

Norbert Pikula

Uniwersytet Pedagogiczny im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie

Katarzyna Białożył

Ośrodek Wsparcia dla Osób Starszych Caritas Archidiecezji Krakowskiej

Aktywność społeczna seniorów a bariery środowiska architektonicznego

ABSTRAKT [Abstract]. Pikula Norbert, Białożył Katarzyna, *Aktywność społeczna seniorów a bariery środowiska architektonicznego* [Senior social activity and architectural barriers]. Debata Edukacyjna nr 5, 2012, pp. 33–39, ISSN 1895-2763

Ludzie starsi stanowią bardzo liczną grupę społeczną, która doświadcza wielu nieprzychylnych postaw ze strony młodszych pokoleń. Jednak trudna sytuacja osób starszych warunkowana jest nie tylko niechęcią otoczenia, ale również licznymi barierami, które utrudniają seniorom podejmowanie aktywności społecznej oraz ograniczają prawidłowe funkcjonowanie w środowisku zamieszkania.

Słowa kluczowe: seniorzy, starość, aktywność społeczna, bariery architektoniczne

Older people represent a very large social group that has suffered many unfavorable attitudes on the part of the younger generation. However, the difficult situation of the elderly is not only conditioned by aversion of the environment, but also by numerous barriers that hinder seniors taking up social activities and limit the proper functioning in the living environment.

Key words: seniors, age, social activity, architectural barriers

Polska podobnie jak wiele państw zmienia się pod względem demograficznym. Od 1986 roku w naszym społeczeństwie rośnie liczba osób starszych, natomiast od 1984 maleje przyrost naturalny. Okres depresji urodzeniowej nie gwarantuje zastępowalności pokoleń (Węgrzyn 2006, s. 112–113). Według demografów tendencja ta będzie się utrzymywać, dlatego ważne jest tworzenie środowisk przyjaznych dla seniorów, którzy spotykają się z licznymi barierami utrudniającymi pełne uczestnictwo w życiu społecznym.

Współcześnie osoby starsze bardzo różnią się od swoich rówieśników sprzed 20–30 lat. Obecnie seniorzy pragną nadal aktywnie uczestniczyć w życiu społeczno-kulturalnym. W odpowiedzi na zmiany w strukturze społecznej zwiększa się paleta ofert i usług skierowanych do tej grupy wiekowej. Przedsiębiorcy dostrzegają w ludziach starszych istotną grupę konsumencką, która posiada stały choć często bardzo niski dochód. Zmiany w postrzeganiu ludzi starszych przez ogół społeczeństwa dokonują się w Polsce podobnie jak w wielu innych państwach bardzo powoli, lecz sukcesywnie. Należy zaznaczyć, iż rodzinna oraz społeczna pozycja osób w podeszłym wieku uległa znacznemu obniżeniu, co wpływa na występowanie negatywnych zjawisk takich jak choćby gerontofobia czy też ageizm.

Starość jako faza życia oraz kwestie odnoszące się do ludzi starszych przez długi okres były pomijane w naszym kraju. Kult ciała i fizyczności, szybki tryb życia oraz zmiany w obyczajowości doprowadziły do stanu, w którym seniorzy stali się grupą marginalizowaną. Zadziwiający jest fakt, iż pomimo prognoz demograficznych oraz zwiększającej się liczby osób starych w społeczeństwie, działania zmierzające do poprawy sytuacji tej grupy wiekowej podejmowane są z pewnego rodzaju opóźnieniem.

Jak zostało zaznaczone we wstępie, w Polsce już od 1984 roku dokonują się przeobrażenia demograficzne. Jednak dopiero od kilku lat możemy mówić o pewnego rodzaju dostrzeganiu wartości społecznej najstarszej grupy wiekowej. Wiele mówi się o kapitale wynikającym z posiadanego doświadczenia i wiedzy seniorów, znaczenia nabierają działania sprzyjające waloryzacji starości i jednocześnie obalające negatywne stereotypy i przekonania. Coraz częściej mamy do czynienia z projektami i programami, których celem staje się ukazanie pozytywnych aspektów przeżywania jesieni życia jako czasu umożliwiającego podejmowanie szeroko definiowanej aktywności, sprzyjającej usprawnianiu czterech wymiarów zdrowia. Współcześnie znaczenia nabiera aktywność społeczna ludzi starszych, szczególnie w aspekcie zdrowia psychicznego oraz społecznego.

Aktywność społeczna seniorów

Aktywność społeczna to nic innego jak czynny udział w organizacjach, stowarzyszeniach charytatywnych oraz zaangażowanie w organizacje sportowe, religijne, polityczne etc. W tej przestrzeni stosowne miejsce zajmują także seniorzy, stanowiący znaczący procent polskiego społeczeństwa.

Fakt wydłużenia ludzkiego życia pozwala także wyodrębnić grupę wiekową tzw. old-old, a więc seniorów powyżej osiemdziesiątego roku życia. Wiek ten niesie za sobą rozmaite dolegliwości, które mogą utrudniać codzienne funkcjonowanie tych osób. Jednak znacząca grupa tzw. starszych seniorów nadal będzie pozostawała sprawna, podejmując aktywność stosowną do wieku i własnych możliwości. Coraz częściej w odniesieniu do ludzi starszych mówi się o polimorficzności najstarszej grupy wiekowej.

Polimorficzność populacji seniorów wyraża się w tym, że w grupie osób starszych żyją ci, którzy mają 60 lat i ci, których wiek to 85, 90 i więcej lat. Wszyscy oni określanii są wspólnym mianem – seniorzy, osoby starsze, ale tak naprawdę różnią się między sobą zasadniczo: nie tylko wiekiem i płcią, także ubiorem, możliwościami, potrzebami i aspiracjami (Chabior 2009, s. 232).

Podejmując działania propagujące aktywność społeczną ludzi starszych, należy zapoznać się z potrzebami i możliwościami obu grup seniorów. Mówiąc o aktywizacji w wieku senealnym, należy również ukazać jej przebieg, wskazując na starość prawidłową, pozytywną i patologiczną. O ile osoba starsza nie jest przykuta do łóżka, to jest zachęcana do podejmowania aktywności. Lansowane różne programy rządowe i samorządowe skierowane do najstarszej grupy polskiego społeczeństwa mają na celu aktywizację seniorów. Owo zaangażowanie potencjału ludzkiego staje się potrzebną działalnością prewencji gerontologiczno-geriatrycznej mającej na celu zachowanie jak najdłużej sprawności fizycznej, psychicznej, społecznej i duchowej. Ważne jest, aby podejmowane działania były adekwatne do możliwości seniora, bowiem aktywność społeczna najstarszej generacji będzie różnić się od tej prezentowanej przez młodsze

pokolenia. Aktywność człowieka jest sposobem na utrzymanie więzi i relacji z środowiskiem rodzinnym czy też lokalnym. Pozwala również na poszerzanie dotychczasowych kontaktów towarzyskich.

Aktywność najstarszej generacji można ujmować w trzech wymiarach:

- aktywność formalna, która z perspektywy starzejących się społeczeństw staje się bardzo istotnym czynnikiem wpływającym na konstruktywne przygotowanie młodszych pokoleń do starości. Przejawami tej aktywności jest zaangażowanie seniorów w stowarzyszeniach społecznych, w polityce, wolontariacie oraz działaniach na rzecz środowiska lokalnego;
- aktywność nieformalna, odnosząca się do kontaktów i działań podejmowanych w obrębie rodziny, przyjaciół czy też sąsiadów;
- aktywność samotnicza, obejmująca rozwijanie własnych zainteresowań i hobby. W aktywność tę wpisuje się również oglądanie telewizji, czytanie (Dzięgielewska 2006, s. 161).

Na podejmowanie przez seniorów różnych form aktywności wpływa wiele czynników, wśród których M. Dzięgielewska wyróżnia (2006, s. 162):

- wykształcenie – im wyższe, tym poziom aktywności jest większy,
- wpływ środowiska rodzinnego – aktywność jest zależna od osobowości, rodziny, pochodzenia, a także od kontaktów z dziećmi, wnukami i innymi krewnymi,
- stan zdrowia i poziom kondycji fizycznej – im człowiek zdrowszy i w lepszej kondycji, tym częściej podejmuje aktywność,
- warunki bytowe – mogą skutecznie ograniczać rodzaje aktywności,
- płeć – więcej jest kobiet w wieku emerytalnym i to one częściej podejmują wybraną aktywność,
- miejsce zamieszkania (wieś, miasto), co wiąże się z ofertą dla seniorów,
- wpływ instytucji kulturalnych – jeśli w miejscu zamieszkania prężnie działa jakaś instytucja kulturalna, tam aktywność seniorów jest większa.

Podejmowanie aktywności wpływa na zaspokajanie wszystkich potrzeb człowieka, zarówno biologicznych, psychologicznych, duchowych, kulturowych i społecznych. Wśród potrzeb zaspokajanych przez podejmowanie aktywności J. Matejczuk (2007, s. 119–122) wymienia:

- potrzeby dnia codziennego – nowa organizacja dnia, aspekt ten nabiera szczególnego znaczenia zaraz po przejściu na emeryturę; nowy „harmonogram dnia” po części staje się motywacją do wstawania z łóżka i wyjścia z domu;
- potrzeby społeczne – kontakty towarzyskie, pełne uczestnictwo w życiu społeczności lokalnych, potrzeba afiliacji, akceptacji, możliwość przebywania, pracowania i spędzania wolnego czasu z innymi;
- potrzeba wsparcia i pomocy – w odniesieniu do starszych wolontariuszy można tutaj mówić o pewnego rodzaju dualizmie; z jednej strony senior poświęca swój czas i oferuje pomoc, z drugiej zaś zyskuje poczucie i że on może liczyć na wsparcie innych;
- potrzeba samorealizacji, poczucia kompetencji i bycia potrzebnym.

Z perspektyw ludzi starszych najważniejsze jest odczuwanie akceptacji oraz użyteczności społecznej. Możliwość czynnego uczestnictwa w życiu społecznym pozwala również na niwelowanie negatywnego wpływu stereotypów. Szeroko definiowana aktywność społeczna, obok stanu zdrowia, stanowi determinant wysokiej jakości życia najstarszej generacji.

Senior, który pozostaje aktywny na płaszczyźnie społecznej, ma większe poczucie zadowolenia z życia, jego kontakty towarzyskie poszerzają się, co generuje wiele prawidłowych i konstruktywnych zachowań. Dzięki przebywaniu wśród ludzi i zaspokajaniu potrzeb, szczególnie tych wyższego rzędu, człowiek starszy zyskuje wiele pozytywnych bodźców, które pozwalają mu na perspektywiczne patrzenie w przyszłość. Bez wątpienia działania społeczne stają się swego rodzaju sposobem na radzenie sobie z poczuciem pustki, bezsensu, samotności czy osamotnienia, które bardzo często pojawiają się u seniorów. Pomimo iż osób bliskich w życiu człowieka starego ubywa, posiada on możliwość nawiązywania nowych, interesujących znajomości, które oczywiście nie są w stanie zastąpić relacji np. z zmarłym małżonkiem czy przyjacielem, ale dają szansę na przezwyciężenie trudnej sytuacji.

Wpływ barier architektonicznych na aktywność osób starszych

Pomimo iż działania społeczne najstarszej grupy wiekowej niosą za sobą liczne korzyści, z bardzo wielu względów nie są podejmowane przez seniorów. Niezależnie od rodzaju aktywności preferowanej przez osoby starsze, nie mogą one sobie pozwolić na pełne zaspokajanie swoich potrzeb społecznych, choćby z powodu barier architektonicznych i niedostosowania współczesnej infrastruktury przestrzennej do wymogów ludzi starszych. Oprócz przeszkód natury architektonicznej, seniorzy muszą się mierzyć z barierami technicznymi oraz komunikacyjnymi.

Zgodnie z interpretacją Biura Pełnomocnika Rządu do Spraw Osób Niepełnosprawnych:

- bariery architektoniczne to wszelkie utrudnienie występujące w budynku i w jego najbliższej okolicy, które ze względu na rozwiązania techniczne, konstrukcyjne lub warunki użytkowania uniemożliwiają lub utrudniają swobodę ruchu osobom niepełnosprawnym,
- bariery techniczne to przeszkody wynikające z braku zastosowania lub niedostosowania, odpowiednich do rodzaju niepełnosprawności, przedmiotów lub urządzeń. Likwidacja tych barier powinna powodować sprawniejsze działanie osoby niepełnosprawnej w społeczeństwie i umożliwić wydajniejsze jej funkcjonowanie,
- bariery w komunikowaniu się to ograniczenia uniemożliwiające lub utrudniające osobie niepełnosprawnej swobodne porozumiewanie się i/lub przekazywanie informacji (eBIFRON, *Bariery do pokonania*).

Pomimo iż zaprezentowane definicje uwzględniają tylko osoby niepełnosprawne, należy zaznaczyć, że seniorzy również doświadczają tych utrudnień. Starość bowiem związana jest ze spadkiem sprawności fizycznej, co wiąże się z tym, że część osób starszych cierpiących na dysfunkcje ruchu ma problemy z poruszaniem się.

Polskie miasta posiadają wiele barier architektonicznych utrudniających funkcjonowanie seniorów. Niedogodności związane z infrastrukturą wpływają na zakres i rodzaj działań podejmowanych przez ludzi starszych. Jak zauważa A. Labus:

Centra miast nie są atrakcyjne dla osób starszych, stwarzają bowiem wiele problemów, które zniechęcają osoby starsze do korzystania z centrum, są to:

- trudny dostęp i zmiany poziomu terenu,
- źle utrzymana nawierzchnia,
- ruchliwe drogi z kilkoma skrzyżowaniami,
- brak odpowiednich miejsc parkingowych,

- brak toalet publicznych,
- wysokie, strome schody.

Inne środki odstrasżające to m.in. brak bezpieczeństwa, niedostępność lub brak informacji, pomocnych kierowców i zawodność usług publicznych (Labus 2012, s. 336).

Do tej listy przeszkód uniemożliwiających swobodne przemieszczanie się seniorów należy także dodać:

- wysokie krawężniki,
- niedostateczne oznakowanie ulic,
- ubytki w chodnikach i na przejściach dla pieszych,
- brak wind lub schody, które prowadzą do windy,
- brak ławek na przystankach autobusowych i tramwajowych,
- brak poręczy umożliwiających przytrzymanie się,
- brak antypoślizgowej nawierzchni oraz nieodpowiednia barwa podłoża, co uniemożliwia seniorowi rozpoznanie pojawiającej się przeszkody, np. schodów.

W odpowiedzi na problem starzejącego się społeczeństwa powstały placówki i instytucje, których funkcjonowanie ukierunkowane jest na propagowanie aktywnej starości. Jednak w wielu brakuje odpowiedniego zaplecza architektonicznego pozwalającego na korzystanie z nich przez seniorów, którzy poruszają się o kulach lub na wózkach. Brak windy, za wysokie schody, brak barierek i podjazdów, za wąskie drzwi odstrasżają osoby, które pomimo chęci zaangażowania się, nie są w stanie pokonać utrudnień. Także toalety w wielu placówkach powinny być odpowiednio dostosowane choćby poprzez szersze drzwi i większą przestrzeń toalety.

Kolejną przeszkodą, która zniechęca osoby starsze do korzystania z różnego rodzaju usług, jest problem z dostępnością do obiektów. Brak bezpośrednich połączeń, konieczność kilku przesiadek, pomiędzy którymi senior zmuszony jest do oczekiwania na przystankach często pozbawionych zadaszania i nieposiadających miejsca, aby usiąść, wpływa na decyzję o pozostaniu w domu. Pomimo iż znaczna część ludzi starszych posiada prawo jazdy, to poruszanie się po mieście samochodem staje się dla nich uciążliwe, dlatego też rezygnują z tego środka komunikacji na rzecz publicznych środków transportu. W wielu pojazdach komunikacji publicznej liczba miejsc dla ludzi starszych jest niewystarczająca, stopnie przy wejściu do tramwaju są zbyt wysokie, a liczba pojazdów niskopodłogowych jest za mała w porównaniu do zapotrzebowania. Rozkłady jazdy są pisane zbyt małym drukiem, podobnie jak nazwy przystanków. Brak komfortu w poruszaniu się może implikować powolną automarginalizację jednostek, szczególnie tych mieszkających na obrzeżach miast, skąd dojazd do centrum przysparza wiele kłopotów. Na terenach wiejskich problem ten jest największy. Wyboiste drogi, brak chodników i zbyt odległe obiekty zniechęcają osoby starsze.

Wraz z upływem lat maleje sprawność zmysłów. „Starsi ludzie lubią więcej słodzić i solić, bo nie odczuwają tak silnie jak poprzednio bodźców smakowych, używają okularów, bo gorzej widzą; aparatów słuchowych, bo gorzej słyszą, wolniej chodzą i potrzebują na różne czynności więcej czasu niż poprzednio” (Braun-Gałkowska 2006, s. 184). To spowolnienie objawia się w większości ruchów człowieka, powoduje, że ma problemy z przejściem na drugą stronę ulicy, bowiem światła na przejściu dla pieszych bardzo szybko się zmieniają. Na wielu skrzyżowaniach osoby starsze są w połowie jezdni, gdy światło zmienia się na czerwone. Przejście przez jezdnię jest udręką nie tylko dla najstarszych, ale i matek z dziećmi.

Większość rozwiązań architektoniczno-urbanistycznych powstało z myślą o zdrowej części społeczeństw. Obecne nowoczesne budownictwo uwzględnia potrzeby starzejących się nacji. Jednak znaczna część budynków w Polsce pochodzi z lat 60. i 70., kiedy nie przywiązywano zbyt wielkiej uwagi do zagospodarowania budynków do potrzeb ludzi starszych czy niepełnosprawnych. Także w wielu z nich brak windy. Stare budownictwo staje się zburzeniem dla osób starszych, które borykając się z własną obniżoną sprawnością fizyczną natrafiają na wiele utrudnień architektonicznych.

Współcześnie coraz więcej powstaje supermarketów, centrów handlowo-usługowych, w których oprócz zakupów można skorzystać z usług fryzjerskich, kosmetycznych, okulistycznych. Na terenie centrów handlowych funkcjonują również kina i siłownie. Ze strony praktycznej możliwość kompleksowego korzystania z tej szerokiej oferty pozwala na zaoszczędzenie czasu, co w dobie szybkiego trybu życia niewątpliwie przysparza zwolenników takich rozwiązań. Duże przestrzenie dla osób starszych nie są jednak miejscami komfortowymi, bowiem seniorzy często długo szukają sklepu, do którego chcieli wstąpić, źle znoszą duże skupiska ludzi oraz gubią się w licznych korytarzach i przejściach.

Wiele udogodnień, które miały polepszyć bezpieczeństwo uczestników ruchu, w odniesieniu do osób w podeszłym wieku przynosi przeciwne efekty. Przejścia podziemne i naziemne (kładki nad ulicami) w wielu przypadkach są niedostosowane do potrzeb starzejącej się populacji. Schody do nich prowadzące są bardzo strome, nie ma windy na wózki inwalidzkie, jeśli jest pochylnia, to często nie spełnia standardów, a uruchomić ją potrafi tylko osoba o dużej sile fizycznej.

Znaczna część polskich seniorów cieszy się dobrym stanem zdrowia, jednak zła infrastruktura może przyczyniać się do doznania kontuzji lub poważnych uszkodzeń ciała. Osoba starsza, która nie zauważy ubytków w nawierzchni, może się potknąć lub przewrócić, a w konsekwencji złamać nogę, rękę lub doznać innych obrażeń. Okres rekonwalescencji po złamaniach w wieku podeszłym jest długi, a w skrajnych przypadkach złamania kończyn mogą spowodować śmierć. Bariery architektoniczne i techniczne nie tylko utrudniają seniorom pełne uczestnictwo w życiu społecznym, ale również stanowią poważne zagrożenie dla ich stanu zdrowia, który jest znaczącym determinantem jakości życia.

Podsumowanie

Aktywność społeczna najstarszej generacji jest coraz bardziej propagowana przez instytucje państwowe i organy pozarządowe, które podkreślają płynące z niej korzyści. Osoby w podeszłym wieku pragną podejmować różnorakie formy aktywności, jednak napotykają na swej drodze liczne przeszkody utrudniające prawidłowe funkcjonowanie na płaszczyźnie społecznej.

Jak zauważyła M. Braun-Galkowska, „najważniejszym jest zrozumienie, że starość nie stanowi zmniejszenia możliwości, ale ich zmianę” (2006, s. 185). Ludzie starsi chcą być wartościowymi członkami środowisk, w których mieszkają i umiejętnie kształtować swoją przestrzeń życiową, tylko w wielu przypadkach doświadczają nierozumienia swych potrzeb. Nawarstwianie się przeszkód i niemożność ich pokonania implikuje w człowieku poczucie frustracji, zniechęcenie, a w ostateczności może prowadzić do bierności i zaniechania podejmowania prób jakiejkolwiek aktywności.

Proces starzenia się społeczeństw dotyczy sfer życia gospodarczego, politycznego, ekonomicznego, medycznego, społecznego. Aspekt przestrzenny, w debacie odnoszącej się do funkcjonowania ludzi starszych, nierzadko jest pomijany, a kwestie z tym związane zwykle są marginalizowane. Wobec prognoz demografów

konieczna jest odnowa miast, która będzie brała pod uwagę proces starzenia się społeczeństwa. Istotnym jest, aby niekorzystne konsekwencje przestrzenne zmieniać w korzyści płynące z odnowy miast. W obszarach metropolitalnych istotnym staje się rozwój funkcji unikatowych. To, co wartościowe w miastach, powinno być lepiej wykorzystywane przez ludzi starszych, na przykład poprzez lepsze (atrakcyjniejsze) kształtowanie przestrzeni publicznej z uwzględnieniem potrzeb tych ludzi (Labus 2012, s. 340).

Zmiany architektoniczne i techniczne przysłużą się wszystkim grupom wiekowym, przeszkody te co prawda utrudniają funkcjonowanie najstarszej generacji, jednak pośród pozostałych członków społeczeństwa znajdują się jednostki chore, niepełnosprawne, które również mają problemy z poruszaniem się w środowisku zamieszkania.

Literatura

- Braun-Gałkowska M. 2006, *Nowe role społeczne ludzi starszych*, [w:] S. Steuden, M. Marczuk (red.), *Starzenie się a satysfakcja z życia*, Lublin
- Chabior A. 2009, *Nowe spojrzenie na wolontariusza-seniora*, [w:] B. Matyjas (red.), *Wolontariat jako działania prospołeczne w obszarze pomocy społecznej i pracy socjalnej*, Kielce
- Dzięgielewska M. 2006, *Aktywność społeczna i edukacja w fazie starości*, [w:] B. Szatur-Jaworska, P. Błędowski, M. Dzięgielewska (red.), *Podstawy gerontologii społecznej*, Warszawa
- eBIFRON, *Bariery do pokonania*, http://www.pfron.org.pl/portal/ebi/6/53/Bariery_do_pokonania.html [11.03.2012]
- Labus A. 2012, *Miasto XXI wieku w obliczu starzenia się społeczeństw*, [w:] A.A. Zych (red.), *Poznać, zrozumieć i zaakceptować starość*, Łask
- Matejczuk J. 2007, *Zaangażowanie w działalność społeczności lokalnej jako szansa rozwoju dla seniorów*, [w:] I. Brzezińska, K. Ober-Łopatka, R. Stec, K. Ziółkowska (red.), *Szanse rozwoju w okresie późnej dorosłości*, Poznań
- Pikuła N. 2011, *Etos starości w aspekcie społecznym. Gerontologia dla pracowników społecznych*, Kraków
- Węgrzyn K. 2006, *Jaka będzie polska starość?*, [w:] S. Steuden, M. Marczuk (red.), *Starzenie się a satysfakcja z życia*, Lublin