

Norbert G. Piłkuła  
Sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă.  
Inspirații pentru instruirea oamenilor la bătrânețe

(Trad. din poloneză și prefața de dr. Valentin Constantinov)

Chișinău

2017

Lucrare recomandată spre publicare prin hotărârea Senatului Universității de Stat din Tiraspol cu sediul la Chișinău conform procesului verbal Nr.8 în ședința din 21.03.2017

Recenzenți:

Conf. univ. dr. Ștefan Levița Universitatea de Stat din Tiraspol cu sediul la Chișinău

Conf. univ. dr. Sergiu Tabuncic Institutul de Istorie al Academiei de Științe a Moldovei

Sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă. Inspirații pentru instruirea oamenilor la bătrânețe / Norbert G. Pikuła ; trad. din pol. și pref. de Valentin Constantinov. – Chișinău : S. n., 2017 (Tipografia UST). – 222 p.

Bibliogr.: p. 198-220. – Referințe bibliogr. în subsol. – 50 ex.

ISBN 978-9975-76-193-2.

364.44-053.9

P 65

## Prefață

Lucrarea domnului Norbert Piłkuła, Directorul Institutului de Asistență Socială a Universității Pedagogice din Cracovia, dedicată problemei căutării sensului vieții la persoanele în vârstă este una de mare actualitate. Atât din punctul de vedere al abordării problemei în sine – cea a îmbătrânirii populației, cât și din punctul de vedere al raportării acestor probleme la cele legate de evoluția societății, organizarea societății și relațiile din cadrul societății dintre diferite generații, alegerea binevolă a unor atitudini față de viață pe care societatea umană le consideră de cuviință să le accepte ca model de comportament și să-l primească drept sistem social reflectă o realitate pe care societatea umană le trece la etapa actuală. Procesul de îmbătrânire a populației de pe continentul european, valabil și în cadrul societății noastre, schimbarea sistemelor de asistență socială și medicală au produs un efect foarte important care necesită o nouă abordare conceptuală a societății moderne. Pentru ca societatea umană să se dezolte organic într-o societate umană este nevoie de o anumită pregătire atât intelectuală cât și economică sau socială. Iată de ce problema atitudinii față de îmbătrânire, dar și de instruire în perioada bătrâneții este o chestiune care trebuie abordată cu toată seriozitatea.

În mediul social polonez problema îmbătrânirii poartă un caracter neuniform. La etapa actuală, discuția se poartă pe segmentul întreprinderii de măsuri și de stabilire a priorităților față de persoanele care îmbătrânesc și care au rămas fără îngrijirea celor apropiați din cauza emigrării persoanelor apropiate, care normal ele până nu demult se ocupau de tutelarea bătrânilor în sânul familiei. Totodată schimbările sociale produse, procesul de îmbătrânire a populației necesită schimbarea atitudinii și găsirea soluțiilor pentru ca bătrânii să petreacă ultima parte a vieții lor în liniște și cu conștiința împăcată. În lucrarea sunt abordate de altfel așa teme ca: bătrânețea, căutarea sensului vieții, instruirea la bătrânețe, organizarea și administrarea mai multor instituții în care bătrânii să poată petrece timpul liber, cum ar fi universitățile de vârstă a treia sau cluburile seniorilor.

Acestea, autorul destul de convingător arată necesitatea implementării politicilor de asistență într-un regim democratic față de persoanele în vârstă și de căutare a soluțiilor pentru ca ultima etapă din viața lor să treacă mai ușor.

Realitățile poloneze sunt foarte apropiate de cele din țara noastră. Iar dacă Polonia a reușit să depășească multe dintre problemele cu care se confrunta atunci

Republica Moldova de abia urmează să le cunoască. Iată de ce familiarizarea cu experiența poloneză și cea a emigranților polonezi din Canada este una dintre modalitățile care ar ajuta și societatea moldovenească să facă față acelor provocări prin care trece. Toate acestea ne fac să recomandăm lucrarea domnului Norbert Pikuła tuturor celor interesați de schimbările produse în ultima perioadă în societatea europeană, dar prin extensie și regăsirea aceluiași caracteristici și pentru societatea noastră.

Dr. Valentin Constantinov

## Introducere

Secolul al XXI-lea este determinat din ce în ce mai mult de schimbări accelerate social-culturale. Schimbările se produc la nivel macro și microsocioal. Realitatea care îl înconjoară pe omul modern poartă cu sine de asemenea niște posibilități nelimitate și șanse pentru dezvoltare, dar și amenințări pentru sferele esențiale ale vieții individului și a grupurilor sociale. Schimbările în dimensiunea personală implică transformarea în întreaga structură socială. La canonul transformărilor celor mai esențiale, și împreună cu ele a provocărilor actuale se înscrie și procesul îmbătrânirii societăților. Se poate spune că analogic pentru determinarea secolului al XX-lea ca „secol al copilului”, secolul al XXI-lea poate fi numit „secol al bătrâneții” (Zych, 2010, p.171). Aceasta este efectul creșterii importante al persoanelor în vârstă, a căror număr crește de pe an pe an. De 25 de ani în Polonia se poate constata că pe lângă schimbările politice, culturale, sociale, economice se observă încetinirea creșterii demografice. Aceasta își găsește reflectarea în structura seculară a Poloniei, în special în micșorarea fertilității prin creșterea procentului persoanelor în vârstă și prin creșterea duratei vieții. Din cercetările realizate de GUS (2014) rezultă că din 1990 în Polonia este vizibilă creșterea numărului persoanelor de după 65 de ani în structura generală a populației. Acel număr s-a mărit succesiv, ca în 2013 să poată ajunge la 5,7 milioane. În 1989, procentual persoanele cu vârsta de 65 de ani și mai mult era de 10 %, pe durata a 24 de ani (până la sfârșitul anului 2013) procentul s-a mărit până la 14,7% (GUS, 2014).

Referindu-ne la datele de mai sus se poate spune că creșterea duratei de viață a devenit o realitate și constituirea polimorfiei în grupul persoanelor în vârstă. Grupul oamenilor în vârstă care se află în creștere nu este uniform. La răscrucea anilor a crescut durata vieții și de asemeneaa crescut procentul oamenilor care au depășit vârsta de 80 de ani. Din datele demografice rezultă că în rândul seniorilor cea mai mare creștere au înregistrat persoanele cu vârsta mai mare de 80 de ani. Acel număr a crescut de două ori din 1989 și în 2013 a ajuns la 1483 de persoane. Schimbările în subpopulații se vor produce până în anul 2025. Până atunci va crește numărul „cele mai mici grupe a persoanelor în vârstă” (65-79 de ani), în schimb, se va micșora numărul persoanelor de 80 de ani, născuți în anii 1934-1945. Pe lângă mortalitatea persoanelor de 80 de ani numeric grupul se va afla în creștere, deoarece acea vârstă va fi depășită de persoane născute în perioada postbelică. Într-adevăr, peste 59 de mii care în anul 2013 aveau 80 de ani vor depăși vârsta de 100 de ani (GUS, 2014). Schimbările demografice au dus la situația în care în Polonia chiar și în cazul creșterii numărului nașterilor nu va fi asigurat schimbul de generații (GUS, 2014). Așa cum prevăd demografii, procesul creșterii duratei vieții va continua și în anul 2050 vârsta medie a bărbaților va constitui 81,1 ani. Asta

înseamnă că el va crește cu aproape 9 ani în comparație cu anul 2013, în schimb femeile statistic vor ajunge până la 87,5 ani.

Prognozele demografilor afirmă cercetătorii în domeniul științelor sociale, atât teoreticienii, cât și practicienii că esențial este punerea în discuție a chestiunii îmbătrânirii societății ca o provocare pentru individualitate, grup și a întregii societăți. Acum foarte des fenomenul îmbătrânirii sau a oamenilor bătrâni este apreciat prin prisma productivității și a amenințărilor economice. Creșterea vârstei de pensionare în Polonia, la fel ca și în majoritatea țărilor europene, a avut ca scop creșterea mobilității pe piața muncii a persoanelor care au depășit vârsta de 60 de ani precum și „corectarea” bugetului statului. Așa cum arată datele există probabilitatea ca în viitor majoritatea lucrătoare va întreține majoritatea nemuncitoare.

Conceptualizarea bătrâneții doar prin prisma economică arată că persoanelor în vârstă le este foarte greu într-o societate „schimbărilor netede” într-o „cultură imediată” devenită din ce în ce mai generalizată, care generează temeri și spaimă față de nou, schimbător și imprevizibil. Trendul cultural dominant bazat pe „viața aici și acum”, foarte repede, fără considerații și reflecții nu sunt o realitate plăcută pentru grupul cel mai în vârstă. Nu mai puțin însă, pe lângă numeroase neplăceri persoanele în vârstă se străduie să-și administreze propriul teren pentru activitate (fizică sau socială), prezentând atitudini pozitive față de bătrânețe și accentuând că bătrânețea este o perioadă naturală și următoare în dezvoltarea omului în care se poate simți, lucra, activa, dezvolta pasiuni și interese, tinde spre propria dezvoltare. Firește că bătrânețea activă este condiționată de numeroși factori, între care cele mai esențiale o reprezintă starea de sănătate, calitatea și modul de viață anterioară, balanța anilor trecuți, susținerea socială, relațiile cu familia și mediul, nivelul și gama liniștii necesităților de nivel superior. Atitudinea bătrânilor față de etapa finală într-o măsură însemnată depind de viața de până atunci, precum și de sentimentul sensului vieții și morții. Totuși percepția persoanei în vârstă doar în categorii economice este imorală, distorsionează imaginea bătrâneții și sărăcește posibilitățile, potențialul celor mai în vârstă membri ai grupului social, micșorând astfel valoarea vieții ei.

Viața persoanei în vârstă este tot atât de prețioasă și valoroasă ca și a fiecărui altui, inclusiv mai tinere. Micșorarea valorii ei poate duce la convingerea (inclusiv a opiniei sociale), că viața după atingerea vârstei de pensionare nu are un alt sens decât „lupta pentru supraviețuire” sau vegetarea în așteptarea sfârșitului. De aceea, ca să se schimbe imaginea bătrâneții, a modului de prezentare a ei în mass media, a prejudecăților mediatică, pedagogii, sociologii tind în cercetările sale și în activitățile practice spre schimbarea din partea societății a percepției față de bătrânețe. Ei arată imaginea optimistă a vârstei înaintate, reprezintă aspectele

pozitive ale acestei faze a vieții împreună cu întreaga bogăție a experienței și a realizărilor omului. În schimbarea chipului bătrâneții din negativ în pozitiv se înscrie de asemenea problematica abordării în prezenta publicație a sentimentului sensului vieții a persoanelor în vârstă. Conform opiniei lui Kazimir Obuchowski (1972) necesitatea sensului vieții, la fel ca și contactul emoțional sau cognitiv este o necesitate de bază a omului la fel și la o vârstă înaintată. Viața omului are sens atunci când se realizează scopuri înalte, valori și se resimte controlul asupra desfășurării lor. Józef Maria Bocheński accentuează că viața omului „are sens acolo și doar atunci când ori există scopul, spre care el în acea clipă tinde, sau el utilizează acea clipă (afirmarea 5)” (Bocheński, 1993, p.13). Sentimentul sensului îndeamnă indivizii spre reallizarea unor fapte și intenții concrete. Fără a lua în calcul vârsta omului sentimentul sensului devine o putere călăuzitoare a vieții, permite să-și descopere permanent noul și să se tindă spre o perfecționare proprie, a dezvoltării personale, a realizării visurilor și a planurilor de viață, intențiilor.

„Sensul vieții” este înțeles cel mai des ca o putere corespunzătoare pentru eforturile ulterioare ale individului, a cărei scop constă în continuarea existenței personale și a tendinței pentru completarea ei. Pe lângă faptul că este o puterea creativă care este indispensabilă existenței umane și nu este o umplutură a ei. Cuprinsul existenței umane se arată a fi mai bogat și mai larg. Este legat de totalitatea gândirii umane, de convingerile lui, și de asemenea de accesibilitatea mijloacelor care mențin existența. Sensul vieții stă la baza deciziilor și acțiunilor. Suicidologia ca o știință care se ocupă de cercetarea cauzelor acțiunilor suicidale vede un element fundamental în astfel de acțiuni la oamenii la care lipsește sensul vieții, iar între ei numărându-se și oamenii în vârstă. De aici, atenția asupra sentimentului sensului vieții a persoanelor în vârstă se arată foarte importantă.

Sensul vieții a oamenilor (nu numai a celor în vârstă) este condiționat de multe experiențe personale și predispoziții. Se poate spune de asemenea că într-un fel sensul vieții este înțeles de persoanele care cred și care de-a lungul întregii vieți au crezut în Dumnezeu, căutau în El scopul și căutau în el scopul și indicații asupra faptelor, și altfel persoanele pentru care indicatorul era reprezentat de avansul social, bunăstarea materială sau alte motive. Față de această chestiune este importantă indiciul ce condiționează sensul vieții. Între mai mulți factori care decid asupra lui se pot evidenția schimbarea socială, nivelul de viață, necesitățile persoanelor în vârstă, sau singurătatea. Esența acestor factori este expusă în partea teoretică.

Însăși conceptul sensului vieții nu este omogen, iar categoria științifică se înscrie în câmpul cercetărilor mai multor științe. Atât pedagogii, psihologii, sociologii, teologii abordează chestiunea existenței umane. Odată cu dezvoltarea pedagogicii înțelesul sensului vieții a câștigat în importanță, devenind față de

cercetările asupra bătrâneții și a îmbătrânirii o categorie interdisciplinară. Având în vedere problemele ridicate în această lucrare, este important să adăugăm că ocupându-ne de problematica îmbătrânirii societății, trebuie nu numai să ne interesăm de tematica cu privire la sensul vieții, dar de asemenea și de instruirea persoanelor în vârstă, deoarece instruirea face posibilă căutarea lui (despre ce va fi vorba în publicația de față). Datorită acestui fapt, instruirea, și strategia de bază a îmbătrânirii pozitive (Hill, 2008), autoinstruirea, educația și autoeducația, autoperfecționarea și studierea (în aceasta și tutela față de cei de aceeași vârstă sau între generații) pot să devină o strategie care duce la îmbătrânirea pozitivă, a gândirii și a imaginii bătrâneții.

Față de provocările care au apărut în domeniul de cercetare, ca și cel al instruirii, în perioada din august până în octombrie 2014 au fost realizate cercetări cu privire la sentimentul sensului vieții în rândul polonezilor din Canada care locuiesc acolo și a persoanelor în vârstă din Polonia, a căror rezultat este reprezentat în această publicație.

Cartea este formată din patru capitole principale. Primul are un caracter teoretic. În el au fost prezentate cele mai importante teze sociologice, psihologice și pedagogice cu privire la sensul vieții în contextul schimbărilor sociale (între altele a singurătății persoanelor în vârstă) precum și a provocărilor educaționale, pe care le aduce după sine. În capitolul al doilea au fost arătate metodologic principiile propriilor cercetări, care au fost plasate în paradigma cercetărilor cantitativ-calitative.

Următorul capitol al cărții îl reprezintă analiza rezultatelor cercetărilor proprii. În el a fost prezentat și comparat sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă, ținând seama de locul de trai și genul persoanelor cercetate. Sentimentul sensului vieții a fost analizat de asemenea în contextul relațiilor față de alte persoane, față de bătrânețea proprie, a patriei, a lui Dumnezeu precum și în raport față de singurătate. Abordarea propusă a rezultatelor cercetării are propria condiționare, care a fost prezentată în partea teoretică. Ultimul capitol al lucrării o reprezintă treptele specifice ale educației pe care trebuie să fie abordate în contextul pregătirii persoanelor în vârstă față de instruirea complexă, inclusiv pregătirea pentru o viață cu sens.

În finalul cărții a fost plasată bibliografia. A fost prezentată imaginea față de sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă datorită cunoștințelor și a artistismului științific al autorilor a schimbului de opinii, iar publicația pe care o prezentăm a primit forma pe care o prezentăm în continuare. Lecturarea unui număr mare de lucrări ne-a permis să ieșim dincolo de gândirea tendențioasă despre sensul vieții a persoanelor în vârstă precum și să schițăm multiaspectualitatea și valoarea în construirea scopurilor existenței omului, pe care vârsta nu le poate limita.



Cartea în intenția autorului este adresată pedagogilor sociali, lucrătorilor sociali, studenților la disciplinele pedagogice, psihologiei, sociologiei, politologiei, științelor despre familie și teologie. Trebuie să fie de asemenea bine primită și de către toți tutorii formali și neformali, pentru care important este ca persoanele în vârstă să nu piardă sensul vieții. În situații limită este important de luat în considerație sensul la fel față de ceea ce-a fost, precum și față de ceea ce este și ce va fi. Percepția în viață a sensului este o putere de motivare față de realizarea lui activă. Indiferent de starea psihofizică este foarte important pentru viața omului regăsirea sensului atât în ceea ce este, cât și în ceea ce va fi, acum și în viitor, în viața pământească, precum și în cea de dincolo.

Exprim speranța că lectura cărții va duce la schimbarea modului de percepție a bătrâneții, iar căile marcate ale educației vor deveni o temelie a îmbătrânirii pozitive, de revalorificare socială a bătrâneții precum și de atingere în ea a dezvoltării personale.

Norbert G. Piłkuła  
Kraków, 22 martie 2015

## Capitolul I. Viața persoanelor în vârstă în perioada schimbărilor sociale.

### I.1. Persoanele în vârstă față de schimbările sociale

Oamenii în vârstă care trăiesc în lumea contemporană, altfel decât aceasta era în perioadele anterioare, resimt o schimbare profundă a realității înconjurătoare. Deși în fiecare societate, de asemenea sub aspect istoric, interveneau schimbări sociale, perioada și tempoul lor a fost foarte diferite. Sigismund Mysłakowski observa în anii 60 ai sec. al XX-lea schimbări radicale, făcând precizarea că acestea-s „schimbări radicale” (Mysłakowski, 1964, p.7).

Viața omului la răscrucea secolelor al XX-lea și al XXI-lea este umplută cu experiența schimbării în funcționarea societății, și de asemenea a progresul nemaîntâlnit până atunci tehnico-științific, schimbări culturale, schimbări de comportament, a normelor și valorilor, ce are un impact general asupra vieții oamenilor în vârstă. Din perspectiva dezvoltării și a experiențelor obținute se poate spune că ele au în esență un sistem al valorilor deja constituit, mod de gândire și de acțiune precum și un mod de percepție a lumii. Între timp în viața societății se produc schimbări radicale, fundamentale și revoluționare (vezi Hałas, 2001). Piotr Sztompka subliniază că realitatea socială există „între oameni” și trece prin schimbări permanente. Totodată el concluzionează următoarele:

„(...) avem de a face mai degrabă cu niște procese continui de constituire și disoluție a grupurilor decât cu niște existențe stabile (...) observăm mai degrabă procesele de organizare și dezorganizare decât o organizare stabilă; mai degrabă procese de „structurare” decât structuri; mai degrabă procese de formare decât forme; mai degrabă niște „figurații” schimbătoare decât niște modele rigide” (Sztompka, 2005, p.25).

În legătură cu aceasta experiențele vechi devin anacronice. De aceea problema îmbătrânirii are acum o greutate mai mare decât în trecut. El se leagă de coliziunea cu modernitatea în sensul larg al acestui cuvânt, care cuprinde toate aspectele vieții.

Schimbările sociale, economice, culturale și economice sunt determinate de mai multe cauze. Între cele mai importante se evidențiază progresul tehnico-științific, care face posibilă creșterea eficienței producției și a calității vieții oamenilor, iar în consecință generând schimbări importante civilizaționale a majorității țărilor în lume (Szymański, 2013, p.63), de asemenea și migrarea cu scopul de a câștiga (Anacka și al., 2014). Un rol esențial îl joacă de asemenea:

(explozia informațională, care face posibilă adunarea, păstrarea și transmiterea instantă a unui număr nelimitat de date și noutăți la distanță. Aceasta este unul dintre factorii importanți ai globalizării, care înseamnă crearea ordinii mondiale ale intereselor sociale și economice, întrepătrunderi culturale fără granițe

etnice și naționale, micșorarea rolului frontierelor în deplasarea oamenilor, comerțului și politicii (Szymański, 2013, p.63).

Se poate spune că în condițiile actuale globalizarea înseamnă „un destin inevitabil al lumii, și un proces inevitabil, care ne privește pe fiecare din noi” (Bauman, 2000, p.5).

Tempoul inovațiilor în toate domeniile este imens și dictează permanent schimbări a modului de viață și prin asta modifică stilul vieții: a obiceiurilor, moralității, drepturilor. În cadrul unei singure generații cultura trece prin schimbări radicale rapide și numeroase. Ele sunt legate de schimbări sociale adânci – organizaționale, culturale, ale obiceiurilor, care sunt determinate nu numai prin progresul tehnicii, producției, iar de asemenea și prin crize economice sau prin transformările sistemelor politice etc. De acele fenomene sunt legate, de asemenea schimbările în sistemul de valori, schimbări culturale, ale stilului de viață. Sigismund Bauman scrie că dacă astăzi se poate fi de ceva sigur:

„(...) numai de aceea, că obiceiurile, stilurile de viață, titlurile pentru mândrie și motive pentru rușine, calități pentru a căror stăpânire se plătește și acele pentru care trebuie să plătești, rețete pentru cariere strălucite și rețete pentru înfrângeri profesionale, a identității, care s-ar dori și acelea de care trebuie să te aperi – toate acelea și celelalte de mai multe ori se schimbă sau se întoarce invers, omul le va accepta. Se poate fi sigur că acea siguranță a schimbării este singura, de care poți fi sigur” (Bauman, 2003, p.14).

Schimbările, dincolo de tempoul nebun, care apar până acum cu posibilități nelimitate (de exemplu: dezvoltarea, cariera, succesul), generează de asemenea și tentația vieții fără bariere sau finalitatea vieții în schimbare, într-o previziune slabă și nesiguranță. Cu cât acele nu-i privesc pe oamenii tineri, foarte bine descurcându-se cu viața în lumina schimbării și nesiguranței, cu atât mai mult ele lovesc în persoane în vârstă educate în cultura adaptării, tradiționale, în care realitatea este bine ordonată, previzibilă, iar ceea ce ajunge dincolo este periculoasă.

Schimbarea socială este subiectul de interes general pentru sociologi. Așa cum sublinia P. Sztompka, ea poate fi înțeleasă numai ca o schimbare care vine din interiorul sistemului sau care îl cuprinde în întregime. Trebuie să se ia în considerare diferite componente, așa ca: elementele de bază și relațiile între ele, adică legăturile sociale, sentimentul de comunitate, interacțiunea, relațiile între fapte; funcțiile elementelor sistemului ca un întreg, granițele, subsistemele, mediile. Subliniind dimensiunile și componentele de bază putem să expunem posibilitățile de schimbare a componentei, structurii, funcțiunii, granițelor, relațiilor, mediului.

„Uneori schimbările sunt doar parțiale și au dimensiune limitată fără consecințe mai largi pentru alte aspecte ale sistemului, care ca ceva integru rămâne neschimbat (...). În alte cazuri schimbarea poate cuprinde toate aspectele sistemului, ducând

spre o schimbare completă, care ne spune să tratăm un sistem nou ca diferit esențial față de cel vechi. O ilustrație bună sunt aici toate marile revoluții sociale. Acel mod de transformare radicală o vom numi schimbarea sistemului (Sztompka, 2005, p.21)”.

Din considerațiile prezentate de P. Sztompka rezultă că schimbarea socială se referă în special la:

- Transformarea care se produc în organizarea societății precum și în modelele gândirii și a acțiunii în timp;
- Modificarea sau transformarea modului în care este organizată societatea;
- Modificarea relațiilor între indivizi, grupe, organizații, culturi și a societăților care apar în timp;
- Schimbările modelelor se mențin, relațiile sociale, instituțiilor și structurilor sociale în timp. (Sztompka, 2005, p.22).

În cadrul proceselor sociale avem de a face cu asemenea fenomene, numite de sociologie morfogeneză, deoarece ele duc la noi condiții, ale stărilor sociale, a structurilor sociale etc. Ele au un caracter cu adevărat creativ, duc spre constituirea inovațiilor. Față de modificările cantitative se produc și schimbări calitative, de aceea deja atunci se spune de „transformație”. Ca criteriu este luat schimbarea structurii împreună cu modificarea rețelei de relații obligatorii în cadrul sistemului social sau pe terenul social-cultural. Se produce schimbarea funcțiilor cu o modificare esențială a modului de acțiune sau a terenului. Acel tip de schimbare ating nucleul realității sociale și sunt resimțite în toate aspectele a vieții sociale (Sztompka, 2005, p.32-34).

La răscrucea secolelor XX și XXI se poate constata, că astfel de schimbări radicale sunt corespunzătoare societăților tuturor țărilor, și prin urmare și a Poloniei. Observăm schimbări tehnice, civilizaționale, culturale, politice și sociale. De exemplu, structura socială este supusă schimbărilor permanente. Având în vedere schimbările sociale, trebuie să constatăm că procesul îmbătrânirii societăților este un fenomen general în multe țări. El apare similar în Polonia (vezi Kowaleski, Szukalski, 2008a; Kolbowska, 2009; Kotowska, Wójcicka, 2008; Kurkiewicz, 2007; Palska, 2004; Wójcicka, Matysiak, 2004). Schimbările demografice confirmă că societatea poloneză îmbătrânește. Acea situație condiționează creșterea vârstei medii de viață a omului și declinul numărului nașterilor. Ele reflectă datele Biroului de Statistică, conform cărora numărul persoanelor în vârstă (65 de ani și mai mult) în numărul populației a crescut de la 12,4% în anul 2000 până la 14% în anul 2012. Schimbările se produc de asemenea și în structura grupei pe vârste pentru persoanele de la 65 de ani și mai mult. Din cercetări rezultă că în anii 2002-2011 s-a produs creșterea procentuală a persoanelor cu 8,9%, în schimb în grupa de vârstă de la 80 de ani și mai mult s-a

ajuns la creșterea procentuală cu 62,1 % (Sytuacja demograficzna Polski, 2012, p.43-44). Dacă în anul 2013 în Polonia procentul populației în grupa de vârstă 50-64 de ani se ridică la 20,8%, în segmentul 65-79 de ani 10,2%, în schimb populația cu vârsta 80+ reprezintă în genere 3,3% din numărul total al populației (*Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020* (Programul guvernamental în problema Activității Sociale a Persoanelor în Vârstă pentru anii 2014-2020), 2014, p.5). Conform pronosticului Biroului de Statistică în Polonia în anii 2008-2030 se va produce:

„(...) creșterea cu 40% în subpopulația oamenilor cu vârsta 60-74 de ani, în compartimentul de vârstă cuprins între 74-84 ani cu 65,6%, în schimb în grupul de vârstă de la 85 de ani și mai mult cu 90%. Totodată numărul persoanelor care vor depăși vârsta de 100 de ani va crește cu 253%. În Polonia în anul 2050 procentul persoanelor cu vârsta mai mult de 60 de ani va fi de 35,6% (Szukalski, 2008, p.14)”.

Trebuie să precizăm că drept urmare a îmbunătățirii condițiilor de viață se mărește durata medie de viață a polonezilor. Conform cu prognozele demografice ale Biroului de Statistică în anii 2012 – 2035 durata medie de viață a bărbaților va crește cu 4,4 ani, iar a femeilor cu 3 ani (*Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014-2020*, 2014, p.5).

Despre accelerarea bruscă a schimbărilor s-a scris de nenumărate ori, subliniindu-se diferitele lor aspecte. Așa cum subliniază Mirosław Józef Szymański, s-a atras atenția asupra tempoului creșterii numărului oamenilor, apariția unor orașe mari, generalizarea culturii în masă precum și efectul „proceselor de industrializare și urbanizare asupra condițiilor și al stilului de viață a oamenilor de asemenea și în regiunile rurale” (Szymański, 2013, p.55). Probleme specifice ale schimbării sociale apar în diferite regiuni ale lumii în dependență de condițiile existente economice, politice și culturale. Acele fenomene nu acționează unilateral asupra vieții oamenilor, și sunt condiționate de diferențele dintre locul de trai, proveniența socială, etnică, culturală, a uneltelor materiale sau vârstă, a perioadei de dezvoltare a omului. Cantitatea și viteza schimbărilor au un impact negativ asupra vieții pensionerilor, a calității acelei vieți și sensul oferit.

Oamenii în vârstă care au fost educați și care trăiesc în societatea tradițională, unde personalitatea a fost supusă principiilor și normelor sociale, ocupa o poziție clasă socială, juca acest rol, care își găsea rădăcinile în a sismul de valori (Czyrnański, 2013, p.53) de nenumărate ori nu sunt în stare să se regăsească în societatea modernă (Zych, 2009, p.66 și urm.), ceea ce poate duce la fenomenele pe care le-au constatat Antoni Giddens „a diferențelor, excluderii și marginalizării” (Giddens, 2002, p.10) ca efecte ale modernizării. Procesele schimbării fundamentale, care au un caracter fundamental, subminează stilul tradițional,

schimbă modelele existente și obiceiurile în promovarea modernității. Schimbarea, subliniază A. Giddens, întărește mai apoi interdependența între doi factori: factorii globali pe de o parte și dispozițiile individuale pe de alta (Giddens, 2002, p.3). Tendințele de globalizare în lumea modernă schimbă condițiile omului. Conform lui M.J.Szymański atunci apare dilema

(...) „existenței între” atractivitate, deschiderea de cunoaștere și de acțiune asupra a ceea ce este nou, și temerile de înțeles, prin teamă și nesiguranță care reies din alegeri riscante și de intrare pe căi necunoscute (Szymański, 2013, p.55).

Persoana care trăiește și activează în lumea schimbătoare nu poate rămâne în întuneric. Este impusă spre căutarea permanentă a locului său, a priorităților, valorilor, sensului vieții în contextul schimbării experimentate omniprezente. Rămâne întrebarea cum se regăsește în acele condiții omul în vârstă, „în rădăcinat” în societatea tradițională, care în lumea modernă are un loc din ce în ce mai mic? Oare pensionarul poate găsi în lumea care solicită luarea în permanență a deciziilor neconvenționale și a riscurilor care apar odată cu acestea? (vezi Szymański, 2014, p.55; Chutnik, 2007; Dziegielewska, 2006a).

Lipsa abilităților de adaptare în viață în „realitatea zbuciumată” atrage după sine riscul excluderii oamenilor în vârstă din viața socială, culturală sau economică. Acea situație provoacă des la cei vizați „starea de frustrare și îndoială, senzația de dizabilitate, de existență într-o altă realitate – mai rea”. (Szymański, 2013). Nu odată aduce senzații dramatice

(...) „o diferență semnificativă între bogăție, frumusețe și atractivitate modernă, dar a lumii inaccesibile, primitivism, înapoiere, sărăcia realității sumbre, în care se trăiește” (Szymański, 2013, p.123-124).

Conștiința existenței mai multor bariere pentru pensionari încurajează apatia, prizonieratul în viața personală, închiderea în lumea sa izolată.

În Polonia, ca urmare a diferitor procese ale transformării, europenizării și globalizării care au avut loc în ultimul sfert de veac s-au produs schimbări profunde. Aleksandra Jasińska-Kania consideră că ele privesc schimbările în ierarhia valorilor muncii și a importanței valorilor religioase (vezi Jasińska-Kania, 2012, p.319-333). Împletirea acelor procese provoacă des fapte și fenomene neașteptate. Conform lui M.J. Szymański ele au influență decisivă

(...) la transformarea condițiilor vieții generației tinere și a persoanelor în vârstă. Ele au un impact asupra schimbării conștiinței sociale, generalizarea stilurilor de viață nemaiîntâlnire până atunci și de orientări necunoscute până atunci (Szymański, 2013, p.59).

Se poate spune că

(...) apariția în același timp în viața modernă a fenomenelor care vin în contrast, amestecarea binelui și a răului, apariție negativului și a pozitivului vieții într-o

aparentă unitate aduc sau pot să aducă un haos axiologic, bulversarea în sistemul valoric, pericolul de a da greș în principiile veritabile și condamnabile a normelor morale, pierderea în lumea din ce în ce mai complexă și opacă (Szymański, 2014, p.65).

În baza schimbărilor descrise se produc discuții, dacă ele sunt o expresie a progresului sau de asemenea a crizei care se constată în diferitele dimensiuni ale vieții. P. Sztompka scrie că din ce în ce mai des schimbările care au fost prezentate ca un progres sunt înlocuite cu sensul de criză. Se vorbește în permanență despre criza economică, politică, ecologică, socială. Din ce în ce mai des se face trimitere la situații de durată, permanente, cronice acceptate ca ceva normal și tipic. P. Sztompka observa:

(...) detașarea de gândirea optimistă în categoriile progresului, pentru cea pesimistă în categoriile crizei este cea mai caracteristică trăsătură a conștiinței sociale de la sfârșitul secolului al XX-lea și începutul celui de-al XXI-lea, chiar și în cele mai dezvoltate, și prospere țări ale Occidentului (Sztompka, 2005, p.332).

Aceasta își găsește expresia în conștiința generală a persoanelor, iar la originea lor îndoiala,

(...) decepții, pierderi, incapacități, în pierderea sensului vieții, pierderea gândirii de perspectivă, ruperea senzației de legătură cu tradiția, în privatizarea scopurilor, ignorarea treburilor publice. În dimensiunea teoriei sociale – aceasta duce spre relativism și subiectivism, îndoiala de corectitudinea vieții sociale, sublinierea rolului întâmplării, emoției, înlocuirea valorilor etnice prin trăirile superficiale estetice. Marea expansiune a așa ziselor concepții postmoderne înseamnă respingerea tuturor legăturilor de gândire tipice pentru „modernul” secolelor al XIX-lea și al XX-lea, adică a modernității și în fine de asemenea a ideii progresului. Încă mai pronunțat, mai direct, negarea progresului apare în diferite viziuni catastrofale sau futurologice. Credința în progres este considerată din ce în ce mai mult ca naivă și anacronică, ca o supraviețuire a epocilor trecute (Sztompka, 2005, p.332-333).

Autorul arată că însăși schimbarea poate prejudicia mersul normal al vieții sociale, fiind un cutremur pentru membrii societății și generând un fel de traumă. Schimbarea traumatizantă, chiar dacă este progresivă, așteptată, triumfală – are o consecință defavorabilă asupra societății, înseamnă dezorganizare, dislocare, pierderea de către societate a stării de echilibru. Ca exemple pot servi: „războaie, revoluții, schimbări de sistem, crize economice, cuceriri, colonizări, migrări în masă etc.” (Sztompka, 2005, p.334). În afară de acele schimbări apar de asemenea: (...) cele de lungă durată care cumulează: creșterea numărului populației, întărirea ambuteiajelor pe străzi, degradarea mediului, răspândirea bolilor civilizationale,

creșterea mortalității, dezordinea în orașe și mijloace de comunicație, supraabundența tehnologică sau a consumului etc. (Sztompka, 2005, p.334).

Conform opiniei lui P. Sztompka în momentul atingerii unei anumite valori (...) capătă un caracter taumatologic, asemenea ca și schimbările „cutremurătoare” și se răsfrând defavorabil asupra pânzei culturale și pot să amenințe identității sociale la un nivel mai larg. Schimbările traumatologice macrosociale influențează funcționarea grupelor la nivel micro, și de asemenea asupra vieții cotidiene a persoanelor (Sztompka, 2005, p.334).

Analizând problematica schimbărilor sociale trebuie să subliniem că factorii care determină realizarea schimbărilor în ultimii două sute de ani sunt:

- Globalizarea economiei
- Progresul tehnologică
- Comportamentul de consumare – specific, gusturile și preferințele individuale, consumatorul dictează condițiile
- Schimbările de proprietate
- Schimbările sociale (demografice) și culturale
- Schimbările de mediu
- Schimbările instituționale (juridice)
- Schimbările politice
- Informatizarea progresivă
- Schimbările economice (vezi Bolesta-Kukułka, 1993, p.220-227; Koźmiński, Jamielniak, 2011, p.327)

O influență esențială asupra constituirii schimbărilor are structura seculară a populației date. Mai apoi, îmbătrânirea populației este nu numai o consecință a diferitor schimbări care vin odată cu ele, dar de asemenea duce și la realizarea unor modificări noi. Ele se produc de asemenea în sfera economică, politică, în educație și cultură. Acum în Polonia încă trăiește generația, care a avut de trecut prin perioada sistemului social-politic al Poloniei Populare. Acestor persoane le este foarte greu să se racordeze la schimbările care au parvenit în urma transformărilor. Noul sistem a adus noi metode de câștig, un alt standard al vieții, o politică distinctă a statului față de societate. Polonia s-a deshis față de alte state, culturi, face parte din Uniunea Europeană. Polonezii ca să facă față cerințelor modernității și să recompenseze posibilitățile dezvoltării pierdute prin restricțiile fostului sistem învață cum să folosească libertatea atât ca membri ai societății, cât și individual. S-a produs o mare diferențiere a societății poloneze din punct de vedere material, de statut, de opinii etc. Față de schimbările apărute în societate generația oamenilor în vârstă iau diferite atitudini. Unii se străduie să se acomodeze și să se implice în realitatea înconjurătoare. Din păcate în genere este evidentă marginalizarea



populației în vârstă. În baza analizei literaturii subiectului precum și a cercetărilor efectuate, se poate constata că există mai multe domenii ale vieții, în care ei sunt împinși pe un plan mai depărtat. Actualmente se micșorează participarea lor în piața muncii, în viața politică, în contatele de dinafara familiei (Czapiński, Panek, 2009; Perek-Białas, Kocór, 2005; Schimanek, 2006, 2007; Szatur-Jaworska, Rysz-Kowalczyk, 2007). Asupra marginalizării sunt supuși de asemenea în cultura de masă, în comunicarea socială. Ei se simt inutili. Îi copleșește goana după viața intensivă, vie. Oamenii în vârstă sunt separați și marginalizați de cultul tinereții omniprezent, puterea și eficiența, dezaprobarea față de îmbătrânire, a slăbiciunii și neputinței (Palska 2004; Melosik 2013; Gromkowska – Melosik, 2012). Ei se simt inutili și nu odată se crează impresia că sunt o piedică a tinerei generații în doândirea lumii. Trebuie subliniat că omul contemporan și-a creat anumite calități personale, care pot să mărturisească despre alinierea lui la modernitate și a schimbărilor în curs. Față de aceste calități aparțin înainte de toate: capacitatea racordării, credința în forțele proprii, în succes, care este înțeles ca scop principal, deschiderea față de inovații, pentru diferite schimbări, progresul tehnic, deschiderea spre alternativă, față de diversitatea culturală, toleranță față de opinii divergente, disponibilitatea față de schimbare, între care și sistemul valoric. Omul modern recunoaște că valoarea lui depinde de merite, performanțe, statutul social, a bunăstării materiale obținute. Este orientat spre contemporanietate și viitor. Trecutul nu are pentru el o mare importanță. Se pronunță pentru schimbări rapide și concrete, sprijină acele soluții, care îi aduc schimbările dorite imediate. Acceptă realizările științifice și noutățile tehnologice, ca o expresie a progresului, precum și de asemenea scopul obținerii unui nivel de viață mai bun. Lângă persoanele care pot să se acomodeze, trăiesc și aceia care văd în schimbări doar efecte negative în toate schimbările. Fără îndoială dintre aceștia fac parte persoanele în vârstă.

Se poate spune că fără a face trimitere la opiniile cu privire la schimbări (...) fiecare categorie a societății sunt caracterizate printr-o diferită susceptibilitate și rezistență față de schimbări. În consecință față de procesele de acomodare, procesele de schimbare socială sunt tovarășite de diferite rezistențe, a senzațiilor de pericol, încordare, chiar și conflicte sociale, care față de procesele de adaptare se mențin sau duc la un nivel de neadaptare sau de marginalizare socială (Sadowski, 2001, p.22).

Considerațiile cu privire la schimbările sociale duc la analiza procesului îmbătrânirii ca una dintre asemenea schimbări. Așa cum s-a amintit, o caracteristică a țărilor dezvoltate este actualmente îmbătrânirea societății, sau creșterea numărului persoanelor în vârstă de după 65 de ani de viață. Crește de asemenea vârsta de trai, deoarece din ce în ce mai mulți sunt oamenii care trec de 80 sau 90 de ani de viață. Aceasta este influențat de dezvoltarea științei, între care medicina, tehnica,

îmbunătățirea condițiilor de viață, conștiința socială îmbogățită cu privire la igienă, a stilului sănătos de viață etc. În baza schimbărilor sociale produse foarte rapid generația în vârstă nu reușește să țină pasul în multe domenii de viață, iar mai ales în ceea ce privește noutățile (vezi Kowalik, 2010). Din punctul de vedere al dezvoltării societății persoanele în vârstă îmbătrânesc de asemenea mental, deoarece reprezintă deseori vremurile trecute, stilul vechi de viață, modul de gândire și valorile de tranziție. Nu odată pensionarii actuali 60+ sunt persoane cu studii primare, profesionale și medii, care în mare măsură condiționează modul de gândire, recunoașterea realității și capacității de autoinstruire și a existenței în condițiile schimbării. Îmbătrânirea este o chestiune importantă care se referă la schimbările sociale (vezi Zych, 2009).

Bătrânețea, așa cum arată Józef Pastuszka, nu este o formă finală de viață a omului, în care „se pierde personalitatea, nu este de asemenea o oarecare formă a degenerării omului, a apărut ca urmare a epuizării formelor vitale” (Pastuszko, 1981, p.372). Aceasta este o formă a vieții în care în afară de scăderea forțelor organice și fizice pe deplin acționează forțele spirituale, „mai bogate în experiență și capabile de a îndeplini misiuni importante de viață” (Pastuszka, 1981, p.372). În vârsta înaintată, adică în existența de lungă durată, se pot evidenția câteva etape. Din păcate trecerea de la o etapă la alta, care se produce în mod treptat, este greu de delimitat, în schimb granițele între faze sunt mai degrabă convenționale. Cât de ușor se poate stabili sfârșitul bătrâneții, care reprezintă moartea, tot atât de greu este de stabilit începutul îmbătrânirii (Kielar-Turska, 2000). În opinia mai multor cercetători vârsta de frontieră a bătrâneții – 70 de ani (Bromley, 1969; Susułowska, 1989). Conform clasificării Organizației Internaționale a Sănătății bătrânețea începe la 60 de ani de viață și se pot evidenția câteva etape:

- Vârsta îmbătrânirii, numit de asemenea și bătrânețea primară (60-74 de ani);
- În această perioadă de viață se află așa ziiși „bătrâni-tineri” (young-old);
- Vârsta bătrânilor definit de asemenea cu numele de bătrânețe târzie (75-89 de ani) – în acest compartiment se încadrează așa ziiși „bătrâni-bătrâni” (old-old);
- Longevitate (90 de ani și mai mult) la această vârstă ajung așa ziiși longevivi (longlife) (Zych, 2001, p.202).

Stefan Klopowicz confirmă că bătrânețea propriu-zisă vine după 70 de ani de viață. Autorul evidențiază în ea patru grupe convenționale:

- 60 – 69 de ani – vârsta îmbătrânirii primare;
- 70 – 74 de ani perioada de tranziție (între bătrânețea primară și vârsta de capacitate fizică și de intelect limitate);
- 75 – 84 de ani – vârsta bătrâneții avansate și de capacitate limitată (fizică și intelectuală);
- 85 și mai mulți ani – vârsta de bătrânețe infirmă (Klonowicz, 1979, p.15).

Bătrânețea, așa cum fiecare fază a ciclului, nu este lipsită de diferite situații de criză. În general, au importanță crizele care apar spre sfârșitul vieții, față de care se pot contabiliza; pierderea sănătății, condiția și atractivitatea fizică, pierderea persoanelor apropiate, statutului social și economic, pierderea sentimentului utilității și prestigiului, care apropie perspectiva morții, pensionarea, părăsirea casei de către ultimul copil, văduvia, boala cronică, schimbarea locului de trai (Szatur-Jaworska, Błędowski, Dzięgielewska, 2006).

Există de asemenea și împărțirea în două trepte: de îmbătrânire proprie și îmbătrânire onorabilă. Granița între ele ajunge între 85, 85 sau chiar 90 de ani în dependență de abordarea autorilor. Cu atât mai mult în societatea oamenilor în vârstă, cu atât mai repede se înmulțește în rândul lor procentul „bătrânilor onorabili”. Acel sens a fost introdus față de persoanele care au terminat 80 sau 85 de ani, cel mai des incapabili pentru o activitate de sine stătătoare. Totodată durata vieții crește ceea ce este echivalent cu creșterea numărului oamenilor în vârstă.

Este util de a aduce opinia lui Józef Kocemba. Autorul arată tripla dimensiune a îmbătrânirii, care cuprinde problema îmbătrânirii speciei, îmbătrânirii personale și îmbătrânirii populației, adică demografic (Kocemba, 2007, p.7). În literatura subiectului se diferențiază de asemenea așa zisele praguri ale îmbătrânirii, în care:

- De tip cronologic, determinat prin vârsta calendaristică;
- De tip biologic și psihologic, determinat de nivelul de capacități;
- De tip economic, determinat de vârsta de producție;
- De tip juridic, determinat prin apartenența la drepturile de pensionare (Frąckiewicz, 2007, p.17).

Trebuie adăugat că actualmente, cum scrie Zofia Szarota, avem de a face cu o situație demografică din ce în ce mai complicată ca urmare a faptului numit „a doua tranziție demografică” după așa zisa explozie demografică din anii 60-70 ai secolului al XX-lea. În esență și caracteristică a celei de-a doua tranziții demografice se produc următoarele procese și urmări: 1) o considerabilă scădere a fertilității și scăderea ratei de fertilitate (mai jos de nivelul care garantează o simplă substituție a generațiilor; 2) scăderea mortalității (înainte de toate a sugarilor); 3) întârzierea conștientă a vârstei de procreație; 4) preferințele în creștere a legăturilor neformalizate, generalizarea modelelor alternative ale vieții de familie; 5) creșterea perioadei de viață de unul singur; 6) consolidarea migrației (cu schimbarea direcției: de la emigrare la imigrare) (Szarota, Kijak, 2013, p.6). Se poate pune întrebarea, cât de rapidă este dezvoltarea și cât de caracteristic progresul pentru realitatea contemporană accelerează îmbătrânirea în sens mental, ca importanță pentru acomodarea la societatea, de a face față schimbărilor. Persoanele în vârstă deseori foarte rapid se exclud din viață și activitate, deoarece nu sunt în stare să

facă față cerințelor și provocărilor, pe care le aduce progresul (după care cu așa o libertate se acomodează tinerii). În afară de îmbătrânirea biologică și psihică fac cunoștință și cu îmbătrânirea socială. Încep să formeze un grup distinct care trăiește în izolare în lumea proprie. Se poate spune că primele schimbări sociale și culturale se produc foarte rapid și generația tânără după obișnuință mai mult dispusă și deschisă pentru noutăți, poate fi mai rapid și într-un mod mult mai natural pun în aplicare obiceiuri noi și noi stiluri de viață, mod de gândire și de realizare a activităților, decât cei mai în vârstă, așa cum se pare, într-o altă cultură și în alte societăți. Devine din ce în ce mai des un motiv pentru acceptare reciprocă între generații. Trebuie constatat că cele mai importante schimbări sociale în contextul problematizării persoanelor în vârstă privesc între altele familia. Ea a determinat schimbări în familii de mai multe generații, care trăiau împreună, până cel mult două generații. Aceasta se caracterizează prin puțini copii și slăbirea legăturilor dintre generații. Divorțurile și consimțământul general asupra lor devalorizează sensul de permanentizare și valoarea trăinicieii familiei. Persoanele în vârstă se întâlnesc cu fenomenul de trai în comun și trăiesc nu numai cu persoanele cu care au legături de sânge, dar de asemenea și cu persoanele care intră în această familie după următoarele legături ale membrilor lor. Acum se poate observa că și căsătoriile se deosebesc radical de instituțiile matrimoniale din Europa tradițională, bazându-se pe „simetria egalității între genuri și egalitate afectivă” (Giddens, 2006a, p.10). Conform lui A. Giddens căsătoriile tind spre o relație curată. Căsătoria devine înaintea de toate „o legătură realizată și menținută atâta cât legătura apropiată cu o altă persoană este un izvor al satisfacției emoționale” (Giddens, 2010, p.123) se bazează pe reciprocitatea care satisface ambele părți și pe egalitate între ceea ce partenerii aduc în relație și ceea ce se realizează necesitățile lor. Un rol esențial îl joacă de asemenea „dăruirea”, intimitatea, încrederea și tendința de confirmare a propriei identități într-o altă persoană și reacția ei (Giddens, 2010, p.124-137). Asupra altor aspecte ale căsătoriei moderne atrăgea atenția Ulrich Beck. Conform opiniei lui din punctul de vedere a societății înalt individualizate, și ceea ce vine după aceea – o presiune puternică asupra individualității, a încetat să mai fie clar, dacă și când să se încheie legătura matrimonială, (...) dacă e să trăiești împreună fără încheierea legăturii, sau dacă să intri în legătură și să nu trăiești împreună, sau să accepți copilul sau să-l educe în familie, sau în afara ei, având copil cu acea persoană, cu care trăiește împreună, sau cu acea cu care se iubește, dar care trăiește cu altcineva, sau se hotărăscă la copil înainte sau pe parcursul facerii carierei. Toate acelea pe termen scurt sau lung sau în tranziție sunt pentru acordul cu cerințele și ambițiile asigurării vieții, carierei, muncii profesionale a tuturor participanților (Beck, 2002, p.153-154).

Pe lângă multe îndoieli, îmbucurător este faptul că majoritatea tinde spre viață în cuplu, totuși nu în toate cazurile ca în familia tradițională ( Giddens, 2010, p.123). Acestea pot fi:

(...) forme alternative ale vieții în familie, așa ca: legături de coabitare și concubinaj, persoane care trăiesc singure, căsătorii fără copii din considerente conștiente, căsătorii din oficiu, părinți monoparentali, comune familiale și „cercuri prietenești” și multe altele (Kawula, 2003, p.45; Falcman, Koperski, 2010, p.74-92).

După cum se vede, schimbările anunțate au un impact asupra funcționării tradiționale a familiei, ducând la faptul că la membrii ei se adaugă din ce în ce mai mult soții, soțiile și copiii din legăturile anterioare. O asemenea atitudine îi este străină generației mai în vârstă. Creșterea numărului divorțurilor, a noilor căsătorii și a legăturilor neformale crează situații, în care o familie are un copil, patru părinți și opt bunei (Giddens, 2006b; Janicka, 2006; Kamińska, 2011; Kwak, 2005; Kocik, 2006; Marody, Giza-Poleszczuk, 2004). În rândul tinerilor din ce în ce mai des este moda în a fi singur. Asta duce la faptul că persoanele în vârstă nu ajung să vadă realizarea căsătoriilor de către copii și nepoți. Stilul vieții tinerilor îndreptat spre carieră, distracții și călătorii de asemenea nu contribuie la consolidarea legăturilor cu generația mai în vârstă (Domański, Rychard, 1997; Cliński, Kościański, 2009; Gromkowska-Melosik, Melosik, 2010; Fatyga, 2004; Fatyga, Zieliński, 2010; Młodziej, 2008, 2009; Melosik, 2013; Stein, 2008; Szafraniec, 2011; Wrzesień, 2003). Acea situație face dificilă contactele între generații și solidaritatea din interiorul familiei, și mai ales relațiile de tutelă (Szafranek, Halicka, 2012). În consecința acelor transformări, care privesc familia tradițională, se poate spune că în secolul al XXI-lea încordările între generații vor ocupa locul pe care îl aveau în trecut conflictele între clasele sau categoriile sociale.

Lumea modernă se transformă foarte repede. Manifestarea a ceea ce sublinia Brunon Synak este:

(...) societatea în care trăiesc generațiile mai în vârstă, trebuie de adăugat aici, că o nouă manifestare este familia de patru, sau se poate ajunge chiar și la cinci generații. Nepoții pot să aibă toți bunei, iar strănepoții bunei și străbunei. Copiii vor păstra până la bătrânețe pe părinții lor. Apare problema alimentației părinților și a moștenirii în urma părinților. Divorțurile într-o măsură considerabilă încurcă situația familială. E greu să te orientezi cine este nepot, cine bunic, cine de cine este responsabil (Synak, 2000, p.47).

Relațiile și structurile familiare aflate în schimbare influențează serios activitatea persoanelor în vârstă. Cel mai des ei mărturisesc de destabilizarea celui mai apropiat anturaj, a relativizării valorilor, care reprezentau scopul vieții lor, precum și resimțirea singurătății și respingerea lor de către cei apropiați. Ca urmare

a aceasta au impresia au lipsa celei mai importante liniști din necesitățile cele mai importante, care este senzația siguranței. Condițiile vieții nu contribuie acum la liniștirea altor necesități a persoanelor în vârstă, așa ca dragostea și stima. Între timp, așa cum afirmă majoritatea cercetătorilor influența relațiilor și a contactelor sociale asupra trăirii bătrâneții este foarte importantă.

Intrarea expansivă a tehnologiilor moderne în viața cotidiană nu favorizează sentimentului de siguranță la persoanele care îmbătrânesc (Kotlarska-Michalska, Rusanen, Niemela, 1997; Wilkinson, 2008). Calculatoarele omniprezente și aparate moderne care îl însoțesc pe omul modern în fiecare zi reprezintă deseori pentru generațiile mai în vârstă o barieră greu de trecut. Ele contribuie la izolarea și sentimentul de incapacitate și de siguranță. Se poate constata că Internetul exclude majoritatea pensionarilor din participarea în viața societății și are în acest caz o participare majoră în excluderea și separarea generației mai în vârstă (Kowalik, 2010; Slevin, 2008).

Generația care îmbătrânește la răscrucea secolelor XX-XXI trece prin schimbări rapide și radicale culturale și civilizaționale. Tempoul mare al vieții, cultul tinereții, dezvoltarea rapidă a științei și tehnicei nu sunt mediul de viață pentru persoanele care îmbătrânesc. Când apare schimbarea în lumea valorilor (Szymański, 2013, p.65) a normelor, simbolurilor apar cu o acuitate mai mare, atunci de asemenea ne dăm seama de puterea lor. Asemenea schimbări culturale însoțesc revoluțiile, reformele economice radicale, schimbărilor sistemului. Trebuie subliniat, că schimbările respective se realizează mai puțin spectaculos, însoțind permanent schimbările condițiilor de viață socială, de exemplu în cadrul industrializării generale, urbanizării sau a modernizării generale. Totodată iese în evidență o chestiune esențială și o formă generală a ciocnirii culturilor, precum este conflictul între generații. Oamenii care îmbătrânesc se ciocnesc zi de zi de specificul lor, care se referă la lipsa de posibilități în stăpânirea noutăților tehnologice, lipsa posibilităților de a ține pasul cu schimbările rapide (Chutnik, 2007; Dziegielewska, 2006a; Giddens, 2008; Putnam, 2008; Trafialek, 2003, CBOS, 2007). Trebuie luat în calcul ageismul (Butler, 1969; Bytheway, 1995; Carrigan Szmigin, 2000; CBOS, 2000; CBOS, 2007; Eurobarometr, 2007; Mucha, Krzyżowski, 2010; Nawrocka, 2013; Neumark, 2009; Szukalski, 2008, 2009, 2012a), adică „discriminarea din considerente de vârstă” (Szukalski, 2012b, p.139). Stereotipurile care există cu privire la oamenii în vârstă (Błachnio, 2007; Kapała, 2006; Mieczak, 2006; Mawrocka, 2013, Palska, 2004; Straś-Romanowska, Frackowiak, 2008; Świątek, 2011; Wądołowska, 2010a, 2010b; Wiśniewska-Roszkowska, 1989; Zych, 1989) aruncă gândirea despre bătrânețe ca o înfrângere în viață. În gândirea stereotipă ea se leagă doar de boli, dizabilitate și des de părăsire. Omul în vârstă cu bagajul său de experiență și cunoștințe despre viață

devine inutil societății. Aceasta se poate vedea după exemplul oamenilor tineri, care din ce în ce mai puțin se folosesc de experiența și cunoștințele oamenilor în vârstă. Aceasta s-a produs ca urmare a revoluției tehnico-științifică, și de generalizare a mijloacelor de informare în masă, accesul la știința, opiniile și culturile de diferit fel. Oamenii în vârstă și-au pierdut rolul de transmițători ai cunoștințelor. Ei sunt utilizați mai puțin și din considerentul pierderii puterilor și energiei. Pierderea prestigiului inevitabil duce și la excluderea lor treptată din viața societății (Frieske, 2004; Kubicki, 2009; Kubicki, Olcoń-Kubicka, 2010; Wlakovska, 2006; Wądołowska, 2010a). În același timp pentru funcționarea adecvată a omului între alți oameni este necesară existența așa zisei rețele sociale (Kawula, 1997; Szcześna, 2010, Dudzikowa ș.a., 2011, 2013; Putnam, 2008, Sęk, 2003, Urry, 2008). Foarte importante sunt relațiile în familie, în cadrul vecinilor, cunoscuților, prietenilor. Merită atenție faptul că deși se schimbă condițiile în care trăiesc actualmente persoanele în vârstă, necesitățile lor rămân aceleași, ca și în perioadele anterioare. Ei tind să consolideze legăturile emoționale apropiate care exprimă interes, grijă, încredere, apropiere. Au nevoie de informații, satisfacerea bunurilor materiale, ajutor, acceptare (Czekanowski, 2003; Jonda, 2010; Niezabitowski, 2007; Marody, Giza-Poleszczuk, 2004; Zalewska, 2010). Din punctul de vedere al psihologiei aceste necesități diferite joacă un rol esențial în viața individului care trăiește și activează în acest mediu și în aceste condiții. Sunt unul dintre factorii care dinamizează activitatea umană.

Actualmente omul modern trăiește într-o „lume grăbită” (Giddens, 2006b, p.698), pe care îl paște noi riscuri și nesiguranțe. „Trauma schimbării” (Sztompka, 2008, p.21) violența schimbărilor (Szymański, 2008b, 2014), care intervin în viața cotidiană, duce la faptul că omul caută securitatea, stabilitate, echilibru între ceea ce este rapid și schimbător și ceea ce-i stabil și repetabil, monoton în cotidian.

Aceasta este o senzație a securității existențiale este cea mai importantă din necesitățile umane. Liniștirea ei permite să depășească și să învingă toate greutățile vieții, și de asemenea pagubele și catastrofele din viață. Actualitatea sau lipsa unui asemenea sentiment este similară actualității sau lipsei sentimentului de apartenență. Aceasta în experiențele cotidiene, de rutină, repetabile, tipice și netipice, acțiuni și situații omul își realizează sentimentul apartenenței la familie, vecinătate, locul de muncă, grup profesional (Łukasik, 2013, p.281-282).

se realizează oferind vieții sale sens.

Maria Straś-Romanowska consideră că

(...) omul în vârstă poate nu numai să se racordeze eficient la noile condiții, pe care le poartă bătrânețea și să mențină nivelul bun al vieții care se măsoară prin cantitatea satisfacțiilor cotidiene, și nu are de asemenea în această perioadă o șansă nemaipomenită de dezvoltare (Straś-Romanowska, 2002, p.27-28).

În stabilirea acestei chestiuni trebuie să facem trimitere la existența umană și la sensul deschis de el în evenimentele lumii. Ca dezvoltarea omului să aibă loc este necesară voința omului. Din păcate, procesul amintit reprezintă o provocare mare și unică în sensul său pentru oamenii în vârstă (Straś-Romanowska, 2002, p.34).

## I.2. Calitatea de viață a bătrânilor.

Aspectul calității vieții trezește interes în rândul cercetătorilor din multe domenii științifice (vezi de exemplu Zych, Bartel, 1990; Berdes, Zych, 1997; Zych, 2005b; Szatur-Jaworska, 2006; Szewcyczak, Stachowska, Talarska, 2012; Pikuła, 2012b; Tobiasz-Adamczyk, 2013). Indicatorii calității vieții sunt analizate din perspectiva științelor medicale, sociale și umanistice.

De-a lungul timpului omul în procesul dezvoltării a realizat numeroase schimbări, ca să îmbunătățească calitatea vieții sale. Din vechime tindea spre ridicarea nivelului vieții. Începea și dezvolta activități practice care aveau menirea să-l ajute în acest demers, totuși cercetările legate de satisfacția de viață sunt relativ la început de cale. Începuturile activității științifice de cercetare concentrate pe calitatea vieții trebuiesc căutate odată cu sfârșitul celui de-al doilea război mondial. În acea perioadă calitatea vieții a fost identificată cu viața bună în sensul consumator (Pikuła, 2013, p.84). Din a doua jumătate a sec. AL XX-lea conceptul calității vieții a fost introdusă în științele medicale, iar mai apoi treptat a devenit obiectul intereselor științelor sociale și umanistice.

Dezvoltarea cercetărilor în acest domeniu o datăm din anul 1971 când Angus Campbell a început cercetările cu privire la calitatea vieții cetățenilor SUA (Kowalik, 1993, p.76). Una din primele definiții ale având ca autor Norman C. Dalkey și Daniel L. Rourke a fost formulat în anul 1972 arată că și calitatea vieții se formează din satisfacția din viață și sentimentul fericirii (Dalkey, Rourke, 1972). În schimb A. Campbell a recunoscut că indicatorii care se referă la condițiile vieții nu pot să le înlocuiască pe cele legate de satisfacția de viață. A propus o grilă formată din șapte trepte a satisfacției în următoarele domenii: căsătorie, viața familială, sănătate, vecinii, prietenii și cunoștinții, munca profesională și de casnică, viața în țara dată, locul de trai, standardul de viață, timpul liber, nivelul de școlarizare și eficiența sa, casa și securitatea financiară (Campbell, Converse, Rodgers, 1976).

În accepțiunea științelor sociale și umanistice de calitatea vieții sunt legați factorii de mediu: așa ca: locul de trai, modul de petrecere a timpului liber, locul de muncă și venitul (Campbell, Converse, Rodgers, 1976). Cercetările lui A. Campbell au trezit interesul legat de problematica calității vieții în SUA și totodată au dus la consolidarea convingerii că viața omului trebuie să fie concepută complex, deoarece calitatea depinde nu numai



de el însuși (factorii biologici, psihici și sociali), dar de asemenea și de mediul în care el trăiește și activează (Bańka, 1995, p.19).

La rândul său John C. Flanagan în anul 1978 a arătat că sferile enunțate pot să aibă de la bun început o importanță diferită pentru persoanele cercetate. Pentru aprecierea nivelului satisfacției din domeniile diferite ale vieții cercetătorul a propus folosirea indicatorului greutateii, datorită căruia se poate aprecia cât de importante sunt sferile analizate pentru cercetare. El era convins că aprecierea în acest mod a calității vieții va deveni mai subiectivă (Flanagan, 1982, p.56).

O înțelegere îngustă a calității vieții o definește Erik Allardt, care realizează contracararea a două perechi de sensuri, care sunt: bunăstarea și fericirea și nivelul de viață și calitatea vieții. Prima din ele are un caracter obiectiv și se referă la nivelul de satisfacere a necesităților. El vede în schimb fericirea ca un sentiment subiectiv. Nivelul de viață îl leagă de realizarea necesităților materiale în cadrul sistemelor sociale formate, iar calitatea vieții cu necesitățile ei, care nu pot fi liniștite prin bunuri materiale (Wnuk, ș.a., 2013, p.11).

Odată cu dezvoltarea cercetărilor asupra problematicii calității vieții s-a început să se înțeleagă toate aspectele existenței (Torrance, 1987, p.14). Cercetătoarea poloneză Krystyna de Walden-Gałoszko în 1987 a afirmat: calitatea vieții este aprecierea propriei situații de viață, realizată într-un anumit timp și care ține seama de ierarhia de valori acceptată sau diferențele între situația reală a omului și situația pe care el și-o dorește (de Walden-Gałoszko, 1993).

Referindu-se la definiția sănătății din anul 1946 și a definiției calității vieții din 1993. Organizația Internațională a Sănătății a pus bazele pentru o nouă abordare a tematicii sănătății și bolii. Așa calitatea vieții e (...) percepția de către propria persoană a propriei situații de viață în contextul condiționărilor culturale, a sistemului de valori și a legăturii cu scopurile sale, norme și interese (World Health Organization, 1993).

Acceptția largă a calității vieții reprezintă aprecierea completă a sănătății fizice, a stării emoționale, încrederii în sine în viață, a nivelului de independență de mediu, relațiile cu oamenii și cu credințele și convingerile persoanei. Calitatea vieții omului nu trebuie să se analizeze numai și exclusiv în categorii fizice, iar de asemenea posibilitățile îmbogățirii spiritului, intelectului, posibilități de formare, de asemenea a creației și creativității. Așa numita calitate a vieții este o categorie filozofică care cuprinde valori materiale, nemateriale și spirituale.

Romuald Kolman calitatea vieții o înțelege ca (...) nivelul de satisfacere a necesităților spirituale și materiale ale omului, nivelul de satisfacere a cerințelor care specifică nivelul existenței materiale și spirituale a individului și a întregii societăți, nivelul de realizare a așteptărilor normalității convenționale în activități și situații cotidiene (Kolman, 2000, p.2).

Analizând chestiunea calității individului trebuie să ținem seama de zona de activitate a omului, care nemijlocit și mijlocit acționează asupra existenței sale. Din acest grup fac parte: condiția fizică, materială, socială, emoțională, spirituală, satisfacția de propria utilitate, și de asemenea: securitatea socială, sănătatea, timpul liber, mediul natural al omului etc. Sensul de calitate a vieții în sens subiectiv are o legătură nemijlocită cu sfera psihică a omului și cu sistemul de valori acceptat de om, aspirațiile lui, așteptări, precum și cu cerințele grupelor sociale, cu care interacționează. De asemenea este un sens care se include la așa zisa categorie dinamică (în spațiul de timp și loc, ea se poate schimba). E important să se precizeze că condițiile subiective au o influență decisivă asupra calității vieții omului. Un rol esențial aici îl joacă senzația de fericire, speranță, temeri și spaimă.

Analizând literatura subiectului se poate spune că unii cercetători (Rybczyńska, Olszak-Krzyżanowska, 1995; Kantowicz, 2001; Zych, 2005b, 2009) accentuează aspecte caracteristice a calității de viață și le atribuie diferitor domenii ale științei. Așa pedagogii se ocupă de ei în contextul valorilor, scopurilor și tendințelor, psihologii, sentimentul mulțumirii, fericirii și bunăstării, iar sociologii stilului de viață socială. Se poate aici concluziona că oamenii de știință, care cercetează calitatea vieții în acest domeniu, cel mai des se conduc de scara care acceptă valori de la cea înaltă până la medie și scăzută. Mai greu se poate găsi plastul nivelului, în care calitatea vieții nu va fi exprimată doar în sens valoric. Se evidențiază mai apoi calitatea vieții cercetată în sens subiectiv și obiectiv, și de asemenea din considerent al diferenței care reiese din sistemul valoric, al atitudinilor etice și concepții realizate ale dezvoltării (Borys, 2001, p.17). Așa abordarea obiectivă face posibilă aprecierea nivelului de viață în baza acumulărilor cantitative și calitative a măsurilor obiective. În schimb, subiectiv crează posibilități de apreciere a calității vieții, ținând seama de aprecierea nivelului satisfacției omului față de nivelul de satisfacție.

Totuși calitatea vieții nu ține nemijlocit de bunurile avute nici de ceea ce despre noi gândesc alții. Despre aceea decide experiența, atâta timp cât controlul conștiinței determină calitatea vieții noastre. Cercetările efectuate în acest domeniu arată că atunci când vor deveni tranșate principalele probleme legate de viață întăresc noi necesități și așteptări. Așteptări mai mari și beneficii cu atât mai mult împing senzația de mulțumire, pentru care omul spera datorită acelor bunuri (Csikszentmihalyi, 1996, p.30).

Jan Rutkowski la factorii care formează calitatea vieții, adaugă și factorii subiectivi (valori și conținuturi atribuite sub sensul de mulțumire de viață, așteptări, aprecierea trecutului și aprecierea perspectivelor, acceptarea punctului de referință, comparația cu trecutul, aspirații) și factorii obiectivi (realitatea obiectivă, în care trăim, structura social-economică și demografică a populației date) (Rutkowski,

1988, p.22). O altă concepție o prezintă Janusz Czapiński (1992). El identifică înainte de toate calitatea vieții cu sensul de bunăstare sau fericire. La conceptualizarea ei se utilizează și indicatori obiectivi, care se referă la condițiile de viață, ca și subiective, adică criterii valorice individuale. Dimensiunea subiectivă se referă și la cele sociale, materiale, de mediu, sănătate și trecute la categoriile altor zone de funcționare din perspectivă cognitivă (aprecierea valorică cu privire propria viață – actuală, trecută și viitoare). În componența sa intră în afară de aceea alte două indicii: voința de viață și dorința de viață (Wnuk ș.a., 2013, p.12).

O propunere interesantă pe terenul pedagogicii este legată de conceptualizarea calității vieții prin prisma clasificării valorii a lui Max Scheler a fost prezentată de Józef Maciuszek (1994). Conform lui calitatea vieții trebuie caracterizată concentrându-ne asupra principiului realizării valorii din trei niveluri stabilite: hedonistic, vital și spiritual. În primul caz, acestea sunt valori care reies din plăcere, desfătare, iar calitatea vieții reprezentată aici este nivelul de satisfacere a necesităților fiziologice și materiale legate cu bunurile folosite. În al doilea nivelul vital se identifică cu vigoare fizică, eficiența legată de disciplina sportivă, și de asemenea cu popularitatea, puterea și poziția în societate. Al treilea aspect sunt valorile spirituale, care se referă la toți oamenii, care se concentrează asupra frumuseții, eticii vieții, moralitate, tendință și a cunoașterii adevărului. În religiozitate vom vedea de asemenea și spațiul, unde persoana este legată de sacralitate și își găsește valoarea sa prin legătura puternică cu Dumnezeu.

R. Kolman realizând cercetările cu privire la calitatea vieții în sensul obiectiv includ indicatorii de cercetare până la dimensiunea economică. El diferențiază sfera familială, psihică, profesională, somatică, de mediu și habitat. Pentru sfera familială un indicator esențial va fi costul unei unități de aprovizionare, iar pentru sfera habitatului costul locuinței (Kolman, 1977).

Dennis Raphael, Rebecca Renwick, Ivan Brown și Ted Myerscough (cercetătorii din Centrul Promovării Sănătății din Toronto) a prezentat modelul exemplar al calității vieții, în care se înscriu trei domenii: a fi (fizic, psihologic, spiritual), a aparține (fizic și social), a sta (în activitate, în odihnă, dezvoltare) (Dziurawicz-Kozłowska, 2002).

Calitatea vieții este condiționată prin mulți factori, în rândul cărora un rol important îl joacă condiționările individuale – dependente de viața de până acum a individului. E important să stabilim că problema enunțată obține o importanță în contextul îmbătrânirii societăților. Prelungirea vieții umane duce că o parte importantă a populației tinde să simtă nivelul înalt al bunăstării fizice, psihice și emoționale. Factorii care influențează asupra calității vieții a persoanelor în vârstă sunt: starea fizică, emotivitate, capacitatea de a face față pe teren social și

intelectual, satisfacția de viață, un statut economic corespunzător, vitalitatea, pasiunile și capacitatea de administrare a timpului liber.

În gerontologie calitatea vieții se caracterizează în categoria vieții bune, condiționată de nivelul independenței în funcționarea fizică, emoțională și socială (Farquhar, 1995, p.24). Trebuie să se accepte că sensul acesta este condiționat de starea de sănătate, pe care a formulat-o Harvey Schipper (Pikuła, 2013, p.93). În literatura poloneză a subiectului acest sens funcționează în trei dimensiuni: calitatea vieții dependentă de sănătate, calității vieții legate de starea de sănătate și calitatea vieții condiționată de starea de sănătate (Dziurawicz-Kozłowska, 2002). Fiecare mod de conceptualizare a vieții condiționată de starea de sănătate trebuie să se refere la trei domenii: sentimentelor, funcționalității și viitorului. Domeniul sentimentelor se referă la senzația bunăstării individualității în toate domeniile vieții. Domeniul funcționării are legătură cu activitatea fizică, cognitivă și interpersonală. În schimb domeniul viitorului se limitează la prognozarea schimbărilor, care pot să intervină în celelalte două domenii (Dziurawicz – Kozłowska, 2002, Wnuk, ș.a., 2013, p.15). H. Schipper înțelege calitatea vieții condiționată de starea de sănătate ca un efect funcțional al bolii și consecințele însănătoșirii din punctul de vedere al pacientului. În schimb pentru James E. Till ele sunt fizice, sociale și psihice aspecte ale senzației pacientului care au fost provocate de boală și dizabilitate (Jaracz, 2001, Wnuk, ș.a., 2013, p.15).

Literatura subiectului accentuează de asemenea o mare influență a religiozității asupra calității persoanelor în vârstă. S-a demonstrat că angajarea religioasă prin înmulțirea resurselor psihosociale ale seniorului care acționează pozitiv asupra stării lui de sănătate, reduce stresul și face posibilă adaptarea la bătrânețe (Woźniak, 2006, p.207). K. De Walden-Gałuszeko (1997) de asemenea arată că includerea domeniului spiritual la aprecierea calității vieții va fi condiționată de starea de sănătate.

### I. 2.1. Indicatorii calității vieții

Senzația calității vieții se schimbă împreună cu dezvoltarea omului. Factorii care odată erau esențiali pe durata anilor devin depășiți. În locul lor apar noi categorii care mai înainte nu au fost apreciate și luate în seamă în definirea celor mai importante criterii.

Organizația Internațională a Sănătății a definit sensurile care fac posibilă măsurarea calității vieții. Categoriile prezentate împreună cu gamele amintite devin un punct de ieșire pentru construirea uneltelor de cercetare în șase domenii care sunt prioritare, în special în contextul îmbătrânirii populației.

Tabelul I. Domeniile și categoriile calității vieții

Domeniul	Categoriile
1	2

Psihic	Boală, lipsa de gust, energia, oboseala, somn, odihna
Psihologic	Senzațiile pozitive, gândirea, învățarea, memoria, concentrarea, stima față de sine, imaginea externă și senzațiile negative
Nivelul de independență	Mobilitatea, faptele din viața cotidiană, dependența față de medicamente sau terapie, abilitatea față de muncă
Relațiile sociale	Relațiile personale, suportul social, activitatea sexuală
Mediul	Securitatea fizică, mediul casnic, mijloacele financiare, sănătatea și tutela socială, existența și calitatea ocaziilor obținerii noilor informații și eficienței, timpul liber și ocaziile pentru odihnă, mediul fizic (contaminare, dezordine, traficul, clima), transportul
Spirituală	Viața spirituală, religia, închipuirea personală despre credință

Sursa: WHOQOL Group, The World Health Organization, 1995.

Persoana în vârstă este caracterizată prin sentimente atât pozitive cât și negative devine din ce în ce mai sensibilă și vede frumusețea vieții și împreună cu asta fragilitatea sa. Necesitățile care odată erau expresia vieții sale, trec pe plan mai îndepărtat, fiind mai puțin esențiale decât în „floarea vieții”. Apar noi scopuri dictate de scopuri de viață, care definesc calitatea vieții la vârsta înaintată. Calitatea precedentă a vieții omului, intensitatea sa, evenimentele importante din viață au o importanță mare de funcționarea de mai târziu a bătrânilor. Modelul unitar al calității vieții a persoanelor în vârstă arată următoarele diapazoane și categorii ale generației în vârstă (Peace, 1990).

Tabelul 2. Categoriile care fac posibile stabilirea calității vieții

Autonomia personală	Dreptul de a alege, luarea deciziilor, controlul, intimitatea
Satisfacția exprimată	Satisfacția de viață, bunăstarea psihologică, atitudinea pozitivă
Starea de spirit fizică și psihică	Sănătatea fizică și psihică, dizabilitatea, dependența
Statutul socioeconomic	Veniturile, profesia, starea civilă, standardul de viață
Calitatea mediului	Căldura, confort, securitatea, spațiul psihologic
Intențiile	Faptele cotidiene, munca, recreația, interesele
Integrarea socială	Asigurarea socială, relațiile familiale, rolurile sociale, atitudinea cetățenească

Sursa: în baza lucrării lui Bauman, 2006, p.168.

Analizând literatura de specialitate a subiectului, se poate spune că în domeniul calității vieții a persoanelor în vârstă se înscriu: calitatea mediului, stabilitatea economică, bunăstarea psihologică, sănătatea, creșterea personală, satisfacția de viață, familia (Seed, Liloyd, 1997).

Calitatea vieții poate fi de asemenea înțeleasă ca nivelul de satisfacere a necesităților materiale și nemateriale a personalității și a grupurilor sociale precum și prin indicatorii obiectivi și subiectivi. Între cele obiective se evidențiază: durata medie a vieții, diapazonul sărăciei, nivelul de educație, în schimb între cele subiective: nivelul de satisfacție față de condițiile vieții și de diferitele sale aspecte, nivelul de sănătate, stresul, sensul vieții individului (Peace, 1990).

Pe lângă indicatorii numiți mai sus ai calității vieții este util să amintim aici de aceia propuși de către Katarzyna Baumann. Autoarea prezintă indicatorii așa zisilor indicatori care într-o măsură mai mare sau mai mică influențează calitatea vieții a persoanelor în vârstă:

I. Bunăstarea fizică (physical well-being):

- Energia, activitatea, funcționalitatea;
- Sexualitatea;
- Calitatea asistenței medical;
- Lipsa bolii;
- Timpul necesar pentru odihnă și somn;

II. Bunăstarea financiară și materială:

- Independența financiară;
- Asigurarea financiară;
- Venituri din diferite surse;
- Stăpânirea bunurilor materiale (de exemplu: locuința, autoturism).

III. Bunăstarea personală (personal well-being):

- Sănătatea psihică;
- Fericirea;
- Autoaprecierea;
- Demnitatea;
- Identitatea;
- Durata dezvoltării;
- Aspectul exterior/ imaginea de sine
- Memoria;
- Controlul asupra vieții personale;
- Independența;
- Spiritualitatea;
- Lipsa stresului;
- Dragostea;

- Instruirea;
  - Ușurința adaptării;
  - Posibilitatea alegerii.
- IV. Bunăstarea socială (social well-being):
- Familia;
  - Prietenia;
  - Viața bogată în prieteni;
  - Susținerea socială.
- V. Satisfacția de viață
- Reminiscente;
  - Împlinirea;
  - Plenitudinea vieții;
  - Creativitatea;
  - Starea spiritului.
- VI. Scopul vieții (purposeful well-being):
- Altruismul
  - Angajarea, participarea în viața celorlalți;
  - Procesul productiv al îmbătrânirii.
- VII. Bunăstarea estetică
- Timpul liber;
  - Interesele, hobby;
  - Contactul cu muzica, arta, literatura.
- VIII. Bucuria/veselia (joyfulness):
- Plăcerile mici și mari (mâncarea, călătoriile);
  - Distracția și plăcerea.
- IX. Bunăstarea morală (moral well-being) conștiința curată și liniștită.
- X. Bucuria de viață – senzație că ar fi util să trăiești
- XI. Spiritualitatea – credința personală/convingerile religioase.
- XII. Viața de zi cu zi:
- Elementarul;
  - Simplitatea;
  - Naturalitatea;
  - Libertatea de absorbirea trecutului și viitorului.
- XIII. Sfârșitul vieții:
- Calitatea morții;
  - Sentimentul controlului;
  - Calitatea tutelei (minimalizarea bolii și a suferinței) (Baumann (2006, p.169-170).

Reiese că nu atât calitatea vieții cât anumite dimensiuni depind de următoarele condiții: populația în care omul trăiește, sexul și rasa, starea de sănătate, vârstă și instruire. Ierarhia se schimbă odată cu trecerea timpului și a schimbărilor în viața omului. Cercetările cu privire la calitatea vieții seniorilor arată că principalul factor care influențează asupra calității vieții este sănătatea fizică. Trebuie însă constatat că problema calității vieții persoanelor în vârstă cuprinde de asemenea sociale, de asistență, de instruire, medicale, economice, juridice și politice. Ele reies din condiția existențială a seniorilor și sunt legate de practica organizării asistenței oamenilor în vârstă. În așa înțeles calitatea vieții este o categorie cumulativă, care se formează din: sănătatea psihică și fizică, starea materială, condițiile de muncă și odihnă, posibilitățile dezvoltării personale, calitatea relațiilor cu cei apropiați, subiectivismul, posibilitățile realizării tendințelor și speranțelor (Mielczarek, 2012).

Este greu să definim univoc și să stabilim calitatea vieții populației în vârstă. Asta reiese înainte de toate din faptul că, calitatea vieții este un concept multiaspectual, care ia în calcul multitudinea factorilor biologici, psihologici și sociali. Fiecare personalitate este individuală, are diferite necesități și preferințe, de aceea simțirea bunăstării are o importanță diferită pentru fiecare persoană în parte. Criteriile generale care se înscriu în canonul care definește calitatea vieții, sunt o categorie deschisă, pot fi lărgite cu noi indicatori și interpretate în mod subiectiv, caracteristic pentru această persoană.

### I.3. Caracteristica necesităților persoanelor în vârstă.

Îmbătrânirea societăților ca o problemă demografică pune societățile moderne în fața unei provocări importante. Conform prognozelor GUS pentru anii 2008-2030 oamenii în vârstă vor forma un grup din ce în ce mai mare, iar ceea ce vine după – pentru ei va fi necesară susținerea din partea celorlalți. De aceea, chestiunea bătrâneții ca o fază a vieții omului este foarte importantă nu numai din perspectiva individuală, dar de asemenea și socială, inclusiv economică și culturală. Bătrânețea reprezintă o etapă finală a vieții omului. Este o legătură dinamică și sinergetică a proceselor biologice și psihice precum și a multor schimbări în sfera socială a activității individului. În acea fază apar evenimente de viață tipice pentru ea, misiuni de dezvoltare, roluri sociale, trăiri și atitudini dominante. Reies din ele de asemenea schimbări legate de intensitatea diferitor necesități (Szatur-Jaworska, 2000, p.33-34). Însuși sensul necesității poate fi definit diferit. Cel mai des se înțelege ca un sinonim al tendințelor, avansului sau motivării. Satisfacerea necesităților este necesară pentru funcționarea propriu-zisă a omului, menținerea echilibrului psihic și menținerea rolului menționat în societate. În sensul psihologic cea mai cunoscută este tipologia necesităților formulată de Abraham Maslow. Ea cuprinde necesitățile de bază necesare pentru viață și necesitățile de ordin superior,



care sunt satisfăcute după acele dintâi. Bătrânețea este o etapă în care apar în special toate necesitățile, dar așa cum arată Maria Susułowska, unele din ele se activează și dau de știre într-un mod mai puternic decât în etapele precedente ale vieții. Bătrânețea este o așa fază a vieții în care se schimbă importanța și intensitatea unor necesități, de exemplu mai puternic se resimte atunci securitatea, apartenența și stima (Susułowska, 1989, p.329). În special este importantă de asemenea necesitatea utilității sociale, acceptarea și legătura emoțională, deoarece ele dau sens vieții omului care îmbătrânește. Trebuie precizat că în perioada bătrâneții se schimbă structura necesităților – unele se micșorează, altele cresc. Aceasta este legat de viața de până atunci, statutul familial și social, instruirii, ca și condițiilor de intrare în perioada bătrâneții. De aceea, așa cum accentuează Walentyna Wnuk, necesitățile seniorilor trebuie analizate din două puncte de vedere:

(...) aceluiași ca și la alte grupuri de vârstă și în plus, legate de starea de sănătate, situația socială, condiția psihico-fizică. În cazul persoanelor în vârstă în afara necesităților materiale, care asigură traiul, trebuie evidențiate necesitățile, sau mai degrabă așteptările cu caracter psihosocial (Wnuk, 2002, p.17).

O clasificare adecvată a acelor necesități a fost realizată de gerontologul american Clark Tibbits:

- Necesitatea realizării acțiunilor folositoare social;
- Necesitatea recunoașterii ca o parte a societății, societății, grupei și de a juca un rol determinat;
- Necesitatea de ocupare a timpului liber în creștere într-un mod satisfăcător;
- Necesitatea de menținere a relațiilor normale tovarășești;
- Necesitatea de recunoaștere ca o individualitate;
- Necesitatea de creare a ocaziilor și necesităților pentru autoexpresie și sentimentul realizărilor;
- Necesitatea stimulării corespunzătoare psihice și intelectuale;
- Necesitatea de apărare a sănătății și de acces la asistența de sănătate;
- Necesitatea corespunzătoare a modului de viață stabilit și de menținere a relațiilor cu familia;
- Necesitatea satisfacției spirituale (Tibbits. 1960).

Așa cum reiese din analiza necesităților prezentate, oamenii în vârstă într-o măsură mai mare decât cei mai tineri necesită relații corespunzătoare cu mediul în care trăiește. Anume în acea etapă a vieții cresc necesitățile recunoașterii, stimei, grijei. În continuare tind să fie utili. Nu sunt dispuși pentru obținerea succeselor, realizarea modificărilor, schimbarea propriilor condiții de viață etc. Ceea ce trebuie cel mai mult – securitatea și stabilizarea, deoarece nu mai au cerințe înalte, dacă este vorba de asigurarea bunurilor materiale. Nu au de asemenea un stil

consumator de viață, care poate fi observat la generațiile contemporane ale tinerilor. Conform gerontologilor (Wiśniewska-Roszkowska, 1989; Zych , 2009) o importanță mai mare în acea perioadă o primesc necesitățile psihosociale.

B.Synak evidențiază cinci necesități la oamenii în vârstă:

1. Necesitatea de apartenență – necesitatea integrării sau tovarășiei. De satisfacerea ei depind intensitatea contactelor, însingurarea, locul în familie, legătura cu mediul precedent.

2. Necesitatea utilității și a recunoașterii se exprimă prin participarea în formele instituționale ale activității sociale sau în executarea diferitor acțiuni pentru beneficiul familiei.

3. Necesitatea de independență – legată de nivelul de independență a persoanei în vârstă în noul mediu pentru ea și în noile condiții. De aceea pentru senior este atât de importantă independența spațiului de trai și independența economică.

4. Necesitatea securității – este vorba aici de securitatea fizică și psihică. Ele se compun din posibilitatea de a se folosi de instituțiile locale, de felul în care se simt în cartier, susținerea în familie și în mediul cunoscuților și prietenilor.

5. Necesitatea satisfacțiilor de viață – se referă la mulțumirea subiectivă de propriul loc în noul mediu. Este cel mai important indicatoriu al adaptării persoanei în vârstă în noile realități (vezi Orzechowska, 1999, p.25).

Generalizând cele de mai sus, este important să se atragă atenția asupra condiționării psihofizice a unor aspecte menționate. Pentru seniori este importantă necesitatea de a fi recunoscuți, des realizată prin senzația prestigiului înțeles ca acordarea stimei corespunzătoare în mediul cel mai apropiat. Bătrânețea în Polonia apare în chipul în care de oamenii în vârstă se interesează diferite instituții publice, consilii etc., și încă și familia. Totuși, așa cum rezultă din raportul despre situația oamenilor în vârstă în Polonia (Błędowski ș.a., 2012), majoritatea absolută a polonezilor, indiferent de vârstă – se simt iubiți și stimați. Nivelul de satisfacere acestei necesități nu este mai mic în rândul celor mai în vârstă (65 de ani și mai mult) decât în rândul tinerilor. Altfel lucrurile stau în ceea ce privește necesitățile religioase. Aici nivelul la oamenii în vârstă este înalt. Datorită participării la slujbele religioase în afara necesităților spirituale ei își satisfac de asemenea necesitățile importante pentru ei cu privire la contactele sociale (Błędowski ș.a., 2012, p.40-41).

Autorii raportului precizează că necesitatea securității este una din necesitățile fundamentale ale omului resimțită de-a lungul întregii vieți și nu numai din punctul de vedere al securității materiale, dar de asemenea psihică și fizică. Cum rezultă din datele prezentate în raport, persoanele în vârstă mai mult resimt nivelul de amenințare din partea mediului patologic, în care lor le-a revenit să

trăiască. Aceasta o confirmă de asemenea cercetările privitoare la fenomenul violenței în rândul seniorilor realizate de cercetătorii atât din Polonia, cât și din străinătate (Zych, 2009, p.147-160). Din analiza literaturii gerontologice rezultă că violența față de persoanele în vârstă se ia în considerație din două perspective. Este identificată cu violența familială (Johnson, 1986; Hwalek, Sengstock, 1986; Freeman, 2008) sau sunt accentuate formele ei (fizică, neglijarea, psihologică, sexuală, materială, încălcarea drepturilor, izolare, violența financiară) și urmări (rănirea emoțională, fizică) (între alții Lan, Kosberg; Block, Sinnott; Hickey, Douglas; Rathbone-Mc Cuan; Chen; Gioglio ș.a. conform lui Hwalek, Sengstock, 1986).

Violența așa cum accentuează Beata Tobiasz-Adamczyk (2009) reprezintă rezultatul mai multor condiții legate între ele. Acestea-s înainte de toate urmarea interacțiunii mai multor factori, care pot să fie enunțați în dependență de modul de violență:

1. La nivel individual este istoria individului, datele biografice ale acestei persoane, condiția biologică arată cum oamenii pot să fie potențiale victime ale violenței sau agresori provocând violența. Factorii la nivel individual – „a fi pradă relei tratări”, violența în copilărie, tulburările psihologice, dezechilibrul personalității, probleme cu alcoolul, folosirea substanțelor psihoactive, violența și istoria agresiunii față de victimă sau ascunderea faptuitorului.
2. Relațiile interumane (în familie, cu prietenii, cunoșcuții, partenerii apropiați sau cu semenii săi) pot de asemenea să influențeze asupra riscului comportamentului legat de violență.
3. Factorii de risc legați de locul de trai sau de apartenență (școală, vecinătate, locul de trai) nivelul înalt al șomajului, mobilitatea socială, densitatea populației, existența grupurilor care practică un comportament riscant.
4. Factorii decizionali sociali, cum violența este tratată, dacă este un indicator al „curajului”, sau este interzisă, sau există diferențe în inegalitățile sociale, care condiționează accesul la mijloacele de violență; sau modele sociale și culturale ale comportamentelor tratează violența ca un mijloc al rezolvării problemelor și dominației (de exemplu a părinților asupra copiilor; a bărbaților față de femei) (Tobiasz-Adamczyk, 2009, p.17).

Conform lui WHO datele cu privire la violența față de persoanele în vârstă sunt micșorate cu aproape 80% (WHO, 2008). WHO apreciază că în jur de 4% până la 6% a persoanelor în vârstă a luat cunoștință într-un mod sau altul o tratare rea acasă (WHO, 2011), iar cel puțin 4 milioane de seniori au cunoscut maltratarea în cursul unui singur an în Regiunea Europeană WHO (WHO, 2011). Pe lângă creșterea interesului față de problemele violenței față de persoanele în vârstă în continuare lipsesc cercetările la nivel de țară asupra acestei chestiuni. Lipsa lor la

nivel de țară reprezintă un obstacol în aprecierea nivelului fenomenului. Cercetările de până acum cuprindeau mici încercări exclusiv pe teritoriul unor orașe/voievodate. În baza lor se poate stabili dimensiunea problemei violenței în unele orașe sau regiuni. Cercetări de asemenea au fost efectuate în câteva regiuni de exemplu în Białystok la mijlocul anilor 90 și în anii 2006-2010 (Halicka, Halicki, 2010), în Cracovia în anii 2001-2003, și 2007-2009 (Tobiasz-Adamczyk, 2003, 2009), în Poznań în anii 2002-2003 (Twardowska-Drożak, 2006), în Bydgoszcz în anul 2002 (Sygit, Ossowski, 2002), în Białystok în anul 2012 (Nawrocka, 2012) sau de asemenea ample cercetări în anii 1999-2001 au fost realizate sub conducerea lui Synak în șapte comune din Polonia (Synak, 2002). Pe lângă faptul că datele adunate în baza cercetărilor de până acum sunt fragmentare, indubitabil este faptul că sentimentul de pericol și scara fenomenului violenței față de persoanele în vârstă există și crește (Zych, 2009, p.147-160). Violența este nu numai o urmare a suprasarcinii asistenților familiari necalificați și a stresului legat de realizarea asistenței, dar poate avea de asemenea și un substrat financiar (primirea banilor, controlul impozitelor).

O necesitate foarte importantă din perspectiva oamenilor în vârstă este necesitatea satisfacerii de viață. Pentru satisfacerea ei are influență, balanța vieții, caracteristică pentru această perioadă a dezvoltării. Fiecare om în procesul identificării des acordă importanță evenimentelor și proceselor, care apar în cadrul acestui proces. Interpretează succesele, după cum și munca sau suferințele, prin care trece:

Oferirea vieții a sensului apartenenței corespunzătoare a omului către viitor și reiese din sistemul priorităților personale, create în jurul valorilor recunoscute, a scopurilor puse și a misiunilor individuale îndeplinite (Oleś, 2000, p.228).

Oferirea vieții a sensului, stabilirea reflecțiilor, interpretărilor, amintirea propriilor succese, realizări, înfrângeri, bilanțul vieții sunt în special caracteristice pentru perioada bătrâneții. Important este procesul stabilirii bilanțului vieții, reieșit din conștientizarea sfârșitului său. În procesul realizării bilanțului, omul face trimitere la memoria autobiografică. Așa cum arată Wiesław Łukaszewski acea știință se referă la

(...) stările proprii persoane: a proprietăților fizice, propriei emoționalități, a calităților proprii, a lipsurilor sale sau avantajelor, competențelor sociale și așa mai departe. Într-un cuvânt este ceva în sensul autoportretului psihologic, care se caracterizează prin faptul că îi atribuie o mare siguranță și relevanță a judecăților (Łukaszewski, 2003, p.257).

Acel bilanț de asemenea reprezintă realizarea aprecierii a valorilor recunoscute până atunci,

(...) a nivelului realizării planurilor anterioare și visurilor (succese și înfrângeri), ceea ce în consecință poate duce la revalorificări, reorganizări ale priorităților, stabilirea noilor scopuri, misiuni și schimbarea stilului de viață (Chmura-Rutkowska, Ostrouch, 2007).

Bilanțul vieții ca o condiționare critică față de evenimente, realizări și insuccese de-a lungul întregii vieți poate fi pozitiv sau negativ (Suszałowska, 1989). Față de factorii care îl determină se numără nivelul de satisfacere a necesităților prin om (cu cât mai multe necesități importante au fost satisfăcute cu atât mai mare este șansa că bilanțul va fi pozitiv), maturitatea emoțională și socială (cu cât mai mare este maturitatea, cu atât mai multe șanse sunt pentru un bilanț pozitiv), realizarea scopurilor recunoscute ca de valoare (cu cât mai multe scopuri au fost realizate cu atât mai pozitiv va fi bilanțul vieții), situația de viață actuală (omul bolnav, singur nu va fi dispus să aprecieze pozitiv viața sa) (Dyczewski, 1994, p.84).

Cu toate că reflecția asupra propriei vieți are loc la diferite faze ale lui (Brzezińska, 2000; Miś, 2000; Oleś, 2000; Harwas-Napierała, Trempała, 2002; Straś-Romanowska, 2001; Szuszkiewicz, 1998) pentru omul în vârstă bilanțul este nu numai o apreciere a anilor trăiți, dar și (...) momentul în care își conștientizează că promovarea în viață a schimbărilor esențiale, realizarea noilor intenții nu au mari șanse pentru realizare, deoarece lipsesc pentru așa ceva forțe, timp, sau posibilități de întoarcere spre chestiuni, care în trecut au fost soluționate necorespunzător (Błędowski, ș.a., 2010, p.38).

El așteaptă susținerea și ajutorul chiar și în viața de zi cu zi. Dincolo de asta bătrânețea se leagă deseori cu bolile cronice și nivelul înalt de dizabilitate. Autorii mai multor lucrări cu privire la bătrânețe subliniază că odată cu trecerea anilor intervine de asemenea și medicalizarea necesităților persoanelor în vârstă, deoarece crește necesitatea pentru serviciile medicale. Ajutorul asistentei medicale devine importantă, asistența medicală, deseori este necesară spitalizarea, și plasarea în casele permanente de asistență, hospițiu (Bojanowska, 2009; Tarkowska, 1994). Crește recunoașterea asistentului social ca specialitate de muncă cu persoanele în vârstă.

Necesitățile oamenilor în vârstă de regulă au un caracter complex. În aprecierea procesului de îmbătrânire a omului în afară de vârsta calendaristică, care numai într-o măsură mică determină eficiența spirituală și fizică a omului, este necesar de a se lua în seamă de asemenea vârsta biologică și a stării psihice și situației sociale. La aceste aspecte se referă și tipologia necesităților propuse de către Howard McClusky a cărei legitimitate de enunțare se sprijină în specificul problematicii anunțate în prezenta lucrare – și anume sensul vieții. McClusky enunță cinci tipuri de necesități psihice ale omului în vârstă. Ele sunt:

1. Necesitatea de a se autoadministra procesul de îmbătrânire și de a-l corela cu scăderea energiei și vitalității cu finalitatea acceptării schimbărilor nu numai biologic-fiziologice, dar înainte de toate psihice, în aceea foarte importante sunt necesitățile de autoadministrare cu schimbările poziției și rolului social, iar de asemenea cu greutățile financiare, de sănătate, boli sau cu dizabilitatea care se apropie;
2. Necesitățile de expresie care cuprind tendința pentru exprimarea propriei personalități sau individualități prin intermediul activității familiale sau sociale;
3. Necesitatea participării în sociabilitate (ca de exemplu familia, prietenii, vecinii sau vecinătatea apropiată) realizată deseori prin instruire pentru participare socială, evident că aceasta trebuie să fie o participare la propria alegere;
4. Necesitatea de a influența asupra propriei vieți, condițiile ei și de a lua decizii de viață;
5. Necesități transcendente care privesc conștientizarea perspectivei și a importanței propriei morți, ca să fie evitată disperarea și să se obțină integritatea interioară (McClusky, 1973, p.324-331; Zych, 2009, p.24-25).

Ca omul în matur fără a ține seama de fazele vieții lui și vârsta pe care o are să poată oferi vieții un sens și să realizeze scopurile pe care și le-a propus, trebuie să aibă satisfăcute necesitățile supreme.

Trebuie subliniat că necesitățile arătate (acelea, clasificarea lor anterioară și tipologia) precum și factorii prin care ele sunt satisfăcute se determină reciproc (Schifele, Staudt, Dach, 1998, p.3). Stefan Garczyński consideră că omul obține propria conștiință prin imitație și tinderea spre ceea ce au alți oameni (Garczyński, 1972, p.15). Astfel se explică tendințele și necesitățile celor care trăiesc în timpurile moderne, iar în acestea și cele ale oamenilor în vârstă, care sunt mult mai exigenți față de viață decât strămoșii lor din secolele precedente.

Conform opiniei lui Tomasz Kocowski  
 (...) multe tendințe umane subiective sau dorințe își au rădăcinile sale în finalități obiective, care reies din drepturile fiziologiei, ecologiei sau a organizării sociale și că acolo mai degrabă ar trebui căutate sensul necesității și sursa proceselor motivaționale (Kocowski, 1982, p.42).

El consideră că necesitatea este un sens care înseamnă o relație care apare (...) între un anume sistem (subiect), scopul acelu sistem și condiția realizării acelu scop (...). Necesitatea omului care realizează acel scop (...) așa zisul fiecare condiție necesară sau favorabilă acelu scop, care se lasă apreciat obiectiv (Kocowski, 1982, p.58, 64).

Autorul împarte necesitățile în existențiale, procreare și dezvoltare, funcționale, sociale și psihice. Între acele dintâi se pot evidenția necesitățile alimentare, recreative, de sănătate, de securitate, de locuință. La necesitățile din

categoria procreării și a dezvoltării la persoanele în vârstă se adaugă și necesitățile de tutelă, didactice, familiale, autorealizării. În continuare necesitățile funcționale sunt necesitățile informaționale, locomotorii, libertăți. În schimb necesitățile apartenenței, legăturile emoționale, acceptării, autonomiei și de protecție a individului țin de necesitățile sociale.

Perioada bătrâneții aduce de asemenea schimbări legate de intensitate necesităților fiziologice, funcționarea organismului și a fiziologiei lui. Oamenii în vârstă des își schimbă obiceiurile de viață, necesită ajutoare mai mici, dar mai dese. Se schimbă și necesitatea de somn adică cantitatea de ore și calitatea lui. Dacă este vorba de necesitatea securității ea este orientată pe tutelă, stabilitate, ordine și granițe. Neliniștea acestei necesități duce provoacă spaimă, iar în consecință nervozitate și depresie. Pentru persoanele în vârstă sunt foarte importante: stabilitatea în aspect financiar, în relațiile cu alți oameni și instituții. Apartenența la acest grup, stima, dragostea și acceptarea, anume relațiile între oameni liniștesc necesitatea afilierii care este necesară pentru asigurarea de spaime, a autoaprecierii și pentru menținerea sănătății. Seniorii sunt foarte sensibili la tratarea subiectivă din partea altor oameni. Îmbătrânirea, pensionarea este pentru multe persoane perioada în care simt puternic necesitatea autorealizării, ca și a dezvoltării în acele domenii ale vieții în care anterior nu puteau să participe.

Viața oamenilor în vârstă se leagă de noi experiențe, eforturi și bucurii. Din păcate satisfacerea necesităților nu depinde doar de seniori, dar de asemenea și de mediul în care ei se află. Necesitățile cele mai nesatisfăcute conform lui C. Tobbits sunt:

- Ruperea rolului social determinat – în special cele pierdute iremediabil;
- Menținerea relațiilor tovarășești;
- Recunoașterea ca personalitate;
- Autoexpresia și senzația realizărilor;
- Stimularea psihică și intelectuală;
- Relațiile cu familia;
- Satisfacția spirituală (Tibbits, 1960).

Abordând problemele oamenilor în vârstă sub aspectul politicii sociale, B. Szatur-Jaworska susține că sursa necesităților este de asemenea însăși persoana ca și societatea. În afară de asta necesitățile pot fi ordonate ierarhic din perspectiva necesității lor. Ele își schimbă structura odată cu ciclul vieții. Autoarea afirmă că din perspectiva diversității necesităților și de diversitatea satisfacerii nu este posibilă satisfacerea tuturor oamenilor societății (Szatur-Jaworska, 2000, p.44-46).

Nu mai puțin, deși principiul că toți vor putea realiza necesitățile sale este unul idealist, persoanele în vârstă în condițiile actuale ale dezvoltării trebuie să aibă posibilitatea satisfacerii necesităților sale. Înainte de toate este vorba de cele care

fac posibilă existența la un nivel corespunzător. Oferirea regulată a ajutoarelor corespunzătoare, asigurarea posibilității folosirii de spațiul privat, a condițiilor corespunzătoare a viață devine astăzi o obligațiune a mediului de trai față de persoanele în vârstă. Aceste persoane au dreptul să-și mențină cât mai mult o sănătate bună și buna funcționare, de aceea asistența de sănătate și ajutorul de soră medicală sunt necesare la toate etapele ale îmbătrânirii. Trebuie atrasă atenția la necesitatea asistenței medicale se referă la sănătate atât sub aspect fizic, cât și psihic. Oamenii în vârstă trebuie să aibă acces profilactica de sănătate, reabilitare și terapie, în același timp și psihologice (Leszczyńska-Dejchert, 2010; Łuczowska, 1999). Având grijă de securitatea persoanelor în vârstă, trebuie făcute așa condiții, ca să nu aibă experiența diferitor perisole, accidente (inclusiv acasă), a patologiilor în mediu, agresiunii și violenței. Vârsta înaintată și nesiguranța sănătății duc deseori la lipsa senzației de securitate. Față de persoanele în vârstă trebuie să fie folosită asistența larg înțeleasă care asigură toate necesitățile existențiale, adică asigurarea cu alimente, locuință, mijloacelor materiale pentru viață, asigurarea igienei și a asistenței medicale, sentimentul de siguranță, prevenirea violenței (Halicka, Halicki, 2010; M Sygit, Ossowski, 2002; Tobiasz-Adamczyk, 2003, 2009). Persoana în vârstă necesită într-o măsură mai mare decât alții legătura cu familia, vecinii, cunoscuții. Trebuie să accentuăm că necesitățile sociale pot fi asigurate doar în familie. Persoanele în vârstă trăind între cei apropiați, pot să realizeze nu numai necesitățile existențiale, dar și celelalte. Susținerea acordată face posibilă autorealizarea în diferite domenii ale vieții, perfecționarea instruirii, autoperfecționarea, dezvoltarea (Obuchowski, 2000). Oamenii în vârstă necesită de asemenea accesul la informație despre lumea care se află în proces de schimbare. De asemenea este importantă și conștientizarea și oferirea lor a cunoștințelor despre propriile necesități și posibilități care trebuie să le fie asigurate în perioada bătrâneții foarte importantă devine satisfacerea necesităților și a sensului vieții ca să nu apară golul existențial provocat de numeroși factori, ca măcar și conștientizarea apropierei morții sau imposibilitatea de a ține pasul cu schimbările sociale (vezi: Popielski, 2007; Borowska, 2003; Mariański, 2004; Wilkinson, 2008). Condițiile vieții și evoluția bătrâneții ca a ultimei etape ale vieții omului au o mare importanță pentru diferite persoane și societăți întregi.

#### I.4. Descoperirea din nou a sensului vieții.

Omul din momentul ieșirii la pensie începe o nouă etapă din viață. Ea este deseori dificilă, iar cercetătorii afirmă (Bańka, 1995, p.19), că în mod obișnuit este înțeleasă și echivalată cu blocarea realizării sensului vieții, deoarece greutățile care apar în căutarea noului rol sau activitate duc la dispariția lui. apare finalitatea reformulării a viziunii vieții. Totuși el aparține misiunilor destul de dificile, cu atât



mai mult că în psihicul seniorului apar: strâmtorarea treptată a intereselor în chestiunea în exclusiv personale, slăbirea proceselor de analiză și sinteză, epuizarea rapidă a lor, consolidarea viziunilor și incapacitatea de modificare a lor, creșterea sentimentului de a fi nefolositor (Dyczewski, 1994, p.82-83). Aceste trăsături ale bătrâneții constituie viziunea negativă a omului în vârstă, care iese din rolul social care se supun sentințelor soartei.

Trăirea bătrâneții se leagă de experiența mai multor spaime și neliniști. Ele provin din amenințarea senzației de securitate, lipsa apartenenței și acceptării sociale, dar de asemenea și a temerilor față de dizabilitate, boală, suferință, pierderea eficienței, dependența de ajutorul celorlalți, petrecerea bătrâneții în casa de bătrâni, greutăți cu primirea ajutorului și pierderea echilibrului psihic (Kotlarska-Michalska, 2000a, p.156). Asta duce la faptul că omul în vârstă se adaptează la noua viață pentru el în dependență de atitudinea pe care o adoptă față de propria vârstă. Adam Alfred Zych a evidențiat în rândul seniorilor atitudinii care mrturisește despre neadaptarea sau de adaptarea față de îmbătrânire și de bătrânețe. În prima categorie a evidențiat atitudinea față de teama față de îmbătrânire și de asemenea atitudinea de renunțare emoțională și socială. Conform opiniei lui despre adaptarea mărturisește atitudinea acceptării procesului de îmbătrânire din partea cognitivă și emoțională, ca și atitudinea reflectării asupra drumului vieții pe care l-a trecut (Zych, 1989, p.10-13). Față de numeroase atitudini ale seniorilor față de bătrânețe este util să aducem în discuție clasificarea propusă de cercetătoarea americană Suzana Reichard. Ea a evidențiat cinci tipuri de atitudini ale oamenilor în vârstă față de relația cu lumea, față de sine și față de propria bătrânețe:

- atitudinea „constructivă”, care se manifestă prin faptul că omul are o bună dispoziție și are echilibru intern, are contacte interumane care îl satisfac, reușește să fie mulțumit de viață, este tolerant, are simțul umorului. O așa persoană își acceptă propria bătrânețe. Eventualitatea morții o tratează ca pe un eveniment natural care nu trezește lacrimi și jale. Este orientat optimist spre viitor, căci are o bună balanță și poate miza pe ajutor din partea mediului în care trăiește.

- atitudinea „dependenței” care caracterizează persoanele care își exprimă dependența față de alții (partenerul conjugal, copil). Ea este caracteristică pentru persoanele care nu au mari aspirații de viață și dornic ies din rolul profesional. Familia le este necesară pentru asigurarea sentimentului securității și fac posibilă menținerea armoniei interne. Persoanele care prezintă o așa atitudine nu își exprimă nici temeri ale lipsei echilibrului emoțional, nici a dușmăniei și temerilor.

- atitudinea „de apărare” este caracteristică oamenilor care blocați psihic, dominați, rigizi în obiceiurile lor și obiceiuri absorbite de activitatea profesională, automulțumitoare. Părerile lor și atitudinile sunt convenționale, evit anunțarea propriilor judecăți, cu greu mărturisesc despre problemele lor de viață sau familiale,

mai mult sunt preocupați de viața internă decât de trăirile proprii. Resimt teama în fața morții pe care se străuie să o mascheze prin activitatea sporită și prin absorbire continuă de factorii externi. În principiile lor stau enervarea ușoară și invisia față de oamenii mai tineri.

- atitudinea de „dușmănie față de mediul înconjurător” este caracteristică pentru „bătrânii furioși” care sunt agresivi, explozivi și suspicioși, care au tendința de transpunere asupra celor din preajmă a propriilor pretenții și de a le imputa toate insuccesele lui. Ei se caracterizează prin lipsa realismului și tratează bătrânețea ca pe o perioadă de excludere și a sărăciei, a incapacității și pierderii forțelor. Îi invidiază pe cei mai tineri, nu pot să suporte bătrânețea, se revoltă împotriva ei și resimt spaima în fața morții.

- atitudinea „dușmăniei dată de sine” este caracteristică pentru persoanele cu o balanță de viață specifică, care evit întoarcerea față de memoria de viață din considerentul numeroaselor insuccese și greutăți. Ei sunt oamenii neacitivi și nedescurcări. Ei nu se revoltă împotriva bătrâneții lor, dar o primesc ca un fatalism, ceea ce îi întăresc destinul cumplit. Incapacitatea satisfacerii necesității de dragoste este un motiv al depresiei. Oamenii cu această atitudine au jale și pretenții față de ei înșiși. Această atitudine este asociată cu senzația de singurătate și inutilitate. Ei apreciază realist îmbătrânirea lor, iar moartea o tratează ca o eliberare de existența nefericită (Kotlarska-Michalska, 2000a, p.150-151).

Atitudinea pe care omul în vârstă o prezintă față de propria bătrânețe este condiționată de mai mulți factori (calități personale, starea de sănătate, situația economică). Din atitudinile prezentate mai sus rezultă că foarte importante între factori sunt aceia care se referă atât la activitatea socială cât și a reflecției asupra vieții personale împreună cu încercarea realizării unui bilanț și a oferirii sensului. În acel context se poate spune că procesul de îmbătrânire și conștiința sfârșitului vieții duc la faptul că pentru cel care îmbătrânește prinde din ce în ce mai mult sens chestiunea sensului vieții. Ultimele etape ale vieții se caracterizează prin căderea forțelor fizice, o condiție mai slabă psihică. Persoana în vârstă devine deseori dependentă de altele, uneori prinde experiența singurătății. Perspectiva apropierei morții întărește temerile, impune spre reflecție și bilanț. Necesitatea sensului vieții este caracteristică fiecărui om matur. Fără existența în activitatea lui a valorilor, care îi dau sens nu poate funcționa corespunzător. Aceasta înseamnă că activitatea lui este neadecvată posibilităților, nieîndreptată și apreciată negativ (Obuchowski, 2000).

În analiza psihologică experiența sensului exprimă două aspecte: dinamic și static (Klamur, 2002, 2012; Prężyna, 1996). Primul din ele este prezentat astfel

(...) ca o necesitate a sensului vieții care duce la adoptarea deciziilor îndreptate spre experimentarea lui și exprimă în încordarea care apare în urma lipsei realizării unor asemenea acțiuni (Klamut, 2012, p.139; Frankl. 1978, 1984; Popielski, 1993).

Aspectul statistic caracterizat prin recepționarea sensului vieții

(...) ca o convingere că anume viața are importanță, precum și nivelul de satisfacție fiind urmarea aprecierii generale pozitive a propriilor fapte și realizări (atitudini) (Klamut, 2012, p.140; Frankl. 1978, 1984; Juros, 1984).

Analizând aspectele enunțate mai sus ale sensului vieții din perspectiva motivării, se poate spune că necesitatea sensului necesită satisfacerea și angajează spre activitate îndreptate asupra experimentării sensului, în schimb resimțirea sensului este corespunzătoare și este legată de sentimentul satisfacției și a convingerii despre valoarea vieții sale (Klamut, 2012).

Aici este importantă amintirea principiilor privitoare la sensul vieții a lui Victor Frankl. Conform opiniei lui există trei trăsături caracteristice ale naturii umane: spiritualitatea (din care omul acumulează conștiința, dragostea și conștiința morală și sensibilitatea estetică), libertatea (omul este o ființă, care decide, este liber în luarea deciziilor) și responsabilitatea (de sine). Cea din urmă duce la obligativitatea, care poate fi înțeleasă în categoriile sensului vieții umane (Popielski, 2008). Fiecare persoană decide pentru sine, iar factorii biologici, psihici și sociologici care determină condiția umană nu sunt în stare să-i ia libertatea (Michalski, 2011, p.50).

V. Frankl consideră că omul poate găsi sensul în viața lui în trei feluri. „Primul drum duce prin crearea operei și împlinirea actului, a doua prin experiența a ceva sau întâlnirea cuiva” (Frankl, 2009, p.211). conform opiniei autorului în conformitate cu această percepere a sensului vieții se poate găsi nu numai în lucru dar și în dragostea. Aceasta o afirmă Edith Weisskopf-Joelson, care subliniază că logoterapia are o

(...) concepție care mărturisește că experiența poate fi de asemenea prețioasă ca și realizarea performanțelor, are valoare terapeutică, deoarece reprezintă o contrapondere pentru fascinația unilaterală prin realitatea externă a realizărilor cu prețul experienței interne (Michalski, 2011, p.52).

Conform lui Frankl cel mai important este al treilea drum al căutării sensului – suportarea corespunzătoare a suferinței inevitabile. El consideră că

(...) și chiar jertfa neînarmată a situației de fără speranță care apare în chipul soartei, care nu poate fi schimbat, se poate ridica de-asupra, să se depășească și prin aceea să devină un alt om. Unul ca acesta poate schimba tragedia personală în triumf (Frankl, 2009, p.212).

Căpătarea sensului vieții devine după asta o condiție a existenței și perfecționării omului fără a se ține seama de situație, circumstanțe, experiență

vârstă. Aceleași considerente le are și Kazimierz Obuchowski care subliniază să „viața care a prins sens îi oferă valoare biografiei omului” (1990, p.7). datorită lui el se găsește în ceea ce face,

(...) un sens necesar pentru a stabili scopuri importante și pentru a depăși greutățile legate de el. Chiar și insuccesele pierderii nu duc la depresiune și apatie (Obuchowski, 1990, p.7).

iar acțiunea omului este un fragment de un context mai larg. Succesul ca efect al faptelor care au sens este izvor al satisfacției care îmbogățește calitatea vieții.

Bătrânețea este acea etapă a vieții, când fiecare om își pune întrebarea sensului existenței umane. Conform opiniei lui K.Obuchowski să ai și să realizezi sensul vieții duce la faptul că persoana la finele vieții sale poate să nu o conștientizeze ca pierdută. Ea este gata să-și ia rămas bun de la el cu sentimentul împlinirii, dar nu cu jale (Obuchowski, 1990, p.7). O influență imensă asupra trăirii propriei bătrâneți o au factorii interni, adică personali, între care și simțul sensului vieții, atitudinea față de bătrânețe, experiența acumulată, sănătatea (Zych, 2009). Dezvoltarea omului, îmbunătățirea modului lui de funcționare posibil este în același timp, când se angajează misiuni îndepărtate, pentru care are sens să trăiești. Aceasta ajută la rezolvarea problemelor legate de funcționalitate, care se întetesc odată cu vârsta, angajărilor și problemelor. Omul care oferă sens vieții sale și realizează scopurile, le rezolvă corespinzător, înțelegându-i mai bine esența lor și creând noi modalități de activitate calitativă (Zych, 2009). Se poate spune că odată cu trecerea anilor devine din ce în ce mai bun (odată cu vârsta scade eficiența lui, iar menținerea nivelului anterior necesită posibilități mai mari decât la etapele anterioare de dezvoltare) și mai înțelept (este capabil să interpreteze lumea ca pe o șansă a îndeplinirii valorilor supreme) (Obuchowski, 1990, 2000). Așa cum subliniază V. Frankl:

Omul nu dorește să existe cu orice preț, dar ceea ce dorește cu adevărat, să trăiască cu sens. Pentru existență oferirea unei măsuri și decisivă este nu durata ei, dar împlinește sensul ei (Frankl, 1976, p.76).

Căutarea sensului vieții înseamnă pentru ea oferirea sensului sie însuși și vieții sale (Böhm, 2002, p.147).

Temelia pentru sentimentul sensului vieții, care constă în eroziunea în situații dificile este de durată și un sistem de valori de neclintit, sentimentul scopului suprem în viață și a scopurilor mai mici, realizate actualmente, care organizează viața cotidiană. Sentimentul sensului vieții poate fi și este întărită prin conștientizarea vieții de până atunci, o relație pozitivă față de el în formarea căreia sunt de ajutor persoane apropiate acestuia (Niezabitowski, 2011, p.15).

Omul în vârstă chiar și spre apusul vieții sale dorește să aibă propriul spațiu pentru realizare a posibilităților sale. Are sentimentul utilității, dorește să ia decizii,

tinde să fie pentru ceva răspunzător, tinde să realizeze valorile, dorește să trăiască o viață plină de sens. Ioan Paul II scria că bătrânețea apare ca (...) „o perioadă de succes” în care se completează cu măsura vieții umane; conform cu gândul lui Dumnezeu față de fiecare om este o perioadă în care totul colaborează spre aceea ca să poată mai bine să înțeleagă sensul vieții și să obțină „înțelepciunea inimii” (Ioan Paul II, 1999).

Recomandă persoanelor în vârstă ca să vadă viața lor ca un întreg din perspectivă proprie. Trebuie să luăm în calcul că sentimentul sensului vieții este „(...) o expresie specifică și o manifestare a umanității” (Popielski, 2007, p.19). Aceea de asemenea resimțim subiectiv, în care rolul esențial o joacă conștiința scopului și valorile realizate.

Însăși cuvântul „sens” (franceză sens - direcție) înseamnă că activitatea noastră merge într-o anumită direcție. Fiecare om are scopul propriu al vieții și pentru fiecare el poate fi cu totul altul. Perioada bătrâneții aduce multe motive pentru autoreflexie, analiza vieții și a scopurilor atinse. Odată cu conceptul sensului vieții sunt analizate: scopul vieții, vocația, tendințele în viață, misiunile în viață, satisfacția. Conceptul sensului vieții este subiectul considerațiilor și discuțiilor nu numai pe terenul filozofiei, dar și a psihologiei, unde problema sensului vieții și a valorii în viață și pentru viață devine un subiect al mai multor studii între altele a lui Viktor Frankl (1972, 1973, 1976, 2009), Erich Fromm (2000), Karl Jasper (1990, 1995), Alfred Adler (1986), Elisabeth Lukas (1987), Kazimierz Obuchowski (1983, 1985, 1990) și Kazimierz Popielski (1987, 1994). Cel care a pus bazele psihologiei pozitive Martin Seligman consideră că sensul vieții se exprimă „în viață din ceva mai mare decât omul” (Seligman, 2005; vezi și Kossakowska, Kwiatek, Stefaniak, 2013, p.112).

Merite specifice pe câmpul considerațiilor asupra sensului vieții umane le-a acumulat psihiatrul din Viena V. Frankl. Creatorul logoterapiei consideră că sensul vieții este un factor fundamental al existenței umane. În concepția sa el observă o dimensiune umană specifică, și anume spiritualitatea. Pentru V. Frankl omul este așa o ființă care poate să lupte pentru recunoașterea valorii și a sensului existenței. Lipsa sentimentului sensului, determinat ca o frustrare existențială poate fi o cauză a nervozității și altor tulburări psihice (Frankl, 2007, p.46-52). Kazimierz Popielski afirmă că sentimentul sensului vieții este o experiență,

(...) care se referă la întreaga existență și a totalității existențelor este trăită și exorimată. Motivează persoana și-i servește sănătății. Se caracterizează prin proprietatea trecerii peste condiționări de dezvoltare, temporare, sociale și culturale. Este proprietate, efect și consecința trăirii proprii existențe subiectiv-personală, deși nicăieri ruptă de viața socială, cultură și mediu, trecut și a viitorului imaginat (Popielski, 2007, p.20).

Ținând seama de problematica sensului vieții din perspectiva existențială se poate spune că

(...) omul este în esența sa ceea față de valorile și sistemele cărui în mod intenționat, pe drumul vieții, se atașează, se conceptualizează, le valorifică și experimentează consecințele sale în forma ”sentimentului” sensului vieții (Popielski, 2007, p.20).

Conform părerii lui K.Popielski asta înseamnă că, omul tinde să descopere și să ofere sens lumii înconjurătoare, conformă acceptării personale. De aceea, de asemenea, se direcționează și se angajează în realizarea unor așa scopuri, care sunt legate și găsite în rândul persoanelor sau în relația față de ei sau de lume. Autorul de asemenea scrie:

(...) omul deschide sensul prin raportarea la valori, și acelea sunt valori personale și numai prin intermediul față de proprietate, când răspund prin calitate puterii tensiunii interne și a cerinței. Avem în același timp de a face cu sensul deschis ceea ce înseamnă în realitatea obiectivă împreună cu faptul existenței. Fiecare sens oferit trebuie să devină sensul meu. Și asta este o misiune – în acea înțelegere sensul este oferit. Unitatea este scufundată în preasens. Și așa sensul rămâne pentru ea, până când omul nu va reuși să deschidă pentru el și nu-l va transforma în al său, acesta este unicul apropiat subiectiv și important personal (Popielski, 2007, p.25).

Sensul este atunci înscris în existență și nemijlocit reiese din el. Însă înțelegerea însemnătății sensului

(...) se descifrează și explică în procesul vieții persoanei, a angajării și activității subiectiv individualizat. Comportamentul colectiv al oamenilor, tradiția și cultura ușurează participarea în el, iar sentimentul sensului se obține personal (Popielski, 2007, p.25; 2008).

Dacă omul găsește valorile, scopul, motivația, descoperă sensul va reuși să spună vieții ”așa”, chiar dacă și suferă și cunoaște greutatea. În experiențele obținute se găsește scopul mai adânc și sensul adevărat. Acest drum realizează păstrarea demnității umane, oferă importanță propriei existențe. Sensul vieții poate fi realizat prin multe metode, de exemplu:

(...) prin realizarea legăturii cauză – efect, existențial experimentate, activitatea direcționată pentru importanță și valoare, angajarea subiectivă în valoare, viața

religioasă personală, trăirea frumosului, experiența bunului, acceptarea atitudinii corespunzătoare demne și de asemenea în participarea subiectivă la viață (Popielski, 2007, p.25).

Dacă omul nu caută și nu oferă sens vieții, se poate spune despre lipsa maturității existențiale.

Resimțirea sensului ca o trăire multilaterală în legătură cu necesitatea existenței ”pentru” și tinderea ”spre”. Mai deplin este experimentată în necesitatea întâlnirii EU-TU, ca un element esențial al împlinirii subiective a personalității (Popielski, 2007, p.26; Buber, 1992).

Problematica sensului vieții se intensifică foarte puternic doar în perioada îmbătrânirii în procesul așa – zisei reflecții secundare. Atunci apar întrebări adânci despre sensul final a tuturor faptelor și realizărilor. Omul vede multidimensionalitatea existenței umane și multidirecționalitatea devenirii.

În literatura subiectului se pot găsi diferite dimensiuni ale existenței: neetic (personal), psihic, fizic/biologic și relațiile existențiale (sociale, culturale, naturale). Atrage atenția asupra experienței existențiale așa ca: dragostea/trăirea, sentimentele emoțiile (Popielski, 1994, p.31-33). Scriind despre valorile neetice, K.Popielski subliniază între ele valorile cunoașterii, estetice, morale, meafizice, religioase. Trimiterea subiectiv-personală ”spre” cineva sau ceva se referă de asemenea conform opiniei lui la Absolut (Popielski, 2007, p.35). Foarte importantă este afirmația că

(...) tinderea umană spre sens, necesitatea sentimentului sensului și căutarea lui este de bază ”necesitatea necesităților” și de acolo este o necesitate universală care se realizează multidimensional și multidirecțional (Popielski, 2007, p.41).

Existența umană dacă trece fără tulburări esențiale, se leagă strâns cu sentimentul sensului, care devine motivație pentru viață de acceptare a provocărilor și acțiune. Omul permanent întreabă despre sensul vieții. K. Popielski subliniază că omul

(...) nu dorește și nu poate fi, trăi și lucra în situația de absurd, fără sens, fără speranță, fără scop, fără oarecare tendințe și trimiteri, fără activitate și valoarea direcționate în interior și în exterior (Popielski, 2007, p.21).

El consideră că apariția

(...) crizei sentimentului vieții este o manifestare în perioada funcționării existenței subiectiv-personală și ale relațiilor și trimiterilor realizate prin ele (Popielski, 2007, p.44).

Existența armonizată, care se împlinește pe toate dimensiunile slujește dezvoltării omului, face posibilă poziționarea ”față de” direcționează tendințele permite descoperirea sensului vieții. În schimb,

(...) în existența dominantă a așa numitului ”gol existențial”, sindromul subiectiv a activității psihice necontrolate se dezvoltă frustrarea, agresiunea, renunțarea, depresia, necesitățile compensatorii, tendințele de sinucidere și așa mai departe (Popielski, 2007, p.49).

Mai apoi dacă direcționarea omului nu îndeplinește sensul vieții prin realizarea valorilor, scopurilor, rămâne blocată, ceea ce duce la faptul că omul resimte suferința psihică, sentimentul de plictiseală, resemnării, cinism, căderea sentimentului de responsabilitate. Cade într-un gol existențial, frustrație și în final în nervozitate (Dolińska-Zygmunt, 1990, p.14).

#### Abservația

activității omului permite să constatăm că el tinde spre o anumită direcție, luptând pentru chestiuni importante pentru el. Acea direcție uneori se rupe din diferite motive și vârsta aici nu are importanță – ducând la senzația de pierdere sau în genere la nedorința de a mai trăi. Această problemă îi poate atinge atât pe cei în vârstă, mai ales în perioada conștientizării că anume viața lor se apropie de sfârșit deoarece anume bătrânețea este perioada autoanalizei, reflecției și a evaluării vieții ele se leagă de speranța, senzația satisfacției, sau cu jalea, neliniștea, îngândurarea și perioada pierderii speranțelor. Când omul încetează să mai aibă emoții față de propria situație de viață sau sensul lumii care-l înconjoară, când pierde speranțele îi va fi greu să fugă în fața crizei specifice. Aceasta poate duce la situații extremale. De foarte multe ori pierderea sensului apare în momentul când omul în vârstă trece prin experiența părăsirii și singurătății, pierde sensul vieții care îi dă sens. Așa cum accentuează K. Obuchowski (2000), omul este o esență, care nu atât îi oferă sens vieții sale, dar îl caută și îl primește. Asta înseamnă că în fiecare vârstă omul poate descoperi din nou, să caute și să-și pună scopuri, ca să dea vieții sens. Nu-i neapărat ca în fiecare caz să fie realizat sensul acțiunilor sale, dar ca să poată să-l găsească de fiecare dată când e necesar (Obuchowski, 2000, p.227 și urm.). Obuchowski evidențiază două criterii de realizare a necesității sensului vieții. Primele – criteriul pozitiv – când persoana consecvent cu efort tinde spre realizarea scopurilor, care ies dincolo de satisfacerea necesităților biologice, ne tinzând la ruperea a modurilor de activitate. Al doilea criteriul – negativ – când după schimbarea unui anume element a situației din viață (de exemplu pensionarea, moartea soțului/soției ș.a.) omul începe să simtă lipsa de speranță, lipsa sensului, și golul existențial (Dolińska-Zygmunt, 1990, p.15). Golul existențial îl impune pe om să caute un sens nou. Nesatisfacerea acelei necesități, după cum afirmă Obuchowski, duce la încordare – la fel ca și în cazul frustrării altor necesități poate duce la tulburări nervoase. Conform opiniei psihologului căutarea sensului vieții este o finalitate, deoarece nu numai omul pune întrebarea cu privire la sensul vieții, dar de asemenea viața pune întrebarea omului la care are să răspundă prin sentimentul răspunderii



pentru existența sa (Obuchowski, 2000). Omul însuși caută sensul. V. Frankl subliniază aceasta scriind: „sensul nu poate fi dat de dinafară trebuie să fie găsit (...) nu poate fi dat de dinafară, trebuie să fie găsit (...) nu poate fi însă creat” (Frankl, 1979, p.155). Cea mai importantă condiție a posibilității existenței sensul între altele în dimensiunea pedagogică este liberă voința omului, adică acordul intern pentru îndeplinirea lipsei sensului. Este un proces deosebit și de autorăspundere, nu exclude însă acordarea ajutorului, susținerii și tovarășiei în timpul căutării sensului, în genere în situații de criză (Frankl, 2009).

Omul împreună cu experiența de viață nu numai că deschide noi părți ale existenței, dar de asemenea și schimbările în înțelegerea sensului vieții (Zych, 2009). Procesul obținerii experiențelor și a schimbărilor durează pe parcursul întregii vieți. Este un proces intim al esenței interne a omului, care subliniază motivele acțiunii sale și sensul intern al misiunilor soluționate de către om pe parcursul vieții. Căutarea sensului vieții devine un proces, care se încheie în clipa morții. Sensul vieții înțeles ca un aranjament al judecăților închipuirilor mai mult sau mai puțin conștiente, se referă la misiunile de perspectivă ale omului se materializează în structura scopurilor, a valorilor și a posibilităților realizării lor. Obuchowski subliniază trei feluri de scopuri de viață ale omului: generală și pe termen lung, concrete și care se conțin în fapte (Obuchowski, 1999; Frankl, 1980; Galdowska, 1992; Oleś, 1995; Popielski, 1993; Reker, Chamberlain, 2000; Zaleski, 1990, 1991). Din perspectiva căutării sensului vieții este important ca omul să-și pună scopuri de lungă durată și depărtate. Asta rezultă din faptul că ele sunt concrete, nu asigură sentimentul sensului vieții din punctul de vedere al gratificării rapide, care după atingerea scopurilor poate duce la senzația de fără sens. De asemenea, scopurile conținute în fapte, unde se concentrează pe mod, metodă de activitate, iar nu în stările finale ale acțiunilor în cazul insucceselor scade sensul valorii omului. Optimale sunt realizarea scopurilor în postura de valoare principală, care se bazează pe viziune și reflecții filozofice și care dă răspuns la „întrebarea principală, de exemplu: ce este lumea, ce este omul, ce este omul în această lume” (Dolińska-Zygmunt, 1999, p.16). Un sens al vieții atât de larg exprimat, orientat asupra misiunilor depărtate și posibil angajând posibilitățile sale, oferă mai multe șanse pentru relaționarea față de diferite evenimente, probleme și complicații în realizarea programelor de viață (Dolińska-Zygmunt, 1990, p.17). Se poate spune că sentimentul sensului vieții depinde de deținerea concepției valorice a vieții. (...) realistă (pregătită pentru posibilitatea acestui om), caracterizată într-o formă corespunzătoare, trebuie să fie generală, nu foarte concretă, ca să o poată realiza prin diferite metode (Dolińska-Zygmunt, 1990, p.17).

Cea mai puternică tendință a omului este necesitatea de a da vieții sale un sens (Pilecka, 2004). Ca să-l descopere și să-l realizeze, omul trebuie să devină

persoană în vârstă, procesul se constituie din numeroase competiții, crize și suferințe (Popielski, 1987a). Rezolvarea adecvată a problemelor cu crizele apărute contribuie la un puternic sentiment al coerenței (Antonovsky, 1997). Sunt esențiali și factorii externi, iar între ele susținerea socială primită de la alții (Felcyn, Ogińska-Bulik, 2009, p.66). omul ca esență socială este predispus spre alt om. El are nevoie să aibă emoții, „că pentru cineva este important, iubit, luat în seamă și acele trăiri au calități reflexive” (Okła, 1996, p.419). Sentimentul sensului apare în viața umană într-o formă dublă: a posedării și lipsei. Se poate constata că problema cu sensul apare atunci când

(...) lipsește scopurile valorice, când ele au devenit nedemne de încredere, false, abuzivă puse și fără temei absolutizate, când devin insuficiente și pierd puterea orientării, raportării, de a trage și unde încetează să se motiveze (Popielski, 1994, p.189-190).

Excluderea din viață apare în momentul lipsei scopului și angajării într-un oarecare sens. Pierderea sensului vieții, sciza sentimentului sensului vieții se leagă cu neputința, lipsa speranței sau se pierde în dependență sau de viață (tendențele de sinucidere), ea poate amenința viața și sănătatea psihică a omului. Cea mai importantă valoare pentru om trebuie să ofere sens atât vieții, cât și morții, să dea sens bucuriei și suferinței (Płużek, 1996).

### I.5 Singurătatea și însingurarea seniorilor

Cea mai importantă afirmare a teoriei legării a lui John Bowlby este faptul că omul posedă necesitatea înăscută și temeinică de menținere a apropierii cu persoana aleasă/alese, care reies din activitatea motivațională a sistemului de legătură (Bowlby, 2007). În intervale de timp importanța persoanei apropiate va scădea în chestiunea siguranței și a prezenței permanente. Pe acea persoană o dăruim cu sentimente puternice (Ainsworth, 1991). Prima figură devine apoi principala susținătoare a copilului. În primii ani de viață aceștia-s părinții, apropiații, prietenii care des se întâlnesc cu copilul. La etapa următoare a vieții vor fi de asemenea și semenii în perioada maturizării de asemenea și acei care trezesc simpatii. În tinerețe devin evidente trăsăturile de legătură și în plus: căutarea și menținerea epropierii, suferința separațională, prietenia sigură și baza (Hazan, Zeifman, 1994). În perioada de vârf a perioadei de maturizare locul părinților îl ocupă simpatiile cu care oamenii tineri tind să se lege pe întreaga viață. Însă goana după realizările tehnicii, ca și zelul de muncă (Sennett, 2008) sau migrația pentru câștig (Giddens, 2008; Szymański, 2013) indiscutabil influențează asupra limitării legăturilor emoționale a oamenilor tineri (Kwak, 2005; Marody, Giza-Poleszczuk, 2004; Tyszka, 2003; Zalewska, 2010), dar de asemenea și se transferă asupra vieții și a funcționării oamenilor în vârstă. De asemenea, ca și singurătatea din ce în ce mai

generală, care nu mai miră pe nimeni, iar ceea ce-i mai important nu rușinează. Viața singuratică pentru multe persoane este un semn al independenței, libertății și realizării pasiunilor personale și profesionale. În mass-media de asemenea se arată tendința pentru creionarea vieții în competiție, ca o alternativă modernă pentru familie. Aceasta atrage după sine multe consecvenții. Una din ele constă în faptul că omul față de situațiile dificile și a provocărilor poate conta doar pe sine. Conform lui Maria Nowicka-Kozioł omul modern în special singuratic (singurătatea interpersonală, socială, culturală, cosmică, psihologică) fac diferite fenomene legate de civilizația modernă, iar înainte de toate (...) mobilitatea socială, tempoul vieții și anonimitatea în toate adunăturile precum sunt orașele moderne. Oamenii în ele trăiesc unul lângă celălalt necunocându-se și ne având dorința spre a se cunoaște. Instituționalizarea vieții sociale confirmă că majoritatea contactelor au un caracter subiectiv iar nu personal, instituțional, iar nu autentic. Lumea modernă este o lume a sistemului, iar nu a spontanității, legăturile sunt nepersonale, tehnocratice, instrumentale (Nowicka-Kozioł, 2008, p.45).

Se poate constata că timpurile actuale contribuie la singurătatea omului care pe de o parte este o alegere conștinată, pe de altă parte lipsa posibilității a experienței legăturilor, relații cu o altă persoană (Stochmiałek, 2005, p.29). Evident că singurătatea, „la fel ca și moartea sau trecerea timpului, este unul din elementele actuale în viața fiecărui om” (Stochmiałek, 2005, p.29). Cu siguranță este vorba de experiența acumulată și eliminată ceea ce subliniază Józef Rembowski (1992, p.33). Conform părerii lui este un sentiment neplăcut, care apare (...) ca urmare a incompatibilității între cele așteptate și posibilitățile reale. Apartine stărilor emoționale, în care individul este conștient izolării față de alte persoane și a imposibilității acțiunii în favoarea lor (Rembowski, 1992, p.33).

În literatura subiectului se poate căuta mai multe sensuri ale singurătății. A. A. Zych concepe singurătatea din perspectiva lipsei relațiilor de legătură cu altă persoană și cu alți oameni. Singurătatea reprezintă constă din unele stări ale lipsei psihice „ale simțirii persoanei apropiate și/sau a tovarășiei și a pierderii vieții și viața în izolare de alte persoane, fără apropiați, familie, prieteni sau cunoscuți” (Zych, 2001, p.192). Din această perspectivă singurătatea se identifică cu starea obiectivă legat de

(...) lipsa contactelor interumane, cu experiența insuficienței comunicării și a legăturilor sociale, se poate a se lua în considerare în situația izolării (...) poate să fie o stare aleasă conștient sau un efect al evenimentelor sorții (Steuden, 2012, p.69; Nowicka-Kozioł, 2008).

Reiese din aceasta că singurătatea poate fi efectul al mai multor circumstanțe, și în plus de asemenea lipsa contactelor cu oamenii ca și a alegerii conștiente. Față de poziția prezentată mai sus se pronunță Józef Koziół arătând-

o ca pe o temelie a singurătății conștiința convinsă a omului despre pierderea relațiilor emoționale cu alții și cu lumea naturii. El consideră că singurătatea omului este

(...) convingerea lui conștientă despre pierderea sau amenințarea contactelor emoționale cu oamenii și cu natura. Singurătatea este un mod deosebit al experienței de asemenea ca și experiența fericirii sau a spaimei. Ea se naște atunci când individul își dă seama că legăturile sentimentale între el și lume au rămas rupte sau slăbite (Kozielecki, 1996, p.237).

Singurătatea poate fi analizată de asemenea ca pe o reflecție specifică a omului asupra existenței, căutării sensului vieții, lumii și a acțiunii sale; este o stare de concentrare și de adâncire a contactului cu un alt om, lume, Dumnezeu și sine însuși (Dyczewski, 1994).

În cadrul societății, ca și de asemenea în literatura științifică se observă înțelegerea negativă a singurătății (Jonda, 2010; Oliwińska, 2009). Se pare că și cauza constă în relațiile negative ale persoanelor singure, care deseori au avut experiența tristeții, depresie, spaimă, senzația de nefericire, gol intern sau lipsa speranței, dar de asemenea și a convingerii că sunt neacceptați și nevaloroși (Booth, 1996). Discomfortul singurătății poate fi atât de puternic și cronic încât va fi cauza fenomenului definit clinic al depresiei (Erozkan, 2001). În rândul altor tulburări legate puternic de singurătate se numără: tulburarea personalității, psihoza, gândul de sinucidere, utilizarea substanțelor psihoactive (Ernst, Cacioppo, 1999). Cercetările pe terenul psihologiei arată că „singurătatea cuplată” este nu numai o tulburare psihică, dar de asemenea des se leagă cu riscul mărit al căderii în boalile circulatorie sau de asemenea a problemelor legate de calitatea somnului (Cacioppo ș.a., 2002). Acel aspect larg al multor legături negative se poate utiliza ca argument care susține că singurătatea poate fi o boală (Booth, 2000). În rest, nu numai boala poate fi un motiv pentru al singurătății, dar și singurătatea utilizată de către gerontologi sunt o cauză a multor boli din perioada bătrâneții (Trafiałek, 2003).

Pe lângă aspectele negative ale singurătății se pot evidenția și laturile ei pozitive, așa ca de exemplu favorizarea creativității, descoperirea propriilor necesități sau de asemenea a stării, care fiind o valoare în sine contribuie pozitiv la dezvoltarea personală (DePaulo, 2006). În paleta aspectelor pozitive ale singurătății Krystyna Osińska înscrie

(...) starea sau situația în care se poate căpăta propria necesitate (proprie fiecărei persoane) de dispunere a timpului pentru a fie sine însuși; insuficiența acestei singurătăți devine o amenințare pentru dezvoltarea personală și pentru calitatea serviciului omului pentru binele comun. A fi singur înseamnă să poți însuși să administrez energia proprie de viață (Osińska, 2002, p.25).

Analizând multitudinea sensurilor a singurătății putem evidenția trei trăsături comune:

- Ele reies din relațiile insuficiente interumane;
- Este o experiență subiectivă;
- Este de neacceptat și stresantă.

În literatura științifică se întâlnește utilizarea termenilor de singurătate și însingurarea. Aceasta reiese din faptul că ele sunt identificate cu acea stare psihică. Însă după analiza atentă trebuie să stabilim anumite diferențe care apar în interpretarea acelor termeni. Pentru Elżbieta Dubas singurătatea înseamnă „rămânerea cu sine însuși, deseori fără oarecare legături fizice și contact cu alți oameni” (2000, p.19). Este o stare care constă în lipsirea practic a contactului nemijlocit cu alt om nu numai în dimensiunea psihică, emoțională (la ce atrăgeau atenția A.A.Zych sau J.Kozielecki), dar și de asemenea fizice. Singurătatea poate fi analizată mai apoi în două categorii: ca singurătate subiectivă, fizică și obiectivă, sau psihologică. Însingurarea în schimb se referă la sentimentele individuale ale persoanei (cel mai des o tovarășește locuitorilor caselor a bătrâneții decât celor care trăiesc în familii) (Tarkowska, 1994). Acesta este (...) un contact insuficient psihic cu o altă persoană care în afară de prezență fizică, cea care determină dezechilibru intern, disconfort psihic, senzația marginalizării în familie sau într-un alt grup social (Olearczyk, 2008, p. 95).

Stanisława Steuden leagă însingurarea cu suferința și durerea psihică a omului. Este o experiență a lipsei legăturilor apropiate și a comunității cu alți oameni (un număr insuficient de contacte și calitatea acestora) (Steuden, 2012, p.69).

Ca o completare a singurătății și însingurării poate fi conceptualizarea lor propusă de Janusz Gajda. Singurătatea el o vede ca pe o stare care reiese din alegere conștientă proprie. Omul singur nu are contact cu alte persoane, dar are legătură cu propria lume internă, în schimb însingurarea se caracterizează prin lipsa relațiilor cu alți oameni în cu sine însuși – omul nu-și găsește susținere în alții, prin armonia internă a sistemului axiologic – normativ (Gajda, 1987, p.87). Însingurarea este o tendință conștientă a omului despre legăturile inimii lui. Aceasta nu va fi înlocuită prin ținerea a cineva de mână sau prin privirea adâncă în ochi sau prin amintirea clipelor petrecute împreună. Omul trebuie să simtă, că este așteptat, iubit și acceptat indiferent de vârstă, boli, slăbiciune, a funcțiilor deținute. Însingurarea conține în sine sentimentul pierderii și a lipsei persoanelor importante, și de asemenea reiese din condiții obiective, așa ca structura familiei și a gospodăriei casnice. Starea lui psihică în care seniorul simte lipsa persoanei apropiate, lipsa contactelor tovarășești și prezența sentimentului părăsirii de către ceilalți. Pentru conștiința însingurării contribuie: nivelul funcționalității (persoana

cu dizabilități în chestiunile de autodeservire au o posibilitate mică de a iniția întâlniri de exemplu între vecini), starea de moment (persoanele singure și văduvite mai des se simt însingurate decât aceia care sunt în relații) locuirea de unul singur (persoanele care trăiesc singure, cel mai des simt însingurarea) (Zych, 2010, p.38), venituri mici, vârsta și genul (Grygiel, 2010).

#### 4.1 Tipurile de singurătate și perspectivele ameliorării ei

Singurătatea este un fenomen general, situat de-asupra timpului, culturii și istoriei. Ea este prezentă în viața omului în fiecare fază, deși așa cum arată Dubas, în special prinde o formă dramatică în copilărie și la bătrânețe (2006, p.330). Conform opiniei autoarei „reflecția asupra singurătății tinde spre recunoașterea ei ca situație definitivă, naturală și primordială” (Dubas, 2006, p.331). Ea este: (...) inevitabilă o finalitate specifică existențială. Ea este o situație naturală deoarece reiese din esența naturii umane. Este o situație primordială, deoarece privește omul din primele momente ale vieții, de asemenea și în perioada prenatală, de exemplu când copilul este nedorit (Dubas, 2006, p.331).

Singurătatea conform opiniei lui J.Rembowski poate fi examinată în dependență de perspectiva teoretică primită filozofico-psihologică:

1. Psihodinamică – singurătatea experimentată este ca o putere dinamică și patologică. Singuraticii, conform reprezentanților acestei direcții sunt apatici, pasivi, depravați și deseori leagă singurătatea de trăirile din copilărie.
2. Fenomenologică – cauzele singurătății se află în interiorul omului, în trăirile lui și în acumulări, iar nu în experiențele pe care le-a trăit în trecut.
3. Existențială – oamenii sunt din naștere singuri, de aceea singurătatea are o putere creativă și care facilitează, și este pentru om o experiență dureroasă.
4. Interacțională – reprezentanții acestui curent individualizează singurătatea emoțională (lipsa legăturilor personale și intime) și socială (lipsa legăturilor sociale și a apartenenței la comunitate).
5. Cognitivă – intensivitatea experienței singurătății este dictată de influența percepției motivelor sale. Apare în același timp când contactele sociale slăbesc sau devin puțin interesante (Rembowski, 1992, p.25-26).

Așa văzut sensul de singurătate poate duce la concluzia că există atâtea sensuri ale singurătății, câte persoane le analizează. Diferențele apar în special în modul de acceptare și de înțelegere a singurătății. Pentru unii este starea căutată legată de dezvoltare, pentru alții experiența dureroasă și nedorită. Față de acestea se poate constata că influența decisivă asupra modului de trăire are forma pe care o primește. Dacă aceasta este singurătatea dorită din alegere, totodată experiența ei nu devine un pericol pentru sănătatea psihică și de viață a individului. Conform opiniei lui Czesław Tarnogórski există câteva situații care condiționează alegerea conștientă a singurătății, ca de exemplu: omul devine însuși și în continuare rămâne

singur, ca să educe copilul; omul vede scopul vieții în activitatea științifică sau în creația artistică și nu are familie, deoarece nu dorește să-i impună rolul secundar; persoana simte mulțumire pentru educare și rămâne singură, ca să se ocupe cu tutela persoanei în vârstă; cineva simte vocația și pleacă la mănăstire, ca de unul singur sau în grup, dar în mare rigoare (Tarnogórski, 1988, p.8). Singurătatea nedorită este distructivă în consecințele personale, la care omul este sortit dincolo de voința lui. La unul dintre factorii care influențează acea stare trebuie să fie legate (iar în cazul sentimentului singurătății pierderea lui). Rembowski a subliniat că sensul de singurătate sunt de asemenea subliniate singurătatea impusă și prin persoană, singurătatea impusă (izolarea) și singurătatea care reiese din situația naturală a familiei și socială.

Acceptând criteriul esenței omului ca o unitate socială și emoțională, se poate evidenția câteva tipuri de singurătate. Făcând trimitere la sensul prezentat al sensurilor definite A. A. Zych, J. Kozielcki, J. Gajda, E. Dubas sau J. Rembowski, putem evidenția două tipuri de singurătate: singurătatea socială și singurătatea psihologică (emoțională) (vezi. Stochmiałek, 2005, p.32).

În literatura subiectului singurătatea socială deseori este legată de singurătatea fizică, cea care deseori va fi identificată cu lipsa prieteniei, comunității, tovarășiei. Fără sentimentul apropierii omul este îndepărtat de societatea umană. Janusz Gajda împarte singurătatea socială pe cea completă și parțială. În cea a doua se spune că atunci, când constată lipsa legăturilor naturale ale omului, dar se mențin contacte permanente personale cu alți oameni. Singurătatea completă apare atunci când lipsa legăturilor naturale este legată de lipsa contactelor durabile personale. Acesta este un fenomen corespunzător al „izolării sociale” așa numita lipsă a prezenței altor oameni și a contactelor fizice cu ei (Gajda, 1987).

Singurătatea socială și emoțională sunt aparent independente. Se poate trăi în grup și să ai sentimentul apartenenței, dar pe lângă asta să fii singur – toate acestea din cauza slabei legături emoționale. Există și situația inversă când pe lângă sentimentul relațiilor apropiate cu persoane se poate simți însingurat din cauza lipsei apartenenței la grup (Kozłowski, 1996).

Ținând seama de cele de mai sus se poate spune că fenomenul singurătății, așa cum rezultă din literatura de specialitate, cel mai des se împarte pe:

- Singurătatea socială, care este efectul lipsei legăturilor sociale sau de asemenea apartenenței la comunitate (Rembowski, 1992);
- Singurătatea personală, care reiese din lipsa legăturilor personale și intime, care sunt o expresie a izolării trăite prin individ (Stochmiałek, 2005, p.32);

- Singurătatea culturală care se evidențiază cu izolarea de la viața socială, cultura ei, care apare atunci unde trăiesc minoritățile etnice, persoanele cu dizabilități (Hołyst, 1994);
- Singurătatea comunicațională care reiese din greutate în reluare verbală și extraverbal a semnalului oferită prin alți oameni și de un nivel scăzut al maturității sociale (Hołyst, 1994);
- Singurătatea morală care este efectul lipsei echilibrului între lumea valorilor interne și lumea valorilor externe (Pawłowska, Jundziłł, 2006, p.28-31; Obuchowski, 1983, p.210; Adler, 1986, p.243-258; Gajda, 1987, p.29-30).

Diin perspectiva considerațiilor asupra singurătății socială este util să se aducă considerația orientării de viață a lui Bogdan Suchodolski. Pentru persoane singuratice se evidențiază trei astfel de orientări: „spre sine”, „spre oameni” și „spre lume”.

- Orientarea „spre sine” este caracteristică pentru persoane care orice ar face, fac pentru sine, pentru necesitățile personale și interese. Sunt oameni care activitatea lor o tratează foarte serios, ca pe o pasiune. La acest grup aparțin creatorii și cercetătorii. Orientarea „spre sine” spre trecerea anumitor granițe se agâncește izolarea și singurătatea omului, iar în consecință creația lui devine neînțeleasă și neinteresantă, deși deosebit de prețuită.
- Orientarea „spre oameni” constă în deidcarea completă pentru alții, începând cu familia și terminând cu persoane străine și depărtate. Exemplu al activității culturale este de exemplu învățătorul singuratic, care dedică viața lui activității educaționale.
- În orientarea „spre lume” interesul omului este direcționat în direcția realității obiective și a problemelor existente în lumea rea-lă. Omul care utilizează corespunzător acea orientare de viață se poate de asemenea realiza în mod diferit, iar singurătatea nu trebuie să fie pentru el tristă și grea (Suchodolski, 1979, p.209-226).

Un alt tip al singurătății analizate, singurătatea psihică, des se identifică cu starea de însingurare. În înțelegerea lui J.Gajda aceasta este una subiectivă, individual resimțită de personalitate. Altfel vorbind ea este înțeleasă ca o lipsă „a legăturii psihice cu alt om, a cărei consecință este tulburarea armoniei interne și senzația de pierdere a personalității” (Gajda, 1987, p.87). În schimb Jan Szczepański singurătatea psihică (o identifică cu însingurarea) o prezintă ca o (...) stare în care intră lipsa contactului cu alți oameni și cu sine însuși. În situația când omul nu găsește susținete în lumea sa internă, când este lipsită de gândurile sale și tendințe, timpul este numai o trecere, un gol și o așteptare a morții (Szczepański, 1988, p.21).



Conform lui W. Łukaszewski singurătatea psihică este un deficit al sentimentelor pozitive din partea altor oameni, în special acelor care au sentimente, este o stimă a izolării sale sau a propriei subiectivități. Pentru intensitatea simțirii a singurătății nu are influență argumentul acelor convingeri. Ținând cont de chestiunea „adâncimii” sentimentului însingurării, a evidențiat trei criterii de analiză:

- „Contactele cu alți oameni”. Conform aceluși criteriu nu există oameni singuratici obiectiv, deoarece fiecare om menține oarecare contacte. Sentimentul însingurării depinde de modul lor și persoanele cu care sunt menținute. Important este ca contactele să fie de durată și repetabile, ca să fie puțin loc pentru angajarea sentimentală a partenerului și tratarea altui om ca „o individualitate autonomă”.
- “aflarea în memorie”. Criteriu care subliniază marea importanță pentru om a faptului că cineva se gândește la el și îl ține minte. Cel mai important este memoria persoanelor importante pentru subiect și faptul că îl ține minte în ocazii speciale. Foarte important este ca persoana să fie convinsă că el este în memoria altora, în sens contrar se întărește conștiința singurătății subiective.
- „Obiectivitatea-subiectivitatea” acel criteriu subliniază dacă și la ce nivel omul este instrumental pentru alții. Dacă omul este instrument pentru alții, este obiectiv singur și poate simți singurătatea în dependență de convingerea despre propria obiectivitate și poate resimți singurătatea în dependență de convingerea în propria obiectivitate (Łukaszewski, 1984, p.330).

Din perspectiva analizelor realizate față de persoanele în vârstă este util să se amintească categoriile de singurătate în percepția lui Wojciech Pędycha (1996). Primind ca criteriu principal starea de posesiune a seniorilor, a subliniat patru feluri de singurătate:

- Singurătatea civilă (persoane văduve, fără copii, necăsătorite și divorțate);
- Singurătatea de locuință (locuirea de unul singur);
- Singurătatea socială (lipsa contactelor cu membrii familiei, prieteni, vecini);
- Singurătatea subiectivă (sentimentul de însingurare pe lângă locuirea împreună cu familia).

Bazându-se pe modurile de singurătate propuse de către cei mai sus menționați, consider că trebuie completată clasificarea amintită din perspectiva de a se descurca în situații limită, dificile, de multe ori care nu pot fi înțelese de către alte persoane în contextul de a fi singur. Propun după asta cele menționate mai sus de a le completa cu trei tipuri de singurătate și anume: singurătate opiniilor, singurătatea spirituală și singurătatea celui care moare.

Singurătatea opiniilor se referă la persoanele care o resimt în momentul exprimării, retrairii vieții conform opiniilor sale. Aceasta se poate cunoaște în cazul ideologiilor cunoscute (de exemplu simpatia cu un anumit partid politic) sau a

valorilor recunoscute (de exemplu realizarea practicilor religioase). Persoanele în situația de exprimare a opiniilor sale pot fi luate în derâdere, neacceptate, ceea ce finalmente poate duce la izolare și însingurare.

Viața spirituală poate di cunoscută în special de către persoanele care trăiesc o profundă viață spirituală. „Fără a fi în singurătate anume nu se poate duce o viață spirituală” (Nouwen, 2005, p.45). Conform Sf. Ioan de la Cruce singurătatea respectivă constă în promovarea de către Dumnezeu a sufletului pe drumul pe o singurătate din ce în ce mai mare, curățirea libertății spiritului, așa ca să nu fie crispată de nici un fapt, conrespundere sau exprimare. În scopul acelu drum singurătatea devine o gustare a sufletului, deoarece ea își găsește odihna în Dumnezeu (Ioan de la Cruce, 2013).

Al treilea tip al singurătății remarcat de mine este singurătatea celui care moare. Pe aceasta ajung să o cunoască persoanele care pleacă din această lume, cei care mor. Acea trecere nu-i dat să fie trecută cu cineva altul. Moartea înțelescă ca o trecere este apreciată individual, în fapte și gânduri, înțelegând specificul acelei clipe. Clive S. Lewis în memoriile *Tristețea* scrise după moartea soției subliniază că nu se poate împărtași o boală străină, o spaimă străină sau boală (Lewis, 2009), și singurătatea celui care moare, chiar și în momentul tovărășiei lui în plecarea din această lume.

Singurătatea și însingurarea este o mare problemă pentru persoanele în vârstă. Deseori ele duc spre sentimentul golului, spaimei, pierderii sensului vieții, a lipsei de capacități și incapacității de acțiune, de asemenea și a suferinței psihofizice. Omul singur în sensul psihologic compensează starea sa, oferind oamenilor o dragoste unidirecțională altruistă. Aceasta poate duce la faptul că resimte o singurătate dublă și caută alte substituiți de exemplu în dragoste față de animale, obiecte frumoase etc (Pawłowska, Jundziłł, 2006, p.27). Nu odată persoanele în vârstă în senzația „de a fi prizonier al propriei case” așteaptă moartea sunt izolați de restul societății, adânciți în stagnare (Brzezińska, 2013). Așa o atitudine față de sine, bătrânețe și a lumii înconjurătoare favorizează dezvoltării depresiei (Hammen, 2004). În plus, cu cât mai mare este izolarea socială și mai mică integrarea cu oamenii, cu atât mai mult atârână posibilitatea suicidului (Bruhn, 2011).

Odată ccu dezvoltarea industrializării și urbanizării societății devin din ce în ce mai profesionale, în masă, mobile, iar relațiile de rudenie își pierd din importanță. În viața societății se schimbă rangurile de până atunci și locul familiei, ca și numărul și domeniul funcțiunii ei. În consecință aceasta înseamnă sfârșitul posibilității de influență a familiei pe niște structuri sociale mai largi (Adamski, 2002, p.168). nu se poate uita că omul ca *homo socialis* cel mai bine se simte într-o bună relație cu alt om. De aceea, de asemenea toate manifestările singurătății (în

afară de cea de creație, de alegere sau spirituală) sau însingurarea au o influență destructivă asupra funcționării lui, relațiilor cu alții și cu sine însuși.

## 5.2 Cauzele și posibilitățile depășirii singurătății – în direcția căutării sensului.

Abordând problematica singurătății seniorilor trebuie să ne concentrăm asupra cauzelor ei. J.Kozielecki arată două cele mai importante cauze din domeniu: interne și externe (1988). Primele din ele se conțin în cunoștințele omului despre sine însuși. Autorul consideră că omul adună un anume bagaj de informație despre sine, personalitatea sa, sistemul de valori, a maturității emoționale ceea ce face posibilă găsirea răspunsului la întrebări: Cine sunt? Spre ce tind? Înțelegerea lui reglementează contactele sociale, modul și posibilitatea de a face schimb de informații sociale. Conform lui Kozielecki în rândul cauzelor interne se pot evidenția: chipul străin al „eului”, lipsa acceptării proprii, gândirea negativă despre sine, lipsa maturității emoționale și competențe scăzute sociale. Totodată în rândul izvoarelor externe ale singurătății arată: tempoul vieții, anonimitatea, progresul tehnic și mobilitatea socială. Acești factori influențează asupra impreciziei legăturilor între oameni, care primesc din ce în ce mai mult forma impersonală și instrumentală, scăderea bunăvoinței și empatiei.

Dorota Ruszkiewicz enumeră cauze asemănătoare ale singurătății, văzând izvoarele ei în factorii externi sau interni. Autoarea vede ca o cauză a singurătății externe: pierderea persoanei apropiate, moartea soțului, desfacerea căsătoriei, munca departe de casa părintească, lipsa prieteniei sau a contactelor tovarășești, bătrânețea progresivă. Exemplificarea circumstanțelor interne o reprezintă: autoevaluarea scăzută, sensibilitatea față de propria persoană, pesimismul, lipsa siguranței de sine și încrederea față de alții, pierderea tovarășiei, riscul și orice fel de noutăți (Ruszkiewicz, 2008, p.23).

Între alte cauze ale singurătății Rembowski arată șapte grupe de factori, care condiționează sentimentul singurătății și anume:

- Factorii geografici, la care se pot adăuga lipsa mobilității persoanelor în vârstă în instituțiile îndepărtate de locul de trai, ceea ce generează dorul de casă, mediu, prieteni;
- Barierele lingvistice, asupra cărora au influență greutatea în legarea contactelor care reies din lipsa abilităților comunicative;
- Singurătatea culturală care apare în caz de locuire în casa de bătrâni;
- Stilul singuratic condiționat de relațiilor cu alții și cu rămânerea la periferia grupurilor oamenilor între care el trăia;
- Singurătatea determinată de boală;
- Pierderea celor apropiați;
- Conștiința morții inevitabile (Rembowski, 1992, p.48).

Detășându-se de la tipologia prezentată mai sus a cauzelor singurătății din perspectiva analizelor realizate trebuie extinsă (o parte din tipuri în concepția lui Rembowski) cu privire la I. Mortenson. Conform opiniei lui cauzele acestui fenomen trebuie văzut în dependența de tipul experienței singurătății. Primind acest criteriu, el evidențiază: singurătatea culturală, stilul singuratic de viață, pierderea celor apropiați, conștiința morții inevitabile (Mortenson, după Rembowski, 1992, p.49).

Singurătatea culturală este dictată cel mai des prin starea rea a sănătății și situația, când persoana în vârstă trăiește în instituțiile de tutelă (în casele de bătrâni sau ospicii etc.) Acel mod al singurătății este dictat de subordonarea permanentă față de persoanele care acordă sprijin sau ajutor. Stilul singuratic de viață poate fi condiționat printr-o anumită modă legată în special de viața în aglomerațiile orașenești. Tempoul vieții și vârtejul obligațiilor nu permit întemeierea familiei. În multe cazuri de asemenea educația în familie cu un părinte arată posibilitatea unei asemenea soluții în viitor. Deși stilul singuratic de viață în genere nu poate însemna că omul va muri în singurătate, cercetările efectuate de Małgorzata Halicka arată că cel mai mare procent al persoanelor nemulțumite de viață apar în acel grup (Halicka, 2004). Pierderea celor mai apropiați se leagă de moartea acestora, iar condiția care reiese din aceasta (în cazul morții soțului) cu văduvia. Conform scării valorice de adaptare socială elaborată de Holmes și Rahe, care analizează nivelul stresului care reiese din evenimente importante din viață, pierderea, adică moartea soțului/soției are cea mai mare valoare de 100 de puncte. Cu mult mai jos se situează divorțul sau separarea (Szatur-Jaworska, ș.a., 2006, p.76). Într-o așa situație ajutorul de la persoanele apropiate devine foarte importantă, deoarece apropierea devine opusul singurătății. În schimb conștiința morții inevitabile este dictată de așa zisa schimbare a orizontului temporar. De aceea omul în vârstă se concentrează în special pe trecut și eventual actualitate. Nu elaborează planuri îndepărtate pentru viitor, deoarece la o vârstă avansată un eveniment important din viața lui devine moartea. Așa o perspectivă acționează asupra experienței izolării și singurătății.

Cauzele enumerate mai sus se pot completa cu considerațiile Paulinei Dąbrowski. Ea arată două cauze ale singurătății persoanelor în vârstă fără a se ține seama de tipul ei, și anume dispariția tradiției de trai în familia de mai multe generații și incapacitatea petrecerii timpului liber (Dąbrowska, 2011, p.86). este important să adăugăm că în cazul seniorilor de asemenea vârsta este una dintre factorii de bază care condiționează sensul de însingurare și singurătate (Barretta, Dantzler, Kayson, 1995, p.827; Fees, Martin, Poom, 1999, p.231). Dependența aceasta se poate vedea evident în grupele mai în vârstă, unde domină înainte de toate persoanele văduve, bolnave, cu dizabilități în timpul funcționării de zi cu zi,

cea ce în consecință duce la limitarea contactelor cu familia și cunoscuții. Din cercetări rezultă că singurătatea este mai răspândită între persoanele mai în vârstă de 75 de ani (Anderson, 1998 după Dańbrowski, 2011, p.87). Conform Mariei Braun-Gańkowski sentimentul singurătății, „care trezește convingerea că practic este singura în lume ce nu poate fi măsurată și că trebuie să se aibă grijă de sine” (1994, p.94). mărește neliniștea de sine.

Singurătatea omului fiind izvorul neliniștii duce deseori la limitarea posibilităților de a folosi potențialul său. Aceasta a constatat E. Fromm scriind: A fi singur înseamnă să fii incapabil, să nu poți măsura fapta cu lumea – obiectele, oamenii, aceasta înseamnă că lumea mă poate ataca, în timp ce eu nu mă pot apăra. Așa despre acea singurătate devine izvorul neliniștii intensive. Ea naște sentimentul rușinii și vinei (Fromm, 1996, p.19).

În formarea sentimentului singurătății Tony Lake diferențiază trei faze:

- I. Se caracterizează prin factori externi, care influențează asupra limitării sau blocării contactelor cu alții, eliminând astfel așa zisa educație reciprocă. În acea fază apare stoparea sentimentului de apartenență.
- II. Persoana pierde încrederea pentru luarea și menținerea contactelor cu alții.
- III. Prin lipsă, lichidarea posibilității pentru intrarea în interacțiune cu alții. Omul are convingerea că existența lui nu interesează pe nimeni, iar cei din jur arată față de ei indiferență (Lake, 1993).

E. Dubas consideră că singurătatea omului poate fi bună sau rea. Acea poziție este ceva atât de „uman”, „prescris omului, ca de exemplu tendința spre dragoste sau necesitatea libertății” (Dubas, 2006, p.334). Ea nu poate fi ruptă din soarta omului și predestinare. Singurătatea rea se poate depăși, „să obții fața ei pozitivă. Trăirile ei, experiența poate fi direcționată așa ca să favorizeze dezvoltării umane” (Dubas, 2006, p.334). În baza literaturii subiectului autoarea evidențiază patru modalități de bază de depășire a singurătății, care în același timp sunt trepte spre singurătatea creativă, singurătatea de dezvoltare. Ea permite să se ofere sensul vieții omului, deschizându-l într-o altă dimensiune și aspect. Acele modalități se manifestă în patru tipuri de relații:

I. Relația eu-alții reprezintă căutarea altuia, alt om, care are să completeze golul singurătății. Este cea mai generală și cea mai des realizată (de mai multe ori) dimensiunea de învingere a singurătății. Acea relație cuprinde de asemenea participarea în cultură, educație, iar principalul motiv îl are dimensiunea socială – să fii între oameni. Acel mod de depășire a singurătății contribuie la dezvoltarea social-culturală a omului. Totuși nu totdeauna celălalt om este în stare să satisfacă necesitățile celor din jur, a comunității, legăturile. Reiese din faptul că însuși procesul acelei construcții interumane nu este facil, iar evoluția sa veritabilă se interferează cu schimbările atât de caracteristice pentru această lume, ca urmare a

acordurilor sociale. Des visurile despre dragoste, prietenie, care ar fi putut învinge singurătatea rămân în exclusivitate visuri.

II. Relația eu – eu este construcția și dezvoltarea lumii sale interne. Esențială este aici capacitatea de a fi tu însuși, promovarea discuției interne, reflecțiunea asupra sie însuși, călătoriile în interiorul său. Relației acesteia îi sunt favorizate de asemenea dezvoltarea propriilor interese, pasiuni, activitatea educațională, creativă, lucrul asupra dezvoltării propriei personalități. Relația aceasta îl face pe om independent de ceilalți, dar este cea mai grea pentru realizare deoarece cere de la el capacități de conducere a propriei dezvoltări interne. Îl caracterizează mai mult pe cei singuri decât persoane întovărășite. Se poate naște pericolul izolării sociale și să se piardă șansa de dezvoltare din cauza lipsei autoîmbogățirii prin dăruirea față de alții și a valorilor care vin de la alt om.

3. Relația Eu-Dumnezeu, adică tendința de unire cu Dumnezeu (communio), transcendența. Acest mod de prevenire a singurătății este foarte dificil și neînțeles pentru omul modern pierdut în „realitatea schimbătoare”. Este vorba aici de capacitatea „de a fi cu Dumnezeu”, de unire cu el nu numai atunci când cunoaștem cea mai mare singurătate în culori negre, dar înainte de toate în situația singurătății alese, ca depărtându-ne de influența mulțimilor, chiar și a prietenilor, să ne apropiem de Dumnezeu și de sine, ceea ce ne-ar permite să ne întoarcem înnoți spre oameni. Unirea mistică cu Dumnezeu înaintea rugăciunii, meditațiilor, filozofii consideră deseori, că doar trimiterea la Dumnezeu, încredințarea lui permite omului să primească pacea internă să înțeleagă sensul vieții și tendințele. Drumul spre Dumnezeu este totodată apropierea către oameni și către sine. În acest context singurătatea este o dimensiune importantă a vieții spirituale a dezvoltării omului.

4. Relația Eu – Natura este un mod de depășire a singurătății în contact cu natura. Aceasta face posibilă ordonarea relațiilor cu mediul, permite să le vadă în altă lumină, să găsească sensul existenței reciproce, să se înțeleagă importanța prieteniei și dragostei și să se caute drumurile spre construirea legăturilor comunitare. Îmbogățește viața internă a omului prin contemplare și experiența frumuseții naturii. Oferă de asemenea liniștea omului care trăiește în lumea „schimbărilor permanente” și stres. Această relație poate fi prezentă la toate nivelurile de depășire a singurătății, făcând posibilă și ușurând realizarea lor cea mai deplină și dezvoltarea multilaterală a omului (Dubas, 2006, p.334-336).

Lumea modernă și schimbările pe care aceasta le aduce din ce în ce mai des încarcă singurătatea omului. Este vorba despre persoane în vârstă formate într-o altă realitate social-culturală, care din rațiune de vârstă și potențialul de dezvoltare din ce în ce mai des este de a se adapta la schimbările rapide și bulversante. De aceea există necesitatea noii descoperiri a singurătății de oferire a sensului propriei

vieți și de pregătire a omului pentru a avea grijă cu ea prin educație a întregii dezvoltări.

## I.6 Stilul de viață și activitatea educațională a seniorilor.

Stilul de viață reprezintă înțelegerea care înseamnă un complex de comportamente specifice pentru această comunitate sau individ iar altfel spus: un mod de viață caracteristic care diferențiază această comunitate sau individ de alții (Siciński, 1985). Comportamentele, motivele și rezultatele lor se formează, conform opiniei lui Siciński, în întregime, pe care îl reprezintă modul de viață. Acestea sunt:

(...) comportamentele diferențiate față de gamă și formă (și anume în perioada acestor comportamente direcționate pe anumite scopuri, fapte, „acțiuni”); motivația unor acestora (trecute în seamă, importanțe și valori); de asemenea anumite funcțiuni lucruri care sunt rezultatele sau scopurile, sau instrumentele acestor comportamente (care în legătură cu acel rol de asemenea își trece o anumite importanță) (Siciński, 1985, p.47-48).

Olga Czerniawska, cercetând viața seniorilor, a diferențiat o parte a principalelor stiluri de viață:

- Stilul complet întunecat care caracterizează persoane în vârstă, care se izolează de mediu, rămâne acasă, se închide în sine și se retrage din viață. Des un așa comportament este legat de evoluția așa zisei boli somatice și printr-o calitate scăzută a felului cum se simte;
- Stilul activ este tipic pentru persoanele care au diferite forme de activitate fizică între care și îngrijirea grădinii (stilul care reiese din posesiunea grădinii);
- Stilul activ social este tipic pentru persoanele care participă în diferite comunități sociale, care activează pentru alte persoane, ceea ce face posibil să se simtă necesari și utili;
- Stilul centrat pe casă, concentrat pe casă caracterizează persoane care au diferite activități de ordin casnic (limitând astfel contactele interpersonale) sau de familie (participă în viața de familie, realizează diferite misiuni casnice, un rol extins al bunicii și bunicului);
- Stilul dumnezeiesc apare în angajarea seniorilor în diferite inițiative religioase, participarea activă în viața parafiei în organizațiile bisericesti;
- Stilul educațional constă în angajarea în participarea activă în diferite forme ale educației, în general în inițiativele organizate de către universitățile de vârstă a treia (Czerniawska, 1998, p.19-24).

De asemenea, o propunere interesantă a fost înaintată de către Michel R. Pare care sublinia:

- Stilul de retragere este reprezentat de lipsa angajării a persoanei în vârstă în viață, ruperea contactelor cu lumea înconjurătoare și moartea socială;
- Stilul familial se manifestă din plin prin angajarea în viața familiei, chiar și cu prețul altor activități;



- Stilul de luptător este tipic pentru persoanele angajate în lupta pentru drepturile omului în vârstă, despre îndreptarea situației lor sociale, o calitate mai bună a vieții;
- Stilul de participare în viața socială se sprijină pe activitatea socială și munca de voluntariat a oamenilor în vârstă (Czerniawska, 1998, p.25).

În stilurile de viață prezentate apar de asemenea acelea care conțin în sine calitățile întunecului, retragerii sau singurătății. În rândul factorilor care decid asupra unui sau altui stil de viață se evidențiază și faptul permanenței și dinamicii vieții umane stabilite de multe evenimente fiziologice, biologice, fizice, sociale și psihice. Bătrânețea, așa cum remarcă O. Czerniawska, este un destin individual (1998, p.17) și nu fără importanță rămâne în acea imagine fenomenul individualizării, a faptelor de nerepetat și a calității vieții. Bătrânețea și stilul de viață reies din trecerea vieții de până atunci, cu excepția îmbolnăvirii, care se poate schimba diametral.

Seniorul va reuși să se adapteze bătrâneții în mod negativ sau pozitiv. Față de formele negative de adaptare se pot enumera: izolarea, retragerea din viața socială, închiderea în lumea sa/în casă, crearea propriei realități și trăirea în exclusivitate doar cu trecutul. Formele negative sunt cel mai des alese în momentul pierderii sensului de viață de către seniori sau în efectul bilanțului vieții care devine negativ. În rândul formelor pozitive a adaptării față de bătrânețe se pot evidenția: voluntariatul, intensificarea întâlnirilor cu cunoscuții, hobby-urile, participarea la cursuri organizate de către universitățile de vârstă a treia sau centre ale ajutorului de zi, însemnarea amintirilor în forma de jurnal. Se poate menționa că formele pozitive sunt construite în baza valorilor de mai sus, reprezintă efectul propriei creativități ale seniorului orientate pe alt om, pe construirea relației și dezvoltarea sa, decid cu privire la rezultat, care oferă sens vieții. Conform cu Alan L. McGinnis prietenia permite să se scape de dușmănie, agresiune sau însingurare (1991, p.35-38). Ea reprezintă puterea cea mai adâncă ce activează existența umană, când „(...) eliberează tendința spre tutela oferită și dezinteresată” (Borowska, 2003, p.55). Prietenia a cărei temelie este dragostea și puterea ei, arată Elzenberg (1994), Fromm (1996) sau Bradshaw (1996) – sunt esența creativității omului. Ele au o putere stimulatorie spre construirea propriei existențe și altora, deci reprezintă binele. Binele reprezintă toate activitățile omului care înmulțesc în mediul lor o ordine specifică și tind spre o înmulțire a entropiei negative (Kejpiński, 1995). Se referă în special la ordinea sentimentelor, în special a creșterii sentimentelor cu semn adăugător. Teresa Borowska subliniază că binele este reprezentat de asemenea prin valori ca sănătatea, libertatea, responsabilitatea, curajul și sentimentul propriei utilități. Realizarea lor „permite dezvoltarea, creionarea propriei vieți în condiții diverse ale limitării lor” (Borowska, 2003, p.56).

În viața omului apar multe limitări. El nu este în stare să le învingă pe toate, dar poate înțelege sensul, și să realizeze fapte care permit soluții constructive sau acceptarea unei oarecare stări, ca să trăiască mai departe și să se dezvolte. Aceștia de asemenea îi servesc valorile mai sus amintite, ca și educația omului spre responsabilitate pentru viața sa, pentru obținerea sensului, educația pentru dezvoltarea pentru tot restul vieții, pentru rezolvarea propriilor slăbiciuni și limitări fără a se ține seama de vârstă.

Educația este un proces pe parcursul întregii vieți, intenționat, dar așa cum stabilește O Czerniawska (1998, p.11) nu poate o poate limita. Ea se realizează de asemenea în instituțiile organizată (în educație permanentă), și așa în cadrul unei așa zisei, educații egalitare, care să cuprindă prin acțiunile lor persoane în fiecare perioadă de dezvoltare, și în plus și a seniorilor. Educația e nu numai învățarea, dar de asemenea și educația înțeleasă ca un proces pe durata întregii vieți, față de care sunt supuși seniorii (Rubacha, 2005). Educația ajută omului și dezvoltării lui (...) este o dezvoltare a situației, care permite mai bine și mai util să-și trăiască viața, este o activitate care ajută procesul și se produc în anumite etape ale vieții, între care și a bătrâneții (Czerniawska, 1998, p.12).

Altfel vorbind educația este oferirea cuiva bărbăția pentru a fi el însuși, iar educația înseamnă să oferi lui

(...) a propriului drum. Să ajute să devină liber (...) să trezească dezvoltarea lor. Să educi înseamnă să înveți să lupți pentru propria educație (...) să înveți cum să ajungi spre autoeducație (Guardini, 1991, p.228).

De aceea educația reprezintă (...) înțelegerea ca un proces de viață a propriei deveniri, trebuie să determine omul spre o reinterpretare a vieții, a propriilor cunoștințe și a experienței. Omul trebuie să prețuiască experiența sa, dar să le vadă din perspectiva experienței altor persoane și generații (Czerniawska, 1998, p.13-14).

În perioada bătrâneții se pot deschide noi interese, capacități, să le dezvolte și să realizeze tendințele de până atunci neîmplinite, să reorganizeze și să redefiniească viața sa, să-i ofere un nou sens, să-și pună noi scopuri, planuri de viață. În om se conține un mare potențial care poate fi mișcat și folosit. Omul cu timpul poate învăța să obțină și să-și perfecționeze propriul potențial, să se descopere. Această autodiagnoză și autoeducație la o vârstă înaintată constă în capacitatea de analiză și reanaliză în viitor (Czerniawska, 1998, p.13-14).

#### 6.1 Schimbarea socială și educația la bătrânețe

O caracteristică a lumii este cerințele în creștere față de oameni. Accesul la știință, posibilitatea și dorința educației pe durata întregii vieți (pe lângă muncă) sunt „elemente determinante ale dezvoltării civilizatoionale, între care înainte de toate a dezvoltării omului și societății lui” (Wiatrowski, 2005, p.76). În acel context

foarte importante sunt atragerea atenției asupra activității educaționale și necesitățile și posibilitățile educaționale a seniorilor în contextul dezvoltării lor și a societății.

O. Czerniawska recunoaște că educația în faza târzie, „este înainte de toate o meditație despre însăși viața. Este unul dintre eforturi, pe care oamenii le realizează, ca să rămână tineri, ca să „fie pe fir” (1998, p.13). Conform opiniei ei atenția care să-i fie acordată, atâta cât nu face din om un egocentric, aparține necesităților și obligațiilor lui fundamentale. „Nici marea transformare, nici dezvoltarea deosebită nu se produce la o vârstă înaintată”. Studiarea îndeplinește o altă funcțiune

„(...) învățarea pentru sine, deși are o importanță pentru societate, pentru semenii săi, care în aspect procentual are o pondere importantă” (Czerniawska, 1998, p.13).

O soluție importantă în considerațiile cu privire la educația la bătrânețe o reprezintă concepția lui Jacques Delors care mărturisește despre educația pe durata întregii vieți. Este o propunere care se înscrie perfect în modelul vieții active a funcționării și adaptării în lumea schimbătoare:

(...) schimbările contemporane educaționale trebuie să ia în calcul diagnoza situației omului în lume. Fiecare schimbare importantă a lumii omului îi pune pe oamenii în parte și societatea în fața finalității de obținere a noilor metode de comportament și de valorificare, necesită schimbări mentale esențiale, necesită totodată o educație pe durata întregii vieți (Kwiatkowska, 1997, p.9).

Aceste schimbări educaționale așa înțelese ies „dincolo de împărțirea tradițională în educație introductivă și educație neîncetată”. Devin „răspuns la provocările lumii care se schimbă rapid” (Delors, 1998, p.17).

Educația în Polonia se schimbă ca să facă față provocărilor și să satisfacă necesitățile educaționale și de dezvoltare a fiecărui om fără a se ține seama de vârstă. În acest scop apar noi proiecte educaționale, „programe noi, noua rețea școlară, iar în ea școli noi, noi instituții de educație și extrașcolare” (Łukasik, 2006, p.69). În acest context educația până la o activitate pe durata întregii vieți și educația pe durata întregii vieți sunt teren pentru activități și pentru bătrânețe pentru asigurarea necesităților persoanelor în vârstă așa ca:

(...) necesitatea securității, apartenenței, utilității, recunoașterii și menținerii poziției de până atunci, independenței. Foarte importantă pentru buna adaptare față de bătrânețe este necesitatea satisfacției de viață, menținerea „sentimentului continuității și identității”, fără a ține seama de schimbările fiziologice, sociale și psihice (Szarota, 2004, p.45).

Se poate afirma că în ultimii ani, când s-a stabilit un progres hotărât în mai multe domenii ale vieții (Szymański, 2002, p.9), s-a făcut vizibilă necesitatea educației persoanelor în vârstă. Este vorba aici nu numai despre pregătire și de

lărgire a cunoștințelor, iar el poate înainte de toate, despre posibilitatea seniorilor de a funcționa corespunzător în lumea înconjurătoare, aflată în tempoul rapid de schimbare. Așa cum arată Malcom Knowles sunt persoane în vârstă;

- Sunt subiectul procesului, autonom al indivizilor – acționează binevol, înșiși decid, ceea ce doresc să folosească – pot să participe în programul de învățare;
- Introduc experiența în procesul de învățare – pot să se împartă cu alții și astfel să studieze să se inspire reciproc;
- Sunt orientate pe scopuri – știință, ce doresc, deoarece nu totdeauna aceasta articulează;
- Sunt pragmatice – învață ceea ce consideră util și folositor și ceea ce i-ar ajuta să se descurce cu realitatea;
- Căutarea posibilității dezvoltării personale – necesită să realizeze nemijlocit cunoștințele obținute și a capacităților în viața personală;
- Așteaptă respect – doresc să fie tratate ca parteneri, și să aprecieze posibilitatea exprimării propriilor opinii (Sikora, 2013, p.45).

Este important să se folosească potențialul lor, posibilitățile, cantitatea timpului liber de care dispune, de a face posibil participarea în procesul dezvoltării pe durata vieții, de oferire a sensului, stabilirea și realizarea scopurilor. Acel potențial se poate activa și folosi prin educație precum subliniază M.J.Szymański, în îmbogățește pe om fără a ține seama de vârsta lui.

Cunoștințele obținute înmulțește conștiința persoanei, contribuie la dezvoltarea lui psihică, la perfecționarea inteligenței emoționale, participare în cultură. Se înmulțesc șansele ei de viață (...). devine din ce în ce mai importantă a calității vieții omului la fel în sfera activității, cât și în consum (Szymański, 2009, p.7).

Persoanele în vârstă joacă un rol important în societate. Activitatea lor de o viață și contribuție pe care o aduc în societate îi dau o șansă pentru folosirea aceluși potențial pentru crearea și lărgirea câmpului de acțiune, a condițiilor care favorizează activitatea persoanelor la orice vârstă și de asemenea întăririi solidarității între generații.

Față de îmbătrânirea activă se adună următoarele elemente:

- Îmbătrânirea sănătoasă;
- Activitatea socială;
- Independența în viața socială;
- Activitatea educațională (European Year for Active Ageing..., 2012).

Din perspectiva considerațiilor realizate o importanță specială o are participarea activă a seniorilor în procesul de educație (între altele formală și neformală) în viața socială (de exemplu, prin tutela asupra altora – de regulă soților sau nepoților sau de asemenea lucrul de voluntariat) și independența lor în viață. Tipurile enumerate (elemente) ale activității sunt expuse în concepția educațională

a lui S.Timmerman. Ea a evidențiat patru tipuri ale educației care servesc dobândirii independenței:

- Obținerea cunoștințelor și a capacităților care servesc menținerii bazelor economice;
- Obținerea de abilități practice care sunt necesare pentru viața de mai departe;
- Obținerea de abilități pentru alții;
- Știința a cărei scop este atingerea omeniei, adică a dezvoltării generale (Halicki, 2009, p.205).

Primul tip al educației răspunde necesităților persoanelor în vârstă interesate de completarea veniturilor sale. Educația le poate ajuta în conducerea efectivă a vieții lor, ca și în obținerea tehnicilor corespunzătoare ale căutării muncii. Aceasta face posibilă obținerea abilităților noi, perfecționarea celor vechi și folosirea noilor posibilități de câștigare a banilor. Un alt tip al educației se referă la satisfacerea necesităților legate de dobândirea abilităților, care permit depășirea problemelor cotidiene referitoare la sănătate, finanțe sau alimentație. Necesitățile se pot schimba odată cu vârsta și să depindă de venituri. Educația poate pune bazele unor calități ca abilitatea citirii și scrierii sau cunoașterea faptelor din timpul prevenției de sănătate. Aceasta face posibilă primirea inițiativelor în hotărârea propriilor probleme, la luarea deciziilor și la potrivirea lor față de schimbările de viață. Al treia tip al educației permite să evidențiem persoanele în vârstă ca aceia care îi învață pe alții. Pregătind oamenii în vârstă la participarea în viața socială, educația le dă posibilitatea de obținere a abilităților care pot fi utile în ajutorul altora. Datorită ei ei primesc energia pentru munca în folosul societății. Dacă este vorba de cel de-al patrulea tip, adică despre studierea individuală, el este un factor esențial, care poate aduce persoanelor în vârstă multe beneficii. Înainte de toate îi eliberează de stereotipuri în percepția a sine însuși și a realității înconjurătoare (Halicki, 2009, p.205).

Un pic o altă concepție cu privire la bătrânețe propuse de către sine a teoriei necesității l-a prezentat McClusky. Concepția lui face trimitere la ierarhia necesităților oamenilor în vârstă. Accentuând diferite niveluri ale necesităților, a enunțat dependența între cerințele externe și resursele personale, care sunt la baza educației. A propus catalogul misiunilor pentru crearea în bătrânețe în scopul micșorării relațiilor negative între cerințe și resurse, adică dimensiunea fizică, psihico-emoțională, cognitiv și știință. A atras atenție că în educația până la bătrânețe trebuie să fie luați în vedere factorii interni așa ca statutul social, susținerea din partea familiei, puterea și influențele (Halicki, 2009, p.206). Conform principiilor adoptate au fost prezentate cinci feluri de necesități legate de îmbătrânire:

1. Necesitățile de a se descurca conțin un nivel minim de abilități de scriere și autosatisfacția. Dacă nu intervine suplimentul de putere (forță) necesitățile superioare lipsesc.
2. Necesitatea de exprimare prezintă activitățile ca un scop în sine. De regulă fiecare persoană necesită timp pentru activitate legată de exprimare prin sine însuși.
3. Necesitatea de a se alinia la ceva – este o tendință altruistă de a-i sluji pe alții. Surplusul rezervei de folosire este aici pentru activitățile care nu sunt legate de necesitățile proprii (propriul „eu”) sau de necesitățile de a se descurca singur.
4. Necesitatea de a influența ceva – este dorința de stăpâni abilitățile politice și tendința spre înțelepciune. În acest caz surplusul de putere (forță) și a elementelor acesteia poate duce la perfecționarea abilităților corespunzătoare.
5. Necesitatea transcendentului este creștere de-a supra marilor limitări, învățarea de menținere a echilibrului între putere (forță) și greutate (Hallicki, 2009, p.207).

Ierarhia necesităților formulată de H. McClusky aduce cunoștințele necesare cu privire la tendințele persoanelor în vârstă, ceea ce face posibilă o mai bună administrare a practicii educaționale. Aceasta face posibilă de asemenea, în legătură cu concepția lui S. Timmermann, „(...) crearea de instrumente pentru aprecierea programelor concrete din punctul de vedere al contribuției lor în promovarea activității sociale în rândul persoanelor în vârstă” (Hallicki, 2009, p.207).

Așa cum s-a amintit mai înainte, asupra îmbătrânirii active influențează mai mulți factori, între care cea mai esențială este educația. Ea face posibilă o mai bună adaptare la mediul aflat în schimbare și ajută la menținerea independenței nu numai în tinerețe, dar și în timpul întregii vieți. Instruirea a dus la înmulțirea conștiinței și a cunoștinței despre sănătate și utilizarea celor mai noi realizări a omenirii. Datorită ei crește aprecierea pozitivă a calității vieții. Ocupațiile educaționale permit de asemenea susținerea persoanelor în vârstă „în alegerea scopurilor de atins, adică punând bazele la așa ocupații, care sunt posibile prin adoptarea lor” (Sienkiewicz-Wilowska, 2013, p.35). trebuie să fie de asemenea adecvate față de posibilitățile persoanelor în vârstă, precum și ținând seama de necesitățile lor individuale, în schimb activitățile educaționale sunt îndreptate spre seniori și trebuie să aibă în vedere subiectivitatea lor, tendințele și interesele, în care în special cei care se referă la:

- Cunoștințe și abilități tehnice (utilizarea calculatorului, bancomatului, contul personal prin telefon, televizor, dvd, calculator);
- Sănătatea (a se descurca cu problemele de sănătate, obținerea informației, în special de la medici);
- Odihnă și distracție (dezvoltarea noilor dar de asemenea și acelea care există);

- Temelor legate de „viață” (a se descurca în chestiunile financiare, de moștenire, juridice) (Sikora, 2013, p.44).

Analizând mai apoi ce este important pentru persoanele în vârstă, se poate constata că știința obținută de-a lungul procesului instructiv ajută să distrugă miturile și să disperseze temerile, permite să se deschidă adevărul și să stimuleze abilitatea de a se descurca, precum și de asemenea prin viață proprie, nu numai să organizeze timpul liber, dar și să-i ofere sens și valoare. Cunoașterea proceselor și mecanismelor de îmbătrânire facilitează o mai bună pregătire spre schimbări și menținerea stării satisfăcătoare de sănătate și în aceea ridică adaptarea spre tinerețe și oferă sens trăirilor (Majewska-Kafarnowska, 2009, p.221-222).

### 5.3 Educația formală a seniorilor până la dezvoltarea activă pe durata întregii vieți.

Așa cum remarcă psihologii contemporani, medici, pedagogi

(...) nici o vârstă nu reprezintă în sfera cunoașterii o barieră pentru realizarea schimbărilor de dezvoltare pentru obținerea și de folosire optimală a posibilităților de învățare în viața socială (a indivizilor și grupurilor) și a barierelor pentru contracararea stagnării sau regresului a acelor posibilități (Kuchcińska, 2009, p.174).

De aceea Jerzy Halicki observă:

(...) activitățile educaționale în rândul persoanelor în vârstă sunt unul dintre elementele principale de îmbunătățire a vieții acelei părți a societății, a carui nivel de viață, și într-un anumit sens calitatea ei, apreciată prin observatorul atent și așa mai înaltă decât în cazul grupului general de oameni în vârstă, pregătiți mai prost (Halicki, 2000, p.208-209).

Din păcate așa cum remarcă autorul amintit, activitatea de instruire caracterizează doar o mică parte din seniorii polonezi, în principal aceia care au cel puțin studii medii, adică o mică parte a elitei. Dar prin educație a persoanelor în vârstă se crează lor o șansă pentru o mai bună trăire a acelei etape din viață. Seniorii ocupându-se cu activitatea în domeniul instruirii, se activează se socializează și se deschid lumii înconjurătoare și astfel generațiilor mai tinere. În cadrul instruirii cunosc diverse aspecte ale cunoașterii privitoare la sănătate, problemelor de bătrânețe ca și își completează sau adoptă noutăți din diferite domenii ale științei și activității omului<sup>1</sup>.

---

<sup>1</sup> În răspunsul la inițiativa elaborată datorită inițiativei europene în contextul activizării persoanelor în vârstă a fost pregătit *Programul de Stat în vederea Activității Persoanelor în vârstă pe anii 2012-2013*. Scopul principal al acelu program a fost crearea condițiilor pentru dezvoltarea activității sociale a persoanelor în vârstă, care terminând activitatea profesională, rămân în continuare într-o bună condiție psihofizică, au potențial, calificare, experiență de viață și timp liber. De aceea trebuie folosiți pentru crearea ofertelor corespunzătoare ale activității sociale (*Europejski Rok Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej 2012. Raport Ewaluacyjny*, 2013, p.8). Activizarea acestui grup al beneficiarilor programului se bazează pe concepția îmbătrânirii active.

Educația seniorilor permite să se minimalizeze marginalizarea socială a aceluși grup. Forma lor esențială a reabilitării abilităților intelectuale, psihice sau revalidării sociale. Face posibilă intrarea în epoca digitală, ridică autoconștiința, cunoștințele din diferite domenii, ca să facă posibilă înțelegerea schimbărilor și de asemenea viața bună, valoroasă, în care își găsește sensul. Trebuie să adăugăm că deja Aleksander Kamiński vorbea despre elementele de bază a educației până la bătrânețe, așa precum dezvoltarea intereselor, hobby, activitatea socială (Kamiński, 1974). El postula ca acele acțiuni să fie începute la maturitatea primă și să fie continuate. Din perspectiva modernității se poate spune că activitățile amintite trebuie începute încă în copilărie.

Educația până la bătrânețe este învățarea de a obține abilități ale vieții active, intenționate, pozitive, valoroase, creație și realizare a concepției vieții proprii (Majewska-Kafarnowska, 2009, p.219).

De aceea scopurile educației la bătrânețe trebuie să ia seama de resursele persoanelor participante în procesul de educație, iar persoanele care țin cursurile educaționale trebuie

(...) Să susțină persoanele în vârstă în alegerea metodei de acțiune, care le vor permite cât mai bine acele scopuri să le realizeze, ca să resimtă sentimentul competenței și satisfacției de pe urma acțiunilor realizate (Sienkiewicz-Wilowska, 2013, p.35).

Trebuie să fie alese astfel ca ele să țină seama de diferitele schimbări care intervin în perioada maturității târzii, ca modificările în perioada funcționării sociale corespunzătoare înainte de toate a reducerii numărului de ocazii pentru realizarea contactelor sociale să compenseze deficiențele apărute. Ele servesc ocupații în grup, „care dincolo de mărirea cunoștinței și abilității, îndeplinesc de asemenea rolul activizării sociale” (Sienkiewicz-Wilowska, 2013, p.35).

Instruirea la o vârstă înaintată devine o activitate importantă. Este nu numai un exercițiu al gândirii, dar de asemenea și o plăcere, aventură, descoperire a sensului și scopului educației pentru ceva nou, iar prin aceasta de asemenea prin oferirea noului sens vieții. Czerniawska a arătat că instruirea „crează modele pentru îmbătrânire pozitivă și contribuie la apariția unui stil de viață pentru bătrânețe, care propagă educația ca pe o valoare care o îmbogățește” (Czerniawska, 1998, p.13).

Instruirea pe parcursul întregii vieți poate primi diferite forme în cadrul educației formale, neformale și a instruirii în viața cotidiană. În cazul educației

---

Activitatea socială a persoanelor în vârstă poate primi diverse forme, așa ca angajarea lor în cadrul organizării beneficiului public, ale universităților de vârstă a treia, a consiliilor seniorului, clubului seniorilor, comunităților locale (între care cele care activează pe lângă biserici și uniunilor confesionale), organizațiilor industriale, activităților de autoajutor, a diferitor tovărășii social-culturale sau a cercurilor gospodinelor rurale.



formale a seniorilor cele mai populare sunt universitățile de vârstă (UVT) a treia și cluburile de senior. UVT-urile sunt niște instituții a căror formulă de activitate educațională contribuie la satisfacerea unor așa necesități ale seniorului ca: autoinstruirea, cunoașterea mediului, lărgirea cunoștințelor și abilităților, realizarea activităților utile societății, ocuparea timpului liber, menținerea relațiilor tovarășești, stimularea psihică și fizică, iar uneori și posibilitățile de realizare a visurilor din tinerețe (*Rządowy Program na Rzecz Aktywności Społecznej i Osób Starszych na lata 2012-2013*, 2012, p.13). Scopul activității înainte de toate este instruirea seniorilor într-un sens larg înțeles, și anume:

- Generalizarea inițiativelor educaționale;
- Activizarea intelectuală, psihică, socială și fizică a persoanelor în vârstă;
- Lărgirea cunoștințelor și abilității seniorilor;
- Facilitarea contactelor cu instituțiile, așa ca serviciul de sănătate, mediile de cultură, mediile de reabilitare etc.;
- Angajarea celor care au frecventat cursurile în activitatea pentru mediul înconjurător;
- Menținerea cunoștinței sociale și a comunicației interumane în rândul seniorilor (<http://www.utw.pl>).

La alte scopuri ale UVT-urilor aparțin înainte de toate susținerea dezvoltării intelectuale, sociale, activității fizice a persoanelor în vârstă, lărgirea cunoștințelor și a abilităților seniorilor, facilitarea contactelor cu instituțiile, așa ca serviciul de sănătate, mediile de cultură, mediile de reabilitare, angajarea „studentilor” în activitatea sportivă și turistică și activitatea pentru mediul înconjurător. Ele joacă un rol important pentru menținerea cunoștințelor sociale și a comunicării interumane în rândul seniorilor.

Ridicarea în timpul orelor a problemelor legate de profilactica gerontologică, prin generalizarea modelelor bătrâneții active, cu includerea „studentilor” în curentul vieții sociale, cetățenești. Este popularizată știința și tehnica, întărită activitatea intelectuală, de cunoaștere, fizică și socială. UVT-urile sunt un mediu de activitate foarte diversă a persoanelor în vârstă. Ele îndeplinesc diferite roluri așa ca: dezvoltarea intelectuală, adâncirea cunoștințelor, perfecționarea noilor abilități practice. Seniorii pot să se folosească de o gamă largă de cursuri. După cum arată O. Czerniawska, la formele de bază sunt prelegerea legată de discuție. Pot fi niște prelegeri monografice, ciclice, interdisciplinare și de asemenea de cursuri, adică cele care includ într-un anumit domeniu al artei sau științei (O. Czerniawska, 2009, p.101).

Participarea la cursuri oferite prin UVT duce așa cum s-a arătat mai sus și la legarea noilor contacte, schimbul de opinii și experiență, realizarea pasiunilor, dezvoltarea intereselor, ocuparea timpului liber. Devine un teren pentru dezvoltarea

voluntariatului și a acțiunilor de autoajutor între altele pentru ajutorul membrilor săi. Inspiră la colaborare în interiorul generației, ca și între generații. Este util să adăugăm că în timpul cursurilor de instruire pentru persoanele în vârstă intervine așa numitul fenomen de tutelă a semenilor, adică prin schimbul reciproc cu experiențele obținute, ale cunoștințelor și abilităților.

Ocupațiile instructive permit suplimentar să se lărgescă spectrul de roluri sociale împlinite. Se leagă de întoarcerea la rolul „studentului”, iar des prin fenomenul tutelei la preluarea rolului de învățător (Sienkiewicz-Wilowska, 2013, p.36).

Aceasta contribuie nu numai dezvoltării abilităților concrete, dar de asemenea și dezvoltării proprii.

În afară de UVT se bucură de o mare popularitate cursurile oferite de cluburile seniorului. Scopul lor principal este

(...) organizarea activității culturale, fizice și sociale, de petrecere a timpului liber, răspândirea științei larg înțelese, de formare a valorilor și bazelor prosoziale, culturale și morale (Szarota, 2009, p.87).

Activitățile în domeniul educației pentru seniori sunt realizate din diferite motive. Pe de o parte ele reies din expansiunea subiectelor care lărgesc educația. În veacurile anterioare ea ocupa generația tânără, iar pentru posibilitatea de a influența generația în vârstă în Polonia se uitau mai degrabă sceptic. Împreună cu creșterea numărului persoanelor în vârstă care reies din schimbările demografice de la sfârșitul secolului al XX-lea s-au deschis diferite posibilități pentru a beneficia de educație fără limita de vârstă. Participarea în instruire aduce beneficii atât seniorilor, cât și societății ca cea care oferă, iar beneficiarii din ea persoanelor în vârstă deschide o șansă pentru o viață mai bună și o trăire mai deplină a ultimei perioade de existență.

Seniorii actuali, incluși în schimbări violente ale educației, pot mai ușor să se regăsească în societate, mai mult să-și mențină independența. Trebuie subliniat că educația îndreptată spre ei minimalizează marginalizarea socială a acelui grup, lichidează distanța și chiar și prăpastia între generații. Se poate observa că acțiunile educaționale întreprinse sunt diferite și merită să fie recunoscute. Incontestabil mărturisesc despre creșterea conștiinței sociale cu privire la finalitatea solidarității și de consolidare a legăturilor între generații. Lipsa educației corespunzătoare dă naștere mai multor consecințe. Între ele pot fi amintite și aceea conform căreia bătrânețea

(...) este privită cu teamă (...). Despre bătrânețe se spune ca despre o senilitate, îmbolnăvire, necesitatea de folosire a ajutorului celorlalți. Așa o predispoziție, care nu are un echivalent în cunoștințele de până atunci pe tema specificului procesului de îmbătrânire, influențează negativ de asemenea și la formarea atitudinilor sociale

față de bătrânețe, ca și asupra dispoziției sufletești a celor care au depășit pragul vârstei de pensionare (Kocimska, 2003, p.1).

Creșterea importanței sociale a educației, fără a se ține seama de vârsta omului, devine o trăsătură caracteristică a contemporanietății, iar maxima lui B. Suchodolski: „a înțelege lumea – a conduce cu sine”, este o chinezesă.

Instruirea la bătrânețe trebuie să fie dusă pe două drumuri. Primul din ele arată atât seniorilor, cât și întregii societăți, problemele oamenilor în vârstă, arată posibilitățile lor, drepturile, și de asemenea rupe stereotipurile care există în societate. Al doilea drum constă în pregătirea pentru o trăire adecvată a bătrâneții (Hrapkiewicz, 2013, p.120).

Față de cele mai esențiale scopuri care apar în fața instruirii la bătrânețe stau:

- Pregătirea pentru construirea propriei bătrâneți, a răspunderii față de propriul viitor și bătrânețe cu folosirea optimă a bătrâneții;
- Pregătirea pentru gestionarea viitoarelor situații (între care și cele accidentale, de destin) prin cunoașterea limitărilor obiective și subiective și previziunea dezvoltării realității, între care a vieții adecvate, valoroase și active;
- Învățarea susținerii corespunzătoare a omului în depărtarea lui și schimbare limitărilor reieșite din limitările de dezvoltare, situații de destin sau de sănătate;
- Pregătirea pentru stabilirea și menținerea contactelor interumane, și al ajutorului reciproc (între altele trezirea necesității de ajutor celor care necesită ajutor (Kwieciński, 1995, p.32).

Ca să fie realizate scopurile de mai sus, se poate folosi modelul educației de depășire a limitărilor existențiale ale T. Borowski, care în considerațiile sale face trimitere la esența lui *homo construens*, adică esența omului care construiește (Borowski, 2003, p.57-77).

Astfel este reallizată ideea finalității educației până la bătrânețe relatată de A. Kamiński, care

(...) constă în ajutorul oamenilor în obținerea intereselor și aspirațiilor și a abilităților și obiceiurilor, care când va veni ora pensionării va ajuta în realizarea tribului de viață care favorizează prelungirii tinereții și care oferă satisfacție activității (Kamiński, 1978, p.359).

Se poate spune că instruirea permanentă trebuie să se schimbe. Conform opiniei lui O. Czerniawski ea are

(...) să ducă spre autoeducație, spre decideri cu privire la chestiuni și domenii, care dorește să le cunoască. Trebuie să constee în abordarea singulară a instruirii. Autorealizarea și autoeducația se realizează în viața cotidiană. Reflecția asupra experiențelor și trăirilor permite să fie apreciate și construite propria identitate. Prin cele apărute pe trăirile și experiență se dezvoltă știința, iar prin ea conștiința de sine și a lumii înconjurătoare. Lumea cunoscută devine o carte interesantă pe care o

citim cu sufletul la gură (...) Instruirea oferă vieții o nouă calitate. Ea este posibilă atunci când putem interpreta experiența și cunoștințele, când suntem capabili spre așa numita „apreciere formativă” (Czerniawska, 1998, p.15).

Datorită cunoștințelor se poate cunoaște lumea din nou, să-l descoperi, mai bine să-l înțelegi, în schimb grupul de oameni activ instruit al oamenilor în vârstă este fără îndoială un capital social. Educația duce de asemenea la ameliorarea calității vieții. Seniorii pot să o creeze activ, oferindu-i sens și realizând scopurile sale, ne concentrându-se pe chestiuni asupra cărora n-au influență, sau asupra morții sau singurătății care intervin spre sfârșitul vieții. Datorită activității educaționale și a înțelegerii importanței dezvoltării pe durata întregii vieți vor putea mai bine să se accepte să dezvolte prin reinterpretarea propriei experiențe, a trecutului. Anume în ele caută valori uitate sau neprețuite, și de asemenea le trăiesc din nou

(...) pentru o viață mai bună în contemporanietate, pentru acceptarea schimbării proprii a persoanei prin coacerea până azi, până mâine, prin proiectarea permanentă a vieții sale, pentru perceperea perspectivelor viitorului, chiar dacă această perspectivă are să privească ziua de mâine, săptămână, lună (Czerniawska, 1998, p.14).

Instruirea înțeleasă ca „învățarea ieșirii” (T.Borowska, spune despre *homo construens*) din lumea schimbătoare este posibilă,

(...) când poate să se analizeze contemporanietatea, să se definească propria identitate în lumea schimbătoare prin reinterpretarea trecutului și gândirea în perspective, despre destinul său de mai departe, societatea locală, lume (Czerniawska, 1998, p.14).

## Capitolul II

### Bazele metodologice ale propriilor cercetări

#### II.1 Subiectul, scopul cercetărilor și problemele de cercetare

Îmbătrânirea societății devine una dintre cele mai importante provocări ale lumii. Sunt oferite unei debata la nivelul întregii societăți chestiunile asigurării financiare a oamenilor în vârstă și a participării lor depline în viața socială. Nu mai puțin însă analizând discuția publică legată de valorizarea bătrâneții, se poate constata că tema principală a debatelor în majoritatea lor devine crearea sistemului de pensii, care ar permite seniorilor să trăiască o toamnă a vieții asigurată. Trebuie să constatăm oare factorii financiari sunt în stare să formeze deplin trăirea binevoitoare a bătrâneții, adică un înalt standard economic permite să fie învinse grijile și temerile oamenilor în vârstă, sau în afară de asigurarea materială n-ar trebui atrasă atenția asupra factorilor sociali și culturali care sunt de asemenea determinative foarte importante.

Posibilitatea de participare în viața socială face posibilă seniorului o trăire constructivă a bătrâneții. Asigurarea de sine stătător a necesităților de ordin superior oferă omului care îmbătrânește sentimentul independenței, ca și de asemenea contribuie pozitiv asupra formării propriului mediu de viață. În ultimii ani numeroase transformări negative social-culturale sau economice au dus la situația în care generația cea mai în vârstă a fost împinsă la marginea vieții sociale. Fenomenele discriminării de vârstă se pot observa în serviciul de sănătate, pe piața muncii, în disponibilitatea asupra unor servicii. În fața multor schimbări negative persoana în vârstă deseori nu poate miza pe ajutorul și susținerea celorlalți. Respingerea și refuzul din partea mediului înconjurător consolidează la individ sentimentul spaimei, singurătății sau însingurării. Singurătatea devine una dintre cele mai mari griji ale generației în vârstă. Oamenii înțeleg că odată cu anii se pierde și numărul persoanelor importante pentru ele, poziția lor în viața altora de asemenea se schimbă. În consecință asta duce la capacitatea micșorată și dorință de cunoaștere împreună cu legarea noilor cunoștințe, care aduc la seniori sentimentul spaimei față „singurătate”. Influența asupra singurătății „în cadrul mulțimii” are de asemenea stilul de viață dominant. El are influență asupra funcționării omului, ca și viața în lumea virtuală. Dispar legăturile și relațiile între oameni, iar „automatizarea lumii contemporane a dus la înstrăinarea omului: din mediul celor apropiați, din natură și a dăine însuși” (Pawłowska, 2006, p.17). Lipsa contactului nemijlocit devine nu odată cauza însingurării, de resimțire a singurătății. Se ajunge apoi la un anumit paradox. Pe de o parte secolul al XXI-lea deschide posibilități nelimitate ale contactului cu un alt om, iar pe de altă parte duce la izolarea ermetică interumană. Cum a arătat J. Gajda, singurătatea în diferite dimensiuni devine nu numai indivizilor aparte, dar și chestiune socială cu caracter multiaspectual. Prin

acoperirea sa cuprinde sfera filozofică, psihologică, socială, de sănătate și de educație (Gajda, 2006, p.179).

Singurătatea mai devreme sau mai târziu îl va atinge pe fiecare, în diferite domenii și în diferite faze ale vieții. Dar la fiecare vârstă a omului ea este altfel, alte sunt și cauzele ei. Totdeauna este un sindrom (în majoritatea cazurilor negativ) ale fenomenelor vieții personale ale omului, trăită foarte subiectiv în dependență de vârstă, experiență personală, nivelul de conștiință (Furmanek, 2012, p.110).

Din grupul în general afectat de pierderea sensului vieții, de trăirea singurătății, aparțin persoane în vârstă, care ținând seama de vârsta lor și poziția socială schimbătoare, des sunt lipsite de posibilitatea participării depline în viața socială, ceea ce se transpune asupra limitării contactelor lor și a relațiilor cu mediul înconjurător. Persoanele în vârstă au experiența diferitor consecințe ale vârstei înaintate în aspect social, fiziologic și psihologic. Poziția socială a seniorilor într-o mare măsură depinde de funcționarea chipului bătrâneții într-un anumit mediu social-cultural (Pikuła, 2013, p.46). Bătrânețea în multe societăți nu este ușoară. Opiniile negative cu privire la seniori chipul neformat al bătrâneții creionat în mass-media scade autoritatea generației mai în vârstă. Judecând chestiunea sensului vieții omului care îmbătrânește, nu se poate rămâne indiferent față de marginalizarea celei mai în vârstă categorii de persoane. Scoaterea populației în vârstă din viața socială începe în momentul trecerii la pensie. Afecțiunile fizice și psihologice decid asupra faptului că persoana cu nedorință întreprinde anumite acțiuni, care ar permite menținerea ei și stabilirea noilor relații, dezvoltarea ulterioară și autorealizarea. Izolarea și marginalizarea socială, culturală, politică sau economică favorizează apariția în rândul seniorilor a convingerii să sunt inutili social. Generațiile mai tinere identifică persoanele mai în vârstă cu cei care iau bunuri de la stat, de aceea așa multe fenomene negative față de oamenii în vârstă se pot observa în societățile de consum. Discriminarea din considerente de vârstă, ageismul, gerontofobia favorizează marginalizării seniorilor. În momentul în care încep să simtă nedorința socială, se poate ajunge la automarginalizare, care va avea ca efect sentimentul de singurătate, lipsa sensului vieții și sentimentul de valoare scăzută. În consecință aceasta poate duce la agravarea bolilor somatice și psihice (între care cel mai des a depresiunii). Așa cum subliniază M. Seligman, sensul vieții se exprimă „în viață pentru ceva mai înalt decât însuși omul”, ceea ce este o dimensiune de bază a fericirii și a bunăstării umane (Seligman, 2005). Sensul vieții reprezintă factorul fundamental al existenței umane (Frankl, 1962, 2009). El poate fi descoperit și cunoscut de fiecare, nu contează nici vârsta persoanei. Este important să ținem minte că sensul vieții pentru fiecare poate să însemne cu totul altceva. În partea teoretică s-a menționat că sensul vieții reprezintă puterea existențială a omului care face posibilă confruntarea cu contrariile și provocările

cotidiene. El este direcționat spre valori, scopuri și descoperiri a sensurilor care se conțin în experiența de viață a omului. Acest subiect îl construiește independent și nu există separat de el. Acele premise au devenit inspirație pentru începutul cercetărilor asupra sensului vieții și aspectelor sale, care influențează forma vieții, ca și valoarea sa. Pe lângă aceasta se concentrează pe dimensiunea singurătății, primind conceptul că sensul vieții poate deveni o putere care acționează în direcția depășirii temerilor sale, de o nouă redefinire a vieții, scopului său, valorii, în genere a depășirii singurătății. Analiza a privit seniorii polonezi care locuiesc permanent în Polonia și în Canada (Polonia Canadiană).

Purcedând la muncă, cercetătorul definește subiectul, scopurile și problemele de cercetare, la care caută răspuns în timpul observărilor sale. Față de el subiect al cercetărilor a fost definit sensul vieții persoanelor în vârstă.

Scopul fiecărei cercetări științifice este „obținerea de cunoștințe optime, cât de veridică posibil, cât se poate de cuprinzătoare, cât se poate de simplă, cu un număr maxim de informații” (Pilch, Bauman, 2001, p.23). Știința aceasta este știință despre „persoane, lucruri sau aparențe care sunt subiectul cercetării” (Dutkiewicz, 1996, p.31). În cercetările sociale se evidențiază cel mai des trei scopuri, așa ca explorarea, descrierea și explicația (Babbie, 2003, p.110)<sup>2</sup>.

Scopurile cele mai importante care sunt realizate de către mine sunt explorarea și descrierea. Din considerentele fenomenului cercetat – nerealizat până atunci în rândul seniorilor în eprioda anunțată – explorarea respectivă se arată a fi evidentă. Cum scrie Earl Babbie, aceasta privește cel mai des, când „cercetătorul intră într-o nouă fază a domeniului de interese pentru el sau când subiectul cercetărilor însuși este principial nou” (Babbie, 2003, p.107). Luând în calcul faptul că până în acest moment problema sensului vieții seniorilor în Polonia și Polonia canadiană nu s-a bucurat de cercetări științifice, se poate afirma că explorarea devine un prim pas, ca să se adâncească acest subiect. O stabilire în acești termeni a

---

<sup>2</sup> Conform opiniei lui E. Babbi „majoritatea cercetărilor sociale sunt realizate ca să arunce lumină asupra unei teme sau să-l familiarizeze pe cercetător cu o oarecare tematică. Așa o abordare se produce atunci când cercetătorul iese la un nou nivel al cercetărilor sale când subiectul cercetărilor însuși este nou. Uneori după cercetările de explorare sunt continuate cercetările prin metoda grupurilor țintă, adică altfel modelate pentru discuții în grupuri mici” (Babbie, 2003, p.111). cercetările de explorare servesc înainte de toate satisfacerii curiozității cercetătorului și a tendinței lui într-o mai bună înțelegere a subiectului, cercetării posibilităților unor cercetări mai largi, de prelucrare a metodelor care vor fi folosite în cercetările de mai departe (Babbie, 2003, p.111). Față de scopurile următoare mai multor cercetări sociale le aparține o situație sau eveniment. Cercetătorul observă iar mai apoi descrie ceea ce a observat. Deoarece observația științifică trebuie să fie atentă și bine gândită, descrierea științifică este de regulă mai cuprinzător și mai detaliat decât o simplă descriere (Babbie, 2003, p.112). Al treilea scop al cercetărilor sociale este clarificarea. Cercetările descriptive răspund la întrebările ce, când, unde și cum în schimb cele de clarificare – de ce? (Babbie, 2003, p.113).

scopului implică baza cercetătorului care se caracterizează prin dorința satisfacerii tentației cercetării, de a se tinde spre mai bine înțelegerea temei, de cercetare a posibilităților de a se lărgi investigațiile sau de stabilire a metodelor care pot fi folosite în observațiile de mai departe (Babbie, 2003, p.107-108). Important este și scopul descriptiv, care se realizează pe lângă cel explorat. Așa cum afirmă Babbie „cercetările descriptive răspund la întrebările: ce când unde și cum” (Babbie, 2003, p.109). Găsirea sau cel puțin încercarea de a găsi răspuns la acele întrebări devine partea principală a acestei lucrări de cercetare. Scopul descriptiv este foarte important nu numai din punctul de vedere al adunării datelor corespunzătoare la tema fenomenului cercetat, dar de asemenea de înțelegere corespunzătoare și de stabilire a limbii care mărturisește despre specificul său. Scopul cercetărilor realizate este explorarea și descrierea sensului vieții seniorilor în contextul vârstei lor, necesităților, locului de trai (Polonia/Kanada), a scopurilor de viață, relații sociale, spiritualitate și de sentimentul propriei valori.

Următorul pas față de problema de cercetare formulată anterior și a scopului cercetărilor constă în formularea problemelor de cercetare, numite de asemenea și întrebări de cercetare. Trebuie să constatăm că problema de cercetare este un „stimul intelectual care trezește reacția în forma cercetărilor științifice” (Nachimias, Frankfort-Nachmias, 2001, p.67) ceea ce detaliază sunt întrebările de cercetare care mărturisesc „temele și chestiunile care devin punctul de plecare pentru relaizarea procesului de cercetare” (Strumińska-Kutra, Kołodkiewicz, 2012, p.17).

În legătură cu cele de mai sus a fost formulată principala problemă:

Care este sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă din Polonia și Polonia Canadiană?

Problemele speciale sunt o clarificare a problemei principale. Față de asta au fost formulate următoarele întrebări:

- Cum persoanele în vârstă definesc sentimentul sensului vieții?
- Cum persoanele în vârstă definesc propriile relații cu alți oameni?
- Cum seniorii cercetați apreciază propriile relații cu Dumnezeu?
- În ce mod seniorii apreciază propria bătrânețe?
- În ce mod persoanele în vârstă apreciază bătrânețea?
- Care sunt asemănările și diferențele care apar în stabilirea sentimentului sensului vieții a persoanelor din Polonia și Canada?

Cum se poate stabili de asemenea principala problemă ca și cele specific fac trimitere la părțile așezate în partea teoretică, adică nu sunt atârinate în „vacuumul teoretic” (Gromkowski – Melosik, 2011, p.266).



## II.2 Metodele de cercetare

Cercetările realizate aveau un caracter cantitativ-calitativă cu folosirea metodei studiului de caz. În cercetări au fost folosite de metoda triangulării. Triangularea, sau „unirea metodelor specifice, teoriei, datelor și/sau a sensurilor de cercetare din timpul cercetării unei probleme” (Flick, 2010, p.197) permite nu numai o mai bună cunoaștere și înțelegere adică la o mai largă perspectivă de realizare a cercetărilor, dar de asemenea oferă posibilitatea ajutorării reciproce și a controlului rezultatelor cercetării calitative și cantitative, corespunzătoare la diferite etape ale observației. El va reuși să rezolve problema reprezentativității concluziilor, legând nivelul micro și macro al fenomenului cercetat (Flick, 2010, p.32). deoarece așa cum arată Norman K.Denzin metoda triangulării permite cercetătorului să soluționeze problema

(...) personal anunțul și limitările reieșite din adoptarea unei singure metodologii. Datorită legării diferitor metode într-o cercetare pot fi parțial soluționate lipsa preciziei reieșite din utilizarea unei singure metode (Denzin, 1986, p.236; Kubinowski, 2013).

Uwe Flick enumeră studiile de caz la „cercetări migăloase” adică a cercetărilor a căror scop este descrierea stărilor la zi sau de asemenea analiza proceselor (Flick, 2010, p.86).

Studiul de caz care a început de la mijlocul sec. al XX-lea se află din ce în ce mai mare utilizare în cercetările pedagogice. Un exemplu perfect al acestei interesări era conferința internațională cu privire la metoda de realizare a studiilor de caz intitulată *Methods of Case Study in Educational Research and Evaluation*, care s-a petrecut în anul 1975 în Cambridge. În anul 1980 Helen Simons în introducerea la materialele pregătite după conferință a afirmat că studiul de caz are aplicabilitatea sa în disciplinele: sociologia, antropologia, istoria și psihologia și în domeniile dreptului și medicinei. Fiecare dintre acele domenii are necesitățile sale și a realizat procedura stabilirii credibilității cercetărilor (Michalak, 2007, p.195-196).

Conform opiniei lui Dariusz Kubinowski studiul de caz în științele sociale orientate umanistic se referă la

(...) cunoașterea, înțelegerea, descrierea și interpretarea fenomenelor și proceselor sociale, de asemenea a fragmentelor realității umane și sociale din perspectiva personală (individuală sau instituțională) în sens holistic contextual, dinamic.

Focalizarea efortului cercetătorului asupra cazului clar definit, înțeles ca o unitate a relațiilor dintre diferiți factori reflectat în experiența persoanei sau ale persoanelor sau în funcționarea instituțiilor, care se referă la diferite situații, evenimente, comportamente, condiționări etc. merge spre indentificarea și

caracterizarea unicității fenomenelor și ale evenimentelor sau proceselor și exprimarea lor în contextul evenimentelor (Kubinowski, 2013, p.161).

Metoda studiului de caz este adaptată cu trimitere la sensul vieții seniorilor este în stare să răspundă metodologiei cercetării. John W. Creswell înțelege această abordare

(...) în care cercetătorul analizează un sistem limitat (caz) sau câteva sisteme limitate (cazuri) cu luarea în calcul a aspectului temporar, adaptând procedurile diferitele și profunde ale adunării datelor despre caracterul diferit (observații, interviuri, materiale audiovizuale, documente, rapoarte), ca urmare primește descrierea cazului și multe îndoieli generale determinate în baza cazului (Creswell, 2007, p.73).

O trăsătură importantă a studiului sunt

(...) cunoștințele obținute în timpul cercetării care mențin continuitatea între cunoștințele curente, științifice și întrebări, care își pune cercetătorul, deoarece în studiul de caz cunoaștem un fenomen, regulă (...) din mai multe perspective (Pilch, Bauman, 2001, p.300).

Studiul de caz a devenit o metodă generală de descriere a fenomenelor, evenimentelor, situațiilor, care pot avea valoare cognitivă, educațională sau de promovare pentru persoane care se ocupă de această tematică și care utilizează metode apropiate. Este o metodă pentru aceia care caută inspirații pentru acțiune. În cercetările pedagogice este o metodă de folosire de demult, dar D. Kubinowski subliniază că

(...) literatura metodologică pe această temă este săracă pe teren propriu la fel ca și în pedagogie (...) ca și în alte științe sociale (...) (Kubinowski, 2013, p.161).

În pedagogie

(...) tradiția de cercetare aparține grupei de metode diferite, care iau postura studierii unui singur caz – personal sau instituțional (...) sau stuiul mai multor cazuri – de asemenea personale sau instituționale (...) (Kubinowski, 2013, p.162).

Studiul de caz este o cercetare care este realizată în granițe bine determinate de timp și spațiu. Servește mai mult descoperirii, descrierii „a ceea ce nu-i neapărat tipic, dar nemaipomenit și individual” (Turlescka, 1998, p.86). Ca mai bine să se înțeleagă cazul analizat, cercetătorul poate folosi diferite metode și tehnici de cercetare caracteristice atât pentru cercetări cantitative, cât și calitative. Studiul de caz trebuie să fie realizat astfel încât să se adune date suficiente, în a căror bază cercetătorul să poată realiza analiza trăsăturilor cazului și de interpretare credibilă a rezultatelor obținute în urma cercetărilor. (Michalak, 2007, p.200-203).

În scopul înțelegerii mai bune a cazului analizat, care își are reflectarea sa în descrierea amănunțită, de regulă folosește diferite metode de adunare a materialelor empirice. Tipice pentru studiul de caz este adunarea datelor empirice în baza

analizei izvoarelor (date de arhivă, cronici, mape, liste de persoane, date biografice, memorii, mărturii), a documentelor existente (scrisori, însemnări, planul de întâlniri, rapoarte de întâlniri, anunțuri, articole de gazete etc.), interviuri (interviuri despre un nivel diferit de standartizare între altele interviuri libere, interviuri direcționate, interviuri chestionate), observații (observații nemijlocite, observații participative), artefacte fizice (creații fizice ale oamenilor, de exemplu de artă) testelor sau pentru măsurarea (de exemplu a singurătății sau sensului vieții) (Pilch, Bauman, 2001, p.79). În cercetările cantitative au fost utilizate chestionările MLQ, chestionarul SSR, tehnica propozițiilor neterminate.

Primul instrument care ne-a servit în această cercetare, este chestionarul MLQ (Meaning in Life Questionnaire) al lui Steger și colaboratorii săi (2006).

Chestionarul *The Meaning in Life Questionnaire* cuprinde 10 întrebări la care se poate răspunde pe o scară de 7 puncte ale lui Likert (neadevăr absolut, neadevăr, mai degrabă adevărat, greu de pronunțat, mai degrabă adevărat, adevăr, adevărul absolut).

Chestionarul se compune din două sub scări: prezența în sensul vieții și căutarea sensului. Chestionarul presupune că fiecare om se servește în viața proprie de sensul/importanță/scop. Spre deosebire de chestionarele anterioare (de exemplu PIL) MLQ nu întreabă de context sau condiții ale obținerii sensului vieții, dar pune întrebări din metanivel în trei, în măsură diferite, complementare, sensurile legate de sensul de de-asupra sensului, adică despre importanță/sens (meaning), scop (purpose) și putere/esență (significance) în viață în două perspective de timp: prezentei și viitoarei (Kossakowska, Kwiatek, Stefaniak, 2013, p.117).

Acum subscara MLQ-P declarată, sensul obținut în viață, iar în genere: înțelegerea sensului vieții (MLQ1), deținerea scopului bine definit (MLQ4), sentimentul cunoașterii a ceea ce confirmă că viața are sens (MLQ5), conștiința posedării scopului satisfăcător în viață (MLQ6) și negarea faptului că viața individului nu are scop (MLQ9). În perspectiva de viitor subliniază MLQ-S măsoară necesitatea căutării și oferirea permanentă a oferirii sensului și scopului în viață dată de către individ. Subscara cea în genere măsoară: declararea necesităților căutării sensului (MLQ2), scopului (MLQ3), misiunii (MLQ8), importanței (MLQ10) și necesității oferirii puterii proprii vieții (MLQ7)<sup>3</sup>.

---

<sup>3</sup> După cum subliniază Kossakowska după trei analize una după alta a fost redus numărul pozițiilor în chestionar de la 83 la 10. „Autorilor le era important pentru o scurtă versiune care se formează din două subscări independente. Ca urmare analiza confirmativă a confirmat modelul chestionarului pe doi factori independenți MLQ format din 10 poziții cu privire la factorul comun al RMSEA 0,09. Analiza siguranței de asemenea a confirmat compatibilitatea internă a versiunii originale MLQ: factorul alfa Cronbach pentru subscara MLQ-P a ajuns la 0,86, iar pentru subscara MLQ-S 0,87. Versiunea originală a chestionarului a devenit o bună măsură pentru construirea sensului vieții” (Kossakowska, Kwiatek, Stefaniak, 2013, p.117).

Următorul instrument utilizat în cercetări era scara Rascha. Ea are o istorie interesantă a apariției și pânză teoretică pentru modelul singurătății. De asemenea, modelul Rascha, ca și instrumentul pentru măsurarea sentimentului singurătății posedă teoretizarea sa în considerațiile teoretice ale Letitiei A. Peplau și Daniel Perlman (1982), a cercetărilor empirice ale lui Dan Russell, Letitiei A. Peplau și Carolyn E. Cutron (1980). Pentru dezvoltarea și utilizarea scării și-au adus contribuția Jenny de Jong-Gierveld și Frans Kamphuis (1985, 1987) (Rembowski, 1992, p.76). Autorii scării Rascha consideră că

(...) singurătatea rămâne în legătură cu modul de primire, experimentare și apreciere a izolării sale și lipsa comunicației cu alte persoane. Ea apare în situația în care numărul relațiilor interumane este mai mică decât cea dorită sau când legăturile existente nu primesc nivelul dorit al intimității. Aceasta este important ca să se perceapă subiectiv sentimentul singurătății la izolarea obiectivă socială. Izolarea obiectivă socială se referă la lipsa generală de relații interumane. La temelia acelor considerații ale cercetărilor empirice J. de Jong-Gierveld (1987) diferențiază trei dimensiuni ale singurătății: 1) privațiunea (cu referință la natură și intensivitatea lipsei legăturilor cu alții); 2) perspectiva timpului (diferențierea neschimbată și în timp între experiența singurătății); caracteristica emoțională (perioada în timpul căreia lipsesc sentimentele pozitive, ca fericirea și a senzațiilor negative, ca nesiguranța, teama). Prima dimensiune, așa numita privațiune este considerată ca esențială pentru singurătate (Rembowski, 1992, p.70-71).

Analizând construcția adaptării poloneze ale scării Rascha<sup>4</sup> trebuie să subliniem că ea conține 30 de puncte (itemuri) adunate în cinci subscări. Ele sunt:

---

Chestionarul MLQ este folosit în cercetările cercetătorilor polonezi (Krok, 2010, 2011, 2012, 2013); Kossakowska, Zemła-Sieradzka, 2011). Lucrările de adaptare și care prezintă valorile psihometrice ale aceluși chestionar l-a concluzionat și l-a prezentat Kossakowska împreună cu echipa (2013). În lucrările de adaptare, cum arată autoarea, în scopul obținerii versiunii poloneze a chestionarului MLQ a fost realizată traducerea tuturor pozițiilor ale versiunii engleze în limba poloneză. „În timpul traducerii s-a ținut seama de veridicitatea traducerii a trei componente ale construcției teoretice, care se măsoară MLQ: sensul, importanța și scop. Traducerea a fost realizată prin metoda *translation-back translation*. Chestionarul a fost tradus de șase persoane bilingve. Mai apoi 2 traducători au tradus chestionarul din nou în limba engleză. Analizând chestionarul cu cinci psihologi bilingvi, a fost obținută versiunea poloneză a chestionarului, asupra căreia a fost din nou efectuată analiza de adaptare” (Kossakowska, Kwiatek, Stefaniak, 2013, p.117-118).

<sup>4</sup> Ea a apărut ca urmare a „analizei numeroaselor cercetări pe diferite grupe de persoane. Ele mergeau până la eliminarea pozițiilor puțin adecvate pentru principiile scării” (Rembowski, 1992, p.77). Trebuie adăugat că „scara Rascha (...) este construită după modelul singurătății și are în calcul caracteristica legăturilor sociale; factori de bază, caracteristici ale personalității și alte aspecte care sunt analizate. Cel mai important element al acestei abordări este presiunea asupra proceselor de cunoaștere, care mijlocesc între mărimile care caracterizează societatea și experiența singurătății. O caracteristică al modelului este posibilitatea lui de a diferenția atât a consecințelor mijlocite cât și a celor nemijlocite ale diferitor factori ai singurătății. Acel model (în Schemă) care prezintă caracterul descriptiv al legăturilor sociale și singurătate

1. Privarea necesității contactelor sociale (pozițiile pe scară: nr. 6, 12, 17, 21, 22, 23, 28);
2. Situația sentimentului respingerii sociale (3, 4, 9, 14, 15, 20, 24);
3. Sentimentul pierderii grupei tovarășești (2, 8, 11, 18, 29);
4. Sentimentul legăturii cu grupul (5, 13, 16, 25, 27);
5. Sentimentului legăturilor importante cu oamenii (1, 7, 10, 19, 26, 30);

Diferitor poziții în scară sunt supuse cinci răspunsuri: A) (complet de acord); B (parțial de acord); C (nu știu); D (mai degrabă nu sunt de acord); E (complet nu sunt de acord). Cei chestionați și-au exprimat atitudinea lor prin „x” sau prin cerc a literei corespunzătoare conform cu sentimentele lor. În baza conținutului diferitor poziții Skali Rascha se poate spune de două aspecte: pozitive și negative.

Rembowski consideră că afirmația este cea mai rezonabilă:

---

I (C1). Schimbătoare de bază: 1) vârsta; 2) statutul profesional; 3) sexul; 4) condițiile de trai (casă de o singură familie, bloc); 5) dimensiunea grupei sociale; 6) mobilitatea geografică (schimbarea locului de trai de-a lungul vieții). II (C2) Aranjarea vieții: 7 viața cu parteneri; 8) viața fără parteneri: holtei, domnișoară; 9) viața fără partener la părinții singuratici; C3. Caracteristica personalității: 10) concepția eu; 11) neliniștea socială; 12) intro și extravertismul. O altă parte a modelului (C2a) conține descrierea detaliată (analitică) a legăturilor sociale; 13) numărul relațiilor sociale apropiate (dar închise); 14) prietenii; 15) familia; 16) vecinii sau semenii; 17) cât de des contactezi cu vecinii; 18) numărul vecinilor; 19) numărul colegilor. Echipa celor determinați cu simbolul (C2b) determină alegerea subiectivă a rețelei sociale. Și așa: 20) lipsa satisfacției din urma legăturilor; 21) tendința spre noi legături; 22) persoane neplăcute din vecinătate; 23) excluderea contactelor cu vecinii; 24) nivelul intimității a relațiilor; 25) tendința de îndreptare a relațiilor; ultima schimbătoare se referă la intensivitatea sentimentului de singurătate și se închide la punctul 26; scara privării singurătății. Punctul de ieșire în construirea modelului este acceptarea că principalul rol în experiența singurătății o joacă aprecierea cognitivă a deficitului legăturilor sociale. O chestiune distinctă este problema calității, nivelului și numărului legăturilor sociale. Chestiunea distinctă este problema calității, nivelului și numărului relațiilor interumane. Acceptând criteriul calității relațiilor interumane, a fost realizată diferențierea în trei trepte. La nivelul I persoana „P” este orientată spre persoana „O” fără a aștepta grațitudinea care vine de la interacțiune. Nivelul II se caracterizează prin faptul că persoanele „P” și „O” intrând în interacțiune se beneficiază în comun pentru sine (satisfacția personală). Nivelul III se referă la interferențele persoanelor „P”= „O”, care dezvoltă reciproc perspectivele acțiunii, educației, interese comune și atitudini față de diferite „subiecte sociale”. Chintesența acestui concept este convingerea că existența unuia sau mai multor nivele interumane limitează (sau exclude) experiența singurătății. Dezvoltând acest concept, tindem să menționăm că singurătatea rămâne în legătură cu modul de preluare, experiență și apreciere a izolării sale și a lipsei de comunicație între alte persoane. Rămâne în situația în care cantitatea legăturilor interumane este mai mică decât cea dorită sau când legăturile existente nu primesc nivelul dorit al intimității. Aceasta este important ca să fie conștientizată subiectiv sentimentul singurătății până la izolarea obiectivă socială. Izolarea socială obiectivă se referă la lipsa în genere a relațiilor interumane. La temelia acestor considerații și a cercetărilor empirice ale lui J. de Jong-Gievelde se diferențiază trei dimensiuni ale singurătății: 1) privare; 2) perspectiva timpului; 3) caracteristica emoțională. Prima dimensiune (privarea) este considerată ca esență a singurătății” (Rembowski, 1992, p.70-71.)

Scara Rascha stabilește un izvor bun al informației. Se pot obține în cercetările individuale și de grup, comparându-le între ele și să le coreleze cu rezultatele altor cercetări. Înainte de toate se diferențiază rezultatele din punct de vedere a modului sentimentului singurătății, ceea ce poate reflecta datorită subscărilor introduse (Rembowski, 1992, p.78).

Testul opiniei neterminate (de autorat propriu) ca și următoarele instrumente utilizate în cercetările efectuate servește sublinierii relațiilor sociale și interpersonale între persoanele în vârstă și familie, rude, vecini, patrie și Dumnezeu. Testul conține șapte teme în varianta pentru persoanele în vârstă din Canada și șase teme pentru persoanele din Polonia. Testul temelor neterminate adresate către persoanele din Canada a fost formulată tema, care subliniază bunăstarea, importanța locului de aflare dincolo de Polonia pentru persoanele care trăiesc câteva zeci de ani în emigrație.

David Silverman consideră că folosirea exclusivă „a metodelor cantitative poate ignora construcția socială și culturală a „schimbărilor”, pe care cercetătorii cantitativi le caută ca să găsească corelațiile dintre ele” (Silverman, 2009, p.56). Ca să îmbogățească datele cantitative prin cunoștințele personale a fost în cadrul interacțiunii a condițiilor naturale a seniorilor cercetați, incluse la cercetări metodele caracteristice pentru paradigma calitativă făcând trimitere la o asemenea triangulare.

Între metodele cercetărilor calitative a fost folosit interviul de grup și analiza datelor cu folosirea documentelor de arhivă. Metodele de cercetare calitative realizează completarea cercetărilor cantitative. Acestea servesc în special lumii externe (realității cercetate în mediul său natural) și de asemenea a listei, interpretării și de clarificare a fenomenelor sociale din perspectiva celei interne pentru multe metode:

- Analizând experiența persoanelor și grupurilor;
- Analizând interacțiunea și actele de comunicație în perioada desfășurării sale;
- Analizând documentele sau urmele experiențelor umane și interacțiune (Flick, 2011, p.13).

Metodele cercetărilor calitative în legătură cu metodele cercetărilor cantitative fac posibilă o mai bună înțelegere a activității umane, a metodelor de luare a deciziilor și de asemenea a clarificării de ce anume așa înțeleg sau activează chestionații și sunt într-o stare și nu în alta. Reieșind de la concepția socială a creării realităților cercetate, se concentrează asupra punctelor de vedere a participanților la cercetări, a practicilor cotidiene și a cunoștințelor subiectului cercetării (Flick, 2010, p.22-23), face posibilă cercetarea chestiunilor în mediul lor natural, încercând să se ofere sau să interpreteze fenomenele prin folosirea termenilor, de care se folosesc cei chestionați (Denzin, Lincoln, 2009, p.23). Se

poate spune că „rama umanistă” ajută la „înțelegerea din plin a persoanei (...) și integritatea în explorarea omului” (Rearson, Rowan, 1981, p.206).

Robin Burgess consideră că interviul calitativ devine un instrument care permite să se atingă în profunzime subiectul cercetat (Burgess, 1980, p.109). Este posibil datorită faptului că:

1. Permite respondenților folosirea „metodelor unice ale definirii lumii”.
2. Se presupune că secvențele întrebărilor stabilite din start nu sunt corespunzătoare pentru toți respondenții.
3. Permite respondenților „să atingă chestiuni importante, care nu au fost prevăzute în scenariu” (Denzin, 1970, p.125).

Interviul calitativ, așa cum arată de E. Babbie este „interacțiunea între cel care realizează interviul și respondent” (Babbie, 2003, p.327). Nachmias și Frankfort-Nachmias un așa tip de interviu îl numește focalizat și îl definește ca „un mod al interviului individual (conform planului stabilit), în care sunt abordate temele esențiale din punctul de vedere al ipotezei de cercetare, iar respondentului îi rămâne un mare câmp de libertate în exprimarea propriilor opinii. Interviul se focalizează pe „acele experiențe ale persoanelor chestionate care se referă la situația cercetată ” (Nachmias și Frankfort-Nachmias, 2001, p.251). Un așa tip de interviu permite să obțină cercetătorului informații esențiale și interesante, și totodată să obțină cunoștințe legate de chestiunile nu mai puțin atractive. Scopul lui este

Analiza și interpretarea fenomenelor alese culturale, sociale, educaționale etc. din perspectivă multidimensională pedagogică sau interdisciplinară (Kubinowski, 2013, p.180).

În cercetările realizate se folosește cu focalizarea interviului de grup. Se tinde spre obținerea opiniilor diferite cu privire la singurătate și sensul vieții seniorului, nu pentru obținerea consensului legat cu o oarecare problema sau cu rezolvarea lui (Kvale, 2010, p.126).

În discuțiile de grup în timpul formulării întrebărilor este obligatoriu principiul ambiguității evidente. Așa cum arată Beata Zamorska, (...) scopul ei constă în lăsarea grupului a libertății în construirea răspunsului, de precizare a acestuia, ceea ce este important pentru participanții la cercetări prin realizarea opisului corespunzător al trăirilor. Acestei reguli aparțin toate întrebările pe care cercetătorul le direcționează luând parte în discuții (Zamorska, 2008, p.109).

Este important de subliniat că interviurile focalizate permit cercetătorilor (...) să vadă metodele aplicate în care oamenii se situează pe ei înșiși în relație față de alții, când transformă întrebările, problemele și temele în mod focalizat. Acele

dinamici devin esențiale „unități de analiză” pentru cercetare (Kamberelis, Dimitriadis, 2000, p.374).

Interviurile focalizate sunt utilizate în cercetările de explorare și reprezintă (...) o interacțiune aleasă poate provoca spre exprimarea opiniilor mai spontane, expresive, și emoționale (...), așa nu se poate realiza în interviuri individuale, în care des domină aspectul cognitiv (Kvale, 2010, p.126).

Conform cu orientările lor (Chrzanowska, 2002) ca moderator am realizat două interviuri, corespunzător câte unul în grupe din șase persoane ai polonezilor care locuiesc în Polonia și Canada. Ele s-au caracterizat printr-un stil divers al realizării discuției. Scopul lor a fost provocarea seniorilor chestionați la exprimarea opiniilor diferite cu privire la chestiunea singurătății în contextul sensului vieții. Grupele însele își anunțau direcția discuțiilor și tematica problemelor apărute. După cum se știe cercetătorul în timpul realizării interviului în grup trebuie să-și limiteze activitatea sa la

(...) ascultarea activă, dacă discuția se oprește într-un „punct mort”, se poate servi de abilitățile de parafrază. În măsura necesităților poate de asemenea să pună întrebări cu privire la problema tocmai ascultată, rugând participanții discuției să dezvolte și explice gândul (Zamorska, 2008, p.109).

O așa posibilitate permite să se obțină răspunsuri complete și să fie realizate (după epuizarea temelor centrale și stingerea tensiunii discuțiilor) teme importante din perspectiva cercetărilor realizate care nu au apărut în răspunsurile de până atunci ale participanților. Răspunsurilor în partea empirică li s-au acordat un cod conform următoarelor categorii: F – interviul focalizat în grup; P – Polonia, PK – Polonia canadiană, K-femeie, M-bărbat. Numerele au fost acordate de la 1 la 6, ținând cont de consecutivitate. În legătură cu aceasta înscrierea răspunsului poate lua forma (FP, K 3) sau (FPK, M1).

O altă metodă calitativă pe care am folosit-o în cercetări, a fost cea de-a doua analiză a datelor cu folosirea documentelor de arhivă, de exemplu mărturii (Frankfort-Nachmias, 2001, p.321-328). Răspunsul la fel ca și la autobiografie, jurnal sau scrisoare devin valoroase „pentru toți cercetătorii, pe care-i interesează punctul individual de opinie pe situația sau eveniment” (Frankfort-Nachmias, Nachmias, 2001, p.328) se „concentrează pe experiența personală ale autorilor și sunt expresia reflecțiilor lor personale” (Frankfort-Nachmias, Nachmias, 2001, p.328).

Seniorii chestionați (câte 20 de persoane din Polonia și Canada) au scris despre *Cum ar fi arătat viața ta dacă ai fi știut că ți-a rămas jumătate de an de trăit?* Aveau să mărturisească despre planurile lor, intenții, scopuri de viață și sensul vieții în contextul unei situații de graniță care-i moartea. Au putut crea propria „realitate” fără intervențiile cercetătorului (Silverman, 2009, p.145-146).



Materialul de cercetare a fost supus analizei în funcție de criteriile subliniate ale selecției.

La fel ca și în cazul analizei părții interviurilor focusate (o parte empirică) a expunerii din răspunsurile celor chestionați au fost codate conform următoarelor categorii: P-Polonia, PK-Polonia canadiană, K-Femeie, M-Bărbat. Au fost date și numerele de ordine de la 1 la 20, luând în calcul succesiunea mărturiilor depuse, pentru care de asemenea drept exemplu este însemnarea răspunsului poate să ia forma: (P, K3) sau (PK, M 10).

### II.3. Selecția încercărilor și caracteristica cercetărilor persoanelor

În scopul perceperii fenomenului singurătății și a căutării sensului vieții a persoanelor în vârstă care trăiesc în diferite condiții culturale, înainte de toate care se diferențiază din punctul de vedere al factorilor economici în perioada de până la octombrie 2014 s-au realizat cercetări comparative în Canada și Polonia. Ele au fost cuprinse în două grupe de cercetare: persoane în vârstă care aparțin Poloniei canadiene (120 de persoane) care trăiesc permanent în Canada (minim 25 de ani, sunt emigranții care au mers după câștig din anii 70/80 ai sec. al XX-lea) precum și seniorii care trăiesc permanent în Polonia (120 de persoane). A fost realizat selecția neprobabilă care așa cum arată E. Babbie este

(...) o metodă a selecției încercărilor cu ajutorul tehnicilor care nu recurg la regulile calculului adevărului, de exemplu selecția în baza accesibilității celor chestionați, selecția cu scop, de cotă parte, metoda bulgărilor de zăpadă (Babbie, 2003, p.625).

Folosirea selecției intenționate este rezonabilă când prepararea listei tuturor elementelor populației este imposibilă (sau foarte grea), iar datele obținute datorită selecției arbitrare sunt suficiente pentru scopul cercetării (Babbie, 2003, p.205). În cazul încercărilor intenționate cercetătorul selectează persoanele în mod subiectiv, așa ca să obțină testul „care poate reprezenta populația” (Frankfort-Nachmias, Nachmias, 2001, p.199). Are să atingă proba care conform lui va reprezenta cât mai bine populația. „Șansa calificării unei persoane la test depinde de aprecierea subiectivă a cercetătorului” (Frankfort-Nachmias, Nachmias, 2001, p.199).

În cercetările realizate a fost realizată selecția intenționată a testului. Criteriul lui principal a fost desemnat starea de sănătate psihică, vârsta, locul de trai și apartenența la clubul seniorului (atât cei chestionați în Polonia ca și în Canada). Realizând selecția grupei s-a mers pe clasificarea pe vârstă propusă de către Organizația Internațională de Sănătate și pentru cercetări au fost invitate persoane în vârstă de la 60 de ani până la 74.

Cercetările s-au efectuat asupra a 240 de persoane în vârstă, între care s-au găsit 120 de reprezentanți ai Poloniei canadiene care trăiesc permanent în Canada la Toronto (în lucrarea de față de asemenea în raportarea față de acel grup de

chestionați a fost folosit termenul de seniori/persoanele în vârstă din Canada/care locuiesc în Canada) precum și 120 de seniori din Cracovia. Grupele au fost de aceeași mărime de asemenea și din considerent de gen, în cercetări au luat parte 60 de femei și 60 de bărbați din Polonia și tot atâția din Canada.

Cercetările au cuprins oamenii în vârstă care locuiesc în Canada și Polonia. Este important de adăugat Canada este una dintre țările cele mai bogate din lume. Este o țară multiculturală cu o structură socială diferențiată din punctul de vedere al rasei sau provenienței. Un grup important al cetățenilor sunt emigranții, care reprezintă 2/3 din populație față de recensământul general. În acel grup se află în jur de 1 milion de polonezi (persoane care provin din polonezi sunt mult mai multe). Așa cum constata Jan Grabowski,

(...) este greu de stabilit numărul polonezilor care trăiesc astăzi în Canada, dacă datele depind în mare parte de modul formulării întrebării care a fost pusă în timpul recensămintelor generale ca și de la definiția adoptată a polonității (Grabowski, 2011, p.291).

Toronto este locul unde trăiesc cei mai mulți polonezi. În el se află cele mai multe școli poloneze, biserici și reședințe ale organizațiilor care acționează în ajutorul emigranților polonezi.

La fel ca și în multe țări ale lumii populație din Canada îmbătrânește. Persoanele cu vârsta mai mare de 64 de ani reprezintă 16,8% din întreaga societate (aceasta este al doua ca număr grup în structura socială a Canadei). Vârsta medie de viață este de 81 de ani și din acest punct de vedere țara ocupă locul 13 în lume. Deși societatea Canadei îmbătrânește datorită sistemului benefic de pensie țara contracarează sărăcia seniorilor. Din date rezultă că indicatorul sărăciei persoanelor mai în vârstă de 65 de ani în anul 2009 era de 5,9 %, ceea ce permite includerea Canadei în rândul țărilor cu cea mai mică cotă a fenomenului sărăciei seniorilor (vezi Kłos, 2012, p.10). Sistemul emerital al acestei țări este recunoscut ca model de către mai multe țări, între care și Polonia. Aici, subliniază Kłos, „ar putea servi îndreptării sau schimbării radicale al sistemului polonez de pensie” (Kłos, 2012, p.1). Pensia le este recunoscută locuitorilor Canadei care îndeplinesc două condiții au împlinit 65 de ani și au locuit cel puțin 10 ani în Canada. În schimb dacă venitul familiei pensionarului este mai mică de minimumul stabilit, chiar atunci seniorul primește suplimentul lunar garantat necesar la pensie.

Sistemul polonez de pensie în comparație cu cel canadian nu este mai bun (Kłos, 2012, p.12). Pe lângă numeroase acuzații față de sistemul obligatoriu de pensie, Polonia conform datelor OECD este o țară, pe lângă Canada în care indicatorul sărăciei persoanelor în vârstă în anul 2009 se ridică la 4,8% (Kłos, 2012, p.10).

Steinar Kvale subliniază că scopul principal al științelor sociale este „investiția în știință care ar permite să se îmbunătățească condiția umană și să ridice demnitatea umană” (Kvale, 2004, p.116). acesteia ar servi cercetările cu privire la sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă, a cărui analiză și interpretare au devenit prezentate în următorul capitol al lucrării.

### **Capitolul III**

#### **Sentimentul sensului vieții seniorilor din Polonia și Polonia canadiană**

În considerațiile teoretice prezentate în primul capitol al lucrării au fost prezentate diferite perspective ale accepțiunii sensului vieții. Trecând la analiza și interpretarea rezultatelor cercetărilor cu scopul de a justifica logica celor prezentate, trebuie să fie aduse concluziile teoretice care direcționează direcția realizării cercetărilor în acest domeniu. Sensul vieții poate fi interpretat diferit și să fie definit prin:

- Valori morale, sociale, spirituale, spre care tinde omul;
- Nevoia acivității eficiente și energice cu efort și angajarea spre scopuri atractive;
- Nevoia de a cunoaște și înțelege mediul fizic și social, și de asemenea a evenimentelor care se produc în el;
- Includerea în curentul vieții sociale cu scopul de a primi aceea, ce oferă existența în calitate de membru al societății, de exemplu atingerea unei poziții înalte în societate sau atingerea standardului atractiv al existenței;
- Atractivitatea vieții legată de cunoașterea impresiilor șocante,
- Posibilitatea de creare la nivel general uman sau individual;
- Direcționarea spre atingerea echilibrului intern psihic și spiritual;
- Sentimentul subiectiv al siguranței, că ceea ce omul face, face bine, conform cu standardele morale general umane (Matuszewicz, 1975, p.79-143).

Sensul vieții poate fi apreciat multiaspectual. Gary T. Reker consideră că el poate analizat din perspectiva componentelor structurale și ale izvoarelor sale, domeniu și profunzime. Acceptând perspectiva componentelor structurale subliniază că sensul experienței este cuprins în componentele cognitive (răspund pentru oferirea importanței experiențelor de viață. Omul nu numai crează sistemul său de convingeri sau opinii, dar de asemenea se străduie să înțeleagă valoarea și scopul diferitor evenimente, circumstanțe, întâlniri); componentele motivaționale (țin de sistemul de valori creat de om, valorile sunt ghiduri, cum să trăiești, ce scopuri să alegi și în ce fel să tinzi spre ele); componentele afective (cuprind sentimentul satisfacției, îndeplinesc împlinirea scopurilor reieșite din experiență) (Oleś, 2003, p.326). Roz F.Baumester (1991) diferențiază patru cencesități care sunt la originea sensului: scopurile de viață, pe care tinde să le atingă în viitor; valorile (factorul decisiv despre faptul ce omul înțelege ca bine, iar ce ca rău); sentimentul utilității (crede că se poate ceva de făcut și schimbat) și sentimentul propriei valori (convingerea că este o persoană bună și valoroasă). Acea multitudine de izvoare ale sensului și importantța vieții asigură individul în fața senzației de fără sens și apatie.

Analizând perioada sensului se poate analiza din perspectiva multor aspecte ale vieții care sunt pentru om un izvor al sensului, și în plus al vieții de familie autodezvoltării etc.

Ultima din perspectivele considerațiilor cu privire la sensul vieții este propusă de către G.T.Reker este adâncimea sensului (calitatea experimentării sensului). Ea este descrisă de patru nivele: angajarea în plăcut și confortul vieții; investirea timpului și energiei în dezvoltarea abilităților personale și împlinirea potențialului; serviciul pentru alții și dedicarea scopurilor prosociale; grija pentru caloare și idealurile care au statutul scopurilor finale (Oleś, 2003, p.326).

Perspectivile de mai sus se pot împlini cu dimensiunea sensului. T. Schnell și P. Becher (2006) evidențiază 26 de dimensiuni ale sensului vieții umane și le împarte în patru categorii: transcendentă, autorealizarea, bunăstarea și comunitatea. R.A.Emmons (2005) evidențiază patru dimensiuni ale sensului, care individul o obține în viață: viața/realizări, intimitatea/relația, spiritualitatea/religiozitatea și autotranscendența. Altfel dimensiunea sensului vieții o identifică G.J.Westerhof, E.Bohlemejer și M.W.Valenkamp (2004). Ei cataloghează izvoarele în cinci dimensiuni: a) a însăși persoanei (caracterul, abilitatea spre dezvoltare, performanțele, autoacceptarea, plăcerea, împlinirea); b) dimensiunea relațională (intimitatea, legăturile sociale, altruismul, ajutorul comunitatea); c) liniștea fizică (funcționalitatea, sănătatea, chipul); d) activitatea (munca, odihna); e) necesitățile materiale (stăpânire, răspunsul la întrebările esențiale). Ele privesc și importanța culturii, valoarea și credința împreună cu religia ca factori creatori ai sensului.

Sensul vieții se poate desluși în categoriile posibilităților sale, șansa condiționărilor de viață individuale sau sociale. Este complementară activității umane, a faptelor omului. Aceasta înseamnă că nu este ceva oferit, dar cerut. Omul ca o ființă activă, intențională oferă direcție vieții sale, prin care devine deasemenea creator, ca și cel care ia propriul sens. Ca un subiect al cunoașterii și valorificator (subliniază ce este prețios și spre ce tinde), reflectiv (stabilește de ce și spre ce tinde), acționând așa ca să-și realizeze dorințele (Dyrda, 2009, p.83) creează viața sa, oferindu-i sensul propriu, individual și nemaipomenit, iar prin aceasta creează realitatea socială (schimbările reciproce) (Marynowicz-Hetka, 2006, p.33).

### III. 1 Prezența și căutarea sensului în viață a persoanelor în vârstă

Din perspectiva analizelor realizate s-a făcut trimitere la înțelegerea lui Michael F. Steger și a echipei (Steger și alții, 2006). Ei definesc sensul ca o stare a autoștiinței despre propriul sens, scop (importantă) obținute în viață și atrage atenția asupra finalității diferențierii perspectivei timpului. Conform opiniilor lor este o conștiință a stăpânirii scopului în timpul actual și necesitatea tinerii spre el și de obținere permanentă în viitor. Căutarea sensului îl definesc ca activitate legată

de efortul permanent, prin perseverență indicată și intensivă în stabilirea sau răspândirea științei pe tema importanței propriei vieți (Steger, și alții, 2006, p.200). Ambele acele dimensiuni au uneori o altă însemnătate pentru viața umană, dar sunt complementare. Dimensiunile aduse reprezintă temelia construirii chestionarului MLQ. Pentru necesitățile acestei lucrări au fost investigate persoane în vârstă care trăiesc în Polonia și Canada. Perspectiva temporară este de asemenea o bază pentru analiză, vezi mai departe în acest capitol.

Psihologii subliniază că omul în viață se întâlnește cu mai multe dimensiuni ale timpului în același timp.

În genere, importanța o atribuie dimensiunilor: trecutul-prezentul-viitorul; trimiterea la timpul trecut – prin memorie, timpul prezent – cunoscând evenimentele actuale și timpul viitor – prin anticipare, planuri, speranțe (Murawska, 2014, p.20).

Față de acele trei dimensiuni omul are o relație definită, le oferă un rang, valoare. Includerea sibiectivă, analiza vieții sale prin prisma timpului – înțeles ca o orientare temporală exercită – exercită influență atât pentru educarea omului, cât și atitudinii față de viață (Murawska, 2014, p.20). Se poate spune că timpul și acțiunile se identifică cu sine, se completează reciproc, acționează împreună într-o simbioză unită (Hernas, 2005, p.35-37).

Față de cele afirmate mai sus trebuie să afirmăm că sensul vieții analizat prin prisma timpului are condiționarea sa din perspectiva analizei valorii, posibilității dezvoltării și a scopurilor stabilite de către om, fără a se ține seama de vârsta lui. Aceasta permite orientarea în spațiu, ordonarea realității și reglementarea propriilor acțiuni (Murawska, 2014, p.19). Se poate de asemenea spune că viața activă, activitatea omului este într-un anumit sens răspuns la caracterul temporar al lumii. Această „acțiunea a omului este un mod de a împăca cu timpul” (Murawska, 2014, p.20). Omul scufundat în timp se realizează în acțiune și prin acțiune devine autentic, prezent în viață, timpul lui încetează să mai fie autentic, cu adevărat prezent în viață, timpul lui încetează să mai fie un șir abstract a clipelor care vin după (Szulakiewicz, 2011; Hernas, 2005; Bańka, 2010).

Conștiința posedării sensului la ora actuală și orientat spre viitor, înțelegerea sensului care se manifestă în activitatea prezentă și în planurile pe viitor importante sunt din perspectiva oferirii importanței vieții acum, în acest moment, la fel ca și a stabilirii acțiunilor sale în viitor, cândva. În acest context este importantă cunoașterea și stabilirea, cum este declarată și simțită prezența sensului vieții a seniorilor care locuiesc în Polonia și Canada.

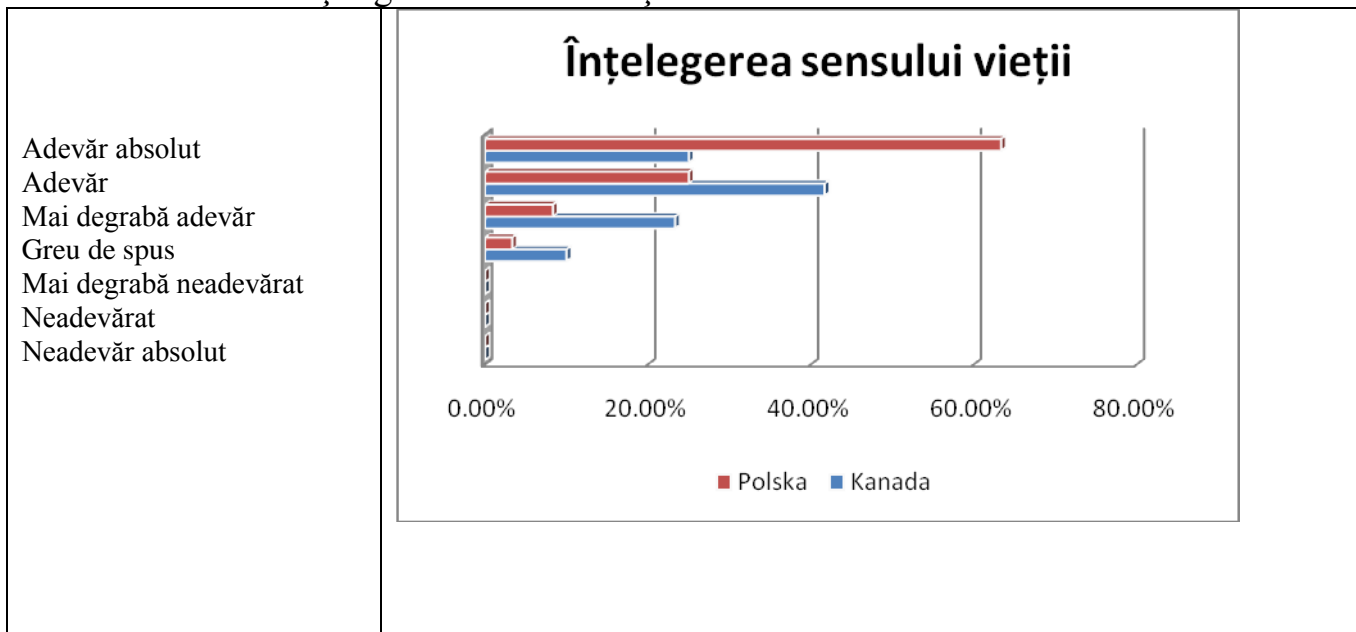
Structura acestui subcapitol este caracterizată prin construcția chestionarului MLQ. Trebuie să amintim că chestionarul nu întreabă despre contextul sau condițiile obținerii sensului vieții, dar face posibilă cunoașterea

importanței/sensului, scopului și a greutății/esenței în viață din perspectiva timpului: prezent și viitor. Prezentarea rezultatelor cercetărilor ordonează cunoașterea sensului vieții celor chestionați – inițial în prezent, și mai apoi în viitor.

Referindu-ne la timpul prezent (în chestionarul MLQ timpul prezent este măsurat prin subscara MLQ-P), apare întrebarea: care este sensul declarat, sensul obținut în viață al seniorilor în Polonia și în Canada? Răspunsul la întrebare poate fi primit prin definiția, care este în rândul cercetătorilor: înțelegerea importanței sensului vieții (MLQ1), deținerea scopului clar definit al vieții (MLQ4), sentimentul cunoașterii faptului ce face că viața are sens (MLQ5), conștiința posedării scopului satisfăcător în viață (MLQ6), și de asemenea negarea faptului, că viața individului nu are sens (MLQ9). Sensul declarat al vieții în chestionarul MLQ este analizat pe o scară de 7 puncte a lui Likert (de la „neadevărul absolut” până la „adevărul absolut”). Analizele de mai jos sunt prezentate din perspectiva timpului, luând în calcul locul de trai a persoanelor chestionate și genul lor.

Perspectiva timpului prezent, fiind o actualizare a sensului omului „aici și acum” are pentru el importanță în contextul activității realizate și realizării sale în acest moment, când se stabilește că ceea ce crează sensul și permite să înțeleagă viața, valoarea ei în momentul experienței de acum. Aceasta permite să înțeleagă și să cunoască toate acestea ce oferă vieții sens, satisfăcător, orientat pe realizarea din plin scopului conștient și prezent.

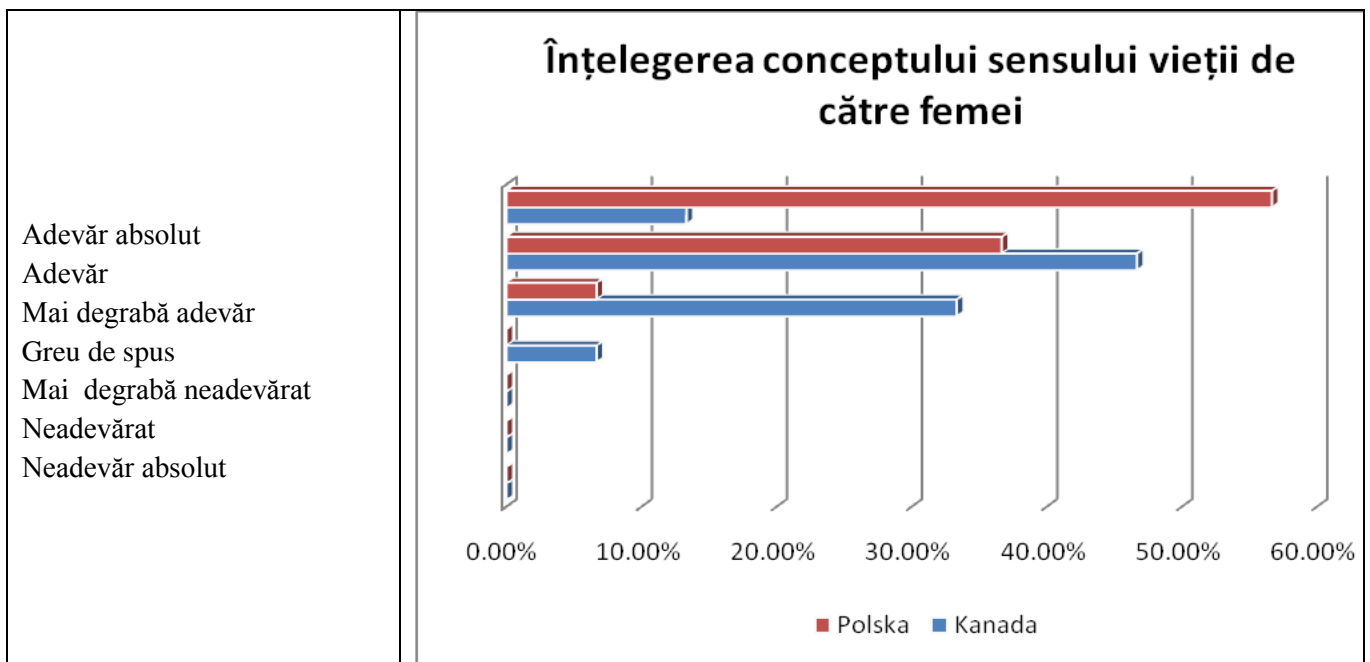
Graficul 1. Înțelegerea sensului vieții.



Din datele incluse în graficul 1 rezultă că înțelegerea sensului vieții rezultă că înțelegerea sensului vieții ca unul decisiv adevărat și nemaipomenit este

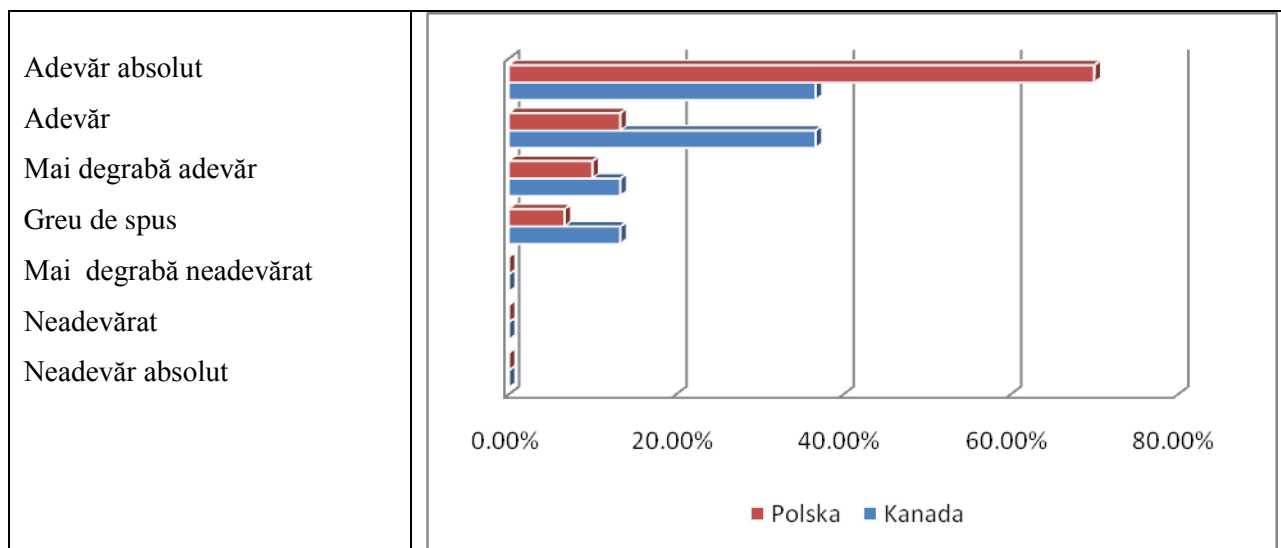
caracteristic pentru mai mult de 63% de persoane în vârstă din Polonia. Ca adevărate le recunosc le recunoaște 25% din Polonezii chestionați. Altfel declarația se prezintă între persoanele în vârstă care locuiesc în Canada. Pentru ei înțelegerea sensului vieții pe scara de șapte puncte plasează le plasează pe locul șase, adică „adevărat” este caracteristic pentru 41,67%, înțelegerea sensului vieții ca „adevăr absolut” pentru 25% pentru polonezii care locuiesc în Canada. Persoanele nesigure în stabilirea sensului întreceau în grupul persoanelor din Canada (corespunzător: „mai degrabă adevărat” – 23, 33% și este „greu de spus” – 10%) . Cu mult mai puține persoane din acestea erau în Polonia (corespunzător 8,33% și 3,33%). În rândul celor chestionați nu erau de aceia care nu ar fi înțeles sensul vieții lor.

Graficul 2. Înțelegerea sensului vieții de către femei.





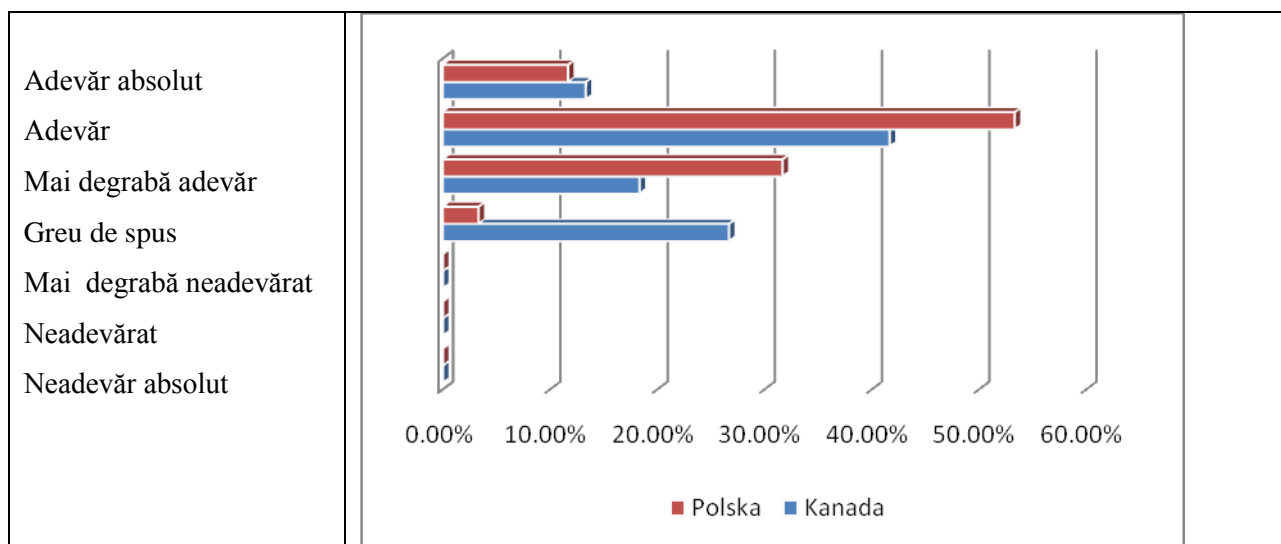
Graficul 3. Înțelegerea sensului vieții de către bărbați.



Raportându-ne la genul celor chestionați și locul de trai (i 3), se poate constata că în cazul persoanelor din Canada mult mai decizi în declarațiile lor sunt bărbații („adevărat” și „adevăr absolut” – 36,67%), în schimb în cazul persoanelor din Polonia declarațiile se așează egal, genul nu determină alegerea.

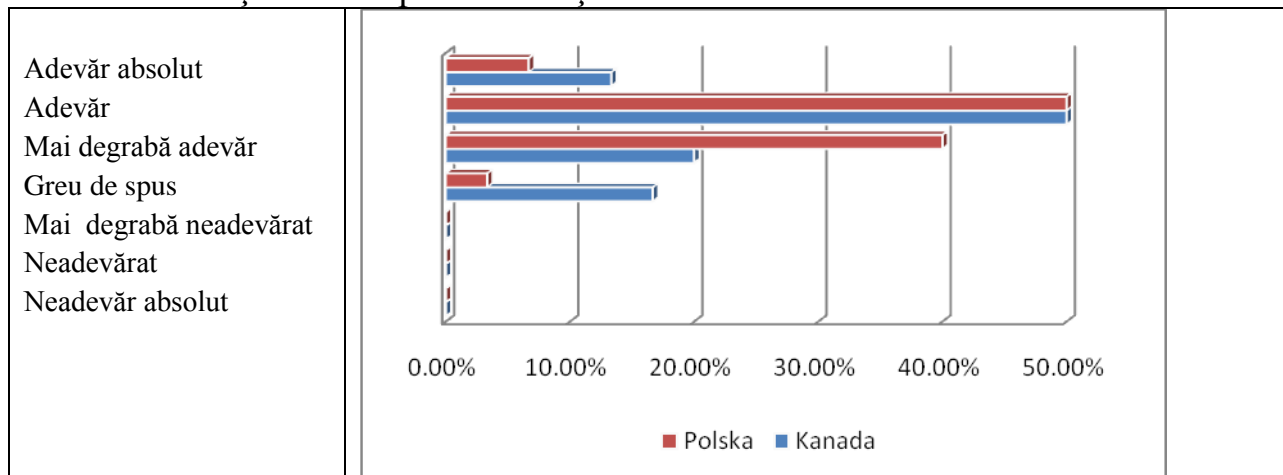
Înțelegerea sensului vieții sale se leagă de concepția în contextul celor pe poziții conștiente. Seniorii chestionați declarau că acum au clar stabilit scopul vieții (graficul 4).

Graficul 4. Prezența scopului vieții clar definit.

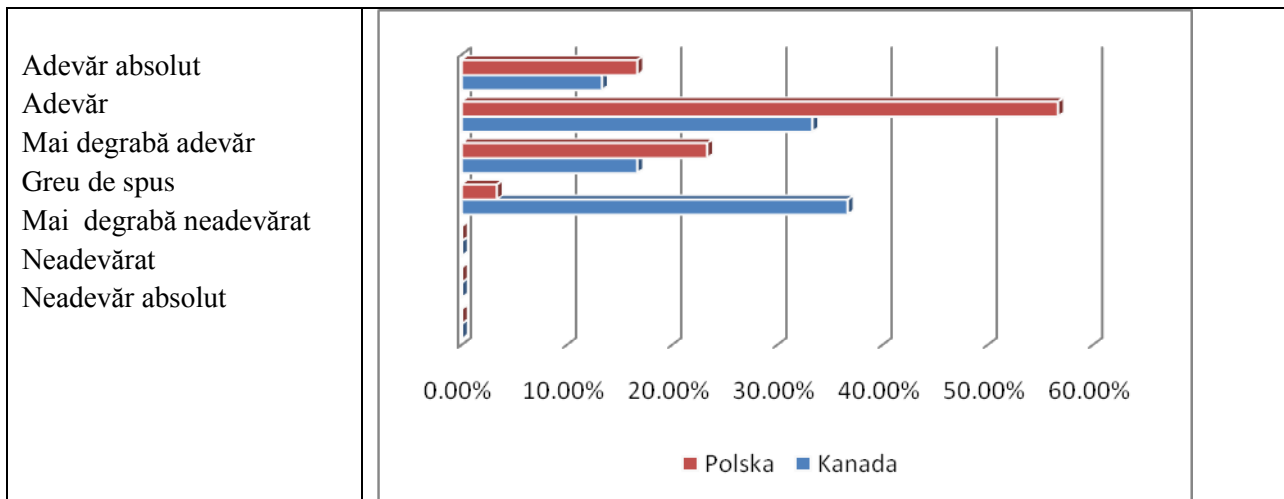


Dacă este vorba despre persoanele în vârstă care locuiesc în Canada, este asemănător ca și cazul înțelesului percepției sensului vieții, deținerea unui scop al vieții clar definit este o declarație cu trăsături de o anumită nedefinire (este „greu de spus” au ales 26%, iar mai mult 67 % a seniorilor chestionați). Cei chestionați declară în proporție de 41,67% ca adevărat deținerea scopului în viață și numărul acestora este cel mai mare. De asemenea în rândul polonezilor asemenea opinii erau cele mai multe – 53,33%. Persoanele în vârstă din Polonia de asemenea des au afirmat deținerea scopului de viață ca „mai degrabă adevărat” – 31,67%. Analizând datele incluse în graficul 4, se poate constata că cea mai mare împărțire a răspunsurilor de la nehotărâți („greu de spus”) până la foarte siguri („adevăr absolut”) intervine în rândul chestionaților din Polonia canadiană (corespunzător 26%, 67%, 13,33%). Răspunsurile persoanelor din Polonia se concentrează în jurul a ceea ce este declarat ca „adevăr” și a adevărului moderat „mai degrabă adevărat”. În rândul celor chestionați din Polonia de asemenea cel mai mic grup au fost aceia care nu au reușit clar să stabilească dacă au un scop în viață („greu de spus” – 3,33%).

Graficul 5. Deținerea scopului de viață clar definit de către femei



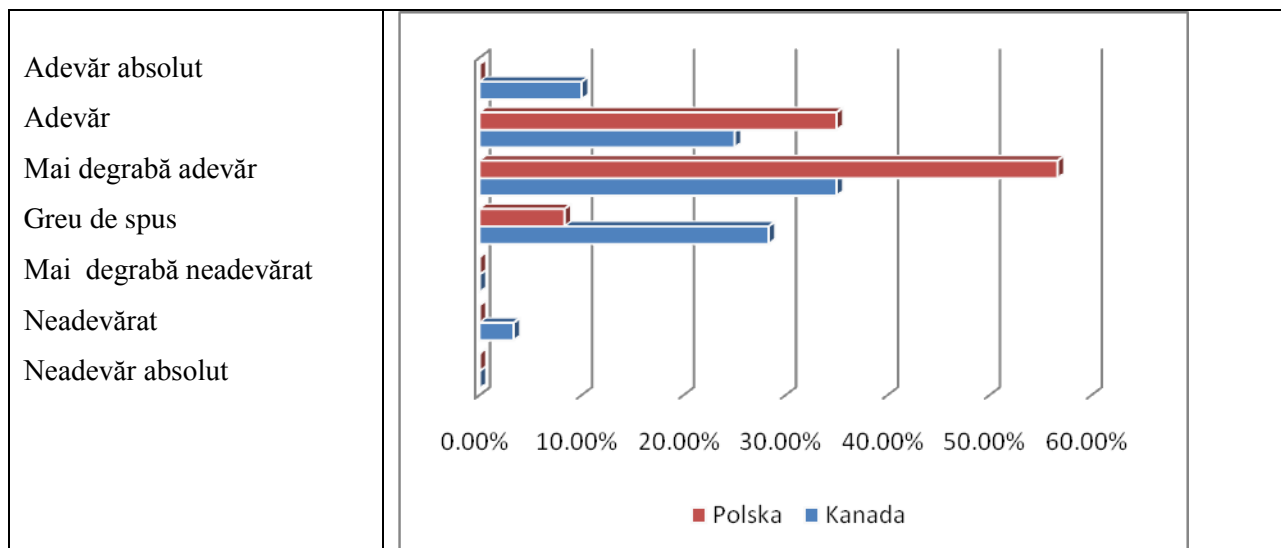
Graficul 6. Deținerea scopului de viață clar definit de către bărbați



Analizând datele care se pretează pentru declarația scopului clar definit în viața chestionaților din punctul de vedere al genului (graficul 5 și 6) trebuie subliniat că nu apar diferențe mari între tendințele globale care apar în contextul analizelor, care iau în calcul locul de trai al chestionaților. Semnificativ poate fi faptul că între bărbații din Polonia există cea mai mare dintre cei chestionați a scopului clar definit. Ca „adevăr absolut” a fost indicat de 16,67% din cei chestionați. Este important de precizat și faptul că 50% dintre femeile din Polonia ca și din Canada accentuează deținerea scopurilor proprii ca „adevăr”. Într-o măsură mai mică se identifică cu el bărbații din Canada (33,33% din cei chestionați), într-o măsură mai mare bărbații din Polonia (56,67% din cei chestionați).

Este interesant aici să aflăm ce conștiință de deținere a scopului satisfăcător în viață au cei chestionați. În chestionarul MLQ declarația face posibilă analiza răspunsului la întrebarea 6 pe scara de 7 trepte a lui Likert (MLQ6).

Graficul 7. Conștiința deținerea scopului satisfăcător în viață.

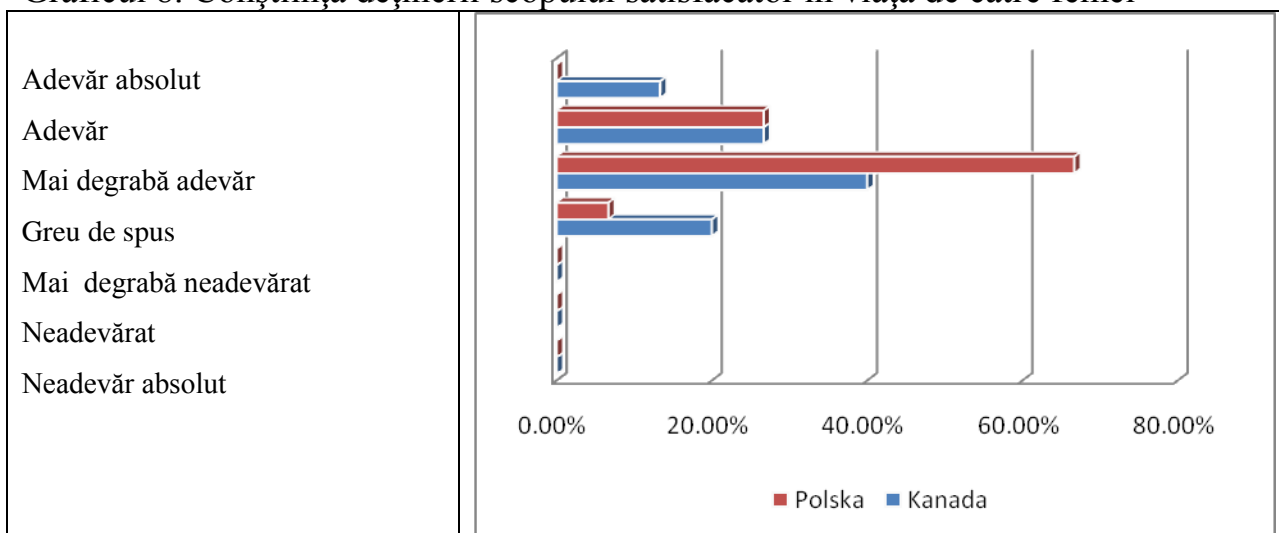


Un scop satisfăcător în viață a fost descoperit de cea mai importantă parte a celor chestionați – ce prezintă rezultatele cercetărilor incluse în graficul 7. Acea declarație este negativă și nu se referă doar la 1,67% de chestionați din Canada. Cele mai multe persoane care se plâng în determinare satisfăcătoare a scopului în viață de asemenea locuiesc în Canada (1/3, în timp ce în Polonia această declarație este caracteristică pentru aproape 1/10 din seniorii chestionați). Declarația dominantă evidențiată în scara Likert ca „mai degrabă adevărat” a caracterizat 1/3 din cei chestionați în Canada și aproape jumătate dintre cei chestionați în Polonia. Expresia că conștiința deținerii scopului satisfăcător este „adevărat” au arătat 35% dintre cei chestionați din Polonia și 25% din Polonia canadiană. La fel ca și în cazul clar definit al scopului de viață, ca și în cazul deținerii scopului satisfăcător în viață, seniorii chestionați din Canada au oferit mai mulți termeni diferențiați (de la „este neadevărat” până la „adevăr absolut” – 10% dintre chestionați) decât seniorii din Polonia (de la „greu de spus” până la „adevărat”).

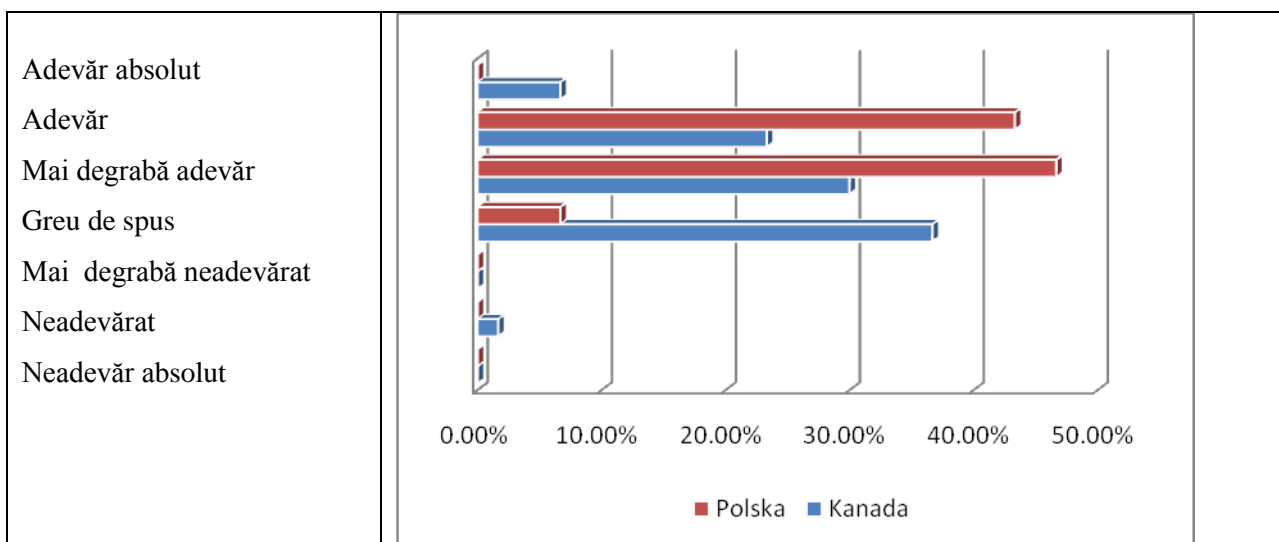
Analizând alegerea declarațiilor celor chestionați, care se referă la scopul deschis și satisfăcător prin prisma genului lor (graficul 8 și 9) trebuie să constatăm că declarația negativă (neadevărat este că am descoperit scopul satisfăcător în viață) au arătat 1,67 % din bărbații din Canada, în schimb așa mărturie nu au apărut la alți chestionați. Se poate constata de asemenea că declarația „adevărul absolut” cu referire la afirmația că a fost descoperit scopul satisfăcător în viață este caracteristic pentru femeile și bărbații din Canada (corespunzător 13,33% și 6,67%). Totodată nu apar la persoanele chestionate care locuiesc în Polonia. Răspunsurile femeilor și bărbaților din Polonia au fost concentrate în jurul declarației „mai degrabă adevărat” și „adevărat”. În rândul chestionaților din Canada au dominat declarațiile

caracterizate prin nesiguranță – „greu de spus”, dintre care ¼ femei și peste 1/3 bărbați.

Graficul 8. Conștiința deținerii scopului satisfăcător în viață de către femei

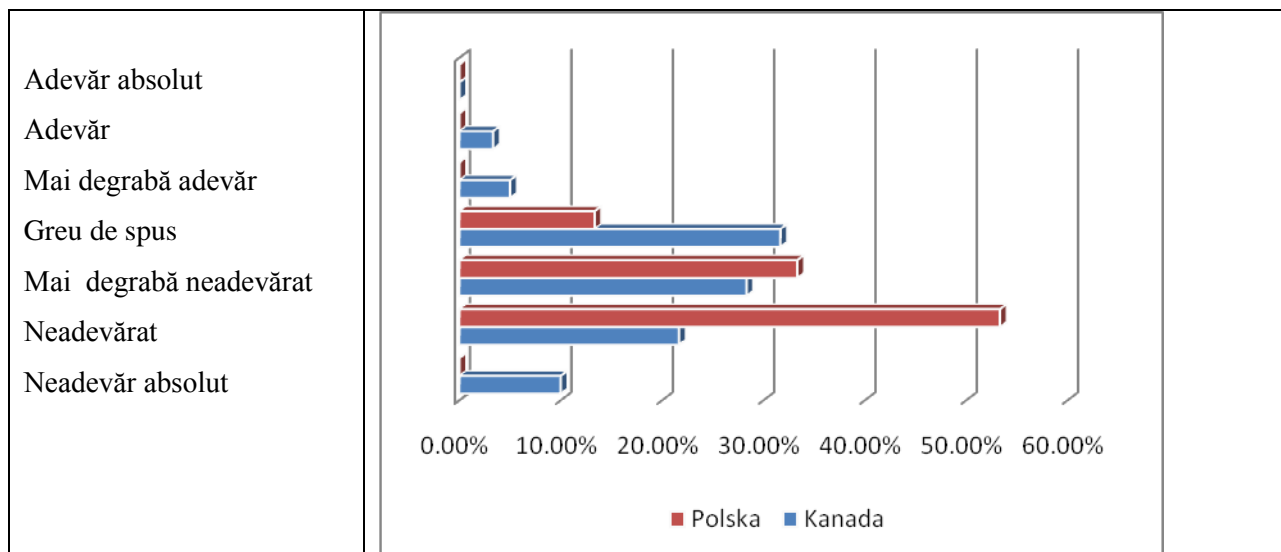


Graficul 9. Conștiința deținerii scopului satisfăcător în viață de către bărbați



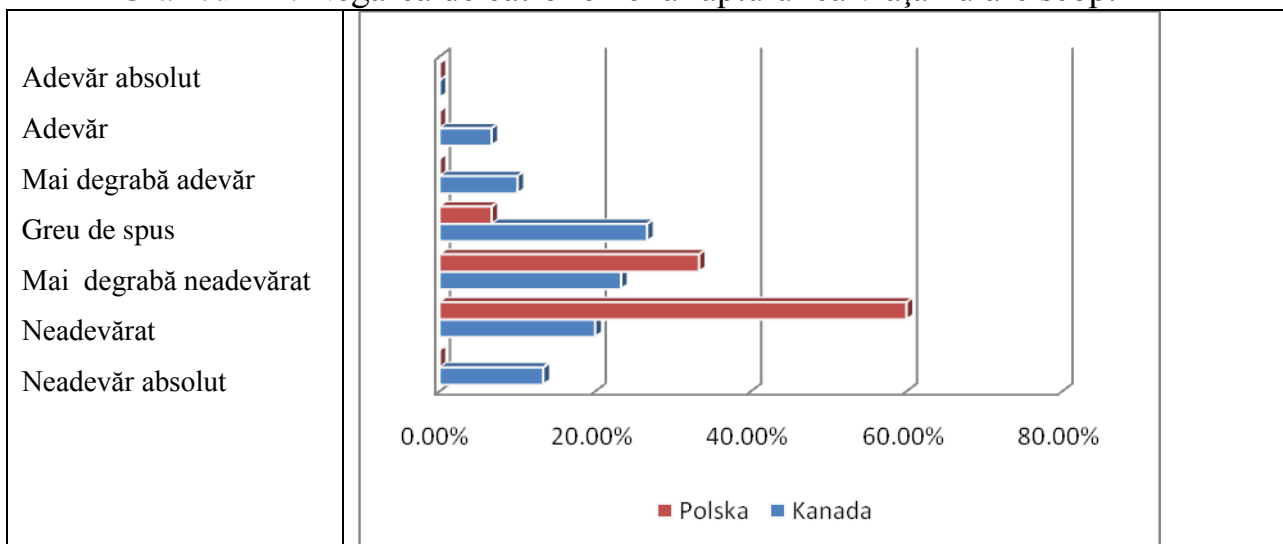
Cunoștințele declarate, sentimentul siguranței cu privire la teza că chestionații dețin acum un scop (scopuri de viață), a fost verificată de o realizarea declarației corespunzătoare pe scara Likert. Ea se referea la negarea faptului că viața are un scop clar definit (MLQ9 „Viața mea nu are un scop bine definit”).

Graficul 10. Negarea faptului că viața individului nu are scop

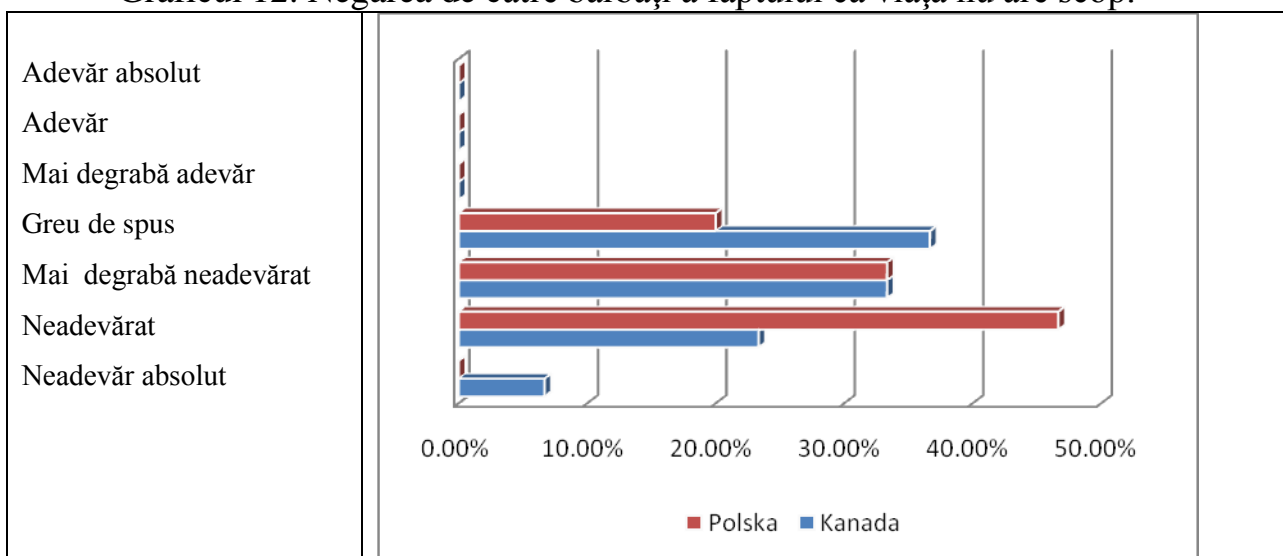


Din datele prezentate mai sus rezultă că mai mult de 80% dintre cei chestionați din Polonia contrazic faptului că n-au un scop bine determinat, indeciși, care au o problemă cu definirea, sau au un scop sau nu, sunt 13,33%. Cu totul altfel stau declarațiile a persoanelor în vârstă din Canada. Între ei au apărut declarații care confirmă că ele nu au un scop bine determinat, deși răspunsurile anterioare sugerau siguranța sau indecizia (chiar și declarațiile cu privire la negarea deținerii scopului – 31,67% au crescut cu 5% în comparație cu declarația pozitivă a scopului vieții – 26,67%). De asemenea, la o și mai mare împărțire s-a ajuns la declarația „mai degrabă neadevărat” și „neadevărat” în comparație cu cele analogice „mai degrabă adevărat” și „adevărat”. În cazul persoanelor în vârstă din Polonia se observă de asemenea tendința crescătoare cu privire la indecizia la negarea faptului că viața are scop. Cu cât în rândul celor chestionați a persoanelor indecise dacă viața are scop, erau 3,33%, atâta era și procentul respondenților indeciși, în cazul negării aceluși fapt se ridica la 13,33%, adică mai mult de 10%. Trebuie să spunem că persoanele chestionate din Polonia, care au declarat ca „adevăr” deținerea scopului vieții, se pronunțau pentru faptul că „neadevărat” este lipsa scopului vieții 53,33% din cei chestionați și consecvent susțineau declarația sa confirmând prezența scopului în viață. Între declarații nu au apărut în schimb „neadevăr absolut”, iar contrarul ei în cazul confirmării scopului vieții ca „adevăr absolut” a apărut în 11,67%. În cazul negării faptului răspunsul a fost împărțit între declarația „greu de spus” și „mai degrabă e neadevărat”.

Graficul 11. Negarea de către femei a faptului că viața nu are scop.



Graficul 12. Negarea de către bărbați a faptului că viața nu are scop.

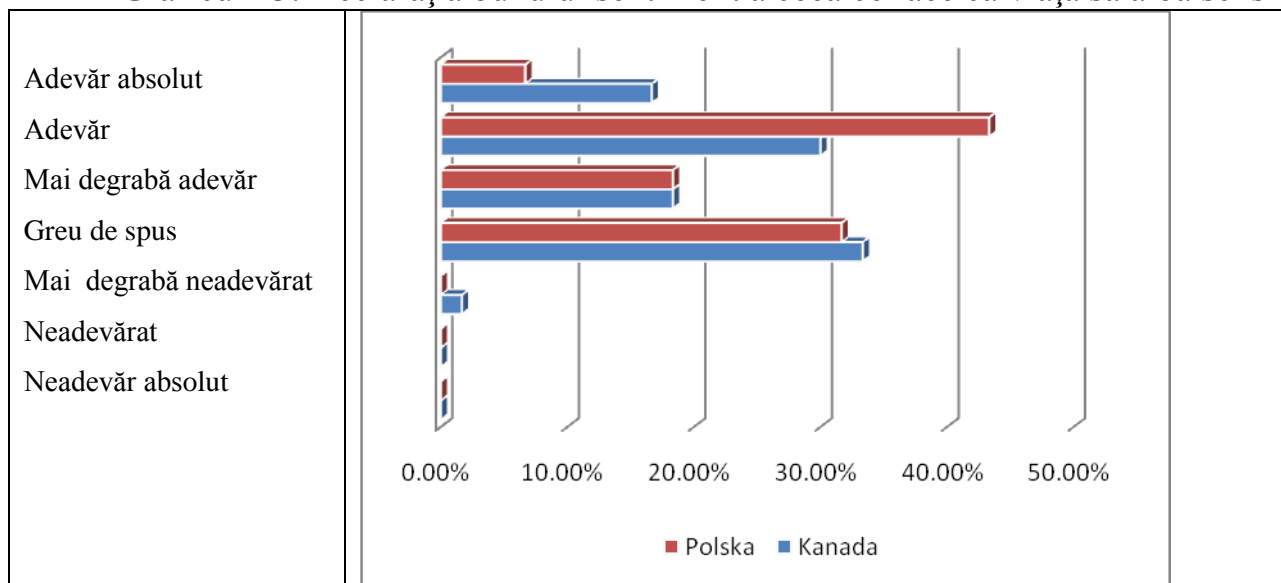


Referindu-ne la declarațiile legate de negarea faptului că viața nu are un scop clar stabilit cu referire la gen și loc de trai a persoanelor chestionate (graficul 11 și 12), se poate observa că declarațiile pozitive („adevărat” și „mai degrabă adevărat”) apar în exclusivitate în grupul femeilor din Polonia canadiană (împreună așa o declarație au făcut 16,67% din cei chestionați). Afirmăția anterioară că ele au un scop în viață în cazul formei negative a primit o declarație pozitivă și nu negativă – mai apoi chestionatele au contrazisafirmațiile anterioare. Se poate nota că în rândul femeilor care locuiesc în Canada răspunsurile sunt mai degrabă diversificate. Femeile chestionate din Polonia în comparație cu femeile din Polonia canadiană și

bărbații care locuiesc în ambele țări cel mai mult confirmă declarația despre deținerea scopului clar definit.

Arătarea sentimentului propriu și bun legat cu faptul ce face că viața are sens, este următoarea afirmație a chestionarului MLQ cu referință la faptul că cei chestionați au făcut declarații pe scara de 7 puncte a lui Likert.

Graficul 13. Declarația bunului sentiment a ceea ce face ca viața să aibă sens



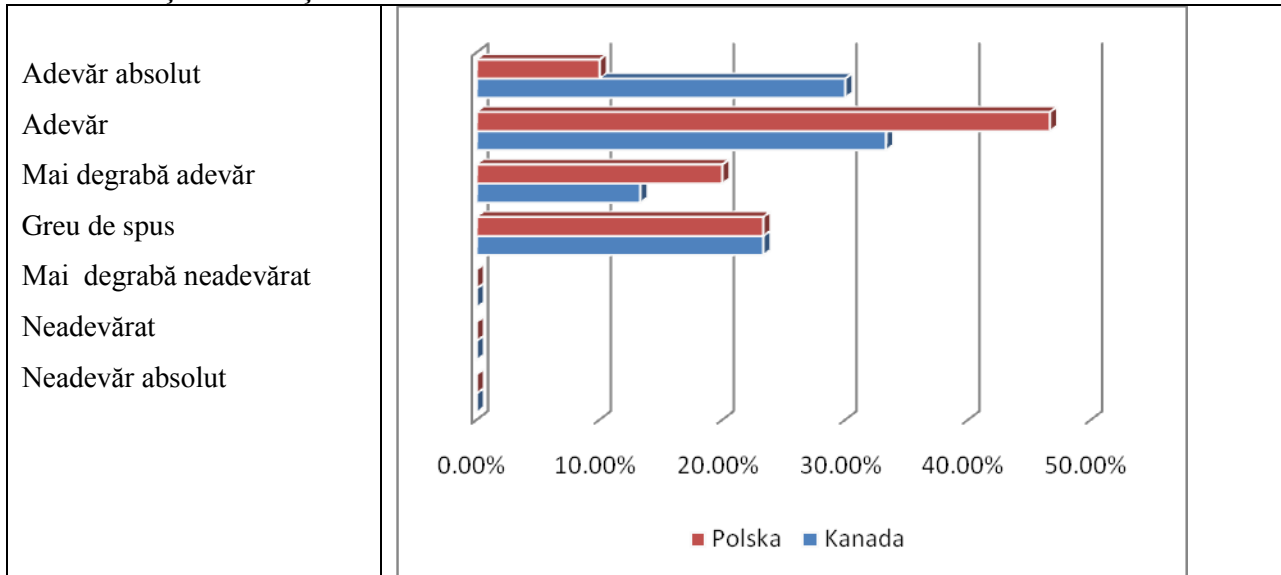
În baza datelor incluse în graficul 13 se poate spune că declarațiile seniorilor din Polonia și Canada se compun identic. Diferențele apar în cazul declarației „adevăr absolut” și „adevăr” și anume în rândul persoanelor în vârstă din Canada cu definirea „adevăr absolut” care le identifică 16,67% din cei chestionați, în schimb în Polonia 6,67% (diferența de 10%). Referind semnificația „adevăr” la sentimentul bun la aceea ce confirmă că viața are sens, declarațiile reprezintă 43,33% de Polonizi și 30% din Polonia canadiană arată o mare diferență. Declarația „greu de spus” și „mai degrabă adevărat” în cazul ambelor grupuri au fost convergente. În rândul persoanelor în vârstă din Canada 1,67% au declarat că este „mai degrabă neadevărat” ceea ce are un bun sentiment a ceea ce viața lor are sens.

Raportând declarația cu referire la bunul sentiment față de ceea ce confirmă că viața chestionaților are sens la cele schimbătoare, cum sunt sexul și locul de trai (graficul 14 și 15), se poate constata că în cazul declarației „greu de spus” (starea de neștire și de neidentificare) există asemănări. Femeile din Polonia și din Canada cad de acord în proporție de 23,33%, bărbații în jur de 40%. După cum se vede locul de trai nu diferențiază declarația, în schimb de două trei ori mai mulți bărbați decât femeii își exprimă indecizia. În rândul persoanelor care declară că „mai

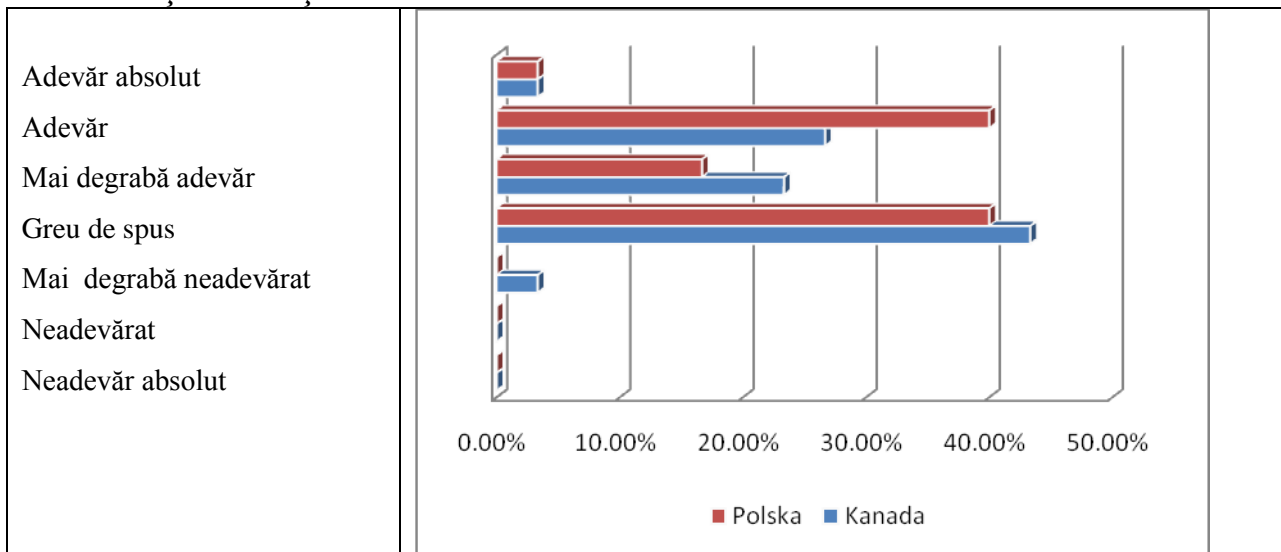


degrabă neadevărat” este sentimentul lor bun al sensului vieții găsesc 3,33% de bărbați din Polonia canadiană. Ceilalți chestionați nu au exprimat declarații negative. În rândul seniorilor care definesc sentimentul bun al sensului ca „adevăra absolut” au fost cele mai multe femei care locuiesc în Canada, în schimb femeile din Polonia au declarat cel mai des că este „adevărat” – 43,33% din cei chestionați. În cazul celorlalte declarații nu au apărut diferențe importante.

Graficul 14. Definierea de către femeie a sentimentului bun a ceea ce mărturisește că viața are sens.



Graficul 15. Definiția de către bărbați a sentimentului bun a ceea ce mărturisește că viața are sens.



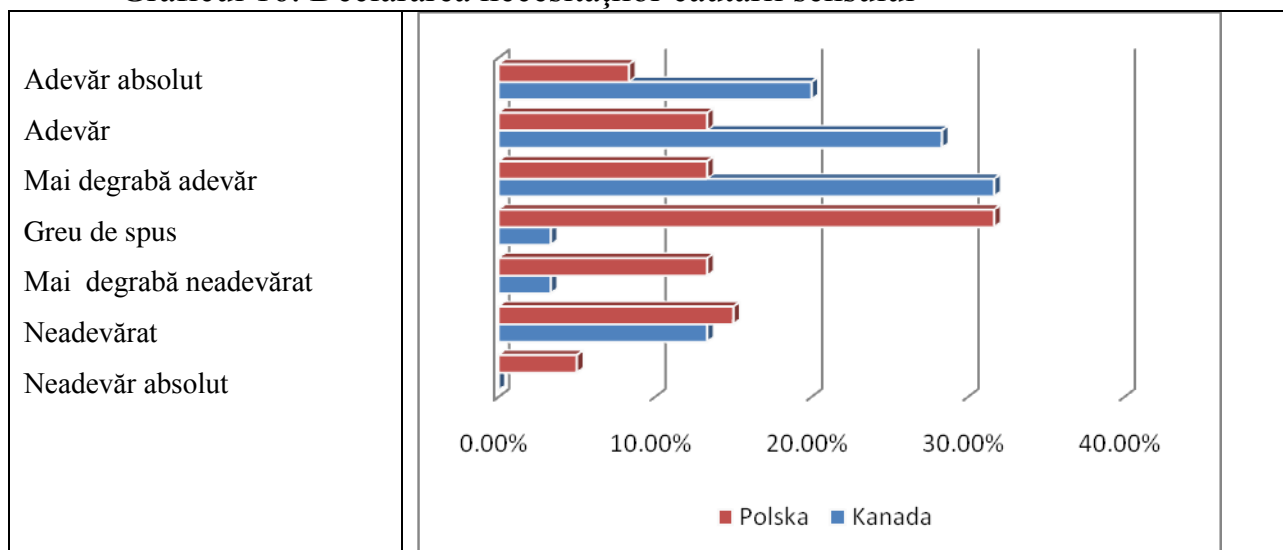
Din analizele realizate până în prezent rezultă că între persoanele în vârstă care locuiesc în Polonia și Canada în raportarea față de prezența sensului vieții seniorilor (acum) apar anumite diferențe. Seniorii din Polonia declar mai hotărât știința lor la tema propriei vieți, a scopurilor de viață, conștiinței scopurilor, de asemenea a bunei senzații a ceea ce realizează că viața lor are sens.

Referindu-ne la perspectiva de viitor (în chestionarul MLQ între ea și subscara MLQ-S) apare întrebarea: care declarații raportate la necesitatea căutării și a oferirii permanente a sensului și scopului în viață reprezintă chestionații?

Răspunsul devine posibil prin definirea care în rândul celor chestionați o reprezintă căutarea sensului (MLQ2), scopului (MLQ3), misiunii (MLQ8), importanței (MLQ10) și oferirea propriei vieți a greutateii/valorii (NLQ7). Sensul vieții este orientat spre viitor în chestionarul MLQ analizat de asemenea așa ca perspectiva de acum, în plus în scara de șapte puncte a lui Likert (de la „neadevăr absolut” la „adevărul absolut”).

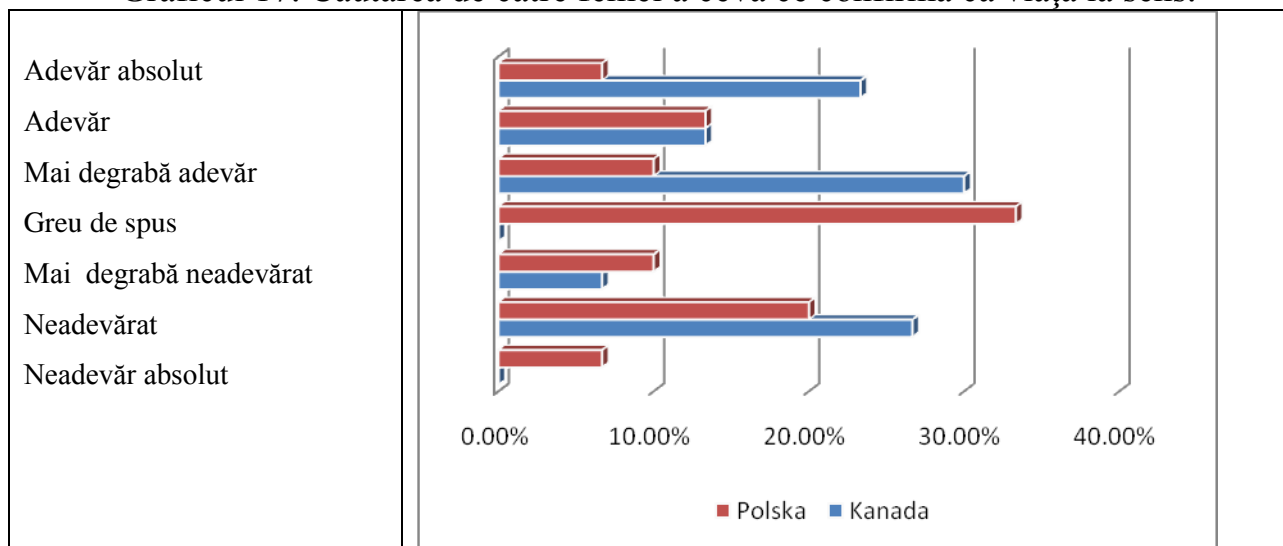
Interesant în acest loc este cunoașterea, ce declarații dau seniorii din perspectiva căutării sensului vieții (timpul orientat pe viitor). Căutarea sensului vieții, formularea noilor scopuri, acceptarea noilor provocări fac posibil omului oferirea vieții a sensului acum și în viitor. Direcționează activitatea pe efectele posibile „în viitor”, motivează „ieșirea în viitor”, deschiderea spre ea și aceea fără a se ține seama de vârstă. Datorită acestui fapt se poate învinge stagnarea, întunecul sau „obosirea prin viață”, ca și de asemenea susținerea efortului, care reprezintă calea spre dezvoltare. Analizele de mai jos sunt prezentate, ținând seama de perspectivă timp și locul de trai a persoanelor chestionate și sexul lor.

Graficul 16. Declararea necesităților căutării sensului

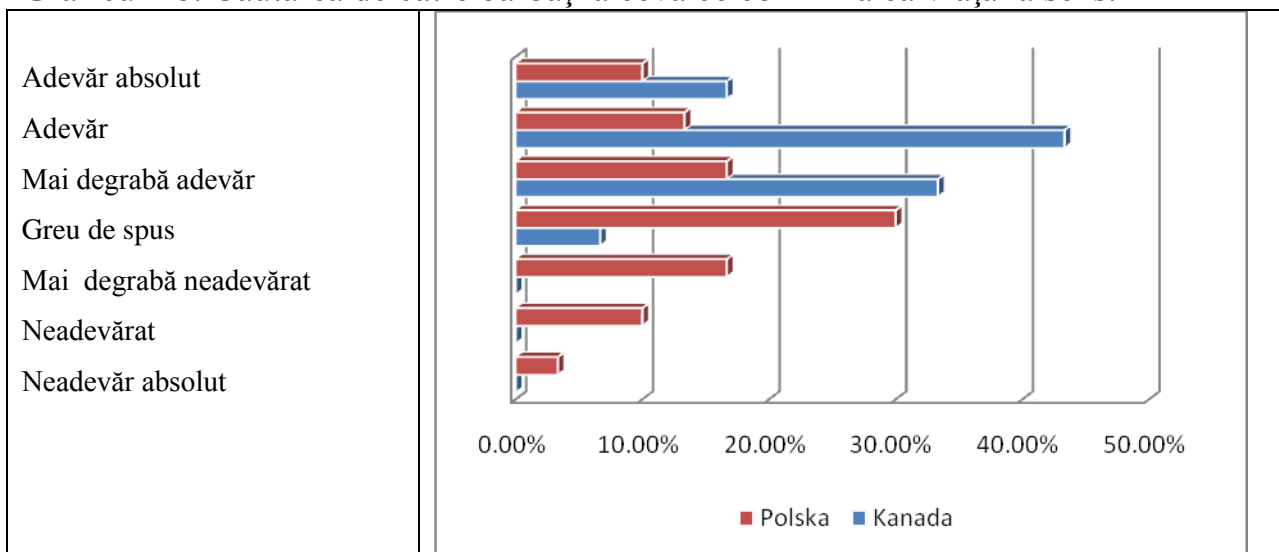


Din datele incluse în graficul 16 rezultă că cele mai diferențiate declarații cu privire la necesitățile căutării sensului vieții prezintă persoanele în vârstă din Polonia și cu mult mai puțin dețin această necesitate în comparație cu persoanele în vârstă care locuiesc în Canada. Seniorii care locuiesc permanent în Polonia mai degrabă că nu sunt în stare să declare, dacă simt necesitatea căutării sensului – declarația „greu de spus” a fost enunțată de 1/3 din cei chestionați – în Canada așa ceva a fost declarat de 3,33%. În grupa seniorilor în Polonia apar de asemenea declarații negative care confirmă că chestionații nu necesită căutarea sensului vieții – așa arată 1/3 din ei. Aceste declarații în rândul celor chestionați din Canada apar de două ori mai puțin. Nu există în rândul lor și o negare hotărâtă („neadevărul absolut”). Dacă este vorba de declarația care confirmă necesitatea căutării permanente a sensului vieții de către seniori, poate fi observat diferențieri importante între seniorii din Polonia și Canada. În rândul celor din urmă cu declarația că au nevoie de căutarea sensului vieții sunt de acord 80%; declarația moderată „mai degrabă adevărat” se referă la 31,67% din cei chestionați, „adevărat” 28,33%, pozitiv hotărât „adevărul hotărât” 20% (1/5 din ei). Chestionații din Polonia au arătat astfel: „mai degrabă adevărat” – 13,33%, „adevărat” - 13,33%, „adevăr hotărât” – 8,33%. După cum se poate vedea necesitatea căutării sensului îl simt chestionații din Canada (orientarea spre viitor, căutarea ca un proces continuu), altfel în Polonia (concentrarea pe „aici și acum”).

Graficul 17. Căutarea de către femei a ceva ce confirmă că viața ia sens.



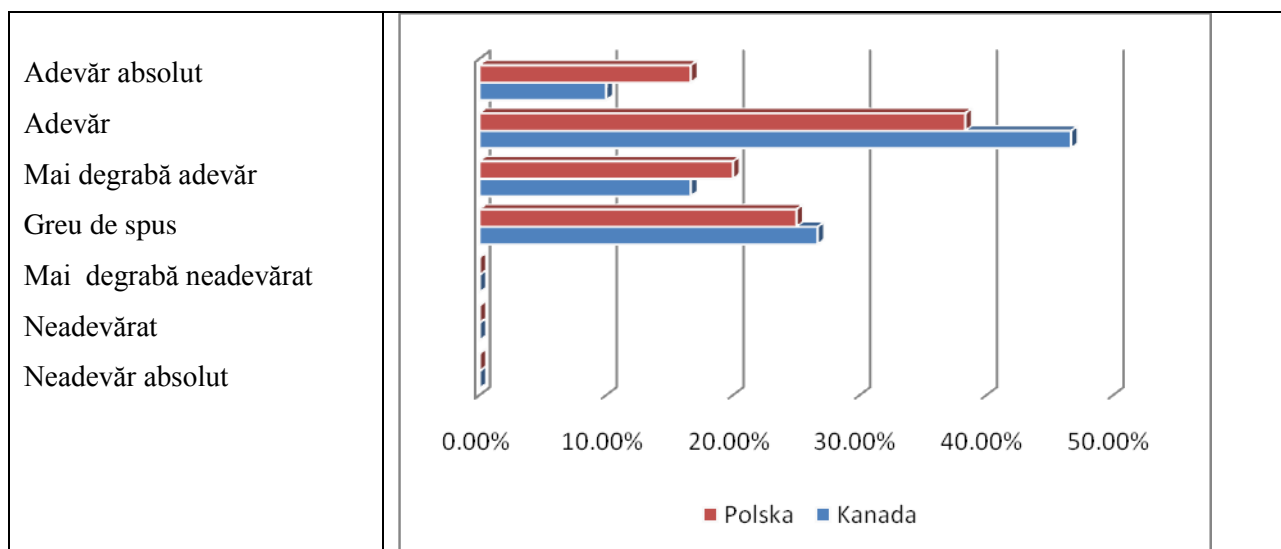
Graficul 18. Căutarea de către bărbați a ceva ce confirmă că viața ia sens.



Dacă căutatea a ceva ce confirmă că viața celor chestionați are sens, le vom analiza în contextul sexului celor chestionați (graficul 17 și 18), se poate constata că în același timp cu cât la mai mulți seniori din Polonia declarațiile diferă, cu atât mai mult la cei chestionați din Canada mai mult se identifică cu căutarea sensului vieții ca „adevărat” – bărbații peste 90 % (doar 6,67% sunt indeciși), în schimb peste 1/3 din femei declară că nu simt nevoia căutării sensului vieții. În rândul femeilor din Canada, ceea ce e important de subliniat, în raportare față de nevoia căutării sensului vieții nu există cei care s-ar îndoii, indeciși („greu de spus”). În cazul femeilor din Polonia acest grup este cel mai mare și constituie 33,33% - iar situația este identică cu bărbații din Polonia.

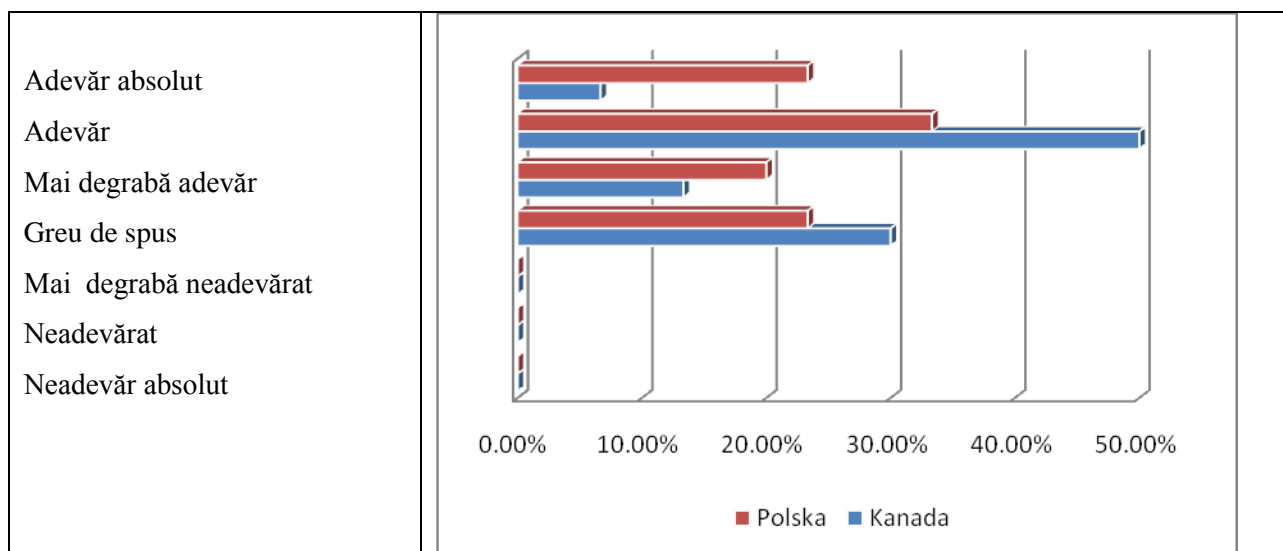
Chestionarul MLQ (dincolo de necesitatea căutării sensului vieții) în subcări ale căutării sensului vieții (orientarea pe viitor) cercetează necesitatea căutării scopului vieții, misiunii, importanței și oferirii propriei vieți a valorii. Este important să cunoaștem în succesiunea viitoare, a ideii declarației pe care le constituie persoanele în vârstă în perioada căutării, de stabilire a scopurilor de viață.

Graficul 19. Declarația căutării scopului în viață.

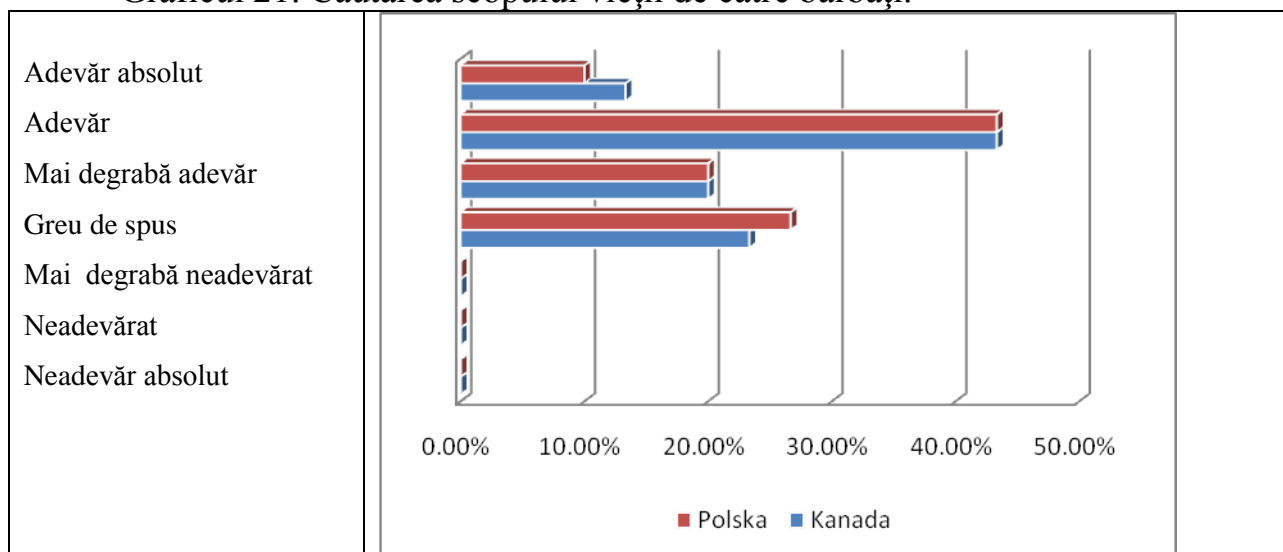


Din datele incluse în graficul fr mai sus rezultă că cea mai mare majoritate a celor chestionați caută scopul vieții. Așa se întâmplă pe lângă faptul că nu caută în viață sensu (la fel ca și în cazul celor cercetați din Polonia). În rândul declarațiilor celor chestionați domină tendința spre căutarea hotărâtă a scopului („este adevărat”- declarată de 46,67% a seniorilor Poloniei cadiene și 38 33% din Polonia, adevăr absolut de către 16,67% din Polonia și 10% din Polonia canadiană) decât spre un moderat („mai degrabă adevărat” – 20% din oamenii în vârstă care locuiesc în Polonia și 16,67% dintre cei care locuiesc în Canada). În rândul perosoanelor care caută scopul se găsesc cel mai puține persoane indecise, nesigure („greu de spus”) decât în cazul acelor care caută sensul, referinduse mai mult la seniorii din Polonia. În schimb dacă este vorba de seniorii din Canada, aici lucrurile stau cu totul altfel, numărul lor este mai mare decât în cazul căutării sensului.

Graficul 20. Căutarea scopului de viață de către femei.



Graficul 21. Căutarea scopului vieții de către bărbați.

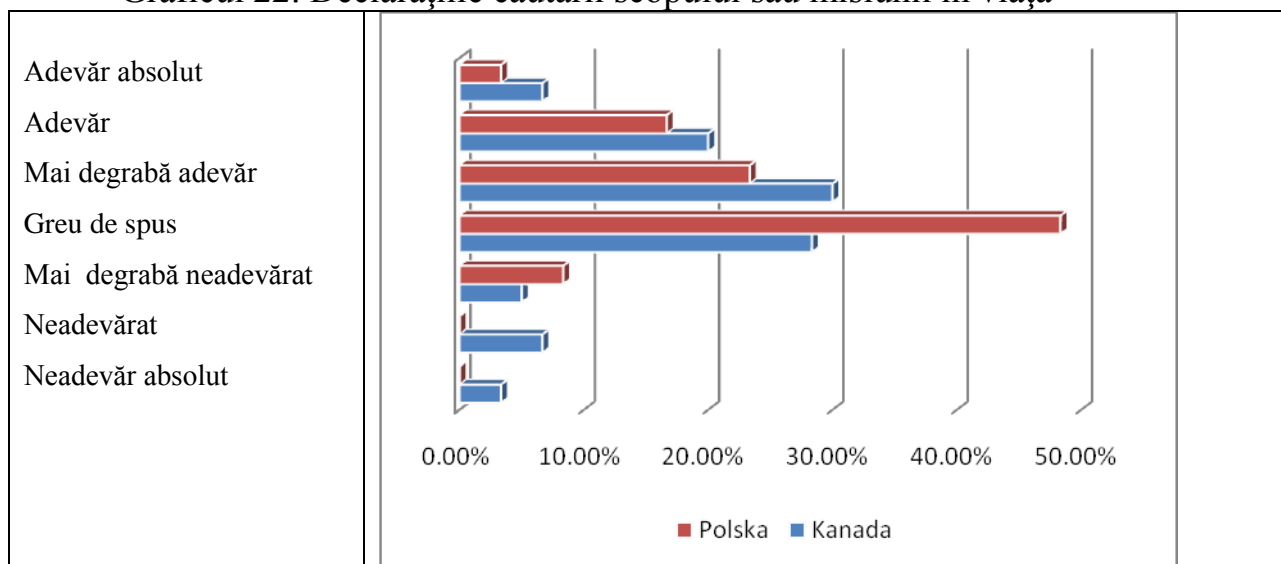


Declarația cu privire la căutarea scopului vieții (graficul 20 și 21) arată că jumătate dintre femeile care trăiesc în Canada declară căutarea lui ca „adevăr”. În al doilea rând apar declarații „greu de spus” ele privesc alegerile realizate de către 1/3 din chestionați. În schimb declarația femeilor care trăiesc în Polonia se distribuie egal, prin care desemnarea cu privire la căutarea scopului ca „adevăr” a fost aleasă de 1/3 din cei chestionați, restul „mai degrabă adevărat” și „adevăr absolut”

(corespunzător 20% și 23,33%). În rândul bărbaților declarațiile sunt împărțite mai degrabă egal. Diferența de 3% apare în exclusivitate în cazul desemnării „greu de spus” (mai mult la bărbații care locuiesc în Polonia) de „adevăr absolut” (aici mai multe alegeri au realizat seniorii care trăiesc în Canaga).

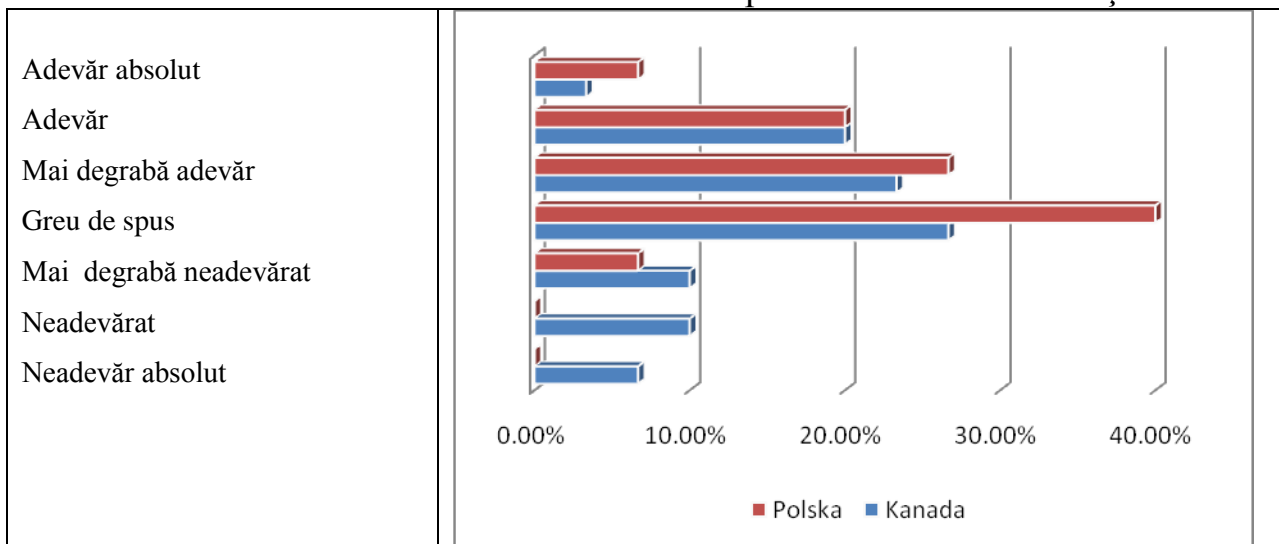
Următoarea afirmație inclusă în chestionar MLQ (subscara căutării sensului) este cea care se referă la căutarea scopului de viață sau misiunii (MLQ8).

Graficul 22. Declarațiile căutării scopului sau misiunii în viață

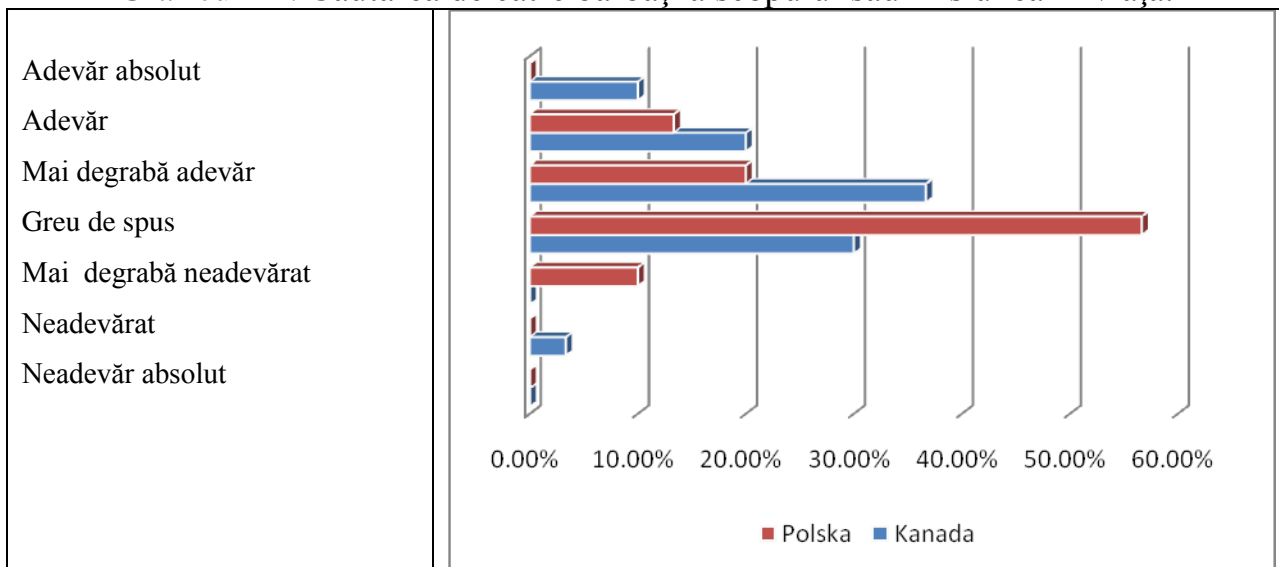


Analizând datele incluse în graficul 22 se poate constata că aproape jumătate din persoanele în vârstă din Polonia nu este în stare să răspundă clar dacă căutarea scopului sau misiunii în viață („greu de spus” au ales 48,33%). În schimb cele mai răspândite declarații le-au făcut chestionații din Polonia Canadiană (de la „neadevăr absolut” 3,33% până la „adevăr absolut” 6,67%). Seniorii din Canada într-o măsură comparativă au ales adevărul moderat („mai degrabă adevărat” – 30% din chestionați) și lipsa unei declarații clare („greu de spus” – 28,33%). Căutarea scopului și misiunii ca „adevăr” a devenit declarație a 20% a chestionaților din Canada. O alegere de același fel au făcut seniorii din Polonia (diferența de aproape 3%). În rândul oamenilor în vârstă care trăiesc în Canada (peste 15%) au apărut de asemenea declarații care contrazic faptului că chestionații caută scopul vieții și misiunea sa în lumea proprie („mai degrabă neadevărat” 5%, „neadevărat” 6,67%, „neadevăr absolut” 3,33% dintre cei chestionați), ceea ce în cazul seniorilor din Polonia privea în exclusivitate 8,33% la nivelul „mai degrabă neadevărat”. Totodată dacă este vorba de tendințele globale ale declarațiilor care confirmă scopul și misiunea, ea este caracteristică pentru 56,67% chestionați din Canada și 43,33% din Polonia.

Graficul 23. Căutarea de către femei a scopului sau misiunii în viață.



Graficul 24. Căutarea de către bărbați a scopului sau misiunii în viață.

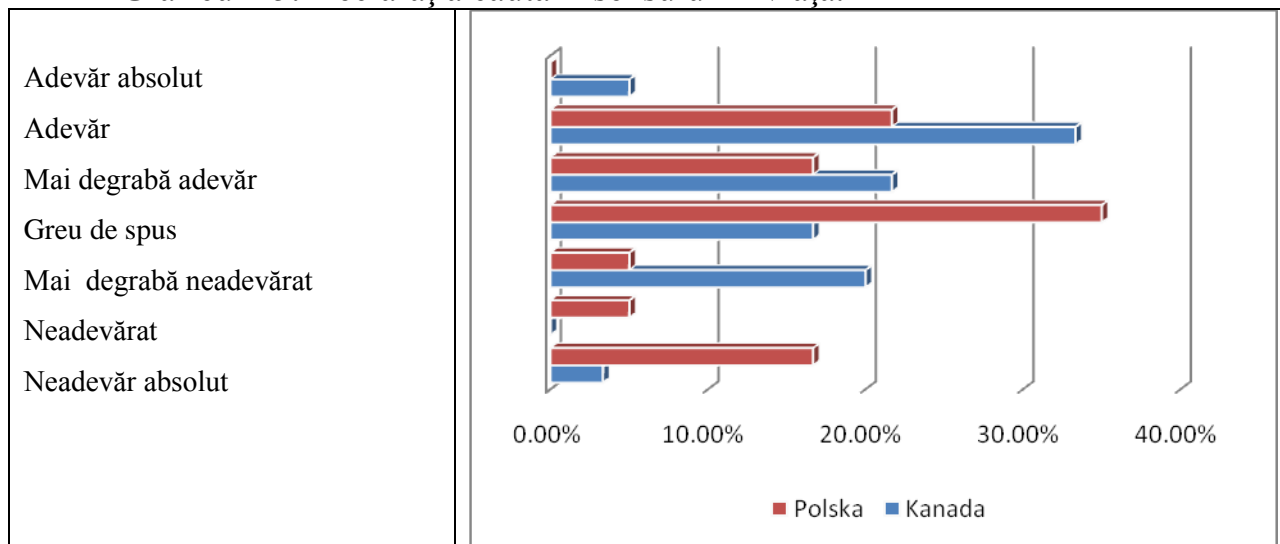


Analiza declarației cu privire la căutarea scopului sau misiunii în viață a chestionaților în raportare la sexul său (graficele 23 și 24) permite constatarea că cele mai diverse sunt caracteristicile pentru femeile din Canada – afirmații la toate nivelele ale scării Likert. Alegerea „neadevăr absolut” și „mai degrabă neadevărat” au fost caracteristice în exclusivitate pentru seniorii care locuiesc în Canada. Restul declarațiilor analizate prin prisma sexului celor chestionați confirmă în genere tendințele cu privire la căutări ale scopului sau misiunii în viață caracteristice pentru locul de trai a persoanelor în vârstă.



Următorul spațiu de cunoaștere se referă la căutarea sensului în viață. Aceste date sunt prezentate în graficul 25.

Graficul 25. Declarația căutării sensului în viață.

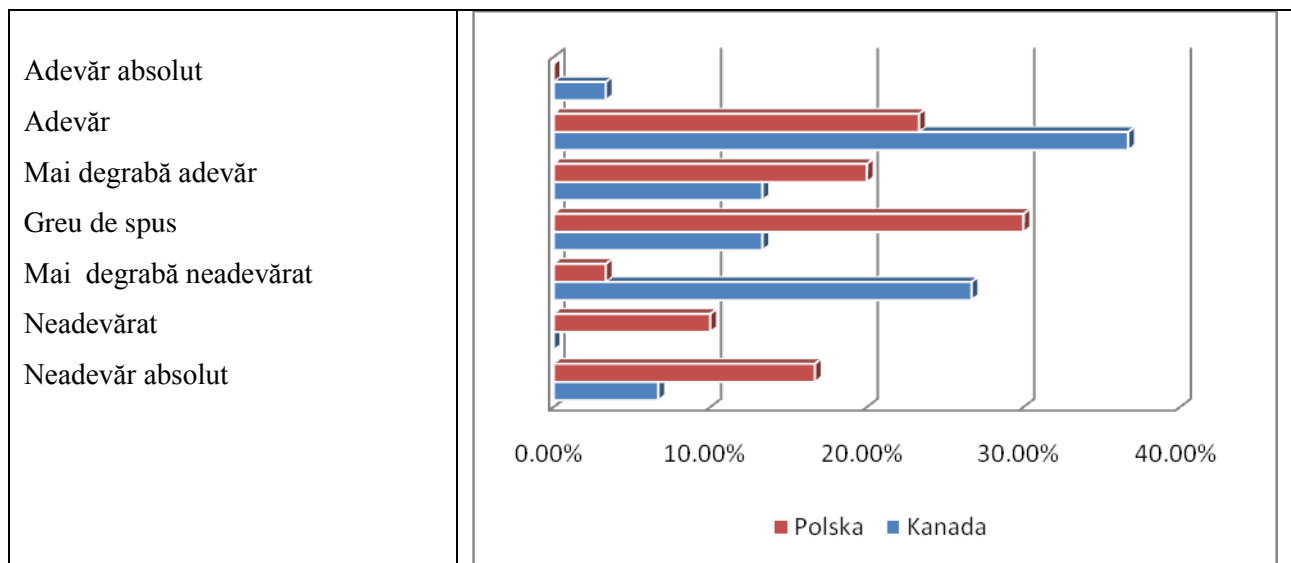


Din datele prezentate în graficul de mai sus rezultă că seniorii atât din Polonia, cât și din Polonia canadiană sunt împărțite cu privire la căutarea sensului propriei vieți orientată spre viitor. Seniorii care complet nu sunt de acord cu faptul că se poate permanent să cauți sensul, care oferă propriei vieți, reprezintă de asemenea în cazul polonezilor, ca și a Poloniei canadiene  $\frac{1}{4}$  din cei chestionați (declară că „mai degrabă neadevărat” până la „neadevărul absolut”). În acele declarații se pot constata declarațiile cele mai puternice, mai radicale, a persoanelor care locuiesc în Polonia („neadevăr absolut” – 16,67%), iar moderată în rândul persoanelor în vârstă care locuiesc în Canada („mai degrabă neadevărat” – 20%). În declarațiile pozitive este important faptul că în rândul seniorilor din Canada se găsesc persoane, care în mod moderat se identifică cu ele. Acea alegere a fost făcută de 21,67% („mai degrabă adevărat”), ceea ce reprezintă o valoare identică și ca în cazul celor chestionați despre declarația moderată negativă. Este important de subliniat că persoane care declară căutarea sensului în viață în rândul Poloniei canadiene sunt mult mai mulți decât în rândul celor care trăiesc în Polonia, deoarece tocmai 60% (și persoanele care declară contrariul sunt în jur de 20%). În Polonia numărul lor este în jur de 37% din cei chestionați. În Canada locuiesc în schimb mai puține persoane decise („greu de spus” – 16,67%), iar în Polonia 35% și constituie cel mai puternic grup.

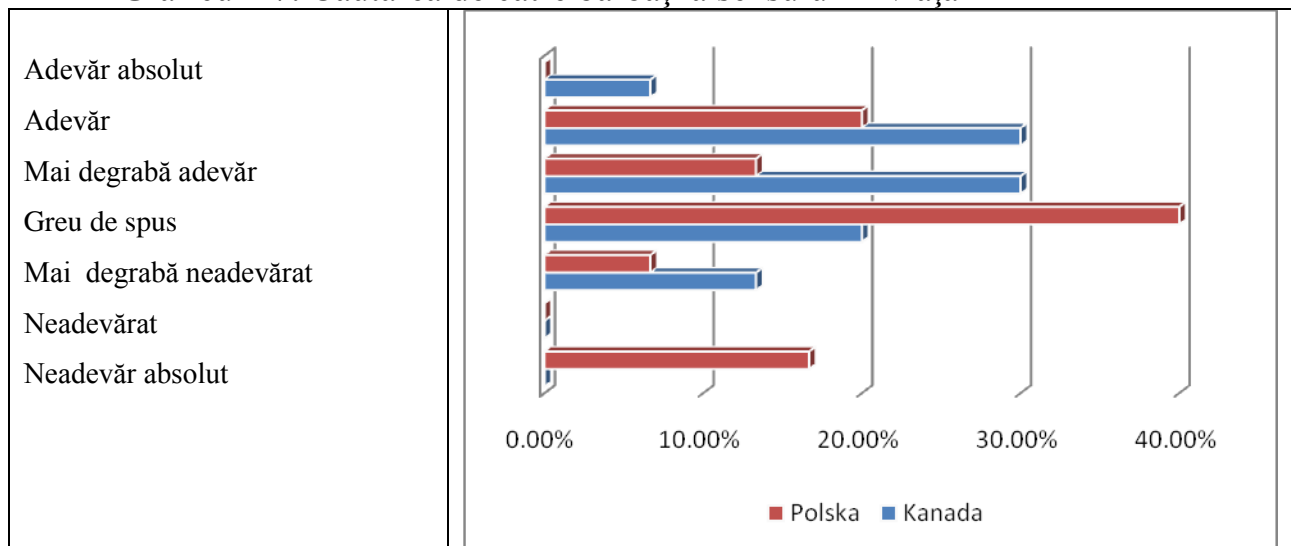
Datele sunt prezentate în graficele 26 și 27 că cele mai puternice sunt declarațiile pozitive, adică identificarea cu afirmarea despre căutarea sensului în

viață, care se referă la bărbații din Polonia canadiană – aproape 70% din chestionați. Ele sunt de asemenea cel mai puțin indecise, de exemplu în comparație cu bărbații sau cu femeile din Polonia, și de asemenea, într-o măsură mai mică declară afirmări negative. În schimb, femeile din Polonia și din Polonia canadiană de asemenea declară mărturiile negative. Este important de subliniat, că femeile care locuiesc în Canada de asemenea des aleg mărturiile pozitive, femeile din Polonia nu sunt în stare să expună clar alegerea sa („greu de spus” – 30% din chestionați). Se referă de asemenea la bărbații care locuiesc în Polonia (40%).

Graficul 26. Căutarea de către femei a sensului în viață

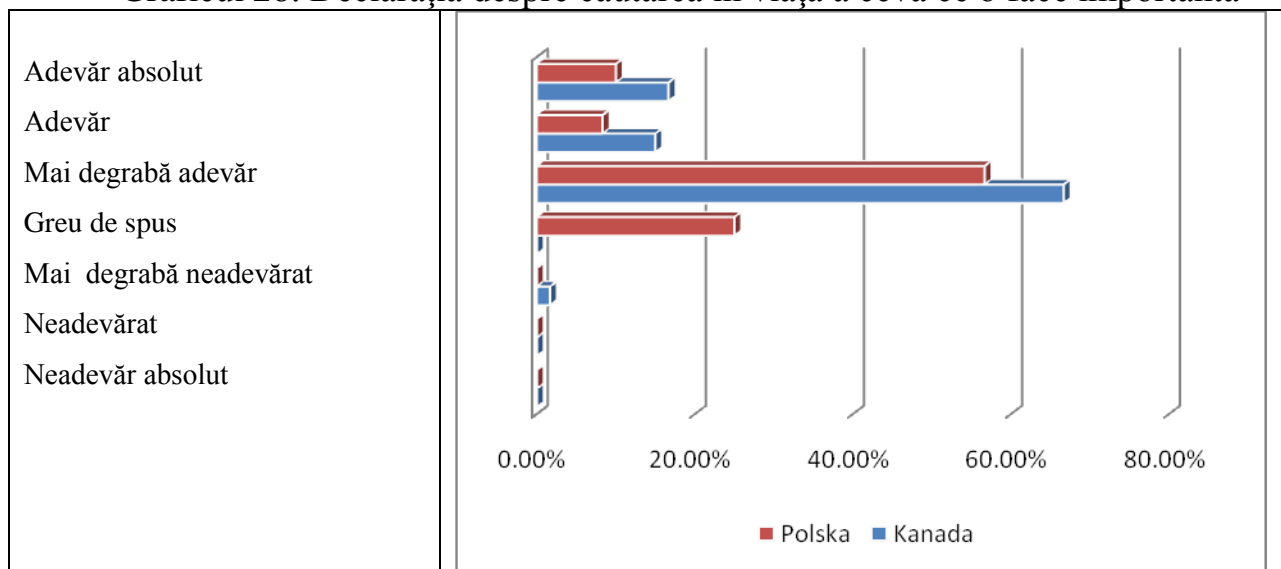


Graficul 27. Căutarea de către bărbați a sensului în viață



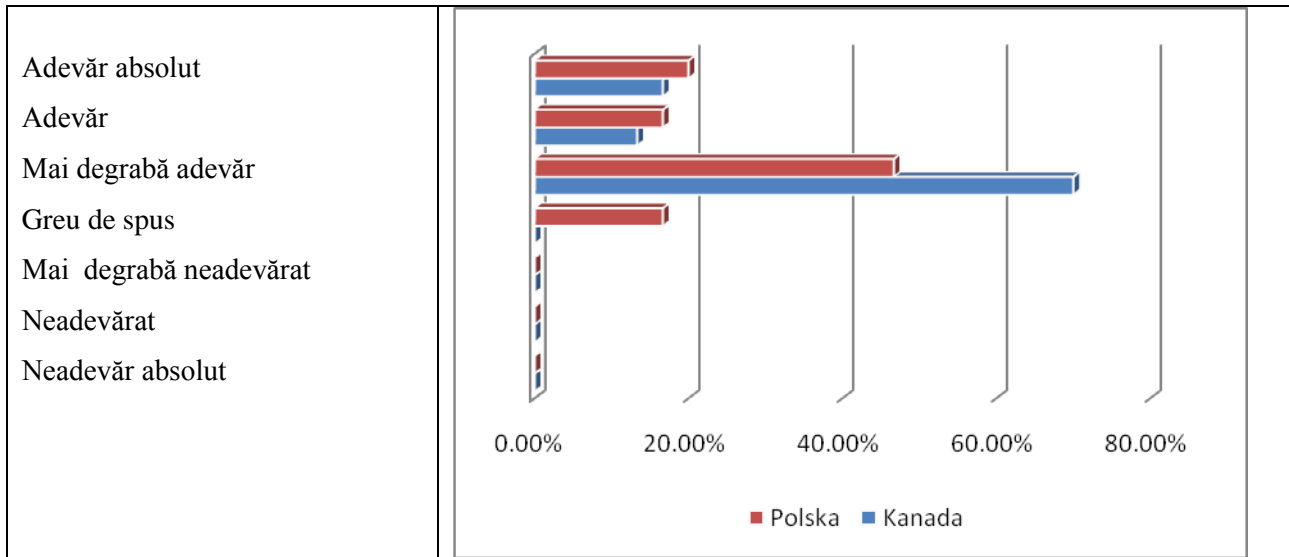
Ultima chestiune este legată de căutarea sensului vieții cu ajutorul chestionarului MLQ se referă la declarația cu privire la căutarea în viață a ceva, ce mărturisește că omul în primire devine important, ceea ce confirmă greutatea vieții lui.

Graficul 28. Declarația despre căutarea în viață a ceva ce o face importantă

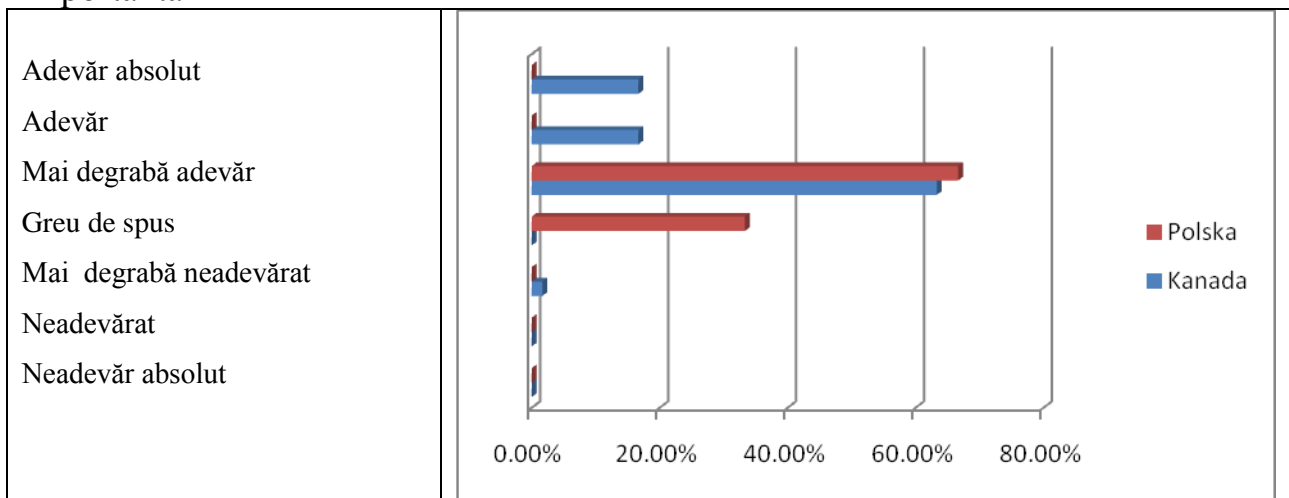


În baza datelor incluse în graficul 28 se poate constata că majoritatea absolută a persoanelor în vârstă care locuiesc atât în Canada, cât și în Polonia și caută în viața lor un sens a ceva ce permite să o facă importantă (în Canada se referă la 100%, în schimb în Polonia – 75% a chestionaților). Cei chestionați din ambele țări prezintă același nivel de declarații în fiecare din afirmațiile pozitive (de la „mai degrabă adevărat” – cel mai numeros grup, prin „adevărul absolut”, până la „adevărat”). În rândul persoanelor în vârstă care locuiesc în Polonia un grup numeros din persoane – ¼ din chestionați – a declarat o atitudine indecisă, și anume a aflat că „este greu de spus”, dacă caută în viață ceva, ceea ce o face important. În schimb la cei chestionați din Polonia canadiană a apărut declarația negativă 1,67% a persoanelor a declarat că este „mai degrabă adevărat” căutarea de către ei în viață a ceva ce le permite să le găsească drept importante.

Graficul 29. Căutarea de către femei a ceva ce confirmă că viața este importantă



Graficul 30. Căutarea de către bărbați a ceva ce confirmă că viața este importantă



Din datele incluse în graficele de mai sus (29 și 30) reiese că cele mai pozitive declarații în rândul celor chestionați (pe lângă faptul că cei care se îndoiesc – declarația „mai degrabă adevărat” reprezintă 70%) le-au ales femeile care locuiesc în Canada. Într-o altă ordine de idei se poate evidenția aici bărbații care locuiesc în Canada. Între ei au apărut 1,67% de chestionați, care considerau că este „mai degrabă neadevărat” căutarea de către ei a ceva ce confirmă că viața este importantă. Dacă este vorba de declarațiile femeilor și bărbaților din Polonia, de asemenea între ei se poate constata anumite nuanțe. Bărbații în declarațiile lor sunt decizi moderati („mai degrabă adevărat”- 66,67%) și indecizi („greu de spus” 33,33%). Femeile care locuiesc în Polonia sunt în jumătate decise moderat („mai degrabă adevărat” – 46,67%) și convingerea fermă despre căutarea a ceva ce oferă

vieții sens (20% din cei chestionați – aceasta este cel mai numeros grup în rândul tuturor celor chestionați care se identifică cu această afirmație). De asemenea femeile în vârstă din Polonia sunt convinse despre căutarea în viață a ceea ce o face să aibă sens („adevăr” – 16,67% din chestionați), și de asemenea cele nesigure în declarațiile sale („greu de spus” de asemenea 16,67% din cei chestionați).

Din analize realizate până acum rezultă că între persoanele în vârstă care locuiesc în Polonia și Canada (Polonia canaiană) cu trimitere la căutarea sensului (viitor) apar anumite diferențe. Seniorii care trăiesc în Canada prezintă o atitudine mai mult orientată spre viitor. Mai des decât seniorii care locuiesc în Polonia din ce în ce mai hotărât declară necesitățile căutării sensului, scopului, misiunii și importanței vieții.

Întrebările despre sensul vieții sunt cele mai esențiale întrebări existențiale, pe care și le pune omul. Ele apar în diferite momente ale vieții, inclusiv la bătrânețe. Cel mai des apar în momentul reflecției asupra a ceea ce a fost, prin valorificarea evenimentelor și a experienței, în momentul în momentul conștientizării că este ceva ce trebuie în viață schimbat, îndreptat etc. Bilanțul ca o însumare a vieții face posibilă căutarea sensului și redefiniște experiența de până atunci. Sensul vieții este o chestiune individuală. Este o alegere pe care omul o realizează omul ca o ființă liberă. Nimeni nu-l poate forța să ofere vieții sens.

Căutarea sensului vieții este o activitate care necesită un efort permanent, perseverență în stabilirea sau lărgirea înțelegerii importanței propriiei vieți. În subcapitol a fost prezentată declarația persoanelor în vârstă la fel ca și în raportarea față de sensul vieții așa și în contextul orientării cu privire la actualitate și viitor.

Analizând sensul vieții persoanelor în vârstă din perspectiva orientării la actualitate, trebuie să arătăm câteva tendințe caracteristice, care reies din analiza rezultatelor cercetărilor – în special față de locul de trai, într-o măsură mai mică față de sexul chestionaților. Dacă este vorba de înțelegerea sensului vieții, declarațiile hotărâte care confirmă, înțelese ca adevăr sunt caracteristice pentru o jumătate de persoane în vârstă din Polonia, atât a femeilor, ca și a bărbaților. În schimb, persoanele în vârstă din Polonia canadiană determină înțelegerea sensului vieții ca adevărate dintr-o perspectivă mai mică, declarațiile lor sunt mai puțin clare. În acest grup predomină persoane mai nesigure în desemnarea înțelegerii sensului, în special în grupul seniorilor din Canada (deși mai decizi erau bărbații).

De asemenea ca și în cazul înțelegerii sentimentului sensului vieții, atât și în cazul deținerii unui scop bine definit, majoritatea persoanelor nesigure, indecise în declarațiile sale provenea din Polonia canadiană (în special în rândul bărbaților), în timpul când între cei chestionați din Polonia au dominat declarațiile adevărului hotărât (o trăsătură caracteristică bărbaților). În rândul persoanelor în vârstă din Polonia un grup mai mic îl reprezentau persoanele, care nu au fost în stare să

clarifice clar dacă dețin un scop al vieții. Dacă este vorba de conștiința deținerii unui scop satisfăcător în viață el este declarat de majoritatea chestionaților din Polonia canadiană (de asemenea a femeilor ca și a bărbaților) au ales nota cea mai de sus, pozitivă pe scara lui Likert cu privire la conștiința deținerii scopului, care oferă satisfacția, că de asemenea cel mai mulți în rândul lor erau nesiguri în declarații. Acei chestionați au acordat termeni mai diferențiați decât persoanele chestionate din Polonia, care mai des au declarat o identificare moderată pozitivă (atât femei cât și bărbați).

Apreciind din perspectiva timpurilor actuale declarațiile chestionaților cu referire la negarea faptului că viața individului nu are scop, se poate constata că peste 80% din cei chestionați din Polonia neagă aceasta, puțini sunt indeciși în deciziile sale. Cu totul altfel stau declarațiile persoanelor în vârstă din Canada. În rândul lor au apărut declarații care confirmă că nu au un scop clar definit, răspunsurile anterioare sugerau siguranța sau indecizia (în special în rândul femeilor). Față de aceasta declarațiile anterioare care confirmau deținerea scopului în viață sunt contrare cu cele actuale. Posibil în cazul celor chestionați din Polonia canadiană inexactitățile sunt efectul neînțelegerii conținutului, contextului și importanței tezei în limba poloneză (persoanele chestionate trăiesc în Canada câteva zeci de ani, iar abilitățile, competențele lingvistice pot să dispară odată cu timpul, vârsta și cu momentele rare de utilizare a limbii materne). Din perspectiva timpului prezent esențială este senzația bună a faptului ce confirmă că viața are sens. În cazul afirmației anunțate declarațiile seniorilor chestionați, atât a femeilor, cât și a bărbaților din Polonia și Polonia canadiană, se împart la fel (merită atenție faptul că de două ori mai mulți bărbați decât femei își exprimă indecizia în declarații).

Analizând sensul vieții a persoanelor în vârstă din perspectiva orientării pe viitor, la fel ca și în cazul orientării asupra prezentului, trebuie remarcate câteva tendințe caracteristice cu privire la locul de trai și sexul celor chestionați.

Analizând necesitatea persoanelor cercetate cu privire la căutarea sensului vieții, se poate spune că cele mai diferențiate declarații le-au depus persoanele în vârstă din Polonia. Între ei des apar declarații negative care confirmă lipsa necesității căutării sensului. Astfel de declarații în rândul seniorilor din Polonia canadiană apar de două ori mai rar. Căutarea sensului este pentru ei importantă și prioritară (în special pentru bărbați). Se impune caracterul pentru acel grup de chestionați orientarea spre viitor, deschiderea pentru noile provocări, căutarea activă a ceea ce poate constitui sensul vieții. Căutarea este înțeleasă ca un proces permanent. Persoanele în vârstă din Polonia se concentrează mai degrabă asupra a ceea ce este „aici și acum”, în rândul lor se află cele mai multe persoane indecise, în special femei.

Dacă este vorba despre căutarea scopului vieții prin persoanele chestionate, se poate constata că majoritatea hotărâtă se străduie să-l găsească, în cazul celor chestionați din Polonia nu caută în viață sensul. Este important de precizat că asta se referă de asemenea la căutarea scopului sau misiunii în viață. În rândul seniorilor în Polonia jumătate din ei nu poate stabili clar, dacă ei caută în viață scop sau misiune, sau nu. Altfel arată lucrurile în cazul persoanelor în vârstă din Polonia canadiană. Deși declarațiile lor au fost mai mult împărțite, trebuie recunoscut că majoritatea importantă a declarat tendința căutării scopului și misiunii în viață.

Următorul aspect al sensului vieții în perspectiva trecutului se referă la căutarea sensului în viață. În acest caz atât seniorii din Polonia, cât și cei din Polonia canadiană sunt împărțiți și nu aleg declarații echivoce. Persoanele care nu sunt de acord până la urmă cu aceea că pe durata întregii vieți se poate căuta sensul pentru propria viață, reprezintă în ambele grupe tocmai  $\frac{1}{4}$  din cei chestionați. Trebuie să subliniem că persoanele care declară căutarea sensului în viață este mult mai mare în rândul Poloniei canadiene (mai mult de jumătate din chestionați, declarațiile pozitive cele mai determinate sunt caracteristice pentru bărbați) decât în rândul persoanelor care locuiesc în Polonia (aici femeile și bărbații sunt mai puțin hotărâți). Pe lângă căutarea sensului în viață din perspectiva orientării pe viitor de asemenea esențial este căutarea în viață a ceva ce o face importantă. Având în vedere acel aspect, se poate constata că majoritatea hotărâtă a persoanelor în vârstă care trăiesc atât în Canada, cât și în Polonia caută în viața sa ceva ce permite să o facă importantă. În Canada se referă la toate persoanele, în schimb, în Polonia  $\frac{3}{4}$  din cei chestionați. Declarațiile pozitive hotărât au fost prezentate de chestionații (bărbați și femei) din Canada, cei mai nehotărâți în declarații au fost bărbații din Polonia.

Sensul vieții în cazul cercetărilor realizate au fost analizate din perspectiva timpului și locului de trai. Suma analizelor de până acum permite constatarea conform cu drepturile naturale ale dezvoltării omului persoana în vârstă se concentrează pe ziua de azi și trecut, ce este desemnat prin termenul de „schimbare a orizontului timpului”. Redefinește trecutul prin afirmarea prezentului (Homplewicz, 2003, p.5-7). Caracteristic devine atunci senzația că „ceva s-a realizat, făcut”, a fost „terminat și închis”. Face posibilă înțelegerea omului în vârstă în contextul sensului vieții. Pentru persoanele care au atins totul, corespunzător este lipsa scopurilor pentru viitor, de a-și pune noi probleme. Reiese în special din faptul că oamenii în vârstă mai degrabă nu gândesc pozitiv despre viitorul său. Au conștiința că nu este un viitor lung și se poate termina rapid, și de aceea nu are nevoie de un plan și de stabilire a scopurilor sau provocărilor (Dąbrowska, 2011). O astfel de atitudine se poate vedea în rândul majorității

seniorilor chestionați din Polonia și a unei părți din rândul celor din Polonia canadiană.

A. A. Zych consideră că oamenii în vârstă înaintă este (...) o graniță culminantă a unei viziuni retrospective sau bilanțul vieții sau a celebrării scopurilor atinse, ca și de asemenea timpul de consolare cu faptul că unele scopuri nu au putut fi atinse (Zych, 2009, p.119).

De aici de asemenea dacă polonezii din Polonia canadiană și-au realizat scopurile sale – iar în rândul lor astfel ca creșterea veniturilor, unirea cu familia (ca emigranți) – se poate aștepta că au sentimentul împlinirii, realizării și multe planuri pe viitor. Ei au o altă motivare, experiență și alte realități socio-cotidiene decât polonezii. Se poate spune despre ei că au avut noroc, au reușit să realizeze cele mai importante scopuri de viață, de aceea se pot concentra pe noi tendințe de viață, planuri, misiuni. Seniorii din Polonia canadiană au o asigurare socială mai bună, o stabilitate mai mare, senzația de securitate pe piața muncii. De acolo poate sunt mult mai deschiși spre schimbări și nu se tem de ele. Abordează viitorul ca niște constructori ai vieții lor, nu simt pericol, risc, se tem doar de moarte. Seniorii care locuiesc în Polonia tind mai degrabă spre stabilitate, liniște, securitate. Sunt fericiți că au atins ceea ce cândva le oferea vieții lor sens și în continuare nu-și pun scopuri noi. Poate este efectul statutului economic scăzut, sau conștiinței că în viață se poate avea planuri și scopuri noi fără a se ține seama de vârstă sau proprietate, de scopuri atinse, de realizări. Și nu are aici o importanță mai mare, că de exemplu întâlnirile, relațiile, contactele, experiența obținută de către toți cei chestionați în clubul seniorului formează atitudine deschisă pe viitor.

Raportând diferențele stabilite la chestiunea de timp, loc și existență, se poate spune că în cazul polonezilor în faptele de zi cu zi s-a stabilit aspectul „puterii de conducere” a vieții seniorilor, care permite oferirea vieții a unui sens prin acțiuni actuale, conștiente și precizate la „aici și acum” (scopuri realizate). Seniorii din Polonia într-o măsură mai mare se pot simți singuri față de ziua de azi (sens, importanță, scop), realizează fapte și le monitorizează efectele. Seniorii chestionați din Canada au atitudini mai răspândite în acest domeniu. Sunt mai mult orientați spre viitor, îl planifică mai des, își stabilesc scopuri, misiuni și le realizează. Acțiunile orientate spre viitor le oferă un sens vieții lor și îi oferă o formă.

În activitatea umană omul se identifică în prezent și viitor. Sensul vieții nu este dat omului, dar oferit. Căutarea devine o consecință a propriei existențe, obligațiunii creării permanente de sine, de a-și pune scopuri, de creionare a planurilor de viață. Lipsa sensului, scopului vieții poate fi comparat cu „refuzul existenței” sau de asemenea de „excludere din existență” a lui Lévinas (Lévinas, 2006, p.31). Așa cum consideră Anna Murawska, în viața omului într-o perioadă și loc determinat nu este vorba de faptul



(...) ca să începi cât mai multe fapte și să realizezi cât mai multe misiuni într-un timp cât mai scurt, sau de asemenea ca acțiunile și misiunile să fie variate, făcând trecerea timpului atractiv și plăcut, apărându-se de apatie. Chestia constă în faptul ca acțiunile să aducă experiențe existențiale esențiale, ca în adânc să ajungă sentimentele, imaginația, intelectul, ca să permită ceva mai important să se cunoască, să se descopere, să creeze, să construiască (de exemplu, relațiile interumane, cu care timpul este legat dialectic) (Murawska, 2014, p.28-29).

Sensul vieții se clarifică în faptă și în relațiile față de sine, alții, viață etc. (asupra cărora stăruim în următoarele subcapitole). Pe lângă asta, sensul dat vieții, descoperit din nou, căutat descoperă în om speranța și îi oferă puteri pentru viață, făcându-l important.

### III. 2 Relațiile, intimitatea și sensul vieții a persoanelor în vârstă

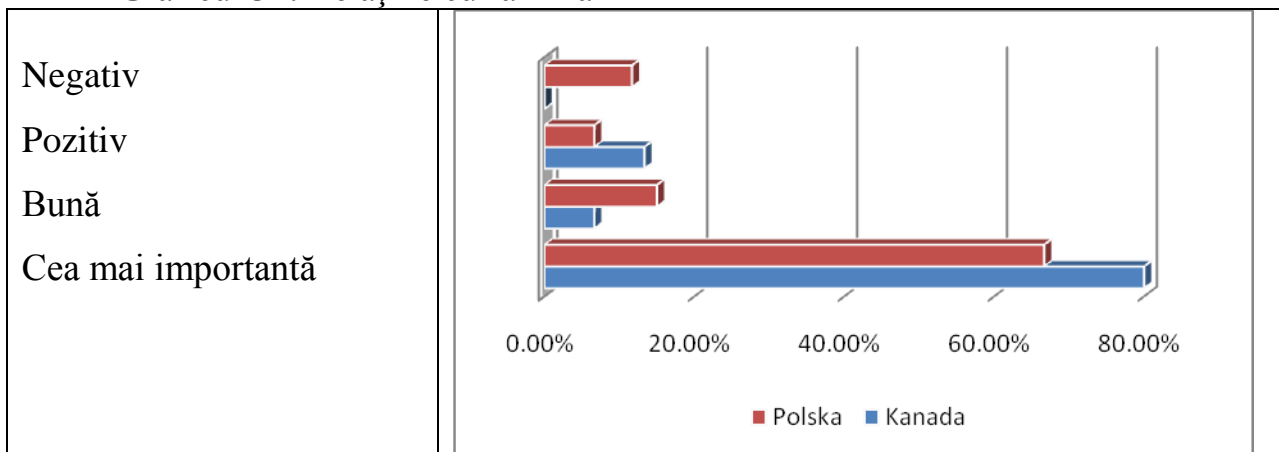
Din momentul pensionării persoanele în vârstă încep o nouă etapă de viață pentru sine. Nu odată sentimentul pierderii experiențelor de până atunci care au oferit sens vieții (munca, contactele colegiale etc.) duce la faptul că persoanele cad în starea unui specific marasm. Reformularea viziunilor ale vieții nu este o misiune ușoară. Ea necesită ieșirea în afara de strâmtorările care apar în psihicul omului cu privire la chestiunile personale, creșterea sentimentului inutilității sociale etc. Închiderea în propria lume a propriilor probleme duce la excludere și adâncirea relațiilor negative cu lumea exterioară, deseori cu sine însuși. O cauză a excluderii din misiunea socială și a oferirii față de ceea „ce va aduce soarta”. Evident pensionarea nu este echivalent cu excluderea din viața socială. Depinde de mulți factori, începând de starea de sănătate, satisfacerea necesităților, abilităților de a se adapta la o nouă viață. În rândul multor tipologii a atitudinilor persoanelor în vârstă conform lui S. Reichard sunt stabilite cinci: constructivă, dependente, apărare, dușmănia față de mediu și dușmănia față de sine. Fiecare dintre atitudini se bazează pe relațiile cu alții și pe relațiile cu sine însuși, și de asemenea în ipoteza că omul care oferă vieții sale sens și realizează scopurile, va depăși eficient greutățile și realizează prin noi metode faptele. Asta reiese din perceperea omului ca ființă, care ca să trăiască, trebuie să-i ofere vieții sens. Despre valoarea vieții nu decide, deoarece așa cum arată V. Frankl, trăiește, dar îndeplinește sensul, pe care îl oferă și îl realizează (Frankl, 1976). K. Popielski adaugă că sensul vieții este legată și înnoită în rândul persoanelor sau în relațiile față de ei sau lume (Popielski, 2008).

Sensul vieții poate fi analizat din mai multe perspective. În acest subcapitol se analizează profunzimea sensului lui G.T.Reker (Oleś, 2003, p.326) orientată la relația cu ei, și de asemenea în spațiul sensului, conform lui R.A.Emmons (2005) în contextul relațiilor cu alții spre alții și spre sine. În scopul cunoașterii și a sublinierii relațiilor arătate s-au rugat seniorii cu privire la completarea testului propozițiilor

neterminat. El se forma din propozițiile cercetătorilor în domeniul relațiilor cu familia, rudele și mediul mai îndepărtat. Persoanele în vârstă din Polonia canadiană au primit o propoziție în plus cu privire la dispoziția lui la locul de trai, care nu este patria lor. Testul cercetează relațiile cu Dumnezeu și cu el însuși prin prisma propriei bătrâneți. Totuși, acele două aspecte în acest subcapitol au fost omise. Ele reprezintă fundamentul pentru următorul subcapitol care tratează spațiul sensului vieții în contextul spiritualității și religiozității. Trebuie să adăugăm că precursorul discuției la tema spațiului vieții umane a fost Friedrich Ratzel în schimb în înțelegerea psihologică a lui Kurt Lewin (Zych, 2010, p.141-144). În Polonia acest sens a fost analizat de Florian Znaniecki. El e evidențiat spațiul fizic, geometric și social (Znanienski, 1938, p.89 și urm.). Ultima dintre ele așa cum s-a amintit mai sus este subiectul analizei prezentate în acest subcapitol.

Analizând perspectiva spațiului social în raportare la relațiile sociale și interpersonale, interesantă apare afirmarea conform căreia în ce mod relațiile cu propria familie, apropiată și îndepărtată (rude), o stabilesc seniorii cercetați din Polonia și Polonia canadiană.

Graficul 31. Relațiile cu familia

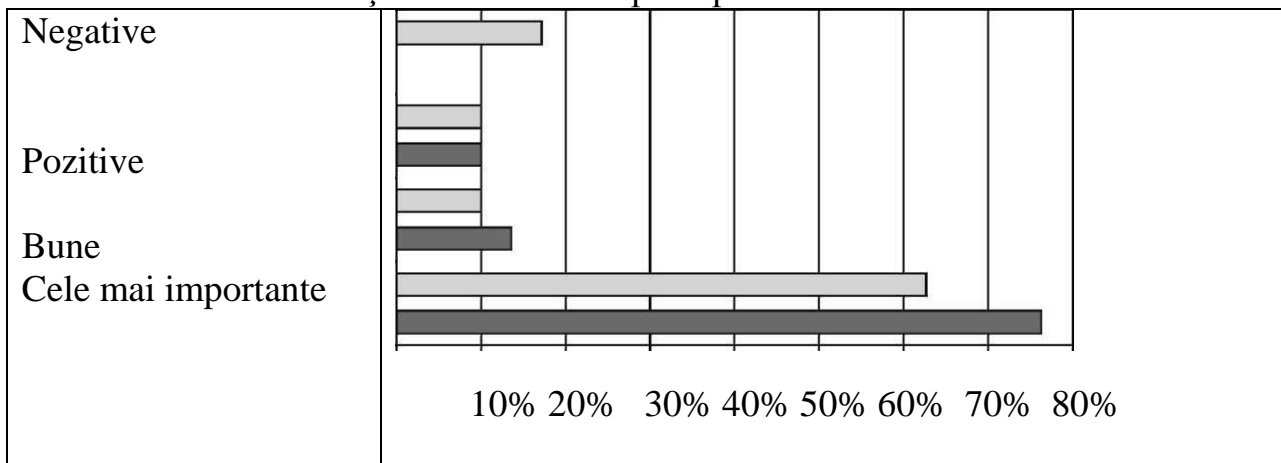


Din datele prezentate în graficul de mai sus rezultă că persoanele chestionate în majoritatea lor au relații bune cu cei mai apropiați. Aceasta se manifestă prin sensul că familia este pentru ei cea mai importantă (80% din cei chestionați în Canada și 66,67% din Polonia), reprezintă susținerea și garantul securității. Cei chestionați subliniază că familia este „bună” (15% din cei chestionați din Polonia și 6,66% din Canada). Despre bunele relații cu familia conving de asemenea expresiile pozitive formulate la adresa ei. Mult mai multe sensuri pozitive au apărut în rândul seniorilor din Canada – 13,33% față de cei din Polonia 6,66% de chestionați. În rândul expresiilor pozitive cel mai des au fost enunțate calitățile familiei, așa ca „de ajutor”, „binevoitoare”, „comoară adevărată”, „susținere”, „bucurie” și „fericire”. În rândul chestionaților s-au aflat de asemenea aceia care nu

au avut bune relații cu familia apropiată. Aceștia au fost în exclusivitate polonezi – 11,67%, care au definit relațiile sale prin prisma experiențelor negative. Chestionații au subliniat că familia le este „indiferentă”, „îi enervează” și „nu are timp pentru mine”. Față de astfel de relații și experiențe persoanele în vârstă nu pot conta pe cei apropiați pentru susținere și ajutor asigurarea sentimentului apartenenței sau a securității.

Dacă relațiile persoanelor în vârstă vor fi analizate din perspectiva sexului lor și a locului de trai (graficul 32 și 33) se poate constata că în rândul femeilor și bărbaților din Polonia canadiană domină relații pozitive stabilite subiectiv, iar familia este cea mai importantă (76,67% dintre femei, 83,33% dintre bărbați), bune (13,33% femei). Apar de asemenea alte determinisme pozitive. La femei ele sunt subiective, așa ca „de ajutor”, „binevoitoare” (10% dintre femei), în schimb pentru bărbați substantive: „comoară adevărată”, „ajutor”, „bucurie”, „fericire” (16,67%). Acei chestionați nu formulează determinisme negative, care se referă la relațiile cu familia cea mai apropiată. Altfel apar relațiile de familie ale celor chestionați femei și bărbați care locuiesc în Polonia. Deși majoritatea hotărâtă desemnează relațiile pozitive (83,33% femei și 93,33% bărbați), apar și persoane care apreciază relațiile cu cei apropiați prin prisma experiențelor negative. Aceasta se poate vedea în baza formulărilor de tipul: familia este pentru mine „indiferentă”, „mă enervează”, „nu are timp pentru mine”, care predomină în 16,67% din femeile chestionate și 6,67% din bărbați; în declarațiile de tipul: „familia nu are timp pentru mine”. Răspunsurile de tipul „indiferentă”, „nu are timp pentru mine” sugerează într-un anumit sens lipsa interesului din partea celor mai apropiați, senzația singurătății, lăsați (cei chestionați care sunt părinți) de către propriii copii.

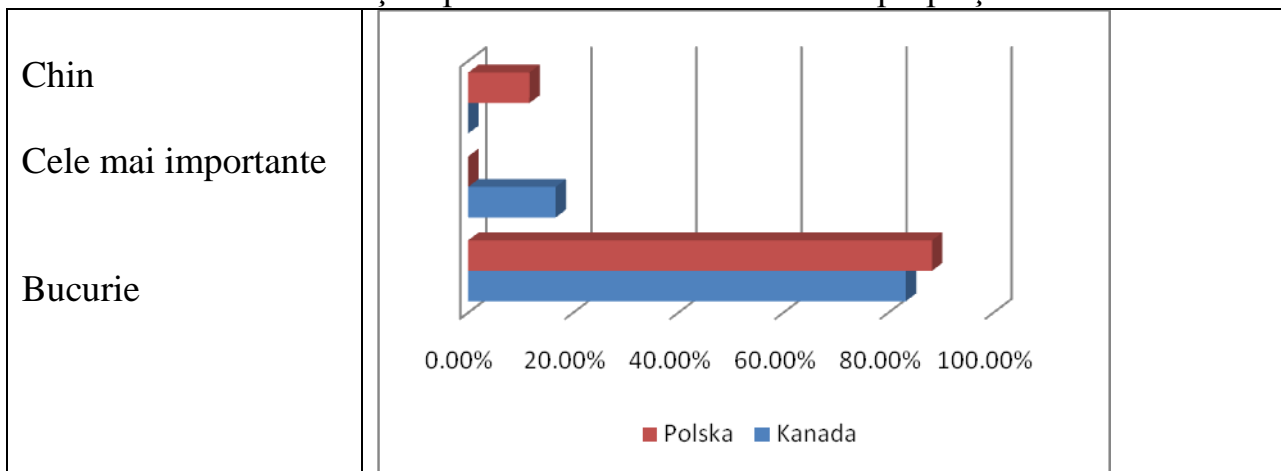
Graficul 32 Relațiile cu familia în perceperea femeilor chestionate



Graficul 33 Relațiile cu familia în perceperea femeilor chestionate

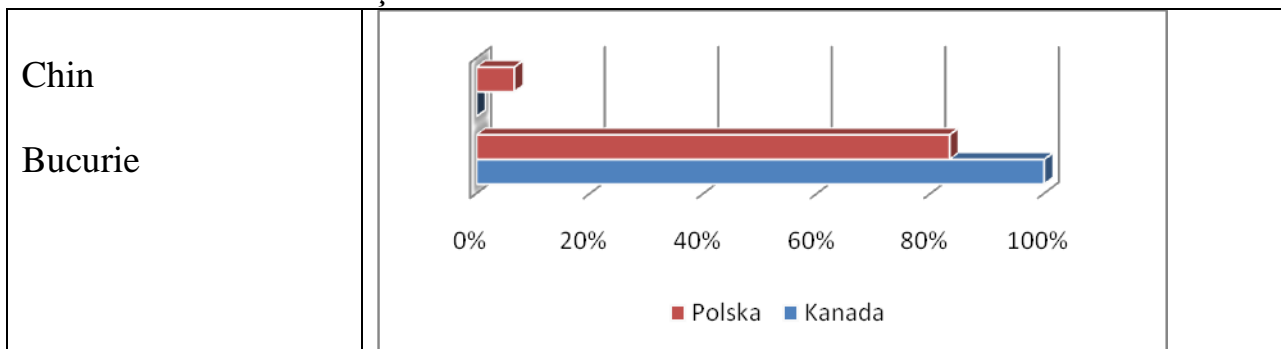
Există o presupunere că seniorii chestionați care se simt „lăsați”, „neimportanți” pentru familia apropiată, își găsesc recompensa în relațiile cu rudele îndepărtate sau cu cunoscuții, colegii/colegele sau vecinii. Este important să se cunoască faptul cum persoanele în vârstă își definesc relațiile sale.

Graficul 34. Relațiile persoanelor în vârstă cu cei apropiați.

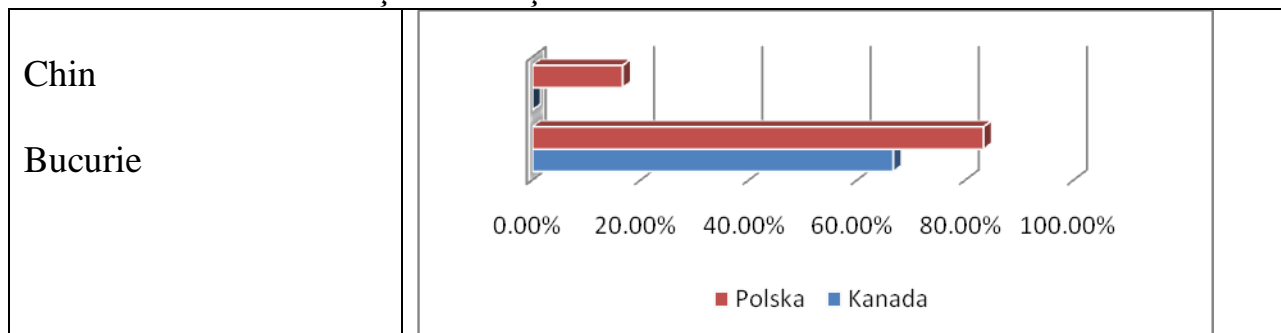


Datele incluse mărturisesc că ele sunt mai degrabă pozitive. Cei chestionați susțin că relațiile cu cei apropiați le oferă bucurie (88,33% din cei chestionați din Polonia și 83,33% din Polonia canadiană). Procentul mic al celor chestionați din Canada se poate argumenta prin faptul că relațiile cu cei apropiați îl defineau prin prisma importanței. Arătau că cei din familie le sunt „cei mai importanți” 16,67% din chestionați. Expresii de acest tip nu au apărut la persoanele din Polonia. În schimb în rândul lor persoanele care relațiile cu cei din familie le-au apreciat ca „frică” 11,67%. Aceasta indică faptul că posibil ei nu doresc să întrețină relațiile din cauza așteptărilor impuse sau rău interpretate de către cei apropiați.

Graficul 35. Relațiile femeilor în vârstă cu rudele



Graficul 36. Relațiile bărbaților în vârstă cu rudele



Așa cum se poate observa în baza celor de mai sus, la femeile în vârstă care locuiesc în Canada în 100 % domină definiția că rudele și relațiile cu ele sunt o sursă a bucuriei. În schimb femeile din Polonia acele legături le caracterizează prin prisma bucuriei – 83,66% și a fricii – 6,66%. Tendința amintită nu apare la cei chestionați din Polonia canadiană – atât la bărbați, cât și la femei. Bărbații care trăiesc în Canada definesc relațiile lor prin prisma experiențelor plăcute, descriindu-le ca pe bucurie și subliniind că cei din familie sunt pentru ei persoanele cele mai importante – așa afirmă 1/3 din bărbați (33,33% din cei chestionați). Așa o valorificare a relației cu cei din familie apare în exclusivitate la bărbații care locuiesc în Canada. Bărbații din Polonia definesc relațiile cu cei din familie atât pozitiv (83,33%), cât și negativ (16,67%). Într-un alt tip de răspuns domină impresia că contactele cu cei apropiați sunt pentru cei chestionați o sursă a spaimei.

Completarea datelor de mai sus reprezintă răspunsul persoanelor care sunt conținute în răspunsuri<sup>5</sup>: cum ar fi arătat viața ta dacă ai ști că ți-a rămas jumătate de an de viață? Din răspuns emană o bună relație cu familia, legăturile apropiate și sentimente apropiate. În acest loc este util să constatăm că cei chestionați din Polonia canadiană în cercetările sale mai des scriu, vorbesc despre familie și cei apropiați și de asemenea despre chestiunile legate de reglementarea chestiunilor testamentare. Persoanele din Polonia descriu familia, relațiile cu alte persoane (cunoscuți sau nu – în contextul purtării acordării ajutorului altora), experiență plăcută și sănătate.

Așa cum s-a amintit mai sus, în rândul femeilor chestionate primesc o importanță specifică relațiile între membrii apropiați ai familiei. În răspunsurile sale ei subliniază că „sensul vieții mele sunt copiii și nepoții. Trăiește pentru ei, iar prezentul îmi dă puteri pentru a lupta cu cotidianul” (P, K 4). „Familia mea bună”

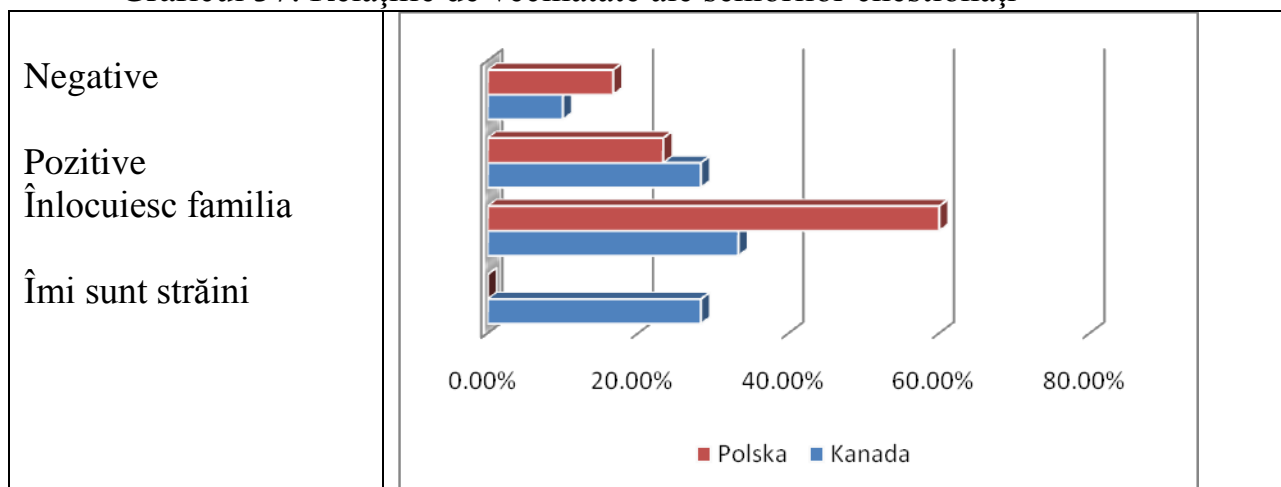
<sup>5</sup> Răspunsurile chestionaților sunt citate în scrierea originală, ce rezultă din principiile cercetărilor calitatative și specificul metodelor utilizate.

(P, K, 10), „reprezintă pentru mine esența activității realizate” (P, K 7). Pentru femeii este cel mai important „îngrijirea armoniei în familie” (P, K 9), adresarea, „celor apropiați cât de mult îi iubesc și petrecerea cu dâșii a timpului liber” (P, K 1). Timpul petrecut cu familia bărbatului îl definesc laconic: „să fii cu soția și familia” (P, M 8), „mai mult timp pentru soție și copii” (PK, M 4). După cum se poate vedea el primește diferite forme de activitate și de menținere a relațiilor. Una dintre femeile chestionate subliniază: „aș fi petrecut mai mult timp cu familia și aș fi mers cu ea la plimbare” (PK, K 2). Alții în schimb i-ar fi concentrat pe cei apropiați în jurul mesei familiale, cu ajutor (simbol al unității familiei, prin întărirea și întărirea legăturilor familiale). Așa cum scrie, „aș fi adunat familia la o întâlnire bucurătoare (la un prânz cu vin) și le-aș fi spus că au fost minunați și că-i iubesc. Aș fi scris către nepoți, care vor înțelege totul când vor crește” (PK, K 10). O altă femeie scrie, „tinde să scrie către copii niște scrisori, pe care le-ar putea deschide după moartea mea (PK, K 5). Femeile scriu despre necesitatea de a lăsa după sine ceva pentru urmași (copii și nepoți)”. În rândul celor chestionați din Polonia canadiană destul de des a apărut firul scrisorilor, a biografiilor lăsate pentru cei mai apropiați ca pe un mod specific al trimiterii și transmiterii a unei părți din sine a înțelepciunii sale, experienței și la o mai bună înțelegere a vieții lor prin alții. Scrisorile devin de asemenea un fel de bilanț al vieții, ordonarea lui și înțelegerea. Sunt o formă de grijă pentru „prezența în memorie” a persoanelor care sunt cele mai importante își vor aminti de ei, dincolo de lipsa lor (Łukaszewski, 1984, p.50). Următoarele femeii scriind despre întâlnirea cu familia apropiată, nu numai că atrage atenția că are scop să lase copiilor proprii biografia proprie tipărită, dar de asemenea vrea să aibă grijă ca să domine între ei înțelegere până la moarte. Consideră că acestea îi servește transmiterea testamentului: „pentru mine este importantă întâlnirea și luarea de rămas bun a întregii familii, iar în timpul lui transmiterea testamentului și a biografiei tipărite” (PK, K 7). Grijă pentru bunele relații în familie după moartea chestionaților apare la cea mai mare parte a femeilor Polonia canadiană concentrându-se pe ordonarea chestiilor legate de testament. Următoarea chestionată scrie: „Aș elabora testamentul, ca copiii să nu aibă griji” (anumite decizii le-am fi abortat în timpul discuției) (PK, K 3); „aș fi făcut ordine în treburile mele pământești lăsând toate cele agonisite de mine și totul ce am în mâinile apropiaților. (P, K 6). Firul testamentului și a discuțiilor despre testament, moștenire apar de asemenea în multe răspunsuri ale bărbaților care locuiesc în Canada: „conform cu Evanghelia aș fi făcut ordine în chestiunile de moștenire și financiare” (PK, M, 9), Toate întâlnirile în familiile chestionaților sunt liniștea și de dragoste reciprocă. Membrii familiei discută despre toate chestiunile (între altele și despre testament), fiecare decizie se ia în comun ceea ce subliniază următoarea femeie: „am adunat toți copiii împreună pentru o discuție importantă” (PK, K 3).

Relațiile în familiile celor chestionați timpul petrecut cu cei apropiați sunt înainte de toate niște discuții, care sunt definite ca: „liniștite, importante, largi, profunde”: „pentru mine sunt importante întâlnirile cu copiii, discuțiile adânci și profunde” (PK, K5). Pentru femei în situația morții care se apropie este unirea cu cei apropiați chiar și atunci când relațiile sunt foarte pozitive. În apropierea morții tind pe cei mai apropiați „să-și ceară iertare” (PK, K8). Aceasta este foarte important pentru bărbații care trăiesc în Canada: „deși nu am pe nimeni, față de care să simt ură i-aș fi rugat pe cei apropiați, soție, copii etc. pentru toate nedreptățile pe care le-am făcut cândva” (PK, M 1).

În afară de familia apropiată (copii, nepoți) în răspunsurile chestionaților apar rudele mai îndepărtate. În situația morții care se apropie una dintre femei scrie: „aș dori să stau de vorbă cu rudele îndepărtate – să clarific, să-mi cer iertare, dacă nu personal, atunci prin scrisoare. De asemenea aș dori să mă întâlnesc cu persoanele apropiate, cunoscuți, ca să le cer iertare – dacă simt o așa necesitate – să-mi iau rămas bun de la ei, să rog de iertare, dacă nu am reușit să mă întâlnesc am făcut aceasta în scris” (PK, K 10). Femeia amintește de asemenea de cei apropiați cunoscuți, cu care dorește să stea de vorbă, să le clarifice diferite chestiuni, să-și ia rămas bun dacă nu personal prin scrisoare. Apare și firul convorbirilor telefonice cu cunoscuții ca o formă de menținere a relațiilor: „am sunat la oamenii cu care demult nu am vorbit” (PK, K 3). În relațiile cu cunoscuții a devenit evidențiată chestiunea puterii, calorii relațiilor și importanța pentru viața celora, cu care au avut acele relații. Una dintre chestionate a scris: „am dorit să cunosc ce rol am jucat în viața copiilor și tinerilor, pe care i-am învățat timp de 40 de ani; sau am avut o influență pozitivă asupra opiniilor lor, progresul, gestionarea cu opinia familiei și oamenilor” (PK, K2). Foarte importante pentru persoanele în vârstă este lăsarea în urma sa a unei urme adânci, lăsarea a ceea, ce devine pentru ei valoare. Tind să devină valori pentru alții, moștenitori, generațiilor următoare fără a se ține seama de faptul dacă îi leagă legăturile de familie, sau numai diferite relații și cunoscuți. Așa cum afirmă una dintre cele chestionate „doresc să fiu pentru alții și să-i ajut pe cei care au nevoie” (P, K 6). În răspunsurile femeilor și bărbaților chestionați nu a apărut chestiunea relațiilor de vecinătate (numite simplu de vecinătate) ei îi numesc pe cei cunoscuți. În schimb, ea a fost abordată în testul propozițiilor neterminate. În graficul de mai jos sunt prezentate rezultatele.

Graficul 37. Relațiile de vecinătate ale seniorilor chestionați



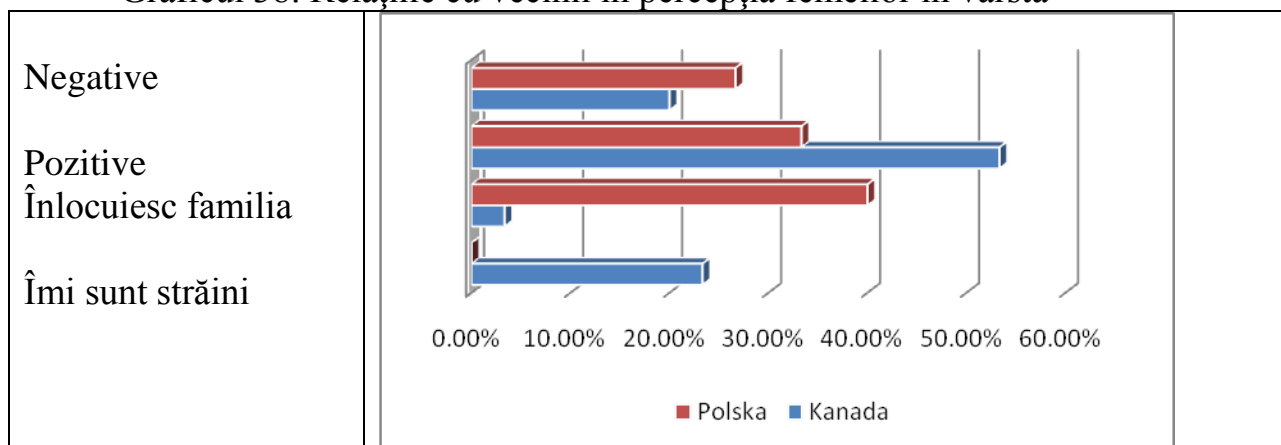
Analizând datele incluse în graficul de mai sus trebuie să constatăm că relațiile de vecinătate ale persoanelor în vârstă sunt stabilite în majoritate ca pozitive. Neașteptat de mare număr al celor chestionați atât în Polonia (60%), cât și în Canada (33,33%) contactele cu vecinii amintesc relațiile cu familia, care este înlocuită. Des o astfel de definiție era expusă de cei chestionați din Polonia, care relațiile sale cu familia apropiată și cei din familia îndepărtată o descriau negativ sau accentuau lipsa ei – au făcut mult mai des decât seniorii din Canada. Într-o altă ordine de idei chestionații din Canada relațiile cu vecinii o descriu prin folosirea determinismului „sunt străini”, ceea ce poate însemna că nu sunt în relații apropiate și prietenești, ca de exemplu în cazul dacă ar fi locuit în Polonia. În schimb grupul similar din Polonia canadiană a arătat numeroase definiții pozitive cu privire la relațiile de vecinătate (28,33%). Astfel, pe locul doi seniorii chestionați din Polonia au definit relațiile cu vecinii prin prisma experienței pozitive (23,33%). Cel mai des în rândul definițiilor pozitive ale relațiilor cu vecinii la persoanele în vârstă din ambele țări apăreau expresiile ca „sunt înțelepți”, „sunt extraordinari”, „sunt drăguți”, „sunt foarte buni”, „sunt binevoitori”, „sunt prietenoși”, „sar în ajutor”, „sunt binevoitori”, „sunt persoane cu care îmi place să petrec timpul liber”. Pe lângă diferitele calități personale cei chestionați atrag atenția la prietenia reciprocă, petrecerea timpului liber, posibilitatea de a obține sprijin, ajutor.

În rândul seniorilor chestionați au apărut și definiții negative cu privire la relațiile cu vecinii, ceea ce a fost caracteristic pentru 10% din Polonia canadiană și 16,67% din Polonia. cel mai des definițiile apărute aveau culoarea indiferentă sau negativă. În rândul acelor dintâi, așa ca: „îmi sunt indiferenți”, „sunt la distanță”, „nu-i cunosc pe vecinii mei”, „sunt anonimi”, „nu întrețin relații cu vecinii”. În

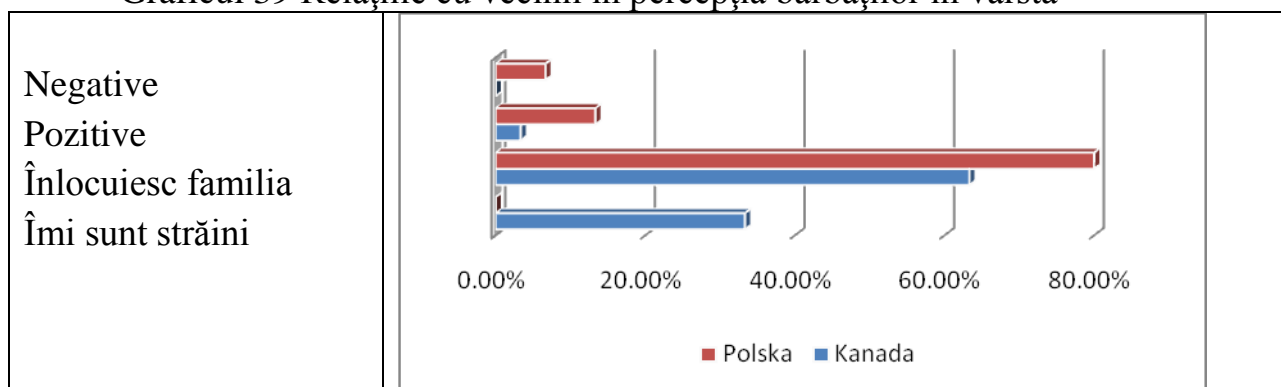


schimb în rândul altora apăreau răspunsuri negative de tipul „nu-i iubesc” „sunt cu nasul mare/băgăcioși”.

Graficul 38. Relațiile cu vecinii în percepția femeilor în vârstă



Graficul 39 Relațiile cu vecinii în percepția bărbaților în vârstă



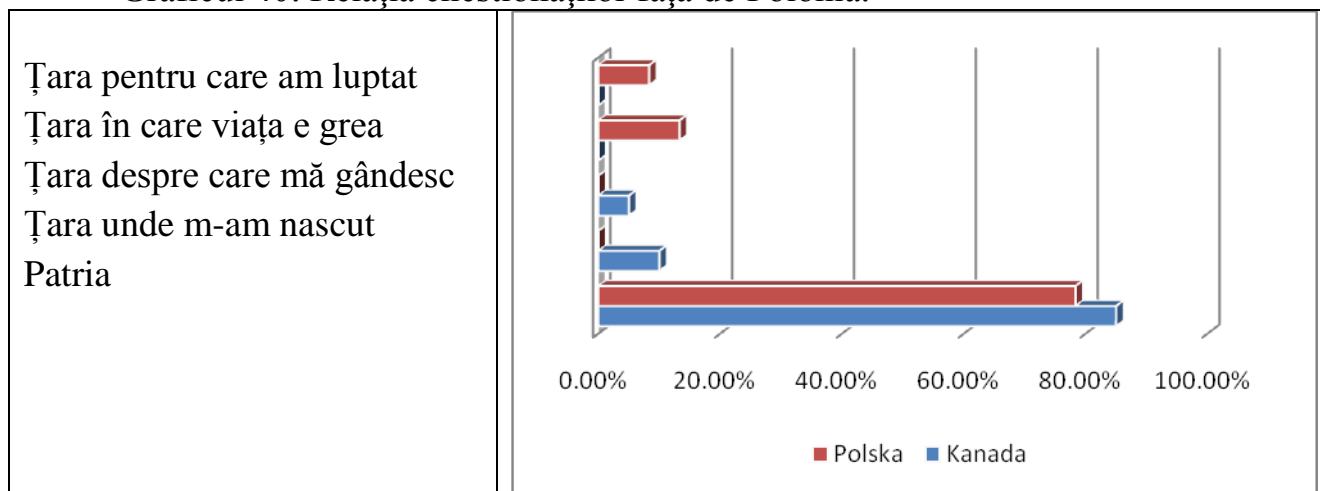
În baza datelor prezentate în graficele 38 și 39 se poate constata două tendințe caracteristice cu privire la relațiile chestionaților cu vecinii. Prima din ele constă în tratarea vecinilor ca familie – definiția „îmi înlocuiesc familia” – în cazul a mai bine de 80% de bărbați din Polonia și 63,33% de bărbați din Canada. A doua tendință care apare la femeile din ambele țări este definiția acelor relații ca negative. Este caracteristic pentru 26,67% de chestionați din Polonia și 20% din Polonia canadiană (cel mai des apar definițiile ca „sunt indiferenți”, „sunt la distanță”, „nu-i cunosc pe vecinii mei”, „sunt anonimi”). Tendința aceasta apare sporadic la bărbații polonezi 6,66% (definiția de tipul: „sunt indiferenți”, „nu-i cunosc pe vecinii mei”, „nu am relații cu vecinii”, „nu-i iubesc”, „sunt băgăcioși”), lipsa acestora la bărbații din Canada. Este util să precizăm că definiția „băgăcioși” pentru sublinierea relațiilor negative este caracteristică pentru bărbații chestionați din Polonia. Dacă este vorba de femei, pentru descrierea relațiilor de vecinătate pozitive apar definițiile ca „sunt înțelegători”, „sunt extraordinari”, „sunt drăguți”,

„sunt foarte buni”, „sunt binevoitori”, „sunt prietenoși” (se referă la 53,33% de femei care trăiesc în Polonia și 33,33% care trăiesc în Canada).

Chestionările bărbaților ca să descrie pozitiv relațiile de vecinătate, se folosesc de definițiile între care se pot constata: „sunt extraordinari”, „sunt drăguți”, „sunt prietenoși”, „sunt drăguți”, „vin în ajutor”, „sunt persoane cu care iubesc să petrec timpul liber”, „sunt inimoși”. Diferența în asemenea definiții se referă la înțelegerea și ființa unui om foarte bun – ce domină în definițiile femeilor, bărbații dincolo de calitatea pe care o arată femeile, adică „sunt inimoși” au arătat de asemenea aspectele cu privire la relațiile apropiate, legături adânci de vecinătate. Bărbații precizează că vecinii lor „vin în ajutor” și „sunt persoane cu care iubesc să petreacă timpul liber”. În cazul lor poate fi vorba despre completarea lipsei relațiilor pozitive cu familia și rudele.

Concluziile de mai sus vor fi supuse unei discuții aparte, trebuie încă să cunoaștem relațiile chestionaților față de țara lor de proveniență și a locului actual de trai. Relația aceasta are caracter nu numai social, dar și cel patriotic, poate informa despre legăturile apartenenței la locul de proveniență/trai locuire sau în genere despre aceea nu se amintește.

Graficul 40. Relația chestionaților față de Polonia.

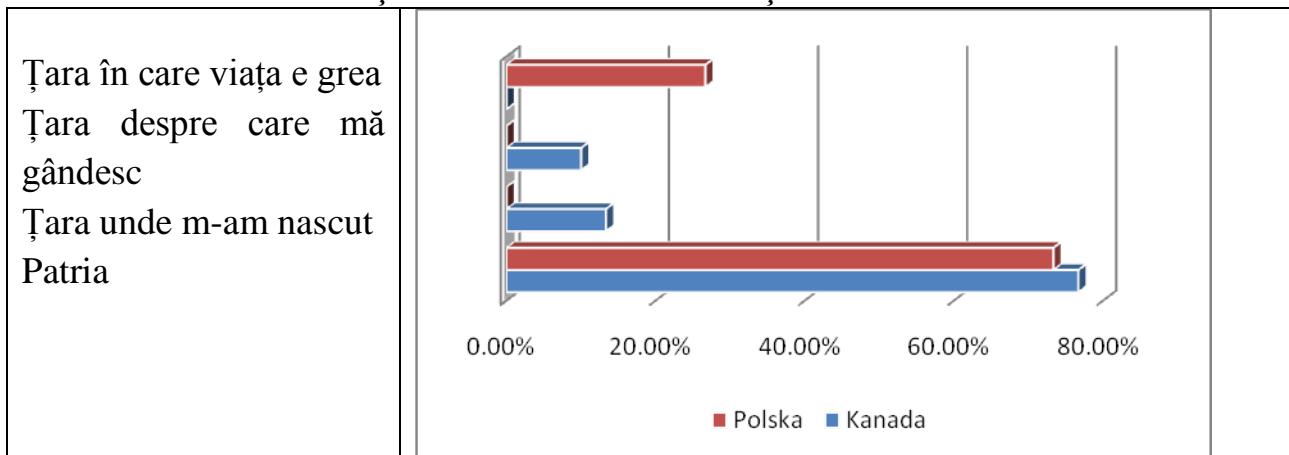


Din datele plasate mai sus rezultă că seniorii chestionați consideră Polonia ca Patria sa (în care 85% din cei chestionați din Canada și 78,33% din Polonia). Pe lângă aceasta polonezii care trăiesc de câteva decenii în Canada definesc Polonia ca o țară unde s-au născut sau de proveniență (10% din chestionați). Răspunsurile acestea nu au exprimat seniorii care trăiesc neîntrerupt în Polonia pe parcursul vieții sale. Ei au atras atenție asupra altor aspecte. Polonia este pentru ei înainte de toate o țară în care se trăiește greu (așa consideră 13,33% din chestionați). Aceasta de asemenea este patria lor, pentru a cărei libertate au luptat 8,33% din chestionați.

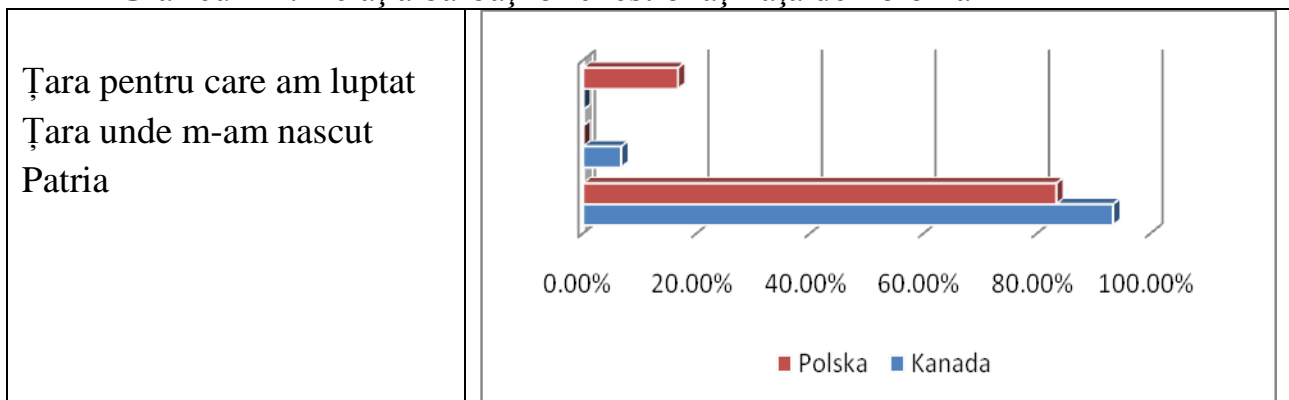
Seniorii din Canada legăturile sale cu patria au subliniat-o prin definiția „Polonia este țara despre care des se gândește” (5%).

Dacă relațiile seniorilor chestionați față de patrie le vom analiza în contextul sexului și locului de trai, atunci (graficul 41 și 42) apar câteva diferențe. Femeile care trăiesc în Polonia accentuează că viața în țară, patria lor, nu este ușoară (26,67%) în schimb cele chestionate din Polonia canadiană fac trimitere la dorul față de locul de naștere (10%). Asemenea răspunsuri sunt caracteristice doar pentru femei și nu apar la bărbați. Trebuie să facem aici câteva precizări. Cu cât în cazul femeilor din Canada relația lor cu Polonia aduce sentimentul, gânduri pozitive, cu atât mai mult la femeile din Polonia mai degrabă negative. În răspunsurile bărbaților Polonia este înainte de toate patria lor. Pentru 6,66% din cei chestionați care trăiesc în Canada aici este locul lor de naștere, pentru bărbații din Polonia țara pentru a cărei libertate au luptat (16,67%).

Graficul 41. Relația femeilor chestionate față de Polonia



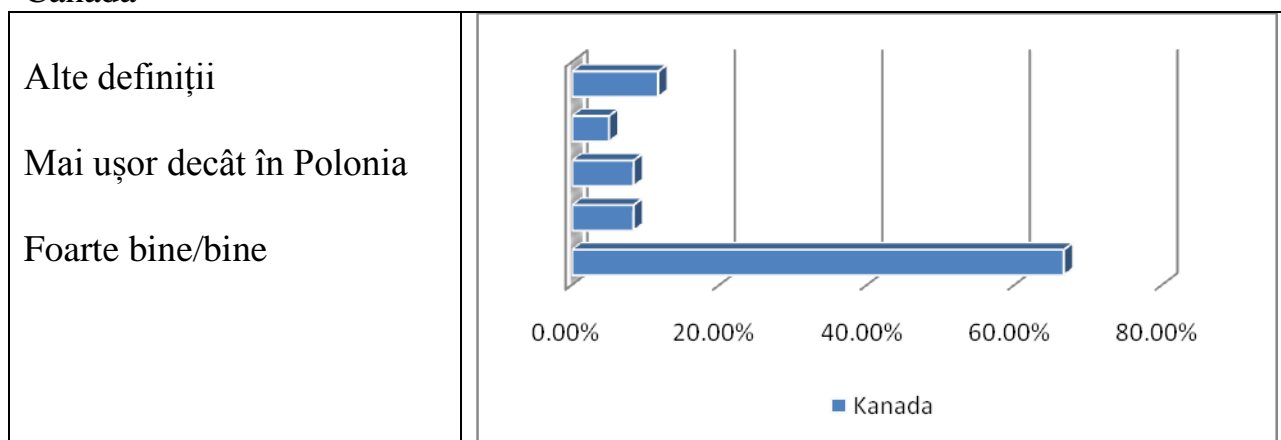
Graficul 42. Relația bărbaților chestionați față de Polonia



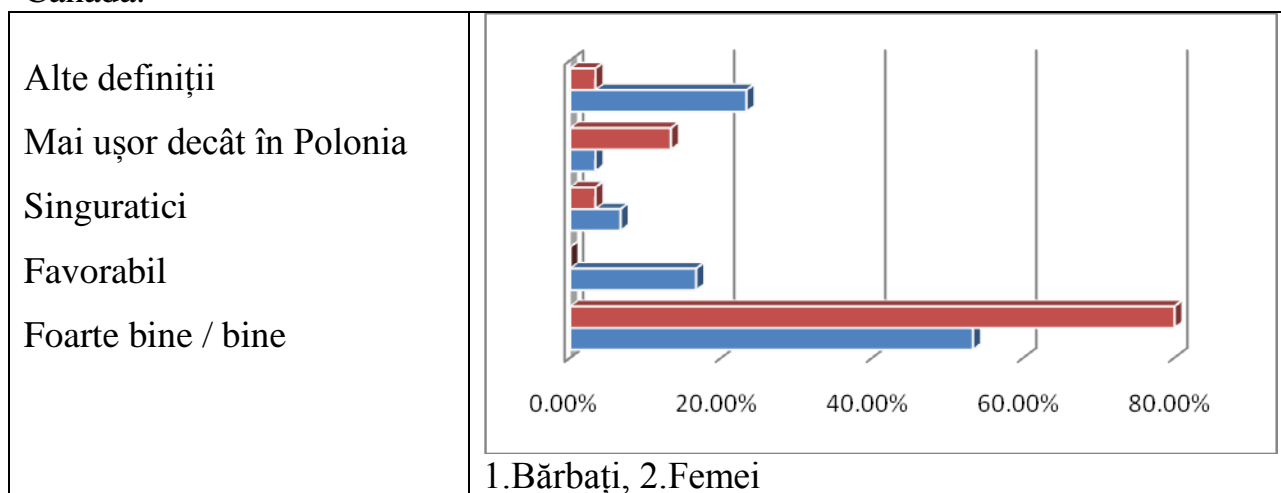
Răspunsurile de mai sus este bine de completat cu cele care definesc relațiile seniorilor chestionați născuți în Polonia față de țara unde ei acum locuiesc, adică Canada.

Seniorii chestionați din Polonia canadiană relațiile față de țara în care ei trăiesc lucrează, o definesc prin prisma bunăstării, a bunei calități a vieții. O parte mare din ei până la 66,67% apreciază viața în Canada ca pe una foarte bună sau bună. Apar răspunsurile care descriu viața din Canada ca pe una favorabilă și de asemenea mai ușor decât în Polonia – 8,33% din cei chestionați. Nu au lipsit nici răspunsuri negative. Persoanele chestionate atrag atenția că viața lor în Canada nu este ușoară, deoarece se simt aici singuri. Asemenea declarații privesc 5% din cei chestionați.

Graficul 43. Relațiile seniorilor chestionați din Polonia canadiană față de Canada



Graficul 44. Atitudinea seniorilor chestionați născuți în Polonia față de Canada.



Dacă relațiile seniorilor chestionați care locuiesc în Canada o analizăm din perspectiva sexului (graficul 44) se pot constata diferențe mici în definițiile care caracterizează relațiile față de țară. Dincolo de viața bună, care declară până la 80% din bărbați și 53,33% din femei, din femeile chestionate trăiesc bine 16,67%, iar bărbaților mai bine decât în Polonia – 13,33% din cei chestionați. asupra sentimentului de singurătate atrăgeau atenția 6,66% din femei și 3,33% din bărbați. Femeile caracterizează pozitiv relațiile, dispoziția care le tovarășesc în viața cotidiană: „în Canada se trăiește liniștit”, „ca și în casa mea”. Bărbații sunt mai sceptici și rup stereotipurile cu privire la viața ușoară. Așa cum afirmă, în Canada ei trăiesc „nu așa de bine cum li se pare altora”. Majoritatea bărbaților fac referiri cu entuziasm cu privire la viața din Canada, dar apar diferite voci singulare, care pun sub semn de îndoială viața ușoară în străinătate. În răspunsuri doar la o femeie care trăiește în Canada a apărut dorința de întoarcere în patrie din cauza dorului, pe care l-a definit prin cuvintele: „M-aș întoarce în Polonia” (PK, K 4).

Sensul vieții se poate analiza din mai multe perspective. În acest subcapitol s-a referit la perspectiva adâncimii sensului lui G.T.Reker (Oleś, 2009, p.326) orientată la relațiile cu alții și în spațiul sensului a lui R.A.Ermons (2005) în contextul relațiilor cu ei/spre alții și spre sine. I. Mortenson subliniază, că relațiile bune cu cei mai apropiați, ajutorul obținut de la ei le dau mai multă forță și stimulație spre viața de mai departe, în schimb apropierea cu alții reprezintă respingerea singurătății.

Analizele realizate în acest subcapitol (în baza testului propozițiilor neterminate și a răspunsurilor) au arătat câteva tendințe apărute în raportare la relațiilor cu familia, rudele, vecinii sau patria/țara în care locuiesc. În cazul celor dintâi este vorba de o relație concretă cu copiii, nepoții, seniorii chestionați declară că ele sunt bune. Se poate vedea aceasta după definițiile pozitive de tipul: „familia este cea mai importantă”, reprezintă pentru mine susținere, garantul securității, „comoară adevărată”, bucurie și fericire, care au apărut în răspunsurile persoanelor în vârstă (a femeilor și bărbaților) din Polonia canadiană. În rândul celor chestionați au fost de asemenea persoane – femei și bărbați în exclusivitate din Polonia care nu au relații bune cu cei mai apropiați membri ai familiei, ceea ce definesc relația ca: „indiferentă”, „enervează”, „nu are timp pentru mine”. Așa cei chestionați apreciază relațiile cu cei apropiați mai degrabă pozitiv, care le aduc bucurie. Cei apropiați sunt de asemenea cei mai importanți pentru seniorii care trăiesc în Canada, ceea ce nu apare în răspunsurile din Polonia. La aceștia din urmă apar expresii negative care prezintă relațiile cu cei apropiați, în special în cazul bărbaților (spaima). Bărbații din Polonia canadiană accentuează experiența pozitivă, accentuând că cei apropiați sunt pentru ei cele mai importante persoane. Cei chestionați din Polonia canadiană în răspunsurile sale mai degrabă scriu despre

familie și cei apropiați (copii, nepoți) despre crearea legăturilor de familie, celebrarea relațiilor apropiate, integrarea familiei și de asemenea în chestiunile legate de reglarea chesiunilor testamentare. Cei chestionați din Polonia abordează chestiunea cu privire la familie, ca și a relațiilor cu alte persoane, în special în contextul ajutorului, pe care ei o poartă, scriu de asemenea despre experiențe plăcute și sănătate. O trăsătură caracteristică multe răspunsuri ale femeilor, mai ales cele care trăiesc în Canada este tendința de a lăsa pentru ceilalți a ceva după sine (scrisori, biografii, gânduri importante). Se poate spune că o mesaj sau o lăsare a unei părți în gânduri și inimile persoanelor apropiate.

Ținând seama de relațiile cu vecinii, trebuie să subliniem că în majoritate cei chestionați le apreciază pozitiv, iar poate chiar se compară cu relațiile care au loc în familie. Așa relație înlocuiește contactele cu cei apropiați în special bărbații din Polonia și Polonia canadiană. Anume ei constată că vecinii sunt inimoși, sar în ajutor și iubesc să petreacă timpul cu ei (înainte de toate bărbații din Polonia). Este bine să subliniem că în răspunsurile polonezilor au apărut opusuri în descrierea relațiilor cu vecinii, de la cele „de familie”, până la „nu-i iubesc” și „sunt băgăcioși” (bărbații din Polonia). În schimb seniorii din Polonia canadiană în raportare la relațiile cu vecinii au subliniat că vecinii lor sunt străini, ceea ce le făcea dificilă legarea contactelor mai apropiate (o altă cultură, religie etc.), deși nu excludea termeni de tipul sunt binevoitori și drăguți.

În relațiile față de Polonia toți cei chestionați arată că le este patrie. Femeile din Polonia canadiană o descriu ca pe o țară în care viața nu este ușoară, dar că se gândesc la ea, în schimb pentru bărbații din Canada aceasta înainte de toate este locul de unde vin și de naștere. Bărbații din Polonia identifică Polonia cu o țară pentru care au luptat. În cercetările seniorilor din Polonia canadiană la tema Canadei răspunsurile lor se concentrează în jurul definițiilor legate de bunăstare, îndeplătirea vieții, cu o bună calitate, cu satisfacția vieții, ceea ce exprimă mai ales femeile. Voci singulare ale bărbaților care trăiesc în Canada revaluează mitul cu privire la viața ușoară în străinătate, arătând că nu este așa de bună, precum se afirmă de obicei, deoarece aici se simt singuri.

Analizând datele incluse în această parte a lucrării, trebuie spus că persoanele în vârstă care locuiesc în Polonia în declarațiile sale arată ca bune, dar nu foarte puternice relații cu copiii, nepoții sau familia. Subliniază valoarea relațiilor cu vecinii (în special bărbații, care petrec timpul împreună cu vecinii, trăiesc în prietenie). Relațiile cu vecinii recompensează oarecum legăturile mai slabe cu familia apropiată sau cu rudele. Persoanele în vârstă care trăiesc în Cracovia cel mai des trăiesc la bloc, iar vecinii lor sunt de regulă semenii lor. Posibil de aici se iau relațiile între vecini atât de puternice. Apropierea persoanelor la așa o vârstă, cu același statut economic și social favorizează susținerii reciproce,

ajutorului, mărturiei pentru sine a serviciilor și de petrecere împreună a timpului liber.

Cu totul altfel sunt semnalate relațiile cu familia și cu vecinii de către seniorii care locuiesc în Canada. Ei fac presiune pe relațiile cu familia și cu rudele. Îi tutelează și celebrează întâlnirile în familie, sărbătorile. Familia și rudele le oferă bucuria, forță pentru viață, este o sursă a sensului. Așa cum precizează Małgorzata Halicka în asemenea relații din perspectiva persoanelor în vârstă foarte importantă este apropierea de copii, nepoți. Ea realizează că dispoziția joacă un rol primordial pentru bilanțul acestei etape a vieții (Halicka, 2004, p.333).

Mult mai slabe sunt relațiile de vecinătate. Anume dincolo de câțiva bărbați, care au arătat, că petrec timpul cu vecinii, acele relații sunt lipsite de apropiere și intimitate. Bineînțeles că relațiile sunt prietenoase, nelipsite de eticheta de vecinătate, dar este lipsa legăturilor, interesul de persoana vecinului. Cel mai probabil reiese din faptul că în majoritatea cazurilor vecini ai seniorilor din Toronto sunt străini. Diferența de vârstă, o altă cultură, religie, mentalitate, poate și bariera lingvistică provoacă o prea mare distanță, ceea ce în consecință de răsfrânge la lipsa relațiilor apropiate cu vecinii.

E important atragem atenția asupra faptului că atât bărbații chestionați din Polonia, cât și din Canada au relații mai bune și apropiate cu vecinii decât femeile. Petrec împreună timpul liber, se ajută reciproc, ceea ce în cazul lor poate servi completarea lipsei relațiilor pozitive cu familia și rudele. În cazul bărbaților care trăiesc în Canada contactele cu vecinii, menținerea cunoștințelor cu persoanele din Polonia canadiană facilitează deținerea de către ei a permisului de conducere, datorită căruia pot să se deplaseze pe distanțe importante cu autoturismele proprii.

Viața în emigrație în străinătate necesită și intensifică grija pentru tutelă a bunelor relații și legături cu familia, doar persoane apropiate, pe care poți conta în situații de criză sau grele. În Polonia persoanele în vârstă tutelează puternic vecinii, care este încă un fenomen cultural trainic, deși din ce în ce mai slab.

S. Reichard enumeră cinci atitudini tipice a persoanelor în vârstă: „constructivă, „dependentă”, „de apărare”, „de dușmănie a anturajului” și „dușmănie față de sine”. Fiecare din ele se sprijină pe relațiile cu alții și pe relațiile cu sine însuși, de asemenea, pe principiul că omul care oferă vieții sale un sens și tinde spre un scop, va depăși eficient greutățile și se realizează prin noile metode de acțiune. În subcapitolul de față este raportat la relațiile cu alții. Se poate spune că între atitudinile chestionaților domină atitudinea constructivă într-o măsură mai mică apar și „dependențe”. Relațiile față de sine, de propria bătrânețe de valorile spirituale și în curs de dezvoltare, tipurile atitudinilor seniorilor în această perioadă sunt subiectul analizei în următorul subcapitol.

### III. 3. Relația față de propria bătrânețe și Dumnezeu

Sensul vieții în această parte a lucrării va fi examinat conform cu poziția lui R.A.Emmos (2005) din perspectiva sensului în contextul relației față de sine, propria bătrânețe și Dumnezeu. Relația față de sine se leagă trainic cu sensul autoevaluării, adică de cunoștințe despre sine (autocunoștința) și sentimentul propriei valori (judecățile de valoare) (Reykowski, 1992, p.178). În concepția lui Janusz Reykowski izvoarele autoevaluării sunt între altele propriile succese în realizarea misiunilor, realizării scopurilor, aspirațiilor, a calității vieții obținute; exemplul realizărilor altor persoane cu asemenea posibilități; signalele interne de trezire emoțională, care pot să acționeze dezorganizat; experiențele negative în atingerea scopurilor de viață, aspirațiilor, valorilor. Autoevaluarea este baza creării propriei valori și chipului pozitiv sau negativ despre sine. Cauza pentru depășirea greutăților de viață este baza de activitate a omului, selenției și creării calității vieții sau de oferire lui a sensului, plănuirea și punerea scopurilor în viață. Trebuie să adăugăm că anume în planurile de viață se manifestă lumea valorilor individuale ale omului, sentimentul lui al sensului vieții. Omul ca esență autoreflectorie realizează alegeri conștiente, este responsabil pentru dezvoltarea sa, modul de folosire a timpului și a potențialului individual (Oleś, 2009, p.315).

Foarte importantă în crearea chipului propriu dincolo de autorefecție, prin acțiunea și oferirea vieții a sensului devine spiritualitatea omului. Ea este înțeleasă cel mai des ca

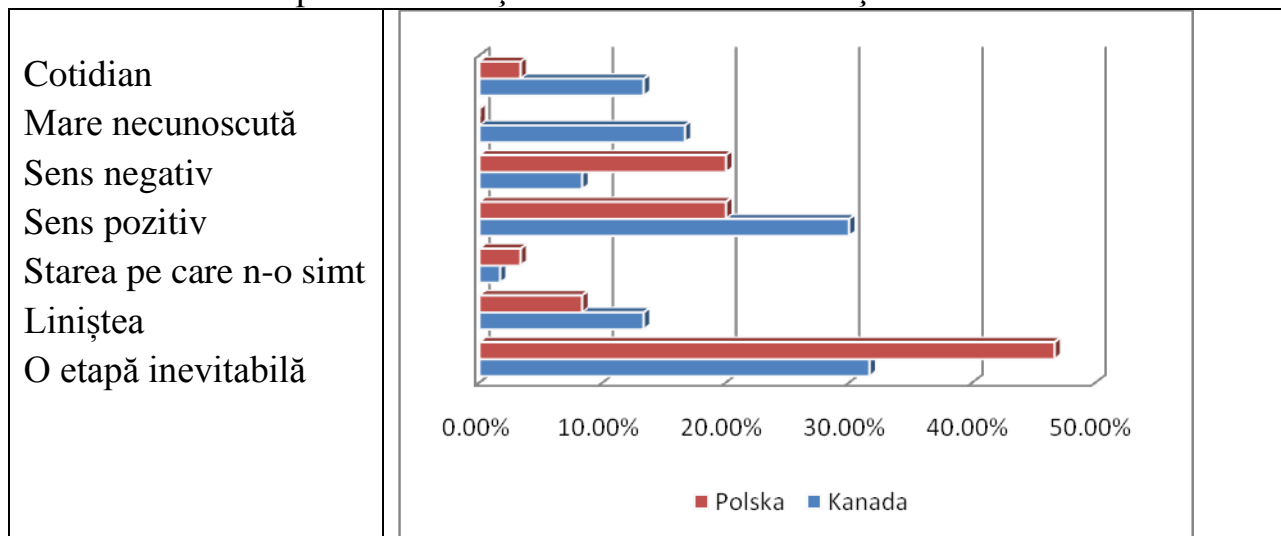
(...) experiență tendinței conștiente pentru integrarea propriei vieți nu prin izolare și absorbire, dar prin depășirea sa în direcția valorii supreme percepută prin sine (Schneiders, 1989, p.684).

După cum se vede ea se leagă cu conștiința și activitatea rațională care reiese din drepturile recunoscute a celor care conduc cu lumea și om și conform cu cunoștințele obținute. Se raportează la așa un sistem al valorii omului, care motivează individul, ca să se depășească pe sine, să abandoneze propriile condiționări mentale sau sociale în scopul devenirii esenței care manifestă prin viața sa existența a ceea ce este în special prețios și valoros. Ce-i important spiritualitatea se leagă cu valoarea înțeleasă de către om ca una supremă care în acest moment îndeplinește condiții concrete.

Din perspectiva cercetărilor asupra sensului vieții este importantă cunoașterea cum persoanele în vârstă se autodefinesc prin prisma fazei actuale a vieții și ce este indicatorul vieții lor spirituale.

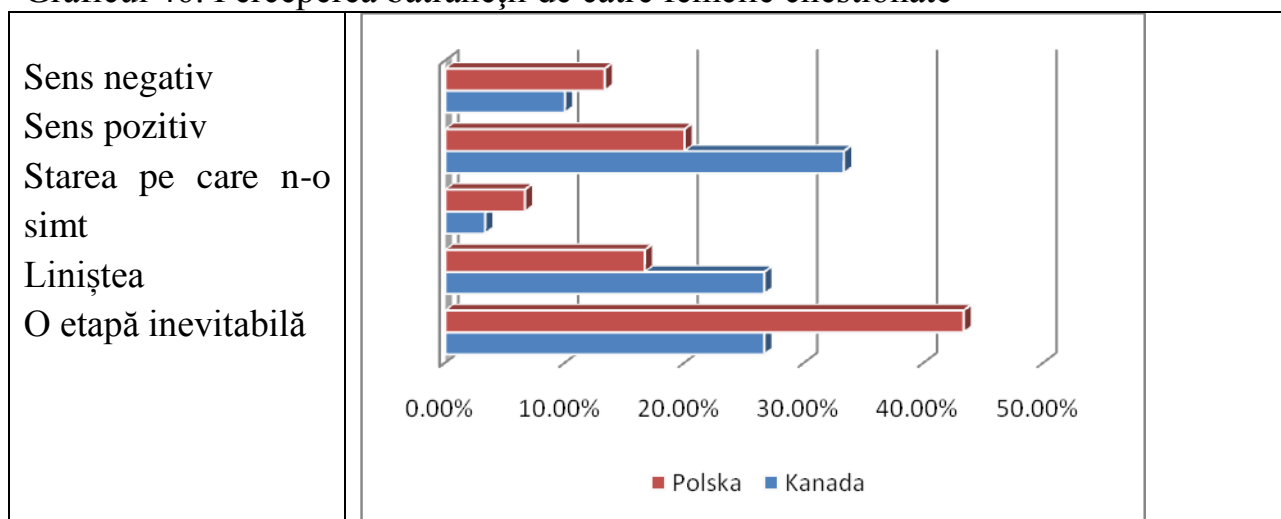


Graficul 45. Perceperea bătrâneții de către cei chestionați.



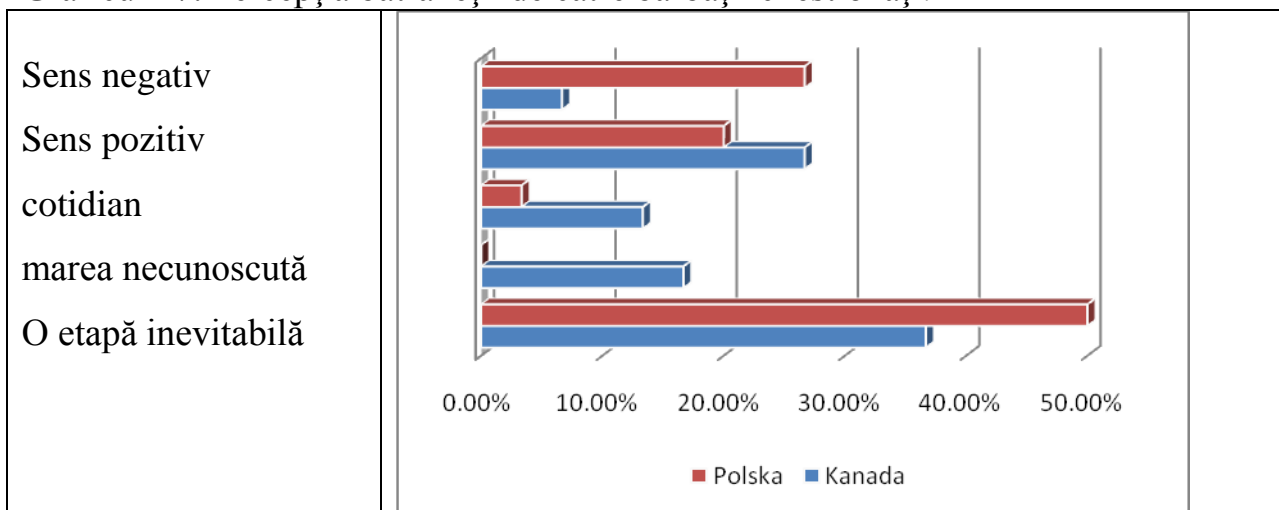
Datele de mai sus sugerează că persoanele în vârstă în majoritatea lor tratează bătrânețea ca o etapă inevitabilă din viața omului, ceea ce declară 46,67% din seniorii din Polonia și 31,66% din cei chestionați din Canada. Cei din urmă definesc bătrânețea lor ca pe un timp și etapă a liniștii (13,33%). În rândul polonezilor așa o atitudine a fost declarată de către 8,33% din chestionați. Trebuie precizat că persoanele în vârstă din Canada înțeleg bătrânețea ca cea necunoscut, în care pot să participe prin mărturia bătrâneții (16,67%). Așa o categorie nu apare în răspunsurile persoanelor în vârstă care trăiesc în Polonia. În cadrul lor mai multe persoane dețin conștientizarea negativă a bătrâneții – ¼ din cei chestionați, când seniorii care trăiesc în Canada reprezintă doar 8,33%. Modul de gândire a celor chestionați a subliniat de asemenea lipsa diferențelor în experiența între etapele anterioare și cele prezente. Aceasta o mărturisește declarația în care bătrânețea este definită ca cotidian (13,33% din cei chestionați din Canada și 3,33% din Polonia), precum și starea pe care n-o simt (3,33% din cei chestionați din Polonia și 1,67% din Canada).

Graficul 46. Perceperea bătrâneții de către femeile chestionate



Analizând percepția propriei bătrâneți de către chestionați în contextul sexului și a locului de trai al celor chestionați, se poate constata că pentru majoritatea femeilor bătrânețea este o etapă inevitabilă din viața fiecărui om (26,67% din cei chestionați din Canada și 43,33% din Polonia). Femeile identifică acea etapă din viață cu liniștea (26,67% a senioarelor din Canada și 16,67% din Polonia), ceea ce nu apare în definițiile bărbaților. Femeile nu au expus calitățile bătrâneții, așa ca marea necunoscută sau cotidianul. Expresiile de acel au fost caracteristice pentru bărbați. Femeile defineau bătrânețea ca „o stare pe care nu o simt”. În plus, femeile au dat bătrâneții mult mai multe definiții pozitive (33,33% din Canada și 20% din Polonia) decât negative (10% din Canada și 13,33% din Polonia). În rândul definițiilor pozitive cel mai des au apărut acelea care caracterizau bătrânețea din punctul de vedere al aspectului de plăcere: „odihnă”, „mare privilegiu”, „o perioadă în viață în care pot să fac ceea ce doresc”, „premiu”, în schimb în rândul celor negative au dominat cele privitoare la „boli” și a limitărilor legate de ele, și de asemenea expresii substantivele gen „muncă”, „groază”.

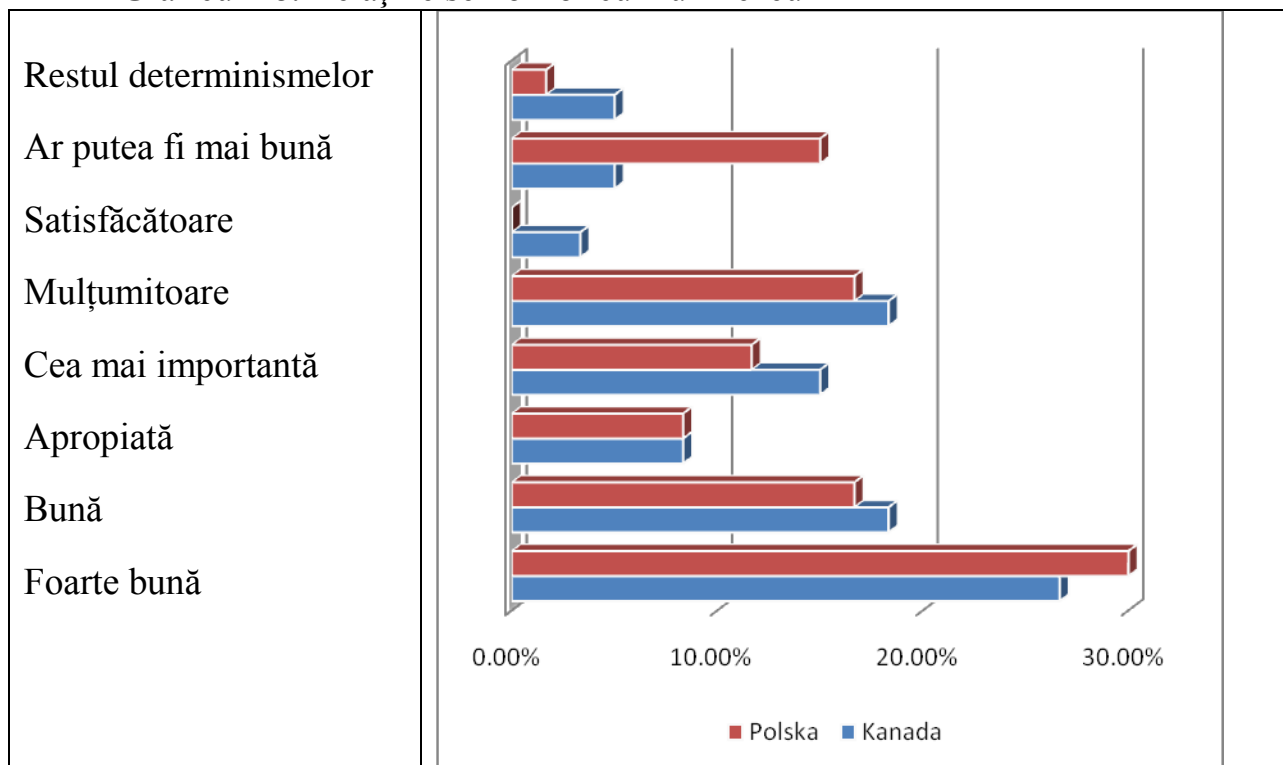
Graficul 47. Percepția bătrâneții de către bărbații chestionați.



În baza datelor incluse în grafic se poate constata că cel mai mulți chestionați bărbați stabilesc bătrânețea ca o etapă inevitabilă în viață (50% din bărbații chestionați din Polonia și 36,67% din Canada). Într-o altă succesiune bărbații care locuiesc în Canada atrăgeau atenția asupra definiției despre subtextul pozitiv – 67% din chestionați. În rândul asociațiilor cel mai des au apărut expresii de tipul: „bătrânețea e pentru odihnă”, „liniștea”, „timpul pentru dedicarea pasiunilor sale”. Caracteristic pentru aceste răspunsuri este faptul că apare categoria de gândire despre bătrânețe ca timp pentru dedicarea pasiunilor și intereselor. În rândul bărbaților chestionați din Polonia într-o altă succesivitate – în afară de etapa inevitabilă a vieții omului au apărut asocieri negative (26,67%). Au dominat determinările asemeni celor exprimate de către femei, prin care bătrânețea: „e timpul bolilor”, „timpul oboseții”, „durere”, „tragedie”, „dizabilitate” și ceea ce nu apare la femei „singurătatea”. În jur de 15% din bărbații chestionați din Canada identifică bătrânețea cu o mare necunoscută (16,67%) sau de asemenea cu cotidianul (13,33% din chestionați). Bărbații din Polonia nu o identifică cu aceste definiții. Astfel apare și în cazul tuturor femeilor. Într-o măsură mică, cei chestionați leagă bătrânețea cu cotidianul – aproape 3,33% din cei chestionați (în cazul femeilor această categorie la fel ca și cea precedentă nu apare în răspunsurile lor).

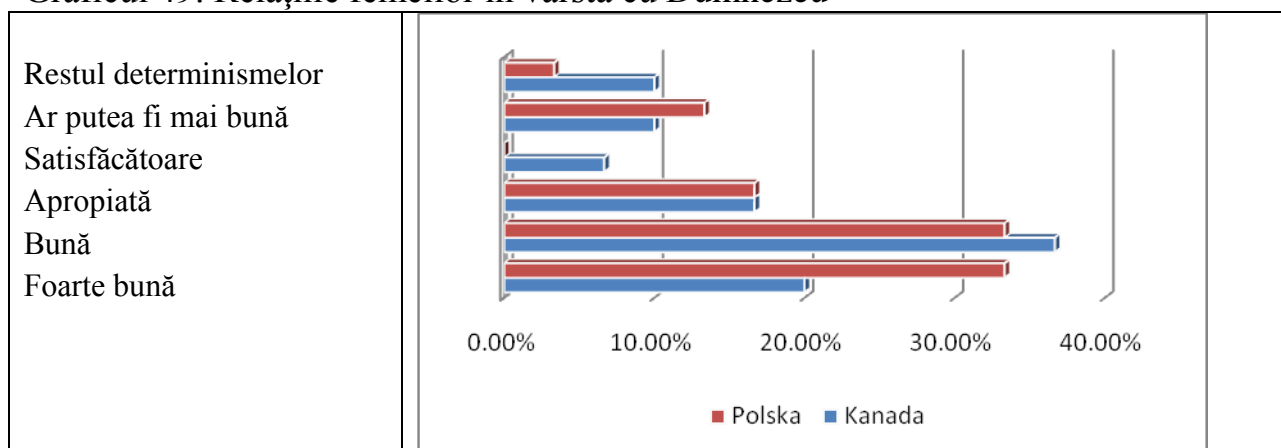
În ceea ce privește sensul vieții este important ca persoanele în vârstă nu numai că au recunoscut relațiile față de propria bătrânețe (față de sine ca persoană în vârstă), dar de asemenea și-au concentrat pe aspectul spiritual, religios. În legătură cu asta în testul propozițiilor neterminat a fost formulată părerea care face posibilă cunoașterea relației cu Dumnezeu. Concluziile au fost prezentate în graficul 48.

Graficul 48. Relațiile seniorilor cu Dumnezeu



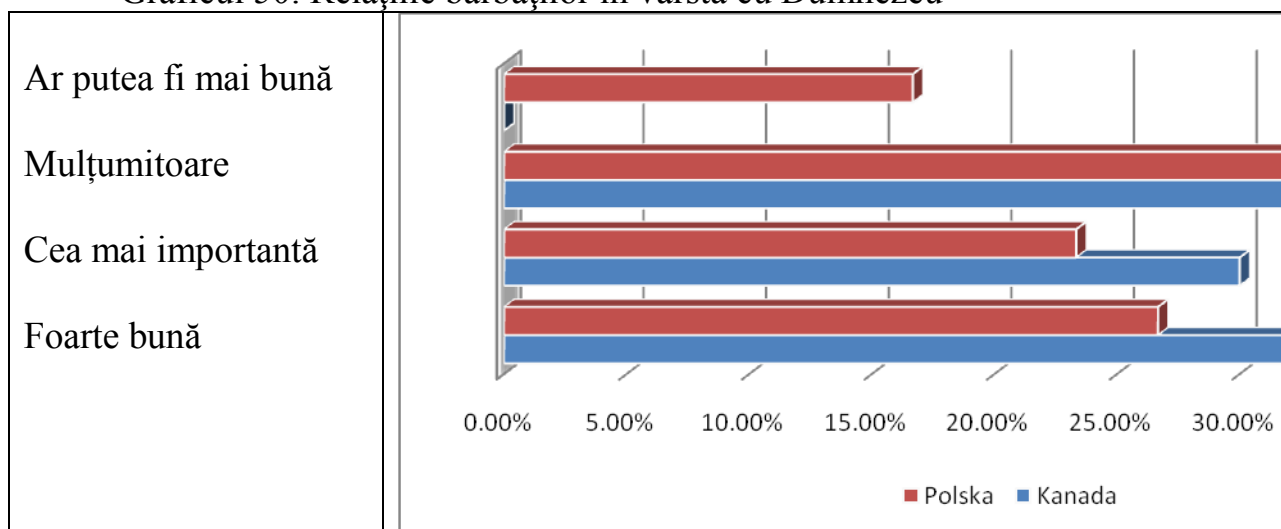
Din datele prezentate în graficul de mai sus rezultă că persoanele în vârstă care trăiesc în Polonia și Canada definesc relațiile sale cu Dumnezeu ca pozitive. Niciuna dintre persoanele chestionate nu scrie despre lipsa relației cu Dumnezeu nici despre faptul că ea este negativă. În rândul răspunsurilor apare definiția că relația aceasta ar putea fi mai bună. Foarte bună relație cu Dumnezeu o declară 1/3 (30%) din seniorii chestionați din Polonia și 26,66% din Canada, în schimb, bună 18,33% din seniorii din Canada și 16,67% din Polonia. Se poate spune mai apoi că aproape jumătate din persoane are relații foarte bune și bune cu Dumnezeu. Următoarea categorie care definesc relațiile seniorilor cu Dumnezeu este nivelul satisfacției și mulțumirii. În sentimentul său o relație satisfăcătoare o declară 18,33% din seniorii din Canada și 16,67 din Polonia. În schimb, definirea relației ca satisfăcătoare apare în exclusivitate în răspunsurile persoanelor în vârstă din Canada și se referă la 3,33% din cei chestionați. În răspunsuri un mare număr de seniori a apărut de asemenea și categoria importanței. Relațiile cu Dumnezeu care acelea care are cea mai mare importanță a fost declarat de de 15% din seniorii din Canada și 11,67% din Polonia. Au apărut de asemenea și alte definiții pozitive în relațiile cu cei chestionați cu Dumnezeu, ceea ce se poate observa în baza adoptării principiului de sex.

Graficul 49. Relațiile femeilor în vârstă cu Dumnezeu



Din datele prezentate în graficul de mai sus reiese că femeile din Canada cel mai des definesc relația sa cu Dumnezeu ca bună (36,67%) decât ca foarte bună (20%) în schimb în unul cât și în celălalt caz relațiile apreciate astfel a fost ales de către 33,33% din cei chestionați din Polonia. Relațiile cu Dumnezeu ca apropiată a fost recunoscută de 16,67% din femeile din Canada, ca și din Polonia, și satisfăcătoare 10% a senioarelor din Canada. Acea legătură tinde să o îndrepte, declarând că ar fi putut să fie mai bună 13,33% din femeile din Polonia și 10% din Canada. Dacă este vorba de alte definiții, atunci atât femeile din Canada, cât și din Polonia le-au apreciat din perspectiva dragostei față de Dumnezeu cu „plină inimă”, „dumnezeire” și de asemenea „rugăciunii dese” și percepția ca „temelia vieții”. Femeile chestionate nu au definit relațiile cu Dumnezeu prin prisma importanței și sentimentul satisfacției.

Graficul 50. Relațiile bărbaților în vârstă cu Dumnezeu



Analizând datele incluse în graficul de mai sus, se poate spune că bărbații în vârstă relația lor cu Dumnezeu o definesc ca satisfăcătoare (36,67% din Canada și 33,33% din Polonia) și foarte bună (33,33% din Canada și 26,67% din Polonia). Pentru 30 % din bărbații chestionați din Canada și 23,33% din Polonia relația aceea pe fundalul altora apare ca cea mai importantă. Bărbații din Polonia consideră că relația lor cu Dumnezeu ar fi putut fi mai bună (16,67%). În răspunsurile bărbaților din Canada nu au apărut astfel de definiții. În genere, în ambele grupe nu au apărut expresii, ca: bună, apropiată, satisfăcătoare. Nu au fost alte definiții netipice caracteristice pentru răspunsurile femeilor.

În mod special credința în Dumnezeu, relația persoanelor în vârstă cu Dumnezeu a apărut în referirea cu privire la tema ultimei jumătăți de an de viață. Scrierea răspunsului au adus multe emoții plăcute legate de propria familie, de relații bune cu cei apropiați, au trezit reflecții asupra vieții trecătoare, bilanțul beneficiilor și pierderilor, și de asemenea au conștientizat sfârșitul natural al vieții umane, care este moartea. Reflecția cu privire la ea a trezit în rândul persoanelor în vârstă concentrarea pe chestiunile spirituale, dar îngustate în exclusivitate spre spiritualitatea religioasă, relații cu Dumnezeu, a formelor de rugăciune și de pregătire spre moarte conform cu religia recunoscută.

În răspunsurile seniorilor chestionați care trăiesc în Polonia și Canada au apărut firul morții. Relația celor chestionați față de moarte a fost foarte diferit. O parte din ei au tratat-o ca ceva natural, alții și-au exprimat teama în fața morții legată de suferință. Diferite metode de gândire despre moarte nu au fost caracteristice pentru un oarecare grup de cercetători cu luarea în calcul a sexului sau locului de trai. Unul din bărbați, scriind despre moarte, a subliniat: „astăzi gândesc că pe mine asta nu mă privește, nu ne știm minutele, cât timp ne-a fost sortit, mai bine ar fi să ai încă acele câteva luni” (PK, M 7). Moartea este pentru el ceva îndepărtat în timp, nu știe nici data ei, nici ora. Aceasta confirmă răspunsul altui bărbat care scrie: „Cred doar în Evanghelie, că doar Dumnezeu știe când se va termina viața mea pământească. De aceea mă strădui să trăiesc conform poruncilor lui Dumnezeu și mulțumiri lui Dumnezeu pentru fiecare zi trăită, deoarece nimeni nu știe ziua nici ora” (P, M 9). Omul nu are nici o influență asupra morții. Una dintre femei o caracterizează ca o cale naturală a lucrurilor și sfârșitul vieții pământene: „la această vârstă moartea nu este o tragedie, dar o trecere spre cele veșnice, care ne așteaptă pe fiecare din noi” (PK, K4). Conform opiniei celor chestionați moartea poate fi recunoscută ca o stare normală doar prin credința adâncă. Sfârșitul vieții umane ei o percep ca pe o înțelegere în voia lui Dumnezeu: „credința puternică le va ajuta să se înțeleagă cu ajutorul lui Dumnezeu. Se crede puternic că mila lui Dumnezeu îmi va oferi dragoste, ca liniștit în rugăciune să mă

pregătesc pentru viața veșnică. Prin Santramentul lui Pokuta îmi cer iertare de la Dumnezeu pentru păcatele comise de-a lungul întregii vieți. Voi primi Comuniunea Lumii. Rugând milostivirea lui Dumnezeu despre primirea mea față de familiarizarea cu Ei a în cer îmi voi lua rămas bun de familie (P, K 7)". Pe lângă faptul că moartea este o cale a lucrurilor și o graniță pentru viață, este omul când își mărturisește că poate în scurt timp să vină, nu totdeauna va reuși, nu totdeauna primește ceva asupra căreia nu are influență. Asemenea temeri au apărut de asemenea în răspunsurile seniorilor chestionați. "Așa temerile în fața plecării din această lume în fața celui "necunoscut" pe care nu-l poate înțelege mintea umană. Pe lângă faptul că pe de o parte el va dori și încerca să aibă încredere în Dumnezeu și promisiunile lor în schimb rădăcina umană care ca negura se ține de umanitatea mea, va înainta diferite temeri și îndoieli. Începând de la temerea participării în Misterul Laudei lui Dumnezeu până la îndoiala cu privire la existența cerului, a vieții veșnice și credinței în Dumnezeu milostivul. Cred că pentru mine ar fi de asemenea timpul pe care l-aș fi petrecut în gândirea cu privire la trecut (socoteala credinței) și de prețuire a vieții proprii și a progrecului. Dar poate greșesc și voi fi liniștit, plin de speranțe și credință? Dar dacă așa se va întâmpla acesta nu va fi meritul meu, dar mila lui Dumnezeu, despre care cred că deja acum trebuie s-o cer în rugăciunile mele" (PK, M10). Bărbatul plin de temeri înaintea morții, dar și în aceea ce îl așteaptă. Pe lângă faptul că este o persoană credincioasă, se întreabă dacă va fi liniștit, sau plin de temeri. Dacă îl va cuprinde liniștea, va fi meritul lui Dumnezeu, ceea ce se poate trata ca o punctul culminant al adevărului credinței. În răspunsurile celor chestionați au apărut de asemenea acelea care exprimau pe lângă declarațiile credinței o neacceptare a morții. Una dintre femei scrie: "nu aș fi acceptat această noutate, aș fi mers la spovedire, aș fi cerut masa sfântă iar mai apoi aș fi căutat metode (de lecuire sau de schimbare a deciziei), ca să trăiesc mai mult" (PK, K6).

În rândul temerilor în fața morții (pe lângă faptul dacă există ceva mai mult și cum va fi după moarte) apare teama în fața suferinței, cu care se leagă moartea. Această spaimă îi îndeamnă pe cei chestionați la rugăciune despre moartea bună, moarte fără suferințe. Una dintre femei scrie: "L-aș fi ugat pe Domnul Dumnezeu să-mi dea putere, ca să pot față de cei apropiați să nu am suferințe" (P, K2). Alta adaugă: "L-aș fi rugat pe Domnul Dumnezeu, ca să mă apere înaintea tuturor suferințelor în ultimele clipe ale vieții mele" (PK, K3). Rugăciunea aceasta se leagă de asemenea de adresarea rugăciunilor către Dumnezeu cu privire la faptul că în momentul morții să nu ai îndoieli, dar deplin să crezi lui Dumnezeu "aș fi dorit să fiu puternică cu duhul, ca în ultima clipă să nu mă îndoiesc de Dumnezeu, apropierea Lui și mântuirea" (PK, K9).

În unul dintre răspunsurile unei femei din Canada a apărut opinia despre moarte ca o formă a fericirii, așteptată de mulți ani plină de speranțe. Moartea nu este pentru ea ceva rău, greu, formă de suferință sau plâns după viața pierdută. Este o împlinire dacă ”la sfârșit aștept acolo o persoană pe care o iubesc mai mult decât viața” (PK, K2). Dragostea care are pentru femeie actualitatea se face prezent în viața ei ducând la faptul că atitudinea față de moarte devine o așteptare pentru fericire.

Gândul la moarte, care poate să vină în orice clipă, așa cum arată chestionații: ”dacă are atâția ani deja trăiți” confirmă că întreprind diferite chestiuni ca să se pregătească față de ea bine. În rândul lor cel mai des apare spovedire și rugăciunea. Unii chestionați scriu numai despre spovedire, unirea sacramentală. În răspunsurile femeilor sunt caracteristice aspectele așa ca: „înainte de moarte dacă aș ști despre asta, atunci cel mai important ar fi pentru mine unirea cu Dumnezeu” (PK, K1), „dorința mea cea mai importantă este unirea cu Domnul Dumnezeu” (PK, K 10), „spovedirea generală pentru toată viața și primirea Comuniunii Svinte” (PK, K3). Bărbații scriu despre spovedire pentru toată viața și viața în starea dragostei care sfințește: „aș fi trecut prin spovedire generală a întregii vieți, (deși așa ceva mi s-a întâmplat să trec). Pe lângă faptul că simțind propria, neputință umană, aș fi făcut asta încă odată” (P, M3), „sigur aș fi dorit cât mai mult să rămân în dragostea sfințirii, ca să fiu gata să apar în fața Majestății Domnului. Ce se ascunde după asta: că slăbiciunile mele permanent se îndreaptă ca după o spovedire trecută” (PK, M3). În răspunsurile mai multor chestionați spovedirea și rugăciunea se leagă între ele și se intersectează. „Dacă aș fi știut că degrabă voi fi chemat spre cele veșnice acel principal timp al acestei vieți scurte l-aș fi dedicat numai și în exclusivitate la salvarea sufletului prin spovedirea întregii mele vieți. Mai mult timp aș acorda rugăciunii, aș merge în fiecare zi la biserică la serviciul divin, aș înceta să lucrez și aș face mai mult bine” (PK, M1). Bărbatul arată de asemenea la formele rugăciunii (serviciul divin) și facerea de bine. Între alte forme ale rugăciunii arată că serviciile gregoriene „aș fi solicitat Serviciul Divin Gregorian (PK, K5); asigurarea: „aș crede liniștit milostivirii lui Dumnezeu” (P, K4), „cred că restul zilelor mele le-aș petrece în cugetări și învățăturile Evangheliei, rugăciunii. Oferirea sa în mâinile Preasfintei Fecioare Maria, Sfântului Francisc și milostivului Dumnezeu” (PK, M5); adorația: „aș petrece un timp mai mult asupra adorației și aș ruga să se roage pe apropiații mei, ca să-mi ajute să mă pregătesc. I-aș fi mulțumit Domnului Dumnezeu, că mi-a dat o șansă ca să mă pregătesc spre trecerea în lumea de dincolo (vegheați, deoarece nu știți nici ziua, nici ora)” (PK, K5), „întregul timp liber și nu numai timp liber să-l acorde rugăciunii și ispășirii. Să te afli (dacă se poate fizic) cât se poate mai mult în Caplița Milostivirii lui Dumnezeu. Să rogi Maica Domnului și pe Hristos de momentul fericit al morții. Consider că cred că



Maica Domnului, Isus milostivul îmi ajută să trec pragul spre veșnicie – căci Ție Domnule mă încredințez, mă încredințez milostivirii Domnului” (P, K7); rugăciunile: „întregul timp liber și nu numai liber să fie acordat rugăciunii și ispășirii. Să fii dacă se poate fizic, cât mai mult în Caplița Milostivirii lui Dumnezeu și să crezi necondiționat lui Dumnezeu. Să o rog pe Maica Domnului și pe Hristos pentru momentul fericit al morții. Consider că cred că Maica Domnului, Isus milostivul ajută să treacă pragul spre veșnicie – căci Ție Doamne am crezut, am crezut milostivirii lui Dumnezeu” (P, K7); serviciile divine pentru iertarea păcatelor: „Mă strădui fiecare zi să trăiesc conform lui Dumnezeu. Des apelez la Sacramentul ispășirii, durerii adânci și de muncă asupra sa, ca în drumul spre cer să te sfințești. Acea ultimă perioadă de viață pe pământ l-aș fi dedicat pentru o și mai mare rugăciune și având milă pentru perioada pierdută, lipsa de grijă de 65 de ani l-aș fi rugat pe Domnul Dumnezeu să mă ierte. Aș fi rugat pentru milostivire și iertare. Așa cu adevărat nu știu dacă voi avea conștiința că ceasul morții este aproape, și poate veni în fiecare clipă. Îl rog pe Duhul Sfânt de lumină și salvarea Sufletului (P, K5) și „rugămintea de rugăciune pentru sufletul meu” (PK, K 3).

O altă formă de rugăciune este arătată de către femei care au fost pelerine la locurile sfinte: „dacă aș fi avut undeva să merg atunci la Vatican” (PK, K8), „aș fi ales drumul spre locurile speciale (ca de exemplu Lourdes)” (PK, K 7), și de asemenea citirea lecturilor religioase în scopul pregătirii bune spre moarte: „nu aș uita despre pregătirea mea spirituală – aș citi multe cărți religioase, ca să mă pregătesc pentru viața de dincolo” (PK, K1).

Ceea ce leagă pe toți seniorii chestionați din Polonia și din Polonia canadiană este credința puternică și adâncă – pe lângă îndoielile apărute și temeri. Anume ea face puternică speranța creștină și bucurie de la trecerea din viața pământească la viața cerească. Dumnezeu dă putere pentru viață. După bilanțarea lui apar concluzii că Dumnezeu dacă nu a lăsat bucuriile și suferințele în experiențele grele și succesele de viață, nu va lăsa nici în clipa morții. Mărturisește despre aceea experiențele trecute ale chestionaților, a căror încununare poate să devină răspunsul unei femei din Canada: „În viață nu este valoros nimic bogăția, titlurile, popularitatea – doar credința și dragostea lui Dumnezeu. Este un fapt care i-a ajutat pe părinții mei și pe mine să trec de exilul în Siberia (1940), Uzbekistan, Iran, Irak, India, Africa de Est, Anglia și Canada. Fără acea tutelă specială, dragoste și credință în Dumnezeu nu am fi rezistat” (PK, K4). Credința puternică în Dumnezeu, adâncirea adâncă reflexivă în rugăciune permite celor chestionați să se acomodeze cu moartea și să se pregătească pentru ea fără a ține seama de „timp și loc” și la aceea că nu știu nici ziua nici ora”.

Judecățile individuale cu privire la propriile posibilități depind de sistemul de convingeri despre sine, ceea ce conform lui J. Reykowski este o autoevaluare,

înțeleasă ca o teorie specifică asupra propriei teme (Reykowski, 1975, p.167). Surse ale autoevaluării sunt: realizările proprii în realizarea misiunilor, aspirațiilor, a calității vieții atinse; exemplul de realizări ale oamenilor asemănători ca subiect al posibilităților; persuasiunea verbală, legată de activitatea care schimbă misiunea îndeplinită; semnalele interne ale trezirii emoționale, care pot să acționeze și să dezorganizeze; experiența negativă în atingerea scopurilor de viață; opinia altor oameni, în special a persoanelor în vârstă la tema aspirațiilor subiectului, calității vieții și a opiniei cu privire la regulile de viață permise. Conform opiniei lui J.Kozielecki, autoevaluarea este temelia autodezvoltării individuale sau a autodestrucției sale (Kozielecki, 1981, p.6-7). Permite să fie apreciat prin prisma realizărilor (bilanțul vieții), schimbarea planurilor pentru viitor, să fie mulțumit de viață și să ai scopuri de viață sau se închide în viață și se îndreaptă spre moarte. Autoevaluarea este de asemenea temelia pentru crearea chipului propriei bătrâneți, perceperea despre propria persoană în această perioadă a vieții și de modul de mai departe de viață.

Seniorii chestionați tratează propria bătrânețe ca pe ceva natural (cotidian, evidentă) și etapa inevitabilă în viața fiecărui om. Predomină impresiile pozitive, în care bătrânețea apare ca o perioadă cu numeroase privilegii și plăceri, ca de exemplu, timpul liber, premiu, posibilitatea de a realiza ceea ce omul dorește și spre ce tinde. Persoanele care trăiesc în Canada definesc aceasta ca un timp de o anumită liniște sau de o mare necunoscută, în care pot participa datorită experienței bătrâneții, ceea ce nu există în răspunsurile seniorilor care trăiesc în Polonia. Bărbații și femeile, mai ales din Polonia au arătat de asemenea chipul negativ al propriei bătrâneți, așa ca: boli, oboseală, dizabilitatea și singurătatea care apare în special la bărbați. Într-un anumit sens aceasta este o reflectare a relațiilor celor mai slabi cu cei mai apropiați membri ai familiei și recompensarea relațiilor lor de vecinătate care nu le oferă aceeași asigurare emoțională și a sentimentului securității, ceea ce relațiile cu proprii copii și rudele apropiate. Chipul propriei bătrâneți și autoevaluarea formează experiența de viață, relațiile cu cele mai apropiate persoane, starea de sănătate și condițiile economice. Seniorii polonezi contrar seniorilor din Canada au probabil mai multe percepții negative legate de sănătate sau de disponibilitate, ceea ce poate fi condiționat prin accesul la sănătate, calității serviciilor medicale și de mijloacele financiare destinate pentru cumpărarea leacurilor sau curele de la sanatoriu. Sistemul de asigurare medicală, grieriatrică în Canada este categoric mai bun și mai accesibil pentru pacienții de vârstă înaintată.

Dacă este vorba de relațiile cu Dumnezeu în egală măsură persoanele care locuiesc în Polonia, ca și cele din Canada le definesc pozitive ca foarte bune și bune, satisfăcătoare și mulțumitoare. În grupul chestionaților nu au fost astfel de

persoane care nu ar fi avut relații cu Dumnezeu sau ar fi recunoscut că ele se află la un nivel rău (doar unii scriu că ele ar fi putut fi mai bune).

Între relațiile, care sunt pentru ei importante comunitatea cu Dumnezeu este una din cele mai importante. Acel tip de relații mărturisește despre angajarea masivă religioasă în ceea ce privește dumnezeirea și credința adâncă a celor chestionați. Aceasta a fost confirmat și de răspunsurile care se conțin în răspunsurile seniorilor între altele a considerațiilor pe tema morții (tratată ca naturală, dar care nu este lipsită spaimei legate de suferință). Firul morții în genere a făcut științifică religiozitatea și credința adâncă a tuturor seniorilor chestionați. Conștiința lor a sfârșitului vieții și credința adâncă permite să stabilim scopul și sensul vieții în raport cu propria spiritualitate, și de buna pregătire a întâlnirii cu Dumnezeu prin rugăciune, spovedanie unire și conform cu ordinele lui Dumnezeu viața. Relațiile cu Dumnezeu ocupă o parte importantă a răspunsurilor chestionaților. Ea este rădăcina sensului și importanței vieții prezente ca și de asemenea a morții. Se poate spune că pentru persoanele în vârstă, religia este așa cum scria în anii 70 Berger, „un sfânt baldachin” care oferă senzația securității, puterea pentru viață și pentru schimbare, curățirea și speranțele pentru viitor.

Viața persoanelor în vârstă caracterizează de asemenea dezvoltarea ca și schimbările care apar din conștiința pentru deplasarea treptată spre sfârșitul existenței. Într-un anumit moment persoanele în vârstă conștientizează că viața de până atunci este doar etapa în drumul spre veșnicia creștină. Aceasta devine de asemenea evident și în răspunsurile și în atitudinile chestionaților față de propria bătrânețe sau de asemenea religiozitate, spiritualității creștine. De asemenea, credința ca și „dragostea încrederii care o tovarășește în puterea lui Dumnezeu a creației” (Chudy, 1999, p.8) întărește în optimismul metafizic și permite alegerea intențiilor pământești dincolo de moarte. Prin aceasta se aduce răspuns la întrebarea despre sensul vieții, suferință și moarte. Este regula atingerii maturității depline, care poate fi înțeleasă ca o prelungire și o completare a dezvoltării personale a omului realizată în cursul existenței (Uzar, 2011, p.96).

În cazul persoanelor în vârstă o importanță specială o ia faptul legării cu realitatea transcendențială. Perioada bătrâneții este pentru multe persoane în vârstă „perioada descoperirii și de experimentare a credinței, iar prin aceea a dezvoltării interne” (Uzar, 2011, p.104). Foarte des religiozitatea devine pentru ei locul de căutare a sprijinului, înțelegerea experiențelor suferinței și a morții care se apropie. Viața religioasă favorizează regăsirii sensului diferitor evenimente din perspectivă exatologică, să slujească poate de asemenea acceptării limitărilor bătrâneții și de preluare a atitudinii speranței (Uzar, 2011, p.104). spre sfârșitul vieții care pentru creștini este „începutul noii existențe” (Halicka, Halicki, 2002, p.217). Pentru persoanele în vârstă angajate în relațiile religioase

este într-o măsură importantă o sursă a sensului, care se leagă de experiențele caracteristice pentru această perioadă a vieții. Este o susținere în clipele grele, sursă a liniștii interne, de asemenea a speranței pentru viața veșnică (Uzar, 2011, p.106). Dumnezeirea persoanelor în vârstă are pentru ei o mare importanță în contextul urcării spre viața veșnică, într-o măsură mai mare stabilește sensul special al vieții, scopul lui și direcție.

În acest subcapitol s-au stabilit relațiile față de sine, propria bătrânețe și valori duhovnicești. Referindu-se la concluziile obținute pentru atitudinile tipice propuse de către S. Reichard, se poate spune că de asemenea ca și în cazul relațiilor față de alții și țară/patrie chestionații prezintă atitudinea „constructivă”

### III. 4. Sentimentul singurătății și sensul vieții

Singurătatea se manifestă în viața fiecărui om. Este o finalitate existențială, un moment natural în viața omului, deoarece rezultă din natura lui. Poate fi dramatică anume în copilărie și la bătrânețe (Dubas, 2006, p.330).

Din perspectiva considerațiilor teoretice adoptate în prima parte a lucrării rezultă că singurătatea poate fi analizată între altele din punctul de vedere al percepției omului ca o unitate socială și emoțională. În acest context se evidențiază singurătatea socială și psihologică (emoțională) (Stochmialek, 2005, p.32). Prima din ele este identificată cu lipsa tovarășiei, prietenilor, ceea ce duce la sentimentul alienării. Alta se leagă de sentimentul lipsei legăturilor emoționale cu cei apropiați, cunoscuți, pe lângă faptul că se află în anturajul omului care resimte singurătatea.

În legătură cu faptul că în răspunsurile cercetătorilor apare categoria „existenței singuraticice” (ce-i adevărat un procent nu chiar mare din Polonia canadiană, deoarece numai 5% cu ocazia cercetării a declarat relațiile până la sfârșitul vieții), cercetările asupra sensului vieții a fost lărgit cu cercetarea asupra singurătății seniorilor. Așa cum arată E. Dubas, dacă singurătatea apare în această vârstă, ea reprezintă pentru cei care o resimt situație în genere dramatică (Dubas, 2000, p.330 și urm.). Ca să cunoască dacă în rândul cercetătorilor apare sentimentul singurătății și dacă e așa, atunci la cine apare mai puternic și unde se găsește cauza acestei stări, seniorii din Polonia și din Polonia canadiană au fost cercetați pe scara Rascha (ea a fost descrisă în partea metodologică).

Felul de simțire a singurătății se poate aprecia prin utilizarea subscării. Scara Rascha se formează din cinci subscări dintre care trei sunt negative, în schimb două pozitive. Rezultatele cercetării asupra sentimentului singurătății persoanelor în vârstă care trăiesc în Polonia și Canada au fost prezentate conform ordinii subscărilor adoptate în scara Rascha. Este util aici de subliniat că singurătatea apare în situația când persoana are sentimentul că numărul relațiilor interpersonale și calitatea lor (senzația legăturii, apropierii și intimității) este mult mai mică decât de

la aceea care se așteaptă. Singurătatea este înțeleasă prin prisma experienței și aprecierii cu trimitere la izolare, lipsa posibilităților comunicării cu alte persoane. Ea poate fi percepută de asemenea ca lipsa posibilităților de legare a unor relații.

Față de cele de mai sus în primul rând vor fi prezentate rezultatele cercetărilor în subscările negative, care se referă succesiv la 1) privațiunea necesității contactului social; 2) Situația de resimțire a excluderii sociale și 3) Sentimentul pierderii grupului tovrășesc.

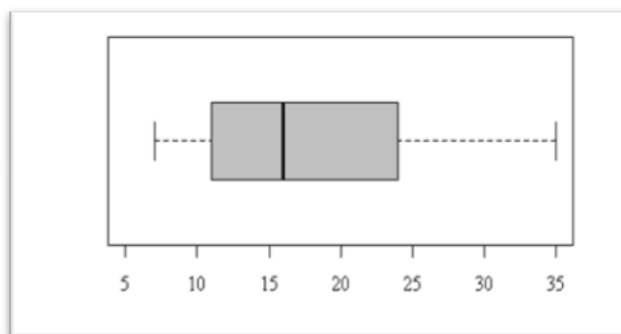
Tabela 1. Subscara sentimentului negativ raportat la chetionații din Polonia și Canada

Subscara	Mediu	SD	Mediana	Min	Max	1. sfert	3. sfert
<b>I</b>	17,58	7,44	16	7	35	11	24
<b>II</b>	21,72	5,25	22	7	34	19	25
<b>III</b>	12,98	4,75	13	5	24	10	16

Sursa: cercetările proprii.  
SD – devoiația standartă.

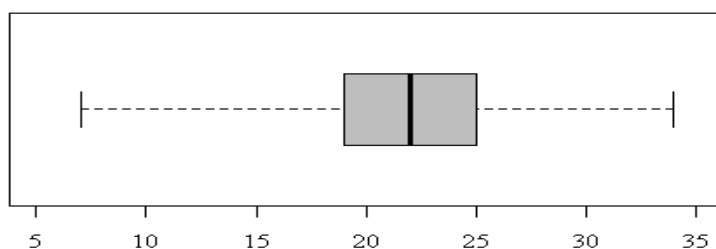
Din datele incluse mai sus rezultă că rezultatul mediu pe subscara 1 reprezintă 17,58 puncte ( $SD=7,44$ ) din 35 posibile, iar privarea necesității contactului social în grupul cercetat se poate aprecia ca mediu. Cel mai mic rezultat reprezintă 7, cel mai înalt 35 de puncte, iar mediana 16 puncte (jumătate din cei anchetați a primit mai puțin, iar jumătate mai mult de 16 puncte). Primul și al treilea sfert reprezintă corespunzător 11 și 24 de puncte. Aceasta înseamnă că rezultatul tipic (subscara 1) în grupul chestionat cuprinde de la 11 până la 24 de puncte, ceea ce suplimentar formează figura 1.

Figura 1. Privarea necesității contactului social.



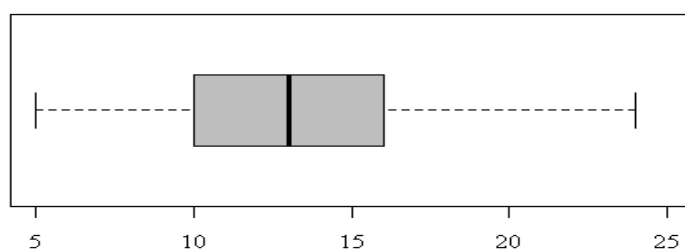
Analizând în continuare datele incluse în tabela 1, se poate constata că rezultatul mediu pe subscara 2 reprezintă 21,74 puncte ( $SD=5,25$ ) din 35 posibile, deci în situația sentimentul excluderii sociale în grupul cercetat se poate aprecia ca mediu. Cel mai jos rezultat a fost 7, cel mai mare 34, iar media 22 de puncte, prin urmare jumătate din cei anchetați cuprinde în subcapitol de la 19 până la 25 de puncte. Suplimentar rezultatul obținut pe figura 2

Figura 2. Sentimentul situațional al respingerii sociale



Referindu-ne în continuare la datele incluse în tabelul 1 se poate constata că vârsta medie în subscara 3 ajunge la 12,98 de puncte ( $SD=4,75$ ) din 25 posibile, sentimentul pierderii tovarășiei în grupul de cercetare se definește ca mediu. Cel mai scăzut rezultat reprezintă 5, cel mai de sus 24 de puncte. Mediana a numărat 13 puncte, iar jumătate din cei anchetați a primit mai puțin, iar jumătate mai mult decât 13 de puncte. Primul și al treilea sfert reprezintă corespunzător 10 și 16 puncte. Aceasta înseamnă că rezultatul tipic al grupului cercetat se situează în compartimentul de la 10 până la 16 puncte, ce este reprezentat în figura 3.

Figura 3. Sentimentul pierderii grupului tovarășesc.



Datele prezentate în tabelul 1 și analiza realizată confirmă să rezultatele la niciuna din scări nu aveau componentă normală (ceea ce este controlat și confirmat prin testul Shapiro-Wilka)<sup>6</sup>. În legătură cu comparația în grupele (din punctul de vedere al sexului și locul de trai) au fost folosite testele neparametrice – testelor

<sup>6</sup> Testul Shapiro-Wilka controlează normalitatea componentei variabilei exprimată pe scara cantitativă.

Mann-Whitney<sup>7</sup>. Succesiunea analizelor reprezintă subscările negative prezentate mai sus.

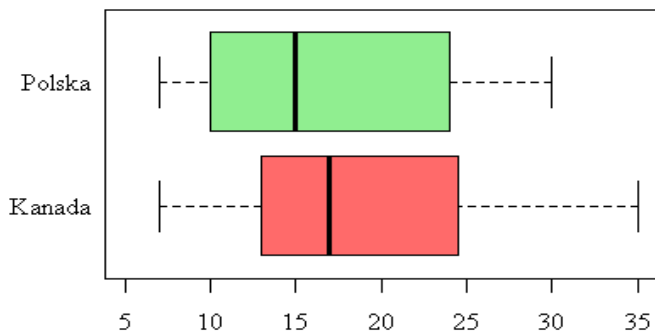
Tabelul 2. Privarea necesității contactului social în rândul chestionaților cu referință la locul de trai.

Țara	Privarea necesității contactului social							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1.sfert	3. sfert	
Kanada	18,63	7,4	17	7	35	13	24,25	W=2103 p=0,111
Polonia	16,53	7,4	15	7	30	10	24	

Sursa: Cercetările proprii  
SD: Devierea standardă.

Din datele incluse mai sus rezultă că valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05. Persoanele care locuiesc în Polonia și Canada nu se deosebesc esențial prin privarea necesității contactului social.

Figura 4. Privare necesității constactului social în rândul celor chestionați cu referire la locul de trai.



Sursa: Cercetările proprii.

Tabelul 3. Privarea necesității contactului sociale în rândul femeilor din Polonia și Canada.

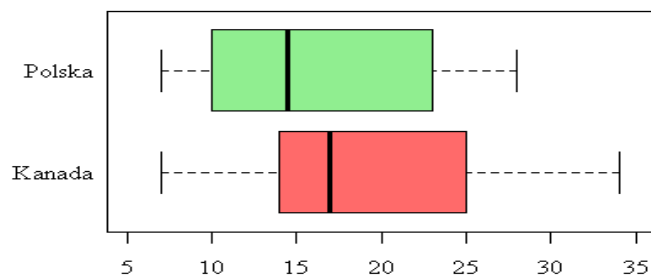
Țara	Privarea necesității contactului social							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	

<sup>7</sup> Testul Manna-Whitney – este răspunsul neparametric al testului  $t$ -Studentului.

Kanada	18,73	7,1	17	7	34	14,25	24,75	W=577,5 p=0,059
Polonia	15,5	7,24	14,5	7	28	10	22,5	

Sursa: Cercetările proprii.  
SD: Devierea standartă

Figura 5. Privarea necesității contactului social în rândul femeilor din Polonia și Canada



Datele prezentate în tabelul de sus și în figură cu trimitere la femeile chestionate care locuiesc în Polonia și Canada mărturisește despre faptul că valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05. Se poate mai apoi mărturisi că femeile chestionate nu se deosebesc esențial prin privarea necesității contactului social.

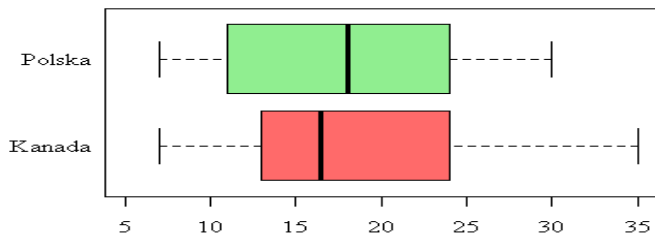
Tabelul 4. Privarea necesității contactului social în rândul bărbaților din Polonia și Canada

Țara	Privarea necesității contactului social							Testul Mann-Whitney
	Mediu	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	18,53	7,81	16,5	7	35	13	23,5	W=482,5 p=0,631
Polonia	17,57	7,53	18	7	30	11	24	

Sursa: Cercetările proprii  
SD: Devierea standartă

Figura 6. Privarea necesității contactului social în rândul bărbaților din Polonia și Canada.





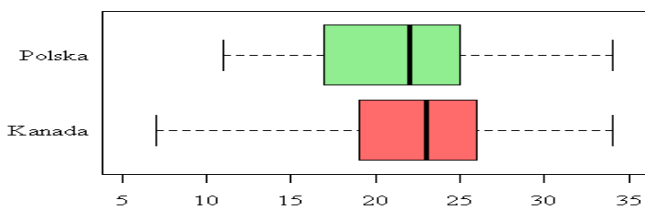
Analizând datele incluse în tabelul 4, se poate spune că valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05, iar bărbații care locuiesc în Polonia și în Canada nu se deosebește în esență prin privarea necesității contactului social.

Următoarea subscară (2) se referă la sentimentul situațional al respingerii sociale. Mai jos este prezentată tendința generală cu referință la locul de trai a persoanelor chestionate.

Tabelul 5. Situația sentimentului respingerii sociale din punctul de vedere al locului de trai.

Țară	Sentimentul situațional al respingerii sociale							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Mediana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	22,08	5,53	23	7	34	19	26	W=1998,5 p=0,296
Polonia	21,35	4,96	22	11	34	17	25	

Figura 7. Sentimentul situațional al respingerii sociale din perspectiva locului de trai.



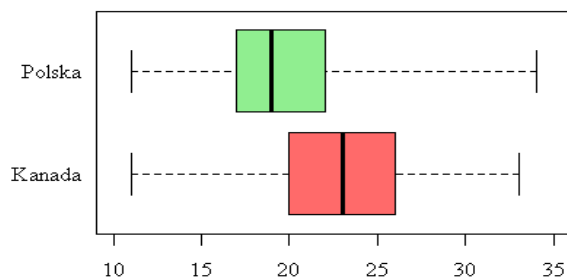
Sursa: Cercetările proprii.

Valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05 dar persoanele care locuiesc în Polonia și în Canada nu se deosebesc esențial de sentimentul respingerii sociale.

Tabelul 6. Sentimentul situațional al respingerii sociale a femeilor din Polonia și Canada

Țara	Sentimentul situațional al respingerii sociale							Testul Mann-Whitney
	Șre-dnia	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	23,07	5,3	23	11	33	20,25	26	W=599,5 p=0,027
Polonia	20,53	5,35	19	11	34	17	22	

Figura 8. Sentimentul situațional al respingerii sociale a femeilor din Polonia și Canada



Sursa: Cercetările personale.

Valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mică de 0,05, prin urmare femeile care locuiesc în Polonia și Canada se deosebesc esențial în ceea ce privește sentimentul situațional al respingerii sociale decât femeile din țară.

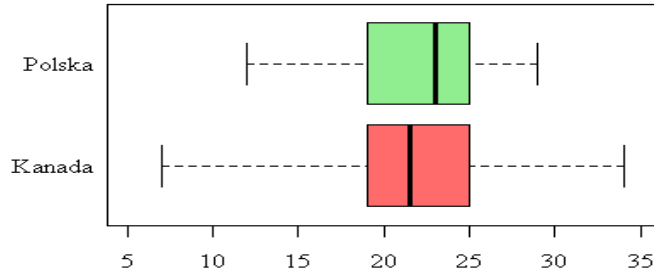
Tabelul 7. Sentimentul situațional al respingerii sociale a bărbaților din Polonia și Canada.

Țara	Sentimentul situațional al respingerii sociale							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	21,1	5,67	21,5	7	34	19	24,75	W=397,5 p=0,436
Polonia	22,17	4,49	23	12	29	19,25	25	

Sursa: Cercetările personale

SD: Devierea standartă

Figura 9. Sentimentul situațional al respingerii sociale a bărbaților din Polonia și Canada



Sursă: Cercetările personale.

Valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05 iar bărbații care locuiesc în Polonia și Canada nu se deosebesc esențial sentimentului situațional ale respingerii sociale.

Următoarea subscară (3) se referă la sentimentul situațional al respingerii sociale. Mai jos sunt prezentată tendința generală cu referință la locul de trai al chestionaților.

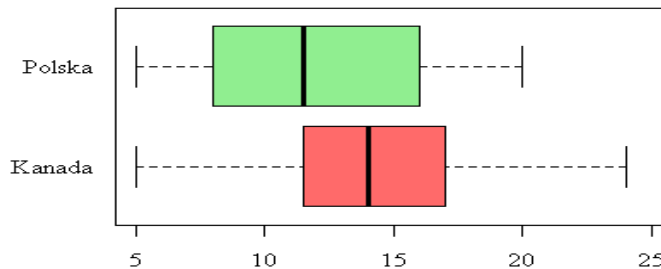
Tabelul 8. Sentimentul pierderii grupului tovarășesc

Țară	Sentimentul pierderii grupului tovarășesc							Test Mann-Whitney
	Media	SD	Mediana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	14,13	4,53	14	5	24	11,75	17	W=2280 p=0,012
Polonia	11,83	4,71	11,5	5	20	8	16	

Sursa: Cercetările personale

SD: Devierea standartă

Figura 10. Sentimentul pierderii grupului tovarășesc



Sursa: Cercetările personale

Valoare  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mică decât 0,05 iar persoanele care locuiesc în Polonia și Canada se deosebesc esențial prin sentimentul pierderii

grupului tovrăşesc – reprezentanţii Poloniei canadiene au un mai mare sentiment al pierderii grupului tovrăşesc decât reprezentanţii care locuiesc în ţară.

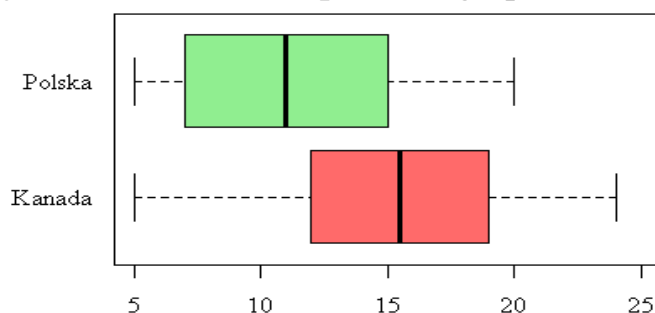
Tabelul 9. Sentimentul pierderii grupului tovrăşesc de către femei

Țară	Sentimentul grupului tovrăşesc							Test Mann-Whitney
	Media	SD	Mediana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	15,07	4,98	15,5	5	24	12	19	W=636,5 p=0,006
Polonia	11,27	4,76	11	5	20	7	14,75	

Sursa: Cercetările personale

SD:Devierea standartă

Figura 11. Sentimentul pierderii grupului tovrăşesc de către femei.



Sursa: Cercetările personale.

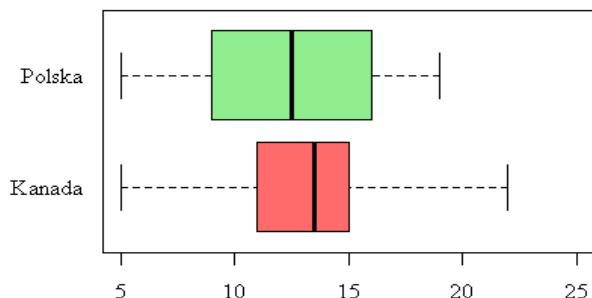
Valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este este mai mică de 0,05, de aceea femeile care locuiesc în Polonia și Canada se deosebesc esențial prin sentimentul pierderii grupului tovrăşesc – reprezentantele din Polonia canadiană au un mai mare sentiment de pierdere al grupului tovrăşesc decât femeile care locuiesc în ţară.

Tabelul 10. Sentimentul pierderii grupului tovrăşesc de către bărbați.

Țara	Sentimentul pierderii grupului tovrăşesc							Test Mann-Whitney
	Media	SD	Mediana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	13,2	3,91	13,5	5	22	11	15	W=493,5 p=0,519
Polonia	12,4	4,68	12,5	5	19	9	16	

Sursa: Cercetări personale  
SD: Devierea standartă

Figura 12. Sentimentul pierderii grupului tovarășesc de către bărbați.



Sursa: Cercetările personale

Valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05 prin urmare bărbații care locuiesc în Polonia și Canada nu se deosebesc esențial în sentimentul pierderii grupului tovarășesc.

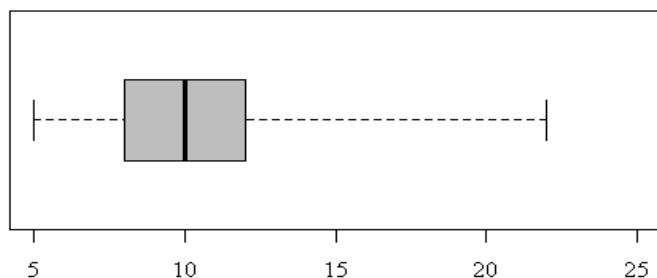
Următoarele două subscări pe scara Rascha sunt pozitive. Prima din ele cercetează (IV) Sentimentul legăturii cu grupul, iar a doua (V) Sentimentul legăturilor importante cu oamenii.

Tabelul 11. Subscara pozitivă

Subscara	Media	SD	Mediana	Min	Max	1. sfert	3. sfert
IV	9,89	2,95	10	5	22	8	12
V	11,32	5,06	10	6	28	7	14,25

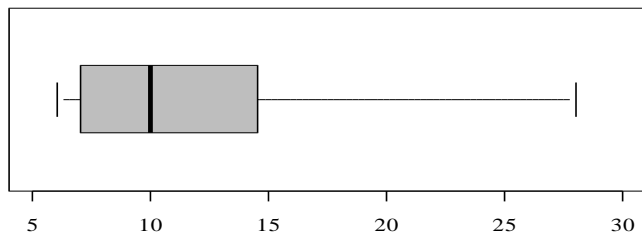
Rezultatul mediu al subscării IV a ajuns 9,89 de puncte ( $SD=2,95$ ) din 25 posibile, prin urmare sentimentul legăturii cu grupul în grupul chestionat se poate stabili ca destul de ridicat (cu cât mai mic este rezultatul cu atât mai mare este sentimentul legăturii). Cel mai mic rezultat a fost 5, iar cel mai mare 22. Mediana a reprezentat 8 puncte, și prin urmare jumătate din cei chestionați a obținut mai puțin, iar jumătate mai mult decât 10 puncte. Primul și al treilea sfert au numărat corespunzător 8 și 12 puncte. Aceasta înseamnă că rezultatul tipic în grupul chestionat s-a situat între 8 și 12 puncte.

Figura 13. Sentimentul legăturii cu grupul între persoanele chestionate



Rezultatul mediu pe subscara V a reprezentat 11,32 ( $SD=5,06$ ) din 30 posibile și prin urmare sentimentul legăturilor importante cu oamenii în grupul chestionat se poate defini ca înalte (cu cât mai mic este rezultatul cu atât mai mare este sentimentul legăturilor importante). Cel mai mic rezultat a fost de 6, cel mai mare de 28 de puncte. Mediana a reprezentat 10 puncte și prin urmare jumătate din cei anchetați a obținut mai puțin, iar jumătate mai mult decât 10 puncte. Primul și al treilea sfert au reprezentat corespunzător 7 și 14,25 puncte.

Figura 14. Sentimentul legăturilor importante cu oamenii în rândul persoanelor chestionate



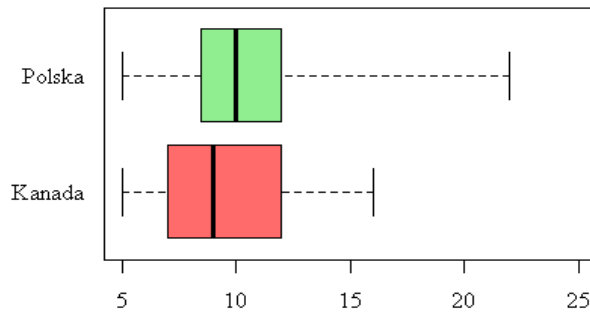
Subscara pozitivă la fel ca și cea negativă nu aveau o componentă normală (aceasta a fost confirmat prin testul Shapiro – Wilk). Față de asta pentru comparație în grupe a fost folosit testurile neparametrice ale testelor Mann-Whitney.

Tabelul 12. Sentimentul legăturii cu grupul în rândul chestionaților

Țara	Sentimentul legăturii cu grupul							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	9,55	2,82	9	5	16	7	12	W=1569,5 p=0,283
Polska	10,24	3,05	10	5	22	8,5	12	

Sursa: Cercetările personale  
SD: devierea standartă

Figura 15. Sentimentul legăturii cu grupul în rândul celor chestinați



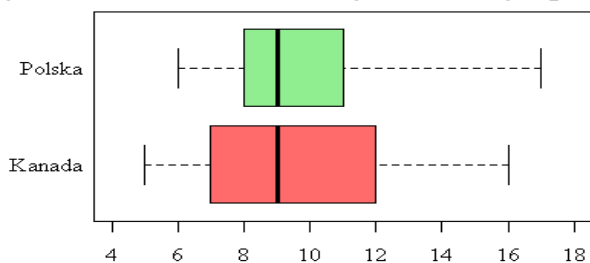
Valoarea lui  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05 prin urmare persoanele care locuiesc în Polonia și în Canada nu se deosebesc esențial prin sentimentul legăturii cu grupul.

Tabelul 13. Sentimentul legăturii cu grupul în rândul femeilor chestionate

Țara	Sentimentul legăturii cu grupul							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	9,4	3,04	9	5	16	7	12	W=435,5 p=0,829
Polonia	9,53	2,47	9	6	17	8	11	

Sursa: Cercetările proprii  
SD: Devierea standartă

Figura 16. Sentimentul legăturii cu grupul în rândul femeilor chestionate



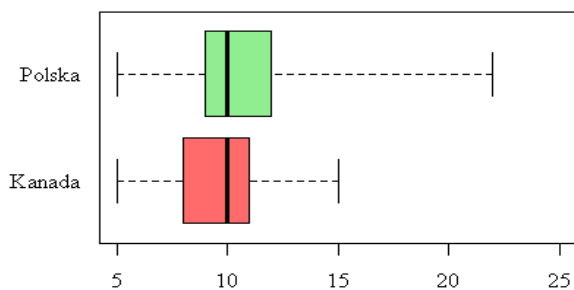
Valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05 și prin urmare femeile care trăiesc în Polonia și în Canada nu se deosebesc esențial prin sentimentul legăturii cu grupul.

Tabelul 14. Sentimentul legăturii cu grupul în rândul bărbaților chestionați

Țara	Sentimentul legăturii cu grupul							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	9,7	2,64	10	5	15	8	11	W=343 p=0,16
Polonia	10,97	3,45	10	5	22	9	12	

Sursa: Cercetările proprii  
SD: devierea standartă

Figura 17. Sentimentul legăturii cu grupul în rândul bărbaților chestionați



Valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05 și prin urmare bărbații care trăiesc în Polonia și în Canada nu se deosebesc esențial prin sentimentul legăturii cu grupul.

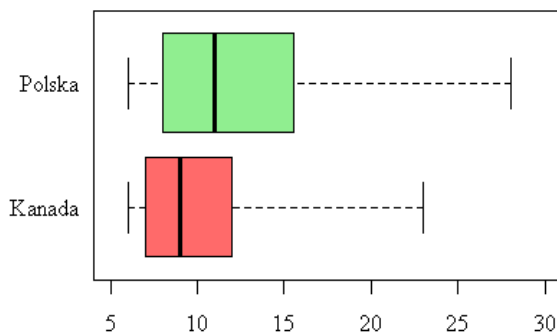


Tabelul 15. Sentimentul legăturilor importante cu oamenii în rândul celor chestionați.

Țara	Sentimentul legăturilor importante cu oamenii							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	10,3	4,56	9	6	23	7	12	W=1363 p=0,021
Polonia	12,33	5,36	11	6	28	8	15,25	

Sursa: Cercetările personale  
SD: Devierea standartă

Figura 18. Sentimentul legăturilor importante cu oamenii în rândul celor chestionați.

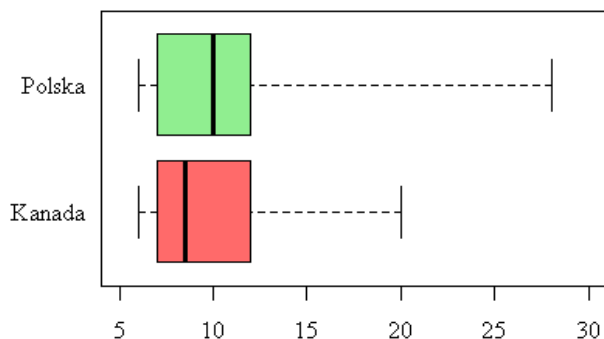


Valoarea  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mică decât 0,05 și prin urmare persoanele care locuiesc în Polonia și în Canada se deosebesc esențial prin sentimentul legăturilor importante cu oamenii – reprezentanții Poloniei canadiene au un sentiment mai mare a legăturilor importante cu oamenii decât persoanele care locuiesc în țară.

Tabelul 16. Sentimentul legăturilor importante cu oamenii în rândul femeilor chestionate.

Țara	Sentimentul legăturilor importante cu oamenii							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	10,1	4,02	8,5	6	20	7	11,75	W=433 p=0,8
Polonia	10,47	4,6	10	6	28	7	12	

Figura 19. Sentimentul legăturilor importante cu oamenii în rândul femeilor chestionate.



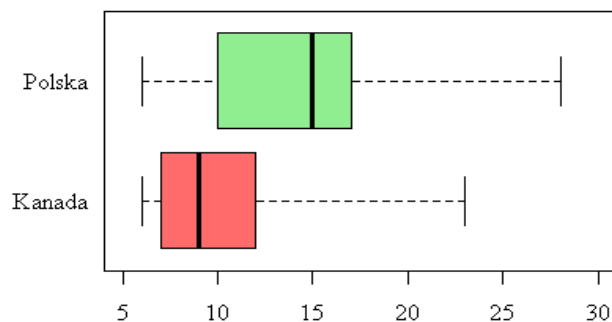
Valoarea lui  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mare de 0,05 și prin urmare femeile care locuiesc în Polonia și în Canada nu se deosebesc esențial prin sentimentul relațiilor importante cu oamenii.

Tabelul 17. Sentimentul legăturilor importante cu oamenii în rândul bărbaților chestinați

Țara	Sentimentul legăturilor importante cu oamenii							Testul Mann-Whitney
	Media	SD	Med-iana	Min	Max	1. sfert	3. sfert	
Kanada	10,5	5,1	9	6	23	7	12	W=260,5 p=0,005
Polska	14,2	5,48	15	6	28	10	16,75	

Valoarea lui  $p$  din testul Mann-Whitney este mai mică de 0,05 și prin urmare bărbații care trăiesc în Polonia și în Canada se deosebesc esențial prin sentimentul legăturilor importante cu oamenii reprezentanți ai Poloniei canadiene au un mai mare sentiment al legăturilor importante cu oamenii decât bărbații care locuiesc în Polonia.

Figura 20. Sentimentul legăturilor cu oamenii în rândul bărbaților chestionați



Rezultatele cercetărilor care au fost prezentate mai sus confirmă specificul propozițiilor neterminale ale relațiilor sociale ale persoanelor în vârstă din Polonia și din Canada. Dacă este vorba de privarea necesității contactelor sociale, persoanele care locuiesc în Polonia și Canada nu se deosebesc esențial. În schimb diferențele apar în cazul situației sentimentului respingerii sociale. Femeile chestionate din Polonia canadiană au un sentiment situațional mai mare de respingere decât femeile din Polonia. Poate este vorba despre relațiile slabe cu alte persoane care au fost arătate în test cu excepția propriei familii. Aceasta este o consecință înainte de toate a barierelor lingvistice care apar în țările multiculturale, de cultură și vârstă precum și a posibilității adaptării la noutăți și schimbări, ceea ce poate întări sentimentul situațional al respingerii. Bărbații în acest domeniu nu se deosebesc esențial. De asemenea, femeile în vârstă chestionate din Polonia canadiană posedă un sentiment mai mare al pierderii grupului tovarășesc (ceea ce nu arată ceilalți chestionați). În percepția lor legăturile sociale, tovarășești sunt limitate din momentul pensionării. Contactele limitate reies cel mai des din nedorința pentru menținerea relațiilor, dar din motivul distanțelor mari, care despart persoanele care se întâlnesc între ei în scopuri tovarășești. Lipsa permisului de conducere este un obstacol des întâlnit, care limitează posibilitatea deplasării prin oraș și de ajungere la întâlnirile tovarășești.

Dacă este vorba de declarația cu privire la sentimentul legăturii persoanelor chestionate cu grupul (subscara pozitivă), cei chestionați nu se deosebesc esențial, în schimb în cazul sentimentului legăturilor importante cu oamenii diferența apare în exclusivitate la bărbați, și anume chestionații din Polonia canadiană au un sentiment mai mare al legăturilor importante cu oamenii decât cei care locuiesc în Polonia. Posibil o conștiință mai mare și singurătatea resimțită de către unii dintre cei chestionați confirmă că relațiile, legăturile, și prin urmare relațiile cu oamenii apropiați, importanți reprezintă valoarea deosebită în viața omului.

Singurătatea a cărei înțelegere teoretic acceptată în considerațiile de față au fost prezentate în partea I, se pot analiza după câteva metode. David Riesman în *Mulțimea singuratică* (2011) descrie singurătatea din două perspective: drama individului și inevitabilitatea stării sociale. Aceasta este generată de viața în mulțimea anonimă sau prin închiderea în propriul interior, prin lipsa stimei, înțelegerii, egocentrismului sau de asemenea izolării și tristeții. Foarte greu este stabilirea surselor singurătății, să expunem toate metodele de prevenire a ei. Deseori împletită cu singurătatea este depresia, spaima pentru viață.

O completare a rezultatelor prezentate mai sus sunt datele obținute în perioada realizării cercetărilor focusate în rândul seniorilor din Polonia și Polonia canadiană.

Din răspunsurile chestionaților rezultă să cel mai des singurătatea este apreciată prin prisma lipsei relațiilor (contextul social) și a emoțiilor (contextul

psihic). Conform opiniilor persoanelor în vârstă care locuiesc în Polonia și Canada „Singurătatea este de fapt lipsa celuiilalt om. Lipsa apăsătoare a celuiilalt om” (F, PK, K1). „Anume atunci, când avem nevoie de cei apropiați, când avem nevoie de o mână ajutătoare, iar când ele lipsesc, anume atunci devenim singuratici, neajutorați, fără susținere” (F, PK, M 2). Singurătatea apare atunci când „să spune așa nu avem aproape familia, dacă nu avem prieteni și o așa persoană în vârstă stă singură acasă nu are posibilitatea să iasă, dar, firește că atunci se simte cel mai mult singurătatea” (F, P, M 2). Deoarece cercetătorii consideră că „la bătrânețe este foarte important să ai familie. Iar familia este ca de obicei ocupată – copii, nepoți” (F, P, K1). „De aceea e foarte importantă să ai prieteni (F, .P, K 3). „Așa ca de exemplu clubul nostru unde ne întâlnim – odată pe săptămână, aceasta însă ajută foarte mult pentru depășirea singurătății. Legăm prietenii și asta ajută mult” (F, P. M1). Pe lângă înțelegerea socială a singurătății prin persoanele chestionate (care a dominat în răspunsurile chestionaților din ambele grupe) în răspunsurile seniorilor care locuiesc în Canada a apărut un context psihic cu referire la starea emoțională.

„Singurătatea este așa un gol așa o izolare, o senzație foarte grea, cu care este greu să cazi de acord – cu atât mai mult cu cât acea singurătate îl privește pe om la o vârstă înaintată” (F, P, K2). Cel mai des între semnele singurătății cercetătorii au arătat „lipsa bunăvoinței, lipsa dragostei, lipsa fraternității – în fiecare zi. Pur și simplu ne simțim singuratici, când nu avem susținere” (F, P. M3).

În literatura subiectului între cauzele singurătății oamenii în vârstă deseori indică dispariția modelului familiei cu multe generații, moartea soțului/soției, situația materială rea și căderea forțelor fizice și psihice care fac imposibilă schimbarea locului de trai, legarea contactelor sau a legăturilor mai trainice, precum și părăsirea de către copii, nepoți, rude sau vecini (Zych, 2010, p.155, Kawula, 1999, p.260-261). Seniorii chestionați fenomenul singurătății îl raportează nu numai la persoanele în vârstă dar de asemenea și față de întreaga societate între care copii și tineri. În rândul cauzelor singurătății sunt remarcate între altele vârsta: „Poate fi vârsta. Persoanele tinere sunt foarte singuri și mai târziu intră în oarecare dependențe de care au nevoie” (F, PK, K2). Pe lângă vârstă amintesc de lipsa interesului altor persoane de persoana singuratică, care nu este în stare să spună că necesită un alt om; „În preajama lor se află multe persoane apropiate dar sunt atât de singuri. Și asta este foarte rău. Acum vedem așa ceva pretutindeni – și se ajunge la tragedie. De asemenea, această singurătatea se poate observa la diferite vârste” (F, P. M2). „Și poate fi în jur foarte mulți oameni și nu pot să „considere” pe o anume persoană singuratică, care totuși este așa și care cu orele pur și simplu dorește acel ajutor, iar nimeni nu o vede și stabili . De asemenea este foarte rău și dureros” (F, PK, K3). Următoarea cauză arătată de către seniori este egoismul. „Mi se pare uneori că singurătatea poate fi determinată de egoism. Omul gândește multe

pentru sine, pentru sine, pentru sine... Nu se resimte în poziția oamenilor apropiați, sau îndepărtați și proeteni, sau chiar și cunoscuți – vede doar eul. Și cu timpul acest „eu” devine atât de important încât alte persoane nu mai contează. Și nu înțeleg că în acest mod își stabilesc cel mai rău lucru care poate fi” (F, PK, K1). Pe lângă asta a apărut în rândul cauzelor categoria familiilor ermetice. Una dintre femei consideră că: „deseori este așa că oamenii trăiesc doar pentru ei. Pur și simplu soțul, soția rar încă cineva de dinafară parcă împreună, dar numai el însuși” (F, P, K3). Trăiesc pentru sine, se izolează ceea ce are conform opiniei lor multe consecințe negative: „Trăiesc doar pentru ei. Mai apoi cum am spune, acea persoană unică va dispărea, iar cea de-a doua se simte foarte singuratică, deoarece nu are în preajmă prieteni. Niciodată nu i-a avut, nu a avut nevoie căci l-a avut pe soț, sau soția a avut soț. Mai târziu a rămas singur”. (F, P, M3). „Și această singurătate se adâncește. Des este foarte doarte dureroasă” (F, P, K2).

Singurătatea poate să primească diferite forme și condiționări, ceea ce s-a manifestat în răspunsurile persoanelor în vârstă. Ei au expus diferite tipuri ale singurătății. Cel mai des răspunsurile se refereau la singurătate în căsătorie: „văd aceasta des în căsătorii, că oamenii trăiesc în căsătorie – pe mulți ani, până la bătrânețe sunt împreună, dar sunt singuratici. Deoarece nu au o limbă comună. Copiii au plecat” (F, P, M1). „Nu au despre ce să vorbească, nu au dorință să vorbească, nu au aceleași interese și sunt așa două stații, care trăiesc una lângă alta, fără angajare” (F, PK, K2); „sub un acoperiș, dar diferiți ...” (F, PK, M3); „aceasta este (...) unul dintre cele mai rele manifestări ale singurătății” (F, PK, K1). Un altfel tip al ei este singurătatea în mijlocul oamenilor: „se poate fi singur între oameni” (F, P, K3). „Omul – pe lângă faptul că are în jurul său mulți oameni – de asemenea poate fi, să se simtă singur. De aceea că nu găsește limbă comună” (F, PK, K2); „este neînțeleș și atunci există singurătatea în mulțime” (F, PK, M2). „Omul cel mai mult se simte singur în mulțime” (F, PK, K2). Persoanele chestionate consideră de asemenea că omul se poate simți singur, pe lângă faptul că nu are cu ei relații apropiate și bune. Singurătatea aceasta este condiționată de alegere, se leagă de deciziile luate și de răspunderea care este legată de aceasta: „Pe lângă faptul că omul are familie și totul, deseori omul se simte singuratic, dacă întreprinde decizii foarte importante. S-a îmbolnăvit și are nevoie de ajutor ... de exemplu are cancer și are nevoie de chimie, trebuie ... Oare eu trebuie așa ceva să iau sau nu? Și omul se simte singuratic ...” (F, PK, M2). „Deseori nu are ajutor ... Deseori și soțul de asemenea „iar eu nu văd”” (F, PK, K1); „și persoana este singuratică” (F, PK, K2). Dar în situația alegerii sau suferinței apare la persoanele în vârstă înțelegerea acestei stări. Singurătatea este aici o stare evidentă, deoarece nimeni nu poate realiza în locul nostru ceva dificil: „Dar sunt lucruri, pe care trebuie să le trăim în singurătate. Numai noi. Durerea, suferința. Avem consolare în jurul nostru, cei

apropiați ne consolează, dar suferim noi, ne doare pe noi” (F, P, K1); „și trebuie cu aceasta să ne confruntăm noi înșine” (F, P, K3). Seniorii din Polonia canadiană adaugă că sunt singuri, dar că-i ajută în asta Dumnezeu. Nu sunt singuri în suferință și în clipa morții: „Înșiși cu Domnul Dumnezeu. Așa este, cred, cu venirea morții. Pe lângă toate noii înșine cunoaștem, înșine ...” (F, PK, M2). Pe lângă singurătate seniorii diferențiază în suferință singurătatea omului în clipa morții. Consideră că uneori ea este necesară: „uneori da” (F, P, K2). O arată asemenea momente când omul însuși necesită singurătate: „sunt clipe când necesităm să ne curățim, singurătate și contemplare” (F, PK, K3). Unii diferențiază două sensuri – să fii singur și să dorești să fii singur ca urmare a unei oarecare necesități: „Cred că sunt astfel de două sensuri – să fii singur și să dorești să fii singur. Să dorești să fii singur timp de o clipă, și astfel să te curăți. Atunci nu simți singurătate. Singurătatea este părăsirea. Aceasta este părăsirea de către alții. Aceasta-i că omul ar fi dorit spre alții să întindă mâna, să fie cu cineva, dar este singur – din diferite motive este singur – nu are posibilitatea contactelor cu alți oameni” (F, PK, K2). Singurătatea este înțeleasă aici ca părăsire, lipsa interesului din partea altor persoane, lăsarea în fața a sine însuși. Consecințele singurătății sunt analizate de asemenea în sfera fizică, de exemplu, „omul se simte izolat, iar tăvărășia mai degrabă exclude o așa persoană” (F, P, K2), ca și psihofizică. Unul dintre cărbați consideră, că singurătatea duce la „înăutățirea stării fizice a acestei persoane” (F, P, M1), altul adaugă pe cea „psihică, dar, de asemenea, și fizică” (F, P, M3). „Omul cade în depresie – aceasta este periculos, că oamenii nu pot cu asta să cadă de acord și caută ceva altceva... Alcool foarte des. Și atunci el sie însuși, sau ea – cumva omoară acel timp și între timp intră într-o mare dependență” (F, PK, M2). Bolile, ca alcoolismul sau depresia confirmă alți cercetători: „omul poate cădea în alcoolism, în depresie, în boli ...” (F, P, K2). Seniorii își schimbă de asemenea comportamentele destructive: „uneori oamenii de asemenea sunt agresivi” (F, P, M2). Una dintre persoanele chestionate care trăiește în Canada a arătat că persoanele singuratiche își pierd și sensul vieții: „Își pierd sensul vieții, scopul vieții” (F, PK, K2). Aceasta a dus la discuția cu privire la legătura dintre singurătate și sensul vieții. Conform opiniei celor chestionați din Polonia canadiană „singurătatea influențează asupra lipsei sensului vieții asupra pierderii scopurilor” (F, PK, K1). Ea poate duce la pierderea sensului vieții: „dacă nu vedem scop – pentru ce să trăim? Atunci ne depărtăm de alții, ne închidem în sine” (F, PK, M3). Însă majoritatea chestionaților în singurătate vede un bun individual din perspectiva omului, care o cunoaște. „Cred că trebuie să abordăm singurătatea ca pe ceva intenționat și conștient. Dacă deja trebuie să fii singuratic atunci trebuie să-ți găsești un oarecare sens, un oarecare scop” (F, PK, K3). „În singurătate putem găsi sensul vieții și scopul lui” (F, P, K2)”, „Cred că oamenii își găsesc de asemenea în

acea singurătate un scop. Unii încep să fie creatori – ceva scriu, ceva crează, contemplează, uneori o fac pentru sertar” (F, PK, K3); „sau merg personal spre aceea – munca socială o încep anume atunci când se simt singuratici. De asemenea din singurătate pot veni anumite beneficii” (F, PK, M3). După cum se vede, singurătatea determină nu numai creativitatea, dar și activitatea socială în favoarea altora: „omul se dedică social anume fiind singuratic ...” (F, PK, M2). Singurătatea poate fi necesară omului în crearea relațiilor cu Dumnezeu prin rugăciune. Nu o percepe distructiv: „singurătatea ne poate ajuta în rugăciune” (F, P, K3); „Apropierea de Dumnezeu. Mulți oameni nu au timp iar mai târziu cea singurătate îi poate determina să dorească. Și vor găsi acel ajutor ca ceva spiritual. Lor asta le ajută” (F, P, M2). Rugăciunea este tratată ca pe ceva ce îi oferă sens și scop, ea este înțeleasă ca o formă de ajutor, explicarea acestei situații, situația omului „prin rugăciune, prin participarea în rugăciune ... putem cădea de acord cu ceea ce este. Atunci pur și simplu avem un alt scop, sau găsim altceva” (F, PK, M3). Rugăciunea în singurătate poate ajuta omul să ofere un nou sens vieții, să găsească scopul, în special prin susținere și dragoste, pe care omul o primește în timpul rugăciunii. Cei chestionați au constatat că singurătatea poate fi un stil de viață ales de către o persoană concretă. Aceasta însă nu înseamnă că ea a pierdut sensul sau scopul vieții. Conform opiniei lor singurătatea este în acest caz o chestiune individuală. Ea poate fi condiționată prin trăsăturile personale: „Dacă este vorba despre singurătate ... Depinde de caracterul persoanei date. Căci una este așa că trebuie să aibă oameni, trebuie să aibă ocupație, trebuie să fie activă, iar alte persoane, din păcate, doresc să fie singure” (F, PK, K2); „prin urmare acei oameni cel mai pronunțat se folosesc de cea singurătate. Ei sunt fericiți” (F, PK, M2).

Între numeroase metode pentru a învinge singurătatea se numără cel mai des participarea în terapia de grup, participarea în grupele de susținere sau reconstrucție a vieții familiale. Este vorba de aflarea omului într-o rețea favorabilă pentru el a susținerii sociale, includerea în „spirala socială a bunăvoinței” și crearea abilităților față de a fi singur (Kawula, 1999, p.262). Un factor important sunt prietenii și cunoscuții, crearea (misiunea politicii sociale locale) condițiilor pentru integrarea persoanelor în vârstă în cadrul societății locale (Olcoń-Kubicki, 2010, p.137) și de asemenea dezvoltarea organizațiilor, adică a universităților de vârstă a treia, a cluburilor seniorului și a voluntariatelor (Steuden, 2012, p.99). Cei chestionați au aflat că un mod de a ieși din singurătate este propria depășire și realizare a ceva pentru alții, și totodată pentru sine: „omul singuratic poate să facă ceva pentru el, dar de asemenea și pentru alții – deoarece asta este contracararea singurătății” (F, PK, K3); „De a ieși din sine – să faci ceva pentru alții” (F, PK, K2); „Adevărul vorbind, omul are nevoie să iasă din el în exterior și să se activeze. Chiar dacă este în casă el poate să facă foarte mult, pentru alți oameni” (F, PK, M2). Este

suficientă schimbarea filosofiei vieții și a moduli de gândire despre sine. Una dintre femei spune: „trebuie să conștientizezi, că eu nu sunt cel mai suferind și mai năpăstuit om de pe pământ, sunt oameni într-o situație mult mai grea și pe măsură să încerci să-i ajuți, fie fizic, ceea ce nu totdeauna e posibil, sau chiar și ajutorul printr-un telefon ...” (F, PK, K2). Alta adaugă: „Chiar dacă nu pot undeva să ies este destul că mă uit în calendar pe cine îl am cunoscut – pot să-i dau un telefon, să-i transmit urări cu ocazia zilei de naștere sau onomastice, sau pur și simplu să vorbesc cu ei, ca acel timp pustiu, care este acasă – cumva să-l ocup, cu cineva să vorbesc și omul sie își va ajuta și celeilalte persoane, sau poate acea persoană așteaptă un telefon” (F, PK, K1). Deși trebuie să fii activ: „Fiind activ. Să nu te izolezi. Oamenii se izolează pur și simplu „nu ridic telefonul”, „nu mă întâlnesc” – și aceasta este izolarea. Acestea-s rezultatele mai târziu mai departe ...” (F, P, K1). De asemenea, în învingerea singurătății foarte prețioase sunt ajutorarea altor persoane: „Cum se spune – omul are mai multe satisfacții din a da decât din a primi” (F, P, K3). Bărbatul completează această afirmație: „Mi se pare că mult se ajută – de exemplu cineva este singur – ca cuiva să-i faci, cuiva să-i ajuți cuiva să-i faci plăcut. Și acea satisfacție o are încât nu numai că roagă ca cineva să-ți ajute, numai că anume eu pot cuiva să-i ajut, eu pot cuiva să-i fac și atunci omul are mari satisfacții” (F, P, M1). Femeia din Polonia canadiană arată că ajutorarea, servirea altora nu trebuie să se refere doar la fapte mari, acestea pot fi fapte prozaice. Ele au să arate că celălalt om este pentru noi important: „Trebuie să ai pe cineva cui putem să ajutăm. Eu mai demult am avut o vecină – acea domană avea deja peste optzeci de ani și locuia împreună cu fiul. Și ea în fiecare zi îi spăla ciorapii și agăța să se usuce – o pereche de ciorapi. Avea acea ocupație în fiecare zi” (F, PK, K2).

Conform opiniei chestionaților în contracararea singurătății foarte important este ca pentru persoanele în vârstă să fie create locuri în care ei să se poată întâlni, să stea de vorbă, „numai ca să fie între oameni. Și în diferite asociații – fie în cluburile seniorului, sau în oricare altele” (F, PK, M3); „Comunități religioase” (F, PK, M1). Chestionații din Polonia consideră: „De aceea acel club este pentru noi atât de mult necesar. Aici anume găsim prieteni și pur și simplu suntem ca o singură familie” (F, P, K3).

Cercetătorii au constatat ca să contracareze singurătății, omul trebuie să aibă trăsături care să-i ajute să o învingă și să o anihileze. Acele trăsături o apără în fața urmărilor destructive ale singurătății. Cel mai des în rândul lor a fost evidențiat altruismul și empatia: „Eu cred că altruismul. Altruismul în genere este o trăsătură dezirabilă, indicată” (F, PK, M2); „cred că cineva care este altruist, are acea trăsătură dezvoltată – nu va fi singuratic. Nu va fi pentru că nu va reuși, deoarece oriunde va întâlni acea persoană care-i va ajuta. El poate constata, poate consola, el poate fi cu oamenii” (F, P, K3). A fost arătată dorința și abilitatea stabilirii relațiilor



sociale ceea ce rezultă din natura socială a omului: „Dar în genere noi – oamenii avem nevoie de oameni lângă noi, să nu ne închidem în noi, dar să fim deschiși pentru alții și pur și simplu să nu ieșim la oameni doar ca să ne cuprindem – și asta este foarte important” (F, PK, M2). Este importantă deschiderea pentru noile relații, sau de asemenea la ceea ce nu este cunoscut: „Deschiderea – de asemenea. Nu închiderea. Să fii deschis pentru diferite oferte” (F, PK, M1); și neconcentrarea asupra sa: „Încă este foarte important ca să nu gândești că eu sunt cel mai important ...” (F, PK, K1). În rândul calităților care fac posibil omului să învingă singurătatea chestionații au evidențiat gândirea pozitivă care motivează atcivitatea pozitivă și optimismul: „Gândirea pozitivă, faptele pozitive, pur și simplu să fii pozitiv la fiecare pas” (F, PK, M2). „Eu cred că optimismul. Optimismul care trebuie îngrijit în sine, deoarece este ușor să fii pesimist, este ușor să cedezi, în schimb să găsești laturile pozitive este o nebunie de asemenea importantă” (F, PK, K2); „optimiștii trăiesc mai mult” (F, PK, M3). În schimb, de optimism se leagă acele trăsături ca „sentimentul umorului ...” (F, P, M2) și „zâmbetul în fiecare zi” (F, P, K1).

Singurătatea la bătrânețe primește diferite trăsături. Ea poate fi o stare de tranziție, care se poate transforma în izolare, separarea de viața normală. I. Mortenson arată că singurătatea la persoanele în vârstă condiționează: singurătatea culturală, stilul singuratic de viață, pierderea celor apropiați și conștiința morții inevitabile. Seniorii chestionați care locuiesc în Polonia și Canada o definesc cel mai des prin prisma lipsei relațiilor (contextul social) și emoții pozitive (contextul psihic). Diferențiază de asemenea două sensuri care se referă la sentimentul singurătății, și anume să fii singur, înțeles ca părăsire, și dorința să fii singur, înțeleasă ca pe o individualizare, care este rezultatul necesității izolării. În rândul tipurilor care apar, chestionații cel mai des constată singurătatea: în căsătorie, în cadrul oamenilor, din alegere, în momentul morții, în situația suferinței. Din datele obținute în timpul chestionării rezultă că cei chestionați leagă singurătatea cu sensul vieții. Lipsa relațiilor apropiate și a legăturilor cu oamenii, sentimentul singurătății, părăsirea duce la pierderea sensului vieții. Atrag atenția de asemenea asupra singurătății care poate oferi omului sensul vieții, să fii bun în momentul, când devine un factor motivațional pentru schimbarea vieții și a oferirii noi a noului sens prin activitatea de creație, socială, caritativă, ajutor altor persoane chiar și în faptele prozaice. Trebuie să-i dai celui alt om senzația să este important prin ceea ce și acela care dă se vede pozitiv, iar viața lui prinde sens, primind o nouă formă și dimensiune. Conform opiniei celor chestionați este importantă schimbarea filosofiei vieții și o altă abordare la fel asupra vieții, cât și asupra sa. În învingerea singurătății persoanelor în vârstă ajută asemenea calități ca altruismul, empatia, optimismul, gândirea pozitivă, dorința și abilitatea legării relațiilor sociale. Lor le ajută de asemenea locurile în care se pot întâlni, de exemplu în cluburile seniorului.

În situația în care omul nu-și va găsi în sine motivații, nu întâlnește persoane, sau nu se va afla în locul în care el va învinge singurătatea și să ofere vieții un nou sens, atunci el poate simți diferite consecințe ale aceluia fapt (în sfera fizică, de sănătate și psihofizică), ca de exemplu alcoolismul, comportamentul distructiv, dependența, depresia, înrăutățirea sănătății, apatia, autodistrucția. Fiecare om fără a se ține seama de vârstă tinde să găsească și să ofere vieții sale sens, să definească valoarea lui. Omul ca să atingă aceea trebuie să acționeze să se angajeze în activitate care i-ar permite să realizeze scopurile recunoscute de el ca importante, prioritare care oferă sens vieții. Nu odată s-a constatat că sensul vieții se actualizează într-un alt om, în relațiile cu el sau în relațiile față de lume. Esența scopului vieții este faptul că trebuie să rămână deschisă individual de către fiecare om reflecției și acțiunii. Omul care are valori specifice, scopuri, motivații, planuri pentru viitor și sens va reuși să găsească importanța, și să-i ofere sens în toate experiențele vieții (grele sau acceptabile). Sensul vieții poate fi realizat prin multe metode. În cazul persoanelor în vârstă, care au greutăți cu stabilirea sensului, cu înțelegerea vieții, foarte importantă apare activizarea în acest domeniu. Dincolo de faptul că pot să realizeze fapte pentru alții, întâlniri în cluburi, cursuri la universitățile de vârstă a treia, importantă este înainte de toate educația orientată spre sensul vieții. La persoanele în vârstă aceasta va fi educația la bătrânețe sau prin bătrânețe spre sensul vieții.

## Capitolul IV. Sensul vieții la bătrânețe – căile educaționale

În pedagogia bătrâneții în rândul mai multor curente care accentuează educația (înțelesă aici instruirea și educația) seniorilor (aducția la bătrânețe) pune presiune între altele la obținerea unui anumit nivel de cunoștințe și abilități importante pentru a se descurca în perioada îmbătrânirii (mecanismele îmbătrânirii, grija pentru funcționalitate fizică, căutarea asigurării financiare, modul de tutelă sau depășirea crizelor bătrâneții) (Uzar, 2011, p.140). Din păcate nu este subliniat aspectele vieții omului a aspectelor sensului vieții, a existenței sale umane. Consider că acest domeniu se poate folosi în procesul educației pentru bătrânețe (care îi cuprinde pe aceia care încă nu conștientizează că educația este o profilactică gerontologică în contextul multidimensional), și de asemenea în bătrânețe (care cuprinde persoane de vârstă înaintată, aceasta este educația în contextul susținerii și ajutorului în trăirea bătrâneții) sau prin bătrânețe (abordată cel mai des neintenționat de către persoanele în vârstă în mediile vieții lor) (vezi Leszczyńska-Rejchert, 2010, p.36).

### IV.1 Valoarea instruirii la bătrânețe

Considerațiile prezentate în partea teoretică a lucrării de mai jos și rezultatele cercetărilor prezentate în partea empirică duc la concluzia că un rol esențial în formarea sensului vieții în perioada bătrâneții îl joacă instruirea pentru bătrânețe – ea facilitează și face posibilă pregătirea față de ea, pentru satisfacerea necesităților caracteristice pentru această perioadă și instruirea prin bătrânețe la bătrânețe, care face posibilă orientarea pentru scop, sensul vieții și experiența dezvoltării spre împlinirea omenirii. Altfel spus, așa numita instruire spre împlinirea omenirii. Altfel spus, așa numita instruire permite „o îmbătrânire pozitivă”.

Omul, iar în special persoana în vârstă dorește să se exprime, să decidă pentru sine, tinde să se descurce cu greutatea vieții cotidiene, așteaptă clarificarea proceselor, dezvoltării și a opacității lumii (Zych, 2009, p.16). Persoanele în vârstă se pot pregăti pentru instruire la bătrânețe. În contextul educației după cum a arătat Aleksander Kamiński, subliniind înainte de toate, că această instruire constă în (...) ajutorarea oamenilor în obținerea intereselor și aspirațiilor precum și a abilităților și obiceiurilor care când ar veni timpul pensionării vor ajuta în realizarea tribului vieții care favorizează prelungirea tinereții și care oferă satisfacție activității (Kamiński, 1978, p.359).

Conform opiniei lui, felul în care omul își trăiește bătrânețea depinde de atitudinile care s-au creat de-a lungul vieții, comportamente, valori: „omul bătrân se comportă așa cum s-a comportat înainte de bătrânețe” (Kamiński, 1978, p.376). Concepția lui A. Kamiński se poate defini prin termenul de formare continuă (care ține de-a lungul întregii vieți cu luarea în considerare generală a maturității),

integrale (dezvoltarea bio-socio-culturală a omului), care se încadrează în teoria gerontologică a activității (petrecerea activă a timpului liber în diferite forme) (vezi Czerniawska, 1996, p.222). Instruirea la bătrânețe trebuie să devină un proces de adaptare a persoanelor în vârstă față de societatea modernă, (...) adică de adaptare la noutățile civilizaționale, tehnice și tehnologice, în sfera din ce în ce mai largă a timpului liber, și de asemenea a modei, metodelor de comunicare sau a noilor obiceiuri și deprinderi, prin care tinderea spre un stil independent de viață a persoanelor apare în prim plan (Zych, 2009, p.17).

Mai apoi „bătrânețea trebuie să fie învățată”. Trebuie să te înveți în timpul întregii vieți, începând cu copilăria și tinerețe. De aici rezultă că bătrâneții poți să te înveți, deși prin formarea în fazele precedente e pensiei, intereselor și aspirațiilor, abilităților și deprinderilor, care facilitează viața la pensie (Zych, 2009, p.16). Buna educație pentru bătrânețe „este cea mai bună metodă pentru a cădea de acord cu bătrânețea. Posibil ceva mai mult – nu numai metoda pentru aprobarea bătrâneții, iar de asemenea și așteptarea ei, ca pe o perioadă din viață cu lecții specifice” (Kamiński, 1974, p.9 și urm.).

Pedagogii, gerontologii sau asistenții sociali se interesează nu numai de educația omului în vârstă în contextul capacității pentru a învăța, iar de asemenea, ca în cazul sociologilor, însăși persoana care învață, care joacă multe roluri importante sociale, conștientă de sens și scopul vieții sale, care se depășește care dezvoltă permanent potențialul său, care tinde din plin spre dezvoltare și umanitate. În legătură cu cele de mai sus în capitolul de față ne-am concentrat atenția în special la instruirea la bătrânețe. Punctul de ieșire a fost stabilit principiul că omul se dezvoltă de-a lungul întregii vieți, depășindu-se deoarece este o esență potențială. În viața omului se înscrie o dinamică neîntreruptă a activității, ceea ce face posibilă tendința spre propria dezvoltare. „Omul este o esență potențială, adică permanent poate fi ceva mai mult decât este” (Dobrzyńska, 1999, p.23). Așa cum remarcă Katarzyna Uzar, această potențialitate este o bază pentru dezvoltare și de constituire a omului. Raportând potențialitatea la instruire la bătrânețe, consideră, că la vârsta înaintată se remarcă prin dialectica între dezvoltare și devenire care cândva va reuși să primească forma contradicției. Persoana în vârstă simte disproporția între tendințele proprii și posibilitatea realizării lor din considerentul limitărilor apărute. Conștiința timpului care trece și perspectiva morții pot limita activitatea ei, să provoace întunerecul, deși în oferirea sensului și scopului vieții în contextul viitorului.

Iată că în dimensiunea biologică, dezvoltarea omului la această etapă a vieții ajunge spre final, iar acestui proces îi tovarășește diferite greutăți și suferințe. În schimb, procesul de devenire personală (care se realizează într-o măsură mare prin

mijlocirea structurilor spirituale) oferă posibilitatea potențială să tindă spre împlinire (Uzar, 2011, p.93).

Se poate spune că bătrânețea crează condiții speciale existențiale tendința spre împlinire, deoarece

(...) este suma faptelor realizate de-a lungul vieții care poartă cu ei valoarea morală definită. Nivelul de utilizare a acestui potențial este condiționat prin diverși factori de natură subiectivă și obiectivă, care se formează viața omului concret (Uzar, 2011, p.93).

După cum se poate vedea bătrânețea este tendința spre sfârșitul vieții și de realizarea a unui bilanț, analiză a sensului și importanței și orientarea spre viitor, și de asemenea de apropiere de atingere deplină a propriei dezvoltări.

Sensul larg al instruirii persoanelor în vârstă se poate găsi în literatura gerontologică. Albert A. Limieux scrie că instruirea la bătrânețe (...) se adună în jurul procesului de învățare și de autoformare și a dezvoltării care aduce plăcere. (...) Ea este integrată în procesul general a teoriei educației – proces înțeles larg, realizat de-a lungul întregii vieți a persoanei, în diferite medii ale vieții (Czerniawska, 2003, p.156).

Ca să înțelegem locul educației și finalitatea apariției în această perioadă a bătrâneții trebuie să acceptăm că ea a devenit o actualizare a propriei persoane, adică

(...) de căutare în sine a posibilităților ascunse și a potențialelor de dezvoltare internă. Căutând permanent sensul vieții, persoana realizează analizele propriilor realizări, a propriului trecut a ceea ce a realizat și încă mai are de gând, ce încă dorește să realizeze (Czerniawska, 2003, p.156).

Instruirea este pentru om un proces de-a lungul întregii vieți. Persoanelor în vârstă le favorizează înțelegerea schimbărilor sociale, culturale, tehnologice care se produc în lume. În plus, pregătește pentru viață în lumina schimbărilor și adaptărilor pentru schimbări, de unde este atât de important un element necesar pentru viața a persoanelor în vârstă (Dubas, 2008, p.56).

Instruirea ca un proces care tovarășește omului de-a lungul întregii vieți își găsește manifestarea sa în raportul *Instruirea – în ea se conține o comoară* a lui J. Delors (1998). O propunere interesantă pentru adaptarea scopurilor instruirii enumerate în raportul amintit (patru filiere ale instruirii) a fost realizată de A. A. Zych. Conform opiniei lui printre sarcinile de bază ale gerontologiei în dimensiunea „să înveți ca să cunoști”, aparțin în special satisfacerea nevoilor de cunoaștere a persoanelor care îmbătrânesc sau bătrâne. Pentru menținerea echilibrului social este importantă socializarea anticipată, sau pregătirea prealabilă sau treningul față de noua poziție sau rol social, așa de exemplu, statutul de pensionar sau îndeplinirea rolului de bunică sau bunic. Pentru satisfacerea

necesităților cognitive devine importantă inovarea împreună cu cunoașterea noilor tehnologii informaționale. Este importantă de asemenea buna orientare în evenimentele politice contemporane, sociale, a vieții cotidiene sau a societății celei mai apropiate, a familiei. Aceasta se leagă cu o altă dimensiune a instruirii „a învăța ca să faci”. Esențial este următoarea dimensiune a instruirii moderne – „a învăța ca să fim împreună”. Ea se referă la satisfacerea necesității contactului social și a comunicării interpersonale a generației care îmbătrânește. Cel mai des împlinirea acelor necesități este posibilă prin inițierea acțiunilor de instruire, realizate în cluburile seniorului sau în universitățile vârstei a treia. Anume în ele se conține șansa la întărirea socială a rețelei interacțiunilor. Conform opiniei lui A. A. Zych foarte importantă este activitatea de formare în domeniul structuralizării timpului liber al seniorilor, ca și de asemenea în procesul creării unei noi identități (după pensionare sau moartea consortului/consoartei). Menținerea independenței, autonomiei personale și de conducere independentă a propriei vieți. Este deja o premisă pentru a patra dimensiune a educației „să înveți ca să fie, să existe și să găsești sensul propriei vieți” (Zych, 2009, p.20-22). În acel loc pentru scopuri educaționale se poate folosi logoterapia propusă de către V. Frankl (2009). Este vorba de acordare a ajutorului omului în vârstă ca să vadă multe posibilități, care apar în fața lui și de acordare a sensului la bătrâneț, arătarea sensului a esenței umane și de disponibilitatea persoanei umane ca să facă valoarea în sine.

Educația la bătrânețe este o șansă pentru „depășirea întunecului” (Zych, 2009), pentru rezolvarea problemei frustrării existențiale, iar înainte de toate de prevenire a „lipsei dorinței de viață și activitate, de senzație a valorii mici, de cunoaștere a golului în viață, lipsa bucuriei vieții, sentimentul valorii scăzute, de dușmănie față de lume, și chiar față de sine însuși” (Wnuk, 2002, p.188).

#### IV. 2 Activitatea de instruire a persoanelor în vârstă

Atitudinea persoanelor în vârstă față de viață (despre care s-a scris în partea teoretică) primește diverse fațete – de la excluderea din viață, apatia față de activitate și angajarea în acțiune. Primele fațete constituie una dintre problemele pedagogicii, mai ales atunci când întunericul și apatia, lipsa de sentiment, scop în viață domină asupra activității. Se poate spune că ideal ar fi dacă persoanele ar fi pregătite de activitate înțeleasă multiaspectual, a cărei forme ar putea fi atitudini concrete în comportamente și acțiuni. În aceeași ordine de idei viața cotidiană a seniorilor trebuie să conștie în participarea activă (...) în viața de familie (dar cu măsură), participarea activă în viața culturală, socială, dar înainte de toate pentru învățarea în continuare și obținerea cunoștințelor din diferite domenii ale științei (medicină, cultură, istorie etc.) (Kryszkiewicz, 2006, p.283).

Atitudinile active ale persoanelor în vârstă le-a evidențiat între altele J. Marczak în baza cercetărilor realizate în rândul pensionarilor (Marczak, 1983, Czerniawska, 2000, p.130). Sunt trei tipuri:

- Tipul practic – se caracterizează prin abordarea numeroaselor ocupații, forfotă cotidiană, predispoziția față de alții, grija pentru diferite chestiuni: copii, rude, vecini;
- Tipul extern – îl caracterizează angajarea în chesiunile sociale, viața publică, asociații. Persoanele predispuse la activitatea externă merg în cluburi, la ședințe. Își anunță participarea lor în diferite acțiuni. Sunt predispuși la menținerea poziției sociale, prestigiu, necesită sentimentul puterii și de recunoștință;
- Tipul independent – comportamentul lui este direcționat la căutarea valorii și intereselor intelectuale, artistice, sociale. Persoanele care acceptă un așa mod de viață se dedică lecturii, științei, turismului și plimbărilor, mențin prietenii, scriu, meditează (Czerniawska, 2000, p. 130).

Formarea acestor atitudini la persoanele în vârstă în procesul educației poate duce la o mare activitate și un nivel mic de întuneric. Se poate spune că pe lângă numeroase experiențe existențiale, între care și „crizele existențiale” ale persoanelor în vârstă, față de care se numără cel mai des situațiile de pierdere: a sănătății, condiției fizice, persoanelor apropiate, a sentimentului importanței și utilității, de dependența crescândă față de alții, sau de asemenea de perspectiva morții care inevitabil se apropie (Szatur-Jaworska, Błędowski, Dziegielewska, 2006, p.72), între seniori observă că multe atitudini diferite față de viață, între care și atitudini pozitive. Apoi apare întrebarea: în ce fel de chip trebuie realizată instruirea la bătrânețe, ca să cei care o primesc să ia din viață satisfacție, să-și stabilească noi scopuri, să ofere vieții sens să-l caute?

Indiscutabil o mare importanță pot să le aibă diferite teorii care clarifică modul de aliniere față de bătrânețe, care vor fi folosite în procesul instruirii. Esența fiecărei dintre teorii sunt factorii care sunt temelia realizării misiunilor de dezvoltare la această etapă a vieții. Consider că între ele cele mai importante sunt: teoria activității, teoria competenței, teoria retragerii și teoria gerontranscendenței<sup>8</sup>.

Teoria activității înscrie rolul de bază și cel mai important rol de realizare a tribului vieții în îmbătrânirea de succes. Toate formele de activitate: neformală (contactele cu familia, prietenii, vecinii), formală (participarea în asociațiile obștești, în politică etc.), solitare (citirea, dezvoltarea intereselor, hobby), pe care le

---

<sup>8</sup> Teoriile alese sunt acelea care definesc puternic concepțiile autorului cu privire la educație față de sensul vieții. Dincolo de aceste teorii în literatură există încă multe alte, de exemplu: teoria fenomenologică, teoria schimbării, satisfacția vârstei, optimalizarea selectivă cu compensare, oscilările între asimilare și acomodare, selectivitatea social-emoțională etc. (Steuden, 2012; Straś-Romanowska, 2005; Tryfan, 1993; Uzar, 2011).

realizează seniorii (Szatur-Jaworska, Błędowski, Dziegielewska, 2006, p.161), favorizează menținerii buneii condiții psihofizice (Tryfan, 1993, p.23). Bătrânețea de asemenea crează ca și face posibilă realizarea necesității angajării de viață (Straś-Romanowska, 2005, p.268). Următoarea din teoriile anunțate – teoria competenței – se leagă nemijlocit de teoria activității, direcționând-o spre lărgirea permanentă și actualizarea științei, experiențelor iar împreună competențelor (Halicki, 2000, p.9-21). Aceasta face posibilă seniorilor adaptarea spre condițiile schimbătoare de viață și de a se descurca cu misiunile care apar. Teoria retragerii (Straś-Romanowska, 2005, p.268) se sprijină pe metoda naturală și important pentru necesitatea funcțională de excludere din viața socială. Este un aspect esențial pentru dezvoltarea de mai departe a personalității omului. Aceasta face posibilă realizarea reflecțiilor și reinterpretărilor evenimentelor din viață. Excluderea poate fi o necesitate reală a persoanelor în vârstă, dar și factorii destructivi pot să influențeze asupra sa. Schimbarea retragerii specifice din viața socială activă a seniorilor se poate găsi în teoria gerontranscendenței a lui Lars Tornstam (1989, p.55-63). Conform cu această teorie bătrânețea este conștientizată ca o perioadă de transformării a orientării de viață din materialistă, rațională pe cea internă, care se realizează pe cale transcendențială. Acest proces se leagă de schimbările de dezvoltare pe trei nivele: cosmic (percepția nouă despre timp și spațiu, ștergerea granițelor între trecut și prezent, prin sentimentul comunității cu generațiile anterioare, descoperirea sensului vieții și morții), care se raportează la „eu” (tinderea spre unitate, acceptarea condițiilor și micșorarea concentrației asupra propriei persoane) și ale relațiilor sociale (selectivitatea și tinderea spre relațiile interpersonale adâncite, necesitatea de singurătate, sentimentul libertății și independenței față de aprecierea altora). În acea teorie presiunea principală se pune pe dimensiunea spirituală și dezvoltării la bătrânețe. Creșterea internă duce la potențarea naturală a excluderii din activitatea externă (Steuden, 2012, p.79; Uzar, 2011).

Teoriile enumerate și expuse arată într-un anumit fel modul de funcționare a persoanelor în vârstă și prezintă atitudinile lor față de provocările de dezvoltare ale bătrâneții. În lucrarea de față ele reprezintă temelia gândirii despre educație la bătrânețe, în special în domeniul sensului vieții a persoanelor în vârstă, la fel ca și misiunile de dezvoltare în concepția lui Daniel J. Levinson este caracteristică pentru acea perioadă. Conform cu aceasta, misiunile de dezvoltare pentru persoanele de după 60 de ani trebuie să se rezume la:

- Abordarea noilor roluri și ocupații legate de pensionare;
- Includerea în grupul semenilor;
- Menținerea intereselor despre lume;
- Pregătirea pentru limitările fizice în creștere;



- Pregătirea pentru pierderea oamenilor apropiați;
- Elaborarea unei atitudini față de moarte (Levinson, 1986).

La fel ca și teoriile așa și misiunile de dezvoltare sunt în opinia mea o bază pentru crearea scopurilor și misiunilor orientate spre instruirea seniorilor în contextul construirii sensului vieții lor prin fapte active, realizări a misiunilor de dezvoltare prin folosirea necesităților naturale și caracteristice pentru acea perioadă, atitudinilor pozitive și fapte creative. Realizarea corespunzătoare a misiunilor, dezvoltarea propriului potențial duce la sentimentul fericirii, oferă sens vieții și permite să realizăm misiunile care apar (Wnuk, 2002, p.214).

Intrând în sfera studiului și instruirii oamenilor în vârstă, care sunt mai puțin dependenți și nu neapărat trebuie să aibă stabilite scopuri în momentul intrării în situația educațională (Halicki, 2003, p.29), rezultă că scopurile instruirii la bătrânețe pot fi:

1. Dezvoltarea abilității folosirii din mai multe surse ale cunoștinței, învățarea de a obține o nouă știință sub formele muncii individuale, de grup și în localurile de studii în perioada dobândirii noutăților, de ridicare a calificării profesionale, de dobândire a noilor forme de comportament și de dezvoltarea multilaterală a personalității
2. Tendința pentru unirea conștientă și efectivă a procesului de dezvoltare și de perfecționare a personalității cu activitatea profesională, a intereselor personale.
3. Realizarea valorilor spirituale și estetice.
4. Dezvoltarea abilităților de folosire a mijloacelor de informare în masă (...), învățarea de a folosi de ele ca surse ale cunoașterii și de exprimare a opiniei publice.
5. Dezvoltarea abilităților de învățare și de autoinstruire (Conferința a XIX Generală a UNESCO în Nairobi, 1976, după Tomaszewska, 2012, p.131).
6. Răspândirea cunoștințelor despre bătrânețe și factorii care o condiționează.
7. Propagarea propriilor atitudini față de bătrânețe și de îmbătrânire.
8. Crearea mediilor care sprijină procesul îmbătrânirii sănătoase.
9. Promovarea integrării între generații, care micșorează distanța între persoanele mai mici și persoanele mai în vârstă.
10. Punerea în aplicare a programelor de sănătate care îndreaptă calitatea vieții seniorilor (profilactica geriatrică).
11. Menținerea independenței seniorului (Bielawska – Batorowicz, 2011, p.33).

A. A. Zych conștientizează esența scopurilor de mai sus, signalând că instruirea trebuie să fie orientată pe: tutelarea stării psihice și fizice, reabilitarea forțelor de viață, atingerea la bătrânețe a unei satisfacții mai mari, înțelegerea a sine însuși, a lumii și societății, controlul asupra propriei vieți și a fi efectiv în lume (Zych, 2009, p.20). Ca seniorul să poată din plin să cunoască viața, care îl susține

în aceste acțiuni nu trebuie să cuprindă doar „asigurarea economică și socială”, dar înainte de toate trebuie să fie orientate pe instruire, pe „acțiunile care le ajută pe seniori, care susțin activitatea și independența acestui grup a persoanelor pentru satisfacerea necesităților de viață cotidiene” (Masysiak-Błaszczyk Ściupider, 2011, p.101), ceea ce nu este posibil fără instruirea pe toată durata vieții.

În scopurile instruirii așa formulate aspectele sensului vieții nu sunt semnalate nemijlocit, dar toate componentele esențiale se pot citi în descrierea lor detaliată. Elementul cel mai esențial care apare în instruirea astfel desemnată este activitatea concepută din diferite perspective și în diferite contexte. Activitatea seniorului se poate exprima nu numai în activitatea intelectuală, (...) dar de asemenea și în cea artistică, tehnică, socială, morală, politică, filosofică, în domeniul culturii fizice și tovarășești, care servește nu numai aservirii științei și a abilităților practice, dar de asemenea în obținerea abilităților în valorificare, alegere și formarea personalității sale iese în afara instituției. Ea poate fi practică dincolo de ei și să accepte postura de activitate internă, nemăsurată, sau greu măsurată a dialogului cu sine însuși, retrospecției reinterpretării propriilor trăiri și experiențe a unei adaptări mai bune față de rolurile sociale, de analiză în sine, celui mai mare autocontrol și a unei organizări mai bune a propriului timp. (Czerniawska, 2000, p.10).

Această activitate poate apărea ca un proces conștient, care va fi aplicat la diferite faze ale bătrâneții, va reuși să o întărească și să dispară. Omul poate să se dezvolte, ca să trăiască în lumea schimbătoare numai atunci când simte această necesitate, dorește aceea și întreprinde măsuri, care totodată sunt o temelie pentru a da sens vieții.

La același nivel cu activitatea este potențialul omului. Anume aceasta este activitatea și potențialitatea care devin un punct de ieșire în gândire și căutarea căilor (în construirea orientărilor) cu privire la instruirea orientată asupra sensului vieții a persoanelor în vârstă. Principiul de legătură a susținerii omului ca subiect (în dezvoltarea de către el a propriei personalități) cuprinde esența instruirii la bătrânețe, înțeleasă ca dezvoltarea avilităților „de a face judecăți și a gândirii, a pregătirii de a lua responsabilitatea asupra sa, de a acționa în direcția sensului” (Heitger, 1983, p.142). Lipsa abilității de a da sens vieții în situația de gol, de lipsă a activității, excesul timpului, lipsa de acțiune, lipsa, incapacitatea de a face viața cu sens, nu odată trezește frustrarea existențială.

Din cercetările prezentate în partea empirică rezultă că seniorii din Polonia canadiană sunt angajați în activitățile din cluburile seniorului, sunt activi în acțiunile altor persoane, de asemenea angajați în tutela și menținerea relațiilor familiale sau de asemenea a relației aprofundate cu Dumnezeu, sensul vieții îl raportează nu numai și exclusiv față de realizările de până atunci și de ceea ce deja

le-a reușit să realizeze, dar înainte de toate le este caracteristic orientarea spre viitor, asupra faptului ce încă este valoros, subiectul și scopul planurilor de viață, pe lângă conștiința trecerii vieții, a apusului vieții. Aceste persoane resimt singurătatea condiționată cultural (vecinii, societatea – sunt persoane diferențiate din punct de vedere al naționalității, culturii, tradiției, limbii). De aici la persoanele acestea apare o puternică tutelă asupra relațiilor de familie, activitatea socială pentru rudele sale, sentimentul puternic al legăturii cu membrii Poloniei. Persoanele în vârstă care locuiesc în Polonia de asemenea sunt angajate în activități din clubul seniorului. Sunt activi din punct de vedere al altor persoane, de asemenea, sunt angajați în menținerea relațiilor cu vecinii, familiale și relațiile cu Dumnezeu. Sensul vieții îl raportează la realizările de până atunci, pe care le tratează ca terminate (efectul bilanțului vieții), realizate, dar slab definesc sensul vieții din perspectiva viitorului. Recunosc că viața lor se îndreaptă spre final (este o etapă încheiată), de aici judecând despre sensul vieții, ajung la concluzia că el este îndeplinit. Persoanele respective de fapt nu simt singurătatea care este cel mai puternic condiționat de relațiile familiale. Diferența în definirea sensului vieții în rândul persoanelor în vârstă care locuiesc în Polonia și Canada cel mai probabil sunt condiționate de cei mai buni factori economici, de standardul vieții și accesul la servicii și asistență medicală (împreună cu calitatea ei) a seniorilor din Polonia canadiană. De aici văd sensul vieții sale nu numai în contextul realizărilor atinse, dar de asemenea a celor orientate spre viitor. Noua perioadă din viață, precum este bătrânețea, devine pentru ei o nouă etapă. Ea este îndreptată spre noi provocări, scopuri, realizarea visurilor, noi forme de activitate pentru care până acum nu au avut timpul necesar.

#### IV.3 Educația față de sensul vieții la bătrâneții

Educația sensului vieții o resimțit ca îndeplinirea a ceea ce până acum de asemenea este organizată pentru ceea ce în viitor este pentru seniori șansa pentru cunoașterea esenței libertății, a responsabilității pentru sine, și de asemenea a dezvoltării depline a potențialului propriu. „Dacă omul se întâlnește pe sine însuși pe terenul spiritual și o cunoaște prin abilitatea și libertatea decizională, aceea nu *este*, dar neconținut *devine*” (Michalski, 2011, p.75). În dezvoltare spre împlinirea omenirii, luând în calcul instruirea la bătrânețe, foarte importantă este susținerea în tendința spre libertate și răspundere pentru sine, viață, lume. Aceasta este susținerea sensului existenței și prin asta depășirea golului existențial (Frankl, 1978, p.79).

Educația la bătrânețe față de sensul vieții este condiția de bază a îmbătrânirii adecvate, ceea ce confirmă rezultatele cercetării prezentate în lucrarea de față. Scopul ei general este activizarea și includerea persoanelor în vârstă în procesul instruirii pe „durata întregii vieți” – cu raportare la schimbările civilizaționale,

sociale și culturale – care pregătește pentru a da vieții un sens, care face posibilă menținerea responsabilității pentru el formarea lui. Din aceste tendințe rezultă scopurile specifice față de cele de mai jos, care sunt chintesența cercetărilor realizate, adică:

- Reconstruirea științei în domeniul înțelegerii a propriei persoane, lărgirea autoconștiinței;
- Descoperirea și realizarea potențialului bătrâneții și crearea condițiilor pentru dezvoltarea lui;
- Grija pentru dezvoltare: spre sine, spre lume și spre transcendent (Wnuk, 2002, p.114);
- Trezirea și direcționarea propriei dezvoltări de la cunoaștere, alegerea și de interiorizarea valorilor esențiale la această etapă a vieții a valorilor până la schimbarea modului de viață în lumina lor;
- Trezirea și direcționarea propriei dezvoltări de la cunoaștere, alegere și interiorizare a valorilor esențiale la această etapă a vieții până la schimbarea modului de viață în lumina lor;
- Motivarea pentru autodezvoltare, autoperfecționare;
- Sprijinirea în activitate pentru propria dezvoltare, pentru dezvoltarea altora și a mediului social;
- Satisfacerea necesităților de dezvoltare;
- Inspirația și trezirea pentru realizare a pasiunilor vieții, dezvoltarea intereselor;
- Motivarea pentru planificarea conștientă și deliberată a vieții, faptelor și a propriei dezvoltări;
- Activizarea pentru participarea în manifestări sociale;
- Susținerea în stabilirea relațiilor interumane și în menținerea acelor relații;
- Motivarea de reciprocitate ca o valoare care dă sens și valoare vieții;
- Organizarea situațiilor, în care se învață bunăvoința, dezinteresul, ajutorul și acceptarea sau modificarea vieții sale, ca și ieșirea dincolo de gândirea doar despre propria persoană;
- Construirea relațiilor între generații în familie, care dau persoanelor în vârstă sensul vieții (Trafiałek, 2006, p.89) și între generațiile în vârstă și cele tinere (Woźniak, 2006, p.159);
- Susținerea în organizarea experiențelor sociale și a altora, care fac viața seniorilor folositoare (de exemplu voluntariatul);
- Construirea relațiilor între generații între generația în vârstă și cea tânără;
- Folosirea cunoștințelor vieții cotidiene pentru autorefecție și construire a sensului vieții (reinterpretarea experienței, o mai bună înțelegere a propriei

persoane, a altora, a lumii înconjurătoare, obținerea armoniei interne, a înțelepciunii de viață) (Łukasik, 2013);

- Obținerea de abilități de a se descurca în chestiunile economice, de autodeservire, de fapte concrete cu caracter personal și social;
- Susținerea în a da vieții sens, în tendința spre împlinirea umanității;
- Întărirea faptelor cu caracter religios care fac posibilă relația cu Dumnezeu;
- Aducerea de stimulente și conducerea/susținerea în dezvoltarea spirituală cu luarea în calcul a valorilor transcendente, care joacă un rol important în depășirea granițelor și descoperirea sensului vieții din perspectiva bătrâneții și a morții;
- Schimbarea gândirii despre moarte: promovarea acestei perioade de viață ca ceva pozitiv, natural, care are propria valoare și sens;
- Îndemnarea spre folosirea de oferta educațională îndreptată spre persoanele în vârstă;
- Motivarea pentru devenire a tutorelui la fel ca și pentru semeni, de asemenea și pentru alte persoane;
- Ajutor în realizarea bilanțului vieții și sprijinul în căutarea sensului vieții, sensului existenței;
- Pregătirea pentru „viața în drum” (vezi Zych, 2009, p.120), pentru viață în condițiile schimbătoare pentru mobilitate (muncă, locul de trai);
- Includerea în strategia de soluționare a situațiilor de criză, a evenimentelor tragice traumatizante, a situațiilor existențiale<sup>9</sup>.

Bătrânețea este cea mai individualizată etapă a vieții. Ca viața persoanelor în vârstă să nu fie „o perioadă neproductivă, o perioadă a timpului în zădar, o perioadă a singurătății, o perioadă a golului, o perioadă a excluderii, o perioadă a decepției, o perioadă a slăbirii, o perioadă a oboselii, o perioadă a durerii, o perioadă a suferinței, o perioadă a golului, o perioadă a morții” (Zych, 2009, p.162-176), o

---

<sup>9</sup> Scopurile instruirii la bătrânețe trebuie să dezvolte funcțiile ei:

- Continuarea dezvoltării cognitive (actualizarea și reconstruirea cunoștințelor, continuarea pasiunii cognitive, a ține seama de funcționalitatea intelectuală);
- Compensatoare (realizarea aspirațiilor, visurilor, pasiunilor, intereselor, care mai înainte erau de neîndeplinit);
- A profilacticii gerontologică (prevenirea scenariilor proaste a îmbătrânirii, creșterea sentimentului propriei valori, a sensului vieții, și ca urmare întărirea identității);
- Adaptativă (pentru noile provocări, condiții social-economico-culturale);
- Economică (un focar esențial pentru asistență socială);
- De asistență (autoajutor, modelul educațional al asistenței);
- Creativă (crearea propriei vieți, dezvoltarea potențialului creativ, autorealizarea);
- Social-culturală (viața în cadrul societății, interacțiunea, interparticiparea, activitatea pentru mediul social-cultural, construirea propriei viziuni asupra vieții);
- Integral-recreativă (construirea legăturilor, solidaritate, prietenie în dimensiunea familială, socială, națională și între generații (*Strategie działania w starzejącym się społeczeństwie...*, 2012).

perioadă a lisei speranței, fără sensului este necesară instruirea la bătrânețe. Instruirea aceasta trebuie să se lege de necesități, întrese, posibilități, potențial, scopuri, planuri de viață, sau a tuturor celor luate la un loc, ce face viața valoroasă, importantă, cu sens, ca omul să se depășească (Kozielecki, 1987), să devină cineva mai mult decât este – persoană liberă și răspunzătoare pentru sensul vieții sale. Instruirea la bătrânețe pentru sensul vieții este mai apoi o misiune esențială pentru pedagogia modernă. Așa cum a accentuat A. A. Zych poate fi inițiată sau inspirată prin sursele de informare în masă. De trezire a autoconștiinței și de acceptare a vârstei care vine, pe care îl pot însoți pierderile dureroase – a muncii, prestigiului, memoriei, în fine a persoanelor apropiate, și tot așa de a conștientiza chestiunea legată de „reorganizarea propriei vieți” acceptării noului chip al propriei persoane (mai puțin funcțională și mai puțin frumoasă, deseori bolnavă, nedescurcătoare, și senile) și de întărire a sentimentului că se apropie bătrânețea poate fi perioada bună, valoroasă pentru o administrare adecvată a perioadei care se apropie a odihnei și libertății (Zych, 2009, p.18; Kamiński, 1974, p.9-22).

De asemenea sunt importante provocările pentru pedagogii teoreticieni, ca și pentru practicieni.

Dacă este vorba de cei din urmă, trebuie să subliniem că în special este importantă prezența lor în rândul seniorilor. Așa cum a precizat S. Kawula, conform opiniei lui, anume pedagogul trebuie să dezvolte și să satisfacă necesitățile de dezvoltare a persoanelor în vârstă în special prin „activizarea potențialelor posibilități a unităților sau grupelor” (Kawula, Braşiel, Janke, 2000, p.229). Ca aceea să fie îndeplinită trebuie să fie direcționată prin următoarele misiuni: individualizării, cunoașterii condițiilor de viață, de folosire a cunoștinței, experienței și intuiției; acceptării altui om; comunicativității; de participare activă în activitățile realizate; încredere și stimă a intimității; evitarea distanței a preferințelor personale sau a prejudecăților cu privire la persoanele cu care el lucrează (Lalak, 2003, p.225, 231-232). Pedagogul care lucrează de exemplu prin studiu de caz sau biografică, însoțește persoana în vârstă în viață în a-i da un sens, o susține în tendința față de deschidere pentru noi experiențe, toleranță pentru vârsta sa, dorința de acțiune, schimbarea sa și a vieții sale. Anume datorită lui omul în vârstă se poate deschide pentru realitate – cea care este și cea care poate să apară (Dyrda, 2009, p.339). De aceea, practica pedagogică este orientată spre acțiunea susținătoare și care consolidează față de persoanele în vârstă face posibilă căutarea și oferirea sensului vieții omului. Așa cum consideră Michalski, practica pedagogică, pedagogii în acțiunile lor trebuie să aibă în vedere faptul că „în căutarea personală a sensului totdeauna este vorba de analiza de către om a vieții lui personale, a existenței, în modul în care în acel moment ea îi este dată și oferită” (Mihalski, 2011, p.254). Rolul pedagogului constă în însoțirea omului în căutarea

sensului la fiecare etapă a vieții, ca ea să fie pentru el valoroasă, plină de activitate conformă cu necesitățile și posibilitățile lui.

Luând în calcul încercarea de expunere a aspectelor esențiale a educației față de sensul vieții în bătrânețe, care trebuie să fie luate în calcul în acest proces, am avut ca scop atragerea atenției pedagogilor asupra chestiunii foarte importante legate de trăirea vieții de către persoanele în vârstă, prin valoarea lui, importanța și prin oferirea sensului. Temelia care scoate la iveală caracterul faptelor pedagogice au devenit scopurile care arată direcția practicilor educaționale, care facilitează pregătirii pentru bătrânețe și a oferirii sensului prestigiului ei. Folosirea prevederilor teoriei activității (și a competențelor, retragerii și gerotranscedenței), a potențialului omului și de misiunile de dezvoltare caracteristice pentru acea perioadă, face posibilă perspectiva acțiunilor diferită de cea de până acum în perioada de pregătire a persoanei care îmbătrânește pentru viață, care are scop și sens, de asemenea permite să tindă spre împlinirea umanității, demn și pozitiv să îmbătrânească și să trăiască propria bătrânețe.

În concluzie, scopul prezentei lucrări nu a fost indicarea propunerilor concrete în ce mod să se realizeze sensul vieții prin practica instruirii persoanelor în vârstă, sau dacă ce lucruri practice s-ar putea realiza în conformitate cu realizarea scopurilor educației față de sensul vieții. În schimb a fost prezentat cum persoanele în vârstă definesc sensul vieții, și de asemenea cum situația economică și culturală decide despre caracterul lor. Analizele efectuate care se adună în jurul principiului sensului vieții a persoanelor în vârstă se poate sublinia arătând câteva aspecte esențiale din perspectiva instruirii la bătrânețe. Aceste sunt:

- Susținerea în căutarea sensului;
- Motivarea pentru orientarea asupra misiunilor, acțiunilor din domeniul sensului, valorii vieții, activității, răspunderii pentru sine și propria viață în procesul de o viață.

## Concluzii

În lucrarea prezentată *Sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă. Inspirații pentru educația oamenilor în vârstă* s-a concentrat asupra definiției sentimentului sensului vieții a persoanelor în vârstă între 60 și 74 de ani, care locuiesc permanent în Polonia și Canada. Ca să realizăm așa ceva este acceptat că cei chestionați au format conceptul de deținere a sensului vieții (sau nu) și conștient delară despre necesitatea obținerii lui (sau nu), ceea ce duce la prezența sensului în viața lor. Chestionații au avut posibilitatea alegerii și de trimitere la propria conștiință și autoreflexie.

Deținerea sensului vieții este o necesitate de bază a omului, sensul vieții ca o idee de bază, concepția vieții individului (Obuchowski, 1985). Înțelegând ca o necesitate are un caracter orientativ. Subiectul cunoașterii devine sensul existenței umane în realitate, orientarea sa privind la locul în lume și de deținere de către el a viziunii proprii asupra faptului de ce trăiește și ce fel de rațiuni acea viață condiționează (Obuchowski, 1983, 1985). Sensul vieții focalizează activitatea și deține atributul de bază a dezvoltării complete a omului (tendința spre împlinirea propriei dezvoltări, umanității). Deținând sensul vieții, va reuși să definească scopurile sale și misiuni pentru realizare (acum și în viitor), posibilitățile și locul în lume. Tadeusz Czeżowski a arătat că viața omului.

(...) ca o echipă a faptelor crează o unitate compactă, dacă scopurile finale care direcționează cu acele acțiuni se așează armonios, sau nu se opun, în final se ajută reciproc. Posibil că toate scopurile se subordonează unui scop final și principal, care conduce cu întreaga viață a omului (Czeżowski, 1994, p.345).

Deoarece scopul în viață (scopurile în viață) care oferă sens este permanent efect al propriei reflecții și conceptualizare de către om a situației sale de viață și de plasare a sa în lume. Sensul vieții activează în om puteri pentru activitate, permite să planifice și să le prevadă, face posibilă direcționarea cu dezvoltarea evenimentelor, realizează schimbări, ca scopurile propuse să fie atinse (tendința de a se realiza în viață). Pentru fiecare om el este permanent individual, independent formulat în baza înțelegerii lumii și a propriei persoane ca o persoană care trăiește pe acest pământ (Obuchowski, 1985, p.179). Poate fi de asemenea asimilat de către el și completat sau modificat prin idealul care funcționează pretutindeni. (Łukaszewski, 1984). El mobilizează omul pentru activitate, menține în ea motivarea pentru activitate, schimbările, dezvoltările și dă sentimentul satisfacției și împlinire.

În cartea prezentată ne-am concentrat anume asupra cunoașterii sentimentului sensului vieții a persoanelor în vârstă. Ele sunt conștiente de sfârșitul vieții care se apropie, realizează bilanțul ei, trag concluziile, vin cu reflecții cu privire la ceea ce ar fi fost să mai fie și ce încă poate/trebuie să se realizeze, ca viața



să devină din plin satisfăcătoare (ceea ce servește răspunsul la întrebarea, „ce sens și importanță a avut și are pentru mine viața mea?”). Seniorii dau sens realizărilor sale de până atunci, care trebuie să devină temelie pentru stabilirea viitoarelor scopuri/țeluri. Bătrânețea nu este sfârșitul nici stagnarea vieții omului, dar face posibilă dezvoltarea și tendința spre a atinge deplin a propriei umanități.

Oferindu-i lucrării forma prezentată în partea teoretică, a fost prezentat sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă în contextul schimbărilor sociale și perspectivelor educaționale a pregătirii omului pentru viața care a primit sens. Capitolul al doilea prezintă principiile metodologice ale propriilor cercetări. În capitolul al treilea a fost prezentat sentimentul sensului vieții a persoanelor în vârstă, ținând seama de locul de trai și sexul. În legătură cu faptul că sensul vieții se materializează în relațiile față de sine, de alții, de valorile superioare, ca să obțină chipul deplin al sentimentului sensului vieții, toate acele elemente sunt luate în calcul în analize. De asemenea, sentimentul sensului vieții a fost cercetată de asemenea în raportare față de sentimentul de singurătate.

Ultimul capitol reprezintă încercarea de a arăta treptele de instruire, a cărei abordare în procesul instruirii la bătrânețe poate duce la creșterea sentimentului sensului vieții la seniori.

Subiectul cercetărilor a constituit sensul vieții a persoanelor în vârstă, în schimb scop a devenit explorarea și descrierea sensului vieții seniorilor în contextul vârstei lor, a locului de trai (Polonia/Canada), a scopurilor de viață, relații sociale, spiritualitate și sentimentul propriei valori.

Conform cu principiul adoptat conform căreia căutarea sensului vieții este o activitate care suscită un efort permanent în stabilirea înțelegerii importanței propriei vieți, a fost prezentată analiza sentimentului sensului vieții a persoanelor chestionate în contextul orientării pe prezent și viitor. Sentimentul sensului vieții a fost analizat de asemenea din punctul de vedere a locului de trai a persoanelor în vârstă. Sentimentul sensului vieții este orientat pe prezent, așa cum rezultă din cercetările realizate, caracterizează persoanele în vârstă care locuiesc în Polonia la fel în domeniul înțelegerii importanței sensului vieții, ca și în cazul deținerii unui scop de viață clar definit sau a negării faptului că viața individului nu îl are. În schimb, sentimentul sensului vieții orientat pe viitor caracterizează persoanele în vârstă din Polonia canadiană la fel în domeniul necesității căutării sensului (deschiderea față de noi provocări, căutări active a ceea ce poate constitui sensul vieții), ca și a scopului de viață, misiunii, importanței în viață. Dacă este vorba despre găsirea în viață a ceva, ce o face importantă (orientarea spre viitor), trebuie subliniat, că aceasta o declară toți chestionații din Polonia și Polonia canadiană. Persoanele în vârstă realizând bilanțul vieții sale apreciază ce au reușit să atingă și ce nu. Persoanele care trăiesc în Polonia sensul vieții îl cred realizat, încheiat, ceea

ce lor le-a reușit există și nu este neapărat să formuleze scopuri noi și planuri pentru viitor. Polonezii din Polonia canadiană care au „realizat un salt calitativ” (plecare într-o altă țară, o situație economică mai bună și socială, realizarea planurilor sale, asigurarea unei vieți mai bune pentru copiii și nepoții lor), având satisfacția din urma realizărilor, sentimentul împlinirii, sunt mai curajoși și văd sensul în stabilirea scopurilor și planurilor pentru viitor. Vârsta nu este pentru ei sfârșitul activității profesionale, dar apariția unor noi posibilități și proiecte pentru viață pe care nu o limitează nici împlinirile de până atunci, nici apropierea sfârșitului. Persoanele în vârstă din Polonia forțele motivaționale le iau din faptele trecute, actuale și conștiente, care dau vieții sens, în schimb cei chestionați din Polonia canadiană din realizările de până atunci și planuri orientate pe viitor, care le crează sentimentul sensului vieții.

Pe lângă aceea sensul vieții se materializează în activitate, se realizează de asemenea în relații (care pot fi temelia și indicatorul activității, experienței sale și lumii) față de alții, de patrie, Dumnezeu și sine (perspectiva profunzimii sensului vieții).

Luând în calcul relațiile cu rudele cele mai apropiate (copii, nepoți) se poate spune că cei chestionați le declară ca bune. Legăturile apropiate și pozitive sunt caracteristice pentru seniorii din Polonia canadiană, ceea ce se poate vedea în baza definițiilor care sunt caracterizate prin emoțiile pozitive în raportare față de familie. În rândul seniorilor din Polonia au apărut expresiile cu privire la relațiile cu caracter indiferent sau negativ, ceea ce nu a fost găsit în răspunsurile persoanelor care locuiesc permanent în Canada. Analogic relațiilor cu familia cea mai apropiată sunt definițiile seniorilor din Polonia și Polonia canadiană în relația față de rudele mai depărtate sau apropiate. Analizând relațiile de vecinătate se poate spune că în majoritatea lor chestionații își exprimă față de ele atitudini pozitive. Bărbații chestionați din Polonia și Polonia canadiană le compară cu bunele relații din familie, pe care vecinii nu odată le înlocuiesc. În răspunsurile persoanelor care locuiesc în Canada apar definițiile neutre privitoare la relațiile de vecinătate sau cele înțelese în categoria celor de curtuazie față de sine (caracterizate prin bunăvoință). Rezultă probabil din faptul că vecini ai seniorilor din Polonia canadiană sunt cel mai des străini (o altă cultură, religie, limbă), iar viața în casa de bătrâni limitează numărul vecinilor și posibilitatea de a lega cu ei relații (ceea ce este caracteristic pentru seniorii din Polonia care trăiesc cel mai des la bloc). Seniorii din Polonia prețuiesc și tutează relațiile de vecinătate, care într-o anumită măsură devin o recompensă pentru relațiile mai slabe cu familia. Relațiile de vecinătate sunt pentru persoanele în vârstă un model solid cultural, care dispare în rândul tinerei generații. Seniorii din Canada tutează și au grijă de relațiile cu familia, deoarece anonimitatea vieții în vecinătate face imposibilă obținerea de la

persoanele „străine” a susținerii sau ajutorului, care în „străinătate” o asigură familia (apropiată și rudele).

Dacă este vorba de relațiile celor chestionați față Polonia, trebuie subliniat că ei o consideră ca pe o patrie, iar pentru femeile din Polonia canadiană este țara în care nu se trăiește ușor. În cazul persoanelor din Polonia canadiană interesantă a fost cunoașterea atitudinii lor față de Canada. Majoritatea din ei o consideră ca pe o țară în care au cunoscut bunăstarea și o calitate bună a vieții. Puțini bărbați descriu Canada ca pe un model al raiului, în care se simt singuri.

În cercetările realizate foarte important a fost de asemenea cunoașterea în ce mod persoanele în vârstă percep propria bătrânețe. În baza analizelor realizate se poate spune că seniorii o tratează ca pe ceva natural, o etapă inevitabilă în viața fiecărui om. Seniorii din Polonia canadiană văd în ea numai aspecte pozitive ale vieții, în schimb persoanele chestionate din Polonia pe lângă factorii pozitivi arată de asemenea atitudini negative față de sănătate, condiții psihofizice și de asemenea prin bătrânețea conștientizată de bărbați (ce confirmă relațiile lor slabe cu familia). Seniorii care locuiesc în Polonia pot să atragă atenția asupra primelor două „lipsuri” ale bătrâneții, conducându-se de experiența zilei de astăzi, la care se adaugă situația economică scăzută, materială și asistența medicală foarte rea.

Următorul aspect, la care s-a atras atenția în timpul cercetărilor, au fost relațiile persoanelor în vârstă cu Dumnezeu. Persoanele în vârstă care locuiesc atât în Polonia cât și în Canada le defineau pozitiv, folosind expresii ca: foarte bună, satisfăcătoare, una dintre cele mai importante în viață. În rândul chestionaților nu s-au aflat persoane care ar fi avut relații proaste sau ar fi afirmat că nu o dețin în totalitate. Pentru persoanele în vârstă relația cu Dumnezeu, religiozitatea, credința adâncă devin niște umblele specifice de apărare, care asigură sentimentul securității și speranța pentru viitor și viața veșnică. Datorită lor ei au „susținere”, „liniștea internă”, „înțelegerea experienței suferinței și a morții care se apropie”.

Din punctul de vedere al cercetării este interesantă cunoașterea cum persoanele în vârstă definesc singurătatea prin prisma sensului vieții. Seniorii chestionați care locuiesc în Polonia și Canada descriu cel mai des singurătatea în contextul social ca pe o lipsă a relațiilor cu alții și în contextul psihic ca pe o lipsă a emoțiilor pozitive. Singurătatea este definită din două perspective: de părăsire și din dorință de a fi singur (necesitatea de a se izola). O leagă de sensul vieții, de profunzimea ei se leagă în special în relațiile față de alții și față de sine. O accentuează că poate oferi omului sensul vieții de asemenea în momentul când devine un factor motivațional pentru redefinirea ei și pentru a-i oferi un nou sens prin găsirea sa în contactul cu arta sau natura, sau prin activitatea socială, caritativă. Persoanele care au problema cu găsirea sensului vieții, cu înțelegerea sa, necesită motivații, activizarea sau instruire în această perioadă. Seniorii chestionați în marea

majoritate prezintă atitudinea „constructivă” față de sine, a propriei vieți și în raportare față de alții, ca și a lumii sociale sau spirituale.

Îmbătrânirea și bătrânețea sunt niște fenomene, care cel mai des nu aduc înțelesuri pozitive, deși sunt niște procese naturale care fac parte din viață. Asta rezultă din faptul că bătrânețea se leagă de boli, de procese slăbite de cunoaștere, moarte, ceea ce se include în canoanele modei moderne. Triumful tinereții se opune la dispariție, se îndreaptă în direcția sentimentului săvârșirii asupra vieții sale, de decidera a destinului său, de reținere a tinereții, vitalității. Bătrânețea și moartea ies de sub control, sunt nepopulare, trezesc spaima și dezgust (Winnicka, 2012, p.68; Piķula, 2011, p.96; Melosik, 2013). Îmbătrânirea ca o etapă naturală în dezvoltarea omului poate deveni pozitivă, nu trebuie să trezească spaimă. Conform opiniei lui Robert D. Hill face posibilă următoarele caracteristici:

- Mobilizarea capacităților deținute, ca să se descurce cu problemele legate de vârstă și cu înrăutățirea stării de sănătate, utilizând strategiile de asimilare și acomodare;
- Realizarea alegerilor conștiente cu privire la stilul vieții ca să mențină bunăstarea psihică de exemplu instruirea pe durata întregii vieți, o dietă corespunzătoare, menținerea bunelor relații cu alți oameni, munca realizată, apartenența la grupul de susținere etc.;
- De a ține seama de elascitatea de-a lungul întregii vieți, atâta timp cât ea face posibilă adaptarea la schimbările care apar în viață;
- Concentrarea asupra părților pozitive din viață, nu numai asupra problemelor și greutăților legate de bătrânețe și de abilitatea de a se distanța de ele, atâta timp cât ele au loc permanent în viața omului (Hill, 2009, p.44-52; Hill, 2008).

Ca să se formeze acele calități, este foarte importantă instruirea la fiecare etapă a vieții omului. Ea este generală în cazul persoanelor în vârstă. Ele învățând îmbătrânirea eficientă, vor reuși să stabilească sensul vieții, să descopere atuurile bătrâneții și vor tinde spre împlinirea dezvoltării, la armonie și fericire. Atitudinea pozitivă față de viață, stilul activ, elascitatea devin în perioada bătrâneții factori care fac posibil trăirea adecvată în întregii reflecții asupra faptului ce a fost ce este și ce va fi. Aceasta face posibilă oferirea vieții a unei forme pentru viitor, permanenta lui căutare, ce este important în dezvoltarea omului, valoroase și importante, ce stabilește scopul, sensul și permite să obținem împlinirea acestei dezvoltări. Educația, așa cum a arătat J.Halicki, „eliberează oamenii în vârstă de stereotipuri, care limitează viziunea lor asupra faptului ce se poate obține” (Halicki, 2000, p.17). Educația este necesară persoanelor în vârstă care locuiesc în Polonia, deoarece viața sa o apreciază în categoriile ce a fost și ce este acum, neținând seama de scopuri care se profilează în viitor (sentimentul sensului vieții sunt puternic dominate de orientarea asupra prezentului, dar nu spre viitor). Pregătirea omului în vârstă pentru crearea situațiilor în viitor devine o provocare importantă a

instruirii față de sensul vieții la bătrânețe. Este important să luăm în calcul opinia lui Tadeusz Kotarbiński. Conform opiniei lui cine

(...) caută sensul vieții, îl caută anume pe acela, anume asupra lui se gândește, ca faptele lui să nu fie fără sens, dar și mai mult ca activitatea lui să nu se epuizeze în fapte frivole dar să poate să se legitimeze prin utilitate față de scopul demn de a dedica eforturile cele mai importante (Kotarbiński, 1986, p.22).

Educația omului în vârstă face posibilă realizarea împlinirii omenirii, viața care aa primit sens devine mai apoi o prioritate. Omul pune întrebări și caută sensul vieții la fiecare etapă a dezvoltării, mai ales în bătrânețe, când realizează bilanțul vieții, conștientizând apropierea sfârșitului. Instruirea cu privire la sensul vieții poate deveni

(...) o metodă a autorealizării, a existenței multidimensionale, împlinirea de sine și transgresiei individuale, formarea poate di o stare psihică care satisface vital și motivează pentru viață (Pakuła, 2007, p.62; Popielski, 1994, p.34); Koziellecki, 1987, p.10-11).

Educația față de sensul vieții poate determina ca oamenii să funcționeze mai bine, să-și satisfacă necesitățile, să dezvolte greutățile și să-și îndrepte situația economică (Pakuła, 2007, p.62). Pe lângă cele enumerate mai sus o consecință a educației este de asemenea o mai bună adaptare față de bătrânețe ceea ce constituie un element al profilaxiei patologiei sensului vieții sociale a oamenilor în vârstă (de la singurătate, prin crizele psihice până la sinucidere) (vezi Zych, 1995, p.13; Pakuła, 1996).

Instruirea seniorilor este analiyat[ multidimensional, atât în contextul instituțional, cât și în cel personal, prin experiența cotidiană se poate realiza schimbarea modului de gândire a seniorilor față de viața lor, minimalizate fenomenele singurătății și de creștere a sentimentului satisfacției, împlinirii, convingerii, că omul ca *homo construens* poate crea viața sa, să realizeze scopurile, intențiile și planurile de viața, pe care nu le limitează nici vârsta, nici gândirea negativă despre propria bătrânețe. Cunoștințele obținute de-a lungul vieții, despre sine în lume „îndeplinește rolul regulatorului de bază a comportamentelor individului, care îi asigură minimumul confortului psihic” (Semków, 2012, p.84). Temelia instruirii față de sensul vieții la bătrânețe este stabilirea aptitudinilor omului față de munca eficientă și constructivă asupra sa prin susținerea corespunzătoare în tendința spre autorealizare, spre împlinirea dezvoltării și umanității.

Instruirea persoanelor în vârstă, și de asemenea autoinstruirea (în care și autoperfecționarea, autoformarea, autoeducația) face posibilă oferirea unei noi forme vieții sale, conducerea cu propria dezvoltare, deoarece anume el reprezintă una dintre dimensiunile vieții și îi oferă sens (Łukaszewski, 1984, p.383-385). În

această perioadă trebuie de folosit specifica experiențelor individuale și potențialul persoanelor în vârstă, ceea ce considera Bogusław Śliwerski, scriind (...) observând modul de soluționare prin omul concret a diferitor misiuni de viață, practice și teoretice, se poate constata că el se conduce în așa situații cu anumite reguli de gândire și acțiune în dependență de condiții și de posibilitățile gândirii sale (Śliwerski, 2013, p.52).

Instruirea persoanelor în vârstă trebuie să se îndrepte spre direcția autoinstruirii și a autoeducării. Autoeducarea (...) aparține domeniului de fenomene acceptate general și dorite în viața omului, însă în continuare se menține părerea că în practică ea se întâlnește foarte rar (Śliwerski, 2013, p.52).

Înainte educației față de sensul vieții a persoanelor în vârstă apar multe provocări. Este valabil și în acest caz care se referă la pregătirea lor pentru autoeducare, autoformare și autoeducare în acest domeniu.

## Summary

The publication focuses mainly on determining the sense of meaning of life of Polish seniors aged 60—74 years, living permanently in Poland and Canada (Polish Canadians). For this purpose it has been assumed that the subjects have a formed concept of the meaning of life (or the lack of it) and consciously declare the need to achieve it (or not), which results in the presence of meaning in their life. The subjects could make choices and refer to their own self-awareness and self-reflection

The book consists of four main chapters. The first chapter entitled *The Life of Seniors in Times of Social Change* is theoretical. The very concept of meaning of life is not homogeneous, and as a scientific category it falls within the area of study of various sciences; consequently, the concept of meaning of life is addressed by pedagogues, psychologists, sociologists, theologians or philosophers. It is worth mentioning that, along with the development of pedagogy, the concept of meaning of life has also gained importance, becoming an interdisciplinary category in reference to studies concerned with old age and aging. Taking this premise into consideration, the chapter presents the main theoretical sociological, psychological and pedagogical assumptions related to the concept of meaning of life in the context of social changes (including the loneliness of seniors), the quality of seniors' life, their needs and lifestyles. The meaning of life of seniors is also considered in the context of their loneliness and isolation. Furthermore, there are references to challenges faced by education in terms of meaning of life and the prevention of loneliness among seniors.

According to K. Obuchowski (1972), the need for meaning in life, just as the need for emotional contact or cognitive need, is one of the basic human needs, also in relation to seniors. Meaning of life is determined by people's individual experiences and predispositions, with life becoming meaningful when one can pursue long-term goals and values and control the course of one's life. The sense of meaning of life allows people to undertake specific actions and make plans. Regardless of age, the sense of meaning of life becomes the driving force in life, allows one to keep rediscovering oneself and to strive for self-perfection, self-development, the fulfilment of one's dreams, life plans and intentions. The need for finding meaning in life is the basic need of an individual, and meaning of life is an imperative idea, a concept related to an individual's life. (Obuchowski, 1985). Meaning of life as a need is indicative in its character. Its object of exploration is the meaning of human existence in the reality, an indication of one's place in the universe and an opinion about why a person lives and what reasons justify this life (Obuchowski, 1983, 1985). Meaning of life focuses an individual's activity and is

an essential attribute of his full development (pursuing one's full self-development and humanity). Having meaning in life, an individual can determine his goals and tasks to achieve (present and future), his potential and his place in the world. It activates an individual's power to act, allows to make plans and anticipate them, direct the course of events and oneself, make changes in order to reach set goals (the need for self-fulfilment). It mobilizes an individual's activity, sustains his motivation to act, change and develop, and gives him a sense of satisfaction and fulfilment.

One's life has meaning when one can realise his long-term goals and values and has a sense of control over its course. The meaning lies at the basis of decisions and existential activities; without this meaning, anxiety and destructive force destroying the logic of existence very quickly creeps into an individual's life. This destruction, which has its roots in the loss of meaning in life, can even lead to suicidal thoughts and acts. Suicidology, as the scientific study of the causes of suicidal behaviour, indicates the lack of meaning in life as an important element of such types of behaviour of people, including seniors. Therefore, placing the focus on the sense of meaning of life among seniors seems to be particularly important nowadays.

The exploration of the sense of meaning among seniors is the focus of this book. It is such people, aware of the approaching end of life, that summarize their life and reflect upon what have been and what still may/should come to be, to make one's life satisfactory (to achieve which one answers the question "what was and still is the meaning and purpose of my life?"). Those people make sense of their past achievements. They also should become the basis for setting objectives (an objective) for the future, seeing that old age is neither the end of human life nor stagnation, but rather life and development, the time of pursuing the fulfilment of one's humanity.

The second chapter entitled *Methodological Bases of Own Research* explains the value of the research problem, revealing hitherto unexplored areas in terms of our knowledge of meaning of life among seniors. To get answers, the research has been placed in the paradigm of quantitative and qualitative study with the use of the case study method. Quantitative study uses *Meaning in Life Questionnaire* (MLQ), the *Rasch Loneliness Scale Questionnaire*, and *Sentence Completion Technique*. Quantitative study has been supplemented with the subjects' personal knowledge gained in the course of interactions in their natural environment (methods characteristic of qualitative paradigm have been included in the study, thus referring to triangulation). In terms of qualitative study, the methods employed include a group interview and content analysis of narratives. Qualitative study methods supplement quantitative study. They are used mainly to take a look at the "external world" (the reality studied in its natural environment) and to describe,



interpret and explain social phenomena from the internal perspective in a number of ways. The research among Polish seniors living permanently in Poland or in Canada (for at least 25 years, they are economic emigrants from the 1970s/80s) was carried out in 2014. The research was based on a deliberate sampling. The main criterion for selection was mental condition (no dementia), age and place of residence, and membership in the Senior Club (subjects in both Poland and Canada). When conducting a group selection, the factor taken into consideration was age classification proposed by the World Health Organisation, with seniors aged between 60 and 74 years invited to participate.

The study covered 240 seniors, among which there were 120 representatives of Polish Canadians (the work refers to them also as seniors from Canada/residing in Canada) living in Toronto and 120 seniors permanently living in Cracow. The groups were also equinumerous in terms of gender, with Polish and Canadian groups consisting respectively of 60 women and 60 men

The next chapter of the publication includes an empirical verification of own research. It presents and compares the sense of meaning of life of seniors with reference to place of residence and gender of the subjects. The sense of meaning of life is further analysed in the context of relationships with other people, an attitude towards one's senility, homeland and God. The analysis also covered the sense of meaning of life with reference to loneliness. The proposed approach to analysed data is substantiated in the theoretical part.

The third part entitled *Sense of Meaning of Life among Seniors from Poland and Polish Canadians* presents and compares seniors' sense of meaning of life, taking into consideration their place of residence and gender. Since meaning of life manifests itself in relationships with oneself, with others and with superior values, these aspects are taken into consideration to obtain the most complete picture of meaning of life. Furthermore, the sense of meaning of life is studied with reference to a sense of loneliness.

In accordance with the accepted assumption that pursuing meaning in life is an activity that requires constant effort in determining the understanding of the meaning of one's life, the subjects' sense of meaning of life is analysed in the context of present and future orientation. Sense of meaning of life is also considered in the context of seniors' place of residence. The conducted study indicates that present-oriented sense of meaning of life is characteristic of seniors living in Poland, both in terms of understanding the significance of meaning of life and having a clearly defined goal in life or negating the fact that human's life has no purpose. In contrast, future-oriented sense of meaning of life characterises senior Polish Canadians, both in terms of the need to search for meaning (be open to new challenges, actively looking for what may constitute meaning in their life),

and look for one's purpose, mission and meaning in life. As for the pursuit of something that would make life meaningful (future orientation), it should be stressed that it features in declarations of both Polish seniors and Polish Canadians. When assessing their lives, seniors reflect upon their achievements, evaluating what they have managed to accomplish and what they have not. Seniors living in Poland consider the sense of meaning of life as something already fulfilled and completed, something that has been accomplished and does not require one to formulate new goals and plans for the future. Senior Polish Canadians who made "a quantum leap" (going overseas to work, improving their financial and social position, carrying their plans, ensuring a better life for their children and grandchildren) have a sense of achievement and fulfilment, are more courageous and see meaning in setting goals and making plans for the future. For them, age and the end of professional work mark the emergence of new opportunities and ideas which are not limited either by their existing sense of fulfilment or the approaching end of life. Seniors in Poland get their driving force from past and present activities that make their life meaningful, whereas senior Polish Canadians draw their force from past accomplishments and future-oriented plans that form their sense of meaning in life.

Meaning of life is made present not only in action, but also in relationships (which can be the basis and determinant of action and experiencing oneself and others) with other people, homeland, God and oneself (the perspective of the deep meaning of life).

Taking into consideration relationships with one's immediate family (children, grandchildren), it can be claimed that the subjects declare them to be good. Particularly close and positive bonds are characteristic of senior Polish Canadians, which manifests itself in expressions marked by positive emotions in relation to one's family. Some Polish seniors when addressing the issue of relationships used expressions that had a neutral or negative character, which was not noted in the statements of people permanently living in Canada. Statements of seniors living in Poland and Canada concerning relationships with immediate family proved analogical to their statements describing relationships with their more distant family and relatives.

When analysing relationships with neighbours it can be noticed that the majority of subjects described them as positive. Studied men in Poland and Canada compared them to good relationships within family, which is often replaced by neighbours. People residing in Canada sometimes use neutral expressions describing relations with neighbours or expressions indicating courteous behaviours towards each other (including those marked with kindness). This probably follows from the fact that neighbours of senior Polish Canadians are

frequently foreigners (different culture, religion and native language), and family life in a private house limits the number of neighbours and possibilities to forge relationships with them (which is characteristic of seniors in Poland, often living in blocks of flats). Seniors living in Poland value and cultivate relationships with neighbours, which in a sense compensate for weaker relationships and bonds with their family; also, relationships with neighbours are still a cultural model among old people, disappearing in the younger generation. Senior Polish Canadians, on the other hand, first and foremost nurture and cultivate relationships with family since the anonymous nature of neighbourhood does not allow them to obtain support or help from "strangers". In a "foreign country" those are provided by family (immediate and distant).

As for relationships of subjects towards Poland, it must be stressed that they all consider it to be their homeland, although for Polish Canadian women Poland is a country in which life is not easy. It was interesting to learn Polish Canadians' attitude towards the country in which they live, namely Canada. Most of them describe Canada as the place where they experienced prosperity, good quality of life, with only few men describing it in terms of a superficial paradise in which they felt lonely

From the perspective of the conducted research it was very important to learn how seniors perceived their old age. Based on conducted analyses it could be claimed that seniors treat old age as a natural and unavoidable stage of everyone's life. Senior Polish Canadians actually seen only positive aspects of life in old age, whereas Polish seniors apart from the positive aspects also indicate negative ones related to health, psychophysical condition, as well as loneliness noticed by men (which reflects their weak bonds with immediate family. Seniors residing in Poland may focus on the first two "shortcomings" of old age based on their everyday experience related to bad economic and financial situation and very poor medical care.

Another aspect that was examined during the research was seniors' attitude to God. Both people living in Poland and Canada described it as positive, using expressions such as: very good, satisfactory, one of the most important relationships in their lives. Among the subjects there were none that would have a very bad relationship or none at all. For seniors, relationship with God, religiousness, deep faith become a protective umbrella that gives them a sense of security and hope for the future and eternal life.

Another interesting aspect from the researcher's point of view was to learn how seniors described loneliness through the prism of meaning of life. Studied seniors living in Poland and Canada tend to describe loneliness in a social context as the lack of relationships with others, and in a psychological context as the lack of

positive emotions. They address loneliness from two points of view: as abandonment and as willingness to be alone (the need for isolation). They associate loneliness with meaning of life, with its depth manifesting itself mainly in relations with other and oneself. They emphasize that loneliness can also give life meaning when it becomes a factor motivating one to redefine and re-evaluate life by finding oneself in contact with art or nature, social activity or charity activity. People who struggle with finding meaning in life and understanding it require motivation, activation or education in this regard. Most subjects present a "constructive" attitude towards themselves, their life and other people, as well as the social or spiritual world.

The last chapter entitled *Meaning of Life in Old Age — Educational Tropes* attempts to indicate educational tropes which, if undertaken in the process of education in old age, may help foster the sense of meaning of life among seniors. Education, as J. Halicki notes, "frees old people from stereotypes that limit their perception of what they can achieve" (2000, p. 17). Such education is particularly needed by seniors living in Poland since they tend to evaluate their life in terms of what happened and what happens now, without considering future plans (sense of meaning strongly determined by the present, as opposed to the future). Preparing seniors to create future situations becomes an important challenge of education concerning meaning of life in old age. Education concerning meaning of life in old age may become "a way of self-actualization, multidimensional existence, self-fulfilment and individual transgression, education may be a mental state that brings satisfaction and motivation in life" (Pakuła, 2007, p. 62; Popielski, 1994, p. 34; Koziński, 1987, pp. 10—11). Education concerning meaning in life may help people function better in their everyday life, act more effectively, meet their needs and even improve financial situation (Pakuła, 2007, p. 62). Another consequence of education — in addition to the above mentioned ones — is a better adjustment to old age, which constitutes an element of the prevention of social life pathology of seniors (from loneliness, through mental crises, to suicide) (cf. Zych, 1995, p. 13; Pakuła, 1996).

Education of seniors, perceived multidimensionally, both in the institutional context and as an equally treated individual everyday experience (Semków, 2012, p. 85), may help change the way of seniors' thinking about their life, minimise the phenomenon of loneliness, increase the level of satisfaction, fulfilment, and conviction that man as *homo construens* can create his life, and realise his goals, intentions and life plans that will not be restricted either by age or by negative perception of one's senility. Knowledge about the world and one's place in the world obtained in the course of education "serves as the basis and regulator of an individual's behaviour, ensuring him the required minimum of mental comfort"

(Semków, 2012, p. 84). After all, the basis of education concerning meaning of life in old age lies in facilitating active and constructive self-work while providing one proper support in one's pursuit of self-realization, full development and humanity

## **BIBLIOGRAFIA:**

- Adamski F., Rodzina. Wymiar społeczno kulturalny, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2002.
- Adler A., Sens życia, Wydawnictwo PWN, Warszawa 1986.
- Ainsworth M., Attachments and other affectional bonds cross the life cycle, w: Attachment cross the life cycle, red. C. M. Parkes, J. Stevenson-Hinde, P. Mariss , London/New York 1991.
- Antonovsky A., Poczucie koherencji jako determinanta zdrowia, w: Psychologia zdrowia, red. I. Heszen-Niejodek, H. Sęk, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1997.
- Babbie E., Badania społeczne w praktyce, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2003.
- Bańka A., Jakość życia w psychologicznym doświadczaniu codzienności, w: Pomiar i poczucie jakości życia u aktywnych zawodowo i bezrobotnych, red. A. Bańka, R. Derbis, Poznań – Częstochowa 1998.
- Bańka J., Metafizyka wirtualna. Traktat o strukturach chwilowych, Katowice 1997;
- Bańka J., Życie człowieka jako istnienie w czasie, [w:] Czas w życiu człowieka, red. K. Popiołek, A. Chudzicka-Czupała, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2010.
- Barretta, D., Dantzler, D., Kayson W., Factors related to loneliness... Psycho Rep., 1995.
- Baumann, Jakość życia w okresie późnej dorosłości – dyskurs teoretyczny, „Gerontologia Polska”, t. 14, nr 4, 2006
- Bauman T., Badania empiryczne jakościowe, w: Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku, t. 1, red. T. Pilch, Warszawa 2003.
- Bauman Z., Etyka ponowoczesna, Toruń 2003.
- Bauman Z., Globalizacja. I co z tego dla ludzi wynika, przeł. E. Klekot, PIW, Warszawa 2000.
- Bauman Z, Płynny lęk, Wydawnictwo Literackie, Kraków 2008.
- Bauman Z., Śmierć i nieśmiertelność. O wielości strategii życia, tłum. N. Leśniewski, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1998.
- Błachnio A., Okres późnej dorosłości – prawda i mity, w: Materiały z III Ogólnopolskiej Konferencji „Uniwersytety Trzeciego Wieku – dla siebie i innych”, 15-17 września 2006 roku Słupsk, red. R. Ossowski, A. Ossowska-Zwierzchowa, Fundacja dla Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2007.
- Bobaj A., Uczeń niepełnosprawny w szkole integracyjnej. Postawy uczniów niepełnosprawnych wobec ich niepełnosprawnych rówieśników, w:

Wielowymiarowość przestrzeni życia współczesnego dziecka, red. J. Izdebska, J. Szymanowska, Wydawnictwo Uniwersyteckie „Trans Humana”, Białystok 2009.

Bocheński J.M., Sens życia i inne eseje, Kraków: Philed 1993.

Bohm W., Uber die Unvereinbarkeit von Erziehung und Therapie, „Vierteljahresschrift fur wissenschaftliche Padagogik” nr 2, Jg. 78, 2002.

Bojanowska E., Opieka nad ludźmi starszymi, [w:] Przygotowanie do starości, red. P. Szukalski, Warszawa: ZUS 2009.

Booth R., Loneliness as a component of psychiatric disorders, “Medscape General Medicine” 2 (2) 2000.

Booth R., The importance of understanding loneliness, “Perspectives: A Mental Health Journal” 1, 4, 1-7, 1996.

Borowska T., Pedagogika ograniczeń ludzkiej egzystencji, IBE, Warszawa 2003.

Bowlby J., Przywiązanie, Wydawnictwo PWN, Warszawa 2007.

Bradshaw I., Twórcza moc miłości. Kolejny wielki etap rozwoju, Wydawnictwo MEDIUM, Warszawa 1996.

Braun-Gałkowska M., Projekcyjny obraz siebie osób przeżywających poczucie osamotnienia, w: Człowiek niepełnosprawny, red. M. Chodakowska, UMCS, Lublin 1994.

Bromley D. B., Psychologia starzenia się, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1969.

Brzezińska A., Społeczna psychologia rozwoju, Warszawa 2003.

Brzezińska A., Społeczna psychologia rozwoju, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2000.

Buber M. Ja i Ty, Warszawa: PAX 1992.

Buber M., Problem człowieka, tłum. J. Doktor, Warszawa 1993.

Bühler Ch. Basic Theoretical Concepts of Humanistic Psychology, „American Psychologist” XXVI, 1971, kwiecień, s. 378.

Butler R., Ageism: Another form of bigotry, „The Gerontologist” nr 9, 1969.

Bytheway B., Ageism, Open University Press, Buckingham, Philadelphia 1995.

Cacioppo J. T., Hawkley L. C, Crawford L. A., Ernst J. M., Burleson M. H., Kowalewski R. B., Malarkey W. B., VanCauter E., Bernston G. G., Loneliness and health: potential mechanism, “Psychosomatic Medicine” 64/2002.

Campbell A., Converse P., Rodgers W., The quality of American life, Russel Sage Foundation, New York 1976.

Carrigan M., Szmigin I., Advertising and older consumers: image and ageism, „Buisness Ethics: A European Review” 9 (1), 2000.

CBOS, Między młodością a starością. Komunikat z badań, CBOS, Warszawa 2007.

CBOS, Polacy wobec ludzi starych i własnej starości. Komunikat z badań, CBOS, Warszawa 2000.

- Chabior A., Edukacja w życiu ludzi starych – komunikat z badań, [w:] „Edukacja” 1997, nr 4.
- Chmura–Rutkowska I., Ostrouch J., Mężczyźni na przełęczu życia. Studium socjopedagogiczne, Impuls, Kraków 2007.
- Chudy W., Od Redakcji, „Ethos” 1999, nr 3.
- Chutnik M., Szok kulturowy. Przyczyny, konsekwencje, przeciwdziałanie, Towarzystwo Autorów i Wydawców Prac Naukowych UNIVERSITAS, Kraków 2007.
- Cierzniewska R., Wokół przemian akademickiego środowiska pedagogów w Polsce, Bydgoszcz 2011.
- Creswell J. W., Qualitative Inquiry and Research Design, Choosing Among Five Approaches, Sage Publications, Thousand Oakes, California 2007.
- Csikszentmihalyi M., Przepływ. Jak poprawić jakość życia, Studio Emka, Warszawa 1996.
- Cudowska A., Twórcze orientacje życiowe nauczycieli Podlasia w świetle badań, w: Kierunki rozwoju dydaktyki w dialogu i perspektywie, red. A. Karpińska, W. Wróblewska, Wydawnictwo „Difin”, Warszawa 2011.
- Cudowska A., Twórcze orientacje życiowe nauczycieli, „Edukacja” nr 3.
- Czapiński J., Panek T. (red.), Diagnoza Społeczna 2009. Warunki i jakość życia Polaków, Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa 2009.
- Czapiński J., Psychologia szczęścia: przegląd badań teorii cebulowej, Akademos, Warszawa – Poznań 1992.
- Czekanowski P., Rodzina w życiu osób starszych i osoby starsze w rodzinie, w: Polska starość, red. B. Synak, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2003.
- Czekanowski P., Rodzina w życiu osób starszych i osoby starsze w rodzinie, w: Polska starość, red. B. Synak, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 2002.
- Czerka E., Rodzinne uwarunkowania odraczania dorosłości u młodych mężczyzn, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2007.
- Czerniawska O. (red.), Style życia w starości, Wydawnictwo WSEH, Łódź 1998.
- Czerniawska O. Drogi i bezdroża andragogiki i gerontologii. Łódź: WSH-E 2000.
- Czerniawska O., Edukacja osób „Trzeciego wieku”. [w:] Wprowadzenie do andragogiki, pod red. T. Wujka. Warszawa: ITE 1996.
- Czerniawska O., Uniwersytet Trzeciego Wieku, 30 lat działania. Przemiany, dylematy i oczekiwania w epoce ponowoczesnej, w: Edukacja wobec starości – tradycja i współczesność, Chowanna, tom 2 (33), red. A. Stopińska-Pająk, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2009.



- Czeżowski T., Jak rozumieć „sens życia”, [w:] M. Środa (wybór) O wartościach, normach i problemach moralnych, Warszawa 1994.
- Dalkey N.C., Rourke D.L., The Delphi procedure and rating quality of life factors, California LA 1972.
- Dąbrowska P., Samotność osób starszych i sposoby jej przeciwdziałania, „Fides et Ratio” 2 (6) 2011.
- Delors J. (red.), Edukacja – jest w niej ukryty skarb: raport dla UNESCO Międzynarodowej Komisji do Spraw Edukacji dla XXI w., Stowarzyszenie Oświatowców Polskich, Warszawa 1998.
- Dienelt K., Kind und Person, „Padagogik”, nr 3, 1970.
- De Walden – Gałuszko K., Wykorzystywanie badania jakości życia w psychiatrii, Gdańsk 1993.
- Denzin N., Lincoln Y., Metody badań jakościowych, t. 1., Warszawa 2009.
- DePaulo B., Singled out: How singles are stereotyped, stigmatized, and ignored, and still live happily ever after, New York 2006.
- Dobrzyńska J., Pedagogika personalistyczna, „Wychowawca” 1999, nr 9.
- Dolińska G., Próba badania mechanizmu kształtowania się koncepcji sensu życia, w: Z badań nad psychologicznymi aspektami rozwiązywania problemów życiowych, red. M. Dąbek, Wrocław 1982.
- Dolińska-Zygmunt G., Psychologia wobec problematyki sensu życia, w: Sens życia, red. K. Obuchowski, B. Puszczewicz, Warszawa 1990.
- Domański H., Rychard A. (red.), Elementy nowego ładu, IFiS PAN, Warszawa 1997.
- Dubas E., Edukacja dorosłych w sytuacji samotności i osamotnienia, Wydawnictwo UŁ, Łódź 2000.
- Dudzikowa M., Jaskulska S., Wawrzyniak-Beszterda R., Bochno E., Bochno I., Knasiecka-Falbińska K., Marciniak M., Kapitał społeczny w szkołach różnego szczebla. Diagnoza i uwarunkowania, Impuls, Kraków 2011.
- Dutkiewicz W., Przewodnik metodyczny dla studentów pedagogiki, Kielce 1996.
- Dyczewski L., Ludzie starzy i starość w społeczeństwie i kulturze, Redakcja Wydawnictw KUL, Lublin 1994.
- Dyczewski L., Ludzie starzy i starość w społeczeństwie i kulturze, Wydawnictwo KUL, Lublin 1994.
- Dzięgielewska M., Główne kryzysy w starości, w: Podstawy gerontologii społecznej, red. B. Szatur-Jaworska, M. Dzięgielewska, P. Błędowski, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa 2006.
- Dzięgielewska M. O pojęciu „całościowej pedagogiki osób starszych”, Zostawić ślad na ziemi. Księga Pamiątkowa dedykowana Profesorowi Wojciechowi

- Pędichowi w 80 rocznicę urodzin I 55 rocznicę pracy naukowej. Red. M. Halicka, J. Halicki, Białystok: Wyd. UB 2006.
- Dziurawicz-Kozłowska A., Wokół pojęcia jakości życia, „Psychologia Jakości Życia” 1/2002.
- Elzenberd H., Kłopot z istnieniem, Wydawnictwo Znak, Kraków 1994.
- Ernst J. M., Cacioppo J. T., Lonely hearts: Psychological perspective on loneliness, “Applied and Preventive Psychology” 8/1999.
- Erozkan A., The attachment styles bases of loneliness and depression, “International Journal of Psychology and Counseling” 3,9, 2011.
- Eurobarometr, Discrimination in Europe. Executive summary, Komisja Europejska, Bruksela 2003.
- Europejski Rok Aktywności Osób Starszych i Solidarności Międzypokoleniowej 2012 w Polsce. Raport ewaluacyjny, MPiPS, Warszawa 2013.
- Fatyga B. (red.), Biała księga młodzieży polskiej, MENiS, Warszawa 2004.
- Fatyga B., Zieliński P., Empiryczne typologie stylów życia młodzieży po 1989 roku, w: Wychowanie. Pojęcia – Procesy - Konteksty. Codziennosc w szkole. Szkoła w codzienności, t. 5, red. M. Dudzikowa, M. Czerepaniak-Walczak, GWP, Gdańsk 2010.
- Fatyga B., Zmienne koleje trajektorii styków życia, w: Wychowanie. Pojęcia – Procesy - Konteksty. Codziennosc w szkole. Szkoła w codzienności, t. 5, red. M. Dudzikowa, M. Czerepaniak-Walczak, GWP, Gdańsk 2010.
- Fees B. S., Martin P., Poom L. W., A model of loneliness in older adults, “The Journals of Gerontology: Psychological Sciences and Social Sciences” 1999.
- Felcyn M., Ogińska-Bulik N., Poczucie sensu życia osób w żałobie, „Polskie Forum Psychologiczne” t. 14, nr 1, 2009.
- Flanagan J.C., Measurement of quality of life: current state of the art, “Archives of Physical Medicine and Rehabilitation” 63/1982.
- Flick U., O serii Niezbędnik badacza, w: Analizowanie danych jakościowych, G. Gibbs, Warszawa 2011.
- Flick U., Projektowanie badania jakościowego, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2010.
- Frankl V. E., Das Leiden am sinnlosen Leben, „Universitas” nr 2/512, 1987.
- Frankl V. E., Der Mensch vor der Frage nach dem Sinn. Eine Auswahl aus dem Gesamtwerk, Munchen-Zurich 1980.
- Frankl V. E., Der wille zum Sinn, Ausgewahlte Vortrage uber Logotherapie, Verlag Hans Huber, Bern-Stuttgart-Wien 1976.
- Frankl V. E., Homo patients, Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa 1984.
- Frankl V. E., Homo patients. Próba wyjaśnienia cierpienia, Warszawa 1971.
- Frankl V. E., Nieświadomy Bóg, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1978.

- Frankl V. E., Psycholog w obozie koncentracyjnym, Warszawa 1962.
- Frankl V. E., Psychotherapy and existentialism, New York-London 1967.
- Frankl V. E., The Unheard Cry for Meaning. Psychotherapy and Humanism, New York 1979.
- Frieske K. W. (red.), Utopie inkluzji. Sukcesy i porażki programów reintegracji społecznej, Instytut Pracy i Spraw Socjalnych, Warszawa 2004.
- Fromm E., O sztuce miłości, Wydawnictwo Czytelnik, Warszawa 1993.
- Fromm E., Ucieczka od wolności, Poznań: Rebis 2000.
- Fromm E., Vom Haben zum Sein, Basel 1999.
- Fromm E., Zdrowe społeczeństwo, Warszawa 1996.
- Furmanek W., Deficyt miłości, Wydawnictwo Oświatowe FOSZE, Rzeszów 2012.
- Gajda J., Samotność i kultura, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa 1987.
- Gajda J., Samotność i kultura, IWZZ, Warszawa 1987.
- Gajda J., Trzy aspekty samotności jako determinanta stylu życia i uczestnictwa w kulturze, w: Zrozumieć samotność. Studium interdyscyplinarne, red. P. Domeracki, W. Tyburski, Wydawnictwo Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2006.
- Galewska-Kustra M., Studium przypadku jako metoda badań pedagogicznych – analiza krytyczna, „Przegląd Badań Edukacyjnych” nr 1.
- Gałdowa A., Powszechność i wyjątek. Rozwój osobowości człowieka dorosłego, Wydawnictwo Platan, Kraków 1992.
- Giddens A., Konsekwencje nowoczesności, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 2008.
- Giddens A., Nowoczesność i tożsamość, PWN, Warszawa 2010.
- Giddens A., Przemiany intymności. Seksualność, miłość i erotyzm we współczesnych społeczeństwach, PWN, Warszawa 2006.
- Giddens A., Socjologia, PWN, Warszawa 2006.
- Gliński P., Kościański A. (red.), Socjologia i Siciński. Style życia. Społeczeństwo obywatelskie. Studia nad przyszłością, IFiS PAN, Warszawa 2009.
- Grabowski J., Historia Kanady, Wydawnictwo Prószyński i S-ka, Warszawa 2011.
- Greenwood D.J., Action research, czyli o badaniach w działaniu, w: Badania jakościowe, t. 1: Podejścia i teorie, red. D. Jemielniak, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.
- Grochalska M., Na peryferiach uniwersytetu – wyzwania dla edukacji rodzajowej i antydyskryminacyjnej na przykładzie działalności Stowarzyszenia Kofe(m)ina, w: (Mikro)światy ludzi dorosłych, red. M. Pryszmont-Ciesielska, Wydawnictwo „Libron”, Wrocław 2011.
- Grochalska M., Transgresyjne trajektorie. Zmiany statusu społecznego w perspektywie biograficznej, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2011.

Gromkowska-Melosik A. (red.), *Kultura popularna. Konteksty teoretyczne i społeczno-kulturowe*, Impuls, Kraków 2010.

Gromkowska-Melosik A., *Edukacja i (nie)równość społeczna kobiet. Studium dynamiki dostępu*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2011.

Grotowska S., *Seniorzy w przestrzeni publicznej. Kapitał społeczny uczestników wspólnot, ruchów i stowarzyszeń katolickich*, Kraków: NOMOS, 2011.

Grudziński A., Spyrka-Chlipała R., *Młodość w służbie starości. Znaczenie praktyk studenckich w funkcjonowaniu wybranych Domów Pomocy Społecznej w Krakowie*, w: *Starość może być atrakcyjna*, red. N. Pikula, Wydawnictwo „Scriptum”, Kraków 2012. ISBN 978-83-60163-92-4.

Grygiel, P., *Doświadczenie samotności - próba analizy ilościowej*, w: *Doświadczenia zmian społecznych*, red. S. Grotowska, ZW Nomos, Kraków 2010.

Guardini R., *Bóg daleki, Bóg bliski*, „W drodze”, Poznań 1991.

Halicka M., Halicki J., *Integracja społeczna i aktywność ludzi starszych*, [w:] *Polska starość*, red. B. Synak, Gdańsk: Wyd. UG, 2002.

Halicka M., Halicki J. (red.), *Przemoc wobec ludzi starszych – na przykładzie badań środowiskowych w województwie podlaskim*, Wydawnictwo Temida 2, Białystok 2010.

Halicka M., *Satysfakcja życiowa ludzi starych; stadium teoretyczno - empiryczne*, Białystok 2004.

Halicka M., *Dostęp osób starszych do edukacji*, [w:] B. Szatur-Jaworska (red.), *Stan przestrzegania praw osób starszych w Polsce. Analizy i rekomendacje działań*, „Biuletyn RPO” 2008, nr 65, Warszawa: RPO

Halicki J., *Edukacja seniorów w aspekcie teorii kompetencyjnej. Studium historyczno-porównawcze*, Białystok 2000.

Halicki J., *Edukacja w starości jako działanie poprawiające jakość życia seniorów*, w: *Edukacja wobec starości – tradycja i współczesność*, Chowanna, tom 2 (33), red. A. Stopińska-Pająk, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2009.

Halicki J., *Obrazy starości rysowane przeżyciami seniorów*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok 2010.

Halicki J., *Geragogika*, [w:] *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku*, red. T. Pilch. Warszawa, 2003

Hałas E. (red.), *Rozumienie zmian społecznych*, Lublin 2001.

Hazan C., Zeifman D., *Sex and the psychological tether*, w: *Attachment processes in adulthood. Advances in personal relationships*, red. K. Bartholomew, D. Perlman, Philadelphia 5/1994.

Heitger M., *Kritische Anfragen der Padagogik an die Therapie*, w: *Padagogik und Psychotherapie – Ihr gemeinsamer Dienst fur eine gesündere Gesellschaft*, Salzburg 1983.

- Hernas A., Czas i obecność, Instytut Myśli Józefa Tischnera, Kraków 2005.
- Hill D.R., Pozytywne starzenie się . Młodzi duchem w jesieni życia. MT Biznes Sp. Z o.o., Warszawa 2009.
- Hill R.D., Seven Strategies for Positive Aging, W.W. Notron@Company, New York 2008.
- Homplewicz J., Gerontologia wyzwaniem dla pedagogiki XXI wieku. Wykład inauguracyjny wygłoszony na uroczystości XX-lecia UTW przy UR w Rzeszowie 20 czerwca 2003, [w:] Księga Pamiątkowa XX-lecia UTW, Rzeszów: Wyd. Uniwersytetu Rzeszowskiego 2003.
- Hołyst B., Na granicy życia i śmierci, Justitia, Warszawa 1994.
- Hrapkiewicz H., Uniwersytety trzeciego wieku jako jedna z form kształcenia osób starszych, w: Edukacja osób starszych. Uwarunkowania. Trendy. Metody, Wydawnictwo STOP, Warszawa 2013.
- Hrapkiewicz H., Uniwersytety Trzeciego Wieku jako jedna z form kształcenia osób starszych: Edukacja wobec starości – tradycja i współczesność, Chowanna, tom 2 (33), red. A. Stopińska-Pajak, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2009.
- Janicka I., Kohabitacja a małżeństwo w perspektywie psychologicznej, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2006.
- Jan Paweł II, List do osób w podeszłym wieku, wyd. Pallottinum, Poznań 1999.
- Jaracz K., Sposoby ujmowania i pomiaru jakości życia. Próba kategoryzacji, „Pielęgniarstwo Polskie” 2/2001.
- Jaspers K., Filozofia Egzystencji – wybór pism, Warszawa 1990
- Jaspers K. Szyfry transcendencji, Toruń 1995
- Jonda B., Starzenie się osób samotnych jako narastający problem społeczny, w: Jakość życia seniorów w XXI wieku z perspektywy polityki społecznej, red. D. Kałuża, P. Szukalski, Wydawnictwo Biblioteka, Łódź 2010.
- Juros A., Korelaty osobowościowe poczucia sensu życia, „Roczniki Filozoficzne” 32, 4, 1984.
- Kamberelis G., Dimitriadis G., Wywiady zogniskowane. Strategiczne artykulacje pedagogiki, polityki i badań, w: Metody badań jakościowych, t.2, red. N.K. Denzin, Y.S. Lincoln, Warszawa 2009.
- Kamińska J., Rodzina partnerska jako relacja współzależnych podmiotów, Impuls, Kraków 2011.
- Kamiński A., Wychowanie do starości jako czynnik adaptacji ludzi starszych do nowoczesnego społeczeństwa. „Problemy Zabezpieczenia Społecznego” 1974, nr 6.
- Kamiński A., Pedagogika w służbie gerontologii społecznej. „Człowiek w Pracy i Osiedlu” 1975, nr 4.

- Kamiński A., *Pedagogika w służbie starości*, [w:] *Encyklopedia seniora*, Warszawa 1986.
- Kamiński A., *Studia i szkice pedagogiczne*. Warszawa: PWN 1978
- Kantowicz E. *Pedagogika społeczna wobec kwestii jakości życia*. „*Pedagogika Społeczna*” 2001, nr 1.
- Kapała M., *Prawdy i mity dotyczące aktywności starszych kobiet*. Przegląd badań, w: *Trzeci wiek drugiej płci. Starsze kobiety jako podmiot aktywności społecznej i kulturowej*, red. E. Zierkiewicz, A. Łysak, MarMar, Wrocław 2006.
- Kawecki I., *Wiedza praktyczna nauczycieli (studium etnograficzne)*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2004.
- Kawula S., *Kształcenie pedagogów społecznych w Polsce: założenia i realizacja*, [w:] red. J. Piekarski, A. Głowala, J. Mielczarek, *Pedagogika t. 4, cz. I*. Płock 2005.
- Kawula S., *Mozaikowość rodziny. Szkic do portretu współczesnych form rodzinno – małżeńskich*, Wydawnictwo „Adiaphora”, Olsztyn 2003.
- Kawula S., *Samotność*, [w:] *Elementarne pojęcia pedagogiki społecznej i pracy socjalnej*, red. D. Lalak, T. Pilch, Warszawa: Wydawnictwo Akademickie „Żak”, 1999.
- Kawula S., *Spirala życzliwości: od wsparcia społecznego do samorozwoju*, w: *Wsparcie społeczne w różnych układach ludzkiego życia*, red. E. Kantowicz, Olsztyn 1997.
- Kędzior S., *Duchowość i religijność osób starszych*, w: *Społeczne wymiary starzenia się*, red. A. Fabiś, M. Muszyński, Agencja Wydawniczo – Reklamowa OMNIDIUM, Bielsko-Biała 2011.
- Kępiński A., *Lęk*, Wydawnictwo Sagittarius, Warszawa 1995.
- Kępiński A., *Rytm życia*, Wydawnictwo Literackie, Kraków, 1973.
- Kielar-Turska M., *Rozwój człowieka w pełnym cyklu życia*, w: *Psychologia. Podręcznik akademicki, t. 1.*, red. J. Strelau, GWP, Gdańsk 2000.
- Klamut R., *Cel – czas – sens życia*, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2002.
- Klamut R., *Typy struktury sensu życia a treści celów wybieranych do realizacji*, „*Roczniki Psychologiczne*” t. XV, nr 4, 2012.
- Klamut R., *Źródło motywacji podmiotowej – potrzeba sensu życia*, „*Zeszyty Naukowe Politechniki Rzeszowskiej. Ekonomia i Nauki Humanistyczne*” nr 14, 2004.
- Kłós B., *Kanadyjski system emerytalny*, Biuro Analiz Sejmowych, Warszawa 16/2012.
- Kocimska P., *Starość wyzwaniem dla współczesności*, „*Niebieska Linia*” nr 5, 2003.
- Kolbowska A., *Sytuacja ludzi starszych w społeczeństwie: plany a rzeczywistość – komunikat z badań*, CBOS, Warszawa 2009.

Kolman R., Próba wartościowania jakości życia. Kwalitologia, lepsza jakość życia, NOT, Gdańsk 1977.

Kolman R., Zespoły badawcze jakości życia, „Problemy Jakości” 2/2000.

Konieczna-Woźniak R., Uczenie się pozytywnym wymiarem życia w fazie późnej dorosłości. [w:] Całozyciowe uczenie się jako wyzwanie dla teorii i praktyki edukacyjnej, red. E. Solarczyk-Ambrozik, Wydawnictwo UAM, Poznań 2013.

Kotarbiński T., Medytacje o życiu godziwym, Warszawa: 1986.

Kotlarska-Michalska A., Poczucie bezpieczeństwa społecznego w świetle badań polsko-fińskich, Wydawnictwo „Promocja 21”, Poznań 1997.

Kotlarska-Michalska A., Samopoczucie społeczne osób w starszym wieku, „Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny” z. 1, 1999.

Kotlarska-Michalska A., Samotność i poczucie osamotnienia jako problemy współczesnej socjologii, w: Między przeszłością a przyszłością, red. J. Włodarek, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 1998.

Kotlarska-Michalska A., Wiąż rodzinna małżeństw w starszym wieku, w: Wybrane kategorie współczesnych rodzin polskich, red. Z. Tyszka, Poznań 1984.

Kotowska I., Wóycicka I., Sprawowanie opieki oraz inne uwarunkowania podnoszenia aktywności zawodowej osób w starszym wieku produkcyjnym – raport z badań, 2008, dostęp: [http://analizy.mpips.gov.pl/images/stories/publ%20i%20raporty/sprawowanie\\_opieki.pdf](http://analizy.mpips.gov.pl/images/stories/publ%20i%20raporty/sprawowanie_opieki.pdf)

Kowaleski J. T., Szukalski P. (red.), Starzenie się ludności Polski – między demografią a gerontologią społeczną, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2008.

Kowalik S., Diagnoza poczucia jakości życia osób w starszym wieku, w: Diagnoza dla osób niepełnosprawnych, red. D. Lotz, K. Wenta, W. Zeidler, Uniwersytet Szczeciński, Europejska Akademia Heilpedagogiki, Szczecin 2002.

Kowalik W., Seniorzy w sieci. Osoby starsze jako mniejszość w wirtualnym świecie, w: Agora czy Hyde Park? Internet jako przestrzeń społeczna grup mniejszościowych, red. Ł. Kaprańska, B. Pactwa, ZW Nomos, Kraków 2010.

Kowalska-Dubas E., Edukacja dorosłych w sytuacji samotności i osamotnienia, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2000.

Kozielecki J., Człowiek wielowymiarowy, Wydawnictwo Żak, Warszawa 1996.

Kozielecki J., O człowieku wielowymiarowym, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1988.

Kozielecki J., Psychologiczna teoria samowiedzy, Warszawa 1981

Kozielecki J., Psychologia nadziei. Warszawa 2006

Kubicki P., Odwrócona hipoteka w opinii polskich seniorów (nieopublikowany raport z badań własnych), SGH, Warszawa 2009.

- Kubicki P., Ocloń-Kubicka M., Osamotnienie osób starszych w Polsce – skala, przejawy oraz sposoby przeciwdziałania zjawisku, „Studia Humanistyczne AGH” nr 8, 2009.
- Kuchcińska M., Edukacja przeciw marginalizacji seniorów, w: Edukacja wobec starości – tradycja i współczesność, Chowania, tom 2 (33), red. A. Stopińska-Pająk, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2009.
- Kurkiewicz J. (red.), Ludzie starsi w wieku okołoemerytalnym, Departament Analiz Ekonomicznych i Prognoz Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2007.
- Kwak A., Rodzina w dobie przemian. Małżeństwo i kohabitacja, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa 2005.
- Kwiatkowska H., Edukacja nauczycieli. Konteksty – kategorie – praktyki, Warszawa 1997.
- Kwieciński Z., Socjopatologia edukacji, Mazurska Wszechnica Nauczycielska, Olecko 1995.
- Lalak D., Teoretyczny i praktyczny sens metody indywidualnych przypadków. [w:] Pedagogika, red. T. Pilch, I. Lepalczyk. Warszawa 2003.
- Lake T., Samotność, jak sobie z nią radzić, KiW, Warszawa 1993.
- Leszczyńska - Rejchert A., Człowiek starszy i jego wspomaganie – w stronę pedagogiki starości, Wydawnictwo UWM, Olsztyn 2010.
- Lévinas E., Bóg, śmierć, czas, tłum. J. Margasiński, Wydawnictwo Znak, Kraków 2008..
- Lévinas E., Istniejący i istnienie, ....
- Lewis C.S., Smutek, Wydawnictwo Esprit, Kraków, 2009.
- Ligus R., Tutoring akademicki i badania w działaniu – jakościowe stadium przypadku, w: Nauczyciele – programowe (nie)przygotowanie, red. B. D. Gołębiak, H. Kwiatkowska, Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej, Wrocław 2012.
- Lukas E., Empiryczna walidacja logoterapii, w: Człowiek – pytanie otwarte, red. K. Popielski, RW KUL, Lublin 1987.
- Łuczowska J. (red.), Opieka nad starszymi ludźmi. Poradnik, Wydawnictwo DJ, Gdańsk 1999.
- Łukasik J.M., Doświadczenie życia codziennego – narracje nauczycielek na przełomie życia, Impuls, Kraków 2013.
- Łukasik J., O nauczycielskim postrzeganiu prestiżu zawodu nauczyciela, w: Nauczyciel wobec różnicowań społecznych, red. R. Kwiecińska, M. Szymański, Wydawnictwo Naukowe UP, Kraków 2010.



Łukasik J., Od nauczyciela adaptacyjnego do autonomicznego. Kształcenie i doskonalenie zawodowe nauczycieli a efektywność pracy, „Edukacja. Studia. Badania. Innowacje” nr 1, 2006.

Łukaszewski W., Szanse rozwoju osobowości. Książka i Wiedza, Warszawa 1984.

Łukaszewski W., Wielkie pytania psychologii. Gdańsk: GWP, 2003.

Maciuszek J., Jakość życia a nieuniknioność ludzkiego cierpienia, w: Psychologiczne i pedagogiczne wymiary jakości życia, red. A. Bańka, R. Derbis, UAM i WSP, Poznań-Częstochowa 1994.

Majewska-Kafarnowska A. Edukacja (seniorów?) w procesie rewalidacji społecznej starzejącego się społeczeństwa, w: Edukacja wobec starości – tradycja i współczesność, Chowanna, tom 2 (33), red. A. Stopińska-Pajak, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2009.

Mandrzejewska – Smół I., Aktywność edukacyjna seniorów jako forma uczestnictwa społecznego, red. D. Seredyńska, Uczestnictwo społeczne w średniej i późnej dorosłości, Bydgoszcz: Wyd. UKW 2012.

Mariański J., W poszukiwaniu sensu życia. Szkice socjologiczno-pastoralne, RW KUL, Lublin 1990.

Marody M., Giza-Poleszczuk A., Przemiany więzi społecznych. Zarys teorii zmiany społecznej, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa 2004.

Marynowicz-Hetka E., Pedagogika społeczna. T.1 Warszawa 2006.

Matuszewicz C., Psychologia wartości, Warszawa-Posnań 1975.

McClusky, Education for aging: The scope and the field and perspective for the future, [in:] Learning and aging, red. S.N. Grabowski, M.W. Dean, D.C., Washington 1973.

McGinnis A.L., Sztuka przyjaźni, Warszawa 1991.

Melosik Z., Kultura popularna i tożsamość młodzieży. W niewoli władzy i wolności, Impuls, Kraków 2013.

Michalak J. M., Uwarunkowania sukcesów zawodowych nauczycieli. Studium przypadków, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2007.

Mielczarek A., Determinanty jakości życia seniorów w domu pomocy społecznej, w: Poznać, zrozumieć i zaakceptować starość, red. A. A. Zych, Wydawnictwo Spółka Over Group, 2012.

Mielczarek A., Samotność i osamotnienie ludzi starszych w placówkach opiekuńczych, „Praca Socjalna” 2006, nr 4.

Miszczak E., Stereotypowy obraz człowieka starszego w Polsce, w: Starość i starzenie się jako doświadczenie jednostek i zbiorowości ludzkich, red. J. Kowaleski, P. Szukalski, Zakład Demografii UŁ, Łódź 2006.

Młódzież 2008, Warszawa, CBOS 2009.

Mucha J., Krzyżowski Ł., Aging in Poland and the dawn of the 21st century, „Polish Sociological Review” 2 (170), 2010.

Murawska A. Kłopotliwy czas szkolnej codzienności [w:] J. Łukasik, I. Nowosad, M.J. Szymański, Codziennosc szkoły. Nauczyciel. Kraków: Impuls 2014

Mysłakowski Z., Wychowanie człowieka w zmiennej społeczności. Szkice z filozofii wychowania, KiW, Warszawa 1964.

Nachmias D., Frankfort-Nachmias C., Metody badawcze w naukach społecznych, Zysk i S-ka, Poznań 2001.

Nawrocka J., O aktywnościach, zagrożeniach i krzepiącym myśleniu ludzi starych, Białystok: Wyd. PRYMAT, 2012

Nawrocka J., Społeczne doświadczanie starości: stereotypy, postawy, wybory, Impuls, Kraków 2013.

Neumark D., The age discrimination in employment act and the challenge of population aging, „Research on Aging” nr 31, 2009.

Niezabitowski M., Ludzie starsi w perspektywie socjologicznej. Problemy uczestnictwa społecznego, Wydawnictwo Śląsk, Katowice 2007.

Nouven H. J. M., Uczynić wszystko nowe, Kraków 2005.

Nowak A., Bezrobocie wśród niepełnosprawnych: studium pedagogiczno-społeczne, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2002.

Nowica-Koziół M., Samotność podmiotu ponowoczesnego, „Annales Academiae Paedagogicae Cracoviensi. Studia Paedagogica” nr 1, 2008.

Obuchowski K., Adaptacja twórcza, Warszawa 1999

Obuchowski K., Adaptacja twórcza, Warszawa 1999.

Obuchowski K., Przez galaktykę potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich, Zysk i S-ka, Poznań 1995.

Obuchowski K., Psychologia dążeń ludzkich, Warszawa 2000.

Obuchowski K., Psychologia dążeń ludzkich, Warszawa 2000.

Obuchowski K., Wprowadzenie do problemu sensu życia, w: Sens życia, red. K. Obuchowski, B. Puszczewicz, Warszawa 1990.

Okła W., Interakcyjne uwarunkowania poczucia sensu życia, w: Człowiek – Wartości – Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej, red. K. Popielski, RW KUL, Lublin 1996.

Olcoń-Kubicka M., Kubicki P, Osamotnienie osób starszych w Polsce – slaka, przejawy oraz sposoby przeciwdziałania zjawiska, 2010, nr 8.

Olearczyk T., Sieroctwo i osamotnienie. Pedagogiczne problemy kryzysu współczesnej rodziny, Wydawnictwo Ignatianum, Kraków 2008.

Oleś P., Kryzys „połowy życia” u mężczyzn. Psychologiczne badania empiryczne, RW KUL, Lublin 1995.

- Oleś P., Poczucie tożsamości a funkcjonowanie „systemu ja” w okresie dorastania, w: Materiały konferencyjne. Nr 44, red. T. Rzepa, Szczecin 1987.
- Oleś P., Problematyka doświadczenia sensu i wartości w okresie połowy życia, w: Człowiek – Wartości – Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej, red. K. Popielski, RW KUL, Lublin 1996.
- Oleś P., Psychologia przełomu połowy życia, Towarzystwo Naukowe KUL, Lublin 2000.
- Oleś P., Wartościowanie a osobowość, Wydawnictwo KUL, Lublin 1989.
- Oleś P., Wprowadzenie do psychologii osobowości, Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR, Warszawa 2003.
- Oliwińska I. A., Style życia współczesnych Polaków na przedpolu starości, w: Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się, red. P. Szukalski, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2009.
- Orzechowska G., Przeciw wykluczeniu społecznemu osób starszych, [w:] Instytucjonalne wsparcie seniorów – rozwiązania polskie i zagraniczne, red. A. Fabiś, Bielsko – Biała 2007.
- Orzechowska G. Przygotowanie do starości. „Edukacja Dorosłych 2003, nr 3.
- Orzechowska G., Rola edukacji w późnej dorosłości, [w:] Edukacja dorosłych jako czynnik rozwoju społecznego, T. Aleksander (red.), t. 2, Radom 2010.
- Osińska K., Doświadczenie samotności, w: Samotność chciana i niechciana, red. A. Matusiak, Wydawnictwo es pe, Kraków 2002.
- Pakuła M., Edukacja jako czynnik poprawy jakości życia ludzi starszych, „Edukacja Dorosłych” 1996, nr 3.
- Pakuła M., Postawy osób starszych wobec edukacji. Studium teoretyczno-diagnostyczne. UMCS Lublin 2007.
- Palska H., Starość i kultura młodości. Jeszcze raz o problemie starzenia się społeczeństwa, w: Niepokoje polskie, red. A. Rychar, H. Domański i A. Ostrowska, Wydawnictwo IFiS PAN, Warszawa 2004.
- Parczewska T., Doświadczenie koleżeństwa i przyjaźni przez dzieci z chorobami przewlekłymi, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin 2012.
- Pastuszka J., Starość człowieka. Rozważania psychologiczne, Sandomierz 1981.
- Peace S.M., Researching social gerontology. Concepts, methods and issues, London 1990.
- Perek-Białas J., Kocór M., Aktywność polityczna osób starszych, w: Aktywne starzenie, aktywna starość, red. J. Perek-Białas, Wydawnictwo Aureus, Kraków 2005.

Perek-Białas J., Opieka nad ludźmi starymi: społeczeństwo, państwo, rynek, w: Wokół zagadnień gospodarki nieformalnej, red. A. Karwińska, A. Surdej, Wydawnictwo Akademii Ekonomicznej, Kraków 2004.

Pędich W., Ludzie starzy, Centrum Rozwoju Służb Społecznych, Warszawa 1996.

Pieter J., Szuman S., Weryński H., Psychologia światopoglądu młodzieży. Idealizm, filozofia, religia, Warszawa 1938.

Pikuła N., Etos starości w aspekcie społecznym. Gerontologia dla pracowników socjalnych, Wydawnictwo WAM, Kraków 2011.

Pikuła N., Poczucie koherencji jako czynnik zdrowia psychicznego seniorów, w: Starość może być atrakcyjna, red. N. Pikuła, Wydawnictwo „Scriptum”, Kraków 2012.

Pikuła N., Senior w przestrzeni społecznej, Wydawnictwo Borgis, Warszawa 2013.

Pikuła N., Sytuacja ludzi starszych we współczesnym społeczeństwie, „Studia Socialia Cracoviensia” nr 1, 2010.

Pikuła N., Zdrowie i aktywność społeczna jako determinanty jakości życia osób starszych, w: Poznać zrozumieć i zaakceptować starość, A.A. Zych (red.), Łask 2012.

Pilch T., Bauman T., Zasady badań pedagogicznych. Strategie ilościowe i jakościowe, Warszawa 2001.

Pilecka B., Poczucie sensu życia w wybranych teoriach psychologicznych, w: Osobowościowe i środowiskowe korelaty poczucia sensu życia, red. B. Pilecka, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej, Rzeszów 1986.

Płużek Z., Osobowościowe uwarunkowanie pytania o sens życia, w: Człowiek – Wartości – Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej, red. K. Popielski, RW KUL, Lublin 1996.

Polska 2030. Wyzwania rozwojowe, Kancelaria Premiera Rady Ministrów 2009.

Pomykało W., Encyklopedia Pedagogiczna, Wydawnictwo Fundacja Innowacja, Warszawa 1997.

Popielski K., Elementy poradnictwa psychologicznego i psychoterapii egzystencjalno-kognitywnej. [w:] Człowiek – pytania otwarte, red. K. Popielski, Lublin: Wyd. KUL, 1987

Popielski K. (red.), Człowiek – pytanie otwarte. Studia z logoteorii i logoterapii, Wydawnictwo KUL, Lublin 1987.

Popielski K., Analiza poczucia sensu życia: Test Noo-dynamiki, Lublin 1991.

Popielski K., Logoteoria i logoterapia w kontekście psychologii współczesnej, w: Człowiek – pytanie otwarte, red. K. Popielski, RW KUL, Lublin 1987.

Popielski K., Noetyczny wymiar osobowości. Psychologiczna analiza poczucia sensu życia, RW KUL, Lublin 1993.

- Popielski K., Poczucie sensu życia jako doświadczenie egzystencjonalnie znaczące i potrzeba rozwojowa, w: Wychowanie. Pojęcia, procesy, konteksty, red. M. Dudzikowa, M. Czerepaniak-Walczyk, Gdańsk 2007.
- Popielski K., Psychologia egzystencji. Wartości w życiu, Wydawnictwo KUL, Lublin 2008.
- Popielski K., Rozwój i destrukcja poczucia sensu życia: interpretacja nooteoretyczna, w: Wybrane zagadnienia z psychologii osobowości, red. P. Oleś, Lublin 1997.
- Prężyna W., Społeczno-religijne odniesienia dla poczucia sensu życia i psychoterapii, w: Człowiek – Wartości – Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej, red. K. Popielski, RW KUL, Lublin 1996.
- Próchniak P., Podejmowanie ryzyka a sens życia człowieka, Pomorska Akademia Pedagogiczna, Słupsk 2005.
- Putnam R., Samotna gra w kręgle, Wydawnictwo Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2009.
- Pawłowska R., Samotność człowieka – rozważania teoretyczne, w: Pedagogika człowieka samotnego, red. R. Pawłowska, E. Jundziłł, Wydawnictwo Gdańskiej Wyższej Szkoły Humanistycznej, Gdańsk 2006.
- Reker G. T., Chamberlain K., Introduction, w: Exploring existential meaning. Optimizing human development across the life span, red. G. T. Reker, K. Chamberlain, Sage Publication, Thousand Oaks-London-New Delhi 2000.
- Rembowski J., Samotność, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk 1992.
- Rembowski J. Psychologiczne problemy starzenia się człowieka. Warszawa-Poznań: PWN 1984.
- Reykowski, Procesy emocjonalne, motywacja, osobowość, [w:] red. T. Tomaszewski, Psychologia, Warszawa 1992.
- Rubacha K., Metodologia badań nad edukacją, Oficyna Wydawnicza ŁOŚGRAF – Wiesław Łoś, Warszawa 2008.
- Rubinstein S. L., Podstawy psychologii ogólnej, Warszawa 1966.
- Rusiecki M., Etyczno – religijne aspekty starszego wieku, w: Demograficzne i indywidualne starzenie się, red. A. A. Zych, Wydawnictwo Akademii Świętokrzyskiej, Kielce 2001.
- Ruszkiewicz D., Życie w pojedynkę – ucieczka od rodziny czy znak naszych czasów?, Wydawnictwo WSHE, Łódź 2008.
- Rutkowski J., Jak badać jakość życia, „Wiadomości statystyczne” 5/1988.
- Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012–2013, Warszawa 2012.

Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014 – 2020.

Rybczyńska D. A., Olszak – Krzyżanowska B., Aksjologia pracy socjalnej – wybrane zagadnienia, Katowice 1995.

Szarota Z. Społeczne wykluczanie starości – edukacyjna riposta, [w:] Wyzwania współczesnej edukacji dorosłych. Edukacja wobec zjawiska marginalizacja, red. A. Fabiś Wyd. GWSP w Mysłowicach, Mysłowice 2007.

Schimanek T., Potrzeba wspólnego działania, w: Rynek pracy a osoby bezrobotne 50+. Bariery i szanse, Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa 2007.

Schimanek T., Sytuacja osób powyżej 50-tego roku życia na rynku pracy oraz rola organizacji pozarządowych świadczących usługi rynku pracy skierowane do tych osób, Fundacja Inicjatyw Społeczno – Ekonomicznych, Warszawa 2006.

Schneiders M., Spirituality in the Academy, „Theological Studies”, 1989, nr 50.

Seed P., Lloyd G., Quality of life, Pensylwania 1997.

Seligman M.E.P., Prawdziwe szczęście. Psychologia pozytywna a urzeczywistnianie naszych możliwości trwałego spełnienia. Przekład. A. Jankowski, Poznań: Media Rodzina, 2005.

Seredyńska D. (red.), Uczestnictwo społeczne w średniej i późnej dorosłości, Bydgoszcz: Wyd. UKW 2012.

Sennett R., Wypaczenie charakteru. Wpływ pracy zarobkowej na prywatne życie ludzi w nowym kapitalizmie, w: Socjologia codzienności, red. P. Sztompka, M. Bogunia–Borowska, Znak, Kraków 2008.

Sęk H., Wsparcie społeczne jako kategoria zasobów i wieloznaczne funkcje wsparcia, w: Zasoby osobiste i społeczne sprzyjające zdrowiu jednostki, red. Z. Juczyński, N. Ogińska-Bulik, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2003.

Siciński A., Styl życia – Kultura – Wybór. Styl życia - z perspektywy „Homo Eligens”, „Kultura i Społeczeństwo” nr 2, 1985.

Sienkiewicz-Wilowska J. A., Społeczne aspekty bycia seniorem a rozwój osób w okresie późnej dorosłości, w: Edukacja osób starszych. Uwarunkowania. Trendy. Metody, Wydawnictwo STOP, Warszawa 2013.

Sikora M., Potrzeby osób starszych w kontekście procesu uczenia się, w: Edukacja osób starszych. Uwarunkowania. Trendy. Metody, Wydawnictwo STOP, Warszawa 2013.

Silverman D., Interpretacje danych jakościowych, Warszawa 2007.

Skarga B., Tożsamość i różnica, Znak, Kraków 1997.

Slevin J., Internet i formy związków ludzkich, w: Socjologia codzienności, red. P. Sztompka, M. Bogunia–Borowska, Znak, Kraków 2008.

Słowińska S., Idzikowski B., Olejarz M., Zadłużny M., Dulęba J., Inicjatywy i ludzie w kulturze lubuskiej – nowe przestrzenie (raport z badań), Uniwersytet Zielonogórski, Zielona Góra 2012.

Solarczyk-Ambrozik E., *Uczenie się przez całe życie jako rzeczywistość edukacyjna. Dyskurs całożyciowego uczenia się w tle zmian społeczno-ekonomicznych.* [w:] *Całożyciowe uczenie się jako wyzwanie dla teorii i praktyki edukacyjnej*, red. E. Solarczyk-Ambrozik, Wydawnictwo UAM, Poznań 2013.

Stake R. E., *Jakościowe studium przypadku*, w: *Metody badań jakościowych*, t. 1., red. N. K. Denzin, Y. S. Lincoln, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009.

Steger M.F., Frazier P., Oishi S. Kaler, *The Meaning in Life Questionnaire: Assessing the presense of and search form maening in life.* „*Journal of Counseling Psychology*” 2006, nr 53

Stake R. E., *Studium przypadku*, w: *Ewaluacja w edukacji*, red. L. Korporowicz, Oficyna Wydawnicza, Warszawa 1997.

Stake R., *Jakościowe studium przypadku*, w: *Metody badań jakościowych*, t. 1., N. K. Dezin, Y. S. Lincoln, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2009.

Stein P., *Być singlem - próba zrozumienia życia singli*, w: *Socjologia codzienności*, red. P. Sztompka, M. Bogunia–Borowska, Znak, Kraków 2008.

Steinar K., *Interviews. Wprowadzenie do jakościowego wywiadu badawczego*, Wydawnictwo Uniwersyteckie „Trans Humana”, Białystok 2004.

Studen S., *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PAN, Warszawa 2012.

Studen S., *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.

Stopińska–Pająk A., „*Szkoła starości*” - być, aby się uczyć, „*Chowanna*” nr 2 (33), 2009.

Straś-Romanowska M, Frąckowiak T., *Potoczne przekonania na temat starzenia się w świetle badań psychologicznych*, w: *Pomyślne starzenie się w perspektywie nauk społecznych i humanistycznych*, red. J. T. Kowaleski, P. Szukalski, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź 2008.

Smaotność oraz starość w świetle koncepcji jakości życia[w:] J. Twardowska-Rajewska (red.), *Przeciw samotności*, Poznań: Wyd. Naukowe UAM, 2005.

Straś-Romanowska M., *Późna dorosłość. Wiek starzenia się*, w: *Psychologia rozwoju człowieka. Charakterystyka okresów życia człowieka*, red. B. Harwas-Napierała, J. Trempała, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2001.

Straś-Romanowska M., *Starzenie się jako kontekst rozwoju duchowego człowieka*, w: *Ludzie starsi w trzecim tysiącleciu. Szanse – nadzieje – perspektywy*, red. W. Wnuk, Alta, Wrocław 2002.

- Strumińska-Kutra M., Koładkiewicz I., Studium przypadku, w: *Badania jakościowe*, t. II, red. D. Jemielniak, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2012.
- Suchodolski B., *Kształt życia*, Warszawa 1979.
- Susułowska M., *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1989.
- Szacka B., *Wprowadzenie do socjologii*, Oficyna Naukowa, Warszawa 2003.
- Szafranec K., *Młodzież jako problem i jako wyzwanie ponowoczesności: z prac Sekcji Socjologii Edukacji i Młodzieży*, t. II, Toruń 2011.
- Szafranek A., Halicka M., *Dezintegracja rodziny jako czynnik niszczący solidarność pokoleniową i międzypokoleniową*, [w:] *Uczestnictwo społeczne w średniej i późnej dorosłości*, red. D. Seredyńska, Bydgoszcz: Wyd. UKW 2012.
- Szarota Z., *Seniorzy w przestrzeni kulturalno – edukacyjnej społeczeństwa wiedzy*, w: *Edukacja wobec starości – tradycja i współczesność*, *Chowanna*, tom 2 (33), red. A. Stopińska-Pajak, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice 2009.
- Szarota Z., *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*. Wydawnictwo Naukowe AP, Kraków 2004.
- Szarota Z., *Seniorzy w przestrzeni kulturalno – edukacyjnej społeczeństwa wiedzy*, „Chowanna” nr 2 (33), 2009.
- Szatur-Jaworska B., Błędowski P., Dziegielewska M., *Podstawy gerontologii społecznej*, OW Aspra-Jr, Warszawa 2006.
- Szatur-Jaworska B., *Jakość życia w fazie starości – próba diagnozy*, w: *Zostawić ślad na ziemi*, M. Halicka, J. Halicki (red.), Białystok 2006.
- Szatur-Jaworska B., Rysz-Kowalczyk B., *Raport z badania „Rynek pracy a osoby bezrobotne 50+. Bariery i szanse”*, w: *Rynek pracy a osoby bezrobotne 50+. Bariery i szanse*, Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa 2007.
- Szatur-Jaworska B., *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*, ASPRA, Warszawa 2000.
- Szczepański J., *Sprawy ludzkie*, Warszawa 1988.
- Szczęsna A., *Wsparcie społeczne nauczycieli i uczniów jako wymiar jakości pracy szkoły*, w: *Jakość życia i jakość szkoły*, red. I. Nowosad, I. Mortag, J. Ondrakowa, Zielona Góra 2010.
- Szczukiewicz P., *Rozwój psychospołeczny a tożsamość*. Lublin: Wyd. UMCS, 1998.
- Szewcyczak M., Stachowska M., Talarska D., *Ocena jakości życia osób w wieku podeszłym – przegląd piśmiennictwa*, 81,1 *Nowiny Lekarskie* 2012.
- Sztompka P., *Socjologia zmian społecznych*, tłum. J. Konieczny, Kraków 2005.



Sztompka P., Życie codzienne – temat najnowszej socjologii, w: Socjologia codzienności, red. P. Sztompka, M. Bogunia–Borowska, Wydawnictwo Znak, Kraków 2008.

Szukalski P., Aktywność zawodowa, w: Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce, red. P. Błędowski, M. Mossakowska, A. Więcek, Termedia Wydawnictwa Medyczne, Poznań 2012.

Szukalski P., Starzenie się ludności – wyzwania XXI wieku, w: To idzie starość – polityka społeczna a przygotowanie do starzenia się ludności, red. P. Szukalski, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2008.

Szukalski P., Solidarność pokoleń. Dylematy relacji międzypokoleniowych, Wydawnictwo UŁ, Łódź 2012.

Szulakiewicz M., Czas i to, co ludzkie. Szkice z chronozofii i kultury, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Mikołaja Kopernika, Toruń 2011;

Szuman S., Poważne i pogodne zagadnienia afirmacji życia, Katowice 1947.

Szymański M. J., Edukacja we współczesnej debacie publicznej, „Debata Edukacyjna” nr 2, 2009.

Szymański M. J., Kryzys i zmiana. Studia nad przemianami edukacyjnymi w Polsce w latach dziewięćdziesiątych, Wydawnictwo AP, Kraków 2002.

Szymański M. J., Rodzina i szkoła w procesie gwałtownej zmiany społecznej, w: W poszukiwaniu drogi. Szanse i problemy edukacji w Polsce, red. M. J. Szymański, Wydawnictwo Naukowe AP, Kraków 2008.

Szymański M. J., Szkoła i nauczyciel w okresie przemian społecznych, w: W poszukiwaniu drogi. Szanse i problemy edukacji w Polsce, red. M. J. Szymański, Wydawnictwo Naukowe AP, Kraków 2008.

*Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014-2050*, GUS, [dostęp: 21.03.2015 r]

Sytuacja demograficzna Polski: raport 2011 – 2012, Rządowa Rada Ludności (oprac.), Warszawa 2012 [dostęp: 15. 10. 2014 r.]

Śliwerski B., Samowychowanie jako jeden z rodzajów uczenia się przez całe życie. [w:] Całozyciowe uczenie się jako wyzwanie dla teorii i praktyki edukacyjnej, red. E. Solarczyk-Ambrozik, Wydawnictwo UAM, Poznań 2013.

Św. Jan od Krzyża, Noc ciemna, Wydawnictwo Karmelitów Bosych, Kraków 2013.

Tarkowska E., Życie codzienne w domach pomocy społecznej, Instytut Filozofii i Socjologii PAN, Warszawa 1994.

Tatarkiewicz W., O doskonałości, Lublin 1991.

Tatarkiewicz W., O szczęściu, Warszawa 1983.

Tibbitts C., Handbook of social gerontology, Societal aspect of aging, University of Chicago, 1960

- Tłokiński J., Wypełnianie starości. Trening ku życiu, A.E.L. Publishing house, Manchester – Gdańsk 1997.
- Tobiasz-Adamczyk B. Badania nad jakością życia uwarunkowaną stanem zdrowia a relacje lekarz-pacjent. w: Socjologia Medycyny w multidyscyplinarnych badaniach humanizujących biomedycynę. pod red. Michała Skrzypka. Wydawnictwo KUL, Lublin 2013.
- Tornstam L., Gerontotranscendence: a reformulation of disengagement theory. „Aging: Clinical and Experimental Research” 1989, nr 1.
- Torrance G.W., Utility approach to measuring health-related quality of life, “Journal of Chronic Diseases” 40/1987.
- Trafiątek E., Polska starość w dobie przemian, Uniwersytet Śląski, Katowice 2003.
- Trafiątek E. Starzenie się i starość. Wybór tekstów z gerontologii społecznej. Kielce: Wszechnica Świętokrzyska 2006.
- Trzebińska E., Psychologia jakości życia, „Psychologia Jakości Życia” t. 1, nr 1, 2000.
- Trzebińska E., Psychologia pozytywna. PWN, Warszawa 2008.
- Tryfan B, Wiejska starość w Europie. Warszawa PAN 1993.
- Turlejska B., Monografia pedagogiczna i studium przypadku, w: Orientacje w metodologii badań pedagogicznych, red. S. Palka, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków 1998.
- Twardowska-Rajewska J.(red.), Przeciw samotności, Poznań: Wyd. Naukowe UAM, 2005.
- Twardowska-Rajewska J., Senior w domu. Opieka długoterminowa nad niesprawnym seniorem, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań 2007.
- Urry J., Sieci społeczne, podróże i rozmowy, w: Socjologia codzienności, red. P. Sztompka, M. Bogunia–Borowska, Znak, Kraków 2008.
- Walesa Cz., Rozwój wartości i sensu życia, w: Człowiek – Wartości – Sens. Studia z psychologii egzystencjalnej, red. K. Popielski, RW KUL, Lublin 1996.
- Walkowska W., Obszary społecznej dyskryminacji pokolenia 50+ - na przykładzie badań, w: Starość i starzenie się jako doświadczenie jednostek i zbiorowości ludzkich, red. J. Kowaleski, P. Szukalski, Zakład Demografii UŁ, Łódź 2006.
- Wądołowska K., Obraz typowego Polaka w starszym wieku, raport CBOS 2010
- Wądołowska K., Polacy wobec ludzi starszych i własnej starości, raport CBOS 2010.
- Weisskopf-Joelson E., The Place of Logotherapy in the World Today, „The International Forum for Logotherapy” nr 3, t. 1, 1980.
- WHOQOL Group, The World Health Organization Quality of Life assessment (WHOQOL): position paper from the World Health Organization, Social Science & Medicine, 41/ 1995

Wiatrowski Z., Podstawy pedagogiki pracy, Wydawnictwo Akademii Bydgoskiej im. Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz 2005.

Wiktor E., Kształtowanie poczucia tożsamości społecznej osób niepełnosprawnych w procesie rehabilitacji, w: Jakość życia w chorobie. Społeczno-pedagogiczne studium indywidualnych przypadków, red. E. Syrek, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2001.

Wilkinson I., W stronę socjologicznej konceptualizacji problemu lęku, w: Socjologia codzienności, red. P. Sztompka, M. Bogunia-Borowska, Znak, Kraków 2008.

Winnicka E., Jak pogodzić się z upływem czasu w świecie, który nie akceptuje starości. Poradnik Psychologiczny Polotyki, „Ja, my, oni” 2012, nr 2.

Wiśniewska-Roszkowska K., Starość jako zadanie, Wydawnictwo Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa 1989.

Wnuk W., Poradnictwo dla osób starszych wyzwaniem dla andragogiki, [w:] Nauczyciel andragog u progu XXI wieku, red. W. Horynia, J. Maciejowski. Wrocław 2002.

Wojciszke B., Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej, Scholar, Warszawa 2009.

Worach-Kardas H., Przestrzeń życiowa jako długość życia a zdrowotność osób starszych w Polsce, w: Przestrzeń życiowa i społeczna ludzi starszych, red. M. Dziegielewska, ITE, Łódź 2000.

World Health Organization, Report of WHOQOL, Focus Group Work, Geneva 1993.

Woźniak Z. Dziesięć zasad dobrego starzenia się, [w:] Zostawić ślad na ziemi. Księga Pamiątkowa dedykowana Profesorowi Wojciechowi Pędichowi w 80 rocznicę urodzin i 55 rocznicę pracy naukowej. Red. M. Halicka, J. Halicki, Białystok: Wyd. UB 2006.

Wóycicka I., Matysiak A., Czy Polacy powinni zrezygnować z wcześniejszych emerytur, w: Później na emeryturę?, red. I. Wóycicka, Niebieska Księga Polskiego Forum Strategii Lizbońskiej, nr 16, Instytut Badań nad Gospodarką Rynkową, Warszawa – Gdańsk 2004.

Wrzesień W., Jednostka – rodzina – pokolenie. Studium relacji międzypokoleniowych w rodzinie, UAM, Poznań 2003.

Zabielski J., Religijno – moralne wartościowanie życia i śmierci jako duchowe bezpieczeństwo starzejącego się człowieka, w: Zagrożenia w starości na jej przedpolu, red. M. Halicka, J. Halicki, K. Czykiera, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok 2010.

Zaleski Z., Cele osobiste a sens życia, w: Sens życia, red. K. Obuchowski, B. Puszczewicz, Wydawnictwo Nurt, Warszawa 1990.

- Zaleski Z., Motywacyjna funkcja celów w działalności człowieka, Lublin 1987.
- Zaleski Z., Psychologia zachowań celowych, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 1991.
- Zaleski Z., Transtemporalne „Ja”: Osobowość w trzech wymiarach czasowych, „Przegląd Psychologiczny” 4, 1988.
- Zalewska J., Starość a przemiany więzi społecznych, „Kultura i Społeczeństwo” nr 3, 2010.
- Zaorska Z. Dodać życia do lat. Lublin: KLANZA 1999.
- Zych A.A. Jak być starym?.., „Człowiek i Światopogląd” 1989, nr 10.
- Zych A.A., Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej, Wydawnictwo Naukowe Śląsk, Katowice 1999.
- Zych A.A., Dezintegracja negatywna i rozpad osobowości w chorobie Alzheimera a możliwości przystosowania do życia w trudnej codzienności, [w:] Człowiek z chorobą Alzheimera w rodzinie i środowisku lokalnym, red. A. Nowicka, W. Baziuku, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra 2011.
- Zych A. A., Leksykon gerontologii. Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków 2010.
- Zych A.A., Moderacja rozwoju – wyzwaniem dla gerontologii edukacyjnej, „Gerontologia Polska”, 2004, nr 3.
- Zych A.A., Narodziny nowego wieku. Eseje, felietony i szkice. Oficyna Wydawnicza ATUT, Wrocław 2005.
- Zych A.A., Przekraczając smugę cienia. Szkice z gerontologii i tanatologii. Wydawnictwo Naukowe Śląsk, Katowice 2009.
- Zych A.A., Słownik gerontologii społecznej, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2001.
- Zych A.A., Starość – starzenie się, [w:] Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku, red. T. Pilch, t. 5, Wydawnictwo Akademickie Żak, Warszawa 2006.
- Zych A.A., The living situation of elderly Americans of Polish descent in Chicago, Wydawnictwo Naukowe DSWE TWP, Wrocław 2005.
- Żukiewicz A., Reintegracja społeczna i zawodowa podopiecznych systemu pomocy społecznej. Przykład działalności Klubu Integracji Społecznej, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków 2009.

## CUPRINS:

<b>Prefața</b>	<b>p.3</b>
<b>Introducere</b>	<b>p.5</b>
<b>Capitolul I. Viața persoanelor în vârstă în perioada schimbărilor sociale</b>	<b>p.10</b>
<b>I.1 Persoanele în vârstă în perioada schimbărilor sociale</b>	<b>p.10</b>
<b>I.2 Calitatea de viață a bătrânilor</b>	<b>p.24</b>
<b>I.2.1. Indicatorii calității vieții</b>	<b>p.28</b>
<b>I.3 Caracteristica necesităților persoanelor în vârstă</b>	<b>p.32</b>
<b>I.4 Descoperirea din nou a sensului vieții.</b>	<b>p.40</b>
<b>I.5 Singurătatea și însingurarea seniorilor</b>	<b>p.50</b>
<b>I.6 Stilul de viață și activitatea educațională a seniorilor</b>	<b>p.63</b>
<b>Capitolul II. Bazele metodologice ale propriilor cercetări</b>	<b>p.73</b>
<b>II.1 Subiectul, scopul cercetărilor și problemele de cercetare</b>	<b>p.76</b>
<b>II.2 Metodele de cercetare</b>	<b>p.80</b>
<b>II.3. Selecția încercărilor și caracteristica cercetărilor persoanelor</b>	<b>p.88</b>
<b>Capitolul III Sentimentul sensului vieții seniorilor din Polonia și Polonia canadiană</b>	<b>p.91</b>
<b>III. 1 Prezența și căutarea sensului în viață a persoanelor în vârstă</b>	<b>p.92</b>
<b>III. 2 Relațiile, intimitatea și sensul vieții a persoanelor în vârstă</b>	<b>p.120</b>
<b>III.3 Relația față de propria bătrânețe și Dumnezeu</b>	<b>p.135</b>
<b>III. 4. Sentimentul singurătății și sensul vieții</b>	<b>p.147</b>

<b>Capitolul IV. Sensul vieții la bătrânețe – căile educaționale</b>	<b>p.164</b>
<b>IV.1 Valoarea instruirii la bătrânețe</b>	<b>p.170</b>
<b>IV. 2 Activitatea de instruire a persoanelor în vârstă</b>	<b>p.173</b>
<b>IV.3 Educația față de sensul vieții la bătrâneții</b>	<b>p.178</b>
<b>Concluzii</b>	<b>p.183</b>
<b>Summary</b>	<b>p.190</b>
<b>Bibliografia</b>	<b>p.197</b>
<b>Cuprins</b>	<b>p.221</b>