reprezentujących różne dziedziny wiedzy. Spowodowane jest to głównie zmieniającą się sy-

tuacją demograficzną. Według prognoz Głównego Urzędu Statystycznego (2014) w 2050 roku ogólna populacja Polski ma wynieść 33,95 miliona osób. Natomiast populacja osób powyżej 65 roku życia wyniesie 11,1 mln, co stanowi aż 32,7% osób. Jednocześnie należy zaznaczyć, że ludzie starsi stanowią grupę społeczną, która nie jest jednolita. Różnice wynikają nie tylko z różnej dynamiki zmian, lecz także z samego faktu, że generację ludzi starych tworzą dwa, a nawet trzy pokolenia. Osoby te różnie funkcjonują pod względem fizycznym, psychicznym oraz w różnym stopniu uczestniczą w życiu społecznym, a także różnią się ze względu na sytuację życiową (Kawula, 2009).

W perspektywie społecznej wyróżnia się dwa antagonistyczne style traktowania starości, choć rzeczywistość poszczególnych kultur rozciąga się na kontinuum od skrajnej gerontofobii po gerontokrację. Pierwszy styl polega na postrzeganiu osób starszych jako społecznego ciężaru, drugie podejście to gerontokracja, gdzie z racji wieku, mądrości życiowej oraz doświadczenia należą się seniorom przywileje, a także prestiż społeczny (Szarota, 2013a).

Jak podaje Adam A. Zych starość to „nieunikniony efekt procesu starzenia się, w którym kolejno następujące zmiany biologiczne, psychiczne i społeczne zaczynają oddziaływać względem siebie synergetycznie, prowadząc do naruszenia równowagi biologicznej i psychicznej bez możliwości przeciwdziałania temu, czyli jest to końcowy okres starzenia się” (Zych 2019, s. 163). Starość jest fazą życia, która następuje po okresie dojrzałości i jest zjawiskiem statycznym, natomiast starzenie się jako proces jest zjawiskiem dynamicznym.

Słowo „starość” obecnie używane jest z wyjątkową ostrożnością. Skojarzenia związane z tym, co stare nie zawsze są optymistyczne (Fabiś, 2017). Starość „bowiem to nie tylko to, co oczywiste, namacalne, zweryfikowane empirycznie, zobrazowane wskaźnikami liczbowymi, lecz także to, co ulotne, trudne do wyrażenia i uchwycenia, zindywidualizowane. Starość jest zjawiskiem biologicznym i społeczno-kulturowym, ale jest również jednostkowym losem ludzkim” (Dubas, 2016, s.16).

Proces starzenia się jest celowy i naturalny. Jest to więc proces zachodzący w życiu każdego człowieka. Proces ten jest wielopłaszczyznowy i dotyczy się kilku sfer życia człowieka, m.in.: sfery społecznej, biologicznej oraz psychologicznej. Zmiany, które zachodzą w jednej sferze, mają także wpływ na pozostałe, dlatego powinno rozpatrywać się je całościowo. Przygotowanie do starości jest procesem długotrwałym i wieloaspektowym. Mieści się w procesie wychowania analizowanego z perspektywy wychowania do starości i wychowania w starości, albo stosując inną terminologię – edukacji do starości i edukacji w starości. Jest procesem, trwającym całe życie, ponieważ człowiek uczestniczy w wychowaniu siebie oraz innych, w każdym momencie swojego życia. Zadaniem wychowania jest stwarzanie szans rozwojowych. Jest ono działaniem świadomym, ukierunkowanym na cel. Proces autoedukacji nabiera większego znaczenia dla ludzi dojrzałych. Osoby starsze pełnią istotną rolę w przygotowaniu młodych osób do starości, ponieważ poprzez kontakty z seniorami poznają prawdziwy obraz

starości. Mają możliwość zderzenia się z wizją własnej starości oraz przemijania, ale także doświadczają emocji, które w przypadku ograniczonych kontaktów z osobami starszymi nie mieliby okazji przeżywać. Jest to uczenie się ze starości (Fabiś, 2015).

Starość jest więc naturalnym następstwem długiego życia, zdaniem Zofii Szaroty (2013a), powinno się ją zaakceptować ze spokojem i godnością. Jest ona również wynikiem dawniejszych doświadczeń, wartości i postaw. Nie istnieje jeden uniwersalny wzór starości, ludzie starzeją się, tak jak żyli. Jednakowoż granice starości są umowne i stanowią jedynie pewien punkt odniesienia pomocny z perspektywy polityki społecznej, pracy socjalnej czy nauki.

Mądrość osób starszych

Mądrość jest „oparta na ukrytej wiedzy, a przez to wymaga wyjątkowej wrażliwości na niejawne wskazówki kontekstowe” (Reznitskaya, Sternberg 2007, s. 141). A.A. Zych (2019) proponuje rozumienie mądrości życiowej jako znajomość podstawowych oraz praktycznych umiejętności życiowych, a także zdolność do ujmowania oraz wygłaszania sądów na temat istotnych problemów życiowych. Podstawą jej jest wieloletnie doświadczenie, czyli zbiór wiedzy zdobytej na przestrzeni lat. Natomiast według Erika H. Eriksona (2012) mądrość składa się z kilku zdolności, między innymi: słuchania, słyszenia oraz pamiętania, ale także widzenia, patrzenia i zapamiętywania. Ponadto, mądrość jest ważnym elementem starości, obok integralności oraz generatywności, które stanowią rezultaty pozytywnie rozwiązywanych kryzysów rozwojowych dorosłego życia - zgodnie z koncepcją rozwoju psychospołecznego.

W literaturze wyróżnia się trzy podejścia do omawianego zjawiska. Pierwsze z nich ujmuje mądrość jako aspekt rozwoju osobowości w wieku dorosłym, gdzie dorośli wychodzą poza egocentryczną perspektywę, zmierzając ku generatywności oraz integracji. Druga z kolei traktuje mądrość jako poziom postformalnego myślenia dialektycznego, gdzie następuje integracja różnych rodzajów wiedzy, odmiennych punktów widzenia oraz trzech systemów psychicznych: poznania, emocji oraz motywacji. Trzecia ukazuje mądrość jako rozwiniętą formę inteligencji, a zwłaszcza eksperckich komponentów poznawczo-emocjonalnych (za: Oleś 2015).

Paul Baltes wyróżnia komponenty, które przypisywane są osobom uznawanym za mądre. Pokazuje, że mądrość jest połączeniem wiedzy i charakteru, a także umysłu oraz cnoty, która łączy się z równowagą i umiarkowaniem. Mądrość odnosi się do problemów sensu i ukierunkowania życia. Obejmuje ona świadomość ograniczeń wiedzy i niepewności świata. Z łatwością można ją rozpoznać, jednak osiągnięcie jej nie jest proste. Wymaga od człowieka wysiłku i wkładu pracy. Osoba mądra wyróżnia się nadzwyczajną wiedzą, inni ludzie chętnie korzystają z jej osądów oraz porad, aby wspomagać rozwój indywidualny oraz społeczny człowieka (za: Oleś, 2015).

Potencjał osób starszych jest ogromny. Osoby te posiadają dużą wiedzę oraz doświadczenie życiowe. Renata Konieczna-Woźniak w swoich badaniach spróbowała odpowiedzieć na pytania: czy mądrość ludzi starszych może być źródłem praktycznej

wiedzy przydatnej młodszemu pokoleniom? O co młodzi powinni zadbać, aby cieszyć się udaną starością? Osoby biorące udział w badaniu uważają, że do dobrej starości prowadzą:

- Dbanie o zdrowie – przez całe życie, poprzez aktywność fizyczną, higienę, prawidłowe i zdrowe odżywianie, ruch, a także zmniejszenie ilości spędzanego czasu przed komputerem.

- Optymizm, nadzieja i pogoda ducha – pozytywne nastawienie do życia, uśmiechanie się, umiejętność śmiania się z siebie.

- Rodzina – założenie własnej rodziny i dbanie o nią. Rodzina jest źródłem pomocy i wsparcia w starości.

- Relacje interpersonalne – osoby badane uważały, że młodzi ludzie powinni więcej czasu przeznaczyć na spotkania z innymi ludźmi niż spędzać go w pracy czy też przed komputerem.

- Praca – wykonywanie satysfakcjonującej pracy. Ten aspekt zaakcentowany był głównie przez mężczyzn.

- Zainteresowania – kontynuowanie i pielęgnowanie swoich pasji.

- Wykształcenie – osoby starsze podkreślały, że obecnie ludzie młodzi mają większe możliwości w zakresie edukacji i dostrzegały w edukacji szansę na lepsze życie.

- Akceptacja upływającego czasu – zaakceptowanie upływu czasu ma wpływ na zadowolenie ludzi.

- Wiara – religia i wiara pomagają przetrwać trudne momenty w życiu.

- Miłość – w życiu ważne jest, żeby mieć ukochaną osobę, żeby kochać i być kochanym, ponieważ daje to poczucie spełnienia i satysfakcji.

- Działanie zgodne z sumieniem – postępowanie w zgodzie z samym sobą pomaga osiągnąć lepszą starość.

- Odwaga, honor, opanowanie – umiejętność wychodzenia z opresji, wolniejsze tempo, spokój ducha, niezamartwianie się wszystkim, gdyż życie szybko przemija.

- Przebaczenie – umiejętność wybaczenia nie tylko innym osobom, ale także sobie samemu, pozwala to osiągnąć spokój oraz radość życia.

- Zabezpieczenie finansowe – seniorzy sugerowali, aby młode osoby gromadziły oszczędności na przyszłość, bo pozwala to na większe poczucie bezpieczeństwa.

- Inne – cierpliwość, patriotyzm, koncentrowanie się na teraźniejszości, konsekwencja oraz szacunek dla innych (Konieczna-Woźniak, 2015, s. 57–61).

Rady te pochodzą od specjalistów życia, czyli seniorów. Osoby starsze posiadają ogromną wiedzę oraz bagaż doświadczeń życiowych, które mogą być cenne dla młodych ludzi. Także mogą udzielać wielu wartościowych wskazówek dotyczących życia.

Ponadto, Z. Szarota (2013a) uważa, że osoby starsze, dzięki mądrości życiowej oraz bagażu doświadczeń życiowych, mogą przekazywać osobom młodym, a także rówieśnikom konkretne i oczekiwane wzory życia, wartości oraz normy. Możliwość kontaktu z seniorami gwarantuje młodszemu pokoleniom zdobywanie ważnych umiejętności i kompetencji. Międzygeneracyjne kontakty umożliwiają tworzenie społecznych

zasobów, jakie posiada jednostka. Ponadto umożliwiają rozwój kapitału społecznego konkretnych grup oraz społeczności (Danilewicz, 2009, s. 197–198). Transmisja wartości „ma istotne znaczenie dla ciągłości kultury narodu i dialogu pokoleń. Z kolei dialog pokoleń jest warunkiem wymiany wartości” (Szarota, 2013a).

Warto przytoczyć tutaj również badania Z. Szaroty (2019), w których zostały przedstawione dwie perspektywy dotyczące uczenia się od starszych. Badania zostały przeprowadzone na dzieciach w wieku szkolnym oraz seniorach. Według dzieci od seniorów można nauczyć się między innymi: kultury osobistej, mówienia, czytania i pisania. Można także nabyć umiejętność rozpoznawania oraz nazywania zwierząt, roślin oraz dni tygodnia i miesięcy, ale także umiejętność gotowania. Natomiast w opinii seniorów przede wszystkim można nauczyć się od nich: szacunku dla tradycji, innych osób, książki i pracy. Można także nauczyć się dobrych manier, dyscypliny, patriotyzmu, ale także oszczędności. Według seniorów można także od nich nabyć umiejętności praktyczne i umiejętności budowania prawidłowych relacji ze społeczeństwem.

Reasumując, mądrość ludzi starszych „odzwierciedla wszystkie komponenty mądrości: poznawcze, afektywne i motywacyjne oraz społeczne. W mądrość ludzi starszych wplata się praktyka, doświadczenie, refleksja, emocje i wielki trening społeczny prowadzony przez lata w różnych rolach i przestrzeniach społecznego funkcjonowania” (Konieczna-Woźniak, 2015, s. 61–62).

Uczenie się przez starość

Człowiek jest indywidualnym podmiotem. Jest jedyną, ale także wyjątkową jednostką, która posiada indywidualny system wartości, umiejętności, doświadczenia życiowe oraz przekonania. Szansą dla wartości, kultury, tradycji, społecznej pamięci grup, jednostek oraz narodów jest rola osób starszych jako edukatorów i mentorów młodych osób (Szarota, 2013a). Uczenie się jest naturalną aktywnością wpisaną w ludzkie życie. Może to być czynność krótkotrwała, pojedyncza, ale także zbiór czynności długotrwałych. Czynność tę można zaobserwować na podstawie zachodzących zmian, gdyż uczenie się jest procesem, w którym zdobycie doświadczeń odzwierciedlane jest zmianą zachowania.

Im człowiek dłużej żyje na świecie, tym większą posiada wiedzę na temat jego istnienia. W biegu życia oraz wyniku ciągłych doświadczeń „człowiek zmienia świat wartości i kształtuje go stopniowo poprzez podejmowanie decyzji, działań. Każde doświadczenie, napotkana osoba, splot okoliczności pozostawia swój ślad, który wyraża się w zinternalizowanych przekonaniach i postawach” (Szarota, 2013a, s. 44). Uczenie się „jest procesem całościowym i może występować zawsze, gdy podejmowany jest jakiś wysiłek myślowy, który w konsekwencji prowadzi do zmiany. Uczenie się dorosłych przybiera różne formy i nie musi być związane z intencjonalnym, tradycyjnym zdobywaniem wiedzy” (Fabiś, 2011, s. 141).

Zdaniem Anny Walczak człowiek uczy się „tego, czego jeszcze o sobie nie wiemy i/lub tego, co już wiemy, przy czym nie wiemy, że to wiemy, ponieważ wiedza ta jest dla nas w jakimś sensie zakryta” (Walczak, 2015, s. 106). Człowiek uczy się przez całe życie. Jest to naturalny proces. W ciągu swojego życia zbiera informacje o sobie, ale też innych. Zdobywa bagaż doświadczeń życiowych oraz tworzy biografię, z której drugi człowiek może wiele wynieść. Może dowiedzieć się jak postępować w danych sytuacjach lub też, w jaki sposób przygotować się do różnych sytuacji. Uczenie się od innych jest wartościowym elementem życia. Z. Szarota (2015) wyróżnia cztery obszary wychowawczo-edukacyjne dotyczące starości: edukację do starości, edukację dla starości, edukację w starości oraz edukację przez starość.

Uczenie się z doświadczeń, biografii innych

Uczenie się od Innego może mieć różne kierunki oraz postacie. W aspekcie czasowo-biograficznym przyjmuje dwa wymiary: uczenie się z doświadczeń oraz uczenie się z biografii Innego (Dubas, 2011). Tym Innym może być osoba starsza.

Uczenie się z doświadczeń innych osób jest uczeniem się w trakcie życia, które często jest przypadkowe i incydentalne. Jest uczeniem się z doświadczeń bezpośredniego – w trakcie bezpośredniego kontaktu danego podmiotu z Innym. Uczenie się z doświadczeń jest również uczeniem się we współdziałaniu, we współobecności oraz we współudziale w sytuacjach i zdarzeniach życiowych poprzez rozmowy, spotkania, obserwacje, dialog itp. Jest także uczeniem się w relacjach, gdzie powstają doświadczenia. Osoby starsze w ciągu swojego życia zdobywają potężną wiedzę i doświadczenie tworząc własne biografie (Dubas, 2011). Uczenie się z doświadczenia odbywa się w różnorodnych okolicznościach oraz w różnych okresach życia (Walulik CSFN, 2015).

Według Artura Fabisia (2011) doświadczenie jest wartością zdobywaną przez człowieka w trakcie całego życia. Doświadczeniem można się dzielić z innymi osobami – tak jak wartościami. Uczenie się z biografii innych to czerpanie z wiedzy, zrodzonej z doświadczenia. Doświadczenie życiowe to także „suma wiedzy i przeżyć wynikająca z pracy zawodowej, wykształcenia i osobistych doświadczeń jednostki zdobytych w ciągu życia. Inaczej mówiąc, jest to znajomość życia, wypływająca z obserwacji i przeżyć życiowych, która ma wpływ na mądrość człowieka, jego kompetencję biograficzną i umiejętność rozwiązywania problemów życiowych” (Zych, 2019, s. 46). Doświadczenia życiowe ludzi charakteryzują się dużym zróżnicowaniem i zmiennością. Są sumą przeżytych wydarzeń pozytywnych, ale także negatywnych, które mają wpływ na nasze postrzeganie świata oraz przekazywanie zdobytej wiedzy o świecie innym pokoleniom.

Uczenie się z biografii Innego „to uczenie się z przypominanych doświadczeń (a więc pośrednio), zawartych w pamięci biograficznej, w wyniku refleksji nad biografią Innego. Biografia ta może być opowiadana, czytana, oglądana itp., zawarta w pamiętnikach, autobiografiach, dziennikarskich wywiadach, w informacjach biograficznych publikowanych w mediach masowych, w tym np. w artykułach prasowych, audycjach

radiowych (...). Biografia zawiera doświadczenia pamiętane, wspomniane, możliwe do przypomnienia” (Dubas, 2011, s. 8). Uczenie się z biografii Innego ukazuje jego zakresy:

1. Uczenie się od właściciela nietypowej biografii. Biografia drugiego człowieka powinna nas zainteresować. Powinna być atrakcyjna oraz winna zaskakiwać innością doświadczeń, ich wyjątkowością lub też podobieństwem doświadczeń naszych oraz drugiej osoby.

2. Uczenie się z biografii osób dla nas znaczących np. dziadków, rodziców, edukatorów, mentorów, nauczycieli, autorytetów itp.

3. Uczenie się z biografii Innego podczas biograficznych zajęć edukacyjnych, które planowane są celowo, żeby włączyć biografie jako elementy edukacyjne w procesach wychowania, kształcenia, samowychowania oraz samokształcenia (Dubas, 2011).

Biografia Innego jest pewnego rodzaju opowieścią czy też historią, gdzie kreuje się i uzewnętrznia się sens treści. W jej treści ukazują się autor oraz aktor – osoba opowiadająca, ale także odbiorca, czyli osoba słuchająca informacji o postaci (Walczak, 2015). Uczenie się z biografii Innego zmusza do przemyśleń związanych z jego biografią oraz ustosunkowania jego doświadczeń do własnej wiedzy o życiu. Rozmyślanie nad biografią drugiej osoby wnosi nowe wartości w życie i zachowanie człowieka (Dubas, 2011).

Wyróżnia się szczególne sposoby poznawania oraz uczenia się z biografii Innych przy pomocy takich dokumentów, jak: dzienniki, zapiski, pamiętniki, listy oraz wywiady. Mają one znaczenie nie tylko poznawcze, ale także estetyczne (Fabiś, 2011, s. 141). A. Fabiś pisze o tym, czego uczą pamiętniki Innych na przykładzie „pamiętników Bergmanów”. Są to trzy dzienniki, z trzech źródeł, trzech uczestników traumatycznych przeżyć, które związane są z chorobą nowotworową. Dzięki nim można uczyć się szacunku, miłości i pokory. Może być to lekcja umierania, a także życia w żałobie oraz cierpieniu. Czytelnik tych dokumentów zdobywa wiedzę na temat możliwości radzenia sobie w trudnych sytuacjach życiowych. W pamiętniku opisane są postawy, refleksje oraz uczucia osób, które są połączone chorobą jednego z członków rodziny. Czytanie dzienników skłania do refleksji związanych z przemijaniem oraz zmusza czytelnika do refleksji nad własnym życiem. Ponadto, spełnia ważną rolę dydaktyczną, czyli upowszechnia niełatwą tematykę dotyczącą śmierci, umierania oraz cierpienia. Lektura dzienników pozwala zrozumieć drugą osobę. Jest to wartość niepowtarzalna. Zapiski pamiętnikarskie zapewniają naukę autentyczności, szczerości oraz bezpośredniości. Ponadto zapiski pozwalają zrozumieć siebie, mogą stać się swoistym oczyszczeniem – katharsis. Jest to lekcja o charakterze profilaktycznym, ale także przygotowującym do potencjalnych sytuacji życiowych. Na dodatek jest to ważna kwestia, ponieważ nie każdy człowiek jest przygotowany na sytuację, w której osoby z najbliższego otoczenia chorują na nieuleczalne choroby lub także może przygotowywać się na własną śmierć, czy też cierpienie. Zapisy w pamiętnikach mogą spełniać funkcję terapeutyczną dla osób piszących, ale także dla czytelników. Pisanie pamiętników przybiera formę terapii głównie w trudnych sytuacjach życiowych (Fabiś, 2011). Osoby starsze często zapisują swoje wydarzenia z życia. Historie pełne odwagi, smutku, szczęścia, cierpienia, żalu,

a nawet gniewu. W swoim życiu przeżyli wiele rozmaitych doświadczeń, świadczy to o tym, że mają szereg historii, które czekają na to, żeby zostały przekazane.

Uczenie się z biografii drugiej osoby może oznaczać przede wszystkim:

- zaspokojenie potrzeby tzw. gotowej wiedzy;
- niechęć do popełniania błędów;
- weryfikowanie swojego świata poprzez doświadczenia innych osób;
- kontrastowanie swojego własnego życia do innych;
- poszukiwanie cech wspólnych ludzkiego życia;
- odkrywanie sensu życia;
- poznawanie Innych;
- przezwyciężanie samotności;
- kreowanie własnej tożsamości na przykładzie Innych (Dubas, 2011).

Co więcej, uczenie się od Innych jest procesem powszechnym, bezpośrednio doświadczanym, uniwersalnym oraz obecnym w życiu każdego człowieka. Uczenie to szczególnie dotyczy się uczenia z doświadczenia (Dubas, 2011). Czytając biografie, „obcujemy z osobami, które odeszły. Otwieramy szuflady pamięci i odkurzamy wydarzenia historyczne. Tworzymy historyczną kanwę naszego życia (...). Dowiadujemy się o zwyczajach, o przeszłości od naocznych świadków. (...) Jest to swoiste zatrzymanie się, przystanek, zanurzenie się w przeszłość, w kulturę, swoista podróż w czasie (...)” (Czerniawska, 2015, s. 144). Dzięki czytaniu biografii innych można dowiedzieć się, co działo się w przeszłości, z jakimi sytuacjami zmagali się w swoim życiu.

Istotnym elementem uczenia się ze starości jest przekaz międzypokoleniowy, ponieważ odnosi się on do wartości dotyczących życia osób starszych, ich prawdziwości w nawiązywaniu oraz budowaniu relacji pomiędzy generacjami. Jest on uwarunkowany niekompatybilnością języka i specyfiką biografii ludzi starszych w konfrontacji z pokoleniem młodych osób, które jest mniej doświadczone życiem. Przekaz międzypokoleniowy nabiera większego znaczenia, w momencie, kiedy obie strony są otwarte na siebie. Osoby starsze, tworząc swój przekaz, kierują się chęcią dzielenia się z osobami młodymi swoimi osiągnięciami, doświadczeniami, które zdobyły w ciągu swojego życia, aby inni mogli uczyć się i korzystać z ich biografii (Fabiś, Wąsiński, Tomczyk, 2019). Natomiast Jacek Wódcz (2019) uważa, że komunikacja międzypokoleniowa częściowo utrzymuje swą aktualność w dwóch sferach. Pierwsza z nich odnosi się do kontaktów emocjonalnych, a także wspierania działań młodych. Autor zwraca uwagę, że coraz rzadziej stosowane są bezpośrednie sposoby przekazywania emocji. Druga sfera dotyczy się przekazu moralnego, który odbywa się w relacji międzypokoleniowej. Wyróżnia się pośredni i bezpośredni przekaz moralny. Pośredni może stać się efektywny wtedy, gdy płynąc od starszych, rozbudza i inspiruje do działania młodsze pokolenia. Przykładem na to mogą być akcje pomocowe np. Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy. Natomiast przekaz bezpośredni w postaci uczenia zasad moralnych okazuje się, że nie zawsze jest skuteczny, gdyż głównie bazuje na mocy autorytetu rodzica-nauczyciela. Treści dialogu międzypokoleniowego dotyczą wartości, natomiast dialog ten powinien służyć ocaleniu

tych wartości. Wyraża się on poprzez tworzenie i przyjmowanie akceptowanych postaw, opinii, nawyków i przekonań. Osoby, które są poprawnie przygotowane do własnej starości są aprobowanym wzorem dla młodszych generacji (Szarota, 2019). Istotne jest to, żeby w przekazie międzypokoleniowym szukać potwierdzenia informacji nabytych od dziadków czy rodziców, aby nie zniekształcać własnej perspektywy przeszłości (Wódz, 2019). Młode osoby powinny obserwować osoby starsze, aby odnaleźć utracone wartości, czyli spokój oraz siłę wynikające z dojrzałości (Szarota, 2019).

Ważnym elementem uczenia się ze starości jest organizowanie przestrzeni do spotkań międzypokoleniowych. Należy zaznaczyć, że istnieją różnorodne metody, formy oraz sposoby aktywizowania seniorów i młodzieży, np. projekty edukacyjne przygotowane oraz realizowane przez szkołę. Głównym obszarem wzajemnego kontaktu i relacji jest przestrzeń międzypokoleniowa, gdzie zachodzi dialog między generacjami. Stwarzanie możliwości do bezpośrednich kontaktów, ale także ich podtrzymywanie są pozytywne, gdyż zachodzi w nich przełamywanie barier relacyjnych oraz powodują one tworzenie się społeczeństwa uczestniczącego, pozbawionego uprzedzeń. Relacje międzypokoleniowe umożliwiają samopoznanie, własny rozwój oraz autorefleksję. Interesującą propozycją włączenia młodych do współdziałania z osobami starszymi jest metoda organizacji projektów edukacyjnych. Projekty te realizowane są zazwyczaj w ramach lekcji wychowawczych, stosując tok działania zamiast podającego. Dzięki tej metodzie w relacjach międzypokoleniowych ma miejsce autentyczna szkoła wzajemnej edukacji do, w, przez oraz dla starości. Edukacja do starości umożliwia młodym osobom przygotować się do okresu starości, czyli tego, który przeżywają i doświadczają ich dziadkowie. Z kolei edukacja w starości głównie skierowana jest do uczących się ludzi starszych. Natomiast edukacja dla starości może doprowadzić do uwrażliwienia młodzieży na potrzeby seniorów oraz dostrzeżenia braków kadrowych specjalistów, ale także może stanowić początek udzielania pomocy względem osób starszych np. o charakterze wolontariackim. W edukacji przez starość zarówno młodzi oraz starsi uczą się dialogu, wymieniają się spostrzeżeniami, refleksjami i oczekiwaniami, ale także transmitują wartości – zachodzi tu autentyczna wymiana oraz realne poznanie siebie (Biela, 2019). Uniwersytety trzeciego wieku także mogłyby podjąć różnorodne działania w ramach współpracy międzypokoleniowej. Przede wszystkim mogłyby objąć swoim patronatem wybrane szkoły dla dzieci i młodzieży, ale także inne organizacje. Członkowie uniwersytetów trzeciego wieku mogłyby przygotować i prowadzić różnorodne zajęcia dla dzieci i młodzieży np. artystyczne, poznawcze oraz sportowe. Seniorzy zostaliby odpowiednio przygotowani merytorycznie i praktycznie do realizowania takich zajęć poprzez udział w wykładach prowadzonych przez doświadczonych pedagogów-wychowawców oraz oświatowców. Także mogłyby brać udział w pogadankach oraz dyskusjach na temat metodyki zajęć wychowawczych, a także sposobów radzenia sobie z potencjalnymi trudnościami w trakcie zajęć. Zajęcia te winny umożliwiać zaprezentowanie swoich doświadczeń wychowawczych. Zaangażowanie seniorów w działania edukacyjne i wychowawcze dla dzieci i młodzieży pełni

kilka funkcji. Pierwsza z nich to funkcja podmiotowa. Seniorzy dostają możliwość wykazania się swoimi umiejętnościami organizacyjnymi, ale nie tylko. Po wykonaniu zadań społecznych czują się usatysfakcjonowani. Zajęcia dla młodych prowadzone przez osoby starsze przyczyniają się do odpowiedniego funkcjonowania emocjonalnego i społecznego. Wymienione działania mogą także pełnić funkcje ćwiczeniowe, dydaktyczne oraz doskonalące. Aktywności te są formą rozwoju, kształcenia, a także kreowania osobowości (Aleksander, 2019).

Osoby starsze to skarbnica wiedzy na różne tematy. Warto doceniać ich wiedzę i doświadczenia, ponieważ czerpiąc z ich przeżyć, można się wiele nauczyć. Uczenie się z doświadczenia seniorów może pomóc w uniknięciu błędów życiowych.

Zakończenie

Wychowanie przez starość „skupia dwa podmioty: seniora i osoby z jego otoczenia. Dotyczy osób egzystujących w otoczeniu człowieka starszego. Osoba starsza dzięki bogactwu doświadczeń, mądrości życiowej, przekazuje młodszym pokoleniom oraz rówieśnikom określone i pożądane z perspektywy wychowawczej wartości, normy, wzory życia. Należy podkreślić, że bez wychowania do starości i w starości niemożliwe jest wychowanie przez starość” (Szarota, 2013a, s. 44).

Istotnym aspektem jest to, jak wiele do zaoferowania mają osoby starsze. Można się od nich dużo nauczyć oraz dowiedzieć. Przykładem uczenia się od rodziny może być nauka praktycznych czynności, które można wykorzystać w życiu codziennym, np. prowadzenie gospodarstwa domowego, majsterkowanie itp. W pracy młodzi ludzie mogą czerpać z doświadczenia starszych kolegów, którzy chętnie dzielą się z nimi cennymi wskazówkami, a także udzielają rad. Powinno się szanować mądrość płynącą z ich doświadczenia, ale też biegu czasu. Osoby starsze były w tym samym miejscu, w którym my jesteśmy teraz. W swoim życiu doświadczali dobrych oraz złych emocji i uczuć. Odczuwali radość, szczęście, ale także złość, lęk, strach, odnosili sukcesy, a także popełniali błędy. Przeżywali wzloty i upadki w swoim życiu, które w pewien sposób ich ukształtowały. Wszystkie te informacje są bardzo cenne i wartościowe. Dzięki zapiskom w pamiętnikach, dziennikach lub innych dokumentach można zrozumieć ich historię życia. Osoby te są autentyczne, szczerze oraz bezpośrednie. Można uczyć się poprzez ich doświadczenia życiowe oraz biografie. Uczenie się z doświadczenia seniorów może pomóc uchronić przed popełnieniem błędów życiowych, dlatego ważna jest edukacja międzypokoleniowa.

Na potwierdzenie tezy, że mądrość ludzi starszych może być źródłem praktycznej wiedzy przydatnej młodszym pokoleniom zostaną przytoczone jeszcze badania Anny Zawady (2019), z których wynika, że 86,6% studentek docenia mądrość życiową swoich dziadków. Natomiast tylko 13,4% uważa, że nie mają takiej potrzeby, żeby dziadkowie przekazywali im jakieś wartości, rady oraz umiejętności. Osoby badane chciałyby nauczyć się od swoich dziadków przede wszystkim: cierpliwości, wyrozumiałości,

wytrwałości w swoich postanowieniach, pracowitości, bycia spokojną osobą, tzw. mądrości życiowej oraz praktycznych umiejętności np. gotowanie, pieczenie, jazda na rowerze. Jeżeli chodzi o cechy to wymienione zostały takie jak: pokora, tolerancja, odwaga, empatia, praworządność i inne. Co więcej, okazało się, że 86,6% respondentek uważa, że już się czegoś nauczyło od swojej babci lub dziadka, a tylko 13,4% stwierdziło, że nie nabyło żadnych kompetencji od swoich dziadków.

Istotne jest także to, żeby zostały stworzone warunki do nawiązywania kontaktów interpersonalnych oraz współpracy międzypokoleniowej, która będzie owocna dla każdej ze stron. Ważne jest to, aby pokazać, że osoby starsze są wartościowe i mogą wiele przekazać. Mogą być w pewnym sensie przewodnikami. Dlatego tak ważne jest organizowanie w szkołach podstawowych, czy też średnich zajęć edukacyjnych dotyczących starości, starzenia się, uczenia się ze starości oraz spotkań z seniorami np. podczas lekcji wychowawczych.

Podsumowując, warto korzystać z wiedzy i doświadczeń starszych ludzi, ponieważ można nauczyć się od nich między innymi: szacunku do otaczającego świata, cierpliwości, poszanowania wartości i rodziny. Ponadto, można nauczyć się pokory, pracowitości, wiary, szacunku dla innych ludzi, odpowiedzialności, ale także można nabyć od nich wiele umiejętności praktycznych.

Bibliografia

- Aleksander, T. (2019). Możliwość angażowania słuchaczy uniwersytety trzeciego wieku w współpracę międzypokoleniową. W: A. Łacina-Łanowski, A. Fabiś (red.), *Dialog międzypokoleniowy*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Biela, A. (2019). Szkoła jako miejsce międzypokoleniowego towarzyszenia w drodze na przykładzie szkolnego interdyscyplinarnego projektu edukacyjnego. W: A. Łacina-Łanowski, A. Fabiś (red.), *Dialog międzypokoleniowy*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Czerniawska, O. (2015). Dlaczego czytam biografie? W: E. Dubas, J. Stelmaszczyk (red.), *Biografie i uczenie się*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Danilewicz, W. (2009). Rodzina wśród ponowoczesnych dylematów. W: W. Danilewicz (red.), *Oblicza współczesności w perspektywie pedagogiki społecznej*. Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- Dubas, E. (2011). „Uczenie się z biografii Innych” - wprowadzenie. W: E. Dubas, W. Świtalski, *Uczenie się z biografii Innych. Biografia i badanie biografii*. T. 2. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Dubas, E. (2016). Refleksje nad starością. Obiektywny i subiektywny wymiar starości - wprowadzenie w debatę. W: E. Dubas, M. Muszyński (red.), *Obiektywny i subiektywny wymiar starości. Refleksje nad starością*. T. 1. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Erikson, E. H. (2012). *Dopełniony cykl życia*. Gliwice: Wydawnictwo Helion.
- Fabiś, A. (2011). Uczyć się z biografii Innego. Na przykładzie „Trzech Dzienników zestawionych przez Marię von Rosen i Ingamara Bergmana”. W: E. Dubas, W. Świtalski, *Uczenie się z biografii Innych. Biografia i badanie biografii*. T. 2. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

- Fabiś, A. (2015). Starość jako zadanie rozwojowe. W: A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, A. Chabior, *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Fabiś, A. (2017). Starość oczekiwana. *Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej – Polish Social Gerontology Journal*, 2(14).
- Fabiś, A., Wąsiński, A., Tomczyk, Ł. (2019). Egzystencjalna perspektywa refleksji biograficznej w narracyjnym przekazie międzypokoleniowym. W: A. Łacina-Łanowski, A. Fabiś (red.), *Dialog międzypokoleniowy*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Kawula, S. (2009). Pedagogika społeczna wobec problemów człowieka starego. W: S. Kawula (red.), *Pedagogika społeczna. Dokonania – aktualność – perspektywy. Podręcznik akademicki dla pedagogów*. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.
- Konieczna-Woźniak, R. (2015). Aktualne/zapomniane tematy gerontologii – mądrość ludzi starszych i jej rola w życiu ludzi młodych. *Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej – Polish Social Gerontology Journal*, 1(9).
- Kunzmann, U. (2007). Różne podejścia do dobrego życia: emocjonalno-motywacyjny wymiar mądrości. W: P. Alex Linley, S. Joseph (red.), *Psychologia pozytywna w praktyce*, J. Czapiński (red.) wydania polskiego. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Mead, M. (2000). *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*, przeł. J. Hołówna. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Oleś, P.K. (2015). *Psychologia człowieka dorosłego. Ciągłość – zmiana – integracja*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Reznitskaya, A., Sternberg, R. J. (2007). Jak nauczyć podopiecznych mądrego myślenia: program „Edukacja dla mądrości”. W: P. Alex Linley, S. Joseph (red.), *Psychologia pozytywna w praktyce*, J. Czapiński wydania polskiego. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Szarota, Z. (2015). Uczenie się starości. *Edukacja Dorosłych*, 1: 22–35.
- Szarota, Z. (2013a). Wartości służące pomyślnemu starzeniu się. W: I. Adamek, Z. Szarota, E. Żmijewska (red.), *Wartości w teorii i praktyce edukacyjnej*. Kraków: Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego.
- Szarota, Z. (2013b). Społeczno-demograficzne aspekty starzenia się społeczeństwa. W: R.J. Kijak, Z. Szarota, *Starość. Między diagnozą a działaniem*. Warszawa: Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich.
- Szarota, Z. (2019). Wspólnota wartości w dialogu pokoleń – refleksja pedagogiczna. W: A. Łacina-Łanowski, A. Fabiś (red.), *Dialog międzypokoleniowy*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Walczak, A. (2015). Czego można nauczyć się z biografii innych? Przykład Edith Piaf – istoty dramatycznej porwanej namiętnością. W: E. Dubas, J. Stelmaszczyk (red.), *Biografie i uczenie się*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Waligórska, M., Kostrzewa, Z., Potyra, M., Rutkowska, L. (2014). *Prognoza ludności na lata 2014–2050*. Warszawa: Zakład Wydawnictw Statystycznych. Pobrane z: <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/prognoza-ludnosc/prognoza-ludnosc-na-lata-2014-2050-opracowana-2014-r-,1,5.html> (dostęp: 18.01.2021).
- Walulik CSFN, A. (2015). Całozyciowe uczenie się w autobiograficznej refleksji studentów. W: E. Dubas, J. Stelmaszczyk (red.), *Biografie i uczenie się*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

- Wądołowska, K. (2009). *Polacy wobec ludzi starszych i własnej starości*. Warszawa: Centrum Badań Opinii Społecznej. Pobrane z: http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2009/K_157_09.PDF (dostęp: 18.04.2021).
- Wolska-Długosz, M. (2012). Rola autorytetu w życiu gimnazjalisty. *Studia Pedagogiczne. Problemy Społeczne, Edukacyjne i Artystyczne*, 21: 145–162. Pobrane z: http://bazhum.muzhp.pl/media/files/Studia_Pedagogiczne_Problemy_Spoleczne_Edukacyjne_i_Artystyczne/Studia_Pedagogiczne_Problemy_Spoleczne_Edukacyjne_i_Artystyczne-r2012-t21/Studia_Pedagogiczne_Problemy_Spoleczne_Edukacyjne_i_Artystyczne-r2012-t21-s145162/Studia_Pedagogiczne_Problemy_Spoleczne_Edukacyjne_i_Artystyczne-r2012-t21-s145-162.pdf (dostęp: 09.03.2021).
- Wódz, J. (2019). Pokolenie. Komunikacja międzypokoleniowa. Kilka refleksji socjologa. W: A. Łacina-Łanowski, A. Fabiś (red.), *Dialog międzypokoleniowy*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Zawada, A. (2019). Komunikacja międzypokoleniowa dziadkowie – wnuki a nabywanie określonych kompetencji kluczowych Na podstawie badań empirycznych. W: A. Łacina-Łanowski, A. Fabiś (red.), *Dialog międzypokoleniowy*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.
- Zych, A.A. (2019). *Leksykon gerontologii*. Kraków: Oficyna Wydawnicza „Impuls”.