

Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Wydział Socjologii

Agnieszka Wróbel

(nr albumu: 186047)

**Zmieniające się współcześnie znaczenia starości
a tożsamość społeczna osób starszych**

Changing Contemporary Meanings of Old Age and the Social Identity of Older People

Praca doktorska napisana
pod kierunkiem
prof. UAM dr. hab. Ryszarda Necla



Poznań 2025

Babci Matgosi

Spis treści:

Streszczenie	5
Summary	10
Wprowadzenie	15
Rozdział I. Teoretyczne podstawy i ramy projektu badawczego	22
1.1. Socjologiczne umiejscowienie badań	24
1.1.1. Tożsamość społeczna jednostki jako kategoria socjologiczna	33
1.2. Konstrukcjonizm społeczny – perspektywa badawcza	36
1.2.1. Założenia konstrukcjonizmu społecznego	43
1.2.2. Starość w ujęciu konstrukcjonizmu społecznego	50
1.2.3. Podsumowanie	54
Rozdział II. Społeczne i indywidualne konteksty starości	56
2.1. Ujęcie starości i starzenia się	56
2.1.1. Wymiar biologiczny	59
2.1.2. Wymiar psychologiczny	61
2.1.3 Wymiar społeczny	64
2.2. Periodyzacja starości i jej umowny początek	67
2.3. Społeczne teorie starzenia się	69
2.4. Społeczna konstrukcja starości	78
2.4.1. Wiek jako kategoria społeczna	80
2.4.2. Stereotypy i dyskryminacja ze względu na wiek	83
2.4.3. Współczesne przemiany starości	85
2.5. Starość demograficzna	90
Rozdział III. Tożsamość jednostki	94
3.1. Pojęcie tożsamości jednostki	95
3.2. Tożsamość społeczna – wybrane ujęcia teoretyczne	106
3.2.1. Teoria rozwoju psychospołecznego E. H. Eriksona	108
3.2.2. Teoria tożsamości społecznej H. Tajfela i J. Turnera	114
3.3. Tożsamość społeczna osób starszych	119
Rozdział IV. Podstawy metodologiczne badań własnych	124
4.1. Jakościowa strategia badań	124
4.2. Cel i problematyka badań	126
4.3. Metoda i technika badawcza	128
4.3.1. Technika zbierania danych	131
4.4. Dobór próby badawczej	134

4.4.1. Rola badacza.....	139
4.4.2. Przebieg badania.....	141
4.4.3. Etyka badań własnych	142
4.5. Analiza zebranych danych.....	142
Rozdział V. Między sobą, innymi i światem społecznym – trójwymiarowa analiza znaczeń starości w doświadczeniach osób starszych wobec ich tożsamości społecznej	150
5.1. Kontekst relacji z samym sobą. Jednostkowy wymiar tożsamości społecznej	151
5.1.1. Dążenie do samookreślenia i wyznaczania granic	153
5.1.2. Potrzeba akceptacji i zmiany perspektywy.....	172
5.1.3. Wartość autonomii i refleksji	185
5.1.4. Podsumowanie.....	195
5.2. Kontekst relacji z innymi. Relacyjny wymiar tożsamości społecznej.....	197
5.2.1. Pragnienie więzi i relacji	198
5.2.2. Siła wspólnoty i przynależności	210
5.2.3. Ciężar osamotnienia i rozczarowań.....	218
5.2.4. Podsumowanie.....	224
5.3. Kontekst relacji ze światem społecznym. Społeczny wymiar tożsamości społecznej	225
5.3.1. Oddziaływanie społecznych ram	227
5.3.2. Siła języka naznaczania	244
5.3.3. Przesuwanie granic oczekiwań.....	254
5.3.4. Podsumowanie.....	274
Rozdział VI. Konstruowanie tożsamości społecznej osób starszych – wnioski z badań i dyskusja	277
6.1. „Starość? To mnie nie dotyczy”	281
6.2. „Nie mam pojęcia jak to nazwać...W każdym razie jest to czas podróży, twórczości, odkrywania. To jest czas odpoczynania pewnie od tej rutyny zawodowej”	286
6.3. „Jak się przechodzi na emeryturę, to się nie ma czasu na starość, bo się bierze nogi za pas i szuka aktywności”	290
6.4. Podsumowanie.....	303
Zakończenie.....	305
Bibliografia:.....	314
Netografia:.....	324

Streszczenie

Starość we współczesnym świecie jawi się jako jedno z kluczowych wyzwań społecznych. Proces starzenia się ludności, który w Polsce i na świecie nabiera bezprecedensowej intensywności, sprawia, że coraz większa część populacji wchodzi w późne fazy życia. Starość przestaje być jedynie etapem biograficznym jednostki, a staje się istotnym zjawiskiem społecznym o daleko idących konsekwencjach. Równoległe dynamiczne przemiany kulturowe prowadzą do jej redefinicji i osłabiają dawny, jednolity sposób jej ujmowania. Wydłużanie życia, zmiana wzorców rodzinnych oraz pojawianie się nowych form aktywności sprawiają, że doświadczenie starości przybiera coraz bardziej zróżnicowane i indywidualne oblicze. Jednocześnie całe społeczeństwo staje wobec własnego starzenia się – wobec konieczności ponownego przemyślenia roli osób starszych, sposobów ich społecznego postrzegania oraz miejsca tego etapu życia w strukturze zbiorowości. W tym kontekście szczególnej wagi nabiera kategoria tożsamości społecznej, umożliwiająca uchwycenie, w jaki sposób jednostki interpretują swoją starość i lokują się wobec ram społecznych, które ją definiują. Badanie starości z perspektywy socjologicznej staje się zatem nie tylko próbą zrozumienia indywidualnych losów, lecz także analizą przemian całego społeczeństwa w obliczu procesu jego starzenia się.

Przedmiotem niniejszej rozprawy jest badawcza refleksja nad społeczną tożsamością osób starszych w kontekście zmieniających się współcześnie znaczeń starości. Podjęta problematyka została osadzona w nurcie konstrukcjonizmu społecznego, który pozwala ujmować starość nie tylko jako proces biologiczny, lecz przede wszystkim jako kategorię społeczną i kulturową, zakorzenioną w praktykach interpretacyjnych, normach oraz dyskursach. Perspektywa ta wyznaczyła nie tylko sposób teoretycznego rozumienia analizowanego zjawiska, lecz także metodologiczne podejście do badań – akcentujące znaczenia nadawane starości przez same osoby starsze oraz ich indywidualne doświadczenia. Konstrukcjonizm stał się więc zarówno ramą teoretyczną, jak i fundamentem wyboru strategii badawczej, determinując koncentrację na jakościowych metodach umożliwiających uchwycenie procesu konstruowania tożsamości społecznej z perspektywy badanych jednostek.

Punktem wyjścia były pytania badawcze odnoszące się do tego, jak osoby starsze przeżywają swoją starość w wymiarze jednostkowym i społecznym, jakie znaczenia jej przypisują, kto lub co kształtuje ich wiedzę i wyobrażenia na temat starości, w jaki sposób

reagują na społeczne oczekiwania związane z wiekiem oraz w jakim stopniu utożsamiają się z kategorią osób starszych. Na tle tych szczegółowych zagadnień sformułowany został główny cel rozprawy – zrozumienie, w jaki sposób osoby starsze konstruują swoją tożsamość społeczną w warunkach intensywnych przemian społecznych i kulturowych redefiniujących znaczenia starości. Użycie pojęcia „konstruowania” miało na celu podkreślenie procesualnego charakteru tego zjawiska, obejmującego różnorodne strategie tożsamościowe: przyjmowanie, negocjowanie, kształtowanie bądź odrzucanie przypisywanych znaczeń.

Na potrzeby analizy zebranego materiału empirycznego wyróżniono trzy zasadnicze konteksty badawcze: relacji z samym sobą, relacji z innymi oraz relacji ze światem społecznym. Pierwszy z nich dotyczy wymiaru indywidualnego – obejmuje osobiste doświadczenia, narracje biograficzne oraz sposoby interpretowania własnego życia i przeszłości, które pozwalają jednostce nadać sens aktualnemu etapowi. Drugi odnosi się do wymiaru relacyjnego – przejawia się w interakcjach z rodziną, przyjaciółmi, wspólnotą i szerszym otoczeniem społecznym, gdzie kształtują się role, oczekiwania i wzajemne odniesienia. Trzeci kontekst – społeczny – związany jest z dominującymi normami i dyskursami, które definiują starość i formułują wobec jednostek określone wymagania. Przyjęcie takiego układu analitycznego umożliwiło uchwycenie znaczeń kluczowych dla procesu konstruowania tożsamości społecznej osób starszych, dokonującego się na styku biografii indywidualnej, relacji międzyludzkich i struktur społecznych.

Prowadzone badanie, zrealizowane w okresie od lipca do grudnia 2024 roku, miało charakter jakościowy i zostało oparte na metodzie zbiorowego studium przypadku. Zastosowano technikę indywidualnego wywiadu częściowo ustrukturyzowanego, którego scenariusz wyznaczał jedynie ogólne obszary tematyczne, pozostawiając respondentom swobodę w rozwijaniu wątków istotnych z ich perspektywy. Próba badawcza objęła 25 osób w wieku od 68 do 92 lat, zamieszkujących aglomerację trójmiejską. Dobór uczestników miał charakter celowy, a kryteriami były zarówno metrykalna granica wieku (65+), jak i tzw. potencjał badawczy – rozumiany jako gotowość do dzielenia się własnymi doświadczeniami, zróżnicowanie biograficzne oraz predyspozycje refleksyjne. W skład grupy weszły osoby o zróżnicowanych cechach socjodemograficznych, jednak wspólną ich cechą pozostawała aktywna postawa wobec życia i otwartość na udział w badaniu.

Interpretacja znaczeń ujawnionych w wypowiedziach uczestników badania została przeprowadzona w oparciu o analizę tematyczną. W obszarze relacji z samym sobą szczególnie znaczenie miało wewnętrzne samookreślenie, dialog jednostki z własnymi

doświadczeniami oraz wysilek reinterpretacji tego, czym dla niej jest starość. W wymiarze relacji z innymi akcentowano rolę więzi społecznych, które nie tylko stanowią istotny zasób w późnej fazie życia, lecz także tworzą przestrzeń poszukiwania autonomii i podmiotowości. Natomiast w relacji ze światem społecznym ujawniała się konfrontacja z oczekiwaniami i stereotypami – badani nie tylko je dostrzegali, lecz również podejmowali wobec nich działania, przekształcając i współtworząc alternatywne obrazy starości.

Starość nie przedstawia się jako doświadczenie jednorodne ani jednoznacznie określone. Tożsamość społeczna osób starszych kształtuje się w dynamicznym dialogu pomiędzy jednostkowymi przeżyciami a społecznymi ramami, które narzucają określone znaczenia i oczekiwania. Badani prezentowali szerokie spektrum postaw wobec starości – od przyjmowania narzuconych ról i wpisywania się w obowiązujące schematy, przez ich negocjowanie i reinterpretowanie, aż po świadome odrzucanie etykiety „osoby starszej” jako dominującej kategorii identyfikacyjnej. W centrum tego procesu znalazła się redefinicja znaczeń starości, która ujawnia się w wielu wymiarach i stanowi mechanizm pozwalający jednostkom aktywnie kształtować swoją społeczną tożsamość.

Proces negocjowania tożsamości społecznej osób starszych został ujęty w odniesieniu do teorii tożsamości społecznej H. Tajfela i J. Turnera. Ramy tej koncepcji nie stanowiły wyłącznie narzędzia analitycznego, lecz pełniły przede wszystkim funkcję poznawczą – pozwalały uchwycić, w jaki sposób osoby starsze stosują określone strategie wobec narzucanych im znaczeń starości oraz jak dzięki nim modyfikują własne miejsce w strukturze społecznej. Z przeprowadzonej analizy wynika, że strategie te koncentrują się głównie na redefinicji znaczeń – poprzez przesuwanie ich granic, reinterpretację utrwalonych ról społecznych oraz podważanie stereotypowych wyobrażeń. Kluczowe pola tej redefinicji obejmują trzy zasadnicze obszary. Pierwszym jest aktywność – rozumiana jako przeciwstawienie się obrazowi bierności i wycofania poprzez podejmowanie działań społecznych, twórczych i codziennych, nadających sens i rytm życia. Drugim jest relacyjność – budowanie więzi rodzinnych, przyjacielskich i wspólnotowych, które stanowią źródło wsparcia, sensu i ochrony przed marginalizacją. Trzecim obszarem jest sprawczość i samostanowienie – dążenie do autonomii, prawo do decydowania o własnym życiu oraz świadome przełamywanie społecznych stereotypów ograniczających możliwości osób starszych. W ten sposób perspektywa teorii tożsamości społecznej umożliwiła uchwycenie owych strategii jako form aktywnego negocjowania tożsamości – praktyk, dzięki którym osoby starsze nadają starości nowe znaczenia i przełamują dotychczasowe schematy jej społecznego postrzegania.

Badawcze ustalenia potwierdziły tym samym, że starość jest dziś doświadczeniem wielowymiarowym i zindywidualizowanym, które coraz trudniej wyjaśniać w kategoriach prostych zależności socjodemograficznych. O ile czynniki te nadal różnicują doświadczenia starości, o tyle ich wpływ nie ma już charakteru jednoznacznie deterministycznego. Współczesne przeżywanie starości przybiera zarówno formę subtelnych przesunięć, jak i wyraźnych transformacji znaczeń, pozostając w ścisłej relacji z szerszymi procesami społecznymi i kulturowymi.

Rekomendacje płynące z przeprowadzonych badań mają zarówno wymiar poznawczy, jak i praktyczny. Wskazują one na potrzebę wypracowania nowego dyskursu starości, który akcentowałby rolę osób starszych jako społecznie pożądaną i znaczącą, a zarazem osadzoną w wartościach godności, uznania i odpowiedzialności. W świetle tych ustaleń szczególnego znaczenia nabiera kategoria „trzeciego wieku”, rozumianego nie jedynie jako czas konsumpcji i wypoczynku, ale przede wszystkim jako przestrzeń sprawczości, społecznego zaangażowania oraz samopomocy wewnątrzpokoleniowej. Jest to etap życia wolny od zobowiązań zawodowych, w którym jednostki dysponują zarówno ilościowym potencjałem – wynikającym z rosnącej liczby uczestników – jak i jakościowym, opartym na aktywności, sprawności i kompetencjach.

Takie rozumienie „trzeciego wieku” znajduje uzasadnienie w realiach demograficznych. Najliczniejszą grupę osób starszych stanowią obecnie osoby w wieku 65–69 lat, a więc przedstawiciele najmłodszych roczników starości. To właśnie oni w największym stopniu dysponują jeszcze zasobami zdrowia i energii, które mogą zostać ukierunkowane na wspieranie innych, w tym osób wchodzących w fazę „czwartego wieku”. Obserwacja ta potwierdza, że rosnąca liczba aktywnie uczestniczących w życiu społecznym osób starszych uruchamia efekt wzajemnego wzmacniania – aktywność jednych staje się inspiracją i zachętą dla innych. Tego rodzaju postawy mają charakter multiplikujący, prowadząc do powstawania kolejnych form uczestnictwa, które wpływają zarówno na jednostkowe doświadczenie starości, jak i na zbiorowe wyobrażenia o tym etapie życia.

W konsekwencji sposób, w jaki „trzeci wiek” zostanie obecnie przeżyty i społecznie zagospodarowany, może przełożyć się na przyszłe rozumienie starości i nadawane jej znaczenia. Młodsze roczniki osób starszych stają się bowiem nie tylko uczestnikami życia społecznego, lecz także współtwórcami kulturowych ram starzenia się, nadając starości nowe oblicze – aktywne, relacyjne i sprawcze. Taki model starości nie tylko wzmacnia pozycję samych osób starszych, ale także redefiniuje zbiorowe wyobrażenia,

przyczyniając się do redukcji lęku przed starzeniem się i nadając temu etapowi życia nowe, także pozytywne znaczenia.

Rozważania badawcze wpisują się także w szerszy kontekst przemian społecznych i kulturowych, które w istotny sposób oddziałują na redefinicję starości we współczesnym społeczeństwie. Narracje uczestników badań ukazały, że osoby starsze nie tylko odzwierciedlają istniejące ramy interpretacyjne, lecz aktywnie je podważają i współtworzą alternatywne obrazy starości. Analiza ta ujawnia zatem zarówno jednostkowe sposoby negocjowania tożsamości, jak i proces stopniowej transformacji dyskursu społecznego – od redukujących przedstawień opartych na medykalizacji i wykluczeniu ku bardziej zniuansowanemu rozumieniu starości jako etapu aktywności, relacyjności i sprawczości. Tym samym redefinicja znaczeń starości dokonuje się równocześnie w wymiarze indywidualnym i zbiorowym, a badane osoby stają się współtwórcami nowych kulturowych ram, które w przyszłości mogą w znaczący sposób kształtować społeczne wyobrażenia o starzeniu się i jego miejscu w cyklu życia.

Summary

Old age in the contemporary world emerges as one of the key social challenges. The process of population ageing, which in Poland and globally is gaining unprecedented intensity, means that an increasingly large proportion of the population is entering the later phases of life. Old age ceases to be merely a biographical stage of the individual and becomes a significant social phenomenon with far-reaching consequences. At the same time, dynamic cultural transformations lead to its redefinition and weaken its former, uniform modes of conceptualisation. Rising life expectancy, changing family patterns, and the emergence of new forms of activity make the experience of old age increasingly diverse and individualised. Simultaneously, society faces its own ageing – and thus the necessity to reconsider the role of older people, the social perceptions of ageing, and the place of this life stage within the structure of the community. In this context, the category of social identity gains particular importance, as it allows us to capture how individuals interpret their old age and position themselves in relation to the social frameworks that define it. The sociological study of ageing thus becomes not only an attempt to understand individual life trajectories but also an analysis of societal transformations in the face of demographic ageing.

The subject of this dissertation is an academic reflection on the social identity of older people in the context of the changing contemporary meanings of old age. The research is situated within the framework of social constructionism, which makes it possible to conceptualise old age not only as a biological process but above all as a social and cultural category, rooted in interpretive practices, norms, and discourses. This perspective shaped not only the theoretical understanding of the phenomenon under study but also the methodological approach to the research – emphasising the meanings attributed to ageing by older people themselves and their lived experiences. Constructionism thus served both as a theoretical framework and as the foundation of the research strategy, determining a focus on qualitative methods that allow for the capture of the process of constructing social identity from the perspective of the respondents.

The point of departure consisted of research questions concerning how older people experience their ageing in both individual and social dimensions, what meanings they ascribe to it, who or what shapes their knowledge and perceptions of old age, how they respond to societal expectations related to age, and to what extent they identify with the category of being “old.” Against the backdrop of these specific issues, the main aim of the dissertation was formulated: to understand how older people construct their social identity under the

conditions of profound social and cultural transformations that redefine the meanings of old age. The use of the notion of “constructing” was intended to highlight the processual nature of this phenomenon, encompassing diverse identity strategies: acceptance, negotiation, reshaping, or rejection of ascribed meanings.

For the analysis of the collected empirical material, three principal contexts of inquiry were distinguished: the relation to oneself, the relation to others, and the relation to the social world. The first concerns the individual dimension – encompassing personal experiences, biographical narratives, and ways of interpreting one’s own life and past, which allow individuals to give meaning to the present stage of life. The second refers to the relational dimension – manifested in interactions with family, friends, community, and the broader social environment, where roles, expectations, and mutual references are negotiated. The third – the social dimension – relates to dominant norms and discourses that define old age and formulate expectations directed at individuals. The adoption of this analytical framework made it possible to capture meanings crucial for the process of constructing the social identity of older people, occurring at the intersection of individual biography, interpersonal relations, and social structures.

The study, conducted between July and December 2024, had a qualitative character and was based on the method of a collective case study. The chosen research technique was the semi-structured individual interview, the scenario of which defined only broad thematic areas, leaving respondents with the freedom to elaborate on issues of significance from their perspective. The research sample comprised 25 individuals aged 68 to 92, residing in the Tri-City metropolitan area. The selection of participants was purposeful, with criteria including the age threshold (65+) and the so-called research potential – understood as the willingness to share personal experiences, biographical diversity, and reflective predispositions. The group was diverse in terms of sociodemographic characteristics, yet what united participants was an active approach to life and openness to participating in the study.

The interpretation of meanings emerging from respondents’ accounts was conducted through thematic analysis. In the dimension of the relation to oneself, particular significance was attached to internal self-definition, dialogue with one’s own experiences, and the effort to reinterpret what ageing means for the individual. In the dimension of relations with others, emphasis was placed on the role of social ties, which not only function as an essential resource in later life but also constitute a space for the pursuit of autonomy and subjectivity. In the relation to the social world, a confrontation with societal

expectations and stereotypes was revealed – respondents not only recognised them but also actively responded, reshaping and co-creating alternative images of old age.

Old age does not present itself as a homogeneous or unambiguously defined experience. The social identity of older people is shaped in a dynamic dialogue between individual experiences and the social frameworks that impose particular meanings and expectations. Respondents displayed a broad spectrum of attitudes towards old age – from adopting prescribed roles and conforming to dominant schemes, through negotiating and reinterpreting them, to consciously rejecting the label of “old age” as the primary category of identification. At the heart of this process lies the redefinition of meanings, which manifests itself in multiple dimensions and serves as the mechanism that enables individuals to actively shape their social identity.

The process of negotiating the social identity of older people was analysed in relation to Social Identity Theory (H. Tajfel, J. Turner). The framework of this theory functioned not only as an analytical tool but also as a cognitive lens – making it possible to grasp how older individuals employ strategies in response to the imposed meanings of old age, and how, through such strategies, they modify their place within the social structure. The analysis indicated that these strategies focus primarily on the redefinition of meanings – by shifting their boundaries, reinterpreting entrenched social roles, and challenging stereotypical representations. Three key areas of this redefinition were identified. The first is activity – understood as rejecting the image of passivity and withdrawal through engagement in social, creative, and everyday practices that bring meaning and rhythm to life. The second is relationality – building family, friendship, and community ties as sources of support, belonging, and protection against marginalisation. The third is agency and self-determination – the pursuit of autonomy, the right to make decisions about one’s own life, and the conscious overcoming of social stereotypes that restrict the developmental opportunities of older people. In this way, the perspective of social identity theory enabled these strategies to be seen as forms of active negotiation of identity, practices through which older people assign new meanings to old age and challenge existing frameworks of its social perception.

The findings thus confirmed that old age today is a multidimensional and individualised experience, one increasingly difficult to explain through simple sociodemographic variables. While such factors continue to differentiate the experience of old age, their influence is no longer straightforward or deterministic. Contemporary

ageing manifests both as subtle shifts and as marked transformations of meaning, closely interwoven with broader social and cultural processes.

The recommendations arising from this research have both theoretical and practical dimensions. They underscore the need to develop a new discourse on old age – one that positions older people as socially desirable and meaningful, while grounded in the values of dignity, recognition, and responsibility. In light of the findings, the notion of the “third age” acquires particular significance, understood not only as a period of consumption and leisure but also as a space of agency, social engagement, and intra-generational solidarity. It is a life stage free from professional obligations, in which individuals possess both quantitative potential – resulting from the growing number of participants – and qualitative potential – rooted in activity, vitality, and competence.

Such an understanding of the “third age” finds strong support in demographic realities. The most numerous groups of older people today are those aged 65–69, i.e. the representatives of the youngest cohorts of old age. It is they who still possess health and energy resources that can be directed towards supporting others, including those entering the “fourth age.” This observation confirms that the increasing number of older people actively involved in social life generates a multiplier effect – the activity of some becomes an inspiration and encouragement for others. Such attitudes are expansive, leading to the creation of new forms of participation that affect both the individual experience of old age and collective representations of this stage of life.

Consequently, the way in which the “third age” is currently experienced and socially organised will directly shape the future understanding of old age and the meanings ascribed to it. The younger cohorts of older people are becoming not only participants in social life but also co-creators of the cultural frameworks of ageing, attributing to old age a new face – active, relational, and agentic. This model of old age strengthens the position of older people themselves while simultaneously reshaping collective imaginaries, reducing fears associated with ageing, and assigning this stage of life new, positive meanings.

The research findings also situate themselves within the wider context of ongoing social and cultural transformations, which significantly affect the redefinition of old age in contemporary society. The narratives of the respondents revealed that older people not only reflect existing interpretive frameworks but also actively contest and co-create alternative images of ageing. This analysis thus uncovers both the individual strategies of negotiating identity and the broader process of gradual transformation of social discourse – moving away from reductive representations rooted in medicalisation and exclusion,

towards a more nuanced understanding of old age as a stage of activity, relationality, and agency. In this way, the redefinition of meanings unfolds simultaneously at the individual and collective levels, with the participants emerging as co-creators of new cultural frameworks, which may in the future significantly shape the social imagination of ageing and its place in the life course.

Wprowadzenie

Na początku lat 2000., w monografii *Polska starość* będącej raportem z szeroko zakrojonych badań gerontologicznych poświęconych sytuacji zdrowotnej i społecznej osób starszych w Polsce, pierwszych od czasu badań z lat 60. ubiegłego wieku — Brunon Synak z dużą wrażliwością nakreślił obraz nowej rzeczywistości, w której znalazły się osoby starsze. Odnosił się do konsekwencji transformacji ustrojowej, przemian w strukturze społeczno-zawodowej, zmienionych warunków życia oraz dynamicznie przeobrażającej się sfery obyczajowości. Zwracał uwagę, że „czas społeczny, liczony nasyceniem zmian i wydarzeń, biegł szybciej niż czas chronologiczny” (Synak, 2002, s. 11). Dziś, niespełna ćwierć wieku później, tamte słowa pozostają aktualne, a nabrały nawet jeszcze większej siły wyrazu. Obecna rzeczywistość przynosi bowiem kolejną falę przemian o niezwyklej intensywności – społecznych, kulturowych i ekonomicznych. Zmieniają rolę osób starszych, porządkują na nowo relacje międzypokoleniowe i przekształcają znaczenia starości, wywierając bezpośredni wpływ na ich tożsamość społeczną. Wydaje się, że to, co Zofia Szarota określa mianem „kultury nowej starości”, nabiera dziś realnego kształtu (Szarota, 2023). Z niepokojem pisał wtedy B. Synak, że osoby starsze stanowiły już 16 procent polskiego społeczeństwa, przywołując metaforę „siwych włosów ludzkości”. Dziś wskaźnik ten sięga 26 procent (GUS, 2024)¹, a statystyki przestają być jedynie liczbami – stają się znakiem czasu. Zjawisko starości jawi się coraz bardziej jako doświadczenie unikatowe, złożone i wielowymiarowe, a jej obrazy są tak różnorodne, jak odmienne bywają biografie, potrzeby i aspiracje samych osób starszych. Trudno więc mieć wątpliwości, że przyszłość, jak nigdy dotąd, będzie nosić siwe włosy.

Starzejące się społeczeństwo polskie jest dzisiaj faktem, a bezprecedensowa intensywność tego procesu przynosi rodzaj nieuchronnego przesilenia. Obecna sytuacja demograficzna, zdaniem Barbary Szatur-Jaworskiej, uprawnia do takiego stwierdzenia, ponieważ ilościowa zmiana w składzie ludności wywołuje jakościowe zawirowania na różnych poziomach życia społecznego. Dochodzi wtedy do przemian w obrębie pełnionych ról społecznych, przebiegu życia jednostek czy funkcjonowaniu rodzin – „uruchamiane są mechanizmy głębokich, długookresowych (a może nieodwracalnych) zmian społecznych” (Szatur-Jaworska, 2013, s. 348). W tej dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości rosnącej liczbie osób starszych towarzyszy proces przeobrażeń ich zachowań, postaw i oczekiwań, który wnosi nową jakość do życia społecznego. Oznacza to, że starość coraz częściej staje

¹ Według GUS osoba starsze to te w wieku 60 lat i więcej

się przestrzeni indywidualnych wyborów, a dotychczasowy – społecznie zinstytucjonalizowany scenariusz starzenia się – wskazujący, jak powinno przebiegać to doświadczenie – traci swoją aktualność.

Starość stanowi wielowymiarowy efekt interakcji czynników biologicznych, psychicznych i społecznych, które w różnym stopniu kształtują doświadczenia jednostek, a także podkreślają heterogeniczny charakter tego etapu życia. W warunkach ponowoczesności oraz dynamicznych przemian demograficznych ewoluuje także sposób społecznego umiejscowienia starości, co wymusza nowe sposoby jej konceptualizacji i interpretacji. W niniejszej pracy starość rozpatrywana jest przede wszystkim jako obszar zmiany – zarówno w sensie indywidualnego doświadczenia, jak i społecznych znaczeń, które są jej przypisywane. Analizując te przemiany, szczególną uwagę zwracam na proces konstruowania tożsamości społecznej osób starszych, która kształtuje się poprzez ich samoidentyfikację względem rzeczywistości społecznej oraz poprzez funkcjonowanie jako wyróżnionej zbiorowości na podstawie kryterium wieku.

Niniejszy projekt badawczy osadzony został w perspektywie konstrukcjonizmu społecznego, która wyznacza ramy teoretyczne analiz, a zarazem uzasadnia dobór metod i narzędzi badawczych. Takie ujęcie wpisuje się w tradycję socjologii jakościowej, w której kluczowe jest „dążenie do zrozumienia i interpretacji zjawisk, działań i interakcji społecznych” (Glinka & Czakon, 2021, s. 29). W ramach tego podejścia akcent pada na procesy zachodzące na poziomie mikrospołecznym, a więc na to, jak jednostki doświadczają starzenia się i nadają znaczenie własnym przeżyciom, osadzając je w szerszym kontekście społecznym. Jak zauważyli Peter Berger i Thomas Luckmann – „bez umiejscowienia w świecie tożsamości nie daje się pojąć” – dlatego społecznie ukształtowane ramy starości nie są więc jedynie tłem, lecz współkonstruuje tożsamość jednostki (Berger & Luckmann, 2010, s. 253). Wyznaczają próg wejścia w ten etap życia i wpływają na stosunek emocjonalny do niego, kształtowany przez społeczne wyobrażenia oraz utrwalone obrazy kulturowe. Jednocześnie to indywidualne doświadczenie może te ramy podważać bądź negocjować, sprawiając, że to, co jednostka uznaje za własne starzenie się, nierzadko odbiega od społecznie przyjętych definicji. W tym ujęciu tożsamość społeczna jawi się – zgodnie z perspektywą konstrukcjonistyczną – jako efekt relacyjnego procesu, kształtowanego przez przynależność do grup, przypisane role, etykiety i oczekiwania innych. W moich analizach pokazuję, jak osoby starsze redefiniują znaczenia starości, a następnie wykorzystują je w strategiach tożsamościowych, aby pozycjonować się w strukturze społecznej i wpływać na sposób jej postrzegania.

Ponadto, dostrzegłam potrzebę wglądu w jednostkowe doświadczenia osób starszych, przekonana, że to właśnie one nadają starości społeczny sens. Jak zauważa Agnieszka Majewska-Kafarowska: „starość jednostki staje się przydatna, pomocna, istotna w wyjaśnianiu i rozumieniu starości jako zjawiska społecznego” (Majewska-Kafarowska, 2017, s. 44). Starość jako fenomen społeczny realizuje się przede wszystkim w codziennych wyborach, relacjach i napięciach, które stają się udziałem ludzi. Nie stanowi zatem wyłącznie przedmiotu analiz naukowych, lecz także przestrzeń znaczeń istotnych dla całego społeczeństwa, które nieuchronnie pozostaje z nią w relacji i jest zmuszone do zajmowania wobec niej określonego stanowiska – „starość jest zjawiskiem biologicznym i społeczno-kulturowym, ale jest również jednostkowym losem ludzkim” (Dubas, 2016a, s. 16).

Starość jest dziś tematem, który fascynuje także ze względów egzystencjalnych – dotyczy bowiem każdego człowieka, prowokując pytania o sens życia, własną tożsamość i relacje ze światem społecznym. To właśnie ta bliskość jej doświadczania jako przeżywanej osobiście albo w postaci towarzyszenia bliskim sprawia, że badanie starości staje się tak istotne i zwyczajnie interesujące. Jak podkreśla A. Majewska-Kafarowska, nieuchronność i powszechność starości sprawia, że jest ona tematem stale obecnym i niemożliwym do pominięcia, „wisi w powietrzu, jest częścią naszego życia, nie daje się nie być zauważoną, jest do bólu obecna” (Majewska-Kafarowska, 2017, s. 43). Jednocześnie starość wymaga także pogłębionego rozpoznania naukowego. Dynamiczne przemiany demograficzne i społeczne prowadzą bowiem do pojawiania się nowych zjawisk, które domagają się aktualizacji teorii i otwierają przestrzeń dla odmiennych perspektyw analitycznych. Jak podkreślają Wojciech Kowalik i Anna Pawlina, procesy te „implikują bowiem nowe zjawiska i procesy, które niejako wymuszają ciągłą aktualizację teorii, otwierają nowe możliwości badań i skłaniają do podejmowania odmiennych perspektyw analitycznych” (Kowalik & Pawlina, 2015, s. 5). Podobnie rzecz ujmie B. Synak: „dokonując analizy zagadnień społecznych w różnych momentach czasowych, należy mieć świadomość zmieniającego się otoczenia badanych zjawisk i ich interpretacyjnego kontekstu” (Synak, 2002, s. 11).

W badaniu zastosowano jakościową strategię badawczą, wychodząc z założenia, że znaczenia starości najpełniej odsłaniają się w osobistych doświadczeniach i sposobach ich przeżywania – „starość bowiem to nie tylko to, co oczywiste, namacalne, zweryfikowane empirycznie, zobrazowane wskaźnikami liczbowymi, lecz także to, co ulotne, trudne do wyrażenia i uchwycenia, zindywidualizowane” (Dubas, 2016a, s. 16). Na ten wymiar refleksji zwraca uwagę Jerzy Halicki, stwierdzając, że „problemy późnego wieku są

traktowane z naukową i menedżerską skutecznością, ale bez uchwycenia ich szerokiej doniosłości społecznej i egzystencjalnej. Ostatni etap życia jest stopniowo wydrenowany ze znaczenia” (Halicki, 2010, s. 82).

Przeprowadzone badanie miało na celu uchwycenie i zrozumienie różnorodności przeżyć wobec procesu starzenia się wobec sposobów konstruowania społecznej tożsamości przez osoby starsze znajdujące się na różnych jego etapach. Zrealizowano 25 indywidualnych, częściowo ustrukturyzowanych wywiadów narracyjnych z przedstawicielami trzech grup osób starszych, dbając – na ile było to możliwe – o zachowanie równowagi płci. Zastosowaną metodą badawczą było zbiorowe studium przypadku o charakterze instrumentalnym, w którym poszczególne przypadki służyły pogłębieniu wiedzy o szerszym zjawisku (Stake, 2014) i były traktowane jako zdarzenia ujawniające „działanie zbioru rozumień kulturowych mogących być aktualnie używane przez członków danej kultury” (Stake, 2014, s. 628). Udział w badaniu osób znajdujących się na różnych etapach starzenia się pozwolił dotrzeć do zróżnicowanych znaczeń przypisywanych starości i do kwestii tożsamościowych. Analiza sposobów, w jakie badani manifestowali swoją starość, skierowała uwagę na jej lepsze zrozumienie. Jak piszą Dawn Carr i Lydia Manning: „patrzac w przyszłość twierdzimy, że badacze jakościowi mają nie tylko możliwość, ale i odpowiedzialność, by przejąć inicjatywę w zrozumieniu co to znaczy być osobą starszą” (Carr & Manning, 2010, s. 21).

Wobec takiego ujęcia tematu przyjęto następujące założenia badawcze. Po pierwsze, starzenie jest procesem naturalnym, złożonym i wielowarstwowym, a zarazem silnie zindywidualizowanym, którego efektem jest starość (Synak, 2002; Czekanowski, 2012; Szarota & Kijak, 2013). Po drugie, stanowi ono długotrwały i rozwojowy etap życia (Bugajska, 2005; Dubas, 2016b). Po trzecie, starość należy ujmować jako konstrukt społeczny (Kunkel & Morgan, 2007; Stypińska, 2010; Muszyński, 2020; Łuszczyńska, 2022). Definicja tożsamości społecznej osób starszych, która – z perspektywy jednostki – obejmuje dwa aspekty: subiektywny, czyli sposób, w jaki jednostka postrzega siebie jako odrębną, oraz obiektywny, związany z określaniem siebie w kontekście przynależności do grup i kategorii społecznych (Smolarkiewicz, 2019). Ostatnia przesłanka dotyczy uznania zmiany za immanentną cechę współczesnej rzeczywistości społecznej, co rodzi konieczność stałej refleksji i redefinicji pojęć, które wcześniej uznawano za stabilne i niezmiennie (Smolarkiewicz, 2019).

Rozprawa podzielona jest na dwie główne części: teoretyczną i analityczną. W pierwszej – rozdział I stanowi wprowadzenie teoretyczne, które wyznacza ramy całego

projektu badawczego. Jego celem jest osadzenie analiz w perspektywie socjologicznej oraz ukazanie kluczowych kategorii pojęciowych, na których opiera się dalsza część pracy. W początkowych fragmentach rozdziału omówione zostało znaczenie tożsamości społecznej jednostki jako kategorii analitycznej – z naciskiem na jej rolę w kształtowaniu doświadczeń życiowych oraz w procesach negocjowania pozycji jednostki w społeczeństwie. Druga część poświęcona jest konstrukcjonizmowi społecznemu, który stanowi podstawową perspektywę teoretyczną badań. Zostają tu przedstawione jego główne założenia oraz możliwości wykorzystania w analizach dotyczących starości. Zwrócono także uwagę na dotychczasowe próby badania starości w duchu konstrukcjonizmu społecznego, co umożliwia osadzenie projektu w szerszym kontekście teoretycznym i badawczym.

Rozdział II poświęcony jest społecznym i indywidualnym kontekstom starości i przedstawia jej wielowymiarowy charakter. Najpierw omówione zostaje pojęcie starości i starzenia się z perspektywy biologicznej, psychologicznej i społecznej, a następnie przedstawiona jest periodyzacja tego etapu oraz dyskusja nad jego umownym początkiem. W kolejnych częściach zaprezentowane zostały wybrane społeczne teorie starzenia się oraz spojrzenie na starość jako konstrukt społeczny – z uwzględnieniem roli wieku jako kategorii społecznej, stereotypów i uprzedzeń, a także współczesnych przemian starości. Rozdział zamyka analiza starości demograficznej, ukazująca jej wymiar ilościowy oraz znaczenie dla dynamiki życia społecznego.

Rozdział III koncentruje się na problematyce tożsamości jednostki, ze szczególnym uwzględnieniem jej wymiaru społecznego. W pierwszej części omówione zostaje ogólne pojęcie tożsamości jednostki, a następnie przedstawione są wybrane teorie tożsamości społecznej – koncepcja rozwoju psychospołecznego Erika Eriksona oraz teoria społecznej tożsamości Henriego Tajfela i Johna Turnera. Ostatnia część rozdziału dotyczy specyfiki tożsamości społecznej osób starszych, ukazując, w jaki sposób kształtuje się ona w kontekście starości i jak podlega negocjacjom w zmieniających się warunkach społeczno-kulturowych.

Rozdział IV przedstawia podstawy metodologiczne badań własnych, które zostały przeprowadzone w ramach pracy. Zawiera uzasadnienie wyboru jakościowej strategii badawczej oraz omówienie paradygmatu, w którym osadzono projekt. Wyjaśniono w nim cele i problematykę badawczą, a także przyjętą metodę wraz z techniką gromadzenia danych. Rozdział obejmuje także opis doboru próby badawczej, ze szczególnym uwzględnieniem roli badacza, przebiegu badań oraz etycznych aspektów ich realizacji.

Ostatnia część poświęcona jest sposobom analizy zgromadzonych materiałów empirycznych, które umożliwiły sformułowanie wniosków w dalszych częściach pracy.

Część analityczną pracy otwiera rozdział V, który stanowi jej centralną pozycję i poświęcony jest analizie znaczeń starości, jakie ujawniają się w wypowiedziach badanych osób starszych. W wymiarze indywidualnym ukazano, jak konstruują one sens własnego starzenia się poprzez dążenie do samookreślenia, potrzebę akceptacji czy podkreślanie wartości autonomii i refleksji. W wymiarze relacyjnym przedmiotem analizy stały się doświadczenia więzi, wspólnoty i przynależności, ale także osamotnienia i rozczarowań, które wpływają na poczucie własnej wartości i obrazy starości. Wreszcie, w wymiarze społecznym omówiono znaczenia wynikające z oddziaływania ram społecznych, języka naznaceń oraz przesuwania granic oczekiwań wobec starości. Analiza tych trzech perspektyw pozwoliła uchwycić, w jaki sposób interpretacje starzenia się stają się istotnym elementem kształtowania tożsamości społecznej osób starszych. Całość tworzy obraz starości jako procesu, w którym tożsamość społeczna osób starszych konstruowana jest poprzez negocjacje znaczeń.

W rozdziale VI przedstawiono syntetyczne ujęcie wyników badań własnych i przyjmowane przez osoby starsze określone strategie tożsamościowe. Poszczególne części rozdziału opierają się na wybranych wypowiedziach uczestników badania, które stały się punktem wyjścia do analizy stosowanych przez nich sposobów konstruowania tożsamości społecznej.

Warto zaznaczyć, że identyfikacja zmian, jakim podlega współczesna starość, wiąże się także z odpowiedzialnością badaczy i praktyków za udział w tworzeniu nowego dyskursu, w ramach którego kształtują się jej znaczenia i obrazy. Tocząca się dziś rekategoryzacja starości jako okresu „po pracy” wymaga wspólnego namysłu, by mogła stać się podstawą budowania nowych wyobrażeń społecznych. Jak zauważają Chris Gilleard i Paul Higgs – „niezłamane przez słabe ciało czy pusty portfel” osoby starsze doświadczają obecnie znacznie bogatszego stylu życia, niż wcześniej zakładano [...] wraz ze zmianą czasów zmienia się i starzenie” (Gilleard & Higgs, 2014).

Podjęty przeze mnie projekt badawczy ma nie tylko istotny walor poznawczy, ale także praktyczny. Jego ustalenia mogą pozwolić sformułować rekomendacje dotyczące pełniejszego wykorzystania potencjału starości w życiu społecznym. Rozpoznanie strategii tożsamościowych osób starszych w kontekście ich społecznego umocowania stwarza możliwość postrzegania starości jako przestrzeni samorealizacji, kształtowanej w zgodzie z indywidualnymi wyborami i doświadczeniami, a nie w wyniku presji społecznych

oczekiwań czy utrwalonych stereotypów. Takie podejście, zgodne z refleksją Leona Dyczewskiego, że „potrzeba realizacji społecznej natury nie zanika wraz z wiekiem, lecz poszukuje nowych form urzeczywistniania” (Dyczewski, 1994, s. 48), otwiera perspektywę, która może przynieść korzyść zarówno jednostce, jak i całemu społeczeństwu.

Rozdział I. Teoretyczne podstawy i ramy projektu badawczego

Jak zauważa J. Halicki, proces starzenia się oraz starość stanowią nieodłączne elementy ludzkiej egzystencji. W przeszłości osiągnięcie podeszłego wieku było udziałem nielicznych, natomiast współcześnie stało się zjawiskiem powszechnym. Starzenie się jest uniwersalnym doświadczeniem, jednak jego przebieg i przejawy charakteryzują się dużym zróżnicowaniem. Wynika to z oddziaływania różnorodnych czynników, takich jak uwarunkowania biologiczne, ekonomiczne, kulturowe, struktury społeczne, środowisko oraz kontekst historyczny, które w istotny sposób kształtują sposób przeżywania tego etapu życia (Halicki, 2010). Zjawisko starości może być analizowane z różnych perspektyw, w zależności od przyjętego podejścia teoretycznego i dyscypliny naukowej, w której osadzony jest badacz.

Problematyka niniejszego badania mieści się w obszarze zainteresowań gerontologii, czyli nauki o starzeniu się, u źródeł której jako dyscypliny naukowej, leży interdyscyplinarność i wieloaspektowość przedmiotu badań (Zych, 2001; Szatur-Jaworska i in., 2006), a w szczególności gerontologii społecznej, która według C. Tibbitsa, twórcy tego terminu, „stara się zrozumieć, jak związane z wiekiem zmiany biologiczne i psychologiczne wpływają na rozwój osobowości i zachowania ludzi starszych, na ich rolę, status i zachowanie w kolektywie. Równoległym jej celem jest zrozumienie procesu starzenia się jako zjawiska społecznego i zachodzących zmian społecznych – demografii starzenia się i wpływu osób starszych na ekonomiczną, społeczną i polityczną strukturę, na instytucje i funkcje społeczeństwa” (Tibbits, 1960, za: Czekanowski, 2010, s. 41). W nieco bardziej zwięzłej definicji B. Szatur-Jaworskiej i in., gerontologia społeczna jest „nauką zajmującą się procesami i zjawiskami społecznymi, psychologicznymi, ekonomicznymi i demograficznymi, które są przyczynami lub następstwami starzenia się poszczególnych ludzi i całych społeczeństw” (Szatur-Jaworska i in., 2006, s. 14). Za J. Laforestem, autorka zwraca uwagę na trzy główne rodzaje refleksji w gerontologii: egzystencjalną, kolektywną i naukową. Refleksja egzystencjalna koncentruje się na fundamentalnych pytaniach dotyczących życia i śmierci, a w ich kontekście – istoty starości. Obejmuje rozważania na temat wartości długiego życia, znaczenia jakości egzystencji oraz kwestii szacunku wobec osób starszych. Refleksja kolektywna wynika z dynamicznych zmian demograficznych, takich jak wydłużanie się średniej długości życia i wzrost liczby osób starszych. Procesy te, zachodzące głównie w XX wieku, są efektem

rozwoju medycyny, poprawy warunków bytowych oraz systemów zabezpieczenia społecznego, a nie zmian biologicznych w organizmie człowieka. Jednocześnie długowieczność i rosnący udział osób starszych w społeczeństwie wpływają na jego funkcjonowanie, stając się istotnym zagadnieniem dla polityków, naukowców i opinii publicznej. Z kolei refleksja naukowa obejmuje rosnącą liczbę badań nad starością oraz rozwój teorii tłumaczących mechanizmy procesu starzenia. Wraz z postępem nauki i metodologii badawczej coraz więcej dyscyplin, od filozofii i historii po genetykę, angażuje się w analizę zjawisk związanych ze starzeniem się jednostki i społeczeństwa (Szatur-Jaworska i in., 2006). Ponadto, gerontologia jest nauką o charakterze wielodyscyplinarnym, opiera się na dorobku badawczym i teoriach różnych, wcześniej ukształtowanych dyscyplin. Do kluczowych z nich należą m.in. socjologia, psychologia, demografia, medycyna, biologia, pedagogika społeczna, filozofia, nauki o polityce społecznej, ekonomia, antropologia kulturowa oraz historia (Szatur-Jaworska i in., 2006). Piotr Czekanowski podkreśla, że: „wiedza socjologiczna lub socjologia ukierunkowana na ludzi starych stanowi zazwyczaj jednoznacznie wyróżniany element współtworzący tę interdyscyplinarną naukę (Czekanowski, 2010, s. 43). Przeprowadzone przeze mnie badanie świadomie wykorzystuje interdyscyplinarny zasób pojęciowy gerontologii społecznej, najsilniej jednak pozostaje w strefie wpływów gerosocjologii jako jej składowej (Zych, 2001) czy socjologii starości (Szatur-Jaworska i in., 2006). Subdyscypliny, której potrzebę wyodrębnienia i naukowego uprawomocnienia postuluje się od lat w ramach socjologii zajmującej się problematyką starości (Synak, 1988; Mucha & Krzyżowski, 2011; Czekanowski, 2012; Perek-Białas & Hoff, 2012; Kowalik & Pawlina, 2015), można traktować jako istotny kontekst refleksji nad zakresem i granicami badań. Moim celem nie jest jednak przekonywanie o słuszności takiej propozycji, lecz wskazanie socjologii jako wybranej przeze mnie perspektywy analitycznej i interpretacyjnej, a zarazem źródła ram teoretycznych i metodologicznych, choć jak zauważa Marcin Muszyński w obrębie jednego projektu badawczego mogą ujawniać się zagadnienia typowe dla różnych dyscyplin. W praktyce badacz koncentruje się nie tyle na samym przedmiocie badań, ile na problemie badawczym. O ile przedmiot badań powiązany jest zwykle z określoną dyscypliną, o tyle problem badawczy często wykracza poza jej granice (Muszyński, 2024).

1.1. Socjologiczne umiejscowienie badań

Problematyka społecznego oglądu procesu starzenia się społeczeństw zdaje się być już mocno ugruntowana w myśli naukowej – „socjologiczny sposób postrzegania starości sprowadza się do zainteresowania społecznymi skutkami starzenia się społeczeństwa, konsekwencjami społeczno-ekonomicznymi, jakie wywołuje proces zbyt szybkiego starzenia się populacji ludzkiej” (Kotlarska-Michalska, 2000, s.1 48). Zainteresowanie socjologów starości kierunkuje się także na poszukiwanie społecznych czynników, które ułatwiają albo utrudniają stopniowy proces wycofywania się osób starszych z ról społecznych i odchodzenie od ich dotychczasowych aktywności, także tych przydzielanych im przez społeczeństwo. W tym kontekście, zdaniem P. Czekanowskiego, perspektywa socjologiczna zawiera się w generalnym pytaniu o to, w jaki sposób człowiek stary funkcjonuje w społeczeństwie. Autor podkreśla także znaczenie tego naukowego spojrzenia, akcentując „duże możliwości tkwiące w wyobraźni i myśli socjologicznej, które można wykorzystać do pogłębienia wiedzy na temat starzejącego się społeczeństwa i wyzwań z tym związanych” (Czekanowski, 2012, s. 299). Wśród najważniejszych z owych wyzwań wymienia przede wszystkim dominującą i głęboko zakorzenioną stereotypową wizję ludzi starych, tendencję do przedstawiania starości jako problemu społecznego, konieczność weryfikowania mitów na jej temat oraz potrzebę ukazywania dynamiki przemian społecznych w tym kontekście (Czekanowski, 2012, s. 66).

W obliczu intensywnych zmian społecznych i kulturowych redefinicji ulegają zarówno sposoby rozumienia i doświadczania starości, jak i dotychczas przypisywane jej znaczenia, które w świetle nowych realiów tracą swoją wyjaśniającą moc. Proces starzenia się jednostki, podobnie jak samo zjawisko starości, ulega obecnie wieloaspektowym przekształceniom, dokonującym się zarówno na poziomie indywidualnym, jak i społecznym, dlatego zachodzi, jak zauważa P. Czekanowski, „potrzeba rozpoznawania istoty różnorodnych zmian zachodzących w przyrastającej liczebnie zbiorowości ludzi starych oraz studiowania często zupełnie nowych zagadnień mających związek z tymi zmianami” (Czekanowski, 2010, s. 41). Potencjał i wkład socjologii starości mogą mieć zatem szczególne znaczenie dla zrozumienia procesów starzenia się społeczeństw oraz stanowić odpowiedź na towarzyszące im wyzwania.

Marek Ziółkowski wskazuje na różne sposoby uprawiania socjologii we współczesnym świecie i wyróżnia cztery podstawowe podejścia do tej dyscypliny. Pierwszy typ odnosi się do „czystej nauki”, czyli teorii socjologicznej, której celem jest

formułowanie ogólnych twierdzeń oraz konstruowanie modeli zjawisk społecznych. Drugi sposób obejmuje teoretyczne ujęcie rzeczywistości społecznej, które nie tylko umożliwia jej lepsze zrozumienie i wyjaśnienie, ale także pozwala na wyciąganie wniosków praktycznych prowadzących do jej zmiany. Trzeci typ dotyczy zastosowania wiedzy socjologicznej w pozaakademickich debatach merytorycznych, „w diagnozie wycinków rzeczywistości społecznej oraz w przewidywaniu możliwych kierunków zmian społecznych, będących wynikiem zarówno procesów spontanicznych i działań oddolnych, jak i odgórnych decyzji podejmowanych przez rozmaite gremia i instytucje” (Ziółkowski, 2015, s. 7). Typ czwarty, natomiast odnosi się do wykorzystywania fragmentów wiedzy socjologicznej w przekazach medialnych. W opinii M. Ziółkowskiego jedynie drugi i trzeci sposób realizują rzeczywistą misję socjologii, której „sensem [...] jest dialog i ścisła współpraca pomiędzy typem drugim i trzecim – uprawianie takiej teoretycznej refleksji socjologicznej, która pozwala lepiej zrozumieć społeczeństwo i pomóc temu społeczeństwu, by lepiej i bardziej zrozumiało samo siebie” (Ziółkowski, 2015, s. 8). Poznanie i zrozumienie społeczeństwa stanowią podstawowy cel socjologii. Analiza socjologiczna powinna dostarczać interesujących i odkrywczych spostrzeżeń przede wszystkim o własnym społeczeństwie. Nie jest to jednak zadanie łatwe, ponieważ socjolog bada obszary doświadczenia znane mu z potocznego, codziennego życia, które często wydają się oczywiste i niebudzące wątpliwości. M. Ziółkowski pisze: „na temat rzeczywistości społecznej funkcjonuje wiele stereotypów, tworzy się pośpieszne uogólnienia, formułuje propagandowe sądy, ulega przesądom i resentymentom. Socjolog musi starać się uwolnić od tego balastu. Analiza socjologiczna powinna umieć przeniknąć fasadowe pozory, podważyć zarówno propagandowe hasła, jak i zdroworozsądkowe oczywistości, odsłonić rzeczywiste mechanizmy, zejść do czynników istotnych, które są zwykle ukryte, leżą pod powierzchnią zjawisk” (Ziółkowski, 2015, s. 14). Powyższe rozważania, obok rzeczywistych wyzwań stojących przed socjologicznym sposobem badania świata, wskazują jednocześnie jego niebagatelny potencjał, wynikający z nieustannie aktualizującego się i poszukującego charakteru. Dzięki temu perspektywa ta zachowuje zdolność wyjaśniania i rozumienia roli kontekstu społecznego procesu starzenia się, który znacząco wpływa zarówno na struktury społeczne i kształtowanie się relacji międzyludzkich, jak i indywidualne doświadczenia jednostek. Starzenie się jest zatem wielowymiarowym zjawiskiem społecznym, które obejmuje zarówno zmieniające się role społeczne jednostki, jak i transformacje całych struktur społecznych.

Starość jako fenomen społeczny toczy się wśród ludzi, a posługując się sformułowaniem Piotra Sztompki, „w polach wzajemnych relacji”. To, co dzieje się

między ludźmi, stanowi jego zdaniem, „przedmiot właściwy tylko dla socjologii [...], która bada zdarzenia społeczne zachodzące w przestrzeni międzyludzkiej [...]. Zjawiska społeczne stanowiące empiryczny materiał socjologii przejawiają się w życiu codziennym ludzi” (Sztompka, 2012, s. 9). Według Elżbiety Dubas współczesność skłania do poszukiwań humanistycznej wizji starości, opartej na godności osoby starszej i postrzeganiu jej w sposób holistyczny. Wizja ta, jak podkreśla autorka „wynika z jednostkowego doświadczania pełnego cyklu życia, zazębiania się doświadczeń na przestrzeni całego życia i splotu jednostkowych doświadczeń z bogatym spektrum wewnętrznych i zewnętrznych uwarunkowań starości i procesów starzenia się” (Dubas, 2024, s. 9). W tym kontekście spojrzenie socjologiczne może odpowiadać na podobne oczekiwania, jak zauważa P. Sztompka: „Jest socjologia refleksją humanistyczną, ponieważ ma, tak jak cała humanistyka, do czynienia z obiektami obdarzonymi znaczeniem, sensem: ludźmi, ich działaniami i wytworami takich działań. Bada świat, który by nie istniał, gdyby nie było ludzi, i który istnieje o tyle, o ile coś dla ludzi znaczy. Odkrycie znaczeń, zarówno subiektywnych, prywatnych jak i kulturowych, wspólnych z innymi, zawartych w ludzkich działaniach, wymaga szczególnej procedury interpretacji, rozumienia, hermeneutyki (Sztompka, 2012, s. 8).

Proces starzenia się społeczeństw wiąże się z szeregiem wyzwań, szybkie tempo wzrostu odsetka osób starszych, wydłużanie życia, coraz mniejsza liczba urodzeń oraz spadek ogólnej liczby ludności to czynniki, które istotnie wpływają na kształt rzeczywistości społecznej. Oddziałują one zarówno na całościową politykę państwa, jak i społeczne znaczenie osób starszych, P. Czekanowski zwraca uwagę: „skoro ludzie starzy nie tylko stanowią istotny element struktury społecznej, ale w zróżnicowanych sferach współtworzą życie społeczne. Trudno chyba sobie uzmysłwić możliwość funkcjonowania społeczeństwa bez aktywnego udziału w nim najstarszych pokoleń” (Czekanowski, 2012, s. 297). Tylko głębsze zrozumienie starości jako takiej, zwłaszcza w jej jednostkowym wymiarze, pozwoli skuteczniej budować nowe strategie społecznego funkcjonowania. Zdaniem P. Sztompki, socjologia kieruje swoje ustalenia do trzech adresatów: innych socjologów, decydentów i zwykłych obywateli. To jednak ci ostatni – członkowie społeczeństwa, stanowią jej najważniejsze audytorium. Z tego względu, zagadnienia podejmowane przez socjologów powinny odpowiadać rzeczywistym problemom społecznym, związanym z obawami i troskami codziennego życia. Jak tłumaczy: „[...] po pierwsze, potrzebne im jest lustro, w którym mogą zobaczyć własne, otaczające ich społeczeństwo, [...] po drugie, ludzie potrzebują mapy, która pokażełaby miejsce w świecie,

w którym znajdują się sami i ich społeczeństwo, [...] po trzecie, ludzie potrzebują okna, przez które zobaczyliby inne społeczeństwa niż własne, inne kultury, inne cywilizacje, inne sposoby życia i mogli się z nimi skonfrontować (Sztompka, 2012, s. 12).

P. Czekanowski analizując podejście socjologii do starości, szczególnie podkreśla wagę punktu widzenia osób starszych, pisząc, że „socjologowie starości za punkt wyjścia przyjmują bowiem to, że starość jest zjawiskiem ciekawym, bo ulega zmianom i wpływa na zachowania społeczne. Oczywiście mają oni przy tym świadomość, że zmiany te mogą różnie przebiegać w poszczególnych społeczeństwach czy kulturach, [...] chcą rozpoznawać zachodzące tu procesy i dowiedzieć się, jak są one widziane z perspektywy osób starych” (Czekanowski, 2012, s. 59). W konsekwencji, starość jako kategoria wrażliwa na nieustannie zmieniający się kontekst społeczny w naturalny sposób staje się obiektem zainteresowania socjologii. Martin Slattery zauważa, że socjologia starości nie koncentruje się już wyłącznie na procesie starzenia się jednostek. Wydłużająca się długość życia prowadzi bowiem do cichej rewolucji społecznej: społeczeństwa dostosowują swoje struktury w taki sposób, aby lepiej odpowiadać na potrzeby i oczekiwania zarówno tych, którzy sprzyjają starzeniu się, jak i możliwych, „bezwiekowych” społeczeństw przyszłości, w których granice wieku mogą ulegać zatarciu (Slattery, 2022).

W obliczu wyzwań wymagających nowego spojrzenia na ostatni etap życia człowieka, socjologowie starości zwracają szczególną uwagę na bogactwo możliwości tkwiące w wyobraźni socjologicznej, dostrzegając w niej klucz do głębszego zrozumienia tego okresu (Morgan & Kunkel, 2007; Czekanowski 2012; Slattery, 2022). W ujęciu P. Sztompki wyobraźnia socjologiczna „to zdolność wiązania wszystkiego, co dzieje się w społeczeństwie, z warunkami strukturalnymi, kulturalnymi i historycznymi oraz z działaniami podejmowanymi w tych warunkach przez podmioty indywidualne i zbiorowe, które w efekcie kształtują świat społeczny w całej jego złożoności i różnorodności” (Sztompka, 2002, s. 39). Zygmunt Bauman zauważa, że „surowcem jaki przetwarza wyobraźnia socjologiczna, jest ludzkie doświadczenie. Jej końcowy produkt, nazywanym ‘rzeczywistością społeczną’, to forma wytopiona z rudy doświadczenia” (Bauman in., 2014, s. 11). Wyobraźnia socjologiczna odgrywa istotną rolę w kształtowaniu samoświadomości współczesnego człowieka. Jej największą wartością jest możliwość umieszczenia osobistego doświadczenia w szerszym kontekście społecznym i historycznym. Jak pisał twórca tej koncepcji C. Wright Mills: „wyobraźnia socjologiczna pozwala zrozumieć historię i biografię oraz relacje zachodzące między nimi w ramach społeczeństwa. Oto jej zadanie i obietnica” (Mills, 2007, s. 53). Wiodące dla wyobraźni socjologicznej jest

rozdzielenie między indywidualnymi trudnościami jednostki, określanymi jako „osobiste troski środowiska”, a szerzej zakrojonymi problemami zakorzenionymi w strukturze społecznej, czyli „publicznymi problemami występującymi w strukturze społecznej”. To właśnie ono pozwala dostrzec, w jaki sposób wielkie procesy społeczne znajdują swoje odzwierciedlenie w codziennym życiu jednostek (Mills, 2007, s. 55). Zdaniem Michaela Hviida Jacobsena i Keitha Testera, wyobraźnia socjologiczna stawia określone wymagania wobec osoby, która pragnie z niej korzystać. Przede wszystkim konieczne jest dokonanie opisu „epoki”, który tworzy tło dla działań jednostek i może znacząco wpływać na ich życie. Ponadto, jej zastosowanie wymaga umiejętności empatycznego wczuwania się w doświadczenia jednostek, aby lepiej zrozumieć ich codzienność i funkcjonowanie w społeczeństwie. Jak wskazują autorzy: „używanie wyobraźni socjologicznej wymaga nastawienia na relacje, dialog i rozmowę, a nie prawdy i monologi. Oznacza to, że nie można ukrywać się za murem, trzeba natomiast zaakceptować swój udział w świecie społecznym. Prace napisane z tej perspektywy skłaniają do myślenia, prowokują, irytują albo bawią. Czytając o ‘nich’ albo o ‘nas’ dowiadujemy się czegoś o własnym ‘ja’” (Bauman i in., 2014, s. 15). Leslie Morgan i Suzanne Kunkel zachęcają do pogłębionej analizy zjawiska starości, ujmowanego z różnych perspektyw i na wielu poziomach (osobistego, rodzinnego, wspólnotowego, społecznego), ponieważ ich zdaniem „jeśli rozwiniesz nowe zrozumienie własnych postaw wobec osób starszych, dzięki dowiedzeniu się, jak społeczeństwa konstruują znaczenia przepisywane starości doświadczysz wyobraźni socjologicznej” (Morgan & Kunkel, 2007, s. 19).

Wypełnia także starość obszar socjologii życia codziennego która – jak podkreśla Sztompka – oznacza „spojrzenie od środka, od samego centrum życia społecznego, jakim jest zwyczajna, codzienna, społeczna egzystencja ludzi” (Sztompka, 2008, s. 47), która łączy w sobie tak jej oczywistość, jak i złożoność. Podobnie jest ze zjawiskiem starości, z jednej strony wydaje się etapem życia, którego nadejście jest nieuniknione i przewidywalne, z drugiej zaś okazuje się pełna doświadczeń, znaczeń i wyzwań, które ujawniają się dopiero w codziennym przeżywaniu. Socjologia życia codziennego to nie tylko określona problematyka badawcza, ale także cenny instrument poznawczy. Jej ambicją jest dostarczenie pogłębionego rozumienia oraz interpretacji tego, co zwykle dzieje się w sposób nieuświadomiany i powtarzalny. Dąży ona do ujawniania charakterystycznych dla danego społeczeństwa i czasu praktyk, schematów oraz rytuałów, które organizują codzienność jednostek i zbiorowości. W tym sensie starość nie jest jedynie tematem badania, lecz także obszarem, który dzięki tej perspektywie może zostać głębiej poznany – „aktualnie sposobem

na badanie rzeczywistości społecznej jest właśnie szukanie struktur lub ich fragmentów w epizodach życia codziennego, które dotychczas socjologia sytuowała raczej 'na zewnątrz', reifikując je i stawiając poza człowiekiem" (Bogunia-Borowska, 2008, s. 90). To szczególnie istotne, ponieważ starość bywa traktowana jako coś oczywistego i przewidywalnego, a dopiero analiza codziennych praktyk, powtarzalnych sekwencji działań czy stylów życia ujawnia jej złożoność oraz różnorodne sposoby społecznego osadzania. Jak pisze P. Sztompka, „dostrzeżone mogą być sprawy dotąd niedostrzegalne” (Sztompka, 2008, s. 48).

Socjologia starości, poprzez umiejscawianie jednostkowych doświadczeń w szerokim kontekście społecznym i historycznym, zyskuje zatem szczególne znaczenie we współczesnym świecie, w którym proces starzenia się ludności staje się jednym z zasadniczych wyzwań społecznych. Wobec takiej skali przemian i rosnącej potrzeby przełamywania stereotypów dotyczących wieku, staje ona przed zadaniem wypracowania nowych ram interpretacyjnych. Stąd Martin Slattery postuluje: „socjologia starości musi zostać wyprowadzona z 'socjologicznego chłodu' i nie tylko zająć swoje miejsce przy wysokim stole nauk społecznych, ale zostać uznana za podstawę nowego paradygmatu [...], potrzebnego do wyzwolenia osób starszych z tradycyjnych stereotypów wieku, przywracając je do aktywnego życia w głównym nurcie społeczeństwa oraz zachęcając i umożliwiając im wspieranie młodszych pokoleń w skutecznym poruszaniu się po chaotycznym świecie” (Slattery, 2022, s. 6).

Poza refleksją teoretyczną nad rolą socjologii jako dyscypliny zdolnej odpowiadać na wyzwania starzejących się społeczeństw, istotny pozostaje także jej dorobek badań empirycznych nad starością. W Polsce realizowano takie o zasięgu ogólnokrajowym, mające charakter wieloaspektowy i interdyscyplinarny. Koncentrowały się one na warunkach życia osób starszych, relacjach rodzinnych, uczestnictwie w życiu zbiorowym oraz wyzwaniach dla polityki społecznej. Przykładem takich przedsięwzięć są m. in.: pierwsze w Polsce ogólnopolskie badania socjologiczne dotyczące sytuacji społeczno-ekonomicznej i zdrowotnej osób starszych, pod kierunkiem Jerzego Piotrowskiego (1966–1968). Ich wyniki dostarczyły podstawowych danych na temat warunków życia seniorów i stały się punktem odniesienia dla dalszych analiz w tym obszarze (Szatur-Jaworska i in., 2006). Interdyscyplinarna i obejmująca szeroką skalę analiza sytuacji osób starszych w Polsce po transformacji ustrojowej *Polska starość* (2000) pod kierunkiem Brunona Synaka. W tych badaniach szczególny nacisk położono na zróżnicowanie społeczne i kulturowe starości oraz na znaczenie kontekstu lokalnego w procesie starzenia się. Wyniki pozwoliły ukazać, jak

starość jest postrzegana i doświadczana w warunkach dynamicznych zmian społecznych (Synak, 2002). Następnie, wielodyscyplinarny projekt badawczy w dwóch odsłonach. PolSenior (2007–2012) pod kierunkiem Piotra Błędowskiego, obejmował aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne, a co za tym idzie pozwolił na kompleksowe rozpoznanie sytuacji osób starszych w Polsce, integrując perspektywę zdrowotną z analizą warunków życia i funkcjonowania społecznego seniorów (Mossakowska i in. 2012). Jako kontynuacja – PolSenior 2 (2018–2020) pod kierunkiem Tomasza Zdrojewskiego umożliwił uchwycenie zmian w sytuacji osób starszych w Polsce na przestrzeni dekady. Oprócz wymiarów medycznych i demograficznych duży nacisk położono na kwestie społeczne, w tym aktywność seniorów, ich uczestnictwo w życiu zbiorowym, relacje międzypokoleniowe oraz wyzwania związane z opieką i wsparciem. Wyniki podkreśliły rosnące znaczenie polityk społecznych wobec starości i potrzebę dalszych badań w tym obszarze (Błędowski i in., 2021).

Obecnie, obok szerokiego ujęcia problematyki starzenia się, coraz większego znaczenia nabiera analiza starości w jej jednostkowym, subiektywnym wymiarze. Zdaniem Julii Twigg i Wendy Martin podejście to wiąże się ze „zwrotem kulturowym”, który otworzył nowe perspektywy badawcze także w ramach socjologii starości. U jego źródeł leżą dwa powiązane procesy: po pierwsze teoretyczno-epistemologiczny, związany z rozwojem nurtów postmodernistycznych i poststrukturalistycznych, które podważyły wcześniejsze ujęcia starości oparte na obiektywizujących, medycznych czy chronologicznych definicjach, kierując uwagę ku podmiotowości, indywidualizacji i kulturowej płynności doświadczenia wieku. Po drugie społeczno-historyczny, wynikający z przeświadczenia, że w warunkach ponowoczesności sam charakter świata społecznego uległ zasadniczej zmianie. Jak podkreślają autorki: „W odniesieniu do starzenia wskazuje na to tzw. ‘teza rekonstrukcji starzenia się’, zgodnie z którą doświadczenie wieku stało się bardziej zróżnicowane, mniej osadzone w strukturach społecznych, a coraz silniej kształtowane przez zjawiska kulturowe, takie jak na przykład konsumpcja” (Twigg & Martin, 2015). Ta kulturowa perspektywa, zdaniem J. Twigg i W. Martin, pojawiła się także jako odpowiedź na dominację ujęcia problemowego w badaniach nad starością, w których akcentowano przede wszystkim społeczne obciążenia. Stanowi ona również próbę uzupełnienia braków w socjologicznej analizie starości, którą tradycyjnie pozostawiano pracy socjalnej i polityce publicznej. Procesy te można postrzegać jako dążenie do stworzenia adekwatnej socjologii starości – koncentrującej się na całym cyklu życia, włączającej badania nad starością w szerszy kontekst oraz redukującej postrzeganie

wieku jako kategorii odrębnej i izolowanej. Jednocześnie perspektywa ta osłabia procesy homogenizacji osób starszych, sprowadzanych do jednej tożsamości „starych”, poszerzając tym samym wyobraźnię socjologiczną (Twigg & Martin, 2015). Na podobne przemiany zwracają uwagę Ch. Gilleard i P. Higgs, podkreślając, że starość, będąca procesem silnie uspołecznionym, zyskała wymiar bardziej złożony i niejednoznaczny, przejawiając się w odmienny sposób na różnych etapach życia i będąc interpretowaną z wielu perspektyw. A odkąd starość zaczęła być przewidywanym etapem dorosłego życia, proces starzenia przestał być możliwy do wyjaśnienia jako doświadczenie jednolite czy wspólne. Autorzy wskazują, że centralność i powszechność tego zjawiska pogłębiają sprzeczności, które starość w sobie zawiera, a jednocześnie podważają – ich zdaniem – przestarzałe kryteria socjologicznego zainteresowania starością, utożsamiające ją wyłącznie z brakiem i utratą (Gilleard & Higgs, 2014). Wobec tak nakreślonego obszaru refleksji, w którym sytuują się współczesne badania nad starością, szczególnego znaczenia nabierają jakościowe analizy doświadczeń osób starszych, także w ujęciu socjologicznym. Koncentrując się na perspektywach i przeżyciach jednostek, pozwalają one uchwycić zarówno złożone procesy społeczne związane ze starzeniem się populacji, jak i wieloaspektowość samego procesu starzenia, odsłaniając przy tym jego kulturowe i społeczne konteksty wpisane w codzienne życie. Takie podejście stanowi punkt wyjścia dla moich badań, które koncentrują się na indywidualnych doświadczeniach i sensach przypisywanych temu etapowi życia, ukazując przy tym, jak nadawane mu znaczenia kształtują się i zmieniają w relacjach społecznych wobec dokonujących się przemian społecznych i kulturowych. Założenia te wpisują się w nurt socjologii jakościowej, rozumianej jako „perspektywa zarówno opisu, jak i rozumienia, a czasami również wyjaśnienia przyczyn zjawisk społecznych, [...] która nie ogranicza się tylko do użycia specyficznych dla siebie technik i metod badania. [...] Jest ona raczej jakościowym sposobem myślenia o ludzkim doświadczeniu, drogą naukowej oraz ‘intersubiektywnej empatii’, która pozwala dotrzeć do znaczenia doświadczeń indywidualnych i grupowych tak zwanego ‘zewnętrznego świata’” (Konecki, 2012, s. 10).

Wielu gerontologów społecznych wskazuje na potrzebę intensywniejszego rozwoju jakościowych badań nad starością (Synak, 1997; Stypińska, 2010; Czekanowski, 2012; Fabiś, 2018; Łuszczyńska, 2020; Muszyński, 2020). Pozwalają one bowiem uchwycić subiektywny wymiar starzenia się, który nie daje się sprowadzić do obiektywnych wskaźników i diagnoz. Jak zauważa E. Dubas: „Wydaje się, że wszystkie przejawy życia w starości, choć niewątpliwie często stymulowane z zewnątrz, ‘przechodzą’ przez

wewnętrzny świat człowieka, przez jego osobisty, subiektywny odbiór. W czasie nasilenia się tendencji podmiotowych we współczesnych społeczeństwach wyraźniej akcentowane jest też znaczenie owego subiektywnego odbioru rzeczywistości” (Dubas, 2016a, s. 18). Przykładem takiego podejścia są badania J. Halickiego, który w pracy *Obrazy starości rysowane przeżyciami seniorów* (2010) podejmuje próbę uchwycenia wizji starości w przeżyciach osób starszych. Autor rozważa stosunek badanych do świata zewnętrznego i własnego „ja”, a także proponuje typologię postaw wobec starości, ukazując różnorodność sposobów jej przeżywania. Nieco inne są badania Danuty Krzysztofiak, przedstawione w studium *Oblicza starości w perspektywie lokalnej. Studium socjopedagogiczne* (2016). Autorka, obok analizy socjodemograficznych uwarunkowań sytuacji życiowej osób starszych, wzbogaciła swoje badania o perspektywę jakościową i zebrała osobiste refleksje badanych osób starszych na temat starości, poszukując czynników warunkujących jej pomyślny przebieg. Na tej podstawie zaproponowała model starości pomyślnej, labilnej i niepomyślnej, ukazując zróżnicowanie doświadczeń tej fazy życia. Szczególnie cenne w kontekście podejmowanej przeze mnie problematyki są natomiast badania Beaty Bugajskiej, przedstawione w monografii *Tożsamość ludzi starych* (2005). Autorka skoncentrowała się na problematyce poczucia tożsamości osób starszych i wskazała czynniki wpływające na ich integralność, wartości wyznaczające codzienne wybory oraz projekty dotyczące przyszłości. Analizy ukazały złożoność doświadczeń starości – od trudności związanych z samotnością, izolacją czy społecznymi uprzedzeniami, po pozytywne aspekty wieku sędziwego, takie jak mądrość, dojrzałość czy rozwój duchowy.

Pozostając przy socjologicznym, badawczym spojrzeniu na starość, istotne są także badania Małgorzaty Halickiej, podejmujące problematykę jakości życia i satysfakcji życiowej osób starszych. W pracy *Satysfakcja życiowa ludzi starych. Studium teoretyczno-empiryczne* (2004) autorka pokazała, że poziom zadowolenia z życia w starości nie jest prostą konsekwencją wieku metrykalnego, ale kształtuje się na styku rezultatem czynników obiektywnych i subiektywnych. Satysfakcja życiowa zależy nie tylko od sytuacji materialnej, stanu zdrowia czy warunków życia, ale także od indywidualnych ocen własnej biografii, poczucia spełnienia oraz jakości więzi społecznych.

Takie rozpoznania podkreślają potrzebę dalszego zgłębiania starości w perspektywie osób, które jej doświadczają. Jestem zatem przekonana, że moje własne badania wpisują się w ten nurt poszukiwań, zmierzających do uchwycenia obrazu starości z perspektywy samych osób starszych, a poprzez koncentrację na jednostkowych

doświadczeniach i sensach nadawanych temu etapowi życia mogą stanowić próbę włączenia ich głosu w szerszą refleksję nad społecznymi wymiarami starzenia się.

1.1.1. Tożsamość społeczna jednostki jako kategoria socjologiczna

Wybraną problematykę badawczą osadziłam w ramach socjologii, która umożliwia zrozumienie wpływu kontekstu społecznego na proces starzenia się, zwłaszcza w obliczu dynamicznych przemian społecznych. W obrębie tej dyscypliny szczególne znaczenie ma kategoria tożsamości społecznej jednostki, którą Zbigniew Bokszański określa jako „niezbędne, a być może wręcz kluczowe narzędzie pojęciowe w analizach sytuacji człowieka oraz w próbach wyjaśnienia i zrozumienia najistotniejszych fenomenów społecznych naszych czasów” (Bokszański, 1989, s. 6). Bronisław Misztal podkreśla, że „w przypadku procesów identyfikacji oraz ich socjologicznego odwzorowywania za pomocą pojęcia tożsamości mamy do czynienia z jakościowo nowym zjawiskiem intelektualnej konceptualizacji, które umożliwia bardziej dogłębne budowanie wiedzy o świecie społecznym” (Misztal, 2000, s. 144). Jego zdaniem w socjologii, tożsamość wiąże się z odkryciem, że pozycja jednostki w społeczeństwie kształtowana jest przez złożone mechanizmy odniesienia i samoidentyfikacji. Obejmuje to zarówno indywidualne definiowanie własnej roli, jak i uwewnętrznienie jej wyobrażenia, zakorzenionego w tradycji oraz normach społecznych. Jak wskazuje Irena Machaj tożsamość społeczna jest pojęciem wielowymiarowym i złożonym, którego znaczenie w ujęciu socjologicznym odnosi się do różnorodnych kontekstów społecznych i kulturowych. Analizując poznawczą wartość tej kategorii społecznej, należy uwzględnić jej dwojakie odniesienie. Z jednej strony, dla badaczy zajmujących się analizą życia zbiorowego, tożsamość społeczna stanowi fundamentalny obiekt zainteresowania badawczego. Jednocześnie warto zauważyć, że pytanie „kim jestem?” nie jest jednakowo często i w jednakowym stopniu refleksyjnie formułowane przez wszystkie jednostki. Nie każda odczuwa potrzebę pogłębionej autorefleksji i samopoznania, a także stopień tej potrzeby może się znacząco różnić. Odmienności te wynikają między innymi z poziomu świadomości społecznej oraz indywidualnego osadzenia w strukturach społeczno-kulturowych. Kluczowym zagadnieniem staje się więc pytanie o to, które grupy społeczne wykazują szczególną wrażliwość na problematyczność własnej tożsamości. Złożoność, która pojawia się szczególnie wtedy, gdy dotychczasowy sposób postrzegania siebie okazuje się niewystarczający lub nieprzystający do wymagań współczesnego świata z racji przyspieszającego tempa życia oraz gwałtownych zmiany społecznych i kulturowych, które

dokonują się już nie w ramach pokoleniowych, lecz w znacznie krótszych, dekadowych okresach (Machaj, 2017). Innym sposobem podejścia do kategorii tożsamości społecznej, poza uznaniem jej jako istotnego problemu poznawczego samego w sobie, jest takie jej traktowanie, w którym tożsamość społeczna stanowi narzędzie do zgłębiania innych zjawisk społecznych. W tym rozumieniu wiedza socjologiczna dotycząca tożsamości – na przykład dotycząca dominujących kategorii poznawczych, zakresu stosowanych przez osoby starsze w konstruowaniu obrazu siebie, częstotliwości ich użycia, a także struktury tożsamości (czy tworzy ona spójny system, czy raczej luźny zbiór elementów) – może dostarczyć istotnych informacji o różnych zjawiskach społecznych. I. Machaj pisze: „oczywiście, to wnioskowanie jest obarczone sporym ryzykiem błędu, niemniej jednak są pewne szanse, by z twierdzeń o tożsamości społecznej jednostek (w danym czasie i miejscu) wyprowadzać hipotezy dotyczące zjawisk ponadjednostkowych. Ta wiedza ma więc istotne walory heurystyczne, pozwala i inspiruje zarazem do formułowania hipotez o znacznie szerszym zasięgu społecznym i kulturowym, które jednak mają ramy historyczne” (Machaj, 2017, s. 29). Zdaniem autorki podstawą dla takiego ujęcia jest założenie socjologiczne, zgodnie z którym sposób, w jaki jednostka postrzega samą siebie, jest ściśle powiązany z jej sposobem rozumienia innych ludzi oraz całego świata społecznego. Te dwa procesy – konstruowania własnej tożsamości i interpretowania rzeczywistości społecznej – nie zachodzą niezależnie, lecz są ze sobą sprzężone i współwystępują na jednej osi. Nie chodzi tu jedynie o stosowanie tych samych kategorii w analizie siebie i innych, ale także o głęboką paralelność między pojmowaniem własnej tożsamości a rozumieniem świata zewnętrznego. Kluczowym zagadnieniem jest więc wzajemna zależność między sposobem postrzegania rzeczywistości a samoświadomością jednostki. Proces ten obejmuje zarówno percepcyjne porządkowanie otaczającego świata, jak i jednoczesne umiejscawianie siebie w jego obrębie. Innymi słowy, sposób, w jaki jednostka organizuje obraz społecznej rzeczywistości, jest jednocześnie wyrazem jej własnej tożsamości i pozycji w społeczeństwie (Machaj, 2017).

Obszerna literatura socjologiczna poświęcona zagadnieniu tożsamości ujawnia jej wielowymiarowy i złożony charakter, a także wskazuje na trudności związane z jednoznacznym jej ujęciem zarówno w aspekcie teoretycznym, jak i badawczy. Problematyka podmiotu oraz przedmiotu odniesienia tożsamości – czy dotyczy ona jednostki, grupy, zbiorowości, narodu albo kultury – nadal stanowi źródło licznych dylematów i polemik w dyskursie naukowym (Marody, 2015; Bokszański, 2008; Paleczny, 2008; Golka, 2012; Machaj, 2017; Smolarkiewicz, 2019). Tożsamość jednostki obejmuje zarówno jej relację z samą sobą, jak i powiązania ze światem zewnętrznym, w tym z innymi

ludźmi, co znajduje odzwierciedlenie w jej tożsamości społecznej – rozumianej w sposób, w jaki jednostka ją postrzega, odczuwa i rekonstruuje. Jak zauważa Marian Golka, tożsamość społeczna wywiera istotny wpływ na tożsamość indywidualną, kształtując samoocenę oraz determinując dążenia jednostki – zarówno te związane z utrzymaniem i umocnieniem dotychczasowej tożsamości, jak i te prowadzące do jej modyfikacji, przekształcenia lub nawet całkowitego przeformułowania (Golka, 2006, s. 19).

W ramach socjologicznych analiz tożsamość społeczna jednostki rozpatrywana jest na dwa sposoby: jako zdolność do określenia własnej pozycji w świecie społecznym, uwzględniającą zarówno odróżnienie się od innych, jak i identyfikację z określoną grupą lub zbiorowością. Jak zauważa I. Machaj, w badaniach nad tożsamością społeczną stosuje się dwa podejścia – zobiektywizowane oraz subiektywne. Pierwsze z nich ujmuje tożsamość jako zewnętrze dostrzegalny sposób bycia, wynikający z przyjętych wzorów zachowań i ocen otoczenia (Smolarkiewicz, 2019, s. 10). Drugie natomiast koncentruje się na wewnętrznej perspektywie jednostki, obejmującej jej samoświadomość oraz sposób postrzegania własnego miejsca w społeczeństwie (Machaj, 2017). Według badaczki kategoria tożsamości społecznej, zakorzeniona w nominalistycznym podejściu metodologicznym, opiera się na trzech zasadniczych aspektach: „koncentracji na świadomościowej tkance życia społecznego, głębokiej podmiotowej orientacji badawczej oraz relacyjnym charakterze tożsamości” (Machaj, 2017, s. 20). Autorka podkreśla, że istotną rolę w procesie kształtowania tożsamości odgrywa podmiotowość – jednostka nie tylko rozpoznaje siebie w kontekście społecznym, ale także aktywnie kształtuje swoją samoświadomość – refleksyjnie odnosząc się do siebie jako „istoty społecznej”, bo to w autoświadomości zawiera się odnoszenie siebie do struktur społecznych oraz relacje z otoczeniem. Tożsamości jednostki można rozpatrywać tylko wtedy, gdy jest ona podmiotem społecznym, co oznacza, że podejmuje konkretne działania w określonym kontekście społecznym, dla którego jej aktywność ma znaczenie. Ten twórczy i świadomościowy charakter tożsamości wyraża się w stwierdzeniach „porzucanie tożsamości”, „podtrzymywanie tożsamości”, „ochrona tożsamości”. Proces ten można analizować w dwóch wymiarach. Po pierwsze jako świadome działania jednostki, których celem jest osiągnięcie określonych rezultatów społecznych. Po drugie jako interakcję z istniejącymi strukturami społecznymi, które mogą wspierać lub ograniczać możliwości jednostkowego sprawstwa. I. Machaj zaznacza, że skuteczność tych działań zależy nie tylko od indywidualnej aktywności jednostki, ale również od stopnia elastyczności i gotowości struktur społecznych na zmiany (Machaj, 2017). Autorka podkreśla także relacyjny

charakter tożsamości, wskazując, że jej kształtowanie odbywa się w kontekście społecznych interakcji. Samowiedza jednostki wynika zarówno z rzeczywistych relacji z innymi, jak i z relacji wyobrażonych, konstruowanych w świadomości jednostki. To w tych dynamicznych interakcjach, zarówno realnych, jak i symbolicznych, jednostka definiuje i przekształca swoją pozycję w społeczeństwie (Machaj, 2017).

1.2. Konstrukcjonizm społeczny – perspektywa badawcza

Każde badanie naukowe powinno opierać się na solidnych podstawach teoretycznych. Jak zauważa M. Muszyński „badania, które nie są zakorzenione w teorii, mają niewielki bądź żaden wpływ na społeczność badaczy. Fakty pozostawione na poziomie empirycznej generalizacji niczego nie dowodzą” (Muszyński, 2011, s. 199). Proces starzenia się i starości stanowią złożone, wielowymiarowe zjawisko, którego analiza wymaga interdyscyplinarnego podejścia teoretycznego. Dotychczasowe teorie uniwersalistyczne, takie jak teoria aktywności czy teoria wycofania, przyczyniły się do uproszczonego postrzegania tego procesu (Muszyński, 2011). Współczesne koncepcje starzenia koncentrują się na wybranych aspektach tego zjawiska, dostarczając różnorodnych, choć fragmentarycznych wyjaśnień. J. Halicki podkreśla, że w socjologii starzenia nie istnieje jedna teoria obejmująca całość zjawisk społecznych związanych ze starością. Każda z dotychczasowych koncepcji koncentruje się na wybranych aspektach zachowań społecznych, pomijając inne istotne elementy rzeczywistości (Halicki, 2006, s. 257). Danuta Seredyńska, analizując „swoistość charakteru socjologicznych oraz psychologicznych teorii i koncepcji naukowych” (Seredyńska, 2013, s. 196) dokonała przeglądu refleksji teoretycznej na temat starości. W swojej pracy badała treści zgromadzone w pokonferencyjnych raportach badaczy reprezentujących różne dyscypliny naukowe, głównie psychologię, pedagogikę, socjologię i nauki ekonomiczne, które wspólnie kształtują dyskurs edukacyjny o starości. Przegląd zgromadzonych materiałów ujawnił dwa kluczowe wnioski. Po pierwsze, dominującym wątkiem rozważań okazał się pogląd, na mocy którego osoby starsze wycofują się z życia społecznego. Jego interpretacja przybiera różne formy – czasami przedstawiana jest jako konieczność dostosowania się starszych do oczekiwań młodszych pokoleń, innym razem jako świadoma decyzja jednostki, która dokonuje redefinicji swojej sytuacji zgodnie z własnymi potrzebami (Seredyńska, 2013). W ujęciu socjologicznym dyskurs dotyczący starości koncentrował się głównie na zagadnieniach związanych z przemocą, rodziną, rolami społecznymi, samotnością oraz satysfakcją

życiową. Jak zauważa D. Seredyńska, większość pojęć stosowanych w analizach ma negatywny wydźwięk. Odnoszą się one zarówno do możliwości funkcjonowania osób starszych w społeczeństwie, takich jak nierówność, przemoc czy niski status społeczny i ekonomiczny, jak i do ich indywidualnych zasobów, np. osamotnienia, poczucia zagrożenia, winy czy obniżenia sprawności. Autorka wskazuje, że sytuacje opresyjne, w jakich znajdują się osoby starsze, często postrzegane są jako wymagające interwencji otoczenia, które – zgodnie z tym założeniem – najlepiej wie, co jest dla nich korzystne. Takie podejście może jednak prowadzić do marginalizacji podmiotowości osób starszych i ich realnych potrzeb. W socjologicznym dyskursie dotyczącym starości dominują kwestie związane z „otoczeniem seniora”. Podkreśla się m.in. problem przemocy (także symbolicznej), istnienie stereotypów na temat starości oraz niewystarczającą politykę społeczną w zakresie wsparcia tej grupy wiekowej. Analizy obejmują również warunki pracy opiekunów, jednak perspektywa samych zainteresowanych często jest pomijana. Przykładem może być podejście do samotności i osamotnienia, w którym kładzie się nacisk na konieczność „ucieczki” osoby starszej przed tym zjawiskiem, rozumianej jako sposób adaptacji do zmieniających się ról społecznych. W ogólnym przekazie badań socjologicznych akcentuje się, że to otoczenie stwarza osobom starszym możliwość aktywnego i niezależnego życia – tak długo, jak jest to możliwe.

Drugim, niebagatelnym wnioskiem rozważań D. Seredyńskiej jest zdiagnozowana obecność „ściśłych gorsetów dyscyplinowych”, które nakazują skupiać się głównie psychologom na wewnętrznych warunkach osób starszych, a pedagogom pouczać je „jak dobrze się zestarzeć”. W podejściu socjologicznym, jak zauważa badaczka, uwikłanym w „dyscyplinową osobliwość” dominuje *ethos* państwa, które decyduje o tym, jakie prawa i możliwości mają osoby starsze, a także jakie obowiązki spoczywają na ich otoczeniu – o ile nie koliduje to z jego interesami, pisze: „Ono [państwo] decyduje o tym, czy i co człowiek stary powinien lub może..., jeśli otoczenie wyrazi na to zgodę, a także o tym, co powinno, a co może... jego otoczenie, jeżeli zechce, jeżeli nie koliduje to z jego interesami. Otoczenie (nie człowiek stary) jest decydentem we wszelkich sprawach seniora dotyczących kwestii jego współbywania w społeczeństwie” (Seredyńska, 2013, s. 193). Tym samym to otoczenie, a nie osoba starsza, staje się głównym decydentem w kwestiach dotyczących jego funkcjonowania w społeczeństwie.

W swoich dalszych analizach D. Seredyńska zwraca uwagę na wykorzystanie istniejących teorii socjologicznych w badaniach nad starością. Podkreśliła, że problematyka ta często opiera się na „teoriach I generacji”, czyli koncepcjach sprzed 1970 roku,

określanych mianem „wielkich teorii”. Miały one na celu wyjaśnienie procesu starzenia się zarówno na poziomie mikro-, jak i makrospołecznym, stąd krytykowane były za redukcjonizm. Charakterystyczną cechą tych teorii było osadzenie ich w dominujących wówczas paradygmatach funkcjonalizmu i strukturalizmu, czego przykładem jest teoria wycofania. Przedstawia ona starość w sposób statyczny, redukując aktywność osób starszych do pełnienia nowych, wcześniej społecznie ustalonych jako możliwych w tym wieku, ról społecznych. Teoria wycofania nie ma jednak jednoznacznie negatywnego wydźwięku, gdyż zakłada, że stopniowe wycofywanie się osób starszych z życia społecznego wynika z ich naturalnych potrzeb, a społeczeństwo dostosowuje się do tego procesu (Seredyńska, 2013). Odminną perspektywę reprezentuje teoria aktywności, która podkreśla aktywną rolę jednostki, sugerując, że osoby starsze nie tylko adaptują się do otaczającej rzeczywistości, ale także świadomie i aktywnie kształtują swoje zachowania, niezależnie od warunków zewnętrznych. Jak wskazuje D. Seredyńska, współczesne teorie socjologiczne „trzeciej generacji”, które powstały po 1985 roku, cieszą się najmniejszym zainteresowaniem badaczy. W konsekwencji, w analizach dotyczących starości wciąż dominują koncepcje, których zdolność do adekwatnego wyjaśnienia współczesnych zjawisk społecznych może budzić wątpliwości (Seredyńska, 2013). Współczesne badania dowodzą, że złożoności procesów społecznych nie da się sprowadzić do kilku uniwersalnych zasad, gdyż prowadziłoby to do nadmiernego upraszczania rzeczywistości – „okazuje się, że proces starzenia się jak i sama starość doświadczane są przez jednostkę w sposób indywidualny, zależne od trajektorii jej własnego życia i od czynników osobistych (Muszyński, 2011, s. 206). Podobny pogląd wyraża A. Fabiś, który przywołuje opinię Larsa Tornstama, który zwraca uwagę, że badania oparte na teorii aktywności, prowadzone głównie w perspektywie pozytywistycznej, doprowadziły do postrzegania starości niemal wyłącznie przez pryzmat określonych form aktywności uznawanych za gwarantujące godne starzenie się. Skutkiem tego jest ograniczenie indywidualnej podmiotowości osób starszych na rzecz narzuconych, obiektywnych norm dotyczących procesu starzenia (za: Fabiś, 2018). W odpowiedzi na te ograniczenia L. Tornstam zaproponował alternatywne podejście, odchodząc od dominujących paradygmatów badawczych. Jego teoria gerotranscendencji koncentruje się na aspektach starzenia się, które wcześniej znajdowały się poza głównym nurtem badań. W swoich założeniach wskazał kilka kluczowych wytycznych, które poszerzają rozumienie tego procesu, uwzględniając zarówno wymiar psychologiczny, jak i egzystencjalny:

- proces definiowania pojęć oraz tworzenia teorii dotyczących starości powinien należeć przede wszystkim do samych seniorów. Oznacza to przyjęcie podejścia

fenomenologicznego, w którym doświadczenia osób starszych stają się głównym źródłem wiedzy na temat starzenia się,

- badacze powinni świadomie rewidować i zastępować dominujące wartości opisujące starość innymi, alternatywnymi kategoriami, które mogą stać się fundamentem przyszłych badań, co pozwoli na bardziej holistyczne spojrzenie na życie seniorów,
- ograniczenie dominującego wpływu teorii roli oraz teorii aktywności stworzyłoby przestrzeń dla nowych koncepcji, które opierają się na filozofii i antropologii. Takie podejście mogłoby wnieść świeże spojrzenie na badania, umożliwiając lepsze zrozumienie różnorodności doświadczeń związanych ze starzeniem się,
- wraz z redefinicją pojęć dotyczących normalnego i patologicznego starzenia się należałoby również podjąć próbę wyjaśnienia, dlaczego niektóre osoby starsze nie rezygnują z utrwalonych wzorców zachowań charakterystycznych dla wieku średniego. Analiza tego zjawiska mogłaby dostarczyć cennych informacji na temat mechanizmów adaptacyjnych seniorów i ich stosunku do procesu starzenia się (Torstam, 2005, za: Fabiś, 2018, s. 49).

Przedstawione powyżej wytyczne, stanowiące swoisty manifest nowego podejścia do badań nad starością, zbiegły się w czasie z przełomem antypozytywistycznym oraz redefinicją istniejących teorii starzenia się. Od lat 90. zaczęto dostrzegać nie tylko pluralizm perspektyw w analizie tego procesu, lecz także różnorodność podejść badawczych, koncentrujących się na pytaniach „dlaczego?” i „jak?”. Dominujący dotychczas paradygmat funkcjonalno-strukturalny stopniowo tracił na znaczeniu, a jego miejsce zajmowały koncepcje akcentujące podmiotowość jednostki oraz jej interakcje społeczne. Istotnym elementem tego zwrotu stała się koncepcja społecznej konstrukcji rzeczywistości, która wpłynęła na nowe postrzeganie badań nad starzeniem się. Od tego momentu teoretyczne podejścia wykorzystywane w badaniach sytuowały się na trzech poziomach analizy: mikro, makro lub obejmowały oba te wymiary jednocześnie (Seredyńska, 2013). Jak zauważa M. Muszyński, powołując się na V. Bengstona, N. Puenty i M. Johnsona, nastąpiła „intensyfikacja analizy w skali mikro, dotyczącej subiektywnych przeżyć jednostki, oraz w skali makro, badającej struktury, które kształtują nasze życie, działanie i proces starzenia się” (Muszyński, 2011, s. 200).

Przyjmując takie podejście w badaniach nad starością, wyznaczyłam dla moich analiz określone ramy teoretyczne. Ich istotą jest przekonanie o nadrzędnej roli badanej osoby starszej oraz przyjęcie perspektywy, w której jej wiedza i doświadczenia stanowią

fundament procesu wyjaśniania i rozumienia zjawiska starości. Równie istotne było także moje postrzeganie i interpretacja rzeczywistości społecznej jako społecznie konstruowanej. W takim przypadku jako badacz nie dążyłam do odkrycia jednej, obiektywnej rzeczywistości, lecz skupiałam się na znaczeniach, jakie jednostki nadają swoim doświadczeniom oraz na danych istotnych dla zrozumienia badanej rzeczywistości (Gromkowska-Melosik, 2016; Fabiś, 2018; Muszyński, 2020). Zgodnie z zaleceniami Johna Creswella, w procesie planowania badań „należy uwzględnić założenia filozoficzne światopoglądu autora, strategię badawczą, która odpowiada temu światopoglądowi, oraz konkretne metody lub procedury badania, w których ujęcie teoretyczne realizuje się w praktyce” (Creswell, 2013, s. 30). W swojej definicji określa on światopogląd jako sposób, w jaki badacz postrzega świat i naturę badań naukowych. Jest on zbiorem fundamentalnych przekonań, które kształtują proces badawczy i mogą być nazywane paradygmatem, orientacją, perspektywą badawczą lub szeroko rozumianą metodologią badań naukowych (Creswell, 2013). Pojęcie paradygmatu w ujęciu B. Sławeckiego odnosi się natomiast do „określonego, spójnie wewnętrznie zbioru przekonań filozoficznych, dotyczących natury rzeczywistości społecznej i natury badań naukowych” (Sławecki, 2012, s. 58). Termin ten najczęściej przypisywany jest Thomasowi Kuhnowi, który, przedstawiając swoją koncepcję historii nauki, nadał mu nowe znaczenie. T. Kuhn zakładał, że „ma wskazywać na to, że pewne akceptowane wzory faktycznej praktyki naukowej – wzory obejmujące równocześnie prawa, teorie, zastosowania i wyposażenie techniczne – tworzą model, z którego wyłania się jakaś szczególna zwarta tradycja badań naukowych” (Kuhn, 2001, s. 34). W tym kontekście paradygmat stanowi dominujący sposób prowadzenia badań naukowych, przy czym w toku historycznych przemian może zostać zastąpiony nowym (Sławecki, 2012). Podobną perspektywę przedstawia A. Fabiś, wskazując, że paradygmat „odnosi się do pewnej perspektywy badawczej, w której porusza się badacz, zapewniając poprawność naukową. To powszechnie akceptowane założenia, reguły, sposoby dociekań badawczych” (Fabiś, 2018, s. 52).

W ramach przeprowadzonych przeze mnie badań jako nadrzędne podejście teoretyczne przyjąłam perspektywę konstrukcjonizmu społecznego (Berger & Luckmann, 2010). Wybór ten determinuje zatem nie tylko specyficzne procedury badawcze oraz uzasadnia zastosowanie określonej strategii badawczej, metod i narzędzi badawczych, ale tworzy także zasadniczy punkt odniesienia w procesie konceptualizacji zjawiska starości. Choć w polskim dyskursie naukowym terminy „konstrukcjonizm społeczny” i „konstruktywizm społeczny” są niekiedy stosowane zamiennie jako paronimy,

w rzeczywistości reprezentują odrębne nurty teoretyczne (Zwierżdżyński, 2012; Łuszczyńska, 2022; Muszyński, 2024). Jak wskazuje M. Muszyński, oba podejścia teoretyczne łączy wspólna baza założeń. Przede wszystkim koncentrują się one na podmiotowej roli jednostki w procesie konstruowania rzeczywistości, zarówno w jej wymiarze społecznym, jak i psychologicznym. Ponadto, obie wersje podkreślają interakcyjny charakter ludzkiego działania, które zachodzi zarówno na poziomie indywidualnym, jak i społecznym. W tych perspektywach tak samo istotną rolę odgrywa refleksyjność, uznawana za niezbędny element pozwalający na zrozumienie otaczającego świata. Istotnym założeniem jest także współistnienie wielu rzeczywistości, w ramach których można przyjąć różne sposoby interpretowania interakcji, zachowań oraz działań społecznych (Muszyński, 2024). W kontekście różnic między tymi pojęciami, w ocenie Marii Łuszczyńskiej ta zasadnicza polega na tym, że konstruktywizm przyjmuje istnienie ograniczeń w ludzkim postrzeganiu rzeczywistości, wynikających z biologicznych uwarunkowań obserwatora oraz różnorodności interpretacji świata zewnętrznego, jakie jednostki tworzą. Ponadto, koncentruje się on na schematach poznawczych kształtujących się w toku rozwoju jednostki, przy czym kluczową rolę odgrywa mechanizm twórczej adaptacji do otaczającej rzeczywistości. Natomiast, konstrukcjonizm opiera się na przekonaniu, że rzeczywistość nie może być poznana w oderwaniu od ludzkiej interpretacji, co oznacza, że obserwatorzy komunikują się ze sobą wyłącznie w obrębie własnych konstruktów, wykorzystując do tego język, interakcje społeczne oraz kontekst kulturowy (Łuszczyńska, 2022). Konstruktywizm podkreśla więc bardziej indywidualną, subiektywną, a konstrukcjonizm społeczną, kolektywną perspektywę w procesie wytwarzania rzeczywistości (Zwierżdżyński, 2012). Zdaniem tych autorów, takie rozróżnienie prowadzi również do podziału na „konstrukt”, czyli logiczną strukturę tworzoną w umyśle jednostki oraz „konstrukcję”, która odnosi się do sposobu, w jaki poszczególne elementy są ze sobą powiązane i tworzą całość (Zwierżdżyński, 2012; Muszyński, 2024). Biorąc pod uwagę tę analizę porównawczą obu terminów oraz charakter moich badań, przyjmuję dla nich perspektywę konstrukcjonizmu społecznego. W literaturze przedmiotu funkcjonuje on jako szeroka kategoria obejmująca różne podejścia teoretyczne, takie jak interakcjonizm symboliczny, fenomenologia czy etnometodologia (Muszyński, 2020). Jak podkreśla Uwe Flick, „pod tą etykietą kryje się szereg programów epistemologicznych, wychodzących z różnych założeń” (Flick, 2012, s. 37). Konstrukcjonizm nie jest jednolitą strategią badawczą – rozwija się w ramach wielu dyscyplin, takich jak psychologia, socjologia, filozofia, neurobiologia, psychiatria czy nauki

o informacji (Flick, 2012). Nie stanowi też spójnego nurtu teoretycznego, wypracowanego przez jednorodną grupę badaczy (Łuszczyńska, 2022). Pomimo tego zróżnicowania badacze reprezentujący podejście konstrukcjonistyczne zgodnie uznają pogląd, że „jednostki dążą do zrozumienia świata, w którym żyją i pracują, nadając swoim doświadczeniom subiektywne znaczenie zorientowane na pewne przedmioty i zjawiska” (Creswell, 2013, s. 33). Fundamentem tego sposobu myślenia jest również „sposób badania relacji pomiędzy człowiekiem a rzeczywistością, polegający na odsłanianiu procesów społecznego konstruowania tej ostatniej” (Flick, 2012, s. 37). Michael Crotty określił jego wspólne założenia:

- znaczenia są konstruowane przez istoty ludzkie, które w swoich kontaktach ze światem, dokonują jego interpretacji. W badaniach jakościowych stosuje się zazwyczaj pytania otwarte, dzięki którym uczestnicy mogą dzielić się swoimi poglądami,
- ludzie wchodzą w kontakt ze światem i nadają mu sens z własnej perspektywy historycznej i kulturowej – wszyscy rodzimy się w świecie znaczeń, narzucanych nam przez kulturę. Starając się zrozumieć kontekst, czyli uwarunkowania, jakim podlegają uczestnicy badań jakościowych, badacze wchodzą w ów kontekst i osobiście zbierają informacje. Swoje odkrycia poddają interpretacji, która kształtuje się pod wpływem ich własnych doświadczeń i historii,
- generowanie podstawowych znaczeń ma zawsze charakter społeczny, następuje podczas interakcji zachodzących w społeczności ludzkiej i jest ich wynikiem (Crotty, 1998, za: Creswell, 2009, s. 34).

Według U. Flicka różne odmiany konstrukcjonizmu społecznego można odnaleźć na kilku poziomach analizy relacji między jednostką a społeczeństwem. Jednym z nich jest społeczny konstrukcjonizm w ujęciu Alfreda Schutza, Petera Bergera, Thomasa Luckmanna oraz Kennetha Gergena, który „bada sposoby społecznego postrzegania i konwencjonalizacji życia społecznego oraz tworzenia wiedzy na jego temat” (Flick, 2012, s. 38). To właśnie ta prezentacja tej orientacji stanowi podstawę teoretycznego zakorzenienia moich badań. Dostrzegam w konstrukcjonizmie społecznym potencjał, aby pełnić w mojej pracy podwójną rolę: z jednej strony jako paradygmatu określającego jej epistemologiczne, ontologiczne i metodologiczne założenia, z drugiej zaś jako perspektywy badawczej, która wyznacza sposób podejścia do procesu starzenia się i zjawiska starości. Analizując rozwój współczesnych socjologicznych teorii wykorzystywanych w tym zakresie, B. Synak zauważył, że „termin perspektywa jest tu bardziej adekwatny niż teoria. W socjologicznych

badaniach nad ludźmi starymi nietrudno zauważyć z jednej strony coraz większą różnorodność koncepcyjną, a z drugiej tendencję do komplementarnego traktowania wszystkich pojęć” (Synak, 1999, s. 146). Takie podejście pozwala na uchwycenie złożoności procesu starzenia się oraz jego społecznego konstruowania, unikając jednocześnie nadmiernego redukcjonizmu i sztywnej klasyfikacji teoretycznej. Konstrukcjonizm społeczny w tym sensie, powiązany z interakcjonizmem symbolicznym, akcentuje dynamiczny charakter starości oraz znaczenie interakcji społecznych w kształtowaniu tożsamości jednostki. To właśnie poprzez interpretację reakcji otoczenia człowiek definiuje siebie jako osobę starszą (Halicki, 2006). Z kolei jego związek z fenomenologią akcentuje indywidualizację procesu starzenia się, wskazując, że jednostka, uczestnicząc w interakcjach społecznych, aktywnie konstruuje własny obraz starości. Podejście to uwzględnia kontekstualny i sytuacyjny charakter doświadczeń związanych z tym etapem życia, zwracając uwagę na ich konstytutywne cechy oraz subiektywny wymiar interpretacji (Szarota, 2010).

1.2.1. Założenia konstrukcjonizmu społecznego

W ocenie M. Ziółkowskiego okoliczności pojawienia się konstrukcjonizmu społecznego związane były z wyzwaniem, przed którym stanęła współczesna socjologia jako dyscyplina naukowa, która z jednej strony poszerzała zakres problematyki badawczej, doskonaliła swoje metody i rozwijała się instytucjonalnie, z drugiej jednak zaczęła doświadczać narastających trudności w adekwatnym opisywaniu i wyjaśnianiu złożonej, dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości społecznej. Zmiany te były szczególnie widoczne w kontekście przejścia rozwiniętych społeczeństw zachodnich w fazę ponowoczesności, gdzie pojawiły się nowe problemy i napięcia społeczne, które wymykały się tradycyjnym paradygmatom badawczym (Ziółkowski, 2015). Autor wskazuje na cztery główne kierunki, które kształtują rozwój współczesnych teorii socjologicznych: „(1) rozmycie granic i otwarcie się socjologii na filozofię oraz na inne nauki humanistyczne, (2) w obrębie samej socjologii odwrót od wzorów nauk przyrodniczych do wzorów refleksji filozoficznych i nauk humanistycznych czego wyrazem jest „zwrot językowy”, koncentracja na kwestii znaczeń i interpretacji, (3) burzenie muru między podmiotem a przedmiotem co prowadzi do zakwestionowania pozytywizmu i przyjęcia stanowiska konstruktywistycznego i relatywistycznego, (4) postrzeganie świata społecznego jako nieuporządkowanego, niestabilnego, pełnego napięć i ryzyka, co sprawia że nie ma w nim trwałych struktur praw i wartości” (Ziółkowski, 2015, s. 16). W jego opinii, socjologia

zmaga się z nierozstrzygniętymi dylematami dotyczącymi jej założeń ontologicznych, epistemologicznych i metodologicznych, co potwierdza funkcjonowanie w jej obrębie różnorodnych, często przeciwstawnych orientacji teoretycznych, te najważniejsze to: spór metodologiczny – naturalizm czy antynaturalizm, spór ontologiczny o naturę rzeczywistości społecznej – obiektywizm czy konstruktywizm oraz spór epistemologiczny o naturę poznania socjologicznego – wartościowanie czy neutralność wobec wartości (Ziółkowski, 2015, s. 17).

Konstrukcjonizm jako koncepcja odnosząca się do natury rzeczywistości społecznej, stoi w opozycji do obecnego w socjologii stanowiska obiektywistycznego, który zakłada istnienie obiektywnej rzeczywistości społecznej, niezależnej od ludzkich wyobrażeń, jednocześnie wpływającej na kształt tych wyobrażeń i jako taka stanowi podstawowy przedmiot badań socjologicznych (Ziółkowski, 2015). Z kolei konstrukcjonizm społeczny uznaje, że rzeczywistość społeczna jest wytworem interakcji międzyludzkich, języka i negocjacji znaczeń. Odrzuca esencjalistyczne podejście do zjawisk społecznych, argumentując, że pojęcia takie jak tożsamość, normy czy wartości mają charakter kulturowy i historyczny, a nie uniwersalny i niezmienny (Stypińska, 2010). W warunkach coraz bardziej zróżnicowanej rzeczywistości społecznej to stanowisko wpisujące się nurt socjologii humanistycznej, będące źródłem wielu teoretycznych odsłon socjologicznych pozwalało na bardziej adekwatne podejście badawcze, uwzględniające aktywność działającej jednostki, zmienność, złożoność i kontekstualność tej rzeczywistości, M. Ziółkowski pisze: „ludzie dokonują [...] podmiotowej interpretacji, ale czynią to zawsze w zastanych okolicznościach, że ludzka podmiotowość wykształca się w warunkach społecznych [...], że rezultaty owych podmiotowych interpretacji się obiektywizują [...] i że owe interpretacje dokonują się na gruncie pewnych bezosobowych reguł [...], w tym zwłaszcza reguł języka, będącego podstawą intersubiektywności (Ziółkowski, 2015, s. 20).

Konstrukcjonizm społeczny zajął ważne miejsce w socjologii i szerzej w naukach społecznych. Od czasu, gdy termin ten został spopularyzowany przez P. Bergera i T. Luckmanna w pracy *The Social Construction of Reality* (1966), stał się on punktem odniesienia dla licznych analiz prowadzonych w różnych obszarach życia społecznego. Perspektywa konstrukcjonistyczna wniosła istotny wkład m.in. w badania nad dewiacją, problemami społecznymi, ruchami społecznymi, tożsamością, płcią, rasą, edukacją, zdrowiem, emocjami, rodziną oraz wieloma innymi sferami ludzkiej aktywności (Harris, 2010).

Zdaniem J. Holsteina i J. Gubriuma, to właśnie praca P. Bergera i T. Luckmanna stanowi najbardziej wpływowe sformułowanie zasad konstrukcjonizmu w socjologii, ponieważ zachęcali badaczy do zwracania uwagi na realia codziennego życia jednostek oraz na to, w jaki sposób stają się one postrzegane jako rzeczywiste. Tym samym podważyli dotychczasowe socjologiczne rozumienie „faktów” doświadczenia, które wcześniej traktowane były jako dane możliwe do bezpośredniego odkrycia, analizy i wyjaśnienia. Opierając się na fenomenologii społecznej Alfreda Schutza (1967), P. Berger i T. Luckmann badali, w jaki sposób procesy społeczne kształtują znaczenie doświadczenia. Ich głównym obszarem zainteresowania była produkcja wiedzy, a więc to, czego ludzie uczą się na temat codziennego życia (Holsten & Gubrium, 2007). Skupiali się na tym, „co w społeczeństwie uchodzi za „wiedzę”, bez względu na ewentualną ważność czy brak ważności jakichkolwiek kryteriów takiej „wiedzy” i utrzymywali, że socjologia „musi dążyć do zrozumienia procesów, które sprawiają, że dzieje się to w taki sposób, iż dla przeciętnego człowieka „rzeczywistość staje się czymś trwałym. Innymi słowy [...] zajmuje się analizą społecznego tworzenia rzeczywistości” (Berger & Luckmann, 2010, s. 8).

Analizując konstrukcjonizm społeczny P. Bergera i T. Luckmanna, Jerzy Niżnik podkreśla, że z perspektywy socjologicznej świat człowieka jest uwarunkowany przede wszystkim dwiema kluczowymi kwestiami: społeczną naturą jednostki oraz jej zdolnością do postrzegania rzeczywistości poprzez symbole. Oba te czynniki w istotny sposób kształtują to, co zostaje uznane za społeczną rzeczywistość. Istnieje ona jedynie w obrębie nadanych jej znaczeń i poprzez nie staje się dostępna dla człowieka. Inni ludzie nie tylko współtworzą tę rzeczywistość, lecz także nadają sens zachodzącym w niej procesom. Zjawiska społeczne mogą być rozpoznawane jako fakty, procesy czy relacje tylko wtedy, gdy zostaną wyposażone w określone znaczenie symboliczne. W związku z tym zarówno uspołecznienie jednostki, jak i jej zdolność do operowania symbolami stanowią nierozłączne elementy kształtujące ludzki świat (Niżnik, W: Berger & Luckmann, 2010). Zdaniem P. Bergera i T. Luckmanna, jednostki przypisują znaczenia światu poprzez używanie języka i interakcje społeczne – „w społeczeństwie ludzkim najważniejszym systemem znaków jest język, który można zdefiniować jako system znaków głosowych. [...] Życie codzienne jest, przede wszystkim, życiem z językiem i za pomocą języka, którymi posługują się wraz innymi ludźmi. Dlatego rozumienie języka ma zasadnicze znaczenie dla rozumienia rzeczywistości życia codziennego” (Berger & Luckmann, 2010, s. 54 – 55). Język tworzy pola semantyczne, czyli obszary znaczeniowe, których granice są wyznaczane przez sam system językowy. Dzięki temu umożliwia konstruowanie schematów klasyfikacyjnych,

które pozwalają rozróżniać obiekty według ich rodzaju i liczby oraz określać różne typy działań, „w obrębie tak zbudowanego pola semantycznego zarówno doświadczenie życiowe, jak i historyczne może być zobiektywizowane, zachowane i gromadzone. Gromadzenie ma oczywiście charakter selektywny, a pole semantyczne przesądza, co zostanie zachowane, a co „zapomniane” w całości doświadczenia tak jednostki, jak i społeczeństwa” (Berger & Luckmann, 2010, s. 60). Powstaje, w ten sposób społeczny zasób wiedzy, przekazywany z pokolenia na pokolenie i dostępny jednostkom w ich codziennym życiu. Udział w nim umożliwia jednostkom umiejscowienie siebie w strukturze społecznej oraz odpowiednie postępowanie wobec innych, „na moją interakcję z innymi w życiu codziennym nieustannie wpływa nasze wspólne uczestnictwo w dostępnym zasobie wiedzy” (Berger & Luckmann, 2010, s. 61). J. Niżnik zaznacza, że jednostka porusza się w swoim świecie, opierając się na posiadanej wiedzy, która kształtuje jej postrzeganie rzeczywistości. W sensie praktycznym granice tej wiedzy wyznaczają granice jej rzeczywistości. To podstawowe spostrzeżenie wskazuje również, że proces formowania i modyfikowania wiedzy, który zawsze zachodzi w kontekście bezpośrednich lub pośrednich interakcji społecznych prowadzi do kształtowania i modyfikowania rzeczywistości (Niżnik, w: Berger & Luckmann, 2010). Jego zdaniem zasadniczym pojęciem w koncepcji P. Bergera i T. Luckmanna jest wiedza, którą rozumieją w sposób szerszy niż jedynie usystematyzowany zbiór informacji charakterystyczny dla nauki. Jednocześnie nie sprowadzają jej do prostych bodźców odbieranych przez organizm w interakcji ze środowiskiem. Nawet najbardziej podstawowa wiedza, umożliwiająca codzienne funkcjonowanie człowieka, jest wynikiem porządkowania informacji w procesie społecznym. Z racji tego, że to społeczeństwo jest fundamentalnym źródłem ładu pozwalającego przekształcać przypadkowe informacje w uporządkowaną wiedzę, pełni ono również rolę twórcy i fundamentu rzeczywistości. Nawykowe powtarzanie określonych czynności, a następnie ich utrwalanie i obiektywizacja w ramach interakcji społecznych prowadzą do powstawania zewnętrznych wobec jednostki faktów, które stają się podstawą jej rzeczywistości. Proces instytucjonalizacji wzmacnia te struktury poprzez mechanizmy ich uprawomocnienia, a w konsekwencji prowadzi do tworzenia szerokich systemów symbolicznych. Dzięki temu powstała rzeczywistość nie tylko nabiera statusu obiektywnego, ale również zaczyna narzucać jednostce określone normy i reguły społeczne, którym musi się podporządkować (Niżnik, w: Berger & Luckmann, 2010).

P. Berger i T. Luckmann piszą: „wszelkie działanie ludzkie ma skłonność do przechodzenia w nawyk. Działanie o dużej częstotliwości zostaje ujęte we wzór [...].

Dla jednostki działania nawykowe mają charakter znaczący. Chociaż są nawykami, zostają włączone do ogólnych zasobów jej wiedzy i przyjęte przez nią do ewentualnego wykorzystania w przyszłości [...]. Uznając znaczenia, jakie człowiek przypisuje swemu działaniu dzięki nawykom nie musimy w każdej sytuacji definiować każdego kroku na nowo [...]. Instytucjonalizacja pojawia się, jeżeli tylko pewne rodzaje działających dokonują wzajemnej typizacji tych działań, które przekształciły się w nawyk. Mówiąc inaczej, każda taka typizacja jest instytucją. [...], załączek instytucjonalizacji znajduje się w każdej sytuacji społecznej trwającej w czasie [...], instytucjonalny świat jest doświadczany jako rzeczywistość obiektywna” (Berger & Luckmann, 2010, s. 79 – 83). Społeczeństwo jako rzeczywistość obiektywną należy rozumieć poprzez procesy instytucjonalizacji i obiektywizacji, które nadają ustalonym wzorom działania pozornie niezależny od jednostek charakter. Jak zauważają P. Berger i T. Luckmann, „społeczeństwo jest wytworem ludzkim. Społeczeństwo jest rzeczywistością obiektywną. Człowiek jest wytworem społecznym” (Berger & Luckmann, 2010, s. 91). Autorzy wyjaśniają, że człowiek wytwarza świat, który następnie doświadcza jako rzeczywistość zewnętrzną wobec siebie. Relacja ta ma charakter dialektyczny – „człowiek (oczywiście nie w izolacji, ale w zbiorowości) i jego społeczny świat wchodzi ze sobą w interakcję. Wytwór oddziałuje zwrótnie na twórcę” (Berger & Luckmann, 2010, s. 91). Wzorce społeczne, normy i instytucje, choć stworzone przez ludzi, w procesie obiektywizacji nabierają charakteru trwałych, zewnętrznych faktów społecznych. Ostatecznie, ludzie postrzegają te struktury jako rzeczywistość, której nie podważają, a raczej uznają za oczywistą. Równocześnie społeczeństwo istnieje jako subiektywna rzeczywistość, ponieważ jednostki muszą internalizować jego normy i wartości, aby móc w nim funkcjonować.

Internalizacja oznacza proces przyswajania społecznych definicji rzeczywistości jako własnych przekonań, P. Berger i T. Luckmann tak o niej piszą: „to bezpośrednie ujmowanie albo interpretacja obiektywnego zdarzenia jako zdarzenia wyrażającego znaczenia, czyli jako przejaw subiektywnych procesów innego, które w ten sposób stają się subiektywnie znaczące dla mnie samego [...] .Mówiąc dokładniej internalizacja, w tym ogólnym sensie jest podstawą, po pierwsze, rozumienia innych ludzi oraz, po drugie, postrzegania świata jako rzeczywistości znaczącej i jako rzeczywistości społecznej” (Berger & Luckmann, 2010, s. 190). W tym procesie szczególną rolę odgrywa socjalizacja, dzięki której wiedza społeczna jest przekazywana i uwewnętrzniana przez kolejne pokolenia – „jednostka jest członkiem społeczeństwa dopiero po osiągnięciu tego stopnia internalizacji. Osiąga się go w czasie ontogenetycznego procesu, którym jest socjalizacja” (Berger

& Luckmann, 2010, s. 191). Poprzez ten mechanizm społeczeństwo nie tylko istnieje jako zewnętrzna rzeczywistość, ale również jako wewnętrzne przekonania i schematy myślenia jednostek. Społecznie zdefiniowana rzeczywistość wymaga nieustannego podtrzymywania zarówno poprzez interakcje międzyludzkie, w których jednostki wzajemnie potwierdzają i reprodukuja jej znaczenia, jak i wewnętrznie – poprzez indywidualną percepcję świata, która kształtuje się w świadomości jednostki, „obowiązujące i dostępne definicje rzeczywistości [...] jeśli mają skutecznie podtrzymywać porządek społeczny, muszą być zinternalizowane przez jednostki i służyć definiowaniu subiektywnego obrazu rzeczywistości” (Lech, 2013, s. 190). Bezpośrednio z powyższymi procesami powiązane jest występowanie uniwersów symbolicznych, „są to kompleksy tradycji teoretycznych, które integrują różne obszary znaczenia i ujmują porządek instytucjonalny jako symboliczną całość, [...] uniwersa symboliczne są następstwem procesów obiektywizacji, zestalenia i akumulacji wiedzy, [...] są wytworami społecznymi, które mają swoją historię” (Berger & Luckmann, 2010, s. 141). Uniwersum symboliczne pełni istotne funkcje zarówno wobec jednostki i jej doświadczeń biograficznych, jak i w kontekście utrwalania porządku instytucjonalnego. W odniesieniu do jednostki P. Berger i T. Luckmann wskazują na jego rolę w organizowaniu i strukturyzowaniu indywidualnych doświadczeń, które składają się na życie każdej osoby. Uniwersum symboliczne umożliwia integrację różnorodnych, często niespójnych znaczeń wynikających z pełnienia odmiennych ról społecznych, dzięki czemu jednostka może nadawać spójność własnej biografii. Ponadto, zapewnia interpretacyjne ramy dla kolejnych etapów rozwoju człowieka, czyniąc przejścia między nimi bardziej zrozumiałymi, a także dostarcza narzędzi pozwalających zmierzyć się z fundamentalnym doświadczeniem granicznym, jakim jest śmierć. Jednocześnie pełni istotną funkcję w legitymizowaniu i podtrzymywaniu tożsamości jednostkowej, nadając jej społeczną i kulturową trwałość. Z perspektywy porządku społecznego, uniwersum symboliczne stanowi mechanizm stabilizacji i legitymizacji istniejącego układu instytucjonalnego. Przyczynia się do utrzymania i reprodukcji norm, wartości oraz struktur organizujących życie zbiorowe, określając hierarchię zjawisk i faktów społecznych oraz definiując ich znaczenie w przestrzeni działań kolektywnych. Odgrywa istotną rolę w regulowaniu relacji między różnymi grupami społecznymi, także o odmiennych interesach, co sprzyja utrzymaniu określonych układów sił i legitymizacji władzy społecznej. Ponadto, uniwersum symboliczne sankcjonuje podział ról społecznych oraz zapewnia historyczną i kulturową interpretację kluczowych zdarzeń, nadając im określoną narrację. Spaja również procesy instytucjonalne zachodzące w przestrzeni społecznej, pełniąc funkcję ochronną przed

destabilizacją i chaosem. Dzięki tym właściwościom uniwersum symboliczne nie tylko utrzymuje porządek społeczny, ale także nadaje mu sens i wewnętrzną spójność (Lech, 2013). Istotnym elementem rozważań P. Bergera i T. Luckmanna jest wskazanie, że współczesne społeczeństwa charakteryzuje pluralizm. Oznacza to, iż nie funkcjonują one w oparciu o jedno dominujące uniwersum symboliczne podzielane przez wszystkich, lecz obejmują także współistniejące ze sobą subuniwersa znaczeń. Jest to bezpośrednio związane ze zróżnicowaniem struktury społecznej, organizacją porządku instytucjonalnego oraz rozwiniętym podziałem pracy i specjalistycznej wiedzy przypisanej do określonych ról społecznych. Subuniwersa znaczeń mogą kształtować się na podstawie różnych kryteriów, takich jak: płeć, wiek, profesja czy doświadczenia życiowe. Ich istnienie wiąże się z wyodrębnieniem odmiennych perspektyw, które determinują sposób postrzegania rzeczywistości. W każdej z tych perspektyw ogólny obraz świata analizowany jest przez pryzmat określonego subuniwersum. Jednocześnie każda perspektywa jest powiązana z interesami społecznymi grup, które ją reprezentują, wpływając na sposób interpretacji rzeczywistości i skłaniając jednostki do skupienia uwagi na wybranych zagadnieniach bądź problemach (Lech, 2013).

Idea konstrukcjonizmu społecznego, od czasu publikacji książki Bergera i Luckmanna, znacznie się poszerzyła i rozprzestrzeniła, „paradygmat ten jest różnie rekonstruowany i różnie rozumiany (Muszyński, 2024, s. 75). Ch. Gilleard pisze, że punktem wyjścia ich koncepcji jest przekonanie o „skonstruowanej” naturze świata społecznego i społeczne – intersubiektywne wytwarzanie jego „faktyczności” (Gilleard, 2023). W ocenie J. Holsteina i J. Gubriuma badania inspirowane tym poglądem mają na celu zastąpienie statycznych, uniwersalistycznych i niezmiennych pojęć rzeczy bardziej dynamicznymi i społeczno-historycznie zmiennymi ich koncepcjami (Holstein & Gubrium, 2007).

Według M. Muszyńskiego konstrukcjonizm społeczny charakteryzuje się kilkoma kluczowymi założeniami. Pierwszym z nich jest subiektywność, która wynika z przekonania, że sam akt obserwacji wpływa na to, co jest postrzegane. Oznacza to, że rzeczywistość nie istnieje niezależnie od ludzkiej świadomości, lecz jest przez nią współtworzona. Tym samym analiza konstrukcjonistyczna opiera się na badaniu znaczeń nadawanych przez ludzi określonym zjawiskom, co pozwala zrozumieć, dlaczego niektóre aspekty rzeczywistości nabierają szczególnego znaczenia, podczas gdy inne pozostają w tle. Istotnym elementem tego podejścia jest uznanie, że subiektywność nie ogranicza się do indywidualnej percepcji, lecz jest osadzona w języku, który stanowi podstawowe narzędzie konstruowania wiedzy. Wiedza nie jest więc odkrywana, lecz społecznie wytwarzana

poprzez tworzenie teorii, pojęć i kategorii umożliwiających nadawanie sensu doświadczeniom jednostek. Drugim założeniem konstrukcjonizmu jest przekonanie, że świat nie składa się z obiektywnie istniejących bytów, lecz z nadawanych im znaczeń. Każdy człowiek interpretuje rzeczywistość zgodnie z własnymi doświadczeniami, przy czym interpretacje te są osadzone w określonym kontekście kulturowym i historycznym. W rezultacie obiekty nie posiadają samodzielnego statusu ontologicznego, a ich znaczenie jest wynikiem społecznych ustaleń i interakcji. Teorie naukowe nie odnoszą się więc bezpośrednio do badanych obiektów, lecz do ich interpretacji tworzonych w ramach społecznych procesów konstrukcji wiedzy. Ostatecznie, znaczenie przedmiotów czy zjawisk ujawnia się dopiero w relacji do podmiotów nadających im sens – bez aktów interpretacji nie mogłyby one funkcjonować w przestrzeni społecznej. Trzecia kluczowa cecha konstrukcjonizmu społecznego dotyczy ukontekstowania znaczeń. Proces ich formowania można rozpatrywać na kontinuum, na którego jednym biegunie znajdują się uniwersalne i niezmiennie znaczenia, istniejące niezależnie od czasu i przestrzeni, a na drugim – całkowicie arbitralne i dowolnie kształtowane interpretacje. W praktyce jednak znaczenia konstruowane są w odniesieniu do określonych kontekstów społecznych, które wpływają zarówno na ich treść, jak i na sposób ich tworzenia. W konsekwencji procesy interpretacyjne są osadzone w warunkach społeczno-kulturowych i historycznych, a wiedza nie ma charakteru absolutnego, lecz jest uwarunkowana społecznie. Jej wiarygodność i akceptacja wynikają z przyjętych norm, praktyk i tradycji obowiązujących w danym społeczeństwie, w tym w środowiskach naukowych. Ostatnim istotnym elementem konstrukcjonizmu społecznego jest jego pragmatyczna i polityczna natura. Kluczowe nie jest dążenie do odkrycia jednej, obiektywnej prawdy, lecz rozpoznanie prawdy, która jest uznawana w danej społeczności. Konstrukcjonizm ukazuje różnicę między faktami a wartościami oraz między rzeczywistością a normatywnymi oczekiwaniami dotyczącymi tego, jak powinno być. Wiedza nie tylko odzwierciedla rzeczywistość społeczną, lecz także ją kształtuje, podtrzymując określone systemy wartości i sposoby rozumienia świata przyjęte w danej grupie społecznej (Muszyński, 2020).

1.2.2. Starość w ujęciu konstrukcjonizmu społecznego

W badaniach starości, zdaniem D. Seredyńskiej, konstrukcjonizm społeczny stanowi teoretyczną podstawę analiz na poziomie mikrospołecznym. Podejście to koncentruje się na jednostce i jej interakcjach społecznych, podkreślając, że rzeczywistość społeczna podlega ciągłym zmianom, odzwierciedlając różnorodne sytuacje życiowe oraz

role społeczne. Badacze skupiają się na zrozumieniu, a nie jedynie wyjaśnianiu indywidualnych procesów starzenia się, uwzględniając ich osadzenie w strukturach społecznych. Analizują subiektywne znaczenia nadawane różnym sytuacjom, np. w instytucjach opiekuńczych, takich jak domy pomocy społecznej, szpitale czy sanatoria. Ponadto, badają procesy negocjowania własnych koncepcji wieku i starzenia się, a także społeczne znaczenia tych zjawisk, relacji międzyludzkich, jakości życia czy postaw wobec rzeczywistości. Teorie w tej perspektywie pozwalają lepiej zrozumieć udział osób starszych w życiu społecznym oraz sposób, w jaki budują i utrzymują społeczne znaczenia siebie i innych w codziennych interakcjach (Seredyńska, 2013). Ch. Gilleard natomiast zwraca uwagę na dwa odmienne podejścia w ramach konstrukcjonistycznego zwrotu w kierunku traktowania starości w kategoriach „społecznej konstrukcji wieku”. Pierwsze z nich traktowało ją jako rezultat strukturalnych uwarunkowań nowoczesnego państwa oraz organizacji rynku pracy, gdzie wiek postrzegany był jako konsekwencja procesów ekonomiczno-politycznych. W takim ujęciu starość stanowiła status społeczny zdeterminowany przez instytucje państwowe oraz systemy wsparcia społecznego. Drugie podejście koncentrowało się natomiast na społecznych i kulturowych reprezentacjach starości, analizując, jak zmieniające się znaczenia społeczne wpływają na definiowanie, omawianie i postrzeganie wieku w kontekście współczesnej kultury. W ramach tego spojrzenia większą wagę przywiązywano do społecznie konstruowanych idei i interpretacji starości niż do jej strukturalnych uwarunkowań jako zjawiska społecznego (Gilleard, 2023). M. Łuszczyńska wskazuje, że przedstawianie starości jako zjawiska konstruowanego społecznie niesie istotne konsekwencje dla jej postrzegania w społeczeństwie. Taka perspektywa może przyczynić się do wyzwolenia starości spod wpływu ageizmu, wykluczenia, presji społecznej, zależności, stereotypów oraz dyskryminacji. To podejście ujawnia szeroką przestrzeń relacji społecznych, w której osoby starsze mogą zachować autonomię, nie tracąc jednocześnie więzi z innymi. Znaczenie konstrukcjonizmu w socjologii starości można uchwycić, analizując cztery kluczowe obszary, w których społecznie konstruowanie starości ujawnia się poprzez relacje i więzi społeczne. Obejmują one: starzenie się w kontekście polityki redystrybucyjnej, płci, tożsamości w warunkach ponowoczesności oraz władzy. Refleksja nad starością w tych perspektywach wskazuje, że jest ona zjawiskiem jednocześnie dyskursywnym, symbolicznym, empirycznym, materialnym i egzystencjalnym – a zarazem podmiotem i przedmiotem władzy (Łuszczyńska, 2022).

Na tym tle szczególnie interesującą propozycję formułują J. Holstein i J. Gubrium. Zwracają uwagę, że konstrukcjonizm „należy teraz do wszystkich i do nikogo – jest bardzo zróżnicowaną mozaiką samego siebie” (Holstein & Gubrium, 2008, s. 4), co sprawia, że nie funkcjonuje on jako ściśle określona perspektywa analityczna. Autorzy postulują zatem, by starość analizować przez pryzmat „społecznej konstrukcji przebiegu życia”. W duchu interakcjonizmu symbolicznego podkreślają, że wiek i poszczególne etapy życia mogą przyjmować wiele znaczeń, które powstają w interakcjach społecznych i są nieustannie modyfikowane w świetle zmieniających się definicji sytuacji (Holstein & Gubrium, 2007).

Kenneth Gergen i Mary Gergen analizują współczesne warunki starzenia się, szczególnie w kontekście przemian demograficznych i ekonomicznych, ukazując je jako proces rekonstrukcji starości w perspektywie konstrukcjonizmu społecznego. Podkreślają, że zmieniające się wyobrażenia o starości prowadzą do przekształcania matrycy wartości i praktyk kulturowych. W tym ujęciu szczególne znaczenie ma relacyjny charakter wartości – „co najważniejsze, starzejąca się populacja może służyć jako źródło tworzenia własnych wartości. Wartości są generowane w ramach relacji; wraz ze wzrostem pokrewieństwa wzrasta potencjał, aby wartości samopodtrzymujące się przeważały nad tymi pochodzącymi z zewnątrz” (Gergen & Gergen, 2000, s. 283). Oznacza to, że osoby starsze nie tylko uczestniczą w redefiniowaniu znaczeń przypisywanych starości, ale także coraz częściej same inicjują i utrwalają nowe sposoby jej przeżywania w społeczeństwie. W odniesieniu do koncepcji starzejącego się „ja” konstrukcjonizm społeczny pełni więc rolę katalizatora – współczesne pokolenie seniorów dysponuje zasobami pozwalającymi na autokreację, wymianę i obronę własnych koncepcji siebie, wieku i wartości. W rezultacie nie funkcjonuje już jeden dominujący model starzenia się, lecz współistnieją różnorodne jego interpretacje (Gergen & Gergen, 2000). W kontekście badań nad starością M. Muszyński akcentuje obecność dwóch poziomów analizy: pierwszy odnosi się do podmiotowego sprawstwa, czyli bezpośrednich doświadczeń życia w starości, drugi zaś do aspektu normatywnego, związanego ze znaczeniami, jakie są jej nadawane. Bada się zatem zarówno społeczne znaczenie wieku, jak i sam proces stawania się osobą starszą w kontekście negocjowania tego zjawiska z otoczeniem. Różnica polega na tym, że jeden poziom dotyczy przeżywania i doświadczania, a drugi – mówienia o starości w sposób zapośredniczony (np. poprzez znaki, symbole, język czy interakcję z innymi). Połączenie perspektywy bezpośredniego przeżywania z analizą społecznie nadawanych znaczeń pozwala uchwycić starość jako dynamiczny fenomen, w którym to, co jednostkowe, i to, co kulturowe, wzajemnie się przenikają – „obraz starości nie jest jedynie społecznej rzeczywistości, ale jest aktywnie

współkonstruowany przez jednostkę w procesach społecznej komunikacji, w czasie której dochodzi do formowania rzeczywistości” (Muszyński, 2020, s. 59).

Konstrukcjonizm społeczny podkreśla, że wiek nie jest neutralnym faktem biologicznym, lecz kategorią społeczną i kulturową, funkcjonującą w ramach binarnych opozycji – młodość/starość, stary/niestary – i podlegającą dynamicznym negocjacjom (Gilleard, 2023). W tym ujęciu można wyróżnić dwa zasadnicze podejścia. Pierwsze, oparte na perspektywie cyklu życia, postrzega życie jako ciągły proces, w którym przeszłość kształtuje przyszłość, a wyodrębnianie etapów (dzieciństwo, dorosłość, starość) stanowi przede wszystkim kulturowy konstrukt, historycznie zmienny i zależny od dominujących dyskursów. Drugie, podejście etapów życia, uznaje starość za fakt biologiczny i egzystencjalny, lecz jednocześnie zwraca uwagę, że jej społeczne znaczenia są nadpisywane przez instytucje, politykę i praktyki kulturowe. W tej perspektywie pytanie o starość dotyczy więc nie tylko jej brutalnej faktualności jako procesu biologicznego, ale przede wszystkim sposobu, w jaki zostaje ona osadzona i interpretowana w określonych kontekstach społecznych i kulturowych (Gilleard, 2023).

W polskich badaniach nad starością perspektywa konstrukcjonizmu społecznego znajduje odzwierciedlenie przede wszystkim w pracach trzech autorów. Justyna Stypińska w publikacji *Jak jest polska starość* (2010) przeprowadziła analizę treści doniesień prasowych dotyczących osób starszych, ukazując, jak media konstruuje obraz starości w przestrzeni publicznej. Wyniki pokazały, że starość najczęściej przedstawiana była w kontekście alienacji w przestrzeni publicznej, marginalizacji na rynku pracy, dominacji młodych twarzy w mediach oraz wykluczenia z obszaru nowych technologii. Artur Fabiś w monografii *Troski egzystencjalne w starości. Ujęcie geragogiczne* (2018) badał doświadczenia osób starszych związane z fundamentalnymi pytaniami egzystencjalnymi, takimi jak świadomość skończoności życia, oraz analizował sposoby konfrontowania się z nimi i strategie radzenia sobie. Natomiast Marcin Muszyński w pracy *Uczenie się stawiania się osobą starą* (2024) opracował model opisujący proces uczenia się starości, obejmujący kształtowanie autoidentyfikacji, nadawanie znaczenia własnej starości oraz konstruowanie jej obrazu w narracjach osób badanych.

W badaniach nad starzeniem się konstrukcjonizm społeczny odgrywa ważną rolę, ponieważ pozwala przesunąć punkt ciężkości z wymiaru biologicznego na społeczny i symboliczny. W tej perspektywie starość jawi się jako doświadczenie niejednoznaczne i ulotne, którego sens kształtowany jest w ramach kulturowych i historycznych interpretacji.

Stanowi ona przestrzeń, w której jednostki i grupy nadają znaczenia własnym przeżyciom, konstruują tożsamości oraz zabiegają o społeczne uznanie (Gilleard, 2023).

1.2.3. Podsumowanie

Punktem odniesienia w niniejszych rozważaniach jest perspektywa konstrukcjonizmu społecznego, w której zarówno starość, jak i tożsamość społeczna traktowane są jako procesy dynamiczne, powstające i rozwijające się w ramach interakcji społecznych. Tworzą się one w określonym kontekście społecznym, kulturowym i historycznym – „rzeczywistość subiektywna musi pozostać w związku z rzeczywistością obiektywną, która jest definiowana społecznie” (Berger & Luckmann, 2010, s. 217). Tożsamość nie jest czymś raz na zawsze ustalonym, lecz kształtuje się w procesach społecznych, które trwają nieustannie także po jej pozornym „wykrystalizowaniu się”. Jest ona podtrzymywana, modyfikowana, a czasem konstruowana na nowo w odpowiedzi na zmieniające się relacje i konteksty znaczeniowe – „społeczeństwa mają swoje historie, w których powstają określone tożsamości, jednak historie te są dziełem ludzi z określonymi tożsamościami” (Berger & Luckmann, 2010, s. 251). W tym ujęciu zatem istnieje zatem ostra granica między tożsamością jednostkową a społeczną. Nawet najbardziej osobiste poczucie siebie ma charakter społeczny, gdyż powstaje w odniesieniu do ram symbolicznych, kategorii i znaczeń dostępnych w danym kontekście kulturowym. To sprawia, że także doświadczenie starości i sposób jego przeżywania nie mogą być analizowane w oderwaniu od społecznych wyobrażeń i oczekiwań wobec osób starszych. Każda zmiana w obszarze norm, wartości czy dyskursów pociąga za sobą przeobrażenia w sposobach definiowania siebie i innych, a tym samym prowadzi do przeformułowywania tożsamości jednostkowych i społecznych. Właśnie w tym miejscu, gdzie konstrukcjonizm podkreśla relacyjny i dynamiczny charakter tożsamości, otwiera się przestrzeń dla badań nad starością – jako etapem życia szczególnie podatnym na społeczne negocjacje znaczeń. M. Muszyński zwraca uwagę, że J. Holstein i J. Gubrium wyodrębnili kilka kluczowych obszarów badań nad starością prowadzonych w paradygmacie konstrukcjonistycznym. Szczególnie istotne są tu analizy tożsamości społecznej osób starszych, obejmujące zagadnienia związane ze zmianami i utratą ról społecznych oraz procesami stygmatyzacji w nowoczesnych społeczeństwach. Jak wskazuje, często pojawiają się w nich kategorie „bezużyteczności” i „nieproduktywności”, które wyraźnie wpływają na społeczne postrzeganie osób starszych i kształtują granice możliwości ich samookreślenia (za: Muszyński, 2020, s. 58).

Takie ujęcie dobrze koresponduje z propozycją I. Machaj, która definiuje tożsamość społeczną, akcentując perspektywę wewnętrzną jednostki – jej samoświadomość oraz sposób postrzegania własnego miejsca w społeczeństwie (Machaj, 2017). W tym rozumieniu tożsamość społeczna nie jest jedynie zbiorem przypisanych ról czy kategorii, lecz stanowi rezultat refleksyjnego procesu, w którym jednostka odnosi się do otaczającego ją świata społecznego, nadając sens swojej pozycji, przynależnościom i relacjom z innymi. Na tej właśnie definicji opierałam się w niniejszym projekcie badawczym, traktując ją jako punkt odniesienia do analizy doświadczeń starości i sposobów konstruowania tożsamości społecznej osób starszych.

Rozdział II. Społeczne i indywidualne konteksty starości

2.1. Ujęcie starości i starzenia się

Wielu badaczy podejmujących problematykę starzenia się i starości podkreśla konieczność dokonania szeregu decyzji i rozstrzygnięć przed rozpoczęciem badań nad tym zjawiskiem (Szatur-Jaworska, 2000; Synak, 2002; Szarota, 2010; Czekanowski, 2012; Zych, 2014). Jest to istotne, ponieważ – jak zauważa Z. Szarota – „efektem rozbudowanych i wielowątkowych badań gerontologicznych jest merytoryczny spór o wykładnię pojęć „starzenie się” i „starość” oraz o ich przyczyny [...] i kogo można uznać za człowieka starego?” (Szarota, 2010, s. 24). Nieodzownym elementem badań nad tym obszarem jest także precyzyjne określenie ich przedmiotu. W tym kontekście, B. Szatur-Jaworska wyróżnia trzy odrębne, choć wzajemnie powiązane zbiory zjawisk i procesów. Pierwszym z nich jest starzenie się ludności, odnoszące się do procesów demograficznych oraz ich społeczno-ekonomicznych konsekwencji. Drugi stanowią osoby starsze, którzy mogą być charakteryzowani na różne sposoby – jako kategoria demograficzna, zbiorowość społeczna, pokolenie, kohorta czy grupa świadczeniobiorców, co determinuje odmienne podejście do ich analizy. Trzecim przedmiotem badań jest starość, rozumiana jako stan wynikający ze współwystępowania procesów biologicznych, psychologicznych i społecznych (Szatur-Jaworska, 2013). Podążając tym tropem, a mając na uwadze, że przedmiotem moich badań jest starość jako zjawisko społeczne widziane oczami osób starszych, konieczne jest odwołanie się do literatury przedmiotu i przyjęcie kilku podstawowych ustaleń. Obejmuje to nie tylko próbę zdefiniowania samej starości i procesu starzenia się, ale również określenie momentu, w którym starość się rozpoczyna, jej wewnętrznej periodyzacji oraz sposobów, w jakie przejawia się jej wymiar społeczny.

Najogólniej rzecz ujmując, starzenie się – jak zauważa P. Czekanowski – jest procesem powstawania i pogłębiania się określonych cech występujących u człowieka, podczas gdy starość stanowi zespół tych cech (Czekanowski, 2012). Analiza zakresu pojęciowego obu terminów w celu ich konceptualizacji wskazuje z jednej strony na zgodność badaczy co do konieczności ich rozróżnienia i odmiennego traktowania (Stuart-Hamilton, 2000; Bugajska, 2005; Czekanowski, 2012; Zych, 2014). W tym duchu Stanisława Steuden podkreśla, że „w rozważaniach na temat starości powinno się uwzględniać dwie podstawowe kwestie: starzenie się będące procesem przemian dokonujących się na poziomie biologicznym, psychicznym czy społecznym oraz starość jako okres w życiu człowieka mający określoną charakterystykę psychologiczną, kulturową

i społeczną” (Steuden, 2014, s. 18). Z drugiej strony jednak dostrzegalne są trudności w jednoznacznym zdefiniowaniu tych kategorii (Piotrowski, 1971; Synak, 2002; Szarota, 2010; Czekanowski, 2012; Fabiś i in., 2015; Woźniak, 2016). Jak podkreślają B. Szatur-Jaworska i in., istniejący w tym obszarze pluralizm definicyjny, w wyniku którego nie wypracowano jednolitych, całościowych ujęć. Terminy takie jak *starzenie się*, *starość* czy *ludzie starzy* „nadal pozostają pojęciami nieostryimi, których granice są bardzo różnie określone” (Szatur-Jaworska i in., 2006, s. 15).

Oznacza to, że w literaturze funkcjonuje wiele odmiennych sposobów definiowania starości i starzenia się. I tak, J. Piotrowski ujmie starość jako „zjawisko kulturowe, wywołane na podłożu biologicznym, związane z osłabieniem sił, lecz jego wiązanie wyłącznie z wiekiem kalendarzowym jest umowne, wynikające z konwencji przyjętej w systemie zabezpieczeń społecznych” (Piotrowski, 1973, s. 38). Z kolei Ian Stuart-Hamilton określa starzenie się jako procesy oddziałujące na człowieka w konsekwencji jego rozwoju, a także jako prawdopodobieństwo osiągnięcia późnego wieku (Stuart-Hamilton, 2000). A. Fabiś i in. podkreślają natomiast, że „starzenie się to trójplaszczynowy proces przebiegający w sferze biologicznej, psychologicznej i społecznej. Zmiany w obrębie jednej z nich wpływają na regulacje w pozostałych, wszystkie bowiem tak dalece się przenikają i warunkują, że rozpatrywać je należy całościowo” (Fabiś i in., 2015, s. 47). Starość obejmuje zatem zarówno zmiany biologiczne, jak i psychologiczne czy społeczne, co czyni ją pojęciem wieloaspektowym, wielopłaszczyznowym i niejednorodnym, a tym samym – jak zauważa P. Czekanowski – „niełatwym do jednoznacznej interpretacji” (Czekanowski, 2012, s. 72). Spostrzeżenie J. Piotrowskiego sprzed lat pozostaje nadal więc aktualne: „niewątpliwie potrzebna jest jakaś ogólna definicja starości. Dotychczas jednak nie mamy takiej definicji, która byłaby teoretycznie zadowalająca i która obejmowałaby zjawiska jednorodne co do swych cech” (Piotrowski, 1971, s. 125). W kolejnych dekadach badacze podejmowali liczne próby konceptualizacji tego pojęcia, ukazując jego wielowymiarowość i niejednorodność. Adam A. Zych definiuje starość jako końcowy etap starzenia się, wskazując, że „starość jako okres życia następujący po wieku dojrzałym jest pojęciem statycznym, natomiast starzenie się – jako proces – zjawiskiem dynamicznym”. Za jej początek przyjmuje się umownie 60. lub 65. rok życia, a nieuchronnym końcem pozostaje śmierć (Zych, 2001, s. 202). Z. Szarota podkreśla konieczność rozpatrywania starości jako stanu w powiązaniu ze starzeniem się jako procesem, z jego konsekwencjami demograficznymi, ekonomicznymi i społecznymi, a zarazem w odniesieniu do biologicznych i psychologicznych aspektów starzenia się jednostki (Szarota, 2010, s. 25).

W podobnym duchu D. Krzysztofiak wskazuje, że „starość można ujmować zarówno jako efekt biologicznych przeobrażeń organizmu, wyrażających się w osłabieniu funkcji życiowych, jak i jako okres życia związany ze spadkiem możliwości adaptacyjnych jednostki, zmianami w warunkach życia, pozycji społecznej i przypisanych jej ról” (Krzysztofiak, 201, s. 13). Z kolei Zbigniew Woźniak proponuje ujęcie szczególnie szerokie i egzystencjalne: „starość to bilans życiowy, czas realizowania scenariuszy pisanych w kolejnych fazach życia, ale także okres osiągania dojrzałości, mądrości i krystalizacji inteligencji. W jego perspektywie starość jawi się jako sekwencja zjawisk i sytuacji, wobec których jednostka staje, poszukując równowagi w konfrontacji z wymiarami egzystencji: fizycznym, psychologicznym, społecznym, ekonomicznym i filozoficznym” (Woźniak, 2016, s. 198).

Podsumowując ten definicyjny wątek, w rozważaniach B. Bugajskiej zagadnienia związane ze starzeniem się i starością są interdyscyplinarnym przedmiotem nauk, które w centrum swych zainteresowań stawiają człowieka w relacji do świata przyrody, świata społecznego, świata kultury i indywidualnego świata wewnętrznego. W ten sposób, dostrzegając powiązanie człowieka z tak różnorodnymi fragmentami rzeczywistości, można wieloaspektowo interpretować i poznawać starość jako ostatniego okresu życia (Bugajska, 2005).

Starość jest więc nieuchronną, silnie zindywidualizowaną fazą, częścią długotrwałego procesu rozwojowego człowieka kształtowaną przez czynniki biologiczne, psychologiczne i społeczne. Połączenie tych trzech perspektyw pozwala lepiej uchwycić charakter tego zjawiska, które powinno być ujmowane w relacji ze starzeniem się jako dynamicznym procesem, uwzględniając jego konsekwencje demograficzne, ekonomiczne i społeczne, a jednocześnie aspekty indywidualnego starzenia się.

Podobnie jak pojęcie starości, jednoznacznym ustaleniom wymyka się także określenie jej początku, „nie da się precyzyjnie określić momentu, w którym następuje „przekroczenie progu starości” (Szatur-Jaworska i in., 2006, s. 46). J. Piotrowski pisał: „starość ma wyraźnie określoną granicę końcową, która jest granicą ludzkiego życia, natomiast jej granica początkowa jest bardzo nieokreślona” (Piotrowski, 1971, s. 126). Uznając zatem, że starzenie się jest procesem towarzyszącym jednostkom od dnia narodzin w ciągu całego życia, a starość jako etap pojawia się pod koniec jego trwania, w naturalny sposób pada pytanie, w którym momencie nadchodzi albo zostaje osiągnięta, jak pisze I. Stuart-Hamilton: „pomimo popularnej tezy ludzie nie starzeją się z dnia na dzień” (Stuart-Hamilton, 2000, s. 18). Z tego względu w badaniach nad procesem starzenia się i starością

można wyróżnić istotne momenty inicjujące ten etap życia, określane mianem progów starości, tzn. wiek biologiczny, kalendarzowy, psychologiczny, społeczny, ekonomiczny oraz socjalny (prawny) (Szatur-Jaworska i in., 2006; Szarota, 2010; Woźniak, 2016).

2.1.1. Wymiar biologiczny

Z. Woźniak z całą mocą podkreśla, że „pierwotne impulsy inicjujące proces starzenia się należą z całą pewnością do biologii” (Woźniak, 2016, s. 87). R. Kijak i Z. Szarota definiują starzenie się jako wielowarstwowy i wielowymiarowy proces, który zależy od wielu współwystępujących czynników, wewnętrznych i zewnętrznych, właściwy całemu światu ożywionemu – wszystkim żywym organizmom, w aspekcie biologicznym „polega na zmniejszaniu się zdolności regeneracji ustroju, spadku zdolności samoodnawiania się komórek i tkanek, wreszcie – osłabieniu zdolności adaptacyjnych organizmu (Kijak & Szarota, 2013, s. 12). W tym ujęciu Z. Woźniak akcentuje, że starzenie się stanowi naturalny, genetycznie uwarunkowany proces zmian, w ramach którego dochodzi do starzenia się komórek, tkanek i organów. To kolejny etap rozwoju i dojrzewania organizmu, będący jednocześnie skutkiem niedoboru niezbędnych substancji biochemicznych oraz konsekwencją kumulujących się chorób i uszkodzeń ciała (Woźniak, 2016, s. 54). Co ważne, proces ten nie przebiega w sposób jednolity – „występują znaczące indywidualne różnice w tempie starzenia się, obejmujące wszystkie wewnętrzne organy, które pod wpływem stylu życia oraz czynników zewnętrznych mogą u różnych osób starzeć się („zużywać”) w innym tempie” (Kijak & Szarota, 2013, s. 12).

Stąd należy rozróżniać obecne w starości zmiany pierwotne, wywołane rzeczywistym, fizjologicznym – naturalnym procesem starzenia się i zmiany wtórne spowodowane przez choroby czy uszkodzenia ciała, mowa jest wtedy o patologicznym starzeniu się, wynikającym z chorób, a wieku. Z. Woźniak pisze: „Nie wszystkie zmiany funkcjonalne są spowodowane procesem starzenia się – niektóre są rezultatem patologii, inne wywołane nadmiernym obciążaniem narządów i układów bądź zaniechaniem działań koniecznych dla funkcjonowania organizmu (styl życia, np. brak ruchu, zła dieta)” (Woźniak, 2016, s. 73). Według analiz Z. Woźniaka, proces starzenia można podzielić na trzy zasadnicze typy. Pierwszy z nich to starzenie patologiczne, które ze względu na swój charakter przebiega zwykle w sposób przyspieszony i przedwczesny. Drugi typ to starzenie fizjologiczne, określane także jako normalne, które może przyjmować postać pomyślną – związaną z niskim ryzykiem chorób i utrzymaniem wysokiego poziomu sprawności. Trzeci

typ to starzenie typowe, które choć wiąże się ze stanem niepatologicznym, to jednak łączy się z narastającym ryzykiem wystąpienia chorób (Woźniak, 2016).

W biologicznym wymiarze starość jest okresem życia człowieka, która następuje po wieku dojrzałym, charakteryzującym się postępującymi zmianami w sferze ciała, obniżaniem funkcji życiowych, w jego procesach przystosowawczych czy doświadczaniem, często nieodwracalnych chorób. Jan Szczepański pisał: „starość kojarzy się zazwyczaj z siwymi włosami, zmarszczkami i powolnością ruchów. Uważamy ją za nieuchronną konieczność rozwoju – jest jego etapem, zamknięciem, od którego nie ma powrotu” (Szczepański, 1988, s. 288). Z. Szarota wskazuje na osiem etapów starzenia się biologicznego, które obejmują: uszkodzenia na poziomie komórkowym i molekularnym, zdolność komórek do ochrony przed destrukcją, stopniową utratę mechanizmów naprawczych, pojawianie się nieprawidłowości strukturalnych i enzymatycznych, niewydolność komórkową, narastające dysfunkcje tkanek, narządów i układów, postępującą niezdolność organizmu adaptacji środowiskowej oraz ostatecznie śmierć (Szarota, 2010, s. 28). Podobne zdanie wyraża B. Bugajska, według której biologiczne rozumienie starości opiera się na tzw. „mocnym modelu rozwoju”, w którym proces starzenia się przebiega przez kolejne, nieodwracalne stadia w ściśle określonym porządku. W modelu tym osiągnięcie dojrzałości biologicznej stanowi kres rozwoju organizmu, po którym następuje etap zmian degeneracyjnych, prowadzących do stopniowego spadku sprawności oraz osłabienia mechanizmów odpornościowych, co ostatecznie skutkuje śmiercią (Bugajska, 2005). Autorka podkreśla także pojawiający się coraz częściej pogląd o indywidualnym i niepowtarzalnym charakterze biologicznego starzenia się, które może przebiegać odmiennie dla każdego człowieka, zgodnie z jego osobniczym profilem (Bugajska, 2005). Z tego powodu, tempo starzenia się poszczególnych jednostek jest zróżnicowane, a wiek biologiczny, który wyznacza moment przejścia w etap starości, zależy od ogólnej sprawności i funkcjonowania organizmu oraz stopnia zaawansowania procesów starzenia się biologicznego. W związku z tym, określenie dokładnego początku starości jest trudne i niejednoznaczne.

Wiek biologiczny nie odpowiada także wiekowi kalendarzowemu (chronologicznemu) odpowiadającemu liczbie przeżytych lat, które w sposób arbitralny kwalifikują człowieka do określonego momentu starości, I. Stuart-Hamilton pisze: „jest to jednak miara niezwykle względna. To, ile razy Ziemia obiegła Słońce od momentu urodzin danej osoby, nie mówi o niej niczego, chyba że ów wpływ czasu pozostaje w związku z innymi, bardziej istotnymi zmianami (Stuart-Hamilton, 2000, s. 19).

2.1.2. Wymiar psychologiczny

Analizując psychologiczny aspekt starości, S. Steuden zauważa, że [...] jest to okres poważnych przeobrażeń w zakresie osobowości, funkcji poznawczych, zdolności adaptacyjnych, relacji społecznych” (Steuden, 2014, s. 48). Zdaniem autorki, w trakcie starzenia się fizjologicznego nie obserwuje się zasadniczych deficytów w obrębie takich funkcji psychicznych, jak: pamięć, rozległość wiedzy, zasób słów, osąd praktyczny, umiejętność zmagania się z sytuacjami trudnymi, zdolność logicznego myślenia czy zdolność wykonywania złożonych codziennych czynności. Zmniejsza się natomiast zdolność przetwarzania nowych informacji, koncentracji i podzielności uwagi, zapamiętywania i uczenia się nowych rzeczy. Spada także tempo wykonywania zadań i rozwiązywania problemów, obniża się zdolność koordynacji wzrokowo-ruchowej oraz pamięci operacyjnej (Steuden, 2014). Podobnie sytuacja wygląda ze sprawnością intelektualną. Badania naukowe nad tą funkcją psychiczną w okresie starości zaprzeczyły pogładowi o deficycie intelektualnym jako typowym objawie starzenia się. Inteligencja zmienia się z wiekiem, ale nie zmniejsza się – „obniża się inteligencja płynna i szybkość myślenia, taka sama pozostaje natomiast inteligencja krystalizowana (wiedza, doświadczenie życiowe, słownictwo)” (Leszczyńska-Rejchert, 2005, s. 55, za: Fabiś i in. 2015, s. 64). Teoria deficytu intelektualnego jest podważana przez fakt, że proces starzenia się przebiega indywidualnie u każdej osoby, w różnym tempie i zakresie. Ponadto, procesy deficytowe mogą rozpoczynać się już we wczesnej dorosłości, a różne funkcje intelektualne osiągają swoje szczytowe możliwości w odmiennych okresach życia (Szatur-Jaworska i in. 2006; Steuden, 2014). B. Szatur-Jaworska pisze o braku jednoznacznej zgody wśród psychologów co to tego czy osobowość człowieka ulega zmianom w okresie starości. Podkreśla, że niektórzy badacze wskazują na występowanie takich zmian, uwypuklając skłonność osób starszych do unikania ryzyka, niechęć do zmian, zwiększoną emocjonalność, osłabienie uczucia złości oraz ograniczenie zdolności twórczych. Inni natomiast akcentują znaczną stabilność osobowości w ciągu życia lub zwracają uwagę na to, że zmiany te są niejednorodne i różnokierunkowe, co uniemożliwia wskazanie dominujących procesów typowych dla starości (Szatur-Jaworska i in. 2006). S. Steuden wyróżnia cztery zasadnicze typy osobowości występujące wśród osób starszych, które przekładają się na możliwe wzorce ich funkcjonowania – zależne zarówno od poziomu aktywności społecznej, jak i odczuwanej satysfakcji życiowej. Pierwszym z nich jest osobowość zintegrowana, charakteryzująca osoby dobrze funkcjonujące psychospołecznie. W jej ramach można wskazać trzy odmienne wzorce. Wzorzec reorganizatora obejmuje osoby nadal aktywnie

uczestniczące w różnych organizacjach i stowarzyszeniach, które nieustannie przekształcają i reorganizują własną aktywność. Wzorzec skupiony dotyczy natomiast tych, którzy zachowują poczucie satysfakcji życiowej, ale angażują się w życie społeczne w mniejszym zakresie, koncentrując się raczej na wybranych obszarach aktywności. Z kolei wzorzec niezaangażowany odnosi się do osób, które – mimo wewnętrznej integracji i poczucia zadowolenia – przejawiają bardzo niski poziom aktywności społecznej. Drugim typem jest osobowość obronna, obejmująca osoby ambitne i skoncentrowane na sukcesach, które jednocześnie wykazują tendencje obronne w sytuacjach trudnych i silną potrzebę kontrolowania własnych zachowań. W jej obrębie wyróżniono dwa wzorce funkcjonowania. Wzorzec powstrzymujący charakteryzuje osoby, które czują się zagrożone starością i trwają przy wzorcach zachowania ukształtowanych w okresie średniej dorosłości; aktywność i osiągnięcia stają się dla nich sposobem tłumienia myślenia o starości i źródłem podtrzymywania poczucia własnej wartości. Wzorzec ograniczający natomiast odnosi się do osób obawiających się deficytów związanych ze starzeniem, które – mimo niskiej aktywności – potrafią funkcjonować poprawnie w sferze społecznej. Trzeci typ to osobowość pasywno-zależna, w której można wyróżnić dwa wzorce. Pierwszy z nich, wzorzec szukającego wspomagania, dotyczy osób o silnej potrzebie zależności od innych, przy przeciętnym poziomie aktywności i umiarkowanym poczuciu satysfakcji życiowej. Drugi, wzorzec apatyczny, odnosi się do osób przejawiających pasywność i apatię, połączone z niskim poczuciem satysfakcji życiowej. Ostatni typ, osobowość niezintegrowana, wiąże się ze zdeorganizowanym wzorcem starości. Charakteryzuje on osoby, u których występują zaburzenia funkcji poznawczych, osłabiona kontrola emocjonalna, a także niski poziom aktywności i satysfakcji życiowej (Steuden, 2014). W kontekście psychologicznego wymiaru starości warto przywołać teorie wywodzące się z psychologii rozwojowej, które traktują rozwój człowieka jako proces przebiegający przez jakościowo odmienne etapy. Robert Havighurst w swojej koncepcji przypisuje każdej fazie życia konkretne zadania rozwojowe, których realizacja uzależniona jest od biologicznych zmian w organizmie, warunków społeczno-kulturowych oraz indywidualnych wartości i aspiracji jednostki. W odniesieniu do starości są to m.in.: adaptacja do spadku sił fizycznych, przystosowanie do nowych, zmieniających się ról społecznych, akceptacja przejścia na emeryturę i zmniejszenia dochodów, a także radzenie sobie ze stratą bliskich osób. Inną perspektywę prezentuje Erik Erikson, autor koncepcji rozwoju tożsamości w cyklu życia, który wyróżnia osiem etapów życia człowieka, każdy z nich wiąże się z koniecznością rozwiązania konkretnego kryzysu emocjonalnego. Przewycięzenie tego

kryzysu umożliwia jednostce osiągnięcie nowego poziomu tożsamości i kontynuowanie rozwoju w kolejnych fazach życia. W przypadku starości mierzy się z dylematem pomiędzy rozpaczą, wywołaną świadomością nadchodzącego kresu życia, a integralnością, czyli – zgodnie z ujęciem Eriksona – akceptacją oraz poczuciem sensu dotychczasowego życia (za: Bugajska, 2005; Szatur-Jaworska i in., 2006). Koncepcja Daniela. J. Levinsona, z kolei, obejmuje głównie okres dorosłości człowieka, w którym kompleksowo rozpatruje się występujące w cyklu rozwoju życia zmiany natury biologicznej, społecznej i psychicznej. D. Levinson dzieli życie dorosłego człowieka na cztery ery, przedzielone trzema okresami przejściowymi, które wzajemnie na siebie oddziałują. Podstawą tego podziału są zadania, które jednostka musi zrealizować, napotykanne trudności oraz metody ich przezwyciężania. W tej perspektywie starość to czas zmniejszającej się wydolności fizycznej, wycofywania się z aktywności zawodowej oraz konieczności redefinicji własnych ról społecznych. Osoba starsza musi wówczas na nowo zorganizować swoje relacje ze światem i odnaleźć wewnętrzną równowagę, a etap życia, w którym się znalazła nadal może być aktywny i twórczy, jeśli sprzyja temu dobre zdrowie (za: Szatur-Jaworska i in., 2006; Szarota, 2010).

Na tle powyższych typologii warto jednak pamiętać, że obraz starzenia się w wymiarze psychologicznym nie ogranicza się jedynie do klasyfikacji wzorców osobowości. W ocenie B. Bugajskiej istotne jest także dostrzeganie nie tylko negatywnych, ale również pozytywnych aspektów zachodzących wraz z wiekiem zmian natury psychicznej człowieka. Z wiekiem maleje jego zdolność do adaptacji, a struktura osobowości staje się mniej elastyczna, co sprawia, że nie podlega już takim zmianom jak w młodszym wieku. Jednym z przejawów tej zmiany może być upór i despotyczność, a także skłonność do kurczowego trzymania się utartych schematów myślenia. Niemniej jednak, utrwalona struktura osobowości może dawać otoczeniu poczucie stabilności, redukując niepokój spowodowany szybkim tempem życia i jego zmiennością. Ta stabilność jest także jednym z ważnych atrybutów władzy. Z biegiem lat spada dynamika życiowa, pojawia się zmęczenie, a siły witalne słabną. Procesy percepcyjne oraz zdolności zapamiętywania stają się mniej efektywne, a chęć do działania i przekształcania otoczenia maleje. Jednakże pozytywnym aspektem tej zmiany jest wzrost tendencji integracyjnych, czyli większa zdolność do realnej syntezy, a także rozwój dystansu wobec otoczenia i samego siebie. Zmienia się perspektywa – to, co wcześniej wydawało się istotne, teraz traci na znaczeniu, podczas gdy rzeczy, które wcześniej były niedostrzegane, zaczynają nabierać wartości (Bugajska, 2005).

Wiek psychiczny ustalany jest na podstawie stanu takich elementów jak: funkcje poznawcze, sprawność wybranych zmysłów, koordynacja psychomotoryczna oraz zmiany w obrębie osobowości. Pomimo badań w tym zakresie, nadal nie udało się jednoznacznie określić zależności pomiędzy wiekiem a dynamiką procesów psychicznych. Można więc oszacować go w oparciu o subiektywną ocenę dokonywaną przez samą jednostkę, która identyfikuje się jako osoba starsza „we własnych oczach” (Bugajska, 2005, s. 23). Mamy wtedy do czynienia, zdaniem Szatur-Jaworskiej z kryterium intrasubiektywnym – „człowiek ma tyle lat, na ile się czuje”, identyfikacja może mieć także charakter intersubiektywny (Szatur-Jaworska in., 2006, s. 47) i nastąpić „w oczach innych” w oparciu o jej społeczny odbiór. W nawiązaniu do tego, B. Bugajska pisze: „podłożem dla kształtującej się u jednostki świadomości starzenia się nie jest wyłącznie obserwacja siebie pod względem wydolności fizycznej i psychicznej oraz stanów afektywnych, odbiegających stopniowo od standardów młodości. Co najmniej tak samo ważnym czynnikiem dla „przechodzenia przez starość” jest to, jak starzenie się jednostki jest postrzegane społecznie” (Bugajska, 2005, s. 24). W odniesieniu do zagadnienia wieku psychicznego, Z. Szarota podkreśla, że poczucie bycia osobą starszą może ukształtować się wówczas, gdy jednostka zaczyna zauważać u siebie charakterystyczne symptomy starzenia się, takie jak siwizna, zmarszczki czy obniżenie sprawności. Może ono również wynikać z doświadczenia wyobcowania kulturowego, związanego z trudnością w odnalezieniu się w kodzie kulturowym młodszych generacji – przejawiającą się brakiem zrozumienia ich języka, stylu życia, wartości czy norm społecznych. Dodatkowo, istotnym czynnikiem kształtującym subiektywne odczucie starości może być także sposób, w jaki osoba jest odbierana przez otoczenie – kiedy otrzymuje komunikaty społeczne, werbalne bądź niewerbalne, sugerujące, że jest postrzegana jako osoba starsza (Szarota, 2010).

2.1.3 Wymiar społeczny

Rozpatrując kwestię starości społecznej, Z. Woźniak wyraźnie odnotowuje: „z pewnością pierwsze, biologiczne „pchnięcie” uruchamia senioralne koło fortuny, lecz na ostateczny rezultat starzenia się składa się wiele procesów pozabiologicznych o charakterze psychospołecznym, kulturowym i ekonomicznym, rozstrzygających o cechach statusu ludzi starych” (Woźniak, 2016, s. 87). W języku socjologii status społeczny, inaczej pozycja społeczna to społecznie definiowane umiejscawianie jednostki w strukturze społecznej, które odnosi się bezpośrednio do tego, kim ta jednostka, a także do przypisanego jej prestiżu społecznego, czyli pewnej społecznej wartości (Olechnicki & Załęcki, 2004). W tym

kontekście, w opinii Z. Woźniaka, starzenie się w wymiarze społecznym to proces zmian wywołany reakcją na środowisko społeczne – dla osób starszych to wiek społeczny jest wyrazem ich społecznej sytuacji (Woźniak, 2015). Ta definicja opiera się na założeniu, że w poszczególnych fazach życia zmienia się charakter, zakres i hierarchia ról społecznych jednostek, a także jakość postaw społeczeństwa wobec osób starszych, co wpływa na zmianę ich pozycji społecznej (Szatur-Jaworska i in., 2006). To także społeczne wzorce internalizowane przez jednostkę, która osiągając starszy wiek, skłania się do definiowania siebie w tym kontekście (Taranowicz, 2014). Ta społeczna perspektywa jest istotna również ze względu na społeczne znaczenia, struktury i procesy z nim związane (Morgan & Kunkel, 2007). Według B. Szatur-Jaworskiej, społeczny wymiar starości odsłania także pewną oczywistą rzeczywistość, a mianowicie, że osoby znajdujące się na określonym etapie życia są zazwyczaj klasyfikowane jako przedstawiciele konkretnej grupy wiekowej, wobec której społeczeństwo formułuje charakterystyczne oczekiwania – zakłada się, że osoby w danym wieku powinny pełnić określone role społeczne i podporządkowywać się przypisanym im normom związanym z wiekiem. Jednostka, która została właściwie zsocjalizowana, akceptuje ten etap życia i dostosowuje do niego swoje postawy oraz zachowania (Szatur-Jaworska i in., 2006). Rola społeczna to wewnętrznie spójny i jasno określony przez społeczeństwo zbiór norm oraz oczekiwań dotyczących tego, jak powinna zachowywać się jednostka w określonych sytuacjach, wynikający z zajmowanego przez nią statusu społecznego. Obejmuje ona również zestaw podstawowych praw, obowiązków i uprawnień, które są przypisane do danej pozycji w strukturze społecznej (Olechnicki & Załęcki, 2004). Istnieją więc także typowe role osób starszych. Do najważniejszych należą funkcje rodzinne, zwłaszcza rola babci i dziadka, aktywność zawodowa w przypadku osób kontynuujących w pewnym zakresie pracę, uczestnictwo w grupach towarzyskich i sąsiedzkich, zaangażowanie we wspólnotę lokalną i życie obywatelskie, a także korzystanie z czasu wolnego (Szatur-Jaworska i in., 2006). Jak pokazuje to zestawienie, część z tych ról w różnym stopniu utrzymuje się, inne zanikają, a równocześnie pojawiają się nowe. Coraz częściej katalog ról społecznych związany ze starością ulega poszerzeniu o rolę ucznia – uczestnika instytucji kulturalnych i edukacyjnych (np. Uniwersytet Trzeciego Wieku) oraz rolę podopiecznego związanej z utratą samodzielności i koniecznością korzystania z pomocy rodziny bądź instytucji (Szarota, 2010). Podsumowując ten aspekt zjawiska starości, warto podkreślić, że wiąże się on z istotnymi przeobrażeniami w zakresie dotychczas pełnionych przez jednostkę ról społecznych, zajmowanej pozycji w strukturze społecznej oraz sposobu, w jaki postrzegana jest przez otoczenie. Konieczność „reorganizacji” codziennego

funkcjonowania staje się jednym z ważniejszych zadań życiowych i rozwojowych okresu starości — zwłaszcza w kontekście przejścia na emeryturę. Ograniczenie liczby ról społecznych pełnionych przez jednostkę w przyszłości lub ich całkowita zmiana może prowadzić zarówno do poczucia ulgi i uwolnienia od wcześniejszych zobowiązań, jak i do frustracji czy żalu związanego z utratą dotychczasowego znaczenia i prestiżu. W konsekwencji tego procesu osoba starsza, która wcześniej znajdowała się w centrum życia społecznego, często przesuwa się na jego peryferia — ponieważ właśnie w ten sposób często postrzegana jest społeczna pozycja przypisywana starości. Przejście na emeryturę, będące symbolicznym i praktycznym odejściem od aktywności zawodowej, skutkuje nie tylko zmianą codziennego rytmu życia, ale nierzadko także pogorszeniem sytuacji ekonomicznej (Szarota, 2010; Czekanowski, 2012; Woźniak, 2016).

Wiek ekonomiczny jednostki, jak pisze P. Czekanowski określany jest na podstawie jej pozycji w strukturze społecznego podziału pracy. W związku z tym wprowadza się rozróżnienie na osoby znajdujące się w wieku produkcyjnym oraz nieprodukcyjnym. Do tej drugiej grupy zalicza się zarówno dzieci i młodzież (wiek przedprodukcyjny), jak i osoby starsze (wiek poprodukcyjny). Tym samym granica ekonomicznego początku starości pokrywa się z wejściem w wiek poprodukcyjny, czyli przejściem na emeryturę, które w Polsce ustalone jest obecnie na 60 lat dla kobiet i 65 lat dla mężczyzn (Czekanowski, 2012).

Wiek socjalny (prawny), z kolei, definiowany jest w oparciu o obowiązujące przepisy prawa i odnosi się do fazy życia, w której jednostka staje się beneficjentem systemu zabezpieczenia społecznego z uwagi na obniżoną lub utraconą zdolność do samodzielnego zarobkowania. W ujęciu socjalnym starość utożsamiana jest z momentem nabycia uprawnień do świadczeń emerytalnych oraz innych form wsparcia gwarantowanych przez państwo. W warunkach polskich granicę tę wyznacza się na 60. rok życia w przypadku kobiet i 65. w przypadku mężczyzn, natomiast za próg tzw. starości sędziwej uznaje się 75. rok życia — od tego momentu osoby starsze mogą otrzymać zasiłek lub dodatek pielęgnacyjny. W przypadku osób starszych znajdujących się w trudnej sytuacji materialnej, istnieje możliwość ubiegania się o świadczenia pochodzące z systemu pomocy społecznej (Czekanowski, 2012).

Wyznaczanie progów rozpoczynających starość oraz określające jej kolejne etapy ma na celu stworzenie klarownych ram analitycznych tej fazy życia, a także jednoznaczne określenie zbiorowości, która stanowi przedmiot badań w kontekście starości — „w kwestii progu starości obowiązuje umowa społeczna, nie sposób bowiem obiektywnie wyznaczyć

jej początku” (Szarota, 2010, s. 45). Jako główne kryterium, najczęściej przyjmuje się w tym celu wiek metrykalny – rozwiązanie to, choć praktyczne, nie zawsze odpowiada rzeczywistemu przebiegowi zmian towarzyszących procesowi starzenia się. Przejście do okresu starości oraz jego dalsze fazy uwarunkowane są bowiem licznymi, zindywidualizowanymi czynnikami. Procesy te mogą rozpoczynać się w różnym czasie, pod wpływem odmiennych bodźców i zależą zarówno od cech indywidualnych danej osoby, jak i od środowiska, w którym funkcjonuje.

2.2. Periodyzacja starości i jej umowny początek

Zindywidualizowany charakter procesu starzenia się, heterogeniczność populacji osób starszych oraz wydłużanie się życia ludzkiego wskazują na rosnącą potrzebę wyodrębniania wewnętrznych granic poszczególnych faz starości. W demograficznych klasyfikacjach cyklu życia takie podziały funkcjonują od dawna i obok wskazywania momentu rozpoczęcia starości, wyznacza się również granice jej kolejnych etapów, „dla demograficznych analiz porównawczych za podstawowe kryteria ocen zjawiska starzenia indywidualnego i społecznego przyjmowane są progi wiekowe” (Trafiałek, 2016, s. 36). Przykładem takiego podejścia jest klasyfikacja zaproponowana przez Edwarda Rosseta, który wyróżnił „wiek starszy”, rozpoczynający się od 60. roku życia, oraz „starość”, której początek przypada na 75. rok życia. Elżbieta Trafiałek zauważa, że najczęściej przywoływaną w literaturze przedmiotu periodyzacją procesu starzenia się jest ta zaproponowana przez Wojciecha Pędlicha. Zakłada ona wyodrębnienie trzech faz starości: wczesnej, obejmującej osoby w wieku 60–74 lat (*young old*), późnej, odnoszącej się do grupy wiekowej 75–89 lat (*old old*) oraz etapu długowieczności, przypisanego osobom powyżej 90. roku życia (*longlife*) (Trafiałek, 2016, s. 36). Innym, stale obecnym w badaniach tej problematyki, jest podział upowszechniany przez Światową Organizację Zdrowia, która dzieli starość na trzy podokresy: przedstawia się następująco: wczesną starość (wiek podeszły) – między 65 a 74 rokiem życia, wiek starczy (późną starość) – między 75 a 90 rokiem życia oraz długowieczność (sędziwość), dotyczy osób po ukończeniu 90 roku życia (Nowicka, 2008).

Jak zauważa I. Stuart-Hamilton, niektórzy autorzy dokonują podziału obejmującego tylko dwie fazy podziału osób starszych: na „młodszych starszych” i „bardzo starych”. Natomiast w jeszcze innym ujęciu osoby powyżej 65. roku życia dzieli się na przedstawicieli „trzeciego wieku” – aktywnych i niezależnych – oraz „czwartego wieku”,

odnoszącego się do okresu życia charakteryzującego się zależnością od innych. Zdaniem I. Stuarta-Hamiltona terminy te zyskują aprobatę ze względu na neutralny wydźwięk, pozbawiony pejoratywnych skojarzeń typowych dla określeń takich jak „stary” czy „starszy”. Niemniej nadal pozostają sporne, ponieważ odnoszą się w istocie do stopnia potrzebnej pomocy (Stuart-Hamilton, 2006).

Koncepcja „trzeciego wieku”, zaproponowana przez Petera Lasletta (1989), stała się jednym z ważniejszych punktów odniesienia w refleksji nad starością i późną dorosłością. Jej istotą jest podział życia człowieka na kolejne fazy, co ma ułatwiać zrozumienie przemian zachodzących w starzejących się społeczeństwach. „Pierwszy wiek” odnosi się do dzieciństwa i edukacji, „drugi” – do dorosłości i aktywności zawodowej, „trzeci” – do okresu po zakończeniu pracy zawodowej, natomiast „czwarty” – do ostatniej fazy życia, definiowanej tradycyjnie przez trzy cechy: słabość, zależność i śmierć (za: Angel & Settersten, 2013). „Trzeci wiek” obejmujący niekiedy kilka dekad, może stanowić jakościowo nowy etap życia, będący czasem możliwości, aktywności i rozwoju. To okres, w którym osoby starsze nie są już obciążone obowiązkami rodzicielskimi ani zawodowymi, a więc mogą podejmować nowe formy zaangażowania, rozwijać zainteresowania, tworzyć relacje czy konstruować nowe tożsamości. W tym sensie „trzeci wiek” bywa określany mianem „nowego modelu późnego życia” lub „środkowego kursu późnej dorosłości”, intensywnie rozwijana, akcentuje nie tylko możliwości samorealizacji i produktywności w okresie emerytalnym, ale także ryzyko, że jej zalety mogą być krótkotrwałe i uzależnione od stanu zdrowia oraz dostępnych zasobów materialnych i społecznych (Carr & Manning, 2010; Biggs, 2018; Gilleard & Higgs, 2022).

Jeszcze inną propozycją typologii starości jest podział zaproponowany przez E. Dubas, która wyróżnia trzy etapy tego okresu życia: wczesną starość – określaną jako czas „złotej jesieni”, charakteryzujący się jeszcze znacznymi siłami witalnymi, perspektywami życiowymi, możliwością samorealizacji, podejmowania nowych zajęć i budowania relacji; późną starość –metaforycznie „zachodzącym słońcem” utożsamianą z systematycznym spadkiem sił, czasem bilansowania życia i przygotowywania się do jego kresu; oraz długowieczność – rozumianą jako bardzo zindywidualizowany okres „schodzenia ze sceny”, w którym jednostka mierzy się z doświadczeniem bliskości finału życia (Dubas, 2016b). Ze względu na bogactwo pojęć i określeń używanych w odniesieniu do osób starszych, konieczne staje się umowne, ale zarazem jednoznaczne wskazanie momentu, w którym rozpoczyna się starość. Ustalanie „progów” starości oraz etapów ją definiujących ma na celu nie tylko analityczne uporządkowanie tej fazy życia, ale także

wyodrębnienie grupy osób starszych jako przedmiotu badań naukowych (Szatur-Jaworska i in. 2006; Czekanowski 2012). Zagadnieniu wyznaczenia progu starości wiele uwagi poświęcił P. Czekanowski, który zdecydowanie opowiada się za przyjęciem 65. roku życia jako punktu granicznego. Wskazuje on na szeroką akceptację tej granicy w środowisku naukowym, jej powszechność w międzynarodowych gremiach i organizacjach (np. ONZ), zrzeszających specjalistów różnych dziedzin zajmujących się kwestiami starości i starzenia się, oraz na jej użyteczność metodologiczną. Czekanowski, powołując się na słowa E. Rosseta z 1967 roku, argumentuje: „musimy się zdecydować na zaaprobowanie fikcji, że ta czy inna umownie przyjęta granica wieku starczego ma walor uniwersalny, bo to umożliwia nam dokonywanie porównań zarówno w czasie, jak i przestrzeni” oraz pozwala na wyodrębnienie grupy czy kategorii osób starych (za: Czekanowski, 2012, s. 99). Jego zdaniem, potrzeba ta dotyczy nie tylko socjologii starości, ale również innych dyscyplin naukowych zajmujących się problematyką starzenia się. Ujednolicenie tego momentu jest niezbędne zarówno do prowadzenia spójnych analiz naukowych, jak i do tworzenia przejrzystego przekazu o ludziach starszych dla szerokiego kręgu odbiorców. Uznanie 65. roku życia jako granicy starości pozwala na ustalenie wspólnego punktu odniesienia w badaniach gerontologicznych, podejmowanie działań społecznych i politycznych skierowanych do tej grupy, a także na porównywanie wyników badań prowadzonych w różnych krajach i okresach historycznych (Czekanowski, 2012). Rozważania te uznałam za szczególnie trafne i w związku z tym zdecydowałam się zaprosić do badania osoby powyżej 65. roku życia, przyjmując ten próg jako jedno z kryteriów doboru próby.

2.3. Społeczne teorie starzenia się

Danuta Seredyńska, nawiązując do myśli H. Turnera, podkreśla, że teoria stanowi fundamentalne narzędzie poznawcze, umożliwiające zrozumienie badanych zjawisk (Turner, za: Seredyńska, 2013, s. 142). Jej zdaniem teoria pełni zasadniczą rolę w rozwoju każdej dyscypliny naukowej, gdyż nie tylko dynamizuje jej postęp, lecz także porządkuje proces poznawczy, wyznaczając ramy analizy, interpretacji i wyjaśniania zjawisk. M. Muszyński dodaje: „Teoria [...] ujmuje w całość wielość opisów, wskazuje, w jaki sposób zjawiska są ze sobą powiązane i dlaczego w ogóle następuje związek między nimi, umożliwia przeprowadzenie działań praktycznych i wskazuje na obszar niewiedzy” (Muszyński, 2011, s. 209). Nie inaczej jest w przypadku badań nad procesem starzenia się i starości, gdzie teoria dostarcza różnorodnych perspektyw badawczych, umożliwiających

wieloaspektowe ujęcie tej problematyki. Jak zauważa D. Serdyńska, „dostarcza wielu soczewek do oglądu szerokiego pola badawczego”, co oznacza, że sama empiryczna analiza nie jest wystarczająca – konieczne jest także teoretyczne wyjaśnienie uzyskanych wyników (Seredyńska, 2013, s. 142). Podobne stanowisko zajmuje P. Czekanowski, który wskazuje, że istotnym wkładem socjologii w rozwój badań nad osobami starszymi są teorie socjologiczne, stanowiące podstawę interpretacji zjawisk związanych ze starością. Mimo rosnącego zainteresowania tym obszarem badawczym, nie wykształciła się jednak jednolita, spójna orientacja teoretyczna dedykowana wyłącznie badaniom procesu starzenia się. W konsekwencji obserwuje się różnorodne podejścia teoretyczne, bazujące na ogólnych teoriach socjologicznych, które są dobierane przez badaczy w zależności od ich indywidualnych preferencji i przyjętej perspektywy badawczej (Czekanowski, 2012, s. 77). Potwierdza to M. Muszyński, który dowodzi, że „obecnie mamy do czynienia z wielością różnych teorii, które ujmują fenomen starzenia się w interesującym ich wycinku rzeczywistości (Muszyński, 2011, s. 209). Kwestia pluralizmu teoretycznego w gerontologii społecznej jest również podkreślana przez B. Szatur-Jaworską, która wskazuje na równoczesne wykorzystywanie różnych teorii naukowych – zarówno wzajemnie się uzupełniających, jak i konkurencyjnych. W największym stopniu gerontolodzy społeczni odwołują się do teorii socjologicznych oraz psychologicznych, co umożliwia interdyscyplinarne podejście do problematyki starzenia się. W jej opinii „pluralizm teoretyczny gerontologii społecznej przejawia się również w tym, że w nauce tej mamy do czynienia nie z jedną – powszechnie akceptowaną – lecz z licznymi teoriami opisującymi prawidłowości procesu starzenia się” (Szatur-Jaworska i in., 2006, s. 19).

Na przestrzeni lat, w polskiej literaturze gerontologicznej dokonywano zatem przeglądu istniejących społecznych teorii starzenia się, u źródeł których leżały rozmaite perspektywy i nurty teoretyczne wyrosłe przede wszystkim na gruncie socjologii, część z nich pochodzi z psychologii (m.in. Synak, 1999; Zych, 2001; Halicki, 2006; Szatur-Jaworska i in., 2006; Szarota, 2010; Czekanowski, 2012; Steuden, 2012; Seredyńska, 2013). Jedną z propozycji systematyzacji społecznych teorii starzenia się przedstawił B. Synak, który dokonał ich uporządkowania, wyróżniając trzy główne podejścia: te akcentujące rolę makrostruktur społecznych, te koncentrujące się na mikrospołecznej perspektywie oraz te oparte na innych orientacjach badawczych. Na tej podstawie powstał następujący podział:

- orientacje strukturalistyczne (ujęcie makrospołeczne), odnoszące się do strukturalizmu i jego odmian, w tym funkcjonalizmu oraz teorii konfliktu.

W ramach tego nurtu wyróżnia się m.in. teorię wyłączenia, teorię aktywności,

teorię kontynuacji (ciągłości), teorię stratyfikacji wieku, teorię podkultury (subkultury) starości oraz polityczną ekonomię starości,

- nurt interakcjonistyczny (ujęcie mikrospołeczne), który obejmuje teorie odwołujące się do symbolicznego interakcjonizmu, takie jak teoria wymiany i teoria naznaczania społecznego, a także teoria fenomenologiczna i teoria socjośrodowiskowa,
- inne orientacje, bazujące m.in. na analizie biegu życia oraz teorii modernizacji (Synak, 1999; Czekanowski, 2012).

Nieco inną klasyfikację zaprezentował J. Halicki, w jego ujęciu:

- w ramach strukturalnego funkcjonalizmu powstały teoria wycofania (wyłączania), teoria modernizacji, teoria stratyfikacji wiekowej oraz teoria biegu życia,
- socjologiczna teoria wymiany stanowiła podstawy do analizowania starzenia się w tym ujęciu,
- na gruncie symbolicznego interakcjonizmu wykształciły się teoria aktywności, teoria załamania społecznego/kompetencji oraz teoria subkultury starości,
- z marksizmu wyłoniła się teoria ekonomii politycznej wieku,
- fenomenologia społeczna stała się podstawą teorii fenomenologicznej (Halicki, 2006).

D. Seredyńska, natomiast, swoją analizę teorii starzenia się oparła na podejściu „pokoleń teorii” zaproponowanych przez V. Bengstona, E. Burgessa i T. Parrotta, którzy są zdania, że „obecne teorie [...] mają intelektualną historię, którą należy rozpoznać, ponieważ wcześniejsze sukcesy i porażki w wyjaśnianiu dostarczają kluczowych punktów widzenia, a których można ocenić adekwatność naszych własnych wysiłków empirycznych” (Bengston i in., 1997). W tej klasyfikacji przyjęto dwa główne kryteria: generację teorii (czas ich powstania) oraz poziom ich osadzenia w strukturze społecznej, czyli mikro (skoncentrowanie na jednostce i jej społecznych interakcjach), makro (odnoszące się do struktur społecznych) oraz mikro-makro (integracyjny). W opinii autorki ten sposób analizy uwzględnia zarówno kryterium paradygmatycznego rozwoju nauk, jak i kryterium obszarów odniesień i ich poziomów, a wygląda następująco:

- do 1970 roku, tzw. teorie pierwszej generacji, zwane wielkimi teoriami. Należą do nich: teoria wyłączania, teoria modernizacji, teoria aktywności i teoria subkultury,

- lata 1970 – 1985, tzw. teorie drugiej generacji, o szerszej perspektywie, wywodzące się z różnych szkół intelektualnych. Występują tutaj: teoria kontynuacji, teoria społecznych kompetencji i społecznego załamania, teoria wymiany, teoria stratyfikacji wieku oraz ekonomia polityczna wieku starszego,
- po 1985 roku, tzw. teorie trzeciej generacji, najszersze, obecne są tu ujęcia w szerszym rozumieniu, takie jak: perspektywa społecznego konstrukcjonizmu, perspektywa wymiany społecznej, perspektywa biegu życia, perspektywa feministyczna i perspektywa gerontologii krytycznej (Seredyńska, 2013, s. 39 – 45).

Najwcześniejsze teorie starzenia się – „pierwszej generacji” koncentrowały się przede wszystkim na procesie adaptacji jednostki do starości, podkreślając wyzwania, z jakimi mierzą się osoby starsze. Ich głównym celem było uchwycenie indywidualnych trudności związanych z tym etapem życia, jednak analizowały one jedynie wybrane aspekty zachowania społecznego. Wraz z rozwojem badań nad starzeniem się nastąpiła stopniowa zmiana perspektywy – coraz większy nacisk kładziono na społeczne uwarunkowania procesu starzenia się, a także na interakcje między jednostką a strukturami społecznymi. Kolejna generacja teorii starzenia się, określana jako drugie pokolenie, wywodziła się z wcześniejszych, bardziej ogólnych teorii socjologicznych, wiele z nich udoskonalono lub przeformułowano. Teorie te dążyły do całościowego ujęcia procesu starzenia się, uwzględniając zarówno perspektywę mikrospołeczną (skupioną na doświadczeniach i interakcjach jednostki), jak i makrospołeczną (odnoszącą się do strukturalnych i instytucjonalnych uwarunkowań starości). Niektóre podejścia integrowały oba te poziomy analizy, starając się wyjaśnić, w jaki sposób indywidualne doświadczenia osób starszych są kształtowane przez szersze procesy społeczne.

Współczesne teorie starzenia się, zaliczane do trzeciej generacji, cechują się podejściem multidyscyplinarnym, integrującym dorobek różnych nauk, takich jak socjologia, psychologia, historia czy ekologia. Stanowią one rozwinięcie wcześniejszych koncepcji, jednak w odróżnieniu od nich koncentrują się na bardziej wyspecjalizowanych poziomach analizy. Ich celem jest pogłębione zrozumienie procesów starzenia się zachodzących na różnych płaszczyznach społecznych. Część teorii trzeciej generacji bada starzenie się na poziomie mikrospołecznym, analizując doświadczenia jednostki, dynamikę relacji międzyludzkich czy funkcjonowanie osób starszych w ramach rodziny i małych grup społecznych. Inne podejścia koncentrują się na poziomie makrospołecznym, uwzględniając starzenie się w kontekście grup wiekowych, struktur społecznych czy procesów demograficznych obejmujących całe populacje. W przeciwieństwie do wcześniejszych

teorii, te współczesne rzadko łączą obie te perspektywy w jednolitą całość – skupiają się raczej na wybranych aspektach procesu starzenia się, dążąc do szczegółowego wyjaśnienia poszczególnych jego wymiarów. Tym samym rozwój teorii starzenia się „trzeciej generacji” – ujmowanych szerzej jako perspektywy teoretyczne, pokazuje dążenie do coraz bardziej precyzyjnych analiz oraz uwzględnienia złożoności i wielowymiarowości tego procesu. Podejście interdyscyplinarne pozwala na bardziej kompleksowe ujęcie starości, uwzględniające zarówno psychologiczne mechanizmy adaptacji, jak i społeczno-kulturowe uwarunkowania starzenia się w różnych kontekstach (Benston i in., 1997; Seredyńska, 2013). Rozwój teorii starzenia się odzwierciedla nie tylko postęp w badaniach nad starością, lecz także zmieniające się sposoby jej postrzegania. Wraz z upływem czasu zmieniały się zarówno interpretacje samego procesu starzenia się, jak i podejście badaczy do roli osób starszych w społeczeństwie. Początkowo traktowano starość głównie jako wyzwanie adaptacyjne jednostki, później zaczęto dostrzegać jej społeczny wymiar i badać ją w kontekście strukturalnym, kulturowym i ekonomicznym. Ta ewolucja teorii pokazuje, jak wraz ze zmianami społecznymi i demograficznymi poszerzało się także naukowe rozumienie starości, a tym samym – sposoby jej badania i interpretowania.

Na teorie starzenia się, należy, zdaniem M. Muszyńskiego „spojrzeć także jak na zwierciadło norm i wartości czasów”, w jakich powstały, czego przykładem są klasyczne już dziś, tzw. „wielkie teorie” – teoria wycofania i aktywności, które „nie tyle wskazywały na zmiany zachowań człowieka w biegu jego życia, co raczej sugerowały preferowany wzór aktywności w późnej dorosłości (Muszyński, 2024, s. 481). Obie koncepcje stanowią biegunowe podejścia do społecznych aspektów starości, oferując odmienne interpretacje jej konsekwencji: pierwsza podkreśla mechanizmy wycofywania się jednostek z życia społecznego, podczas gdy druga akcentuje znaczenie ich dalszego zaangażowania. Wyrósł na gruncie strukturalnego funkcjonalizmu opierały się na założeniu, że normy i role społeczne odgrywają kluczową rolę w kształtowaniu tożsamości i zachowań osób starszych (w ich psychologicznej odsłonie na ich zdolnościach adaptacyjnych). Jednak każda z nich dochodzi do odmiennych wniosków na temat społecznych konsekwencji starzenia się, z tego względu przez wiele lat debata między zwolennikami obu podejść stanowiła istotny element dyskusji nad procesem starzenia się i jego społecznymi uwarunkowaniami (Czekanowski, 2012). Teoria wyłączenia, sformułowana przez Elaine Cumming i Williama Henry’ego (1961), zakładała, że starzenie się stanowi nieuchronny proces, w ramach którego stopniowo zmniejsza się zakres interakcji między osobą starszą a pozostałymi członkami społeczeństwa. Proces ten postrzegany jest jako funkcjonalny zarówno z perspektywy

jednostki, jak i całego systemu społecznego. Wraz z wiekiem redukcja aktywności staje się naturalnym zjawiskiem, które jest społecznie akceptowane i traktowane jako integralna część cyklu życia. Teoria ta analizuje proces starzenia się w kontekście potrzeb oraz oczekiwań społeczeństwa. Jednostki są w niej postrzegane jako bierni uczestnicy systemu społecznego, którzy – jako w pełni uspołecznieni członkowie wspólnoty – akceptują swoją gotowość do stopniowego wycofywania się z aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Pomimo swoich ograniczeń, teoria wycofania wywarła znaczący wpływ na rozwój gerontologii społecznej. Była pierwszą sformalizowaną koncepcją próbującą wyjaśnić proces starzenia się, a jej sformułowanie stanowiło punkt wyjścia dla powstania teorii alternatywnych i opozycyjnych wobec jej założeń. Na gruncie teorii wyłączenia można przyjąć także, że proces wycofywania się osób starszych wynika zarówno z ich indywidualnych potrzeb, jak i z postaw społecznych oraz ograniczonej oferty ról, jakie współczesne społeczeństwo przewiduje dla seniorów (za: Fabiś i in., 2015). Choć teoria ta pozostaje jedną z najczęściej przywoływanych i najmniej akceptowanych w socjologii starości, stosunkowo rzadko jest przedmiotem pogłębionych analiz. Obecnie funkcjonuje przede wszystkim jako historyczny punkt odniesienia w badaniach nad starzeniem się (Synak, 1997; Halicki, 2006).

Teoria aktywności, natomiast, która powstała w odpowiedzi do wytycznych teorii wyłączenia, zakłada, że naturalnym procesem w starości jest aktywne przystosowanie się, które polega na utrzymaniu wzorców i wartości typowych dla wieku średniego. Zdaniem jej twórców, Roberta J. Havighursta, Ruth Albrecht i Richarda Cavana, negatywne efekty utraty jednej roli mogą zostać zrekomensowane poprzez przyjmowanie nowych ról. Takie podejście pozwala nie tylko lepiej zrozumieć problemy związane ze starością, ale także uwzględnić czynniki, które odgrywają istotną rolę w kształtowaniu własnego wizerunku w późniejszych latach życia. W toku badań nad procesem starzenia się, teoria dosyć szybko została zredefiniowana i powiązana z perspektywą interakcjonizmu społecznego i podkreślano w niej społeczną interakcję oraz jej wpływ na rozwój koncepcji samego siebie wśród osób starszych. Sposób, w jaki osoby starsze postrzegają siebie, jest ściśle powiązany z pełnionymi przez nie rolami społecznymi oraz aktywnościami, w które się angażują. Aby zachować pozytywny obraz siebie, muszą zastępować utracone w wyniku starzenia się role nowymi. Tym samym dobre samopoczucie w późniejszych latach życia wynika z intensyfikacji działań w nowo przyjętych rolach społecznych (za: Synak, 1999). Teoria aktywności, mimo że podkreśla zalety aktywnego trybu życia w podeszłym wieku oraz ukazuje warunki sprzyjające realizacji takiego modelu funkcjonowania w starości, zdaniem

krytyków, prezentuje zbyt optymistyczne podejście do starości, zakładające, że zachowanie pełnej aktywności życiowej jest możliwe mimo ograniczeń wynikających ze zmian biologicznych i funkcjonalnych, które występują w miarę starzenia się jednostki albo z indywidualnych decyzji jednostek (aktywność samotnicza) (Synak, 1999; Halicki, 2006; Czekanowski, 2012). Współcześnie teoria ta najczęściej przywoływana jest jako argument na rzecz aktywizacji zawodowej osób starszych. Choć w literaturze wskazuje się na ograniczenia takiego podejścia, trudno podważyć fakt, że szeroko rozumiana aktywność pozostaje jednym z fundamentalnych czynników rozwoju i dobrostanu człowieka na każdym etapie życia (Fabiś i in., 2015).

Jak pokazują powyższe rozważania nad rozwojem teorii starzenia się, nie istnieje jedna uniwersalna koncepcja wyjaśniająca wszystkie aspekty tego procesu. Wobec tego nie odwołuję się do całego zestawu koncepcji, lecz wybieram te, które wydają się istotne dla mojej problematyki badawczej. Po omówionych już teoriach aktywności i wyłączenia, jako pierwszą wskazuję teorię ciągłości Roberta Atchleya, (1989), która wyjaśnia, że sposób przeżywania starości opiera się na dążeniu do zachowania spójności wewnętrznej i zewnętrznej. Ciągłość wewnętrzna dotyczy względnie trwałych cech osobowości, które pozwalają przewidywać zachowania jednostki nawet w zmieniających się warunkach. Ciągłość zewnętrzna odnosi się natomiast do otoczenia społecznego i materialnego, w którym osoba starsza stara się utrzymywać stałe struktury. Obie formy ciągłości zapewniają poczucie stabilności i przewidywalności, choć mogą być zakłócane przez nagłe, nieoczekiwane wydarzenia, wymagające adaptacji i ponownego odnalezienia równowagi (za: Fabiś i in., 2015). Drugim ważnym odniesieniem jest zaadaptowana do gerontologii przez Donalda O. Cowgilla i Lowella D. Holmesa (1972), teoria modernizacji. Stanowi ona jedno z kluczowych ujęć wyjaśniających historyczne zmiany w nastawieniach wobec starości. Jej główne założenie wskazuje, że proces modernizacji społeczeństw przemysłowych doprowadził do obniżenia statusu ludzi starszych i utraty tradycyjnego szacunku, jakim cieszyli się w społecznościach przedindustrialnych. Wskazuje się tu na kilka zasadniczych czynników: wzrost liczby osób starszych, który zmniejszył ich wyjątkowość i społeczne znaczenie; rozwój nowych zawodów, których wykonywanie nie wymaga już wiedzy opartej na doświadczeniu międzypokoleniowym; oraz upowszechnienie edukacji i mass mediów, które osłabiły monopol starszych na wiedzę i autorytet. Jednocześnie pojawiają się głosy podważające pesymistyczną wizję tej teorii, wskazujące, że w społeczeństwach ponowoczesnych rośnie znaczenie ludzi starszych jako uczestników rynku dóbr i usług. Wiek kalendarzowy traci na znaczeniu, a coraz większą rolę odgrywa

indywidualizacja, umożliwiającą seniorom konstruowanie własnych form uczestnictwa w życiu społecznym i kulturalnym (za: Czekanowski, 2010). Perspektywę mikrospołeczną rozwijają teoria wymiany i teoria subkultury. Teoria wymiany w odniesieniu do starości, rozwinięta przez Jamesa Dowda, stanowi alternatywę wobec teorii aktywności i teorii wyłączenia. Jej główne założenie opiera się na przekonaniu, że relacje społeczne mają charakter transakcyjny i utrzymują się wówczas, gdy wszystkie strony czerpią z nich korzyści – materialne (dochód, wsparcie) lub niematerialne (uznanie, prestiż, miłość). Wraz z wiekiem zasoby seniorów – takie jak siła, zdrowie, dochody czy możliwości zawodowe – ulegają uszczupleniu, co osłabia ich „siłę przetargową” w relacjach społecznych i ogranicza możliwość wymiany na zasadzie wzajemności. W konsekwencji osoby starsze coraz częściej stają się zależne od świadczeń instytucjonalnych i wsparcia młodszych, co prowadzi do marginalizacji i społecznej degradacji. Teoria wymiany ujmuje więc starość jako rezultat procesów społecznych, w których seniorzy stopniowo tracą możliwość pełnego uczestnictwa w wymianie społecznej, a ich wycofywanie się z aktywności nie jest efektem dobrowolnego wyboru, lecz wynika z dominacji młodszych grup dysponujących większymi zasobami i władzą. (Czekanowski, 2010). Teoria subkultury, z kolei, rozwinięta przez Arnolda M. Rose’a (1965), akcentuje specyficzne zachowania i odrębny sposób traktowania populacji seniorów. Podłoże powstawania subkultury osób starszych upatruje w dwóch czynnikach: społecznych (marginalizacja, ekskluzja z działań i interakcji) oraz psychospołecznych (wzajemne więzi przyjacielskie, podobny status, wspólne potrzeby i problemy). Dzięki temu osoby starsze tworzą wspólnotę opartą na poczuciu jedności, zbliżonych doświadczeniach i wspólnej aktywności. Jednocześnie ich zachowania kształtowane są w dużej mierze przez reakcje otoczenia społecznego (za: Halicki, 2006). Kolejna z teorii – naznaczania społecznego, określana również jako teoria społecznych kompetencji i społecznego załamania, została sformułowana przez Josepha Kuypersa i Berna Bengstona (1973), którzy rozwijali wcześniejszą koncepcję „syndromu społecznego załamania” Jacka Zusmana. Jej twórcy pokazali, że utrata ról społecznych, kryzysy osobiste oraz brak grup odniesienia czynią osoby starsze szczególnie podatnymi na negatywne etykietowanie. W wyniku powtarzających się komunikatów deprecjonujących, seniorzy mogą internalizować negatywne oceny, przyjmując tożsamość osób zależnych, niekompetentnych czy chorych, co prowadzi do społecznego wycofania i utraty dawnych kompetencji. Proces ten określany jest mianem „społecznego załamania”. Jednocześnie Kuypers i Bengston wskazywali na możliwość przeciwdziałania temu zjawisku poprzez tzw. „społeczną rekonstrukcję”, czyli działania wzmacniające i odbudowujące poczucie

sprawczości jednostki, podejmowane przez jej otoczenie (za: Synak, 1999; Fabiś i in., 2015). Dopelnieniem powyższych ujęć jest perspektywa biegu życia, wiązana z Charlottą Bühler (1999). Lokuje starzenie się w długofalowej biografii jednostki, wskazując na powiązania między wcześniejszymi doświadczeniami a sposobami przeżywania starości. Jej podstawowym założeniem jest procesualność życia – każda faza oraz każde doświadczenie są osadzone w określonym kontekście historycznym i społecznym, a wcześniejsze wydarzenia wpływają na kolejne etapy biografii. Teoria ta podkreśla także ścisły związek między indywidualnym sprawstwem a strukturą społeczną: jednostki dokonują wyborów, jednak zawsze w ramach istniejących uwarunkowań instytucjonalnych, ekonomicznych czy kulturowych. Istotnym elementem są również role społeczne i przejścia pomiędzy nimi (np. przejście z aktywności zawodowej do emerytury), które jednostka negocjuje, dysponując określonymi zasobami. Zwraca się także uwagę na znaczenie interakcji międzypokoleniowych – życie jednostki pozostaje powiązane z doświadczeniami i decyzjami jej bliskich. W tym sensie teoria biegu życia łączy biograficzną perspektywę jednostki z analizą warunków społeczno-historycznych, umożliwiając badanie starości jako fragmentu całościowego, dynamicznego procesu życiowego (za: Muszyński, 2017). Teoria gerotranscendencji Larsa Tornstama (2005) należąca do najnowszych koncepcji w gerontologii i zakłada, że starzenie się nie musi oznaczać wyłącznie utraty czy wycofania, lecz może prowadzić do jakościowej zmiany w postrzeganiu siebie, relacji i świata. Kluczowe jest tu przejście od perspektywy materialistycznej do bardziej holistycznej i transcendentnej, w której osoby starsze dostrzegają swoje życie w szerszym, duchowym i kosmicznym kontekście. L. Tornstam wyróżnił trzy wymiary tego procesu: kosmiczny – poczucie jedności z innymi pokoleniami, redefinicja czasu i spadek lęku przed śmiercią; ja – akceptacja ciała, przejście od egocentryzmu do altruizmu i większa integralność; relacyjny – selektywność więzi, dystans wobec prestiżu i większa autentyczność. Badania wskazują, że gerotranscendencia sprzyja satysfakcji z życia, choć jej przebieg zależy od wieku, doświadczeń i kultury. Ma również praktyczne znaczenie, np. w projektowaniu opieki nad seniorami. Krytycy podkreślają jednak jej opisowy charakter, trudność w operacjonalizacji oraz bliskość do teorii wycofania czy ponowoczesnych ujęć starości (za: Timoszyk-Tomczak, 2017).

2.4. Społeczna konstrukcja starości

Starość jest konstruktem społecznym i kulturowym, zmieniającym się w zależności od czasu, typu społeczeństwa i otoczenia społecznego – „innymi słowy, starość to nie tyle kwestia wieku, co jego percepcja w określonym czasie” (Zamorska & Makuch, 2018, s. 30). Za takim ujęciem stoi „skonstruowana” natura światów społecznych i społeczne wytwarzanie ich „faktyczności” (Gilleard, 2023). Konstrukcjonizm społeczny zakłada, że rzeczywistość nie jest odkrywana, lecz tworzona w procesach nadawania znaczeń, których podstawowym medium jest język. Subiektywność w tym ujęciu nie odnosi się bezpośrednio do jednostki, ale do języka jako systemu, za pośrednictwem którego interpretujemy świat. Poznanie jawi się tu jako akt twórczy, w którym umysł poprzez język współuczestniczy w budowaniu obrazu rzeczywistości. Tym samym świat społeczny nie jest zbiorem obiektywnie istniejących faktów, lecz siecią znaczeń, które wytwarzane są w określonym kontekście kulturowym i historycznym. To właśnie owe znaczenia stanowią podstawowy budulec rzeczywistości społecznej, nadając sens zarówno doświadczeniom jednostki, jak i zbiorowym wyobrażeniom.

Teza traktująca starość jako konstrukcję społeczną jest już mocno ugruntowana w literaturze przedmiotu (Hazan, 1994; Morgan & Kunkel, 2007; Jakubowska, 2009; Muszyński, 2020; Łuszczyńska, 2022; Gilleard, 2023). Haim Hazan pisał: „Ludzkie doświadczenie jest kształtowane przez ludzkie konstrukty. Poprzez złożony zestaw ustaleń społecznych kody kulturowe są odszyfrowywane, negocjowane i podtrzymywane jako narzędzia pojęciowe do interpretacji sytuacji, wartości i norm. Urządzenia te tworzą strukturę wiedzy społecznej, która rozciąga się na wszystkie obszary życia i przenika wytwory, materialne i nieuchwytnie, ludzkiej świadomości” (Hazan, 1994, s. 1), a J. Szczepański już w latach 80. XX wieku pytał: „Ale jaka jest metafizyka starości jak zjawiska istnienia, jako kategorii bytu, jako postaci istnienia? Mówię, że w świecie wewnętrznym nie ma starości i że nie ma jej także w świecie między czystymi indywidualnościami, że jest tylko zjawiskiem świata zewnętrznego, gdyż tylko tutaj działa niszczący czas zmieniający wszystko” (Szczepański, 1984, s. 289). W ocenie M. Łuszczyńskiej starość można postrzegać jako konstrukt społeczny z wielu powodów. Jednym z nich jest zróżnicowane podejście do osób starszych w zależności od kultury, tradycji, wspólnoty czy momentu historycznego, a także w obrębie różnych sfer życia społecznego. Z tego względu definicje starości mają charakter umowny i są kształtowane również przez czynniki polityczne i ekonomiczne. Dodatkowo, wielość kryteriów

określających początek starości – takich jak wiek biologiczny, funkcjonalny czy demograficzny – podkreśla ich umowność i arbitralność, co czyni je elementami społecznego konstruktu. Tym samym, mimo funkcjonowania różnorodnych wskaźników, nie sposób mówić o jednej, obiektywnej starości. Na ich tle wyłania się raczej narracja zakorzeniona w subiektywnych i intersubiektywnych wizjach rzeczywistości. Jak zauważa A. Łuszczyńska, „starość doświadczana jest w sposób wysoce indywidualny, co więcej stosunek do niej zmienia się na przestrzeni lat, doświadczana od wieku młodzieńczego do coraz starszego. To wprowadza dodatkowy zestaw przesłanek (doświadczeń, wspomnień, oczekiwań, wyobrażeń) do konstruowania starości w jej indywidualnym wymiarze” (Łuszczyńska, 2022, s. 87). Rozważając tę kwestię z punktu widzenia konstrukcjonizmu społecznego, M. Łuszczyńska zwraca uwagę na podwójną perspektywę konstruowania starości: z jednej strony przez jednostkę, która odwołuje się zarówno do obiektywnych, jak i subiektywnych kryteriów, z drugiej – w kontekście relacji społecznych, w których funkcjonuje. Społeczny konstrukt starości cechuje więc wysoka różnorodność i wieloznaczność. Może być ona rozumiana jako osobiste doświadczenie, jako wyobrażenie określonego etapu życia, jako cecha wspólna dla grupy osób znajdujących się w pewnym, choć nie zawsze precyzyjnie wyznaczonym wieku, jako stan umysłu osób dysponujących bogatym doświadczeniem życiowym, które niekoniecznie osiągnęły wiek powszechnie kojarzony ze starością, czy wreszcie jako fizyczne zużycie organizmu. Co istotne, starość bywa odnoszona zarówno do osób żyjących dłużej niż przewidują społeczne normy, jak i do tych, których życie kończy się wcześniej niż wskazują przyjęte standardy. Jak zauważa Łuszczyńska, „może być również kojarzona z różnymi obrazowymi reprezentacjami i bytami w warstwie symbolicznej danej społeczności, a te reprezentacje, symbole i obrazy mogą tworzyć zbiór niezwykle bogatych i rozproszonych znaczeń – co tylko wzmacnia argument o wieloznaczności samego pojęcia starości” (Łuszczyńska, 2022, s. 96).

W opinii Ch. Gillearda koncepcja, zgodnie z którą „sama istota starości jest konstruowana społecznie”, jest dziś mocno zakorzeniona w badaniach nad starzeniem się. Podejście to podważyło dotychczasową dominację ujęcia biologicznego i przesunęło akcent w stronę kwestii tożsamości, uznania i reprezentacji (Gilleard, 2023, s. 13). Jak zauważa autor, w przeszłości refleksja nad starością koncentrowała się przede wszystkim na jej wymiarze strukturalnym, rozumianym w kategoriach zależności od państwa opiekuńczego, polityki społecznej czy reguł rynku pracy. Wraz jednak z poprawą sytuacji ekonomicznej emerytów i umocnieniem ich pozycji społecznej, coraz większe znaczenie zaczęły zyskiwać kwestie reprezentacji kulturowych i symbolicznych znaczeń wieku. Marginalizacja osób

starszych, wcześniej wiązana głównie z ograniczeniami materialnymi i instytucjonalnymi, zaczęła być postrzegana przede wszystkim jako efekt kulturowych obrazów starości, które umieszczały ją w sferze niewidzialności i stereotypizacji. Z tej perspektywy starość jawi się jako pole symbolicznej walki o znaczenie, a kluczowe stają się pytania o to, jak powinna być przedstawiana, jakie wartości i oceny się z nią łączą oraz w jakim stopniu może stanowić podstawę tożsamości zbiorowej.

Jednym z istotnych potwierdzeń społecznej konstrukcji wieku są badania Sharon Kaufman i Sarah Matthews, które – choć prowadzone w odmienny sposób – ukazują, że starość nabiera znaczenia w procesach interpretacji i narracji. W książce *The Ageless Self* (1986) Sharon Kaufman przeprowadziła pogłębione wywiady narracyjne z osobami w wieku 70–97 lat, koncentrując się na tym, w jaki sposób opowiadają o własnym życiu. Autorka celowo zrezygnowała z traktowania starości jako obiektywnego parametru czy etapu życia, pozwalając swoim rozmówcom definiować swoje doświadczenia w ich własnych kategoriach. Analiza pokazała, że respondenci unikali odniesień do wieku chronologicznego czy dolegliwości związanych z długowiecznością, konstruując swoje biografie w „ponadczasowych” kategoriach, w których starość nie stanowiła elementu centralnego. Z kolei Sarah Matthews w pracy *The Social World of Old Women* (1979) badała codzienne doświadczenia starszych kobiet, pokazując, że to, co w społeczeństwie uznawane jest za obiektywny fakt życia – starzenie się i bycie „starym” – w rzeczywistości nabiera sensu dopiero poprzez subiektywną interpretację i konstrukcję w narracjach samych zainteresowanych. Oba badania dowodzą, że wiek i starość nie są jedynie biologicznymi faktami, ale przede wszystkim społecznymi konstruktami, których znaczenie powstaje w ramach kulturowych i interakcyjnych ram funkcjonowania jednostek (za: Holstein & Gubrium, 2007).

2.4.1. Wiek jako kategoria społeczna

W najbardziej ogólnym ujęciu wiek jako kategoria społeczna odnosi się do zróżnicowanych oczekiwań społecznych formułowanych wobec jednostek w zależności od etapu życia, na którym się znajdują. Według B. Szatur-Jaworskiej, wiek, podobnie jak płeć, stanowi atrybutywny, biologiczny wyznacznik egzystencji człowieka oraz jego roli w społeczeństwie (Szatur-Jaworska i in., 2006). P. Czekanowski uważa go również za kategorię kulturową, wskazując, że „jego sens i znaczenie zmieniają się historycznie i w zależności od kultury” (Czekanowski, 2012, s. 63). Z perspektywy socjologicznej wiek jest istotny przede wszystkim ze względu na społeczne znaczenia, struktury i procesy z nim

związane: „siwe włosy, zmarszczki, dłuższy czas reakcji, a nawet utrata pamięci krótkotrwałej mają znaczenie tylko dlatego, że świat społeczny, w którym żyjemy, zdefiniował te cechy jako znaczące” (Morgan & Kunkel, 2007, s. 4). Społeczeństwo przypisuje wiek do określonych ról, wpływa na pozycję jednostek w strukturze społecznej, alokację zasobów oraz kategoryzację ludzi. W tym ujęciu – jak podkreślają L. Morgan i S. Kunkel – społeczne starzenie się odnosi się do sposobu, w jaki społeczeństwo kształtuje znaczenie i doświadczenia związane ze starzeniem się, formułując oczekiwania i założenia dotyczące tego, jak powinniśmy się zachowywać, kim jesteśmy, co możemy robić i co powinniśmy robić w różnych etapach życia (Morgan & Kunkel, 2007). Jak zauważa Adam Zych, osoby starsze postrzegane są przede wszystkim przez pryzmat ograniczonego zestawu aktywności przypisywanych ich grupie wiekowej, co wynika z uwarunkowań kulturowych (Zych, 2013). Podobnie Z. Woźniak wskazuje, że poczucie starości w sensie społecznym kształtowane jest przez zbiór oczekiwań wyrażonych poprzez normy, wartości, wzorce oraz postawy charakterystyczne dla danego społeczeństwa (Woźniak, 2016). Wiek staje się więc narzędziem społecznej organizacji życia, a nie tylko odzwierciedleniem czasu biologicznego – kategoria ta reguluje oczekiwania wobec jednostek i porządkuje ich miejsce w strukturze społecznej.

Społeczne oczekiwania wobec zachowań ludzi w określonych etapach życia można dostrzec choćby w popularnym zaleceniu, by „zachowywać się stosownie do swojego wieku”. L. Morgan i S. Kunkel podkreślają, że za takim stwierdzeniem kryje się rozbudowany system norm kulturowych, które kształtują nasze wyobrażenia na temat tego, co wypada, a co nie, w danym momencie życia. Te normy nie są jedynie społecznymi sugestiami – są głęboko zakorzenione w strukturze społecznej, znajdując odzwierciedlenie w prawie, polityce, organizacjach i codziennych relacjach. Wpajane od najmłodszych lat i stale wzmacniane w dorosłości, wyznaczają „społeczny zegar”, który reguluje, kiedy i jak powinniśmy podejmować ważne życiowe decyzje, jak np. założenie rodziny, podjęcie pracy czy przejście na emeryturę (Morgan & Kunkel, 2007). Z takim założeniem ściśle wiąże się pojęcie przebiegu życia (life course)², które można rozumieć jako społecznie skonstruowaną sekwencję etapów życiowych, powiązanych z określonymi rolami społecznymi i normami wiekowymi. Jak zauważa Richard Settersten, jednostki są świadome swojego „czasu społecznego” i często określają siebie jako „punktualnych” lub „spóźnionych” względem

² Wnikliwą i szczegółową analizę różnic definicyjnych pomiędzy cyklem, biegiem i przebiegiem życia przeprowadziły: Szatur-Jaworska, B., Rysz-Kowalczyk, B., Peteleczy, J. (2021). *Perspektywa cyklu i biegu życia w polityce społecznej*. Elipsa.

oczekiwań społecznych. Przejścia między etapami życia – np. z młodości do dorosłości czy z dorosłości do starości – są często oznaczane przez ważne wydarzenia lub zmiany statusu społecznego, takie jak małżeństwo, rodzicielstwo czy przejście na emeryturę (Settersten, 1999). W tym kontekście B. Szatur-Jaworska zwraca uwagę na potrzebę rozróżnienia pojęć przebiegu życia i cyklu życia, które bywają używane zamiennie. Cykl życia, w odróżnieniu od przebiegu, zakłada ścisły związek czasu życiowego z procesami biologicznymi, takimi jak starzenie się. Obejmuje on społecznie uregulowany rytm życia, z jego typowymi fazami, punktami kulminacyjnymi i kryzysami, a zarazem wskazuje na powtarzalność podobnych doświadczeń w kolejnych pokoleniach. Z kolei przebieg życia akcentuje bardziej indywidualne aspekty biografii, pozwalając analizować jednostkowe cechy, problemy i przeżycia w danym wieku i społeczeństwie. Oba podejścia są przydatne w nauce, ponieważ umożliwiają uchwycenie różnych wymiarów ludzkiego doświadczenia (Szatur-Jaworska, 2000).

R. Atchley definiuje przebieg życia jako kulturowy wzorzec, który określa, jakiego rodzaju doświadczeń i ról oczekuje się od jednostki na różnych etapach życia. Choć etapy te mogą być częściowo związane z biologicznym rozwojem, ich interpretacja, znaczenie i struktura są przede wszystkim efektem społecznych i kulturowych konstrukcji. W tym sensie przebieg życia – podobnie jak starość – nie jest zjawiskiem naturalnym czy uniwersalnym, lecz społecznie negocjowanym i historycznie zmiennym układem oczekiwań i norm, które regulują indywidualne biografie (Atchley, 1994, za: Kunkel & Morgan, 2007).

Pojęcie roli społecznej stanowi jeden z kluczowych elementów analizy przebiegu życia i należy do podstawowych kategorii socjologicznych. Rola społeczna działa jak mechanizm łączący konkretnych ludzi z abstrakcyjnymi strukturami grupowymi i instytucjonalnymi. Można wyróżnić dwa główne aspekty tego powiązania. Z jednej strony, role społeczne wiążą się z określonymi, społecznie rozpoznawalnymi pozycjami (np. rodzica, pracownika, ucznia) w ramach sieci relacji społecznych. Z drugiej zaś – osoby zajmujące te pozycje podejmują działania zgodne z przypisanymi im wzorcami zachowań. W kontekście przebiegu życia, istotne jest, że role te są silnie powiązane z wiekiem jednostki – normy wiekowe wyznaczają, jakie role powinny być pełnione na poszczególnych etapach życia oraz jak powinny być one realizowane. Warto zaznaczyć, że normy wiekowe, choć powiązane z rolami społecznymi, mają bardziej ogólny i abstrakcyjny charakter – są to głęboko zakorzenione społecznie przekonania i oczekiwania, które umożliwiają członkom społeczeństwa przewidywanie zachowań jednostek w określonych sytuacjach życiowych. Definiowane są one jako społecznie regulowane oczekiwania i sankcje

dotyczące stosowności nabywania ról i zachowań jako funkcji wieku chronologicznego (Settersten, 1999). Społeczne oczekiwania jednak nie zawsze nadążają za dynamicznymi zmianami w rzeczywistości życia jednostek, L. Morgan i S. Kunkel zwracają uwagę na zjawisko określane jako „opóźnienie strukturalne”, które odnosi się do rozbieżności pomiędzy ewoluującymi wzorcami starzenia się a powolną adaptacją struktur społecznych do tych zmian. Wydłużający się czas życia nie znajduje jeszcze pełnego odzwierciedlenia w systemie ról, norm i instytucji – społeczeństwo nie tworzy w wystarczającym stopniu nowych możliwości ani nie definiuje odpowiedzialności, które mogłyby odpowiadać nowym etapom życia (Settersten, 1999).

W kontekście wieku jako kategorii społecznej B. Bugajska zwraca uwagę, że sposób, w jaki jednostka identyfikuje się z rolą „osoby starej”, zależy w znacznej mierze od społecznie utrwalonych wyobrażeń o starości, zakorzenionych w określonym kulturowym wzorcu. Ów wzorzec – rozumiany jako zbiór norm, wartości i oczekiwań dotyczących późnego etapu życia – może częściowo odzwierciedlać rzeczywistą sytuację osób starszych, lecz nie zawsze w pełni ją oddaje. Co więcej, jego treść jest zmienna kulturowo i historycznie: w jednych kontekstach starość kojarzona jest z mądrością i autorytetem, w innych – z zależnością i marginalizacją. Pokazuje to, że wiek nie jest jedynie faktem biologicznym, ale kategorią społeczną, której znaczenia kształtują się w relacji między jednostką a kulturą i społeczeństwem (Bugajska, 2005).

2.4.2. Stereotypy i dyskryminacja ze względu na wiek

W omawianych procesach z jednej strony dostrzec można różnorodność reprezentacji starości jako konstruktu społecznego, z drugiej zaś – oddziaływanie struktur społecznych, które te reprezentacje kształtują i podtrzymują. Ta różnorodność jest ściśle związana z „różnymi (społecznie skonstruowanymi) granicami przyzwolenia na bycie starym”. Oznacza to, że to społeczne przyzwolenie wpływa na poczucie autonomii jednostki, narzucając jej określone normy dotyczące starszego wieku (Łuszczyńska, 2020, s. 93). W tym sensie, społeczne podejście do starości, nazywane również społecznymi stylami traktowania osób starszych, można sprowadzić do dwóch przeciwstawnych tendencji – gerontofobii i gerontofilii (Kijak & Szarota, 2013). Gerontofobia, czyli negatywne postrzeganie starości, objawia się lękiem przed procesem starzenia się i marginalizowaniem osób starszych. Ta wizja, zakłada nieuchronną degradację starzejącego się człowieka, a co za tym idzie, naturalne wycofanie się z relacji społecznych i aktywności. W efekcie, wytworzona w ten sposób separacja społeczna ma na celu ochronę dobrostanu jednostki,

jednak w rzeczywistości prowadzi do jej izolacji i osamotnienia. Gerontofilia natomiast to zjawisko, które polega na idealizowaniu starości i przypisywaniu osobom starszym mądrości oraz doświadczenia zdobytego w trakcie długiego życia. W tym podejściu, osoby starsze często obdarzane są szacunkiem i podziwem, traktowane jako źródło cennej wiedzy. Aby utrzymać ten pozytywny wizerunek, oczekuje się, że będą one pozostawały aktywne społecznie i zaangażowane, pełniąc ważną rolę w życiu społecznym (Kijak & Szarota, 2013). Te dwie tendencje ukazują, jak społeczne normy i wartości kształtują praktyki społeczne wobec osób starszych, a jednocześnie, zdaniem Łuszczyńskiej, stanowią podstawę zachowań i działań o charakterze dyskryminacyjnym (Łuszczyńska, 2020). Obszernej analizie zjawiska dyskryminacji ze względu na wiek – ageizmu dokonał Piotr Szukalski, w jego ocenie, problem dyskryminacji ze względu na wiek w praktyce dotyczy przede wszystkim osób starszych, które często spotykają się z negatywnymi społecznymi postawami, uprzedzeniami i stereotypami prowadzącymi do szkodliwych zachowań wobec nich. W tym kontekście, można też mówić o dyskryminacji negatywnej i pozytywnej, a zatem zarówno o gorszym traktowaniu, jak i o uprzywilejowaniu. Obie formy mają negatywne konsekwencje, w literaturze pojawił się nawet termin „ageizmu współczującego” dla zobrazowania sytuacji, kiedy chcąc pomóc „biednym staruszkom”, w imię działań pomocowych, wzmaga się stereotypy i uprzedzenia, co skutkuje większą stygmatyzacją osób starszych. Ageizm to zjawisko wynikające z uprzedzeń i stereotypów, które najczęściej mają swoje źródło w braku kontaktu między osobami i grupami w różnym wieku, prowadząc do gorszego traktowania osób starszych w różnych sferach życia. Ważne jest, że ageizm opiera się na chronologicznym wieku osób, a nie na ich indywidualnych cechach, takich jak sprawność czy samodzielność (Szukalski, 2015). Negatywny ageizm może wyrażać się także mechanizmem autoageizmu, kiedy osoby starsze, wobec negatywnych postaw społecznych, zaczynają wycofywać się z życia społecznego i utrwalają w sobie obraz osób niepotrzebnych i utrudniających funkcjonowanie innym grupom społecznym (Gawel-Luty, 2017). Obok dominującego we współczesnej kulturze kultu młodości, który stanowi jedno ze źródeł ageizmu, P. Szukalski wskazuje również na inne czynniki sprzyjające dyskryminacji osób starszych. Zalicza do nich niedostrzeganie wewnętrznej różnorodności tej grupy wiekowej, jak i zakorzenioną społecznie obawę przed starością jako etapem bezpośrednio poprzedzającym śmierć. Jedną z kluczowych przyczyn tego stanu rzeczy jest, jego zdaniem, brak wyraźnego społecznego wzorca, który wskazywałby, jak starość powinna wyglądać i być przeżywana. Podobnie, kwestia języka jako narzędzia budującego stereotypy i umożliwiającego dyskryminację, odgrywa istotną rolę w utrwalaniu ageizmu,

pełniąc nie tylko funkcję opisu rzeczywistości, lecz także wyrażając postawy, oceny i emocje społeczne wobec starości. To, jak mówimy o osobach starszych, wpływa na sposób myślenia o nich i może wzmacniać stereotypy oraz uprzedzenia (Szukalski, 2015). Dyskryminacja ze względu na wiek może manifestować się zarówno w formie indywidualnej, jak i zinstytucjonalizowanej i może przybierać różnorodne postacie, m.in. od niedostrzegania, lekceważenia, ośmieszania, nadopiekuńczości, protekcyjności, zaniedbania, segregacji, nadużyć po izolację, odrzucenie i eksterminację (Szukalski, 2015).

2.4.3. Współczesne przemiany starości

Na niespotykaną dotąd skalę ekspansja procesów demograficznych sprawia, że starzenie się społeczeństw staje się jednym z najważniejszych wyznaczników współczesności. Objawia się ono przede wszystkim dynamicznym wzrostem liczby osób starszych. Starość staje się więc nie tylko trudnym do przeoczenia znakiem naszych czasów, ale również wyraźnym elementem codzienności, który w istotny sposób kształtuje jakość i charakter życia społecznego. Co więcej, owe przemiany demograficzne nakładają się na nieustannie toczące się przeobrażenia społeczne i kulturowe – globalizację, rozwój nowych technologii, kryzysy klimatyczne – tworząc zarazem nowe ramy funkcjonowania jednostki i atmosferę współczesnego życia zbiorowego: „Rzeczywistość ‘jest’ bardzo, bardzo szybka. Świat jest zmianą” (Melosik & Szkudlarek, 1998, s. 55). Małgorzata Herudzińska i Iwona Przybył podkreślają, że owe przemiany doprowadziły do rozmycia dawnych, jednoznacznych znaczeń i norm, które wcześniej stanowiły podstawę organizacji życia społecznego, ich zdaniem, szczególnie widoczne zmiany rozpoczęły się wraz z transformacją ustrojową lat 90, a ich źródłem były procesy takie jak indywidualizacja i wzrost autonomii jednostki, prywatyzacja życia rodzinnego, laicyzacja czy otwarcie się na wzorce zachodnie, intensywnie promowane przez media masowe. W nowym porządku społecznym motywacje działań i sposoby ich oceniania coraz rzadziej czerpane są z tradycji czy przeszłości – zamiast tego kluczowe staje się odniesienie do teraźniejszości i własnych obserwacji (Herudzińska & Przybył, 2018). Obecną rzeczywistość, określaną przez współczesnych jako ponowoczesność czy późną nowoczesność, charakteryzuje fragmentyzacja ról i wartości, a długotrwałe wzorce kulturowe zastępowane są przemijającymi modami. I choć te zmiany wiążą się z poczuciem wolności i autonomii jednostki, skutkują też wzrostem niepewności i brakiem społecznej stabilizacji (Kocik, 2006). Zdaniem M. Herudzińskiej i I. Przybył, chociaż efektem odczuwanych zmian jest kryzys bliskości, osłabienie więzi rodzinnych czy międzypokoleniowych, to w między

czasie „starzeje się pokolenie, któremu coraz trudniej zaakceptować obowiązujący skrypt „bycia seniorem”, zwłaszcza ten konstruowany dla kobiet, z wpisaną koniecznością opieki nad wnukami i jednocześnie żyjącymi jeszcze rodzicami” (Herudzińska & Przybył, 2018, s. 8). Potwierdza to P. Błędowski, który zwraca uwagę na istotne przesunięcia w postrzeganiu i przeżywaniu starości, osoby starsze przestają być wyłącznie biernymi obserwatorami życia społecznego, a coraz częściej stają się jego aktywnymi uczestnikami. Następuje odmłodzenie starości, które wyraża się nie tylko w zmianie zachowań osób starszych, ale także w przejmowaniu przez nie nowych stylów życia i wzorów konsumpcji, kształtowanych w dużej mierze przez przekazy medialne i kampanie reklamowe promujące aktywny, niezależny model życia. Coraz częściej osoby starsze funkcjonują w logice kultury młodości – podejmują działania, które jeszcze niedawno były utożsamiane wyłącznie z młodszymi pokoleniami (Błędowski, 2002). Jak wskazuje autor, oznacza to zmianę paradygmatu starości: przestaje być ona pojmowana wyłącznie jako czas bierności, wycofania i zależności, a coraz częściej rozumiana jest jako etap dalszego rozwoju, aktywności i możliwości samorealizacji. Zmienia się także nastawienie otoczenia, emerytura nie jest już społecznie, automatycznie kojarzona ze starością. Wraz ze wzrostem liczby osób należących do kategorii „starszych”, pogłębia się ich wewnętrzne zróżnicowanie, zarówno pod względem stylów życia, poziomu aktywności, jak i sposobów definiowania własnego wieku – coraz rzadziej utożsamiają się one z tą kategorią, częściej postrzegając siebie jako osoby w średnim lub dojrzałym wieku. Określanie siebie jako osoby starszej bywa odsuwane w czasie. Dopiero konkretne doświadczenia – np. pogorszenie zdrowia czy zmiana ról rodzinnych – mogą prowadzić do stopniowego przyjęcia tej tożsamości (Błędowski, 2002). Ten rozłożony w czasie, indywidualny proces samoidentyfikacji świadczy o złożoności współczesnego doświadczania starości i o przemianach w jej społecznych znaczeniach. Podobne refleksje formułuje M. Muszyński, który zauważa, że „ważne, by zdać sobie sprawę, że stanie się osobą starą najczęściej nie jest ani społecznie, ani jednostkowo pożądane”, a współczesną starość cechuje wysoki stopień indywidualizacji. Ten etap życia, pozbawiony wielu przymusów i ograniczeń charakterystycznych dla wcześniejszych faz rozwoju – takich jak edukacja czy obowiązek pracy zawodowej – przeżywany jest dziś w znacznej mierze autonomicznie (Muszyński, 2025, s. 13). Z drugiej strony jednak, jak podkreślają M. Herudzińska i I. Przybył, „indywidualizacja i zmiana modelu starzenia się wykorzenia jednostkę z pierwotnego kontekstu wspólnotowego, [ale] nie oznacza to, że funkcjonuje ona w społeczeństwie bez potrzeby wiązania się z innymi ludźmi” (Herudzińska & Przybył, 2018, s. 8).

Konsekwencją tych przemian staje się coraz większe zaangażowanie jednostki w proces nadawania i negocjowania znaczeń starości, które w dużej mierze zależą od tego, jak dany etap życia zostaje społecznie interpretowany. Równocześnie jednak poprzez swoje codzienne działania, wybory i postawy jednostka aktywnie współkształtuje obowiązujące wyobrażenia o starości. Jak podkreśla Beata Bugajska, kulturowo określona sytuacja starości wyznacza jedynie ramy – tło, które może być przez jednostkę przyjęte, uwzględnione bądź odrzucone w trakcie jej własnego, indywidualnego definiowania starości (Bugajska, 2005, s. 65). M. Łuszczyńska określa ten mechanizm współzależnością między konstruowaniem a byciem konstruowanym i nadaje mu istotne znaczenie w badaniach nad starością i osobami starszymi, wskazując na kontekst biegu życia, który wprowadza do nich wymiar temporalny. Dzięki temu konstrukcje starości osadzają się zarówno w czasie indywidualnym, jak i społecznym. Koncepcja połączonej autonomii staje się istotna, ponieważ mimo zewnętrznych presji dotyczących postrzegania siebie, wieku czy momentów życiowych, mimo gotowych społecznych konstruktów, w które jednostka ma się wpisać, osoby starsze mogą zachować autonomię. Zdolność do funkcjonowania w ramach tych społecznych konstrukcji, przy jednoczesnym pozostawianiu związanym z sieciami wsparcia, systemami społecznymi i rodzinnymi, pozwala na realizację połączonej autonomii. Taka autonomia jest możliwa mimo zmieniającej się rzeczywistości i indywidualnego doświadczenia starzenia się w ramach bardziej lub mniej restrykcyjnych społecznych konstruktów dotyczących wieku (Łuszczyńska, 2022).

Spoleczne wyobrażenia starości przez długi czas pozostawały zakorzenione w negatywnych stereotypach i pozbawione głębszej refleksji nad jej rzeczywistym obliczem. W zbiorowej świadomości funkcjonowały obrazy uproszczone, oparte na skrajnościach. Jak zauważa Z. Woźniak, spojrzenie na polską starość bywa zniekształcone przez jednowymiarową, spolaryzowaną perspektywę, która utrudnia zrozumienie zarówno procesu starzenia się, jak i samych osób starszych (Woźniak, 2018, s. 21). Z jednej strony dominuje obraz nadmiernie zmedykalizowany – starość jako czas deficytów, cierpienia i „udręki” – który nie sprzyja dostrzeganiu jej złożoności ani pozytywnym zmianom w jej odbiorze. Z drugiej zaś pojawiają się narracje przesadnie optymistyczne, gloryfikujące aktywność i „heroiczne” wzory starości, promowane zwłaszcza przez środowiska aktywnych seniorów i organizacje działające na ich rzecz. Oba te ujęcia, choć odmienne, w podobny sposób zacierają realny obraz starości, utrudniając adekwatną ocenę potencjału i rzeczywistych możliwości osób starszych (Woźniak, 2018; Łuszczyńska, 2021). Pojawia się także pytanie, na ile jeszcze te społeczne wyobrażenia

o starości kształtowane są przez długą tradycję, która nie dopuszcza negocjacji w zakresie nadawania jej osobistych znaczeń i społecznych perspektyw, jak pisał Jean Amery: „mówi się o „jesieni życia” – urocza metafora! Jesień? Po jesieni przychodzi zima, apotem wracają wiosna i lato. Tymczasem dla starzejącego się jesień życia jest ostatnią, a tym samym żadną już jesienią” (Amery 2018, s. 30). Współcześnie starość wymyka się jednoznacznym opiniom, H. Hazan tłumaczył, że istnieje szereg sił społeczno – psychologicznych, które mają na celu oddzielenie osób starszych od reszty społeczeństwa, przypisując im miejsce w symbolicznej i fizycznej enklawie. Jednocześnie wzrasta świadomość, że w końcu większość z nas również stanie się częścią tej grupy. Poczucie ciągłości własnej tożsamości zostaje zagrożone przez lęk przed „byciem tam”, a przekonanie o niepodzielności własnego „ja” zostaje podważone przez nieuchronność starzenia się. Stąd też egzystencjalne ujęcie starzenia się tworzy bogaty zbiór koncepcji, przekonań i postaw, których kalejdoskopowy charakter odzwierciedla nieustannie zmieniające się potrzeby zarówno indywidualne, jak i społeczne (Hazan, 1994). Jego słowa trafnie oddają tę ambiwalencję, którą niesie ze sobą proces starzenia się. Z jednej strony dostrzegamy tendencję do izolowania osób starszych – zarówno symbolicznie, jak i dosłownie, co może prowadzić do ich marginalizacji i przypisania roli sprowadzającej ich do bycia „innymi” w oczach reszty społeczeństwa. Z drugiej strony, chociaż coraz częściej pojawia się ta społeczna świadomość, że starość dotyczy każdego z nas, towarzyszy jej lęk i niepewność. Strach przed starzeniem się wiąże się z poczuciem utraty dotychczasowej tożsamości, a także konfrontacją z nieuchronnością końca jako momentu, który zmusza do ponownego przemyślenia, kim jesteśmy i co dla nas oznacza upływ czasu.

Współczesna narracja o starości zdaje się stopniowo przesuwać akcenty – od koncentrowania się głównie na jej odpieraniu, minimalizowaniu i przeciwdziałaniu – ku perspektywie akceptacji, refleksji i poszukiwania nowych sposobów jej rozumienia. Sama starość przechodzi proces przemian: redefiniowane są jej znaczenia i formy przeżywania, zarówno na poziomie indywidualnym, jak i społecznym. Coraz wyraźniej widać, że staje się ona nie tylko faktem demograficznym, lecz także zjawiskiem mocno obecnym w świadomości zbiorowej – w wymiarze jakościowym i ilościowym. „Sięgając w przeszłość zauważamy, że w historii ludzkości jeszcze nigdy nie było tak wiele osób starszych jak obecnie” (Halicka, 2018, s. 22). Doświadczamy swoistego przesilenia pomiędzy dawnymi schematami starości a nowymi, które wyłaniają się wraz z kolejnymi pokoleniami. Jak trafnie zauważają Z. Melosik i T. Szkudlarek, „to zmiana stała się formą socjalizacji” (Melosik & Szkudlarek, 2017, s. 56). W praktyce oznacza to, że każda kolejna

generacja wchodząca w okres późnej dorosłości nadaje temu doświadczeniu nowe barwy i odcienie. Jak przewiduje A. Majewska-Kafarowska: „Starość nieustająco się zmienia i zmieniać będzie w ponowoczesnym świecie gnającego pociągu zmian” (Majewska-Kafarowska, 2017, s. 48). Coraz częściej to same osoby starsze aktywnie i twórczo współkształtują życie społeczne, a ich jednostkowe doświadczenia stają się kluczowym punktem odniesienia dla pełniejszego rozumienia starości jako szeroko pojętego zjawiska społecznego. Z. Szarota zwraca uwagę, że osoby starsze coraz częściej podejmują nowe formy aktywności, które wykraczają poza tradycyjnie przypisywane starości role. Media, usługi, turystyka, sport, rekreacja oraz edukacja tworzą dziś przestrzeń sprzyjającą ich samorealizacji, rozwojowi i budowaniu więzi społecznych. Osoby starsze, choć początkowo marginalizowane jako ci o niskim wskaźniku scholaryzacji, stopniowo zostały włączane do nowoczesnych środowisk edukacyjnych i kulturowych. Ważną rolę odgrywają tu media, które coraz częściej dostrzegają specyfikę tej grupy. Programy i dodatki prasowe im poświęcone, a także reklamy kierowane do osób starszych, kształtują nowy wizerunek starości, zastępując termin „starość” określeniami takimi jak „seniorzy”, „50+” czy „Best Agers”. Zmianie ulega również język kultury masowej i konsumpcyjnej – zamiast „ant-age” pojawiają się serie produktów „pro-age”, a dojrzałe osoby stają się twarzami prestiżowych marek. Równolegle rozwija się turystyka senioralna, obejmująca zarówno tradycyjne pielgrzymki, jak i oferty biur podróży kierowane specjalnie do osób starszych, w tym wczasy edukacyjne, wyjazdy rekreacyjne czy pobyty w SPA. Coraz większym zainteresowaniem cieszy się także rekreacja i sport – osoby starsze uczestniczą w zajęciach fitness, nordic walkingu, pływaniu czy grze w golfa, a niektóre kluby i instytucje kultury przygotowują dla nich dedykowane oferty. Obok tego rozwijają się inicjatywy wspierające kompetencje cywilizacyjne i obywatelskie – kursy komputerowe, językowe, zajęcia z przedsiębiorczości czy programy edukacyjne mające przeciwdziałać wykluczeniu cyfrowemu i wspierać aktywne uczestnictwo w życiu społecznym. Wszystkie te obszary aktywności pokazują, że starość coraz częściej staje się postrzegana nie tylko jako czas ograniczeń, lecz również jako przestrzeń nowych możliwości rozwojowych, kulturowych i społecznych (Szarota, 2010).

Zmieniające się znaczenia starości są zatem nierozzerwalnie związane z szerszymi przemianami społecznymi. Oznacza to, że sposób definiowania i przeżywania starości nie jest jedynie wynikiem indywidualnych doświadczeń, lecz odzwierciedla dynamikę procesów zachodzących w społeczeństwie – modernizację, rozwój mediów, zmiany rynku pracy, nowe formy konsumpcji czy ewolucję systemów wartości.

2.5. Starość demograficzna

Współczesne przemiany demograficzne coraz wyraźniej jawią się jako megatrend naszych czasów (Szarota, 2023), o zasięgu globalnym – obejmują zarówno kraje wysoko rozwinięte, jak i te, które dopiero przechodzą proces modernizacji (Szukalski, 2009; Błędowski i in. 2021). Jak pisze Z. Woźniak: „Doświadczamy bezprecedensowej i toczącej się w cieniu innych problemów świata oraz stosunkowo wolno, acz nieustannie pełzającej rewolucji za sprawą zwiększania i utrzymywania się wysokiego odsetka starszych osób w populacji krajów wysoko rozwiniętych oraz wysokiego tempa starzenia się ludności w krajach rozwijających się” (Woźniak, 2016, s. 17). Spośród przyczyn takiego stanu rzeczy, czyli postępującego demograficznego starzenia się społeczeństw, autor wskazywał przede wszystkim na:

- spadek liczby urodzeń,
- spadek liczby umieralności,
- zmiany w strukturze populacji – wzrost proporcji osób starych i spadku odsetka osób młodych,
- wejście w fazę starzenia się pokolenia wyżu demograficznego z lat 1946-1955,
- wydłużenie okresu ludzkiego życia i bezpośrednio stąd wynikający wzrost bezwzględnej liczby osób starszych, w tym starzenia się samej populacji starszych,
- procesy migracyjne prowadzące na niektórych obszarach świata do znacznego zmniejszenia odsetka ludzi młodych w populacji,
- skutki utrzymywania się współczynników urodzeń poniżej prostej zastępowalności pokoleń (Woźniak, 2016, s. 19).

W opracowaniu przygotowanym przez Organizację Narodów Zjednoczonych (ONZ) „World Population Prospects 2022” zaznaczono, że odsetek osób w wieku 65 lat i starszych rośnie szybciej niż osób poniżej tego wieku. Oznacza to, że odsetek globalnej populacji w wieku 65 lat i więcej wzrośnie z 10% w 2022 roku do 16% w 2050 roku. Przewiduje się, że do 2050 r. liczba osób w wieku 65 lat lub starszych na całym świecie będzie dwukrotnie większa niż liczba dzieci w wieku poniżej 5 lat i prawie równa liczbie dzieci w wieku poniżej 12 lat (ONZ, 2022). W Polsce sytuacja wygląda podobnie. Według ostatnich szacunków Głównego Urzędu Statystycznego proces starzenia się ludności będzie systematycznie postępował (GUS, 2024). Według prognozy demograficznej, w perspektywie do roku 2060 spodziewany jest stały wzrost liczby ludności w wieku 60 lat

i więcej³. W 2060 roku ma w Polsce mieszkać 11,9 mln osób starszych, tj. o 19,9% więcej niż w 2023 roku, stanowiąc 38,3% ogółu ludności (GUS, 2024, s. 10). W 2060 roku we wszystkich grupach wiekowych osób starszych przewidywany jest wzrost liczby osób w porównaniu do roku 2023. Największy przyrost wystąpi w najstarszej kategorii wiekowej, czyli wśród osób w wieku 85 lat i starszych. Prognozy wskazują, że liczba osób w tej grupie wzrośnie ponad dwukrotnie w stosunku do roku 2023.

Obecna sytuacja demograficzna wskazuje, że na koniec 2023 roku udział osób starszych w populacji mieszkańców Polski osiągnął poziom 26,3%. W 2023 roku, wśród osób starszych, najliczniejszą grupę stanowiły osoby w wieku 65-69 lat. Ich udział w ogólnej liczbie osób starszych wyniósł 25,5%. Najmniej liczną natomiast osoby w wieku 80-84 lata, których udział w populacji osób starszych ukształtował się na poziomie 7,9% (GUS, 2024). Z procesem starzenia się społeczeństwa nierozzerwalnie wiążą się również wskaźniki dotyczące długości życia. W 2023 roku przeciętne trwanie życia wynosiło 75 lat dla mężczyzn i 82 lata dla kobiet, co potwierdza utrzymującą się od lat różnicę między płciami. Zjawisko to wpływa bezpośrednio na strukturę populacji osób starszych – kobiety stanowią w niej zdecydowaną większość. Według danych GUS, na 100 mężczyzn przypadało w tej grupie aż 138 kobiet. Ponadto, niekorzystne zmiany demograficzne, w tym pogarszające się relacje liczebne między grupami najmłodszych a najstarszych, znajdują wyraz w rosnącym indeksie starości. W 2023 roku na 100 dzieci w wieku 0–14 lat przypadało 133 osoby w wieku 65 lat i więcej, podczas gdy w 2010 roku wskaźnik ten wynosił 89 (GUS, 2024). E. Trafiałek podkreśla także, że do czynników napędzających proces starzenia się społeczeństwa, obok wydłużającej się długości życia i niskiej dzietności, zalicza się również długofalowe konsekwencje powojennego wyżu demograficznego. Wchodzenie w wiek emerytalny przez liczne roczniki urodzone w latach 50. i 60. XX wieku będzie przyczyniać się do dalszego wzrostu wskaźnika starości oraz współczynnika obciążenia demograficznego. Prognozowane na kolejne dekady procesy depopulacyjne będą prowadzić do stopniowego zmniejszania się liczby ludności ogółem, Polska znajduje się obecnie w fazie pogłębiającej się destrukcji demograficznej (Trafiałek, 2016). Badania nad populacją seniorów pozwoliły zidentyfikować kilka istotnych aspektów procesu starzenia się społeczeństw. Do najczęściej wymienianych należą: feminizacja starości, czyli przewaga liczebna kobiet wśród osób starszych, wzrost liczby osób w bardzo zaawansowanym wieku

³ zależnie od wskaźnika jako próg starości GUS przyjmuje 60 albo 65 rok życia

– tzw. „starych starych” oraz singularyzacja, rozumiana jako rosnący odsetek seniorów prowadzących jednoosobowe gospodarstwa domowe (Szatur-Jaworska i in. 2006).

Powyższe dane wyraźnie pokazują rozmiar konsekwencji i wyzwań, które wiążą się z, jak zauważa E. Trafiałek, postępującą „deformacją demograficznej struktury społeczeństwa” (Trafiałek, 2016, s. 52). Badaczka poddaje ją analizie: po pierwsze rośnie także liczba gospodarstw bezdzietnych, a zmiany te będą postępować równoległe z rosnącą liczbą osób wymagających wsparcia, szczególnie w zakresie opieki nad najstarszymi oraz niepełnosprawnymi członkami rodziny. Wzrost liczby seniorów, w połączeniu z alternatywnymi formami życia małżeńskiego i rodzinnego, takimi jak samotne rodzicielstwo czy związki partnerskie, prowadzi do zmniejszenia zdolności rodzin do zapewnienia opieki. Zatem, w obliczu zwiększającej się liczby osób starszych, rodziny i inne formy pozainstytucjonalne będą miały trudności z zagwarantowaniem odpowiednich warunków dla ich życia. Po drugie, zmiany demograficzne nie tylko kształtują rynek pracy, ale również wymuszają transformację rynku usług i towarów, które muszą odpowiadać na nowe potrzeby społeczne, takie jak zapotrzebowanie na usługi opiekuńcze, medyczne, pielęgnacyjne, edukacyjne czy aktywizacyjne. Po trzecie pojawiają się także nowe wymagania dotyczące infrastruktury, której projektowanie musi uwzględniać potrzeby osób starszych, zapewniając brak barier funkcjonalnych i architektonicznych. Równocześnie pojawia się konieczność dostosowania systemów edukacyjnych do potrzeb osób starszych, a także zapewnienia większej dostępności do całościowego kształcenia. Po czwarte starzenie się ludności stawia wyzwania przed systemami ochrony zdrowia, służbami publicznymi, a także rynkiem pracy, handlu i usług. Po piąte różnorodność potrzeb osób starszych, od tych związanych z ograniczonymi środkami finansowymi po te powiązane z niesamodzielnnością, osamotnieniem, niską mobilnością, sprawnością ruchową czy wykluczeniem społecznym – pokazuje jak istotne jest nie tylko wsparcie instytucjonalne, ale również profesjonalizm służb społecznych rozumiejących rangę aktywizacji, partycypacji i integracji środowiskowej, zwłaszcza, że problemy te choć nie zawsze uchwytne za pomocą wskaźników statystycznych, mają ogromne znaczenie w kontekście indywidualnych potrzeb. Po szóste ważnym aspektem jest także zmiana postrzegania osób starszych na rynku pracy. Wbrew powszechnemu przekonaniu, starszy wiek nie musi oznaczać wycofania z aktywności zawodowej. Coraz wyższe wykształcenie oraz dobra kondycja zdrowotna przedstawicieli tej grupy wiekowej pozwalają na ich dalsze zaangażowanie na rynku pracy. Starsi pracownicy często wyróżniają się doświadczeniem, rozważą, cierpliwością oraz umiejętnością podejmowania bardziej przemyślanych decyzji. Dodatkowo,

ich umiarkowane oczekiwania płacowe mogą stanowić atut w kontekście zmian na rynku pracy. Zatem proces starzenia się społeczeństw może także przyczynić się do wzrostu wartości osób starszych jako cennego zasobu na rynku pracy, wnoszącego nie tylko doświadczenie, ale także stabilność i umiejętność zarządzania sytuacjami kryzysowymi. W kontekście tych społecznych transformacji, podkreśla E. Trafiałek, niezwykle istotne jest budowanie nowego modelu kultury społecznej, wolnej od stereotypów, w której osoby starsze nie są postrzegane tylko przez pryzmat problemów, kosztów i wyzwań, ale również jako konkretny społeczny zasób (Trafiałek, 2016).

Powyższe rozważania potwierdzają obecność zjawiska starzenia się naszego społeczeństwa, którego niebywała moc jest społecznie odczuwalna, chociażby w zwiększającej się widoczności osób starszych w przestrzeniach publicznych. Polskie społeczeństwo jako takie samo także doświadcza starzenia się, co wpływa na głębokie zmiany w strukturze społecznej, na każdy aspekt życia społecznego, od instytucji społecznych (rodzina, praca, edukacja, polityka) po doświadczenia starzejących się jednostek. P. Szukalski podsumowuje ten wątek w słowach: „Proces starzenia się ludności przez wiele osób postrzegany jest jako zjawisko najważniejsze w XXI wieku z punktu widzenia gospodarki i zasad życia społecznego. Percepcji tej towarzyszy ‘odkrywanie na nowo’ problematyki wzrostu frakcji seniorów. Na poziomie mikro starość jest odkrywana na nowo jako faza życia, która z jednej strony staje się powoli etapem w mniejszym lub większym stopniu dostępnym dla każdego, z drugiej zaś dzięki odpowiedniemu przygotowaniu – nie musi być w nieunikniony sposób związana z brakiem zdrowia i zależności od innych” (Szukalski, 2009, s. 17).

Rozdział III. Tożsamość jednostki

Refleksja nad zjawiskiem tożsamości jest nieodłącznie związana z procesami zmiany społecznej, a co za tym idzie spojrzenie na tożsamość, na jej kształtowanie czy konstruowanie odbija transformującą się wzajemnej zależność pomiędzy jednostką a społeczeństwem. Zdaniem Z. Bokszańskiego, pojęcie albo raczej problematyka tożsamości pojawiła w myśli socjologicznej wraz z wyodrębnieniem się kategorii jednostki jako aktywnego, kreatywnego podmiotu, odpowiedzialnego za swoje życie (Bokszański, 2008). Do tamtej pory, jak pisze Maria Świątkiewicz-Mośny: „tożsamość była jasna, czytelna, oczywista, regulowana stabilnymi i niebudzącymi wątpliwości normami społecznymi oraz modelowanymi przez nie wzorami codziennych zachowań” (Świątkiewicz-Mośny, 2015, s. 8).

Lata 50. XX wieku to moment, kiedy za sprawą E. Eriksona i jego „teorii dynamicznej tożsamości jednostki” nastąpił wzrost zainteresowań tą kwestią. E. Erikson, tożsamość wiązał ze zmiennymi właściwościami psychicznymi, duchowymi i osobowościowymi jednostek, które są nieustannie kształtowane w procesie socjalizacji od urodzenia do śmierci (za: Paleczny, 2008). Widział w tym jednocześnie konsekwencje osłabienia reguł dotychczas sprawnie nawigujących zarówno postrzeganiem „innego”, jak i autopercepcją jednostek (za: Bokszański, 2008).

Uznanie znaczenia podmiotowości jednostki i jej sprawczej roli w świecie przemian doprowadziło do wyłonienia się pojęcia tożsamości. Zaczęło ono funkcjonować nie tylko jako nowa kategoria socjologiczna, pomocna w wyjaśnianiu dotąd nieopisanych zjawisk i problemów społecznych, ale również jako kwestia o głębokim wymiarze egzystencjalnym, jedna z kluczowych dla człowieka schyłku XX wieku. Człowieka obciążonego indywidualną odpowiedzialnością za siebie: „podmiot indywidualny staje się w ten sposób w ontologii społecznej coraz bardziej „realny”. Jednostki przekształcają się w autonomiczne centrum inicjatywy, motywacji, a ich oceny stają się kryteriami mierzącymi piękno, dobro i użyteczność działań i stanów rzeczy” (Bokszański, 2008, s. 9). Ta nowa sytuacja jednostki nie tylko wzmacnia jej poczucie odrębności, oferuje różne opcje wyboru i możliwości, ale także zabiera, dobrze do tej pory znane, bezpieczne konteksty społeczne, w których funkcjonowała.

Obecna rzeczywistość odniesień dla jednostki, przynosi jej więc wiele, nowych płaszczyzn dla tożsamościowych odwołań (Smolarkiewicz, 2019). Zdaniem Tadeusza

Palecznego, to właśnie „tożsamość staje się słowem-kluczem do ponowoczesności, do nowej antropologii kulturowej człowieka, do aktualnej kondycji społecznej jednostek w globalizującym się świecie” (Paleczny, 2008, s. 17). Ten, fukuyamowski „wielki wstrząs” (za: Bokszański, 2008, s. 8) objawił wizję rzeczywistości społecznej o jej konstrukcyjnym temperamencie i przekonanie o autonomicznym kształtowaniu tożsamości na drodze uzgodnień, interpretacji, nadawaniu znaczeń przez sprawczy jej podmiot. Żywotna rola jednostki we współczesnym świecie nie polega już jedynie na umiejscowieniu jej w centrum wszechświata, przy jednoczesnym przyjmowaniu biernego stanowiska polegającego na akceptacji lub odrzuceniu zmian, lecz raczej na dostosowywaniu się do nich poprzez sprawne zaangażowanie – w warunkach społeczeństwa postnowoczesnego tożsamość kształtuje się nie tylko w sposób dyskursywny, lecz też jest ona elastycznym systemem odniesień” (Miształ, 2000, s. 143). W tej aktualnej rzeczywistości jednostka staje się nie tylko podmiotem, który konstruuje swoją tożsamość poprzez wybór spośród dostępnych alternatyw, ale również jej twórcą. Postęp także zależy od kreatywności jednostek wykorzystujących swój potencjał do wprowadzania zmian. Jednostki są więc traktowane jako sprawcy działań, a nie jedynie jako osoby przystosowujące się do otoczenia (Smolarkiewicz & Kubera, 2017).

3.1. Pojęcie tożsamości jednostki

Próba definicyjnego sprecyzowania kategorii tożsamości, które poszukuje znaczeń dla doświadczenia „kim jestem” jednostki przynosi bardzo wiele zróżnicowanych ujęć i interpretacji. Wynikają one z odmiennych naukowych nurtów, teoretycznych podejść i intelektualnych tradycji. Na gruncie socjologii, słownikowe określenie pojęcia tożsamość to: „okazywanie innym jednostkom i samemu sobie identyfikacji z jakimiś elementami rzeczywistości społecznej” (Olechnicki & Załęcki, 2004, s. 228). Według T. Palecznego: „tożsamość stanowi syntezę relacji człowiek – świat wyznaczoną przez społeczny i kulturowy (grupowy) kontekst. Jest stanem jedności, procesem świadomego dostosowywania się człowieka do otaczających go zmiennych warunków, jak i odwrotnie, przystosowania środowiska przyrodniczego i społecznego do siebie” (Paleczny, 2008, s. 20). W jego opinii termin tożsamości posiada kilka znaczeniowo bliźniaczych określeń, takich jak: identyfikacja, świadomość, kategoryzacja czy samoświadomość, które można stosować zamiennie (Paleczny, 2008). Coraz częściej jednak badacze tematu postulują potrzebę odmienności definicyjnych i znaczeniowych tych kategorii (Smolarkiewicz, 2019;

Drabarek, 2016). Z. Bokszański poprzez tożsamość rozumie samoświadomość jednostki w otaczającym świecie, jest rodzajem „autodefinicji aktora społecznego – indywidualnego i zbiorowego”; to także „zbiór, wyobrażeń, sądów i przekonań owego aktora o samym sobie” (Bokszański, 2002, s. 252). Cechy charakteru, przymioty ducha jednostki oraz jej społecznie i kulturowo określone więzi ze społeczeństwem składają się, zdaniem T. Palecznego na tożsamość: „jako przestrzeń wiążąca jednostkę z grupą i na odwrót, jest swoistym sitem poznawczym, interpretacyjnym, znaczeniowym, w którym rolę selektonera pełnią symbole, wartości i normy” (Paleczny, 2008, s. 169). M. Golka podobnie określa tożsamość, która jest: „rezultatem samopoznania i samowiedzy, czyli kontaktu z samym sobą, z własną przeszłością, ale też z innymi ludźmi i – z nader zróżnicowaną współcześnie kulturą” (Golka, 2012, s. 213). Wszystkie te propozycje uogólnia Karnat-Napieracz definicją, dla której tożsamość to po prostu „kompleks składający się z samowiedzy i zewnętrznej identyfikacji” (Karnat-Napieracz, 2009, s. 47).

M. Golka wskazuje na następujące czynniki, istotne w procesie kształtowania i trwania tożsamości:

- postrzeganie własnych cech fizycznych, społecznych i kulturowych w procesie autorefleksji,
- uświadamianie własnych aspiracji, oczekiwań i wyobrażeń dot. własnego losu,
- umieszczanie siebie w strukturze świata i dopasowanie się do tej struktury,
- różnicowanie ja i inni, kontakt z innością,
- „sprawdzanie tożsamości” w kontaktach z innymi i w „doświadczeniu” siebie samego,
- reagowanie na oddziaływanie takich czy innych sił społecznych, politycznych,
- zbieranie informacji o sobie – głównie poprzez odtwarzanie zasobów pamięci jednostkowej i społecznej,
- pielęgnacja tożsamości i jej utrzymanie oraz wzmacnianie poprzez funkcjonowanie w określonym środowisku społeczno-kulturowym (Golka, 2012, s. 213).

Dzięki intensywnie i interdyscyplinarnie prowadzonej teoretycznej refleksji nad tożsamością, jej istotą, właściwościami czy potencjałem badawczym można wyróżnić typologię tożsamości R. Robbinsa (1973), który zaproponował jej trzy modele:

- model zdrowia, który sytuuje tożsamość jako wynik procesu dojrzewania i jest warunkiem zdrowia psychicznego. Jest istotny w kontekście badań zaburzeń psychicznych, psychoterapii i dostosowywania do otoczenia społecznego. Oparty

na koncepcji Eriksona, uwypukla kwestię związaną z „dyfuzją tożsamości”, związaną z niepowodzeniami jednostki w integracji z przypisanymi jej rolami społecznymi (za: Nikitorowicz, 1995, s. 72),

- model interakcyjny opiera kształtowanie tożsamości jednostki na jej interakcjach z innymi. Zwraca uwagę na wzajemne oddziaływanie, w którym ludzie muszą wzajemnie dostosować się do siebie – jego centralnym elementem są procesy interpretowania i definiowania tego, co się wokół jednostki dzieje. Proces uzyskiwania przez nią tożsamości odbywa się zatem w trakcie interakcji (za: Nikitorowicz, 1995, s. 78),
- model światopoglądowy, w którym odbywa się analiza sytuacji psychospołecznej jednostki w społeczeństwie współczesnym w odniesieniu do zrozumienia nowych stylów życia i form relacji między grupami i jednostkami, tutaj tożsamość to „zbiór trwałych właściwości charakteryzujących sposoby autopercepcji ukształtowane wśród członków dostatecznie dużej zbiorowości, przy czym sposoby postrzegania siebie są wywodzone z cech struktury społecznej” (Bokszański, za: Nikitorowicz, 1995, s.78).

Uzupełniającą dla powyższego zestawienia jest propozycja Z. Bokszańskiego (1989) – model egologiczny, w ramach którego tożsamość jednostki rozpatrywana jest jako „koncepcja siebie” na dwóch płaszczyznach: obrazu prywatnego – „kim jestem” i obrazu społecznego „kim jestem dla innych”. Szczególny nacisk kładzie się tu na opis właściwości tożsamości jednostki i procesy jej genezy i transformacji (Świątkiewicz-Mośny, 2015). Z. Bokszański jest autorem także innej teoretycznej koncepcji, tj. tożsamości zbiorowych, argumentując, że „jeżeli pragniemy na gruncie głównego nurtu socjologicznego utrzymać pojęcie tożsamości, wydaje się, iż powinno ono być wiązane przede wszystkim ze zbiorowościami” (Bokszański, 2008, s. 57). Zdaniem tego autora, nieustanne zmiany warunków społecznych, w jakich poruszać musi się jednostka, m.in. konieczność równoległego funkcjonowania w często odmiennych grupach, pogłębiają potrzebę jej dookreślenia siebie, także w sensie kolektywnym. Ponadto, idea tożsamości zbiorowych okazuje się przydatna w kontekście wyjaśniania nowych ruchów społecznych i opisywania wszelkich nowych form zaangażowania społecznego (Świątkiewicz-Mośny, 2015).

Pozostając przy dorobku naukowym Z. Bokszańskiego należy przywołać także jego analizę pojęcia tożsamości poprzez jej interpretację przy wykorzystaniu dwóch opozycyjnych podejść:

- normatywne a deskryptywne – w ujęciu normatywnym tożsamość jest równoznaczna z istotą człowieka bądź takim ukształtowaniem, w którym realizuje się sens jego egzystencji” (Bokszański, 2008, s. 32). W tej perspektywie tożsamość nie jawi się jako zjawisko, które można badać empirycznie. Podejście deskryptywne odnosi się do tożsamości, która da się zbadać i doprowadzić do całościowego bądź fragmentarycznego opisu jej struktury, np.: koncepcja społecznej tożsamości H. Tajfela,
- stan czy proces – traktowanie tożsamości w kategoriach „stanu” pochodzi z prac E. Eriksona, w jego definicji była stabilnym układem autodefinicji jednostki, potwierdzonej przez jej społeczne otoczenie, procesualność rozumiano jako brak stabilnego obrazu siebie określonej, czyli dyfuzję tożsamości (jw.). Rozpatrywanie tożsamości w warunkach późnej nowoczesności ugruntowało tezę o jej procesualnym charakterze (Golka, 2012; Jawłowska, 2001; Giddens, 2006),
- kontynuacja czy odmienność – dotyczy innych sposobów rozumienia koncepcji tożsamości, tzn. kontynuacja odnosi się do „pozostawania tym samym”, „ta samą osobą”, do kontynuacji w czasie pewnych cech jednostki. Odmienność natomiast odnosi się do „odróżniania się”, do takiego przejawiania cech i właściwości, że jednostka postrzega się jako odmienna od innych, „zaprzestaje być sobą” poprzez „stanie się innym”. W większości analiz oba te aspekty tożsamości występują razem, w różnych nasileniach i zakresach (Bokszański, 2008),
- konformizm czy bunt – dotyczy tożsamości będącej konsekwencją jednego bądź drugiego mechanizmu dostosowania społecznego. W tym zestawieniu, autor nawiązuje do typologii form indywidualnego przystosowania R.K. Mertona, tożsamość rozpatrywana jest tu jako zjawisko występujące w pewnym typie ładu społecznego z konformizmem, w którym tożsamość jednostki jest zgodna z wzorami właściwymi porządkowi społecznemu bądź buntem, w którym jednostka kształtuje swoją tożsamość opartą na kontestacji funkcjonującego ładu społecznego, jako skrajnych form przystosowania (Bokszański, 2008).

Jeszcze inny sposób teoretycznego oglądu koncepcji tożsamości zaproponował Peter Burke w swojej teorii kontroli tożsamości, w której podkreśla powiązania występujące pomiędzy tożsamościami a strukturą społeczną, rozumianą jako „organizowanie przez ludzi przepływów i przekształceń i zasobów” (Burke, 2009, s. 117). Tożsamości są zbiorami znaczeń utrwalanymi przez ludzi wobec samych siebie powiązanymi z pozycjami

w strukturze, które wyznaczone są przez kulturę. To umiejscowienie podmiotu w strukturze zapewnia mu zasoby i środki do weryfikacji tożsamości będący równoległym procesem, poprzez który ta struktura jest wytwarzana i reprodukowana. Kluczowe dla tej teorii pojęcie znaczeń tworzy standard tożsamości wykorzystywany jako odniesienie, względem, którego jednostki w interakcjach porównują własne percepcje znaczeń odnoszonych do samej siebie. Jednocześnie te znaczenia definiują. Tożsamości, które jednostka umiejscawia w określonej pozycji, które osiągane są i podtrzymywane właśnie przez mechanizm weryfikacji tożsamości, P. Burke tłumaczy: „Znaczenia są reakcjami na percepcję, a te są dostrajane do wymiarów znaczeń, dostępnych w naszej kulturze wszelkim występującym w niej rola, pozycjom i grupom” (Burke, 2009, s. 116). Znaczenia i oczekiwania związane z rolami stają się częścią tożsamości roli jednostki, która je przyjmuje i traktuje jako standardy wyznaczające proces weryfikacji, znaczenia i oczekiwania określone w ramach kultury stają się podstawą tożsamości społecznych (grup, w których jednostka funkcjonuje). Trzecią podstawą konstrukcji tożsamości, według P. Burke’a są tożsamości osoby, które „oparte na kulturowo uznanych właściwościach, cechach i oczekiwaniach, które odnoszą się do jednostki, są zinternalizowane, stają się częścią tożsamości osoby oraz służą jako standardy kierujące procesem weryfikacji” (Burke, 2009, s. 119). Weryfikacja tych trzech typów tożsamości ma dla jednostki odmienne konsekwencje: weryfikacja tożsamości społecznych prowadzi do poczucia własnej wartości, weryfikacja tożsamości roli do zwiększenia poczucia własnej kompetencji, a weryfikacja tożsamości osoby zwiększa poczucie autentyczności – bycia tym, kim naprawdę się jest (Burke, 2009).

Współczesny namysł nad tożsamością wyraźnie pokazuje żywe dyskusje na temat jej istoty i wymiarów. Według E. Smolarkiewicz jeden z dylematów dotyczy procesu kształtowania się tożsamości i opiera się na dychotomii: esencjalizm, który zakłada istnienie tożsamości niezależnej od jednostek i wymagającej odkrycia jako formuły społecznego nadania kontra konstruktywizm, traktujący tożsamość jako konstruowany proces będący wytworem jednostki (Smolarkiewicz, 2019). Tożsamość w ujęciu esencjalizmu jest stabilna i niezmienna, w opinii T. Palecznego należy do świata transcendencji i jest darem od Boga (Paleczny, 2008). Ta konstruowana – jest dynamiczna, zmienna i negocjowa(l)na (Świątkiewicz-Mośny, 2015), zadana i a nie dana, „jako postulat czy cel niż jako właściwość, sytuacja czy stan posiadania. [...] Akcent należy zatem położyć na pytanie, w jaki sposób tożsamość się tworzy i zmienia, a nie na to, czym jest” (Jawłowska, 2001, s. 54) i jako taka swoje miejsce odnalazła w warunkach ponowoczesności. E. Smolarkiewicz pisze: „Ponowoczesne koncepcje tożsamości akcentują jej zmienny charakter, elastyczność

związaną z dostosowywaniem się do specyfiki okoliczności i zmian w czasie. Tożsamość jest więc w ujęciach ponowoczesnych projektem, który podlega zmianom, a nie czymś danym trwałym i ponadczasowym” (Smolarkiewicz, 2019, s. 266). Tożsamość jest w ponowoczesności przez jednostkę konstruowana – konstruowana w procesie jednoczesnego dostrajania się do świata i przyłączenia tego świata do siebie: „To dopasowanie zewnętrznego świata dokonuje się poprzez przyjęcie z jego zasobów (w tym często stereotypowych czy autostereotypowych wyobrażeń) lub (rzadziej) wymyślenie pewnych masek, kostiumów, póz, grymasów, które następnie stać się mogą składnikami tożsamości” (Golka, 2012, s. 222).

W dyskursie tożsamościowym T. Paleczny zauważa trzy stanowiska dotyczące przemian tożsamości w ponowoczesności:

- pesymistyczne – wskazują na niekorzystne skutki procesów globalizacyjnych, takie jak: dezintegracja społeczna, demoralizacja, anomia, utrata podmiotowości. Konsekwencje towarzyszące przemianom tożsamości wiążą się ze wzrostem niepewności, lęku, alienacji. „Przejęciowość, niestabilność, wielokrotność, „kruchosc” tożsamości wiedzie – zdaniem Z. Baumana – do rozpadu tradycyjnych więzi, do słabnięcia i zaniku wielu grup kulturowych, ich języków, religii, norm, obyczajów, form organizacji grupowej” (Bauman, 2000, za: Paleczny, 2008, s. 39),
- optymistyczne – dostrzegają zalety oraz pozytywne następstwa przemian tożsamości, takie jak: zbliżanie się kultur i ludzi, pojawianie się wspólnych przestrzeni dla dotąd odmiennych grup. „Optymistyczny wariant koncepcji przemian tożsamości głosi – między innymi – A. Giddens, który lokuje je w kontekście procesów globalizacyjnych, prowadzących do wzrostu synkretyzmu, pluralizmu i uniwersalizmu kulturowego. Nowe rodzaje tożsamości, bardziej uniwersalne i złożone od poprzednich, budowanych na bazie dawnej przynależności etnicznej, rasowej i narodowej, coraz bardziej upodabniają ludzi do siebie. Tym samym słabną bariery międzykulturowe, tracą na znaczeniu dotychczasowe podziały, konflikty, odrębności” (Giddens, 2001, za: Paleczny, 2008, s. 40),
- mieszane, krytyczno-konstruktywne – pokazujące z jednej strony homogeniczność i trwałość tożsamości, a z drugiej jej możliwości do rekonfiguracji i modyfikacji w procesie przemian. Takie stanowisko zajmuje M. Castells, upatrujący w procesach przemian tożsamości zagrożeń dla stabilności nie tylko kultur, ale także struktur społecznych. Rodzące się w następstwie globalizacji nowe rodzaje

tożsamości kulturowej są zatem zarówno odpowiedzią na wyzwania nowej rzeczywistości społecznej, jak i reakcją obronną w zmieniającym się pejzażu kulturowym” (Castells, 2001, za: Paleczny, 2008, s. 41).

Manuel Castells wymienia trzy formy konstruowania tożsamości powstałej i ugruntowanej w ponowoczesności:

- tożsamość legitymizująca – taka, która wyznacza najistotniejsze elementy osobowości jednostki, „zakotwicza” ją w danym środowisku, nadaje poczucie podmiotowości w kontaktach z innymi. Zostaje nabyta i ukształtowana poprzez socjalizację i internalizację. Stanowi o indywidualnych właściwości człowieka, dostarcza mu „legitymacji” do bycia „jakimś”. Ma charakter bazowy, niezbywalny, oparty na stałym systemie norm i wartości. Nie podlega zmianie, odpowiada nie tylko za przynależność do zbiorowości, ale także za stabilność psychiczną. Przykładem jest tożsamość ortodoksyjna, ksenofobiczna czy ekskluzywna (Castells, 2001, za: Paleczny, 2008),
- tożsamość oporu – stanowi reakcję na przymus społeczny, represje. Jest dynamicznie kształtowanym procesem, następstwem presji środowiska społecznego na zmianę, na zagrożenia dla trwałości. Przejawia się dynamicznym procesem rekonstrukcji świadomości jednostek czy grup w sytuacji zagrożenia ich egzystencji i stabilności. Charakteryzuje buntowników i rewolucjonistów, którzy chcą zachować własną tożsamość w procesie przemian kulturowych i społecznych. Może być innowacyjna – poszukująca nowych rozwiązań, jak i konserwatywna – chcąc pozostać przy obecnym sobie z niechęcią do zmiany. W tym podejściu opór jawi się jako albo dominująca strategia przeciw zbyt szybkim zmianom, albo w pozytywnym wydaniu, przeciw stagnacji, zbyt powolnym zmianom czy narzucaniu ideologii. Tożsamość oporu podejmuje próby budowania mostów pomiędzy „starym” a „nowym”, coraz bardziej zyskuje na znaczeniu w warunkach globalizacji (Paleczny, 2008),
- tożsamość „projektująca” – powstaje w wyniku łączenia, mieszania, tworzenia postaw i światopoglądów jako odpowiedź na wyzwania zmieniającej się społecznej i kulturowej rzeczywistości. To tożsamość wielokrotna, „łącznikowa”. Stanowi reakcję na wymogi dostosowywania się do nowych warunków, układów strukturalnych i kulturowych (Paleczny, 2008).

Podsumowując, zdaniem Bronisława Misztala tożsamość przestaje być stabilnym punktem odniesienia, pełniącym jednocześnie funkcję kompasu i kotwicy, które – opierając

się na wcześniej ustalonych ramach – jednoznacznie wskazywały jednostce drogę oraz określały jej miejsce w świecie społecznym. Zamiast tego, staje się procesem nieustannej interakcji ze społeczeństwem, w którym kierunek poszukiwań i konstruowania znaczeń na własny temat wynika z dynamicznych relacji społecznych (Misztal, 2000). Aldona Jawłowska, definiuje tożsamość jako proces: „stawania się i wyboru siebie, proces, który spaja i integruje różnorodne cząstkowe identyfikacje w coś, co jest czymś więcej niż ich prostą sumą” (Jawłowska, 2001, s. 55), dla T. Palecznego to: „społecznie determinowany proces wzajemnego utożsamiania w toku działań społecznych (Paleczny, 2008, s. 11), a według Johna Turnera tożsamość społeczna stanowi zespół wszystkich identyfikacji, które jednostka wykorzystuje do określania siebie samej (Turner & Reynolds, 2012). Inni badacze tożsamości społecznej także zwracają uwagę na konstytuujący ją aspekt, tak dla kształtowania, jak i jej funkcjonowania, tzn. relacyjność, zgodnie ze słowami Mirosławy Marody: „(...) życie ludzkie jest z natury swej uspołecznione, niezależnie od tego, czy rozpatrujemy je w aspekcie jednostkowym, czy kolektywnym. Innymi słowy, zarówno to, co jednostkowe, jak i to, co kolektywne jest stwarzane poprzez życie w układach ludzi funkcjonujących na różnych piętach społecznie wytwarzanej rzeczywistości” (Marody, 2015, s. 20). W procesie powstawania tożsamości jednostka jest swoiście modelowana przez zbiorowości, w których funkcjonuje, kształtuje się w społecznych interakcjach poprzez określanie się w stosunku do innych, za pomocą uznania podobieństwa, jak i poprzez różnicowanie się od nich: „dokonuje się to wraz z przejawami społecznego negocjowania ze względu na własne dążenia i uwarunkowania społeczne” (Golka, 2012, s. 212). T. Paleczny podkreśla, że kształtowanie i utrwalanie tożsamości odbywa się w ciągu długich, złożonych, zmiennych interakcji, „bliscy odchodzą, ludzie, którzy mieli wpływ na tożsamość jednostki umierają, ale nadal wywierają wpływ na nasze zachowania, działania i sposób funkcjonowania w społeczeństwie (Paleczny, 2008, s. 165). Inną cechą tożsamości jest jej procesualny, zmienny i dynamiczny charakter – toczy się i zmienia w ciągu całego życia, wymaga aktualizacji, zależy od kontekstów, w których jednostka funkcjonuje. Realizowana, kreowana, konstruowana jako indywidualny projekt jednostki często przyjmuje formę wielu różnych tożsamości, a nie jednej (Golka, 2012; Bokszański, 2008). E. Smolarkiewicz wskazuje na trzy wyznaczniki tożsamości (przyjmując, że na tożsamość jednostki składają się jej dwa wymiary, indywidualny i społeczny) ponowoczesnej, są to: relacyjność, czyli pozostawanie w relacji z zewnętrznym otoczeniem, refleksyjność warunkująca możliwość kształtowania siebie i projektowania tożsamości oraz płynność, która wpisuje w kreację tożsamościowe nieustanną zmianę i ich tymczasowość (Smolarkiewicz, 2019).

M. Ziółkowski zwraca uwagę jeszcze na inny aspekt – komunikacyjny albo oznakowany, oznaczający takie cechy tożsamości społecznej jednostki, które pozwolą innym postrzegać ją jako członka tej właśnie zbiorowości. Przekonuje, że cechy tożsamości występujące we wszystkich wskazanych powyżej wymiarach mają nie tylko moc nabywania, ale także przekształcania się w ciągu całego życia jednostki. Tożsamość społeczna realizuje się poprzez podwójną kontynuację: dziedziczenia międzypokoleniowego i trwałości biograficznej (Ziółkowski, 2002). Związane jest to z dynamiką poszczególnych elementów o niej stanowiących. Decydujące o tożsamości społecznej są, zdaniem tego autora, jej swoiste stygmaty, czyli cechy wrodzone, „nadane” jednostce – typ fizyczny i język macierzysty. Natomiast religia, system wartości, utrwalone sposoby postępowania jako cechy również ją kształtujące, stanowią odrębną grupę tych „narzucanych”, zwłaszcza w socjalizacji pierwotnej, mają zdolność do późniejszych przekształceń. Ostatnią składową współokreślania tożsamościowego jest, będąca rezultatem autonomicznego wyboru jednostki, przynależność do grup ustanawianych. Cechuje ją jednak, w porównaniu do dwóch pierwszych grup, tymczasowość, powierzchowność i podatność na zmianę, M. Ziółkowski pisze: „Cechy te są zatem mniej elementami trwałej tożsamości społecznej jednostki, a bardziej składnikami i wskaźnikami jej zmiennych i sytuacyjnych ról i traktowane są jako takie także przez innych członków zbiorowości (Ziółkowski, 2002, s. 22). I choć czyni to kwestię tożsamości społecznej coraz bardziej złożoną, zmienną i konstruowaną, te fundamentalne jej elementy są ciągle bardziej przypisane niż osiąganе, „a intencjonalny wybór pewnych cech przez daną jednostkę statystycznie dokonuje się przede wszystkim w obrębie szerszych „kategorii tożsamościowych”. (..) Ludzie oprócz tożsamości indywidualnej potrzebują i pragną posiadać także tożsamość społeczną (Ziółkowski, 2002, s. 23).

Podkreślenie podmiotowości jednostki – rozumianej jako zdolność do współtworzenia struktur społecznych – sprawiło, że tożsamość społeczna stała się ugruntowaną kategorią współczesnej socjologii. W ślad za tym konieczna okazała się także rewizja pojęcia roli społecznej, tradycyjnie postrzeganej jako zestaw oczekiwań i norm przypisanych jednostce. Jak zauważa M. Marody: „formowanie tożsamości społecznej jest procesem, którego nieodłącznym składnikiem jest wzajemne rozpoznawanie i wartościowanie społecznej pozycji jednostek w terminach ich przynależności do znaczących grup społecznych, konstytuowanych także, choć niejedynie na bazie ról społecznych” (Marody, 2015, s. 94). Autorka tych słów zwraca uwagę na częstą praktykę synonimicznego traktowania obu pojęć, co, jej zdaniem, prowadzi do całkowitego zatarcia

zasadniczych różnic pomiędzy nimi: role społeczne, mimo że społecznie konstruowane są własnością jednostek, tożsamości natomiast – kształtowane indywidualnie są własnością grup (Marody, 2015). To także „strukturalne przypisane nakazy” czy „koncepcja własnego miejsca w strukturze” (za: Świątkiewicz-Mośny, 2015). Zdaniem P. Bergera i T. Luckmanna kwestia ról społecznych jest dla socjologii szczególnie istotna, ponieważ, „ujawnia przejścia pomiędzy obiektywizowanymi w społeczeństwie makroskopowymi uniwersami znaczeń oraz sposobami, w jakie uniwersa te są dla jednostek subiektywnie rzeczywiste” (Berger & Luckmann, 2010, s. 115), a [...] odgrywając role, jednostka uczestniczy w społecznym świecie (Berger & Luckmann, 2010, s. 109). W kontekście tożsamości, jak to ujmuje M. Marody, do połowy XX w. istniejące społeczeństwo charakteryzowało się jasno zdefiniowanymi rolami społecznymi, w którym każda jednostka „znała swoje miejsce”, a jej tożsamość była „tożsamością roli”⁴, w której zamykał się jej cały obraz świata, w świetle tego, Misztal dodaje, że tożsamość wyswobodziła się niejako ze zbitki z rolami społecznymi, pisze, że z „terminu niegdyś peryferyjnego i posiłkowego w dyskursie socjologicznym, wprzęgniętego w analizy roli społecznej (...) tożsamość awansowała do centralnego dzisiaj i autonomicznego pojęcia, które odgrywa kluczową rolę w wyjaśnianiu procesów współczesności” (Misztal, 2000, s. 143). To ponowoczesność unieważniła wpływ pełnionych ról społecznych na kształtowanie się tożsamości jednostki i dostarczania jej sensu życia (Marody, 2015). B. Szacka łączy jednak bezpośrednio tożsamość z rolami społecznymi jednostek: „Odgrywane role, wpływając na osobowość człowieka i zmieniając ją, powodują zmiany jego obrazu samego siebie” (Szacka, 2003, s. 150). Próbę ostatecznego rozbratu socjologii z koncepcją roli społecznej podjął Alain Touraine, który podważa jej moc społecznego uzasadniania podmiotowości jednostki, pisze: „podmiot bowiem definiowany jest jako odniesiony do siebie wysiłek każdej jednostki czy też grupy, ukierunkowany na tworzenie samego siebie jako zasady integrującej coraz bardziej zróżnicowane doświadczenia” (Touraine, 2009, s. 563). Jego zdaniem, z uwagi na dynamikę zmian społecznych i kulturowych, należy skupić uwagę na procesach powstawania aktora społecznego i na jego udziale w kreowaniu swojej tożsamości, która, co do zasady, stoi w opozycji do „utrwalonych sposobów jego umiejscowienia w strukturze społecznej przez przypisywanie mu określonych dążeń, aspiracji i światopoglądów” (Touraine, 1974, za: Bokszański, 2008, s. 53). Nowe czasy, zdaniem A. Touraine’a pozbawiły koncepcję roli społecznej uprawnień socjologicznego wyjaśniania rzeczywistości społecznej – „rola

⁴ terminologia J. Habermasa, za: Marody, M. (2015). *Jednostka po nowoczesności*. Scholar.

zakłada bowiem istnienie gwarantowanych kontrolą społeczną oczekiwań ze strony partnerów i spienianie ich na podstawie podzielanych norm i wzorów działania. W konsekwencji zakłada więc konsensualną wizję społeczeństwa, która jest nie do utrzymania w świetle zarówno dynamicznych procesów zmian, jak i strukturalnych właściwości współczesnych społeczeństw” (Touraine, 1974, za: Bokszański, 2008, s. 24). W podobnym tonie o relacjach pomiędzy tożsamością a rolą społeczną pisze B. Misztal i konfrontuje ze sobą oba te pojęcia, które „rywalizują ze sobą” (Misztal, 2000). Przyczynę tego stanu rzeczy upatruje przede wszystkim w procesie globalizacyjnym, dowodzi: „Globalizacja, jak twierdzę, zmieniła naturę „tożsamości”, obnażyła ją, wyłuskała z kontekstu roli społecznej, uwolniła od determinującego wpływu roli i odarła z pewności, jaka się wiązała z konstruowaniem tożsamości w warunkach społeczeństwa przemysłowego (...) w odróżnieniu od tamtych procesów, które przekształcały świat w bardziej przewidywalny, zrutyinizowany” (Misztal, 2000, s. 144). M. Castells szuka natomiast porozumienia pomiędzy wartością znaczeniową zarówno tożsamości, jak i roli społecznej, przesuwając jednak punkt ciężkości w stronę tej pierwszej: „tożsamość organizuje sens, podczas gdy role organizują funkcje” (Castells, 2008, s. 23). W tej interpretacji M. Świątkiewicz-Mośny referuje: „Tożsamość jest zatem podstawową autodefinicją. Nie jest jednak tak, że jednostka ma jedną tożsamość ani że odgrywa jedną rolę. Wielość tożsamości i ról społecznych może być źródłem niepokojów, ale może też wskazywać bogactwo praktyk społecznych podejmowanych przez jednostkę. Podczas gdy role społeczne nie dają jednostce możliwości nieograniczonego wyboru partnerów, sposobów ich realizacji, tożsamość może być konstruowana „na miarę” (Świątkiewicz-Mośny, 2015, s. 47).

B. Misztal analizuje taką przemianę statusu socjologicznego pojęcia tożsamości – od ścisłego podporządkowania rolaom społecznym, przez koncepcję „tożsamości roli”, w której rola pełniła funkcję przewodnika pomagającego jednostce w interakcjach społecznych za pomocą „luźno powiązanych, ale spójnych wskazówek stabilizujących ludzkie działania” (Misztal, 2000, s. 146), aż po wprowadzenie idei negocjacji roli. W tym ujęciu stanowi „racjonalny kompromis pomiędzy tzw. preferowaną tożsamością jednostki a wymaganiami, oczekiwaniami i potrzebami stabilnych i dostarczających pewności obligacji w codziennych interakcjach” (Misztal, 2000, s. 146). Transformacja wynikająca z ponowoczesności i globalizacji doprowadziła do dalszej ewolucji tożsamości – z formy przypominającej „uciskającą żelazną klatkę” w tożsamość bardziej elastyczną, porównywaną do „lekkiego płaszcza, który można w dowolnym momencie zrzucić

i zamienić na inny” (Misztal, 2000, s. 150). Zdaniem tego autora tożsamość jest przede wszystkim formą wiedzy wynikającą z praktyki poznawczej, która pozwala jednostce określić swoje miejsce w otaczającym świecie. Jak zauważa: „globalizacja jest procesem, [...] który zmienił i ciągle jeszcze zmienia sposób uprawiania tej praktyki, wymuszając na ludziach zwiększoną otwartość i tolerancję, pozbawiając ich bezpiecznych złudzeń o rutynizacji, zmuszając do refleksji” (Misztal, 2000, s. 151). W efekcie praktyka poznawcza przekształciła się z monologicznej w dyskursywną, co oznacza, że tożsamość stała się formą refleksyjnego namysłu nad miejscem jednostki w rzeczywistości społecznej. W tym ujęciu tożsamość nie jest już trwałą i niezmienną strukturą, lecz procesem otwartym, wymagającym nieustannego dialogu z dynamicznie zmieniającym się światem społecznym.

3.2. Tożsamość społeczna – wybrane ujęcia teoretyczne

W kontekście tożsamości społecznej konstrukcjonizm społeczny stanowił dla mnie fundamentalną perspektywę teoretyczną, pozwalającą ująć ją jako dynamiczny i społecznie konstruowany proces. Przyjmowałam założenie, że tożsamość społeczna osób starszych kształtuje się w interakcjach, w odpowiedzi na obowiązujące normy i oczekiwania społeczne. Uzupełniając tę perspektywę, odwołałam się także do wybranych koncepcji, które poszerzały pole moich rozważań – w szczególności do teorii rozwoju psychospołecznego Erika H. Eriksona oraz teorii społecznej tożsamości Henriego Tajfela i Johna Turnera.

Teoria rozwoju psychospołecznego E. H. Eriksona stanowi ważną inspirację dla badań nad tożsamością społeczną osób starszych, ponieważ ujmuje starość jako etap o specyficznej dynamice, zadaniach i kryzysach, które istotnie wpływają na proces kształtowania tożsamości. E. Erikson jako jeden z pierwszych podkreślał, że starość nie jest wyłącznie czasem schyłku, lecz okresem konfrontacji z pytaniami o sens życia, integralność czy poczucie spełnienia, a także czasem redefinicji ról i relacji społecznych. Co więcej, znaczenie tej koncepcji wzmacnia fakt, że długie życie autora koncepcji i jego żony, w połączeniu z ich osobistym doświadczeniem starości oraz obserwacją zachodzących przemian demograficznych i społecznych, skłoniło ich do ponownego namysłu nad tym etapem rozwoju. Zauważyli oni, że starość coraz wyraźniej wydłuża się w czasie, zyskuje zróżnicowany charakter i jest przeżywana w sposób głęboko indywidualny. W związku z tym, Joan M. Erikson, w oparciu o wspólne refleksje późnej starości zaproponowała dziewiąte stadium rozwoju, w którym akcentowała specyfikę wyzwań charakterystycznych

dla bardzo późnego etapu życia. B. Bugajska, z kolei analizując koncepcję E. Eriksona z perspektywy współczesnych realiów oraz aktualnego stanu wiedzy o starzeniu się, zaproponowała inną reinterpretację tej teorii. Również dodała kolejną fazę rozwoju, lecz w odmiennym układzie i z naciskiem na inne aspekty doświadczenia starości niż J. M. Erikson.

Teoria tożsamości społecznej Henri Tajfela i Johna Turnera dostarcza ram analitycznych badań przynależności jednostki do określonych grup społecznych oraz wpływu tej przynależności na samoocenę i zachowanie. Jej kluczowym założeniem jest podział na „my” i „oni”, który kształtuje postrzeganie własnej grupy oraz grup zewnętrznych (Tajfel & Turner, 1986). W kontekście starości teoria ta pozwala analizować, w jaki sposób osoby starsze są kategoryzowane społecznie i jak same odnoszą się do przypisywanej im tożsamości grupowej. Szczególnie istotne są mechanizmy identyfikacji z grupą oraz porównań międzygrupowych, ponieważ wpływają one na poczucie wartości jednostki i na strategię podejmowane wobec negatywnych stereotypów starości. Uwzględnienie tej perspektywy umożliwia uchwycenie, jak zmieniające się znaczenia starości wpisują się w szersze procesy konstruowania tożsamości społecznej osób starszych. W przypadku poniższych badań konstrukcjonizm społeczny zapewnił kontekstualne ujęcie procesu starzenia się jako dynamicznej i interakcyjnej rzeczywistości, natomiast teoria H. Tajfela i J. Turnera nie tylko pozwoliła osadzić te doświadczenia w szerszym kontekście grupowym i społecznym, lecz posłużyła także jako rama konceptualna przy formułowaniu wniosków z badań.

Mam świadomość, że teoria tożsamości społecznej była rozwijana wspólnie przez Henri Tajfela i Johna Turnera (Tajfel & Turner, 1986), a w późniejszym okresie J. Turner samodzielnie rozwinął ją w kierunku teorii autokategoryzacji (*self-categorization theory*) (Turner & Reynolds, 2012). Obie koncepcje są ze sobą ściśle powiązane – teoria autokategoryzacji stanowi rozwinięcie i pogłębienie niektórych wątków obecnych już w teorii tożsamości społecznej, zwłaszcza w odniesieniu do procesów identyfikacji grupowej i kategoryzacji „ja” (Trepte & Loy, 2017). W niniejszej pracy posługiwałam się zatem określeniem teoria tożsamości społecznej, traktując ją jako ramę obejmującą również istotne elementy teorii autokategoryzacji J. Turnera, które mają znaczenie dla analizy tożsamości osób starszych.

3.2.1. Teoria rozwoju psychospołecznego E. H. Eriksona

Teoria E. Eriksona, określana mianem teorii rozwoju tożsamości, kryzysów tożsamościowych czy epigenetycznej sekwencji faz modelu życia (Witkowski, 2003), zakłada, że rozwój człowieka przebiega w uporządkowanej sekwencji etapów zgodnie z zasadą epigenezy. Każdy z tych etapów wiąże się z określonym kryzysem, którego rozwiązanie wpływa na dalszy rozwój jednostki. Jak podkreśla B. Bugajska, kolejne fazy nie oznaczają utraty wcześniejszych osiągnięć, lecz ich rozwinięcie – „pozytywne rozwiązanie konfliktu w kolejnych fazach, w przeciwieństwie do niezdolności ich rozwiązania, zwiększa poczucie wewnętrznej jedności, ułatwiając dalszy rozwój tożsamości” (Bugajska, 2015, s. 21). Sam E. Erikson wskazuje, że „epigeneza jest czymś znacznie więcej niż kolejnością działania, określa bowiem także pewne prawa rządzące podstawowymi relacjami rozwijających się elementów” (Erikson, 2012, s. 39). W jego modelu wyróżnia się osiem etapów rozwoju, obejmujących całe życie człowieka – od dzieciństwa po starość. Każdy z nich wiąże się z określonym wyzwaniem (kryzysem), którego rozwiązanie warunkuje przejście do kolejnego stadium. B. Bugajska zaznacza, że istotą tej teorii jest „dynamiczna relacja między syntonicznymi i dystonicznymi tendencjami właściwymi dla danej fazy – nie są to cechy wykluczające się, lecz dwa przeciwne bieguny jednego kontinuum, które walczą ze sobą o sensowne życie w obliczu kolejnych konfliktów wewnętrznych i zmiennych warunków otoczenia” (Bugajska, 2015, s. 21). Dla porządku, poszczególne etapy wraz z przynależnymi im kryzysami psychospołecznymi w koncepcji E. Eriksona przedstawiają się następująco:

etap I – niemowlęstwo: zaufanie – brak zaufania

etap II – wczesne dzieciństwo: autonomia – wstyd

etap III – wiek zabawy: inicjatywa – poczucie winy

etap IV – wiek szkolny: przedsiębiorczość – poczucie niższości

etap V – adolescencja: tożsamość – zmieszanie tożsamości

etap VI – wczesna dorosłość: intymność – izolacja

etap VII – dorosłość: generatywność – stagnacja

etap VIII – starość: integralność – rozpacz

(Erikson, 2004, s. 116)

Lech Witkowski podkreśla, że schemat epigenetyczny zaproponowany przez Erika H. Eriksona nie ma na celu wyznaczania norm rozwojowych ani kryteriów zdrowia psychicznego. Służy raczej wskazaniu minimalnych celów, jakie jednostka powinna osiągnąć na kolejnych etapach życia. Jak tłumaczy sam E. Erikson, integralność – będąca

zwieńczeniem wcześniejszych stadiów – nie ma jednoznacznej definicji, ale można ją przybliżyć poprzez pewne atrybuty. Obejmuje ona m.in. akceptację własnej osoby i cyklu życia, a także osób, które stały się znaczące i niezastąpione. Wyraża się również w nowej, dojrzałej miłości do rodziców, wolnej od oczekiwań, że powinni być inni, oraz w pełnej odpowiedzialności za własne życie. Integralność to także poczucie braterstwa z ludźmi minionych epok, którzy w różnych zawodach i kontekstach tworzyli hierarchie wartości, wyrażając w ten sposób ludzką godność i miłość (Erikson, 2004, s. 93).

Rozwój człowieka nie polega wyłącznie na przechodzeniu przez kolejne kryzysy, lecz na ich pokonywaniu, które staje się źródłem energii niezbędnej do dalszego wzrastania. Konstruktywne rozwiązanie konfliktów charakterystycznych dla poszczególnych etapów życia sprzyja pełniejszemu rozwojowi osobowości, a zarazem stanowi podstawę zarówno dalszej adaptacji, jak i ryzyka niedostosowania. Każda faza rozwojowa wymaga ponownej integracji struktury witalności oraz nadania jej nowych znaczeń. (Witkowski, 2003). Teoria Eriksona ukazuje tożsamość jako zjawisko dynamiczne, podkreślając jej procesualny i rozwojowy charakter. Jak sam zauważa: „Rozwój tożsamości nie jest czymś, co dzieje się tylko w dzieciństwie. Jest to proces, który zachodzi w ciągu całego życia. W każdej fazie życia człowiek konfrontuje się z nowymi wyzwaniami, które zmuszają go do integracji nowych doświadczeń z jego tożsamością. Istotnym elementem tej koncepcji jest założenie uwzględniające trzy wymiary jednostki – „ludzka egzystencja w każdej chwili swojego trwania jest zależna od trzech wzajemnie dopełniających się procesów organizacyjnych. Są to (w kolejności przypadkowej): biologiczny proces hierarchicznej organizacji narządów składających się na ciało (soma), psychiczny proces organizujący jednostkowe doświadczenia na drodze syntezy ego (psyche) oraz społeczny proces kulturowej organizacji niezależności jednostek (etos)” (Erikson, 2012, s. 35 – 36). Tożsamość osobistą definiuje E. Erikson jako proces oparty na dwóch aspektach: poczuciu własnej niezmienności i ciągłości w czasie oraz świadomości, że inni postrzegają jednostkę w podobny sposób. Szersze znaczenie ma natomiast tożsamość ego, która obejmuje nie tylko samo istnienie, ale także jakość ego – sposób, w jaki człowiek utrzymuje spójność i chroni swoje poczucie wartości w interakcjach społecznych. W ujęciu subiektywnym tożsamość ego przejawia się w przekonaniu, że jego niezmiennosc i ciągłość są skutecznie zabezpieczone oraz jego znaczenie uznawane przez innych (Erikson, 2012). Samo pojęcie tożsamość rozpatruje wielowymiarowo. Oznacza ona zarówno świadome poczucie własnej odrębności, jak i nieświadome dążenie do zachowania ciągłości cech charakteru. Obejmuje również proces syntezy ego oraz utrzymanie wewnętrznej więzi z ideałami i wartościami grupy, pisze: „jest

to tożsamość czegoś, co tkwi w samej istocie jednostki z niezbędnym aspektem wewnętrznej koherencji, młoda jednostka musi się bowiem nauczyć być w największym stopniu sobą wtedy, gdy znaczy ono najwięcej dla innych. Dla tych, którzy znaczą najwięcej pojęcie tożsamość wyraża taką wzajemną relację, albowiem konotuje zarówno wytrwałą niezmienną w obrębie samego siebie (niezmienną siebie) jak i wytrwałe dzielenie pewnego rodzaju niezbędnego charakteru z innymi” (Erikson, 2004, s. 98).

Danuta Mostwin opisuje to w następujący sposób: „Erikson uważa tożsamość za proces ‘tkwiący w istocie jednostki i w istocie jej społecznej kultury’. Proces ten jest podświadomy, z wyjątkiem sytuacji, w której ‘układ zewnętrznych i wewnętrznych okoliczności rozbudzi (czasem bolesną, czasem pełną dumy) świadomość potrzeby tożsamości’. Jest to proces dynamiczny, nieustający i nigdy niezakończony: wzrost osobowy i zmiany społeczne są tu zależne od siebie. Świadomość faktu, że dawne środowiska ciągle oddziałują na nas, jest dla zrozumienia pojęcia tożsamości tak samo ważna, jak czynniki psychologiczne dla rozwoju osobowego” (Mostwin, 1995, s. 22).

Teoria rozwoju tożsamości E. Eriksona stanowi wartościowe uzupełnienie myślenia o starości w kontekście tożsamości społecznej. Jej znaczenie polega przede wszystkim na tym, że traktuje starość jako równorzędny etap życia, z własnymi zadaniami i kryzysami, a nie jedynie czas schyłku. Wskazuje na wyzwania tożsamościowe, z jakimi mierzą się osoby starsze oraz na strategie, dzięki którym mogą aktywnie kształtować swoje życie w tym okresie. Jak wskazuje L. Witkowski: „okres starości jako zwieńczenie i bilansowania wysiłków życiowych jednostki – w obliczu ostatniego wyzwania egzystencjalnego [...] odnosi się logicznie do najwyższego poziomu rozwoju potencjałów vitalności człowieka i [...] stawia przed nowymi zadaniami jednostkowe ego, tym bardziej, że jest ono uwolnione od zadań dotąd wykonywanych w dorosłym życiu” (Witkowski, 2003, s. 147). Po drugie, teoria E. Eriksona wskazuje na nierozzerwalny związek między rozwojem tożsamości a kontekstem społecznym. W odniesieniu do ostatniego etapu życia może to umożliwić analizę procesów społecznych i kulturowych wpływających na tożsamość osób starszych. Jak podkreśla L. Witkowski, „w kontekście etosu społecznego [...] w okresie starości człowiek może mieć i często ma „potrzebę zachowania jakiejś ważnej funkcji życiodajnej”, gdyż bez tego grozi mu „utrata [...] owego minimum vitalnego uczestnictwa w czymś, jakie jest niezbędne, by można czuć się naprawdę żywym” (Witkowski, 2003, s. 150). Po trzecie, w kontekście dynamicznych przemian demograficznych, społecznych i kulturowych sam E. Erikson dostrzegł konieczność nowego spojrzenia na fazę starości. Zwraca uwagę na zmieniający się obraz osób starszych, zauważając, że ten etap „został

sformułowany w naszym ‘wieku średnim’, czyli w okresie, w którym nie mieliśmy intencji oraz możliwości wyobrażania sobie nas w roli ludzi naprawdę starych. Działo się to zaledwie kilka dziesięcioleci wcześniej, a mimo to starość wyglądała wtedy zupełnie inaczej. Czy jednak taki wizerunek może być używany dzisiaj, kiedy nielicznych ‘starszych’ zastępuje szybko rosnąca i całkiem dobrze się trzymająca grupa ‘staruszków’? [...] Rola podeszłego wieku musi bez wątpienia zostać poddana ponownym obserwacjom, a następnie na nowo przemyślana” (Erikson, 2012, s. 76).

W tym duchu J. Erikson, rozwijając dorobek swojego męża, zaproponowała wprowadzenie dziewiątego etapu rozwoju, podkreślając odrębność i szczególną specyfikę doświadczeń późnej starości, które nie mieszczą się już w ramach wcześniej wyróżnionych faz. Akcentowała, że w tym okresie pojawia się nowe wyzwanie: konieczność zmierzenia się z ograniczeniami fizycznymi, słabnącymi zasobami i świadomością zbliżającego się końca życia. Charakterystycznym elementem tego etapu jest dobrowolne „wycofanie”, polegające na rezygnacji z części codziennych działań, które – jak podkreślała – jest zawsze wynikiem świadomego wyboru. Nie oznacza ono jednak całkowitej rezygnacji z uczestnictwa w życiu, lecz często przyjmuje formę paradoksalnego „angażowania się w sposób niezaangażowany”. Stan ten ma właściwości transcendentne, związane z odejściem od materialistycznych i racjonalnych perspektyw. Dopiero wówczas wycofanie może sprzyjać doświadczeniu spokoju i duchowej integracji. Natomiast w sytuacji, gdy wynika ono z pogardy dla życia i ludzi, osiągnięcie wewnętrznej równowagi i transcendencji staje się mało prawdopodobne (Erikson, 2012, s. 148).

B. Bugajska, rozwijając refleksję E. Eriksona nad etapem starości, zaproponowała rozszerzenie jego koncepcji o dziewiąty etap rozwoju tożsamości. Uzasadniała tę propozycję potrzebą wyraźnego rozdzielenia ostatniego stadium na dwa odrębne okresy, stawiając pytanie: „czy coraz częściej podkreślane przez badaczy różnice pomiędzy osobami w tzw. trzecim i czwartym wieku nie prowadzą do pytania o dziewiątą fazę życia?” (Bugajska, 2015, s. 20). Ósma faza w teorii Eriksona odnosi się do starości i wiąże się z kryzysem pomiędzy integralnością a rozpaczą. Integralność oznacza akceptację własnego życia w jego nieodwracalnej całości i przyjęcie go jako koniecznego ciągu wydarzeń (Erikson, 1963, s. 241). Jak podkreśla B. Bugajska, w ujęciu E. Eriksona integralność przejawia się w gotowości do przyjęcia odpowiedzialności za własne życie, w świadomości istnienia różnych stylów życia oraz w zdolności do obrony własnego sposobu egzystencji przed zagrożeniami fizycznymi i ekonomicznymi. Jej brak prowadzi do lęku wobec nieuchronnego kresu życia i doświadczania rozpacz. Ta ostatnia pojawia się, gdy jednostka

uświadamia sobie, że pozostały czas nie daje już szansy na dokonanie zmian ani na osiągnięcie integralności innymi drogami (Bugajska, 2015). Jak pisze E. Erikson: „rozpacz płynie z przekonania, że czasu jest mało – zbyt mało, by rozpocząć inne życie i wypróbować alternatywne drogi do integralności. Taka rozpacz wyraża się często rozgoryczeniem i mizantropią lub chronicznym, pogardliwym niezadowoleniem z określonych instytucji i osób. Jeśli takie rozgoryczenie i niezadowolenie nie prowadzą do konstruktywnych rozwiązań, nie inspiruje do współpracy, to oznacza jedynie pogardę jednostki dla samej siebie” (Erikson, 2004, s. 94).

Zgodnie z interpretacją teorii Eriksona przedstawioną przez B. Bugajską, sposób przezwyciężenia kryzysu tożsamościowego w starości zależy zarówno od wcześniej zgromadzonych zasobów energii życiowej, jak i od aktualnych warunków społecznych oraz indywidualnych możliwości. Ostateczne rozstrzygnięcie konfliktu pomiędzy integralnością a rozpaczą w ósmej fazie rozwoju jest więc rezultatem splotu dotychczasowych doświadczeń jednostki i jej bieżącej sytuacji życiowej. Badaczka podkreśla, że osiągnięcie integralności wiąże się z wykształceniem określonej wartości, powstającej w wyniku przepracowania tego ostatniego kryzysu – mianowicie potrzeby mądrości. Jak zaznacza: „integralność wydaje się jednak wyrażać specyficzny wymóg – a także zaletę, jaką wykształcamy, rozwijając się w wyniku tego ostatniego konfliktu – a mianowicie zapotrzebowanie na mądrość. Tę ostatnią zdefiniowaliśmy jako ‘dobrze poinformowane i zdystansowane zainteresowanie życiem w obliczu nadchodzącej śmierci’” (Bugajska, 2015, s. 23). W odniesieniu to tego, B. Bugajska, argumentuje, że współczesne rozumienie starości wymaga rozdzielenia ósmej fazy na dwa etapy, co prowadzi do wyodrębnienia dziewiątego etapu rozwoju. Jej propozycja zakłada, że to, co E. Erikson przypisywał ósmej fazie, w większym stopniu odpowiada doświadczeniom osób w „czwartym wieku”, czyli w późnej starości, często związanej z ograniczeniami i zależnością. W konsekwencji ta propozycja przesuwaa kryzys integralności i rozpacz na dziewiąty etap, redefiniując znaczenie ósmej fazy i dostosowując je do specyfiki „trzeciego wieku”. Autorka zauważa, że osoby w trzecim wieku, w momencie przejścia na emeryturę, stają wobec radykalnej zmiany perspektywy, która jednak nie musi oznaczać natychmiastowego podsumowywania życia i przygotowywania się na jego kres, jak zakładał E. Erikson – „czego doświadcza człowiek, który w tzw. trzecim wieku przechodzi na emeryturę i niewątpliwie staje przed wyzwaniem zupełnie innymi niż te, z którymi musiał się zmierzyć do tej pory, jak i zupełnie odmiennymi od tych, przed którymi stanie za 10–20 lat? Doświadcza radykalnej zmiany perspektywy, ale to nie musi oznaczać, że rozpoczyna proces podsumowywania własnego życia i przygotowania się

do śmierci, co E. Erikson wpisywał w zadanie fazy ósmej” (Bugajska, 2015, s. 28). W jej ujęciu zasadniczy kryzys ósmej fazy w przypadku osób w trzecim wieku polega na napięciu między zaangażowaniem a rezygnacją. Zaangażowanie rozumiane jest tutaj jako wybór własnego sposobu bycia w świecie, ukierunkowany na osobisty rozwój i realizację uniwersalnych wartości, zgodnie z etycznym wymiarem życia społecznego i akceptacją nieuchronnych zmian związanych ze starzeniem się (Bugajska, 2015, s. 29). Przeciwna postawa – rezygnacja – oznacza sytuację, w której jednostka nie podejmuje nowych działań ani nie kontynuuje dotychczasowych, wyrażając przy tym przekonanie o bezsensowności dalszych wysiłków na rzecz własnego rozwoju (Bugajska, 2015, s. 31). Choć może być ona interpretowana jako przejaw bierności, B. Bugajska podkreśla, że niekiedy stanowi świadomy wybór jednostki, wynikający z jej indywidualnych doświadczeń i sposobu adaptacji do zmian związanych z wiekiem.

Teoria rozwoju psychospołecznego E. Eriksona, rozwinięta później przez Joan Erikson oraz twórczo podjęta w polskich badaniach przez B. Bugajską, stanowi ważny punkt odniesienia dla analiz starości i tożsamości społecznej. E. Erikson ujmował starość jako etap bilansu życia i integracji dotychczasowych doświadczeń, w którym centralne znaczenie ma kryzys integralności kontra rozpacz, pozwalający uchwycić sposób, w jaki jednostki mierzą się z przemijaniem oraz z własną biografią. J. Erikson, opierając się na doświadczeniu własnej starości i obserwacji przemian społecznych, wskazała na istnienie dodatkowego, dziewiątego etapu rozwoju, charakteryzującego się wycofaniem, refleksją i transcendencją – opisywanego jako „angażowanie się w sposób niezaangażowany”. Jej propozycja poszerzyła rozumienie starości, ukazując ją nie tylko jako czas bilansu, lecz także jako przestrzeń duchowego dojrzewania i nowej jakości egzystencji. Z kolei B. Bugajska zaproponowała podział starości na dwa etapy odpowiadające „trzeciemu” i „czwartemu wiekowi”. Pierwszy z nich łączy się z kryzysem zaangażowania i rezygnacji, w którym jednostki poszukują własnych form aktywności i uczestnictwa społecznego, drugi zaś – z przesuniętym kryzysem integralności i rozpacz – obejmuje doświadczenia późnej starości, związane z zależnością, pogarszającym się stanem zdrowia i akceptacją własnej biografii. Ta propozycja stanowi odpowiedź na wyzwania współczesnych przemian demograficznych i społecznych, pozwalając lepiej uchwycić różnorodność doświadczeń starości we współczesnym świecie.

3.2.2. Teoria tożsamości społecznej H. Tajfela i J. Turnera

Teoria tożsamości społecznej H. Tajfela i J. Turnera koncentruje się na wpływie grupy na jednostkę – „grupie w jednostce” (Trepte, 2006) i zakłada, że część samoświadomości jednostki kształtuje się poprzez przynależność do różnych grup społecznych. Jak wskazali, ludzie dokonują kategoryzacji zarówno siebie, jak i innych, przypisując do określonych grup i dokonując ich oceny. Tożsamość społeczna wynika z tej przynależności oraz wartości, jaką jednostka jej przypisuje. Teoria tożsamości społecznej sformułowana przez H. Tajfela, a następnie rozwinięta we współpracy z J. Turnerem wyjaśnia procesy poznawcze i zachowania jednostek w kontekście przynależności grupowej. Zakłada, że ludzie wykazują typowe dla grup zachowania, takie jak solidarność wobec członków własnej grupy oraz dyskryminacja grup zewnętrznych. Celem tych działań jest podtrzymanie pozytywnej samooceny i dążenie do samodoskonalenia (Trepte, 2006) – „jednostki są zmotywowane do tego, by czuć się dobrze z samym sobą, to znaczy, by utrzymać lub zwiększyć swoje poczucie własnej wartości. Można to osiągnąć poprzez indywidualne osiągnięcia lub poprzez identyfikację z grupą społeczną. Nie chodzi tylko o dobre samopoczucie, ale o pozytywne odróżnianie się od innych. Ważnym składnikiem tożsamości osobistej jednostki jest jej tożsamość społeczna” (Worley, 2021, s. 2). H. Tajfel, formułując „paradygmat minimalnej grupy”, wykazał, że samo przypisanie jednostki do danej grupy, nawet w sposób całkowicie arbitralny, skutkuje uprzywilejowanym traktowaniem jej członków oraz jednoczesną tendencją do dyskryminowania osób spoza grupy. Teoria ta koncentruje się na mechanizmach dynamiki grupowej, definiując grupę społeczną jako zbiór jednostek, które zarówno same postrzegają siebie jako jej członków, jak i są w ten sposób identyfikowane przez innych (Tajfel & Turner, 1979, s. 40). Wspólne cele ani bezpośrednie interakcje między członkami nie są konieczne do ukształtowania tożsamości grupowej. Co więcej, różnice w postrzeganiu grup zewnętrznych nie wykluczają istnienia spójnej tożsamości grupowej. W ramach tej teorii wyodrębniono trzy kluczowe składniki przynależności grupowej: komponent poznawczy, czyli świadomość bycia częścią grupy; komponent ewaluacyjny, odnoszący się do wartościowania tej przynależności w kategoriach pozytywnych lub negatywnych; oraz komponent emocjonalny, obejmujący uczucia wynikające z członkostwa (Trepte, 2006). Na podstawie wskazanych komponentów autorzy teorii tożsamości społecznej wyodrębnili główne procesy jej kształtowania: kategoryzację społeczną, identyfikację społeczną oraz porównanie społeczne. Kategoryzacja społeczna wynika z naturalnej skłonności ludzi do grupowania obiektów, co ułatwia ich rozpoznawanie i interpretację. Proces ten umożliwia organizację

rzeczywistości społecznej oraz określenie własnego miejsca w społeczeństwie: „Społeczne kategoryzacje są tutaj rozumiane jako narzędzia poznawcze, które segmentują, klasyfikują i porządkują środowisko społeczne, a tym samym umożliwiają jednostce podejmowanie wielu form działań społecznych. [...]. Tworzą i definiują miejsce jednostki w społeczeństwie” (Tajfel & Turner, 1979, s. 40). J. Harwood zauważa, że kategoryzacja świata społecznego jest naturalnym i nieuniknionym ludzkim instynktem, służącym uproszczeniu naszego środowiska, który ułatwia jednostkom odnalezienie się w strukturze społecznej. Kiedy ludzie przypisują sobie do określonych grup społecznych, rozpoczyna się proces identyfikacji społecznej. Jednostki zaczynają postrzegać siebie jako członków grupy wewnętrznej i poszukiwać sposobów na utrzymanie pozytywnego obrazu tego członkostwa. Jednym ze sposobów jest pozytywne wartościowanie grupy własnej i jednoczesne deprecjonowanie grup zewnętrznych (Harwood, 2020). W konsekwencji pojawia się proces porównania społecznego, który pozwala na ocenę własnej grupy w odniesieniu do innych. Zgodnie z teorią tożsamości społecznej ocenie podlega zarówno grupa własna, jak i grupy zewnętrzne poprzez zestawienie ich cech, członków oraz korzyści wynikających z przynależności. Takie porównania pomagają jednostce określić status jej grupy w strukturze społecznej oraz stopień, w jakim identyfikacja z nią jest uzasadniona. Ludzie dążą do utrzymania korzystnej tożsamości społecznej, dlatego często koncentrują się na pozytywnych aspektach swojej grupy oraz negatywnych cechach grup obcych. Tego rodzaju mechanizm wzmacnia samoocenę jednostki oraz jej poczucie przynależności (Trepte, 2006). Identyfikacja społeczna zachodzi po dokonaniu podziału na grupy – jednostki zaczynają utożsamiać się z określonymi grupami, co wpływa na ich samoocenę oraz sposób funkcjonowania w społeczeństwie. Przyjmują normy i wartości grupy, do której należą, co często wiąże się z przestrzeganiem jej zasad i standardów zachowania (Trepte, 2006; Worley, 2021). W myśl teorii tożsamości społecznej jest ona definiowana jako ta część obrazu „ja” jednostki wynikająca z przynależności grupowej i związanego z nią znaczenia emocjonalnego (Tajfel & Turner, 1986). Dążenie do utrzymania pozytywnej tożsamości społecznej stanowi jeden z podstawowych mechanizmów ludzkiego funkcjonowania. Korzystne porównania międzygrupowe wzmacniają pozytywną tożsamość społeczną, natomiast niekorzystne mogą ją osłabiać. Ponieważ grupy społeczne i ich status nie są stałe, porównania społeczne zachodzą w sposób ciągły, co sprawia, że tożsamość społeczna pozostaje dynamiczna i podlega ciągłym negocjacjom – „po skonstruowaniu kategoryzacji społecznej członkowie mają tendencję do wyolbrzymiania różnic między grupami i mają tendencję do wyolbrzymiania podobieństw jednostek w grupie [...]. Porównanie powoduje

hierarchiczne uporządkowanie statusu grupy, który jest definiowany jako „ranking lub hierarchia postrzeganego prestiżu” (Worley, 2021, s. 3). Według S. Trepte i L. Loy teoria tożsamości społecznej opiera się na kilku kluczowych założeniach. Pierwszym z nich jest kategoryzacja społeczna oraz związane z nią porównania międzygrupowe, które pozwalają jednostce umiejscowić siebie w określonym porządku społecznym. Kolejnym elementem jest salienca grupy, czyli stopień, w jakim przynależność do danej grupy staje się psychologicznie istotna w danym momencie i wpływa na sposób postrzegania siebie, innych oraz podejmowane działania. Istotna jest także pozytywna odrębność – pojawia się ona wtedy, gdy grupa własna oceniana jest korzystniej niż grupa obca, co wzmacnia poczucie tożsamości jednostki. W tym sensie tożsamość społeczna jawi się jako połączenie procesu samokategoryzacji i jej wartościowania, a jej konsekwencją jest wpływ na samoocenę: pozytywna tożsamość społeczna sprzyja bowiem pozytywnemu obrazowi siebie. Ważnym aspektem są również konsekwencje tożsamości społecznej, czyli zachowania jednostek i grup, które wynikają z powyższych mechanizmów (Trepte & Loy, 2017). H. Tajfel i J. Turner wskazali, że jednostki dążące do pozytywnej tożsamości społecznej mogą posługiwać się różnymi strategiami, których wybór zależy od ich subiektywnych przekonań na temat trwałości i przepuszczalności granic grupowych, legitymizacji statusu własnej grupy, dostępności alternatywnych przynależności oraz uwarunkowań sytuacyjnych. W tym kontekście wyróżnili trzy podstawowe strategie: indywidualną mobilność, kreatywność społeczną oraz konkurencję społeczną (za: Trepte, 2006). Pierwsza z nich – indywidualna mobilność – polega na próbie zmiany przynależności grupowej, aby poprawić swoją pozycję społeczną. J. Harwood pisze: „ludzie mogą przyjąć strategię mobilności społecznej, zasadniczo „opuszczając” jedną grupę dla innej, bardziej cenionej społecznie grupy. Takie zachowanie jest prawdopodobne, gdy członkowie grupy mają niewielkie poczucie identyfikacji ze swoją grupą, gdy granice między grupami są przepuszczalne (stosunkowo łatwo jest ‘przenieść się’ z jednej grupy do drugiej, nieograniczonej widocznymi lub innymi oznakami przynależności do grupy) i gdy hierarchia międzygrupowa jest postrzegana jako względnie stabilna i uzasadniona (tj. zmiana marginalizowanej pozycji grupy jest mało prawdopodobna)” (Harwood, 2020, s. 2). Jeśli indywidualna mobilność jest niemożliwa, jednostki mogą przyjąć strategię zmiany społecznej, która obejmuje kreatywność społeczną i rywalizację społeczną.

Strategie kreatywności społecznej obejmują trzy podstawowe odsłony. Pierwszą jest zmiana wymiaru porównania, czyli poszukiwanie nowych kryteriów oceny, w których grupa własna może być postrzegana pozytywnie – można to ująć jako budowanie tożsamości

alternatywnej. Drugą stanowi zmiana wartości przypisywanych cechom grupy, czyli rewaloryzacja jej wizerunku poprzez reinterpretację dotychczas negatywnych atrybutów jako wartościowych i pożądanых. Trzecia odsłona to zmiana grupy odniesienia, polegająca na dokonywaniu porównań z inną grupą, wobec której własna pozycja okazuje się korzystniejsza – co można określić jako akcentowanie różnorodności poprzez kontrast z grupą obcą. Wszystkie te strategie służą podtrzymaniu pozytywnej tożsamości grupowej mimo niskiego statusu przypisywanego w dominujących hierarchiach społecznych (Trepte & Loy, 2017). Rywalizacja społeczna to strategia zbiorowa (strategia zmiany społecznej), której celem jest zmiana niskiego statusu na wyższy zakłada walkę o poprawę pozycji grupy w tych samych kategoriach, które dominują w systemie społecznym (Trepte & Loy, 2017).

Teoria tożsamości społecznej została uzupełniona o teorię autokategoryzacji, która skupia się na poznawczych mechanizmach leżących u podstaw postrzegania własnej tożsamości. Jej twórca, J. Turner, zaproponował ją jako rozwinięcie wcześniejszych założeń teorii społecznej tożsamości, co sprawia, że obie te koncepcje pozostają ze sobą ściśle powiązane. W ujęciu J. Turnera wyróżnia się tożsamość społeczną, związaną z członkostwem w grupach oraz tożsamość osobistą, niezależną od przynależności grupowej. Oba wymiary mogą jednak funkcjonować równocześnie, a zachowania jednostki stanowią wówczas rezultat ich dynamicznego współoddziaływania. Zamiast aspektów motywacyjnych, teoria ta analizuje sposób, w jaki jednostki definiują siebie poprzez przynależność do grup oraz interpretację kontekstu społecznego. Zasadniczą rolę odgrywa tutaj identyfikowanie podobieństw i różnic w relacji do innych uczestników danej sytuacji, co wpływa na zachowanie jednostek. J. Turner i K. Reynolds wskazują, że proces kategoryzacji dokonuje się na trzech poziomach abstrakcji: interpersonalnym, gdzie jednostka postrzega siebie jako odrębną osobę w relacji do innych; międzygrupowym, gdzie „ja” jest definiowane jako członek grupy w kontrze do grupy zewnętrznej; oraz nadrzędnym, w którym jednostka identyfikuje się jako człowiek w odróżnieniu od innych form życia. Te poziomy kategoryzacji są uporządkowane hierarchicznie (Turner & Reynolds, 2012). Ludzie mogą postrzegać siebie w różnych aspektach: jako jednostki w odniesieniu do innych jednostek, jako członkowie grupy w kontrze do innych grup lub jako część całej ludzkości w odróżnieniu od innych organizmów. To, który poziom tożsamości zostanie uaktywniony, zależy od sytuacji społecznej i kontekstu. Czynniki wzmacniające podział na grupę własną i obcą sprzyjają identyfikacji grupowej, natomiast elementy podkreślające unikalność jednostki skłaniają do identyfikacji indywidualnej. Przejście od perspektywy „ja” do perspektywy „my”, to proces depersonalizacji, który podkreśla przemianę tożsamości

indywidualnej w tożsamość społeczną – „poznawcza redefinicja jaźni - od unikalnych atrybutów i różnic indywidualnych do wspólnej przynależności do kategorii społecznej i związanych z nią stereotypów - która pośredniczy w zachowaniach grupowych” (Turner, 1984, s. 535, za: Turner & Reynolds, 2012, s. 4). Autokategoryzacja jest procesem dynamicznym i wielowymiarowym. Tożsamość indywidualna i społeczna nie występują w izolacji – zawsze współistnieją i wzajemnie się przenikają. Operowanie kategorizacjami jest płynne i elastyczne, co umożliwia tworzenie nowych kategorii w zależności od kontekstu społecznego (Turner & Reynolds, 2012). Istotnym aspektem teorii autokategoryzacji jest dopasowanie, odnosi się do warunków, które muszą być spełnione, aby określona kategorizacja społeczna została aktywowana w danej sytuacji. Wyróżniono dwie odsłony dopasowania: relacyjne, opiera się na maksymalizacji kontrastu i pojawia się, jeśli różnice między grupą własną a grupą obcą są wyraźne, tożsamość grupowa zostaje uaktywniona. Dopasowanie normatywne zdefiniowane jest jako „stopień, w jakim postrzegane podobieństwa i różnice między członkami grupy korelowały ze społecznym znaczeniem przynależności do grupy i w kierunku zgodnym z takim znaczeniem tożsamości grupowej” (Turner & Reynolds, 2012, s. 5) i odnosi się do zgodności zachowań, postaw i cech danej grupy z oczekiwaniami społecznymi. Proces dopasowania wpływa na sposób, w jaki jednostka definiuje siebie w danej sytuacji – czy postrzega się jako odrębny podmiot, czy jako część grupy. Jej „samostabilność” wynika z wielu czynników, w tym z utrwalonych relacji społecznych i strukturalnych. J. Turner i K. Reynolds podkreślają, że autokategoryzacja ma charakter dynamiczny, kształtuje się w oparciu o doświadczenia jednostki oraz aktualne odniesienia społeczne. Ponieważ kontekst społeczny wpływa na przebieg tego procesu, kategorie społeczne nie pozostają niezmiennie, lecz podlegają ciągłej reinterpretacji (Turner & Reynolds, 2012).

Teoria tożsamości społecznej odzwierciedla znaczące aspekty funkcjonowania jednostki, uwzględniając zarówno jej rzeczywiste doświadczenia, jak i schematy poznawcze pozwalające na ich organizację oraz dostosowanie do aktualnych warunków i potrzeb. Innymi słowy, tożsamości społeczne stanowią istotny element koncepcji siebie. Teoria autokategoryzacji wyjaśnia, w jaki sposób jednostki identyfikują się z określonymi grupami w zależności od sytuacyjnego kontekstu. Jako zaplecze teoretyczne dla badań nad starością teoria tożsamości społecznej dostarcza istotnych narzędzi do analizy procesów związanych z postrzeganiem i przeżywaniem starości. Umożliwia ona zrozumienie, w jaki sposób osoby starsze definiują swoją przynależność do różnych kategorii społecznych oraz jak te kategorie są konstruowane w danym kontekście społecznym i kulturowym. Teoria ta pozwala badać

zmieniające się znaczenia starości w kontekście tożsamości jednostkowej i grupowej. Autokategoryzacja wskazuje, że starość nie jest postrzegana w sposób jednolity, lecz w zależności od sytuacji może być akcentowana lub minimalizowana przez jednostki. Dzięki temu można analizować mechanizmy, które sprzyjają identyfikowaniu się ze starością jako okresem aktywności i samorealizacji („trzeci wiek”) lub jako etapem zależności i ograniczeń („czwarty wiek”).

Ponadto, w koncepcji autokategoryzacji, istotne miejsce zajmuje pojęcie depersonalizacji. Oznacza ono proces, w którym jednostka zaczyna postrzegać siebie przede wszystkim przez pryzmat przynależności do grupy, a w mniejszym stopniu poprzez swoje cechy indywidualne. Depersonalizacja pozwala wyjaśniać, dlaczego w określonych kontekstach społecznych ludzie reagują zgodnie z normami grupowymi, przyjmując perspektywę „my” wobec „oni”, co może prowadzić do traktowania członków grupy jako jednorodnej zbiorowości. W kontekście badań nad tożsamością społeczną osób starszych pojęcie to ma znaczenie o tyle, że pozwala uchwycić napięcie między społeczną klasyfikacją starości a indywidualnym obrazem siebie, choć nie stanowi centralnej kategorii interpretacyjnej.

Teoria tożsamości społecznej umożliwia także badanie, jak osoby starsze radzą sobie z wyzwaniami związanymi z negatywnymi stereotypami dotyczącymi starości oraz w jaki sposób dążą do podtrzymania pozytywnej samooceny. Koncepcje te pozwalają również na analizę interakcji międzygrupowych – zarówno między różnymi grupami osób starszych, jak i między nimi a młodszymi pokoleniami. Włączenie tych teorii do badań nad starością umożliwia uwzględnienie dynamiki procesów tożsamościowych, podejmowanych przez osoby starsze strategii radzenia sobie z własną starością oraz społecznych mechanizmów wpływających na doświadczenia związane z wiekiem.

3.3. Tożsamość społeczna osób starszych

W dzisiejszej, dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości społecznej również starość zyskuje nowe odniesienia i umocowania. Jej znaczenia podlegają nieustannej aktualizacji i dekonstrukcji, a dla jednostek mogą przybierać formę dylematów tożsamościowych, ujawniających się w konfrontacji z tym etapem życia. Ta namacalna intensywność zmian społecznych i kulturowych wspieranych przez procesy globalizacyjne sprzyjała rozwojowi „odmiennych perspektyw oglądu rzeczywistości społecznej” (Marody, 2015, s. 15), które dokonywały przeformułowań dotyczących wzajemnych relacji między

jednostką a społeczeństwem, które – w efekcie czego – przestaje już być „ogółem jednostek” – a „jego istnienie zakotwiczone zostaje we wnętrzu jednostki – w jej myśleniu, postawach i działaniach” (Marody, 2015, s.15). Jednostka uwolniona z dotychczasowych kontekstów społecznych i kulturowych proponujących gotową formułę tożsamości osoby starszej, szuka dla siebie adekwatnego miejsca i musi „angażować się od nowa, rozpoczynając od indywidualnej definicji własnej starości, która nie pozostaje wolna od nacisków kulturowego ideału starości” (Bugajska, 2012, s. 30). B. Bugajska, odwołując się do myśli Wojciecha Pędlicha, wskazuje, że o ile w XIX wieku problemem było samo dożycie starości, a w XX jej zabezpieczenie, to w XXI stuleciu wyzwaniem staje się jej wypełnienie, które wiąże się z poczuciem własnej tożsamości jednostki i odpowiedzi na pytania: kim jestem? ku czemu zmierzam? (Pędlich, 1992, za: Bugajska, 2005, s. 70). Kwestia tożsamości jednostki toczy się zatem wokół konsekwencji procesów globalizacyjnych, technologicznych i zmiany społecznej obecnej we wszystkich obszarach życia społecznego wyrażających się indywidualizacją, uniwersalizacją, dyferencjacją, a nade wszystko płynnością i zmiennością (Świątkiewicz-Mośny, 2015, s. 10). Nowa sytuacja, w jakiej znajduje się jednostka w starości, nie tylko wzmacnia poczucie odrębności i otwiera przed nią różne możliwości wyboru, lecz równocześnie pozbawia dobrze znanych, bezpiecznych kontekstów społecznych, w których dotąd funkcjonowała. To właśnie te napięcia wyznaczają wyzwania stojące przed osobami starszymi. Jak zauważa B. Bugajska, starość – choć obiektywnie uznawana za uniwersalny etap życia – nie narzuca jednolitego sposobu jej przeżywania. Każdy człowiek wchodzi w nią z własnym bagażem doświadczeń, wartości i emocji, które kształtują indywidualne rozumienie tego okresu. W tym sensie starość pozostaje zarazem faktem społecznym i doświadczeniem głęboko osobistym (Bugajska, 2005). Kontynuując tę perspektywę, autorka odniosła się również do wyników własnych badań nad tożsamością człowieka w podeszłym wieku, prowadzonych w ujęciu socjopedagogicznym. Pokazała w nich, że starość nie jest doświadczeniem jednolitym, lecz zróżnicowanym procesem, w którym osoby starsze szczególnie silnie odczuwają ryzyko utraty poczucia tożsamości. Zwróciła uwagę na wpływ negatywnych stereotypów i społecznych ograniczeń na sposób, w jaki seniorzy postrzegają samych siebie oraz definiują swoją codzienność. Co ważne, badania te miały charakter nie tylko opisowy, lecz także praktyczny – wskazywały na konieczność wspierania osób starszych w podtrzymywaniu i wzmacnianiu ich poczucia tożsamości (Bugajska, 2005).

Tożsamość jednostkowa i społeczna odnoszą się do odmiennych wymiarów funkcjonowania człowieka, lecz pozostają ze sobą w ścisłej relacji. Jak pisze Józef

Nikitorowicz, tożsamość osobista wyrasta z dążenia jednostki do bycia wyjątkową i niepowtarzalną, podczas gdy tożsamość społeczna opiera się na potrzebie przynależności, identyfikacji z innymi i poczuciu wspólnoty z określoną grupą (Nikitorowicz, 1995). W tym sensie już u podstaw teorii tożsamości społecznej leży przekonanie, że poczucie własnej wartości kształtuje się nie tylko w odniesieniu do indywidualnych cech, ale przede wszystkim dzięki świadomości bycia częścią szerszych grup społecznych (Harwood i in., 1995). W przypadku osób starszych proces ten nabiera szczególnego znaczenia. Tożsamość społeczna kształtuje się tu wokół identyfikacji z określoną kategorią wiekową, ale jej treść zależy od społecznych znaczeń i wartości przypisywanych starości. Wiek jako element tożsamości cechuje się wyjątkową płynnością – granice między kategoriami wiekowymi są „miękkie”, nieostre, podlegają negocjacjom i redefinicjom. To sprawia, że poczucie tożsamości wiekowej powstaje w dialogu między społecznymi etykietami a subiektywnym doświadczeniem starzenia się. Samopoznanie i samoidentyfikacja odgrywają tu równie ważną rolę jak zewnętrzne przyporządkowanie: jednostka może przyjmować, odrzucać lub reinterpretować etykiety związane z wiekiem (Harwood i in., 1995).

W procesie formowania tożsamości jednostka jest modelowana przez zbiorowości, w których funkcjonuje – jej „ja” kształtuje się w interakcjach poprzez podobieństwa, różnice i ciągle negocjacje tego, kim jest: „dokonuje się to wraz z przejawami społecznego negocjowania ze względu na własne dążenia i uwarunkowania społeczne” (Golka, 2012, s. 212). Szczególnie wyraźnie widać to w starości, kiedy pytania o tożsamość stają się centralnym punktem doświadczenia. D. Carr i L. Manning zauważają, że badania nad starością koncentrowały się niegdyś na problemach egzystencjalnych – śmierci, stracie czy rodzinie – natomiast dziś coraz częściej stawia się pytania o to, „co znaczy być osobą starszą i jak stwarza się jej społeczna tożsamość” (Carr & Manning, 2010, s. 21). W podobnym duchu J. Stypińska wskazuje, że „wiek chronologiczny może nie być żadnym punktem odniesienia, a w procesie kreowania swojej tożsamości wiek jako konstrukt społeczny może być tworzony” (Stypińska, 2010, s. 140). B. Bugajska rozwija tę perspektywę, zwracając uwagę, że sposób, w jaki jednostka postrzega swoją starość, nie jest z góry przesądzony – pozostaje procesem kształtowanym w toku relacji społecznych. Kontakty z otoczeniem mogą wzmacniać pozytywne poczucie wartości, ale mogą też prowadzić do internalizacji negatywnych stereotypów. Dlatego przypisanie statusu osoby starszej – np. poprzez przejście na emeryturę – nie musi automatycznie oznaczać przyjęcia takiej tożsamości (Bugajska, 2005). W konsekwencji tożsamość społeczna osób starszych może być źródłem dumy i afirmacji albo przeciwnie – napięcia i marginalizacji. Ważną rolę odgrywa

tu mechanizm błędnej klasyfikacji opisany przez J. Harwooda: jednostka może być postrzegana jako „stara” niezależnie od własnej samoidentyfikacji, np. na podstawie wyglądu czy stylu życia. W takich sytuacjach dochodzi do napięcia między obrazem siebie a etykietą narzuconą przez innych (Harwood i in., 1995). W tym kontekście B. Bugajska zauważa, że kulturowo ukształtowane wzorce zachowań i oczekiwań wobec tej grupy wyznaczają określone ramy sytuacyjne, które jednostka może zaakceptować bądź im się przeciwstawić. Sama obecność w „sytuacji starości” nie decyduje o tożsamości jednostki. Człowiek może przeciwstawić się narzuconym znaczeniom, reinterpreterując je zgodnie z własnym doświadczeniem i nadając swojej starości osobisty sens. Wobec tego bycie „starym” nie jest wyłącznie statusem przypisanym przez otoczenie, lecz także – a może przede wszystkim – rezultatem indywidualnego uznania tej tożsamości, pisze: „poczucie tożsamości ludzi starych kształtuje się w konfrontacji z obiektywną sytuacją starości i subiektywnym doświadczaniem siebie” (Bugajska, 2005, s. 65).

Jeszcze innego wymiaru tej refleksji dostarcza M. Golka, wprowadzając pojęcie „ciała obcego” w tożsamości jednostki, także społecznej. Chodzi o takie elementy, których człowiek nie akceptuje, których nie lubi w sobie, a jednocześnie nie jest w stanie usunąć, odrzucić czy zapomnieć (Golka, 2006). Starość, związana z nieuchronnym osłabieniem ciała czy pogorszeniem kondycji psychicznej, może być właśnie takim doświadczeniem – rodzącym wewnętrzną niezgodę na własne starzenie się. M. Golka zauważa, że ta niezgoda bywa wpisana w tożsamość: w pozytywnym scenariuszu prowadzi do akceptacji, w negatywnym zaś – odrzucenie zaczyna dominować nad obrazem siebie. W praktyce może to oznaczać chęć zatrzymania oznak starzenia, choćby poprzez nadmierne korzystanie z zabiegów medycyny estetycznej (Golka, 2006).

Simon Biggs, z kolei, odwołując się do metafory „maski starości” (*mask of ageing*), pokazuje, że tożsamość osób starszych kształtuje się w cieniu norm młodości i produktywności, które dominują we współczesnej kulturze. Owa maska nie jest jedynie powierzchowną strategią ukrywania starości, ale staje się częścią samej tożsamości społecznej. Jej noszenie nie wynika z pragnienia utożsamienia się z młodością, lecz z obawy przed dyskryminacją i deprecjacją – w kulturze, gdzie oznaki starzenia mogą prowadzić do marginalizacji, przyjmowanie stylu życia kojarzonego z młodszymi pokoleniami pozwala utrzymać społeczną akceptację. „Maska starości” odsłania napięcie pomiędzy wewnętrznym „ja” a społecznym obrazem jednostki, kształtowanym przez obowiązujące normy. Pełni funkcję pośrednika: umożliwia utrzymanie więzi i przynależności, a zarazem chroni wrażliwe obszary tożsamości przed stygmatyzacją. Jednocześnie ukazuje złożoność

pozycji osób starszych, które konstruując swoją tożsamość, muszą nieustannie balansować między autentycznym doświadczeniem starzenia się a koniecznością wpisywania się w dominujące wzorce młodości. W tym sensie „maska młodości” staje się narzędziem adaptacji, dzięki któremu osoby starsze mogą pozostać widzialnymi i akceptowanymi uczestnikami życia społecznego (Biggs, 2004).

Poddając refleksji kategorię tożsamości społecznej osób starszych, warto zwrócić uwagę na bardzo ważny aspekt, obecny także w rozważaniach P. Bergera i T. Luckmanna – mianowicie na potrzebę nieustannego potwierdzania tożsamości jako elementu rzeczywistości społecznej, jak piszą: „aby zachować wiarę, że jest naprawdę tym, za kogo się uważa, jednostka potrzebuje nie tylko potwierdzenia swojej tożsamości *implicite*, które zapewniają nawet przypadkowe codzienne kontakty, ale także potwierdzenia *explicite* o pewnym ładunku emocjonalnym” (Berger & Luckmann, 2010, s. 219). W podobnym tonie wypowiada się B. Bugajska, wskazując, że społeczny obraz starości może być przez jednostkę przyjęty, odrzucony lub zredefiniowany.

Tożsamość wieku, podobnie jak inne formy tożsamości społecznej, nie funkcjonuje więc jako całkowicie autonomiczny konstrukt – jej ugruntowanie wymaga społecznego uznania. Tożsamość osób starszych rodzi się zatem na przecięciu doświadczenia jednostkowego oraz społecznych procesów klasyfikacji i akceptacji – „złożona interpretacja sytuacji człowieka w ogóle uprawnia do stwierdzenia, że nie można nikogo uczynić starym bez jego przyzwolenia (Bugajska, 2005, s. 52).

W refleksji nad tożsamością osób starszych ponowoczesna rzeczywistość, z jej rytmem nieustannych przemian, kieruje uwagę na sprawczość jednostki i jej rolę w procesie samokreacji – „interesuje mnie człowiek starszy (...) widziany jako sprawca własnych czynów, jako osoba kreująca siebie” (Szarota, 2023, s. 38). Rodzi to pytanie, czy współczesność sprzyja powstawaniu nowej, odmiennej tożsamości społecznej osób starszych, czy też – jak twierdzi Iwona Taranowicz – tożsamość ta pozostaje „płynną” kategorią, charakterystyczną dla wszystkich jednostek żyjących w świecie późnej nowoczesności: „dziś nie ma już tak wyraźnych drogowskazów. Życie w płynnej nowoczesności (...) nie oferuje żadnych jasnych wskazówek, (...) oznacza płynne tożsamości. Wszyscy obywatele coraz bardziej zmieniającego się i zabieganego świata stają przed wyzwaniem samokonstrukcji” (Taranowicz, 2014, s. 20). Można przypuszczać, że ostateczny kształt tego zjawiska zostanie zweryfikowany w nadchodzących latach, wraz z dalszymi przemianami społecznymi i kulturowymi.

Rozdział IV. Podstawy metodologiczne badań własnych

4.1. Jakościowa strategia badań

Podjęty przeze mnie projekt badawczy wpisuję w strategię badań jakościowych⁵. „Badanie jakościowe jest usytuowaną aktywnością, która umieszcza obserwatora w świecie” (Denzin & Lincoln, 2014, s. 23), pozwalając na wnikliwe zrozumienie doświadczeń badanych jednostek w ich naturalnym kontekście. Celem tego typu badań jest uchwycenie znaczeń nadawanych rzeczywistości społecznej przez samych uczestników. Wychodząc od koncepcji społecznego tworzenia badanych rzeczywistości, badacze koncentrują się na perspektywach uczestników oraz osadzone są w ich codziennych praktykach i potocznej wiedzy dotyczącej przedmiotu badania (Flick, 2010, s. 22). Słowo „jakościowe” implikuje koncentrację na właściwościach badanych zjawisk oraz na procesach i znaczeniach, których nie da się ująć w kategoriach ilościowych ani poddać eksperymentalnej weryfikacji – takich jak liczba, intensywność czy częstotliwość występowania (Denzin & Lincoln, 2014). Ich celem jest wytwarzanie kontekstowej i umiejscowionej wiedzy (Braun & Clarke, 2024).

W ramach szeroko pojętych badań jakościowych Norman K. Denzina i Yvonne S. Lincoln identyfikują cztery główne paradygmaty interpretatywne, to znaczy, takie, które są „kierowane przez żywione przez badacza przekonania i odczucia dotyczące świata i tego, jak należy go rozumieć i badać: paradygmat pozytywistyczny/postpozytywistyczny, konstruktywistyczno-interpretatywny, krytyczny oraz feministyczno-poststrukturalny” (Denzin & Lincoln, 2014, s. 51). W kontekście takich rozróżnień moje badanie, w warstwie teoretycznej, osadza się w paradygmacie konstruktywistyczno-interpretatywnym. Przyjmuję w nim zatem określone założenia epistemologiczne (jaki jest związek między badaczem a tym, co poznawane?), ontologiczne (jaka jest natura rzeczywistości, kim jest człowiek?) oraz metodologiczne (w jaki sposób osiągamy wiedzę o świecie), które wyznaczają ramy prowadzonego badania. Paradygmat konstruktywistyczno-interpretatywny zakłada relatywistyczną ontologię, według której rzeczywistość jest wieloraka i społecznie konstruowana. Epistemologia w tym ujęciu ma charakter subiektywistyczny – poznający i badany współtworzą znaczenia oraz rozumienia. Z kolei metodologia przyjmuje charakter naturalistyczny, co oznacza, że badanie powinno być prowadzone w naturalnym kontekście funkcjonowania badanych jednostek (Denzin & Lincoln, 2014).

⁵ strategia badawcza to wg Creswella: „schematy lub modele badań jakościowych, ilościowych i mieszanych, które nadają określony kierunek procedurom zastosowanym w projekcie badawczym (Creswell, 2009, s. 37).

Perspektywa konstrukcjonizmu społecznego, która określa poniższy projekt badawczy opiera się na założeniu, że skoro „[...] społeczne światy są wciąż konstruowane i rekonstruowane, to jedyną drogą do ich poznania jest odwołanie się do subiektywnych doświadczeń, opinii, przekonań i wartości ich twórców” (Sławecki, 2012, s. 81). W kontekście badawczym oznacza to rezygnację z poszukiwania obiektywnej prawdy na rzecz zrozumienia i interpretacji znaczeń nadawanych rzeczywistości przez uczestników badania oraz „dążenie do rozszyfrowania – przy użyciu kategorii znaczących i bogatych w szczegóły – tego, w jaki sposób ludzie tworzą świat wokół siebie, co robią lub co im się przydarza” (Flick, za: Gibbs, 2011, s. 13). Jak trafnie ujmuje to Agnieszka Gromkowska-Melosik: „Nie zamierzam więc odkrywać jakiegokolwiek ‘ostatecznej prawdy’ – ani o rzeczywistości, ani o ludziach, ani też o badanym przeze mnie zjawisku. Nie oznacza to jednak, że nie zamierzam zdobyć jakiegokolwiek wiedzy lub że wiedza, którą zdobędę, jest bezwartościowa. Rezygnując z idei ‘nieodwołalnej wiedzy’ pragnę zrozumieć badane zjawisko i ująć je w najbardziej typowym dla niego kontekście” (Gromkowska-Melosik, 2015, s. 277). Założenia moich badań wpisują się także w nurt socjologii jakościowej jako „perspektywy zarówno opisu, jak i rozumienia, a czasami również wyjaśnienia przyczyn zjawisk społecznych, [...] która nie ogranicza się tylko do użycia specyficznych dla siebie technik i metod badania. [...] Jest ona raczej jakościowym sposobem myślenia o ludzkim doświadczeniu, drogą naukowej oraz ‘intersubiektywnej empatii’, która pozwala dotrzeć do znaczenia doświadczeń indywidualnych i grupowych tak zwanego ‘zewnętrznego świata’ (Konecki, 2011, s. 11).

Wybrana przeze mnie problematyka starości w przyjętym ujęciu badawczym jest zgodna z podejściem, że badania jakościowe „[...] mają dostarczyć danych określających (słownie) znaczenie i wagę jakiegoś zjawiska lub czynnika w procesie starości, pomagających zrozumieć działanie określonych mechanizmów i procesów w tej fazie, determinantów funkcjonowania społecznego ludzi starszych. [...] Mają wyjaśniać nie tylko sam proces starzenia się – jego przebieg i czynniki go kształtujące, lecz także kontekst kulturowy i społeczny starzenia się i starości, znaczenie poszczególnych postaw i zachowań społecznych, uruchamianych mechanizmów motywacji, sposobów postrzegania świata przez osoby starsze” (Fabiś i in., 2015, s. 23).

4.2. Cel i problematyka badań

Zrealizowane przeze mnie badanie nie opiera się na hipotezach, zgodnie z sugestią U. Flicka, który zaznacza, że „w badaniach jakościowych powstrzymujemy się od ich formułowania” (Flick, 2010, s.14) oraz Johna W. Creswella – „w badaniach jakościowych stawia się pytania badawcze, nie podaje się natomiast przypuszczeń (konkretnych oczekiwań) ani nie wysuwa hipotez (przewidywań uwzględniających zmienne i badania statystyczne)” (Creswell, 2013, s. 147).

Główny problem badawczy oddaje następujące pytanie: Jak osoby starsze konstruują swoją tożsamość społeczną wobec zmieniających się współcześnie znaczeń starości? Użycie słowa „konstruować” ma na celu podkreślenie procesu, który może obejmować różne strategie obierane przez badane osoby starsze: przyjmowanie, kształtowanie, negocjowanie lub odrzucanie tożsamości. To słowo jest wystarczająco szerokie, aby uwzględnić wszystkie te możliwe podejścia, pozostawiając przestrzeń do ich interpretacji.

Szczegółowe problemy badawcze zawierają się w pytaniach:

- Jak osoby starsze przeżywają swoją starość w wymiarze społecznym i jednostkowym?
- Jakie znaczenia jej przypisują?
- Co (lub kto) kształtuje ich wiedzę i wyobrażenia na temat starości?
- Jak osoby starsze odnoszą się do społecznych oczekiwań związanych z wiekiem?
- Czy i w jakim stopniu utożsamiają się z przynależną kategorią wiekową?

Powyższe pytania badawcze wyznaczają ramy analityczne moich badań. Aby w pełni uchwycić wielowymiarowość procesu konstruowania tożsamości społecznej przez osoby starsze, wprowadziłam trzy konteksty analizy: relacji z samym sobą, relacji ze światem społecznym oraz relacji z innymi. Każdy z tych kontekstów może pozwolić uchwycić odmienny wymiar procesu konstruowania tożsamości – przyjmowania, negocjowania, kształtowania czy odrzucania społecznych znaczeń starości:

- Kontekst relacji z samym sobą – jednostkowy, odnosi się do indywidualnych doświadczeń jednostki, w tym znaczeń, które przypisuje własnej starości. Osoby starsze często sięgają do przeszłości, by nadać sens swojemu obecnemu życiu. To w tej relacji jednostka interpretuje swoją drogę życiową i konstruuje obraz siebie.

- Kontekst relacji z innymi – relacyjny, obejmuje relacje międzyludzkie, role społeczne oraz miejsce jednostki w strukturze społecznej. Tożsamość kształtowana jest tu w bezpośrednich interakcjach – z rodziną, bliskimi, otoczeniem społecznym – i stanowi dynamiczny efekt wzajemnych odniesień. Koncentruje się na doświadczeniach starości w kontekście relacji z innymi, pokazując, jak relacje te wpływają na tożsamość społeczną i przeżywanie starości.
- Kontekst relacji ze światem społecznym – społeczny, ukazuje, jak normy i społeczne oczekiwania wpływają na sposób postrzegania siebie w starości. To przestrzeń konfrontacji z tym, jak społeczeństwo definiuje starość i jak jednostki odpowiadają na te zewnętrzne ramy. W tym kontekście badane jest, jak jednostki rozumieją społeczne wyobrażenia na temat starości i jak się wobec nich sytuują.

Zastosowanie tych trzech kontekstów pozwoliło na uchwycenie różnorodnych sposobów, w jakich osoby starsze konstruują swoją tożsamość wobec zmieniających się znaczeń starości. Pomogło zrozumieć, dlaczego niektóre osoby przyjmują określone znaczenia starości, inne je odrzucają, a jeszcze inne negocjują z nimi, opierając się na własnych doświadczeniach. Podejście to znajduje swoje teoretyczne oparcie w konstrukcjonizmie społecznym, zgodnie z którym tożsamość jest tworzona w interakcji z kontekstem społecznym. Wyróżnione trzy konteksty odpowiadają głównym wymiarom tych interakcji, ukazując tożsamość jako proces dynamiczny, osadzony w relacjach, doświadczeniu i strukturach społecznych.

Moim celem badawczym jest zatem nie tylko próba zrozumienia – w jaki sposób osoby starsze odnajdują swoją tożsamość społeczną, lecz także w jaki sposób postrzegają współczesną starość oraz jakie znaczenia jej przypisują. Interesują mnie — jak celnie ujmuje to A. Gromkowska-Melosik — „dane znaczące, a nie reprezentatywne”, z pełną świadomością, że wyniki moich badań nie będą więc ani reprezentatywne dla jakiegokolwiek całościowej populacji, ani możliwe do uogólnienia, a zatem zdobyta wiedza będzie odnosić się jedynie do analizowanego zjawiska w określonym kontekście (i czasie), nie będzie jej można transferować (Gromkowska-Melosik, 2015, s. 277). Podążając za tą perspektywą, w trakcie badań dotyczących tożsamości społecznej osób starszych, koncentrowałam się zarówno na ich „wiedzy osobistej” — indywidualnych poglądach, refleksjach i opiniach — jak i na „wiedzy grupowej”, zakorzenionej we wspólnych doświadczeniach przeżywanej starości (Gromkowska-Melosik, 2015, s. 278).

4.3. Metoda i technika badawcza

W zrealizowanym badaniu, chcąc dotrzeć do doświadczeń badanych osób starszych, zastosowałam metodę studium przypadków⁶, powszechnie wykorzystywaną w jakościowej strategii badawczej. Jak zauważa A. Gromkowska-Melosik, metoda ta umożliwia badanie zjawisk w ich rzeczywistym kontekście życiowym (Gromkowska-Melosik, 2015), a jej istotną zaletą — jak podkreśla Robert E. Stake — jest „optymalizacja zrozumienia danego zjawiska czy konkretnego przypadku” (Stake, 2014, s. 624).

W badaniach jakościowych konstrukcja projektu badawczego często bazuje na określonych schematach, które stanowią punkt wyjścia dla dalszych decyzji metodologicznych. W literaturze przedmiotu spotkać można dwa podstawowe podziały, które porządkują typy badań jakościowych: pierwszy z nich rozróżnia badania przekrojowe i dynamiczne, drugi natomiast badania porównawcze i studia przypadków. Takie klasyfikacje nie tylko wskazują na możliwe kierunki projektowania badań, lecz także odzwierciedlają różne sposoby rozumienia i analizy rzeczywistości społecznej, przy czym wybór konkretnego podejścia wiąże się z przyjętym paradygmatem oraz celem badawczym (Creswell, 2013; Flick, 2010). Jak zauważają N. Denzin i Y. Lincoln, badania jakościowe koncentrują się na eksploracji konkretnych przypadków, które stanowią ucieleśnienie zjawisk społecznych, będących przedmiotem zainteresowania badacza. W tym ujęciu „kto i co” badań jakościowych zawiera przypadki lub przykłady zjawisk i/lub problemów społecznych” (Denzin & Lincoln, 2014, s. 536). W podobny sposób piszą Marta Strumińska-Kutra i Izabela Kołodkiewicz: „Na początek dobrze jest sobie wyobrazić przypadek jako przykład pewnego zjawiska społecznego (Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012, s. 3)”.

W literaturze przedmiotu studium przypadku określane bywa jak metoda, strategia lub podejście badawcze, co wynika z różnic w ujęciach przyjmowanych przez różnych autorów (Denzin & Lincoln, 2014; Stake, 2014; Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012; Glinka & Czakon, 2021). Studium przypadku stanowi metodę badawczą, która może być realizowana w ramach różnych paradygmatów, co – jak wskazują Strumińska-Kutra i Kołodkiewicz – skutkuje różnymi podejściami do jego definiowania: „ten typ przedsięwzięcia badawczego realizują osoby poruszające się w obrębie różnych paradygmatów, [...] w konsekwencji mamy do czynienia z wieloma sposobami definiowania studium przypadku” (Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012, s. 2). To nie

⁶ Za Robertem Yinem i Robertem E. Stake’em określam studium przypadku jako metodę badawczą (w: Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012). I w tym sensie techniką badawczą stosowaną w ramach tej metody jest wywiad.

sama definicja studium przypadku, lecz cel badania przesądza o doborze technik, źródeł danych i ich analizie. Jak podkreślają autorki: „w metodzie studium przypadków celem jest przede wszystkim całościowy opis i zrozumienie przypadku z otaczającym kontekstem, a w drugiej kolejności, zależnie od przyjętego przez badacza paradygmatu” – a w przypadku podejścia konstrukcjonistycznego, będzie to – „użycie uzyskanych wyników do stworzenia abstrakcyjnych pojęć ogólnych pozwalających na opis i wyjaśnienie badanego zjawiska” (Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012, s. 4). Jak zauważa Earl Babbie, ograniczenie uwagi do konkretnego przykładu jakiegoś zjawiska społecznego, jest zasadniczą cechą studium przypadków (Babbie, 2014). Robert Stake pisze, że „przedmiotem naszego zainteresowania badawczego nie musi być pojedynczy przypadek, ale, bardziej ogólnie, określone zjawisko lub grupa przypadków” (Stake, 2014, s. 625).

R. Stake wyróżnia trzy typy studium przypadku:

- Studium przypadku autoteliczne, w którym badany przypadek sam w sobie stanowi przedmiot zainteresowania i nie jest traktowany jako reprezentacja szerszego zjawiska.
- Instrumentalne studium przypadku, w którym „konkretny przypadek ma służyć pogłębieniu wiedzy o szerszym zjawisku bądź wyciągnięciu bardziej ogólnych wniosków. Zainteresowanie samym przypadkiem jest drugorzędne” (Stake, 2014, s. 628).
- Zbiorowe studium przypadku, będące formą instrumentalnego studium przypadku, polegające na równoległym badaniu kilku przypadków w celu pogłębienia wiedzy o określonym zjawisku – „poszczególne przypadki mogą, lecz nie muszą być znane zawczasu. Mogą być do siebie podobne lub nie. Badacz dokonuje ich wyboru, kierując się potencjalnością lepszego poznania i zrozumienia szerszego zjawiska” (Stake, 2014, s. 628).

Ze względu na specyfikę wybranej przeze mnie problematyki badawczej – konstruowania tożsamości społecznej osób starszych w kontekście zmieniających się znaczeń starości – najbardziej adekwatnym rozwiązaniem było zastosowanie zbiorowego studium przypadku, znanego również jako wielokrotne studium przypadku (Pawłowska, 2012), o charakterze instrumentalnym. Takie podejście pozwoliło nie tylko na zgłębienie każdego z indywidualnych przypadków, ale także umożliwiło uchwycenie zarówno podobieństw, jak i różnic pomiędzy nimi. Co więcej, jak wskazują M. Strumińska-Kutra i I. Kołodkiewicz „pozwala na replikację indywidualnych przypadków, dzięki czemu umożliwia szybsze dostrzeżenie wzorca, podkreślając również komplementarne aspekty

zjawiska” (Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012, s. 16). Zastosowanie tej metody umożliwia porównywanie doświadczeń i znaczeń nadawanych starości, ponieważ „badana jest pewna liczba przypadków w celu poznania ogólnego zjawiska lub stworzenia dotyczącej go teorii” (Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012, s. 16).

Zdaniem M. Strumińskiej-Kutry i I. Kołodkiewicz studium przypadku stanowi metodę badawczą, która umożliwia kontekstualne obserwowanie funkcjonowania zjawiska w jego codziennym życiu, co pozwala na lepsze zrozumienie, jak przebiegają procesy społeczne i jakie czynniki uznawane przez teorie społeczne za istotne, mają na nie wpływ. To właśnie wiedza uzyskana z analizy konkretnych przypadków umożliwia uchwycenie specyfiki i bogactwa życia społecznego w różnych aspektach, co jest niemożliwe do osiągnięcia bez znajomości indywidualnych przypadków. Choć studium przypadku może być stosowane do rozwijania i modyfikowania wiedzy teoretycznej, to „jego wyjątkowość tkwi w możliwości dostarczenia pogłębionych opisów badanego zjawiska” (Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012, s. 36). Według Beaty Pawłowskiej, badanie typu studium przypadku, jest w naukach społecznych metodą niezbędną i wystarczającą, szczególnie tam, gdzie celem jest zrozumienie i opis konkretnego zjawiska – „a dla socjologa przypadek stanowić może każde z wyróżnionych zjawisk społecznych. Socjolog częściej niż inni badacze społeczni koncentruje się nie tylko na jednym, specyficznym przypadku. Dokonuje nie tylko całościowej analizy, ale także porównań” (Pawłowska, 2012, s. 267). Czasami badacze mogą być zainteresowani szerszym zjawiskiem lub całą populacją przypadków, ponieważ pełne zrozumienie badanego zjawiska jest możliwe dopiero po uwzględnieniu kontekstu innych przypadków. W podobnym tonie wypowiada się A. Gromkowska-Melosik, która podkreśla, że badacze posługujący się metodą studium przypadku przywiązują dużą wagę do sposobu interpretacji analizowanych przypadków. Jeśli chodzi o zbiorowe studium przypadków szczególną uwagę zwraca się na identyfikowanie zarówno wspólnych elementów, jak i sprzeczności występujących pomiędzy nimi. Jak zauważa badaczka, choć reprezentatywność i możliwość konstruowania uogólnień nie stanowią celu studium przypadku, a „wiedza uzyskana w trakcie badania przypadku pozwala nam jedynie na stwierdzenie, że ‘tak bywa’, a nie że ‘tak jest’” (Bauman & Pilch, 2001, s. 300), to „poszukuje się także pewnej ‘logiki replikacyjnej’, odnoszącej się do tego, co wspólne, ale także do tego, co pozostaje w sprzeczności” (Gromkowska-Melosik, 2015, s. 279).

4.3.1. Technika zbierania danych

W przeprowadzonych badaniach zastosowałam technikę⁷ indywidualnego, częściowo ustrukturyzowanego wywiadu swobodnego (pogłębionego). Wywiad jest jedną z najczęściej wykorzystywanych sposobów zbierania danych w badaniach jakościowych (Flick, 2010). W ramach metody studium przypadku badacze często sięgają po tę technikę, ponieważ umożliwia ona wieloaspektowe zrozumienie badanych zjawisk, a także pozwala na uchwycenie opinii i refleksji uczestników, które mogą być istotne dla formułowania odpowiedzi na stawiane pytania badawcze (Stake, 2014).

Chociaż wywiad jest jedną z podstawowych technik pozyskiwania danych w naukach społecznych, nie jest metodą zarezerwowaną wyłącznie dla badań jakościowych. Różnice w podejściu do wywiadu dobrze obrazują metafory górnika i podróżnika, sformułowane przez Steina Kvale. W pierwszym ujęciu badacz przypomina górnika, który wydobywa cenne informacje spośród nieistotnych danych, traktując wypowiedzi rozmówców jako źródło obiektywnych faktów „nieskażona przez badacza-górnika wiedza czeka we wnętrzu badanego podmiotu na odkrycie” (Kvale, 2010, s. 53). Z kolei alternatywna metafora podróżnika ukazuje badacza jako osobę, która eksploruje nowe obszary, wsłuchuje się w historie napotkanych ludzi, podąża za ich opowieściami i zachęca ich do dzielenia się własnymi doświadczeniami. Ten sposób może także „uruchomić proces refleksji, który doprowadzi podróżnika do nowych sposobów rozumienia siebie [...]” (Kvale, 2010, s. 54). Te dwie metafory, zdaniem S. Kvale, ilustrują różne koncepcje wytwarzania wiedzy: w perspektywie badacza-górnika wywiad traktowany jest jako technika pozyskiwania danych, oddzielona od późniejszego procesu ich analizy. Natomiast w ujęciu podróżnika – wywiad i interpretacja tworzą spójną całość jako proces współtworzenia wiedzy, nierozzerwalnie związany z jej interpretowaniem i konstruowaniem narracji. Taka koncepcja właśnie jest bliska traktowaniu wiedzy jako społecznie skonstruowanej (Kvale, 2010).

U. Flick wskazuje, że badania realizowane za pomocą wywiadów koncentrują się głównie na indywidualnych doświadczeniach badanych, które uznaje się za istotne dla lepszego zrozumienia doświadczeń innych osób w podobnych sytuacjach. Autor podkreśla również, że wywiad nie polega wyłącznie na odtwarzaniu lub przedstawianiu istniejącej wiedzy „w wywiadach nie mamy do czynienia tylko z reprodukcją czy reprezentacją już istniejącej wiedzy”, ocenianej pod kątem jej prawdziwości, lecz jest formą interakcji

⁷ Wywiad w ujęciu techniki badawczej używam, za: Kvale, S. (2010). *Prowadzenie wywiadów*. PWN

dotyczącej określonego tematu, w której częściowo powstaje nowa wiedza w trakcie samego procesu rozmowy (Flick, 2010, s. 139). Podobne stanowisko reprezentuje S. Kvale, który pisze, że jakościowy wywiad badawczy „stara się zrozumieć świat z perspektywy badanych, odczytać znaczenie ludzkich doświadczeń, odkryć świat ich życia uprzedni wobec naukowych wyjaśnień” oraz „jest specyficzną formą rozmowy, w trakcie której wiedzę tworzy się w toku interakcji między osobą prowadzącą wywiad a respondentem” (Kvale, 2010, s. 19-20). Ideą przewodnią badań jakościowych jest wykorzystanie w jak największym stopniu wiedzy uzyskanej od samych uczestników (Creswell, 2013, s. 191).

W opinii Svetlany Gudkovej, w kontekście prowadzenia wywiadu warto zwrócić uwagę na trzy istotne kwestie. Po pierwsze, w odróżnieniu do zwyczajnej rozmowy, wywiad ma charakter celowy – jego przebieg jest podporządkowany założonym celom badawczym. Po drugie, wywiad należy rozumieć jako interakcję między dwoma osobami, które wspólnie konstruują znaczenia i interpretują przeszłe doświadczenia. Autorka przywołuje wypowiedź Barbary Czarniawskiej, która zwraca uwagę, że „wywiad nie jest oknem na rzeczywistość społeczną, tylko próbką tejże rzeczywistości” (Czarniawska, 2004, za: Gudkova, 2012, s. 112), a odpowiedzi udzielane przez badanych są w dużym stopniu uzależnione od umiejętności i doświadczenia badacza. Po trzecie, wywiad zawsze niesie ze sobą element subiektywności – zarówno wpływ badacza, jak i specyfika sytuacji badawczej mogą sprawiać, że wypowiedzi badanych są w pewnym stopniu uwarunkowane kontekstem, a w zależności od sytuacji, odpowiedzi mogą się różnić, nawet jeśli pytania pozostają te same. Co więcej, mimo pewnej asymetrii ról, wywiad jest procesem wymiany – badacz musi być przygotowany także na pytania ze strony uczestnika badania, a jednocześnie jakość zadawanych pytań nie gwarantuje jakości udzielonych odpowiedzi (Gudkova, 2012).

W literaturze przedmiotu wyróżnia się różne typy wywiadów swobodnych, w zależności od stopnia ich standaryzacji – „wywiad swobodny jako technika gromadzenia danych nie stanowi jednolitej konstrukcji metodologicznej” (Niedbalski, 2012, s. 336). Pierwszy to wywiad mało ukierunkowany, oparty na otwartych pytaniach, w którym badacz dostosowuje się do rozmówcy, koncentrując na tematach, o których respondent ma największą wiedzę; zapis rozmowy ma charakter rejestrujący. Drugi typ stanowi wywiad ukierunkowany – badacz korzysta z ogólnej listy zagadnień (dyspozycji), formułując otwarte pytania dotyczące szczegółowych kwestii, a zapis może być rejestrujący lub relacjonujący. Trzecim rodzajem jest wywiad swobodny oparty na standaryzowanej liście informacji, prowadzony w oparciu o kwestionariusz badania – zapis danych przybiera tu formę rejestrującą lub kategoryzującą (Konecki, 2000). Natomiast pod względem treści

zadawanych pytań S. Gudkova wyróżnia wywiady ustrukturyzowane, w których zakodowana jest już forma oraz język odpowiedzi – pytania zamknięte oraz wywiady nieustrukturyzowane. Wtedy stosuje się przede wszystkim pytania otwarte pozwalające odpowiadać w swobodny sposób i dowolnej formie. Wywiady mogą być w różnym stopniu ustrukturyzowane „od wywiadu kwestionariuszowego do naturalnej codziennej rozmowy, której badacz może się przysłuchiwać” (Gudkova, 2012, s. 113).

Jak pisze U. Flick, jakościowe wywiady badawcze prowadzone są zazwyczaj na podstawie scenariusza, który wyznacza najważniejsze tematy rozmowy, zwraca przy tym uwagę na jego konieczną elastyczność tak, aby umożliwić zmianę kolejności lub formy zadawanych pytań w toku wywiadu (Flick, 2010, s. 137), w podobny sposób wyraża się E. Babbie, który pisze: „Chociaż możesz zabrać się za robienie wywiadów z wystarczająco jasną ideą tego, o co chcesz pytać, jedną z charakterystycznych mocnych stron badań terenowych jest ich elastyczność. W szczególności odpowiedzi udzielone na twoje pierwsze pytania mogą kształtować pytania, które zadasz później. Tu nie chodzi po prostu o zadawanie wcześniej przygotowanych pytań i zapisywanie odpowiedzi. Przeciwnie, musisz zadać pytanie, wysłuchać uważnie odpowiedzi, zinterpretować jej znaczenie dla twoich ogólnych celów, a następnie sformułować kolejne pytanie, którego celem będzie pogłębienie wcześniejszych odpowiedzi lub skierowanie uwagi rozmówcy ku bardziej interesującemu cię obszarowi. Mówiąc krótko, powinieneś być zdolny do słuchania, myślenia i mówienia prawie jednocześnie” (Babbie, 2014, s. 159).

W przeprowadzonych badaniach zastosowałam technikę wywiadu częściowo ustrukturyzowanego. Opracowany przeze mnie scenariusz zawierał pytania otwarte, podzielone na trzy główne bloki tematyczne, odzwierciedlające perspektywę jednostkową, relacyjną oraz społeczną. Takie ujęcie pozwalało na uchwycenie wielowymiarowości doświadczeń osób badanych, z zachowaniem jednoczesnej spójności procesu zbierania danych. Struktura scenariusza była zaprojektowana w sposób umożliwiający elastyczne reagowanie na dynamikę wywiadu – pytania mogły być zadawane w zmienionej kolejności lub rozwijane w zależności od poruszanych przez respondentów wątków i kierunków narracji. W celu weryfikacji scenariusza przeprowadziłam pilotaż wywiadu. Konsultacje objęły sześć osób i dotyczyły m.in. liczby pytań i tematów, sposobu ich formułowania, adekwatności użytego języka oraz czytelności przekazu. Pokazały także, że pozostawianie na poziomie ogólnego sformułowania tematu czy pytania sprzyjało swobodnemu rozwijaniu narracji przez uczestników pilotażu. Wyniki te wskazały, że nie ma konieczności sztywnego trzymania się pierwotnie wyróżnionych trzech wymiarów – pytania mogą być elastycznie

przemieszczane, a rozmówcy w naturalny sposób podejmują wszystkie istotne zagadnienia, nawet bez dodatkowego dopytywania. Te spotkania uświadomiły mi również, jak istotna jest otwartość uczestników na dzielenie się swoimi doświadczeniami. Osoby, które nie mają naturalnej potrzeby czy łatwości opowiadania o sobie, dzielenia się refleksjami, niezależnie od sposobu formułowania pytań, udzielają krótkich odpowiedzi lub nie rozwijają wątków. Tym samym pilotaż pozwolił mi dostrzec, że gotowość do rozmowy jest szalenie istotnym czynnikiem wpływającym na jakość uzyskiwanego materiału badawczego. Ponadto pilotaż umożliwił ustalenie preferowanego sposobu zwracania się do uczestników badań (np. osoby starsze, seniorzy, silversi) oraz oszacowanie optymalnego czasu trwania wywiadu, uwzględniającego możliwości i komfort badanych. Pilotaż pozwolił mi nie tylko udoskonalić narzędzie badawcze, ale również lepiej przygotować się do pracy terenowej. Dzięki temu zyskałam większą pewność, że wywiady będą przebiegały w sposób naturalny, swobodny i sprzyjający pogłębionej refleksji ze strony uczestników.

4.4. Dobór próby badawczej

W badaniach ilościowych proces tworzenia próby badawczej opiera się na założeniu, że każda jednostka należąca do określonej przez badacza populacji generalnej posiada wiedzę oraz opinię na temat będący przedmiotem badania, a tym samym może zostać wylosowana do udziału w próbie. Natomiast w badaniach jakościowych, jak podkreśla M. Muszyński, przyjmuje się odmienne podejście – zakłada się, że jedynie wybrane osoby dysponują wiedzą i doświadczeniem istotnym dla podjętej tematyki badawczej. W związku z tym, w badaniach ilościowych celem jest uzyskanie próby reprezentatywnej wobec populacji, natomiast w badaniach jakościowych dąży się do uchwycenia reprezentacji doświadczenia (Muszyński, 2024). To rozróżnienie, wpłynęło na logikę doboru uczestników, jaką przyjął w niniejszym projekcie badawczym. Wykorzystałam celowy dobór próby charakterystyczny dla badań jakościowych, który według U. Flicka traktuje się „jako sposób na skompletowanie zbioru starannie wyselekcjonowanych przypadków, materiałów czy zdarzeń, które składają się na korpus empirycznych przykładów, umożliwiających jak najbardziej owocne zgłębienie badanego zjawiska [...] celem zapewnienia zróżnicowania w obrębie próby” (Flick, 2012, s. 58-59).

Zdaniem Tadeusza Pilcha, w badaniach jakościowych „rezygnuje się z postulatu reprezentatywności próby dającej możliwość szerokich uogólnień, a o doborze osób badanych decydują wyłącznie względy merytoryczne” (Pilch, 1995, s. 58). R. Stake

zauważa, że najistotniejszym kryterium doboru przypadków jest możliwość zdobycia jak najgłębszej wiedzy na ich temat. Jak pisze, „wybór podyktowany jest różnorodnością przypadków, ale niekoniecznie ich reprezentatywnością”, a badacz, wybierając przypadek typowy, „skłania się jednocześnie ku takim, z których może się dowiedzieć jak najwięcej”. Typowość przypadków nie jest więc najważniejsza – większe znaczenie ma możliwość dostępu, gościnność i otwartość badanych (Stake, 2014, s. 637). U. Flick wskazuje, że „sam termin dobór próby często kojarzy się z wybieraniem ‘właściwych’ przypadków z zasobów wszystkich znanych przypadków”, a „proces ten ma często charakter iteracyjny. W miarę jak zdobywa się coraz lepszą orientację w terenie badawczym, uzyskuje się coraz większą wiedzę na temat obecnych w nim ludzi” (Flick, 2012, s. 63). N. Denzin i Y. Lincoln, powołując się na G. Psathasa, podkreślają, że „w rzeczy samej, zbiór przypadków nie może być zgromadzony przed dokonaniem analizy przynajmniej jednego, ponieważ nie możemy wiedzieć z wyprzedzeniem, jakie cechy opisuje każdy przypadek jako następny pasujący do poprzedniego” (Psathas, 1995, s. 50, za: Denzin & Lincoln, 2014, s. 538). W strategii badań jakościowych, jak zauważa U. Flick, uczestnicy traktowani są nie tylko jako źródła danych, lecz jako refleksyjni aktorzy, którzy interpretują własne doświadczenia i nadają im znaczenie (Flick, 2010, s. 138). N. Denzin i Y. Lincoln podkreślają natomiast, że w ramach paradygmatu konstrukcjonistycznego, kluczowe znaczenie ma zdolność uczestników do wniesienia znaczących narracji, interpretacji rzeczywistości oraz refleksyjności samego badacza (Denzin & Lincoln, 2014).

Wychodząc z tego założenia, dobór próby w moim badaniu miał charakter celowy i opierał się zarówno na kryterium wieku – ukończony 65. rok życia – jak i na przesłankach merytorycznych. Jak podkreśla J. Halicki, „nie chodziło jedynie o analizę sposobu myślenia i działania konkretnego seniora, lecz o analizę zjawiska, w jaki jest on uwikłany, a mianowicie starości” (Halicki, 2010, s. 65). Świadomie wybierałam osoby posiadające tzw. „potencjał badawczy” – rozumiany jako określone doświadczenia życiowe, wiedzę, predyspozycje oraz gotowość do dzielenia się również trudniejszymi aspektami własnych przeżyć. W procesie doboru grupy badawczej (przypadków) zadbałam o zachowanie (na ile to możliwe) równowagi płci oraz zróżnicowania wiekowego – najmłodsza osoba miała 68 lat, najstarsza lat 92. Łącznie w badaniu uczestniczyło 25 osób zamieszkujących aglomerację trójmiejską. Większość z nich (22 osoby) stanowili mieszkańcy Gdańska (2 osoby z Gdyni, 1 z Sopotu), jednak ze względu na specyfikę Trójmiasta, gdzie mieszkańcy mentalnie i fizycznie przemieszczają się swobodnie między Gdańskiem, Gdynią

i Sopotem, obiektywne odmienności między miastami nie różnicowały w istotny sposób sytuacji badanych osób.

Do badania zaprosiłam osoby prowadzące aktywny tryb życia – rozumiane jako te, które, jak postuluje Zofia Szarota „samostanowią o sobie”, badaczka pisze: „Interesują mnie starsi dorośli, którzy swoją postawą przeciwstawiają się stereotypizacji wizerunku osoby starszej, ageizmowi, gerantomowi i dziadurzeniu, [...] marginalizacji i wyznaczaniu peryferyjnych ról społecznych dla seniorów. Interesuje mnie człowiek starszy [...] widziany jako sprawca własnych czynów, jako osoba kreująca siebie” (Szarota, 2023, s. 38). Niektóre z wybranych osób były zaangażowane społecznie, działając lokalnie nie tylko na rzecz swojej grupy rówieśniczej, ale także pozostałych mieszkańców. Inne regularnie uczestniczyły w miejskich inicjatywach skierowanych do osób starszych, niejednokrotnie nadając im charakter i kierunek. Wśród badanych osób znaleźli się zarówno członkowie Gdańskiej Rady Seniorów, uczestnicy klubów seniora, słuchacze Uniwersytetu Trzeciego Wieku, jak i uczęszczający do Klubu Samopomocy funkcjonującego przy Domu Pomocy Społecznej „Polanki” w Gdańsku. Wszystkie osoby objęte badaniem wykazywały zainteresowanie lokalnym życiem społeczno-kulturalnym, deklarowały określone poglądy na temat sytuacji osób starszych, uczestniczyły w życiu społecznym miasta. Oczywiście, w różnym zakresie i skali: część z nich angażowała się w życie publiczne, podczas gdy inne wyrażały swoje przekonania poprzez codzienną postawę i aktywność — często po prostu życiową. Zdecydowana większość uczestników śledziła nie tylko bieżące wydarzenia polityczne i społeczne w kraju, ale także te zachodzące w szerszym kontekście. Czasem było to intensywne zaangażowanie, innym razem — spokojne zainteresowanie tym, co dzieje się w ich najbliższym otoczeniu. Skoncentrowałam się zatem na osobach, które posiadały potencjał do świadomego konstruowania swojej tożsamości społecznej i aktywnie uczestniczyły w procesach negocjowania oraz nadawania znaczeń starości. Jednocześnie mam pełną świadomość zarówno różnorodności doświadczeń starości, jak i wewnętrznej heterogeniczności samej grupy osób starszych. Proces starzenia się przebiega bowiem odmiennie w zależności od wielu czynników – takich jak stan zdrowia, sytuacja społeczna czy warunki ekonomiczne. Dlatego, choć do badania zaprosiłam osoby aktywne i zaangażowane, nie były one także pozbawione doświadczeń i trudności charakterystycznych dla tego etapu życia – przewlekłych dolegliwości, ograniczeń zdrowotnych, niepełnosprawności, osamotnienia czy obciążeń ekonomicznych.

Mimo dostrzegania ryzyka ograniczeń wynikających z przyjętego celowego doboru próby badawczej, decyzja o skupieniu się na osobach względnie sprawnych, samodzielnych

i aktywnych społecznie była świadomym, przemyślanym wyborem – a nie efektem przeoczenia czy ignorancji. Zdecydowałam się przyjąć tę perspektywę, ponieważ zależało mi na uchwyceniu, jak starość jest przeżywana i konstruowana tam, gdzie możliwa jest refleksja nad własnymi doświadczeniami, nieskrępowana koniecznością filtrowania ich przez przeżywanie choroby, zależności czy konieczność opieki instytucjonalnej. Podobne podejście prezentują D. Romaioli i A. Contarello, którzy w swoim badaniu nad redefinicją sprawczości w kontekście aktywnego starzenia się wskazywali, że negatywna wizja starości – nadal obecna w społecznych skryptach – wciąż ogranicza zdolności adaptacyjne seniorów i utrudnia im wykorzystanie pełnego potencjału. Dlatego zdecydowali, że ich „grupa badawcza składała się głównie z „bezpiecznych osób starszych”, tworzących narracje, które nie były typowe dla stereotypów i uprzedzeń związanych ze starzeniem się” (Romaioli & Contarello, 2019, s. 197). Do swojej grupy badawczej nie włączyłam osób przebywających w domach pomocy społecznej ani tych, którzy na co dzień pozostają pod stałą opieką innych – członków rodziny lub opiekunów formalnych – ze względu na ograniczenia zdrowotne lub znaczne obniżenie samodzielności. Jak zauważa M. Muszyński, który prowadził badania wśród osób starszych, włączenie do próby osób zmagających się ze swoją sytuacją zdrowotną, budzi wątpliwości etyczne, pisał: „Jednakże ze względów etycznych z próby odgórnie wyłączone zostały osoby stare przebywające w zakładach opiekuńczo-leczniczych, hospicjach, szpitalach, czyli instytucjach, w których ludzie cierpią i zmagają się ze swoją chorobą. Prowadzenie badań na temat uczenia się stawiania osobą starą w sytuacji walki o życie byłoby nieetyczne” (Muszyński, 2024, s. 127). Dodatkowym czynnikiem, który wpłynął na taki wybór uczestników badania, było moje osobiste doświadczenie zawodowe w obszarze pomocy społecznej, a zwłaszcza zaangażowanie w koordynację lokalnego systemu wsparcia dla potrzebujących opieki osób starszych. Codzienna współpraca m. in. z domami pomocy społecznej dała mi możliwość obserwowania realiów życia przebywających tam osób. To doświadczenie zrodziło we mnie potrzebę przyjrzenia się starości w innym kontekście – wśród osób samodzielnych i aktywnie kształtujących swoją codzienność. Po latach pracy w systemie wsparcia społecznego byłam po prostu ciekawa „innej starości”, a może jej komplementarnej odsłony dla całościowego postrzegania tego zjawiska. W badaniach jakościowych rola badacza i jego usytuowanie – to, skąd pochodzi, w jakim momencie życia się znajduje, jakie kwestie budzą jego zainteresowanie – mają istotne znaczenie. Badacz jest „umiejscowionym interpretatorem zdarzeń”, a jego wybory badawcze, choć subiektywne, stanowią integralną część procesu poznawczego i nadają mu autorski charakter (Braun & Clarke, 2024). Zależało

mi więc na uchwyceniu tego jak konstruowana jest tożsamość społeczna tam, gdzie jednostka może w pełni niezależnie nadawać znaczenia swojemu doświadczeniu. Taka perspektywa umożliwiła uchwycenie bardziej zniuansowanego obrazu starzenia się – nie tyle w opozycji do doświadczania zależności czy choroby, ile jako dopełnienia jej przez codzienne, samodzielne praktyki życia. Jednocześnie w pełni podzielam stanowisko A. Fabisia, który realizując badanie na temat trosk egzystencjalnych w starości zauważa, że: „Z pewnością pełniejszą odpowiedzią na przedstawione założenia metodologiczne byłoby uzupełnienie poczynionych badań wśród osób starszych, wycofanych czy z grup defaworyzowanych. Podjęcie takich badań mogłoby stanowić w przyszłości kolejny etap procedury badawczej i pozwoliłoby na porównanie obu grup – co wydaje się niezwykle cenne poznawczo” (Fabiś, 2018, s. 49).

Niniejsze badanie zatem traktuję jako punkt wyjścia do odczytania jednego z możliwych wariantów konstruowania tożsamości społecznej w starości – tego, w którym podmiotowość, sprawczość i zdolność do redefiniowania siebie wciąż pozostają dostępne. Założyłam, że te osoby starsze – relatywnie samodzielne i aktywne – negocjują znaczenia starości, podejmując próby sprzeciwu wobec przypisanych im stereotypowych ról. Uzupełnienie tej perspektywy o głosy osób zależnych czy marginalizowanych z pewnością wzbogaciłoby podejmowaną przeze mnie analizę i pozwoliłoby na jeszcze głębsze zrozumienie zróżnicowania doświadczeń starzenia się oraz pełniejsze spojrzenie na społeczną konstrukcję starości jako zjawiska dalece zróżnicowanego.

Zgodnie z podejściem iteracyjnym, jak wskazuje U. Flick – „trzeba być gotowym na dostosowanie się do warunków terenowych i do nowych obserwacji wpływających z już zebranych danych, które mogą sugerować zmiany w pierwotnym planie doboru” (Flick, 2012, s. 68), w toku badań zmodyfikowałam dobór próby, elastycznie dostosowując się do pojawiających się nowych wątków i obserwacji. Początkowo zakładałam przeprowadzenie określonej liczby wywiadów w trzech przedziałach wiekowych: 8 wywiadów w grupie 65–75 lat, 8 wywiadów w grupie 76–85 lat oraz 6 wywiadów w grupie powyżej 85. roku życia. Jednak w trakcie badań szybko zauważyłam, że styl życia osób w młodszej grupie wiekowej (65–70 lat) w niewielkim stopniu różni się od tego charakterystycznego dla wieku średniego. W związku z tym świadomie skierowałam dalsze poszukiwania uczestników na osoby starsze wiekiem, by lepiej uchwycić interesujące mnie procesy związane ze starością. Dobór celowy, o charakterze iteracyjnym i elastycznym, który zastosowałam, pozostaje zatem zgodny z założeniami konstrukcjonizmu społecznego oraz właściwościami badań jakościowych.

U. Flick podkreśla, że kwestia „zamierzonego poziomu generalizacji” jest nieodłącznym elementem doboru celowego w badaniach jakościowych w paradygmatach interpretacyjnych. Choć badania te nie koncentrują się na uogólnianiu wyników, Flick twierdzi, że „każdy rodzaj badań już na starcie rości sobie pretensje do jakiegoś rodzaju generalizacji” (Flick, 2012, s. 81). Nawet przeprowadzając studium przypadku, badacz zakłada możliwość wyciągania wniosków, które mogą wykraczać poza konkretną sytuację badawczą, odnosząc je np. do rzeczywistego życia badanego przypadku. N. Denzin i Y. Lincoln dodają: „Zatem badanie tego, co szczegółowe, to badanie tego, co ogólne. Z tego powodu każdy przypadek będzie nosił ślady tego, co uniwersalne” (Denzin & Lincoln, 2014, s. 537). Chociaż badania jakościowe nie dążą do uogólnień statystycznych, ich celem jest formułowanie „generalizacji wewnętrznej”, czyli rozciąganie wniosków na badaną grupę lub sytuację (Flick, 2012, s. 81). A. Gromkowska-Melosik zauważa podobnie, w badaniach opartych na celowym doborze próby, gdzie interpretacja wyników jest ograniczona do badanych przypadków, nie ma miejsca na uogólnienia, a jedynie na „wewnętrzne uprawomocnienie”. Jednak podkreśla jednocześnie, że rezygnacja z takiego podejścia nie oznacza, iż reprezentatywność wyników musi być celem każdego wartościowego badania (Gromkowska-Melosik, s. 284).

Świadoma tych metodologicznych założeń, przyjąłam, że w części interpretacyjnej mojego projektu badawczego nie będę formułować ogólnych wniosków ani stawiać tez dotyczących szeroko rozumianych tendencji społecznych. Obraz starości który wynika z moich rozważań, ma charakter fragmentaryczny i dotyczy wyłącznie grupy uczestników badania. Omówienie i interpretacja przedstawianych przez nich przekonań i refleksji ma na celu próbę zrozumienia zjawiska starości, a prezentowane doświadczenia ilustrują nie wzorzec uniwersalny, a jedną z jego możliwych wersji oraz pozwalają na, istotną jednak badawczo konstatację, że „bywa też tak”.

4.4.1. Rola badacza

Badacze jakościowi uważają, że poprzez szczegółowy wywiad i obserwację są w stanie bliżej poznać perspektywę badanych „działających” (Denzin & Lincoln, 2014, s. 36). Postrzegają oni świat społeczny poprzez jego codzienność i ograniczenia, a ich wyniki są osadzone w tym kontekście. „Badacz-jako-interpretacyjny-brikoler” znajduje się w materialnym świecie wartości i doświadczeń empirycznych. Staje, wobec tego świata i konstruuje go, korzystając z optyki dostarczanej przez naukowy paradygmat lub perspektywę interpretacyjną (Denzin & Lincoln, 2014, s. 534).

W badaniach prowadzonych w paradygmatach interpretatywnych badacz jest integralną częścią procesu badawczego — zarówno poprzez swój osobisty udział w badaniu, jak i refleksyjność w poruszaniu się po obszarze badawczym. Refleksyjność nie stanowi tu dodatkowego elementu, ale jest wpisana w każdą fazę projektu i towarzyszy badaczowi od momentu formułowania pytań po analizę i interpretację wyników. Oznacza ona świadome i krytyczne odnoszenie się do własnej roli w badaniu, w tym do sposobów, w jakie indywidualne przekonania, wartości, doświadczenia życiowe czy pozycja społeczna mogą wpływać na przebieg zbierania danych, ich analizę oraz interpretację (Flick, 2012). W podejściu interpretatywnym przyjmuje się, że wiedza nie jest odkrywana w świecie takim, jaki „jest”, ale współtworzona w interakcji między badaczem a uczestnikami badania. Badacz nie pełni zatem roli neutralnego obserwatora, lecz staje się aktywnym uczestnikiem procesu konstruowania znaczeń. Refleksyjność wymaga od niego stałego zadawania sobie pytań o to, w jaki sposób jego założenia, pytania, obecność czy styl komunikacji wpływają na to, co dostrzega, słyszy i interpretuje. Chce zrozumieć co ludzie mówią, jak o tym mówią i dlaczego przyjmują określone sposoby postrzegania (Braun & Clarke, 2024). Jak podkreślają N. Denzin i Y. Lincoln, badacz-interpretator nie tylko „odczytuje” świat społeczny, ale również go współtworzy poprzez sposób jego opisywania, co czyni odpowiedzialność za przedstawianie badanej rzeczywistości szczególnie istotną (Denzin & Lincoln, 2014).

Badacze jakościowi kładą nacisk na społecznie skonstruowaną naturę rzeczywistości, na bliskie stosunki między badaczem a przedmiotem badań, na sytuacyjne ograniczenia wpływające na badanie i podkreślają naturalne uwikłanie badań w wartości, zarówno badacza, uczestników, jak i szerszego kontekstu społeczno-kulturowego. Poszukują odpowiedzi na pytania, o to „jak jest tworzone społeczne doświadczenie i nadawane mu znaczenia” (Denzin & Lincoln, 2014, s. 34). Podobnie ujmuje to M. Muszyński, który zaznacza, że skoro w konstrukcjonizmie społecznym rzeczywistość istnieje niezależnie od obserwatora, a badacz nie ma do niej bezpośredniego dostępu, i to, co poznaje, stanowi jedynie jej reprezentację, istotne staje się uświadomienie sobie, że jego osobiste postawy, wartości i doświadczenia wpływają na cały proces badawczy, dlatego „tak ważne jest, aby światłem poznania objął samego siebie, jak i czynności, które wykonuje (*reflexivity*)” (Muszyński, 2024, s. 81). Refleksyjność staje się tym samym integralnym elementem badań jakościowych prowadzonych w paradygmacie konstrukcjonizmu społecznego. Wskazuje na to także w odniesieniu do praktyki badawczej: „W raportach z badań jakościowych z wykorzystaniem konstrukcjonizmu społecznego jako przewodniego

paradygmatu, funkcję taką pełni naturalna historia badania będąca refleksją badacza na temat problemów i możliwych rozwiązań metodologicznych związanych z przeprowadzonym badaniem” (Muszyński, 2024, s. 81).

Nawiązując do przedstawionych wcześniej refleksji, wszystkie wywiady przeprowadziłam samodzielnie, opierając się na doświadczeniu zdobytym w pracy z osobami starszymi oraz na umiejętności budowania z nimi bliskich i opartych na zaufaniu relacji. Miałam pełną świadomość obecności własnych subiektywnych ocen i przekonań, szczególnie w kontekście interpretacji zgromadzonych danych. Starałam się uważnie obserwować własne reakcje i emocje pojawiające się w trakcie rozmów z uczestnikami, traktując je jako ważny element mogący wpływać zarówno na przebieg wywiadu, jak i na osobę badaną. Jak trafnie zauważa S. Kvale, „wiedza wytwarzana podczas wywiadu badawczego jest konstytuowana przez samą interakcję, w specyficznej sytuacji kreowanej przez badacza i osobę udzielającą wywiadu” (Kvale, 2010, s. 46). Byłam również świadoma dynamiki interakcji podczas wywiadu i starałam się reagować na trudniejsze lub niespodziewane sytuacje z empatią i spokojem. Pamiętałam, że wywiad jakościowy jest „specyficzną i specjalistyczną rozmową, w której zaznacza się wyraźna asymetria władzy między osobą prowadzącą wywiad a respondentem” (Kvale, 2010, s. 47), dlatego dbałam o to, aby ta asymetria była obecna w takim zakresie, który umożliwiał realizację celów badawczych, nie naruszając przy tym komfortu uczestników. Ponadto, moja dobra znajomość różnorodnych środowisk osób starszych oraz łatwość w nawiązywaniu kontaktów pozwoliły mi uchwycić wiele odmiennych perspektyw i doświadczeń. Odwołując się do myśli A. Gromkowskiej-Melosik, podzielam przekonanie, że „mój osobisty udział w badaniu” i „znajomość danego obszaru”, a w końcu „refleksyjność w poruszaniu się po nim” pozwoliła mi na odpowiedzialną interpretację uzyskanego materiału badawczego (Gromkowska-Melosik, 2015, s. 279).

4.4.2. Przebieg badania

W okresie od lipca do grudnia 2024 roku samodzielnie przeprowadziłam 25 wywiadów. Żadna z zaproszonych osób nie odmówiła udziału w badaniu. Przygotowany wcześniej scenariusz oraz zakres tematyczny wywiadu nie stanowiły dla rozmówców żadnej bariery. Swobodnie podejmowali wątki, które były dla nich istotne, a innym, na które nie chcieli udzielać odpowiedzi, po prostu poświęcali mniej uwagi. Zaplanowane pytania otwarte umożliwiały im nieskrępowane wypowiedzi, pozwalając na rozwijanie wielowątkowych refleksji i swobodne wyrażanie własnych myśli. Średni czas trwania

wywiadów wynosił około dwóch godzin (najkrótszy wywiad trwał 50 minut, najdłuższy 3 godziny), choć rozmowy często rozpoczynały się jeszcze przed włączeniem dyktafonu i kontynuowane były również po jego wyłączeniu. Utrzymanie pełnej uwagi i skupienia na rozmówcy nie zawsze było łatwym zadaniem, zwłaszcza że zdecydowana większość uczestników dopytywała, czy ich odpowiedzi są zgodne z moimi oczekiwaniami lub czy okażą się przydatne dla badania. Dzięki przeprowadzonemu wcześniej pilotażowi byłam jednak przygotowana na takie sytuacje i potrafiłam odpowiednio na nie reagować. Większość wywiadów odbywała się w miejscu zamieszkania badanych, co sprzyjało stworzeniu atmosfery bezpieczeństwa i komfortu. Natomiast rozmowy z uczestnikami klubu samopomocy prowadzone były w znanej im salce terapeutycznej – miejscu, w którym czuli się naturalnie i pewnie.

4.4.3. Etyka badań własnych

Wszystkie osoby, które wyraziły chęć na udział w badaniu, podpisały odpowiednie formularze zgody, obejmujące zarówno udział w wywiadach, jak i nagrywanie ich przebiegu. Ponadto, uczestnicy badania podpisali zgodę na przetwarzanie ich danych osobowych. Każdemu badanemu szczegółowo wyjaśniłam cele przeprowadzanego badania, zasady przebiegu wywiadu oraz procedury związane z ochroną danych osobowych. W ramach procesu badawczego przeprowadziłam anonimizację uzyskanych danych empirycznych, zapewniając pełną poufność i zgodność z obowiązującymi regulacjami. Omawiając zebrany materiał, każdą wypowiedź ujęłam w cytaty i opatrzyłam numerem wywiadu zgodnym z moim zestawieniem, literą oznaczającą płeć oraz informacją o wieku uczestnika, ponieważ te dane uznałam za istotne dla prowadzonej analizy.

4.5. Analiza zebranych danych

Wszystkie wywiady zostały nagrane na dyktafon i następnie poddane transkrypcji. Ramy analizy i interpretacji materiału empirycznego wyznaczyła zarówno perspektywa konstrukcjonizmu społecznego, jak i metoda zbiorowego studium przypadków. Oznacza to, że nie rekonstruuje obiektywnie istniejących zjawisk, lecz analizuję znaczenia nadawane im przez uczestników badania. To ich wypowiedzi stanowią przestrzeń konstruowania różnorodnych obrazów starości i związanych z nią doświadczeń. Proces ten ma charakter relacyjny – jednostka i społeczeństwo współtworzą znaczenia, odwołując się zarówno do siebie, jak i do szerszego świata społecznego. Moim celem było uchwycenie

zróznicowanych sposobów rozumienia starości oraz badanie relacji między doświadczeniem indywidualnym a jego społecznym wymiarem. Nie dążyłam do klasyfikacji ani do tworzenia typologii, lecz do pogłębionej eksploracji tego, jak osoby starsze postrzegają własną starość w różnych kontekstach i jak konstruują jej znaczenia.

W przyjętym zbiorowym studium przypadków potraktowałam poszczególne przypadki jako indywidualne narracje, które ilustrują i pogłębiają zrozumienie kluczowych problemów badawczych. Każdy przypadek stanowił autonomiczne źródło danych, a zarazem element szerszej analizy zjawiska konstruowania tożsamości społecznej osób starszych w kontekście zmieniających się znaczeń starości. W przyjętym zbiorowym studium przypadków więc potraktowałam poszczególne przypadki jako indywidualne narracje, które ilustrują i pogłębiają rozumienie kluczowych problemów badawczych. Każdy przypadek stanowił autonomiczne źródło danych, a zarazem element szerszej refleksji nad zjawiskiem konstruowania tożsamości społecznej osób starszych w kontekście zmieniających się znaczeń starości.

Interpretacja zebranych przeze mnie danych empirycznych przyjęła formę analizy jakościowej, która – jak zauważa Graham Gibbs – „wiąże się z dwojakiego rodzaju aktywnościami: to, po pierwsze, namysł nad rodzajem danych, które mogą stanowić przedmiot analizy, a także nad sposobem ich opisywania i wyjaśniania” (Gibbs, 2011, s. 22). Zgodnie z ujęciem Gibbsa, celem analizy jakościowej jest odkrywanie wzorców i formułowanie wyjaśnień. W tym kontekście autor wyróżnia dwa podstawowe sposoby wyjaśniania: indukcyjny i dedukcyjny. Podejście indukcyjne polega na wyciąganiu ogólnych wniosków na podstawie analizy wielu podobnych przypadków, natomiast dedukcyjne wyjaśnianie ma miejsce wtedy, gdy indywidualny przypadek interpretowany jest poprzez odwołanie do ogólnej zasady lub ramy teoretycznej, na której dane zjawisko się opiera (Gibbs, 2011).

W procesie analizy przyjęłam podejście indukcyjne, w którym podstawowym źródłem kategorii analitycznych był materiał pozyskany w trakcie wywiadów. Zgodnie z ujęciem G. Gibbsa, podejścia indukcyjne i dedukcyjne odnoszą się do sposobów formułowania twierdzeń ogólnych, przy czym — jak zauważa autor — „badania jakościowe czynią swoim przedmiotem głównie to, co szczególne, specyficzne, a nawet wyjątkowe” (Gibbs, 2011, s. 26). Dlatego kolejną ramą analizy w moim badaniu było podejście idiograficzne, skoncentrowane na szczegółowej interpretacji pojedynczych przypadków w ich pełnej wyjątkowości. Najistotniejsze w tym ujęciu jest zrozumienie wzajemnych interakcji oraz specyficznych czynników charakteryzujących dany przypadek. Choć

analizowane przypadki mogą wykazywać pewne cechy wspólne, w centrum uwagi znajduje się raczej ich odmienność niż podobieństwo. W badaniach jakościowych — a szczególnie w studiach przypadku — podejście idiograficzne pozwala uchwycić holistyczny charakter analizowanych zjawisk, wpisując je w konkretne konteksty społeczne. Zrozumienie znaczeń przypisywanych danym doświadczeniom możliwe jest dopiero wtedy, gdy zostaną one rozpatrzone w relacji do innych elementów i oddziaływań, w jakich są osadzone. Jak podkreśla G. Gibbs, podejście idiograficzne umożliwia pełniejsze zrozumienie badanego zjawiska, uwzględniając zarówno jego unikalność, jak i kontekstualne powiązania (Gibbs, 2011).

Analiza zgromadzonych danych empirycznych obejmowała trzy główne etapy: kodowanie, kategoryzację, rozumianą jako tworzenie tematów – wzorów znaczeń oraz interpretację podzieloną na dwa poziomy: pierwszy miał charakter analizy znaczeniowej wypowiedzi uczestników badania w kontekście wyłonionych tematów. Drugi obejmował syntezę nadrzędnych wniosków w odniesieniu do głównego pytania badawczego oraz ich dyskusję z wybranymi koncepcjami teoretycznymi i literaturą przedmiotu.

Kodowanie polegało na przypisywaniu poszczególnym fragmentom tekstu jednego lub kilku słów kluczowych, co – jak zauważa Flick – „pozwała na późniejszą identyfikację danej wypowiedzi” (Flick, 2012, s. 172). Z kolei według Beaty Glinki i Wojciecha Czakona „kodowanie jest procesem umożliwiającym przejście od surowych danych do bardziej abstrakcyjnych pojęć, konstruktów, kategorii, które streszczają analizowane dane” (Glinka & Czakon, 2021, s. 125). G. Gibbs podkreśla, że kodowanie „wyznacza główny kierunek myślenia o tekście i jego interpretacji. Konkretny zakodowany tekst jest jednym z przejawów tego ukierunkowania” (Gibbs, 2011, s. 83). Dzięki kodowaniu możliwe staje się nie tylko uporządkowanie materiału empirycznego, ale również redukcja jego złożoności oraz przygotowanie gruntu pod dalsze etapy analizy. Kluczowe znaczenie w tym procesie miało opracowanie kategorii kodów, które – zgodnie z literaturą – mogą być tworzone na kilka sposobów. Po pierwsze, możliwe jest kodowanie danych w celu weryfikacji hipotez wyprowadzonych z wcześniej przyjętej teorii (Glaser & Strauss, 1967, s. 101, za: Babbie, 2004, s. 609). Po drugie, można stosować kodowanie otwarte, polegające na nadawaniu nazw i porządkowaniu zjawisk poprzez dokładną, wielokrotną lekturę danych, ich dzielenie na fragmenty, porównywanie pod względem podobieństw i różnic, stawianie pytań oraz formułowanie kolejnych założeń i ich weryfikację (Strauss & Corbin, 1990, s. 62, za: Babbie, 2004, s. 609). W literaturze wskazuje się również trzecią drogę, łączącą oba podejścia: „wykorzystanie zarówno kodów prekonceptualizowanych, jak i kodów

wylaniających się z terenu” (Glinka & Czakon, 2021, s. 128). I to właśnie tę strategię zastosowałam w swoim badaniu. Część kodów była inspirowana scenariuszem wywiadu, jednak już podczas wstępnej analizy materiału empirycznego zaczęły się wylaniać nowe znaczenia. W dalszym toku pracy to właśnie kody otwarte – spontanicznie formułowane na podstawie uważnego czytania danych – okazały się dominujące i najbardziej analitycznie nośne. Na tym etapie zdecydowałam także o uporządkowaniu powstającej listy kodów, wykorzystując trzy wymiary analizy – konteksty, które wcześniej opisałam w rozdziale 4.2: relacja z samym sobą, relacja z innymi oraz relacja ze społeczeństwem. Powstałe w ten sposób osie interpretacyjne ułożyły spójny, ale odrębny kontekst analizy, który pomógł mi zorganizować uzyskane dane. Taki zabieg ułatwił mi także powiązanie materiału ze szczegółowymi pytaniami badawczymi, a także zbudował podstawę do późniejszej syntezy i sformułowania wniosków końcowych. W ten sposób uzyskałam trójwymiarową strukturę analizy, dzięki której możliwe było pogłębione uchwycenie znaczeń konstruowanych przez uczestników badania. M. Strumińska-Kutra i I. Koładkiewicz zauważają, że podczas kodowania dąży się do pogłębionego zrozumienia analizowanego zjawiska. Osiąga się to poprzez porównywanie danych pod względem podobieństw i różnic oraz przechodzenie – przy pomocy redukcji liczby kodów – od wypowiedzi konkretnych do coraz bardziej abstrakcyjnych kategorii (Strumińska-Kutra & Koładkiewicz, 2012). W moim badaniu punktem wyjścia było kodowanie wstępne, które ujawniło dużą liczbę kodów. Po ich weryfikacji, kondensacji i uporządkowaniu, przeszłam do kolejnego etapu analizy, czyli agregowania danych z wykorzystaniem analizy tematycznej. Ten etap – określany jako kodowanie drugiego poziomu – polegał na poszukiwaniu tematów wylaniających się z materiału empirycznego jako analitycznie istotne (Glinka & Czakon, 2021). Dzięki temu zabiegowi mogłam uporządkować wcześniej wyodrębnione kody, zredukować ich liczbę oraz scalić, przeformułować i połączyć je w większe jednostki znaczeniowe powiązane tematycznie. Etap ten odpowiada fazie wyszukiwania i definiowania tematów w rozumieniu analizy tematycznej zaproponowanej przez Braun i Clarke (Braun & Clarke, 2012; 2024). Zdaniem B. Glinki i W. Czakona, analiza tematyczna opiera się na dwóch kluczowych elementach: zidentyfikowanych wątkach – tematach oraz relacjach między nimi – w szczególności różnicach. Aby je uchwycić, badacz musi zdecydować, które z wcześniej utworzonych kodów mają największą wartość analityczną. Takie wyodrębnienie kluczowych kodów jest niezbędne do stworzenia spójnych tematów. Podejmując te decyzje, badacz kieruje się subiektywną oceną znaczenia poszczególnych kodów, opartą na gruntownej znajomości materiału empirycznego. Jak zaznaczają autorzy, kodowanie

drugiego poziomu wymaga powrotu do danych, ich ponownego przeglądu, przeszukania oraz dokładnej analizy przypisanych cytatów i fragmentów tekstu (Glinka & Czakon, 2021). W analizie tematycznej według V. Braun i V. Clarke etap ten odpowiada fazie polegającej na doprecyzowaniu granic i treści tematów oraz sprawdzeniu ich spójności w obrębie danych. W moim przypadku proces ten polegał na agregacji kodów oraz wyodrębnieniu kluczowych tematów, które stały się punktem wyjścia do sprecyzowania najważniejszych ustaleń badawczych. To właśnie one stanowiły bezpośrednie odniesienie do stawianych pytań badawczych i stały się ramą dalszej interpretacji. Takie podejście jest zgodne również z procedurą realizacji studium przypadku. Jak podkreślają Glinka i Czakon, „studia przypadków zmierzają do ujawnienia nowych kategorii, wzorców oraz relacji. Droga dojścia do nowych kategorii przechodzi przez kodowanie danych, a dalej agregację tematyczną wyłonionych i potwierdzonych kodów” (Glinka & Czakon, 2021, s. 60).

Kategoryzacja w badaniach jakościowych zakłada – jak zauważa U. Flick – „bardziej usystematyzowaną konceptualizację wypowiedzi” (Flick, 2012, s. 172) i polega na tematycznym porządkowaniu danych w zwarte kategorie analityczne. Zdaniem B. Glinki i W. Czakona, kategorie „odzwierciedlają konsensus dotyczący cech danego obiektu, podzielany przez określoną grupę ludzi, dzięki czemu upraszczają złożone sytuacje” (Glinka & Czakon, 2021, s. 154). W kontekście mojego badania kategoryzacja polegała na grupowaniu podobnych kodów w szersze, tematyczne jednostki analityczne. Proces ten stanowił kolejny krok po kodowaniu i umożliwił mi przejście od identyfikacji znaczących fragmentów wypowiedzi uczestników do tworzenia treściwych tematów interpretacyjnych (Braun & Clarke, 2012; 2024). Takie uporządkowanie danych pozwoliło mi na lepsze uchwycenie sensów przypisywanych przez uczestników zjawiskom związanym ze starością oraz wyznaczyć ramy dalszej. Aby skoncentrować ją na najistotniejszych treściach z punktu widzenia realizacji badania i uniknąć rozmycia materiału w ich nadmiarze, dokonałam selekcji spośród wyłonionych tematów i pozostawiłam te, które uznałam za najbardziej empirycznie nośne i reprezentatywne dla badanych zjawisk. Ze względu na istotny potencjał interpretacyjny, na etapie przeglądu i doprecyzowania tematów w sposób przemyślany do analizy włączyłam również tematy skrajne czy kontrastowej.

Wybór tematów do analizy opierał się na wnikliwej ocenie ich wartości, podczas której uwzględniłam:

- znaczenie danego tematu dla problemów badawczych,
- różnorodność treści,
- głębokość i intensywność znaczeniową wypowiedzi,

- częstotliwość ich występowania,
- obecność ujęć skrajnych lub nietypowych.

Tak przeprowadzony proces selekcji pozwolił mi ograniczyć nadmiar tematów, a jednocześnie zachować te, które w największym stopniu odzwierciedlają różnorodność doświadczeń uczestników badania i ich znaczeniowe konstrukcje starości. W nawiązaniu do słów M. Strumińskiej-Kutry i I. Kołodkiewicz, szczególną uwagę poświęciłam wyjątkom, wypowiedziom odbiegającym od dominujących wzorców i niepasującym do konstruowanych wyjaśnień, ponieważ – jak podkreślają autorki – „to właśnie w nich tkwi szczególny potencjał ulepszenia i modyfikacji przyjętych wyjaśnień czy opisów. Nawet jeśli nie uda nam się ich włączyć w wypracowane modele, to zasady prowadzenia badań zobowiązują nas do ich dokumentowania” (Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012, s. 28). Tematy, które wybrałam do dalszej pracy interpretacyjnej, nie zostały uznane za „lepsze” czy „ważniejsze” od pozostałych – ich wartość polegała na posiadanej przez nich mocy eksplanacyjnej, czyli zdolności do wyjaśniania i pogłębiania rozumienia badanych zjawisk. Pozostałe tematy, choć nie zostały włączone do zasadniczej analizy, potwierdzały występowanie określonych wątków i mogą stanowić punkt wyjścia do innych badań w tym obszarze. Przekonana o słuszności takiego podejścia, dokonałam konsekwentnej redukcji zebranego, bardzo obszernego materiału empirycznego, kierując się celem badania, problemami badawczymi oraz zapleczem teoretycznym mojego projektu. Jak zauważają M. Strumińska-Kutra i I. Kołodkiewicz: „w pracy nad wnioskami z badań procesowi ciągłej rekompozycji towarzyszy bolesna, ale konieczna redukcja. Spośród dużej liczby danych, które zebraliśmy i z których każda niemal kwestia może nam się wydawać istotna, a jeśli nie istotna, to przynajmniej ciekawa, jesteśmy zmuszeni wybrać określone wątki, inne pozostawiając na marginesie rozważań lub pomijając w końcowych analizach” (Strumińska-Kutra & Kołodkiewicz, 2012, s. 30). Identyfikacyjny proces selekcji, oparty na ocenie analitycznego znaczenia poszczególnych tematów, przeprowadziłam w odniesieniu do trzech wyznaczonych wcześniej wymiarów analizy: relacji z samą sobą, relacji z innymi oraz relacji ze społeczeństwem. Wyłonione w ten sposób tematy posłużyły jako podstawa do wielowątkowej interpretacji wypowiedzi uczestników, stanowiącej pierwszą część końcowej fazy badania.

Interpretacja, będąca zwieńczeniem całego procesu analizy wypowiedzi badanych, w którym od kodowania i porządkowania danych przechodziłam do tworzenia i rozwijania tematów. Polegała na nadawaniu znaczeń wyłoniłom tematów, opartym na materiale empirycznym, ich osadzaniu w kontekście pytań badawczych oraz łączeniu z szerszymi

ramami teoretycznymi. Proces ten przebiegał dwutorowo: w pierwszym etapie koncentrowałam się na szczegółowej analizie znaczeniowej w ramach trzech wyróżnionych wymiarów, gdzie zidentyfikowane tematy ilustrowałam wypowiedziami uczestników badania i własnym komentarzem, zgodnie z wytycznymi V. Braun i V. Clarke, tworząc spójną narrację o danych, w której tematy nabierały głębszego sensu (Braun & Clarke, 2012; 2024). W tej części nie ograniczałam się do prostego odtwarzania treści wypowiedzi, lecz starałam się twórczo konstruować znaczenia, aby pogłębić rozumienie badanych zjawisk. Odczytywałam działania i słowa uczestników w sposób refleksyjny, z uwzględnieniem kontekstu ich doświadczeń, próbując uchwycić nie tylko, co zostało powiedziane, ale również, dlaczego i co to może znaczyć w szerszej perspektywie prowadzonego badania.

Poprzez tworzenie pojęć bardziej abstrakcyjnych oraz dostrzeganie relacji pomiędzy nimi, budowałam strukturę analityczną, która pozwoliła mi na zrekonstruowanie znaczeń i rozpoznanie powtarzających się wzorców doświadczeń obecnych w narracjach uczestników. Celem nie było formułowanie uniwersalnych uogólnień, lecz pogłębione zrozumienie badanych zjawisk w ich społecznym i kontekstowym osadzeniu. Choć cały proces opracowania danych przebiegał w sposób uporządkowany, jestem świadoma, że sam akt interpretacji miał charakter subiektywny i syntetyczny – opierał się on nie tylko na zebranych materiale, ale również na mojej wrażliwości badawczej, wiedzy teoretycznej oraz umiejętności konceptualizacji – zgodnie z podejściem przedstawionym przez Gibbsa, który zauważa, że: „Analiza jakościowa zawsze jest procesem interpretacyjnym, w którym badacz wytwarza określoną wizję badanej rzeczywistości” (Gibbs, 2015, s. 30). W rezultacie możliwe staje się tworzenie teorii – rozumianej szeroko jako uporządkowany i logicznie spójny opis bądź wyjaśnienie zjawisk zaobserwowanych przez badacza lub przeżywanych przez uczestników badania (Glinka & Czakon, 2021). W drugim etapie dokonałam syntezy wniosków płynących z trzech wyróżnionych wymiarów, przechodząc do ujęcia podsumowującego, które zawierało ostateczne wnioski stanowiące odpowiedź na główne pytanie badawcze i podstawę do dyskusji z literaturą. Wybrane wnioski zestawiałam z teorią tożsamości społecznej H. Tajfela i J. Turnera (Tajfel & Turner, 1986), traktując ją jako ramę interpretacyjną i konceptualną umożliwiającą pogłębione wyjaśnienie procesu konstruowania tożsamości społecznej osób starszych w świetle uzyskanych wyników oraz przedstawienie wybranych strategii tożsamościowych ujawnionych w badaniu.

W zrealizowanych badaniach nie zastosowałam triangulacji, rozumianej jako „procedura urealniania badanego świata społecznego” (Konecki, 2000, s. 95), a polegającej na łączeniu różnych źródeł danych, metod czy badaczy. Decyzja ta wynikała z przyjętego

charakteru projektu badawczego, opartego na wielowymiarowej analizie jakościowej wybranych przypadków, osadzonych w paradygmacie konstrukcjonizmu społecznego. Do opracowania danych zastosowałam także istotne elementy analizy tematycznej w ujęciu bliskim temu podejściu (Braun & Clarke, 2012; 2024). Ponadto, celem badania nie była weryfikacja rzeczywistości, lecz zrozumienie znaczeń nadawanych światu przez samych uczestników, a adekwatnym źródłem poznania stały się ich subiektywne narracje i sposoby mówienia o sobie oraz o własnych doświadczeniach.

Dostrzegam, że triangulacja – jako strategia zwiększania wiarygodności wyników – ma istotne znaczenie w metodologii badań jakościowych. Jak podkreśla K. Konecki, „badacz stara się dostosować do reguł racjonalności naukowej, by obiektywnie ‘zaprezentować’ obserwowaną rzeczywistość” (Konecki, 2000, s. 95). Odgrywa szczególną rolę także w studium przypadków, a jej celem jest zwiększenie kompletności analizy, pogłębienie zrozumienia złożonych zjawisk oraz minimalizowanie ryzyka subiektywności interpretacyjnej (Konecki, 2000).

W przeprowadzonym projekcie badawczym przyjąłam spójne podejście metodologiczne, oparte na jednorodnym źródle danych (wywiady narracyjne) oraz zbiorowym studium przypadków. Zależało mi na dogłębnym uchwyceniu indywidualnych narracji w ich społecznym kontekście. Taki wybór pozwolił mi zachować wewnętrzną logikę badania oraz wnikliwie zinterpretować dane w obrębie przyjętych założeń, także związanych z perspektywą konstrukcjonizmu społecznego. W celu zwiększenia rzetelności i przejrzystości opracowania danych empirycznych, zastosowałam więc szereg praktyk badawczych, które – mimo braku triangulacji metodologicznej – przyczyniły się do pogłębienia i uwiarygodnienia wyników. Należały do nich: jasny sposób kodowania i tworzenia tematów, analiza przypadków kontrastowych oraz wielopoziomowa interpretacja, prowadzona z uwzględnieniem trzech wyodrębnionych kontekstów tożsamości: jednostkowego, relacyjnego i społecznego. W ostatnim etapie analizy wykorzystałam także elementy triangulacji teoretycznej, odnosząc wybrane tematy do teorii tożsamości społecznej H. Tajfela i J. Turnera (1986).

Rozdział V. Między sobą, innymi i światem społecznym – trójwymiarowa analiza znaczeń starości w doświadczeniach osób starszych wobec ich tożsamości społecznej

Poniższa część stanowi zasadniczy etap zrealizowanego przeze mnie projektu badawczego i koncentruje się na interpretacji znaczeń starości, ujętej jako refleksyjna opowieść o znaczeniach (Braun & Clarke, 2012; 2024), odkrywanych w wypowiedziach badanych osób starszych, istotnych dla konstruowanej przez nie tożsamości społecznej. Zgodnie z przyjętą wcześniej konceptualizacją, proces ten – rozumiany jako kształtowanie poczucia przynależności do kategorii społecznej zdefiniowanej przez wiek – zachodzi przede wszystkim w relacjach z innymi oraz w odpowiedzi na społeczne znaczenia przypisywane starości.

Tożsamość społeczna nie jest tworzona w izolacji, lecz kształtuje się w dialogu z otoczeniem: zarówno z bliskimi, jak i z szerszym kontekstem społecznym, poprzez odniesienie do norm, oczekiwań oraz stereotypów funkcjonujących wobec starości i osób starszych. Samoidentyfikacja w tym ujęciu ma charakter relacyjny – jednostka buduje obraz siebie jako osoby starszej w odpowiedzi na to, jak jest postrzegana i traktowana przez innych. W tym społecznym lustrze społeczna tożsamość związana z wiekiem może być przyjmowana, negocjowana lub odrzucana. Obejmuje to nie tylko sposób, w jaki osoba postrzega samą siebie jako starszą, ale także to, czy i na ile utożsamia się z kategorią osób starszych, jak rozumie społeczne definicje starości, oraz jak reaguje na przypisane jej znaczenia. Kluczowe jest również to, jak kategorie wieku wpływają na pełnione role społeczne, miejsce jednostki w relacjach oraz jej poczucie wartości.

Analiza zgromadzonego materiału empirycznego została przeprowadzona w oparciu o trzy wyodrębnione konteksty: relację z samym sobą, relację z innymi oraz relację ze światem społecznym. Taki trójwymiarowy model interpretacyjny pozwala traktować tożsamość nie jako statyczny konstrukt, lecz jako dynamiczny proces negocjowania znaczeń, zakorzeniony w doświadczeniach jednostkowych, relacyjnych i społecznych. Punktem wyjścia interpretacji są wypowiedzi uczestników badania, które pokazują, w jaki sposób osoby starsze nadają sens własnej starości w ramach wyróżnionych wymiarów. Nie chodzi tu o formułowanie ogólnych prawdywości, ale o odsłonięcie zróżnicowanych sposobów jej przeżywania i rozumienia. Dzięki temu interpretacja stanowi bezpośrednią odpowiedź na szczegółowe pytania badawcze i pozwala uchwycić znaczenia

przypisywane starości jako kluczowe elementy procesu konstruowania tożsamości społecznej. W ten sposób widoczne stają się powiązania pomiędzy światem wewnętrznym jednostki a jej relacjami z otoczeniem społecznym. Każdy z kolejnych podrozdziałów odpowiada jednemu z trzech wymiarów i zawiera interpretację wybranych tematów, uzupełnioną cytataми z materiału empirycznego, które nadają analizie pogłębiony i osadzony w doświadczeniach osób badanych charakter.

5.1. Kontekst relacji z samym sobą. Jednostkowy wymiar tożsamości społecznej

Jednostkowy wymiar tożsamości społecznej osób starszych ma głęboko introspektywny charakter i koncentruje się na wewnętrznym przeżywaniu starości. Relacja jednostki z samą sobą rysuje się tu jako szczególnie intymny, a zarazem złożony komponent procesu konstruowania tożsamości. W wypowiedziach uczestników badania to indywidualne sposoby postrzegania siebie, własnego wieku, doświadczanych zmian fizycznych, życiowych wyzwań i strat, a także bieżącego układania się z nimi, tworzą poruszający kontekst interpretacyjny dla zrozumienia, czym, z ich perspektywy, jest „bycie osobą starszą”. Ten wymiar nie sprowadza się jedynie do subiektywnego odczuwania upływu czasu. Obejmuje również refleksyjne strategie samookreślenia, ponownego definiowania siebie oraz reinterpretowania własnego procesu starzenia się, często w świetle dotychczasowych doświadczeń, wyznawanych wartości oraz aktualnego stosunku do dynamicznie zmieniającej się rzeczywistości społecznej. Społeczna tożsamość osób starszych przedstawia się tutaj jako proces niejednoznaczny i podlegający ciągłej rekonfiguracji — mniej zakorzeniony w formalnej przynależności do kategorii społecznej osób starszych, a bardziej osadzony w indywidualnych narracjach, naznaczonych nie tylko akceptacją starości czy ambiwalencjami wobec niej, lecz także dystansowaniem się od przypisywanych znaczeń i napięciem między odczuciem wewnętrznego „ja” a zewnętrznymi oczekiwaniami. To wszystko pokazuje, że te na wskroś osobiste doświadczenia nie pozostają wolne od szerszego, społecznego kontekstu i choć relacja z samym sobą wydaje się autonomiczna, w rzeczywistości jest także uwarunkowana funkcjonującymi wyobrażeniami na temat starości. Relacje badanych odsłaniają z jednej strony silną potrzebę samostanowienia i podmiotowego kształtowania sensu starości, z drugiej codzienne zmagania z pojawiającymi się ograniczeniami, które uruchamiają różnorodne strategie adaptacyjne. Dążąc do zachowania ciągłości własnej tożsamości,

uczestnicy często odrzucają zarówno stereotypy, jak i obrazy starości obecne w dominującym dyskursie społecznym.

Szczególnej intensywności nabiera, chwilami przejmująca refleksyjność i autentyczność wypowiedzi moich rozmówców, które uwidaczniają wielowymiarowość przeżywania starzenia się jako procesu zarówno egzystencjalnego, jak i tożsamościowego. Z jednej strony wybrzmiewa w nich dojrzała potrzeba oswojenia tego etapu życia, z drugiej widoczna jest tendencja do swoistej autokreacji, polegającej na świadomym kształtowaniu obrazu siebie radzącego sobie z wyzwaniami w obliczu nieuchronnych przemian. Taka postawa może pełnić funkcję ochronną wobec trudnych emocji. Ta równoczesność integracji nowych doświadczeń związanych ze starzeniem się oraz reinterpretacji dotychczasowych jej znaczeń wpisuje się w szerszy proces negocjowania tożsamości społecznej w warunkach zmiany. W narracjach uczestników odnaleźć można także pewne napięcie między uznaniem dla ich samodzielności a często niewypowiedzianą wprost świadomością przemijania, wyrażającą się w pogarszającym się stanie zdrowia, pojawiających się stratach czy bliskości kresu życia. Ta wewnętrzna sprzeczność nie zawsze ujawnia się bezpośrednio w treści wypowiedzi, ale bywała obecna w niedopowiedzeniach, tonie głosu, emocjonalnych pauzach czy przejawach zniecierpliwienia wobec pytającego. Z perspektywy autorki tego badania był to zarazem najbardziej wymagający emocjonalnie fragment wywiadów, niejednokrotnie towarzyszyłam moim rozmówcom w momentach osobistej konfrontacji z tym, co niesie za sobą starość, a co nie zawsze było przez nich w pełni uświadomione.

W interpretacji wymiaru relacji z samym sobą skoncentrowałam się na tych aspektach doświadczania starości, które w toku analizy materiału empirycznego wyłoniły się jako wiodące i szczególnie istotne dla zrozumienia procesów konstruowania tożsamości społecznej w późnym wieku. Tematy: dążenie do samookreślenia i wyznaczania granic, potrzeba akceptacji i zmiany perspektywy, wartość autonomii i refleksji okazały się zasadnicze dla uchwycenia sposobów, w jakie osoby starsze opisują siebie, przeżywają upływ czasu i negocjują swoje miejsce w świecie – nie tyle w relacji z innymi, ile właśnie w relacji z samymi sobą. Analityczny wgląd we wskazane tematy pozwala odpowiedzieć na postawione pytania badawcze dotyczące tego, jak osoby starsze przeżywają swoją starość w wymiarze jednostkowym, jak formułują swoje rozumienie starości, a także jak mierzą się z jej wyzwaniami.

5.1.1. Dążenie do samookreślenia i wyznaczania granic

W analizowanych wypowiedziach badanych starość jasno zarysowuje się jako kategoria o zmiennych i negocjowanych znaczeniach kształtujących sposób postrzegania własnego miejsca w strukturze społecznej. Temat dążenia do samookreślenia i wyznaczania granic obejmuje różnorodne sposoby przeżywania siebie, od aktywnego definiowania własnego „ja”, przez dystansowanie się wobec zewnętrznych określeń, aż po fizyczne doświadczenia starzenia się – wszystkie nie znajdują prostego przełożenia na tożsamość społeczną. Zdecydowana większość narracji krąży wokół pytania: „kim jestem, skoro nie jestem (jeszcze) osobą starszą, mimo że inni mnie tak widzą?” Ich wspólnym rdzeniem jest napięcie między zewnętrzną klasyfikacją a wewnętrznym przeżywaniem starości – swoista ambiwalencja tożsamościowa, w której uczestnicy badania jednocześnie przyjmują i odrzucają przypisaną im kategorię wiekową. Relacja z własnym wiekiem i statusem osoby starszej rzadko przybiera formę jednoznaczej deklaracji, pojawia się raczej jako złożona i dalece zindywidualizowana, nieustanna negocjacja oparta na codziennych doświadczeniach, stanie zdrowia czy życiowych potrzebach.

Wypowiedzi moich rozmówców uwidaczniają więc, że starość nie jest kategorią, którą łatwo przyjmują jako własną. Przeciwnie, najczęściej odrzucają jej gotowe definicje, przekształcają lub osobiście je reinterpreterują. Co interesujące, ten sposób reagowania zakłada współwystępowanie sprzecznych postaw i emocji. Owa ambiwalencja nie jest jednak wynikiem kryzysu, lecz sposobem nadawania znaczeń – odzwierciedla dwutorowość przeżywania siebie, w której obecność starości współlistnieje z jej zaprzeczaniem. Aspekt tak ujmowanej ambiwalencji nie uczyniłam więc odrębnym wątkiem, ponieważ w dostrzegalnie przenika w całym procesie samookreślenia się uczestników badania.

Gdybym miała wskazać jeden przekaz, który powracał niemal w każdym wywiadzie, niezależnie od wieku, płci czy doświadczeń życiowych, byłoby to stwierdzenie: „Starość? To mnie nie dotyczy”. Ta pozorna niezgodność z obiektywnie przypisywanym statusem wieku wiąże się najczęściej z bezdyskusyjnym poczuciem ciągłości „ja” oraz z przekonaniem, że wiek metrykalny nie wyczerpuje zakresu i znaczenia autodefinicji jednostki w procesie starzenia się:

„Wiesz, ja nie jestem pewna, że się w ogóle poświęcam refleksji tego typu, dywagacji odnośnie do mojego, że tak powiem, starzenia się. Ja ogólnie rzecz biorąc, zawsze byłam osobą, która bardziej przyjmowała to, co życie niesie niż kreowała” (W_1, K., l. 69).

„Ustaliłam sobie, że mam 65 i tego się już do końca życia będę trzymała” (W_14, K., l. 82).

„Muszę wolniej chodzić, bo mnie nogi bolą, a nie, że jestem stary – starość mnie w ogóle nie dotyczy” (W_5, M., l. 70).

„Ja, proszę pani, nie czuję się stary, mówiłam pani, [...] Aha, teraz wstanę, żeby pani udowodnić [...] na jednej nodze mogę stać pół godziny, to ile ja mam lat? 85? Widzi pani?” (W_22, M., l. 85).

„Ja w tej chwili, no pobieram emeryturę [...], co jest związane z pojęciem emerytki, ale w żaden sposób ja się nie czuję emerytką. No właśnie, bycie emerytką, to bycie osobą starszą i zobacz, a ja nie jestem osobą starszą” (W_2, K., l. 68).

Wypowiedzi te, choć różnią się tonem, emocjonalnością i stylem zawierają wspólny element przybierający formę przekonania, które można ubrać w konstatację: „jestem kimś innym, niż wynika to z mojej metryki”. Badani wyrażają w ten sposób, nie tylko, niezgodę wobec etykiet czy społecznych wzorców, ale także ich wolę samookreślenia: sami chcą decydować, kim są i jak interpretować swoją starość. To właśnie z tej niejednoznacznej postawy wobec starości jako etykiety – balansującej między jej przyjęciem a odrzuceniem – wyłania się dynamiczny obraz dążenia do samookreślenia i wyznaczania granic. Zabieg ten nie polega na prostej decyzji o przyjęciu roli przypisanej przez otoczenie, lecz na jej redefiniowaniu, dystansowaniu się od niej lub traktowaniu jej z ironią czy niechęcią. Badani sami wyznaczają granice tego, co dla nich oznacza starość, często pozostając przy tym świadomi swojego wieku. To wewnętrzne układanie się z czasem, ciałem i statusem, z jednej strony uznające nieuchronność zmian, z drugiej niepozwalające by te zmiany zdefiniowały ich tożsamość, potraktowałam jako punkt wyjścia do wyodrębnienia kluczowych wątków analitycznych w tym temacie. I to z niego właśnie wypływają te cztery przewodnie, które umożliwiają wnikliwe zrozumienie tych mechanizmów.

Pierwszym z nich są indywidualne definicje i odczuwanie starości, wskazujące, że badani nie traktują osiągniętego wieku jako istotnego wyznacznika tożsamości ani czegoś, co determinowałoby ich jakość codziennego funkcjonowania, określało pozycję społeczną czy sposób myślenia o sobie. Osiągnięty wiek nie powoduje zachwiania poczucia własnej wartości czy sprawczości, często nie stanowi również podstawy do redefinicji

własnego „ja”. W tym sensie figura osoby starszej staje się symbolicznym, niechętnie przekraczanym progiem. Mimo formalnego statusu emeryta czy biologicznie zaawansowanego wieku, wielu badanych konsekwentnie nie identyfikuje się jako osoby starsze. Na pytanie kim dzisiaj jest, badana odpowiada:

„Kobietą aktywną, a nie starszą panią” (W_14, K., l. 82).

Inna rozmówczyni przyznaje, że choć jest świadoma swojego wieku, nie tylko nie przyjmuje wynikającej z tego etykiety, ale także odrzuca społeczny obraz osoby starszej:

„Ja myślę, że nigdy nie powiem tego o sobie [że jest osobą starszą]. Ja myślę, że wtedy [zaczyna się starość], kiedy człowiek tak o sobie mówi albo pozwala mówić...” (W_3, K., l. 70).

Jej wypowiedź odsłania wyraźny dystans wobec formalnych ram starości. Odmowa uznania tożsamości przypisanej wyłącznie na podstawie osiągniętego wieku wynika z potrzeby samostanowienia. Jednocześnie pojawia się tu sprzeciw wobec performatywnego aktu „nazwania siebie starą”, który konstytuuje społeczną tożsamość osoby starszej. Tym samym to nie sam wiek, lecz jego społeczne zdefiniowanie staje się granicą starości. Taka postawa ilustruje szersze zjawisko obecne w narracjach badanych: starość nie jest kategorią, którą się biernie przyjmuje, lecz konstruktem społecznym, wobec którego można zająć stanowisko poprzez dystans, sprzeciw, a niekiedy także redefinicję na własnych zasadach:

„Tak bardzo się nie utożsamiam z tym moim wiekiem, że rzeczywiście, jedno, jak skończę 70 lat, to będę miała bilety [bezpłatna komunikacja miejska dla osób powyżej 70 r. ż.]. Rodzina mi tego nie przypomina [...] ja w ogóle nie przystaję do tego” (W_3, K., l. 70).

Podobne przekonanie wybrzmiewa także w prostym, ale jakże wymownym stwierdzeniu innej badanej:

„Starość jest wtedy, kiedy się czujemy staro po prostu” (W_1, K., l. 69).

Ta ujawniona ambiwalencja nie jest tu oznaką niepewności czy zagubienia, lecz raczej przejawem świadomego balansowania pomiędzy kategoriami: bycia osobą starszą i niebycia

nią, uznania własnego wieku i jednoczesnego nieprzyjmowania jego społecznych konsekwencji. Autoidentyfikacja badanych opiera się na własnych odczuciach, a nie na normatywnych klasyfikacjach związanych z wiekiem biologicznym.

Uczestnicy badania tworzą także własne definicje starości, odwołując się do stanu zdrowia czy aktywności społecznej, a niekiedy wręcz kwestionując istnienie starości jako pojęcia mającego realne znaczenie albo w ogóle istniejące w ich życiu:

„Ja się w ogóle nie zastanawiałem nad tym, bo ja nawet sobie nie wyobrażałem jaka będzie moja starość, nawet nie widziałem, kiedy doszedłem do tej starości, naprawdę. Mówiąc szczerze, to nie czuję się specjalnie osobą starszą, bo jestem zaangażowany społecznie i nie mam praktycznie czasu dla siebie, bo ja mam cały tydzień zajęty, jeden dzień wolny” (W_19, M., l. 81).

„Ja myślę, że starość, nigdy nie czytałam definicji słowa starość, teraz sobie uświadamiam, że starość to jest moment, w którym daje się zgodę na to, że jest się starym, że się już nie może, nie trzeba wysilać, że właściwie to już trzeba tylko jakoś przeżyć kolejny dzień, że tak fajnie jest się skupić na swoich chorobach [...] chociaż dla mnie starość to jest taki cudowny czas, kiedy człowiek już przeżywszy ileś tam dziesiątków lat może mieć taki ogłód świata, jakby tyle rzeczy do zaoferowania...” (W_3, K., l. 70).

„Chyba bardziej bałabym się tej starości, no, takiej mentalnej, tak, bo ona wtedy już rzeczywiście ogranicza [...] bo mentalna starość to jest wtedy, kiedy ktoś wybiera, że jest starym” (W_2, K., l. 68).

Te wypowiedzi wskazują na silnie podmiotowy wymiar doświadczenia starości – to nie obiektywne kryteria biologiczne czy społeczne decydują o tym, kiedy człowiek staje się stary, lecz moment wewnętrznej zgody na bycie osobą starszą. Ta zgoda to rezygnacja z odpowiedzialności i zaangażowania, to przekierowani uwagi wyłącznie na własne ograniczenia i choroby. W tym sensie starość okazuje się rezultatem decyzji o oddaniu sprawczości, która staje się formą psychicznego poddania się, a nie konstruktywną przemianą.

Jeszcze inna relacja nastawiona bardziej na przeżywanie starości, jej istotę, upatruje w procesie doświadczania stopniowych strat i konieczności wycofywania się z niektórych aktywności:

„Jak myślę o sobie, to dla mnie to jest linia, człowiek w pewnym momencie zaczyna zdawać sobie z tego sprawę, że są pewne rzeczy już są niedostępne i to jest trudne, rozstania na przykład. Dla mnie takim bardzo trudnym momentem była świadomość, że już nie będę jeździć na nartach. Bardzo lubiłam, zawsze jeździłam, no i potem okazało się, że jednak już nie, znaczy mogę sobie jeździć mając jeszcze 90 lat i tak się wozić, ale ja lubię jeździć szybko, no i to już niestety nie jest dla mnie przyjemność. W związku z tym, oddałam narty, buty, no i tak po kolei, po kolei właśnie różne rzeczy. I to jakoś jest związane ze starością, ewidentnie jest, po prostu z utratą pewnych, właśnie też możliwości” (W_6, K., l. 80).

Moja rozmówczyni nie wskazuje jednoznacznego momentu, od którego można mówić o byciu osobą starszą, lecz ukazuje starość jako doświadczenie osadzone w czasie. Jest ono procesem, w którym kolejne zdarzenia i przeżycia stopniowo kształtują nową relację jednostki z własnymi możliwościami. Nie chodzi tu o przyjęcie społecznej kategorii osoby starszej, ale o indywidualne uświadomienie sobie pewnych strat, z którymi trzeba się pogodzić.

Te jednostkowe, niejednoznaczne i zniuansowane formy przeżywania starości wyraźnie kontrastują z uproszczonymi społecznymi schematami na jej temat. Starość nie jest postrzegana tu jako etap życia narzucony z zewnątrz, lecz jako wewnętrzna przestrzeń, w której dokonuje się refleksyjny proces samookreślenia – często złożony, pełen sprzeczności, ale również otwierający możliwość twórczego namysłu nad sobą. Badani kreując swoje osobiste definicje starości, zwracają także uwagę na różnorodność jej doświadczeń. Jest nie tylko kategorią narzucaną społecznie, ale bywa także rozpoznawana jako własne, unikalne przeżycie osadzone w konkretnej biografii, filozofii życiowej czy usposobieniu:

„No, starość dzisiaj jest po pierwsze zróżnicowana. Wie pani, nie mamy takiej skali porównawczej, jak było” (W_12, M., l. 78).

„Starość to jest przede wszystkim określony stan psychiczny, fizyczny, starość to jest pewien stan emocji i ducha, to wszystko” (W_7, K., l. 76).

„Ale coś w tym jest, pewnie, starość jako zadanie, każdy z nas musi przejść. Można być zrędą, można być wesołym. Ja jestem, należę do tych drugich, do wesołych ludzi” (W_10, M., l. 77).

„Starość się zaczyna dla każdego z nas w innym momencie. Można mieć poczucie starości w wieku 30 lat i można być dziewięćdziesięciolatkiem, który jest ciągle aktywny, ciągle któremu się coś chce, coś robi. Kontaktuje się z rodziną, kontaktuje się ze znajomymi, utrzymuje kontakty i wcale nie musi odczuwać tej starości. Czasami może się czuć samotny, ale nie musi się czuć” (W_4, K., l. 73).

„Starość to jest stanu umysłu. Nie wiem, takie mądre zdanie przeczytałam, że starzejemy się wszyscy, ale czy będziesz stara, to tylko od ciebie zależy” (W_14, K., l. 82).

Ta świadomość różnorodności i subiektywna perspektywa starości pozwalają części badanych na akceptację tego etapu życia jako naturalnej konsekwencji cyklu życia:

„No, to jest naturalna kolej rzeczy, ja to przyjmuję jako naturalną kolej rzeczy” (W_12, M., l. 78).

Natomiast inni dostrzegają w niej przede wszystkim czas refleksji i podsumowań, który nie zawsze łatwo przychodzi im zaakceptować. Z ich wypowiedzi wybrzmiewa raczej przymus niż wewnętrzna zgoda. Starość staje się w tych narracjach nie tyle kolejnym etapem, co egzystencjalnym ciężarem, wymagającym „uładzenia się” z nową rzeczywistością – często samotną, zredukowaną do rytmu wizyt lekarskich i dolegliwości ciała:

„To jest samopoczucie. Siedzi w kącie, skupia się na sobie, stęka, że tu go boli, tam go strzyka, natomiast nie jest zainteresowany ani rodziną, ani społecznymi sprawami, ani najbliższym otoczeniem, po prostu jest całkowicie, no właśnie, może paciorki poklepać po prostu” (W_4, K., l. 73).

„Ale starość niestety wypływa z życia. To jest czasami czas refleksji, podsumowań i konkluzji. I w moim przypadku, one nie są wesołe, ani też nie są specjalnie pozytywne, jeśli chodzi o tych, o których myślę, którzy mi w życiu towarzyszyli” (W_11, M., l. 82).

„Dla mnie starość to jest takie wyraźne wyhamowanie aktywności fizycznej, psychicznej. Ja bym jeszcze chciał, a nie mogę” (W_13, M., l. 78).

„No, ja uważam, że starość jest trudna dla każdego. To jest moja filozofia. W zależności od stanu zdrowia, samopoczucia. To wszystko ma znaczenie. Chodzenie po lekarzach, natomiast ogólnie trzeba to zaakceptować i się jakoś z tym uładzić” (W_21, K., l. 83).

„Ja jestem radosna, cieszy mnie to wszystko, co widzę i potem przychodzi mi taka refleksja, myślę sobie, boże, ja już mam kurczę, nie jestem taka wiekowa, ale nie wiadomo, co człowieka spotka, prawda, idzie na prostej drodze może się przewrócić i koniec świata i wtedy myślę, że starość jest jednak przykra, bo dopadają takie myśli, obojętnie chyba jakie by się życie nie prowadziło, pomimo że jestem tak intensywnie we wszystko zaangażowana, to przychodzą i takie” (W_15, K., l. 72).

„Znaczy, wydaje mi się, że starość to się zaczyna wtedy, kiedy pojawia się rezygnacja, czyli wtedy, kiedy myślisz, że już właściwie nic nie możesz, że na nic nie masz wpływu. I że twoje życie traci znaczenie (W_1, K., l. 69).

„Starość mi się kojarzy jednak z takim bardzo zniedołężnieniem, bardzo takim, siedzeniem gdzieś tam pod zapiekiem i nieruszaniem się, tak bardzo, bardzo mi się ta starość kojarzy” (W_17, K., l. 71).

Zróznicowanie doświadczeń starości ujawnia się także w odmiennych narracjach uczestników badania. U niektórych przybiera afirmacyjny wymiar i staje się czasem wolności, spełnienia, a nawet odkrycia osobistego szczęścia, przeżywanego z nową intensywnością i bez obciążeń wcześniejszych ról czy obowiązków:

„Dla mnie jest pięknym wiekiem, bo ja dopiero wiem, że ja żyję. Jestem szczęśliwa, nie martwię się o nic. Także, to jest wszystko poza mną” (W_9, K., l. 84).

Przywołane wypowiedzi dowodzą, że indywidualne definicje starości są nie tylko opisem stanu rzeczy, lecz także sposobem kształtowania swojej tożsamości i sensu przeżywanego starości. Badani konstruują ją w powiązaniu z własną historią życia, stosunkiem do świata i systemem wartości, czyniąc z niej własny projekt.

Wśród moich rozmówców, obok prób redefiniowania starości lub dystansowania się od niej, ujawnia się również motyw głęboko refleksyjnego i egzystencjalnego jej doświadczania. Dla części z nich starość nie jest abstrakcyjną kategorią społeczną czy konstruktem symbolicznym, ale przeżywaną wewnętrznie zmianą, wpisaną w proces przemijania, strat i emocjonalnych rozterek. Przedstawiana jest jako czas nostalgii, wspomnień o młodości, ale również jako czas niepokoju obaw, trudnych refleksji i mierzenia się z perspektywą kresu życia:

„Co mi dalej się kojarzy [ze starością], właśnie nostalgia, czyli powrót, tęsknota do dawnych lat, właśnie w tej chwili tęsknota na przykład tych Kresowiaków, to nie jest tak, że chcemy, żeby nasze było Wilno, tylko to jest tęsknota do młodości, do tego wszystkiego, co tam było. Trochę lęku, świadomość nieuchronności” (W_6, K., l. 80).

„[starość jest] czekaniem na przejście. Ja jakby staram się jeszcze nie czekać. Natomiast tu jest, no tu jest refleksja, że właściwie przechodzimy w ten stan takiej obawy, lęku przed, nie samym umieraniem nawet, tylko przed cierpieniem, przed chorobą. O, i to jest to” (W_23, K., l. 79).

Mimo że uczestnicy badania prezentują wyraźnie jednostkowe odczucia wobec starości, wielu z nich wskazuje pewien wspólny punkt zwrotny, który uznają za początek tego etapu. Ich zdaniem około 80. roku życia następuje swoiste „przejście” – moment, w którym trudno już utrzymać dotychczasowy dystans wobec wieku. To czas, gdy starość staje się nie tylko subiektywnie odczuwalna, ale i społecznie nie do ukrycia, co często prowadzi do internalizacji sygnałów z otoczenia i przyjmowania roli osoby starszej. Zmiana ta nie zawsze wiąże się bezpośrednio z gwałtownym pogorszeniem stanu zdrowia, ale raczej z symbolicznym przekroczeniem granicy, która uświadamia nieodwracalność procesu, a konieczność uznania własnej starości przestaje podlegać jakiegokolwiek dyskusji:

„No tak, kiedy kończyłam 80 lat, to już tak, poczułam, że to już jest taki wiek starszy, prawda?” (W_18, K., l. 90).

„Czuję za sobą 80 lat, które leżą na moich plecach czy tam ciągną się, no nie, nie, nie, mnie starość nie doskwiera w żaden sposób. To, że jestem stary, no jestem” (W_24, M., l. 80).

„Tak, czyli myślę, że ósemka z przodu może jednak oznaczać kłopoty fizyczne. I bycie w domu bardziej tak, już nie jakieś ekscesy, wyjazdy i tak dalej, więc muszę zdążyć przejść ten Bałtyk jeszcze” (W_2, K., l. 68).

„Natomiast ostatnio mój przyjaciel [...], mówi, że dla niego się wiele zmieniło właśnie w momencie, kiedy skończył 80 lat, mówi, że nagle poczuł się stary. Ja mówię, ale jaką zmianę poczułeś? No, wiesz, jakoś do mnie to dotarło, że to już jest zaawansowany wiek, nie wiem jak to się określa, no też taka już starość. I ja miałam takie wrażenie, jakby on się poczuł zobowiązany do tego, żeby zrobić się staruszką” (W_6, K., l. 80).

Przywołane tu wypowiedzi badanych tworzą obraz starości, w którym moment uznania siebie za osobę starszą może wynikać po części z odczuwanych zmian fizycznych, uświadomienia strat czy zinternalizowanych wewnętrznie sygnałów społecznych.

Drugi wątek tego obszaru znaczeniowego rozwija perspektywę indywidualnych definicji i odczuwania starości, ukazując, że dla części uczestników sposobem jej przeżywania jest świadome dystansowanie się od etykiety osoby starszej. Ten aspekt odnosi się do symbolicznych strategii oddzielania się badanych od narzuconych kategorii społecznych. Często towarzyszy temu ironia, świadoma autokreacja oraz potrzeba zachowania integralności własnego „ja”, niezależnego od osiągniętego wieku. W tego typu narracjach starość przybiera postać etykiety „zewnątrznej”, której badani starają się unikać, uznając ją za nieadekwatną wobec swojego aktualnego stylu życia i rozumienia siebie. Najpełniej wyraża to wypowiedź jednej z uczestniczek:

„Ponieważ czytałam trochę, z punktu widzenia biologicznego, o zmianach w ludzkim mózgu i o upadku tej teorii, że ludzki mózg się bezapelacyjnie degeneruje, starzeje i w ogóle, i po prostu zanikają mu komórki, że to jest nieprawda, będę unikała słowa starość, pozwoli pani? (W_3, K., l. 70).

Moi rozmówcy nie tylko dystansują się od etykiety osoby starszej, ale często po prostu nie czują się starzy i to niezależnie od wieku. Odwołują się do subiektywnego samopoczucia, energii życiowej czy aktywności, które nie współgrają z powszechnym obrazem starości. Jak zauważa jedna z uczestniczek:

„Wie pani, ja jeszcze dziś nie czuję. Ja nie mogę mówić, że jestem stara, bo ja się nie czuję. Ja czuję się na 50 [lat]” (W_9, K., l. 89).

To nie zaprzeczenie wieku, lecz wyraz niezgody na utożsamienie się z narzuconą społeczną kategorią, która nie odzwierciedla ich realnego doświadczenia siebie.

Niesłychane wrażenie sprawia nie tylko ten jednoznaczny brak utożsamienia się badanych z kategorią osoby starszej, ale także jawna bezkompromisowość i świadomy sprzeciw wobec społecznych znaczeń przypisywanych starości. Badani nie negują faktu upływu czasu czy zmian biologicznych, ale konsekwentnie odrzucają narzucone im tożsamościowe etykiety. W ich narracjach pojawia się silna potrzeba zachowania kontroli nad tym, kim są i jak są postrzegani, również w kontekście własnego wieku:

„Zacznę może od tego, że dla mnie słowo starość, starsza osoba, podeszły wiek, to są rzeczy totalnie abstrakcyjne. One mnie tak bardzo nie dotyczą i tak bardzo są ode mnie odległe, że nawet kiedy pani o nich mówiła, to się zastanawiałam jak o pewnym zjawisku, ale że ja nie mam z tym zjawiskiem zupełnie nic wspólnego” (W_3, K., l. 70).

„No wie pani, ja tego głosu [starości] nie usłyszałem, bo ten mój wiek, taki ten biologiczny jest o 15 lat młodszy, cały czas się utrzymuje i mam 15 lat mniej. Czyli jak mam 78, to tutaj jestem poniżej, tak, jestem na granicy emerytury. Ja się czuję cały czas jeszcze nie seniorem. Jestem nim oczywiście, ja widzę, że kiedyś robiłem 100 pompek, a dzisiaj robię 50” (W_12, M., l. 78).

Tego rodzaju wypowiedzi wyrażają symboliczną autonomię jednostek, nawet jeśli wiek biologiczny wskazywałby na starość, nie musi on oznaczać wewnętrznego przyjęcia tej roli. Badani skutecznie oddzielają zewnętrzne kategoryzacje od własnego poczucia tożsamości. Ich sprzeciw jest tym samym potwierdzeniem tego, że to oni sami, a nie społeczne ramy, definiują kim są i w jakim momencie życia się znajdują. Jednocześnie, dystansowanie się od

etykiety osoby starszej nie oznacza całkowitego zaprzeczania faktowi starzenia się, badani przyznają, że „wiek istnieje” i że zgodnie z normami mogą być klasyfikowani jako osoby starsze, ale jednocześnie nie mają poczucia, że ta etykieta rzeczywiście ich dotyczy, jakkolwiek, emocjonalnie, egzystencjalnie, życiowo.

„Przez głowę rozumiem, że jest starość, rozumiem, że jest wiek, ale proszę mi wierzyć, że jest gdzieś obok mnie, to w ogóle, w żaden sposób nie wpływa na moje życie, chyba że takie, że to mnie ciągle zadziwia. I ja tak patrzę na to i myślę sobie: kurde, no tak, to przecież, to chyba o mnie też jest” – mówi jedna z badanych.

I dodaje:

„No jeżeli się umówimy społecznie, że starość to jest, nie wiem – jak kończysz 60 lat, czy jak skończysz 70 lat, no to wtedy jestem stara, ale według normy społecznej, ok, ale dla mnie to niczego nie zmienia. No dobrze, no społeczne normy tak stanowią i tyle, no, że przydają mi etykietkę starości” (W_3, K., l. 70).

Ponadto, w wypowiedziach uczestników badania widoczna jest wyraźna tendencja do oddzielania własnego doświadczenia starzenia się od społecznie narzucanych znaczeń, które zostały przez nich w różnym stopniu zinternalizowane. Ich zdaniem, starość, w społecznej wyobraźni, nie przedstawia się jako neutralny fakt biologiczny, lecz jako symboliczna granica, po której jednostka traci sprawczość, podmiotowość i zdolność pełnoprawnego uczestnictwa w świecie. Dlatego nie tylko dystansują się od tej etykiety, ale w wielu przypadkach stanowczo ją odrzucają, traktując ją jako zagrożenie dla integralności tożsamości i społecznego statusu. To nie sam wiek budzi sprzeciw, lecz to, co społecznie oznacza bycie osobą starszą:

„Stereotypowo mówimy po wyglądzie, no bo wiadomo, że wygląd się zmienia. Natomiast myślę, że dopóki z tą osobą nie pobędziemy chwilę i z nią nie pogadamy, nie zobaczymy, jaką ma energię, to nie możemy powiedzieć, że to jest osoba starsza” (W_1, K., l. 69).

„Ta świadomość jest, ale ona nie determinuje mojego działania zupełnie, po prostu wiem, że tak jest i już” (W_5, M., l. 70).

Jest to przykład świadomego oddzielenia wiedzy o starości od własnej tożsamości – starzenie się zostaje uznane, ale nie wpływa na sposób funkcjonowania, nie zostaje zinternalizowane.

„Nie, wiek tak naprawdę nie ma znaczenia, bo jeszcze dzięki Bogu, człowiek ma rozum, jeżeli pani będzie miała rozum taki do końca, to będzie pani wiedziała, co zrobić [...] ja muszę ten dom zostawić, że w każdej chwili może pani przyjść do mnie zobaczyć, to musi być czysto. Osoba starsza według mnie to jest taka, która już nie słyszy i nie rozumuje co ma robić” (W_8, K., l. 89).

Takie wypowiedzi nie tyle opisują innych, co pozwalają badanym wyłączyć samych siebie z kategorii osoby starszej, przyznając to miano jedynie tym, którzy ich zdaniem utracili kontrolę nad sobą i światem. To nie wiek sam w sobie decyduje o starości, ale to, czy człowiek wciąż myśli, decyduje i działa. Uczestniczka badania tak tłumaczy:

„Chyba nie ma takiej starości, nie ma, mi się wydaje, że nie ma teraz. Jak to nazwać? [etap życia, w którym się znajduje] Bo ja wiem, tak praktycznie to nie wiem, jak to określić, naprawdę, ale nie powiedziałabym, żeby była to taka starość, tylko że brak mi trochę tego czasu, że jestem wolniejsza?

I dodaje:

„Starsza osoba kto to jest? Nie wiem, to jest po prostu normalna osoba, no nie jest aż taka bardzo starsza, chyba że komuś bardzo dokucza zdrowie, to już wtedy czasami” (W_20, K., l. 78).

W tych refleksjach zawarte może być przekonanie, że przyjęcie społecznej tożsamości osoby starszej mogłoby uruchomić realne psychologiczne mechanizmy wycofania. Etykieta osoby starszej zostaje tu potraktowana nie jako neutralny opis, ale jako znaczeniowy gest, a nawet wybór tożsamościowy, który może wywołać utratę kompetencji – niejako ją sprowokować. Stąd, częściowo tak silne okazuje się pragnienie zachowania dystansu wobec tej kategorii. W rezultacie, we wszystkich tych wypowiedziach etykieta osoby starszej funkcjonuje jako zagrożenie dla integralności jednostki – zarówno w wymiarze społecznym, jak i tożsamościowym. Jej odrzucenie nie oznacza negacji upływu czasu, lecz wyraża sprzeciw

wobec tego, co społecznie się z nią wiąże, wobec tego, czym badani nie chcą się stać. Tego rodzaju postawy podkreślają podmiotowy wymiar starzenia się, wskazując, że to nie społeczna klasyfikacja, lecz wewnętrzne rozpoznanie, akceptacja i sposób myślenia o sobie samym przesądzają o tym, czy ktoś staje się osobą starszą dla siebie.

Trzeci wątek związany z tym tematem odnosi się do relacji z ciałem w procesie starzenia się. Moi rozmówcy doświadczają ograniczeń związanych z wiekiem: spadku sprawności, przewlekłych dolegliwości czy po prostu zmian wyglądu zewnętrznego. Nie przekładają ich jednak automatycznie na obraz siebie. Ciało bywa postrzegane przez nich jako oddzielny byt, który się starzeje, lecz niekoniecznie wpływa na tożsamość:

„Oczywiście jest kwestia ciała, które się starzeje i to jest rzecz nie do zaprzeczenia, bo się pojawiają bóle, choroby, pojawiają się rzeczy związane też z wyglądem zewnętrznym i to są rzeczy, które na pewno rzutują [...] pojawił jakiś rodzaj odrębności mojego ja w stosunku do mojego ciała, że to ciało, jakby w pewnym sensie zaczęło żyć swoim życiem, że ono mówi mi, że tego już nie mogę zrobić i na to muszę uważać, że są rzeczy, do których muszę inaczej podejść” (W_1, K., l. 69).

„Owszem, obserwuję zmniejszenie mojej wydajności czy intelektualnej, czy fizycznej. No dobra, ale w ogóle się tym nie przejmuję i nie jest to żaden powód, żeby wycofać się gdzieś do jakiegoś zaułka i tam czekać, aż przyjdzie chwila ostateczna, absolutnie mnie to nie dotyczy, więc starość w ogóle nie jest dla mnie, osobiście, tematem do rozważań, do dyskusji, są pewne fakty i trzeba się z nimi pogodzić. I tu nie ma co dyskutować na ten temat” (W_5, M., l. 70).

„Przynajmniej w moim przypadku dzieje się tutaj bardzo naturalnie. Być może niektórych rzeczy po prostu nie dopuszczam do siebie czy co? No, ale bardzo też nie zmieniam trybu życia, znaczy oczywiście mam kłopoty, kuśtykam, częściej korzystam z winny, jakieś tam zachowania zmieniam, ale w ogóle to nic mi nie robi, że ja to zmieniam, ja to zmieniam, bo taka jest konieczność” (W_1, K., l. 69).

„Ja mogę powiedzieć tak, w połowie jestem za, w połowie przeciwko. Przeciwno to jestem, że przestaję być sprawny fizycznie, chociaż wynika także trochę z mojego lenistwa i tego,

co robię do tej pory, a psychicznie, to czuję się bardzo młodo, wiele bym chciał jeszcze zrobić” (W_13, M., l. 78).

Ciało przedstawiane jest jako odrębny wymiar, który ulega przemianom i z którym trzeba się jakoś ułożyć, ale nie stanowi bezpośredniego źródła identyfikacji. „Ja” pozostaje aktywne, autonomiczne, odporne na wpływ biologicznego zużycia. Utrzymuje psychologiczną ciągłość i poczucie wartości, mimo widocznych oznak starzenia się. W wielu wypowiedziach pojawia się nawet symboliczne oddzielenie tożsamości od fizyczności – ciało jawi się jako coś zewnętrznego, z czym trzeba się nauczyć funkcjonować, ale co nie definiuje tożsamości. Pojawia się tu wyraźny rozdźwięk między ciałem a sferą psychiczną – subiektywnie przeżywanym „ja”, które nie poddaje się upływowi czasu. Mimo że ciało słabnie i ogranicza, to pozostaje niepodatne dla definiowania siebie:

„Czuję, że ono [ciało] się tam jakoś zmienia w tym okresie, ale ja, moje wewnętrzne ja, on się nie zmienia. Oczywiście pamięć, która siada i niekończenie czynności różnych, które są ewidentnym objawem starzenia się. Ale to są takie rzeczy, które, że tak powiem, na moje ja i na moją jakość życia i na moją samoocenę, one w ogóle nie wpływają (W_1, K., l. 69).

W wypowiedziach uczestników badania kwestia ciała pojawia się jako pierwsza i najbardziej widoczna oznaka starości, nie tylko w sensie biologicznym, ale przede wszystkim jako społeczny nośnik jej znaczeń. To właśnie fizyczność ujawnia napięcie między cielesnością a społeczną tożsamością jednostki. Ciało, ta widzialna część osoby – unaocznia starość jeszcze zanim zostanie ona wewnętrznie przyjęta czy zintegrowana z tożsamością. Zmiany fizyczne – sposób poruszania się, widoczne oznaki zmęczenia, spowolnienie, ograniczenia ruchowe – czynią starość rozpoznawalną kategorią społeczną, niezależnie od stopnia jej uwewnętrznienia przez jednostkę:

„Kwestia wyglądu po prostu, fizyczności, ostatnio spotkałam koleżankę jeszcze z pierwszej pracy. No, starsza pani i dopiero, jak spojrzałam jej oczy, to ja wiedziałam kto to jest, zaraz wszystko mi się przypomniało. Oczy się nie zmieniają na ogół [...], bo całe ciało się zmienia, ale oczy nie mają zmarszczek. Myślę, że fizyczność tak, starość się przejawia też w specyficznym sposobie chodzenia” (W_6, K., l. 80).

„Ja musiałam sama w sobie zaakceptować, bo głowa leciała, leciała, leciała, ale nogi zostawały. No i teraz, jak ktoś mnie pyta, gdzie ty znowuż tak pędzisz? Już wolniej chodzę zdecydowanie, mówię, ja uciekam, uciekam, bo ona mnie goni, bo ona mnie goni, że mnie starość goni, żeby mnie to nie dopadło” (W_17, Poz. 74).

Wypowiedzi badanych wskazują także, że starzenie się ciała jest nie tylko doświadczeniem codziennych ograniczeń, ale także źródłem niepokoju o przyszłość – o to, czy fizyczność pozostanie sprzymierzeńcem, czy stanie się przeszkodą w utrzymaniu dotychczasowego stylu życia. W tej perspektywie troska o ciało wyraża się nie tylko dbaniem o zdrowie, ale staje się strategią ochrony tożsamości, próbą utrzymania wewnętrznego „ja” w niezminionej formie:

„To znaczy, ja mam świadomość, że cały czas mój mózg musi pracować. Zresztą , nie jest to dla mnie ciężkie, dlatego, że zawsze lubiałam książki czytać i dalej je będę czytać” (W_7, K., l. 76).

„Zaczynam już odczuwać, co to znaczy starość, o tak, przedtem jakoś tak, wie pani, tak się specjalnie nad tym nie zastanawiałam, a teraz pewne czynności wykonuję znacznie wolniej. Zapominam pewnych rzeczy i mimo że staram się na ten uniwersytet chodzić i coś tam jeszcze robić, działać i na filmy, to jednak już, jak gdyby odczuwam, że to już, jak gdyby nadchodzi ten okres trudny” (W_21, K., l. 83).

„Teraz już wiem co to jest starość, bo doświadczam tego, oczywiście jestem coraz słabszy, już chodzę, tak, że muszę uważać, żeby się nie przewrócić, szerzej rozstawiać nogi” (W_24, M., l. 80).

Ciało coraz częściej „przypomina” o swoich ograniczeniach, wysyła sygnały zmęczenia czy osłabienia. Ten moment bywa przeżywany jako symboliczny próg: coś się kończy, coś się nieuchronnie zmienia i nie sposób już dłużej tego wypierać. Troska o ciało staje się próbą ochrony integralności tożsamości, ale jednocześnie towarzyszy jej świadomość, że procesu zmian nie da się zatrzymać. To właśnie napięcie między chęcią zachowania dotychczasowego sposobu życia a koniecznością pogodzenia się z ograniczeniami, stanowi sedno relacji z cielesnością w starości:

„To znaczy, jest taka irytacja, że ja tego już nie mogę, to jest faktycznie. Nie mam zgody na to, że moje ciało [...] cały czas mówimy, panie boże, wszystko ci się udało, ale ta starość nie mogłaby być łżejsza? Nie muszą mnie te gnaty non stop boleć” (W_17, K., l. 71).

„Właściwie zdrowie tak mi daje do myślenia, że jednak wszystko jest kruche i mam tam swoje przypadłości wieku starszego i wtedy sobie myślę, boże, ja bym tak jeszcze dużo chciała i uświadamia mnie już takie późne popołudnie, kiedy ja już tak się nabiegam i nazałatwiam, wszystko, co tylko możliwe i czuję potem takie fizyczne zmęczenie, bolą mnie łopatki, jakbym worki nosiła, więc wtedy myślę sobie, no nie, trzeba jakoś tak inaczej zacząć żyć [...] moja głowa w ogóle z ciałem nie jest w zgodzie. [...]i myślę sobie, no nie wiek robi swoje, nie da się oszukać. Głowę może tak, bo głowa chce dużo, a ciało jakby nie nadaża” (W_15, K., l. 72).

„Tak, że ta starość jest to, to jest ten aspekt fizyczności i to co będę mogła jeszcze robić, no i tu różne rzeczy mogą się zadziać” (W_2, K., l. 68).

„Ja łapię się co jakiś czas na tym, że mam ten wiek. Zaczynam wtedy o tym myśleć. No, jak mi tam fizycznie coś dolega, to mnie to złości. Zawsze mnie to, każdego pewno wyprowadza z równowagi. Nie tylko mnie. Natomiast planuję sobie dzień i tak jak w pracy miałam kalendarz zapisany, tak w dalszym ciągu wszystko jest w kalendarzu zapisane, co w dniu będę robić. Wstaję rano i zaczynam działać” (W_15, K., l. 72).

Powyższe wypowiedzi podkreślają pewien próg, którego przekroczenie oznacza konieczność uznania starości w sposób realny. To nie osiągnięty wiek, ale te najbardziej namacalne sygnały z ciała zmuszają do przededefiniowania siebie. Starość staje się widoczna, fizycznie doświadczana, a tym samym trudna do wyparcia czy jakiegokolwiek unieważnienia:

„Natomiast jak już dopadnie człowieka demencja, to już jest straszne. Także starość jest wtedy, kiedy człowiek już nie jest w stanie koło siebie załatwić tych najprostszych spraw. Tak, kiedy fizjologia zaczyna przeważać nad człowiekiem, a jak jeszcze straci się pamięć, to wtedy już jest starość absolutna” (W_23, K., l. 79).

Ta przejmująca wypowiedź jednoznacznie ujawnia granicę, za którą ciało zaczyna dominować nad osobistym poczuciem tożsamości i narusza wewnętrzną spójność jednostki. Dla uczestniczki badania to nie tylko moment przełomowy w sensie społecznym, ale także sytuacja egzystencjalna, w której człowiek zostaje całkowicie zdefiniowany przez starość. Ta „starość absolutna” przybiera skrajną formę, w której cielesność redukuje osobę tylko do obecności fizycznej. Tym samym zerwane zostaje symboliczne zakotwiczenie w społecznej tożsamości – czyli poczucie bycia zakorzenionym w relacjach społecznych. Ta relacja badanej oddaje lęk przed tym, że starość, zwłaszcza w tej „absolutnej” postaci może unieważnić społeczną obecność jednostki.

Ostatni wątek powiązany z tematem dążenie do samookreślenia i wyznaczania granic koncentruje się wokół reakcji na zewnętrzne ramy i społeczny obraz starości. Wypowiedzi badanych ujawniają zarówno sprzeciw wobec społecznych oczekiwań związanych z wiekiem, jak i świadome działania mające na celu tworzenie alternatywnych narracji. Poprzez aktywność, wygląd, język czy styl redefiniują społeczny obraz starości i manifestują niezależność od dominujących wyobrażeń na jej temat. W wielu wypowiedziach obecny jest sprzeciw wobec kategoryzacji, które zdaniem rozmówców, choć coraz częściej rozmijają się z rzeczywistością, nadal funkcjonują w przestrzeni społecznej:

„Na seniorkę jeszcze za młoda jestem. To tylko tyle, tak po prostu zaakceptowałam, że to jest powiedzenie, które w społeczności krąży, wiele razy myśmy się zastanawiali, jak siebie określać, 60 plus, senior, dojrzały, nie wiem, różnie, przyjęło się stary. No faktycznie, po siedemdziesiątce. No, człowiek już jest taki bardziej wyłączony z życia, ale generalnie dla mnie to jeszcze nie jest bariera, nie chciałabym być tak zaszufładowana jak w mojej młodości szufładowaliśmy osoby stare, że jak już przeszli na emeryturę, no to już siedzą tylko w domu. Moja mama tam dziergała, pitrasila, przetwory różne robiła, ale robiła to już w wolniejszym tempie. Mniej to było aktywne, ale już było widać, że są wycofani z życia” (W_17, K., l. 71).

„Nie tylko ja, ale moje środowisko, w którym ja się obracam, możliwe, że to jest ta bańka, w której ja żyję. Jednak to są osoby, które nie postrzegają się jako osoby starsze” (W_2, K., l. 68).

„To znaczy, mam świadomość upływającego czasu, swojego wieku, ale bardzo nie lubię [...] prawie 12 lat temu, ja miałam 70 lat i czytam, że staruszka 70 lat tego dnia wpadła pod samochód. To mnie szlag trafił. Jaka staruszka?!” (W_14, K., l. 82).

Również odmowa wpisania się w stereotypową narrację o osobach starszych przybiera często postać bezpośredniej deklaracji niezgody:

„Nie, to znaczy, nie czuję się jeszcze tak, że o jestem stary i niedołężny i już nic mnie nie obchodzi, nie, nie, nie, nie, mnie obchodzi bardzo wiele spraw” (W_24, M., l. 80).

„No, wiek podeszły sugeruje osobę, przynajmniej w mojej głowie, osobę niedołężną, osobę, którą trzeba się zajmować, opiekować, która sama już nie jest w stanie. To nie chodzi o to, że to jest coś negatywnego. No ale, to może gdzieś koło 90? Mam nadzieję. A może w ogóle nie? Żartuję w tej chwili, ale, po prostu rozumiem, że jakby społeczne pojmowanie świata wolniej się odbywa niż to, co się z nami dzieje. I fajnie jest, myślę, dobrze jest o tym mówić, zdawać sobie z tego sprawę. Powiem tak, jak pani prowadzi badania na ten temat, pokazywać, że to naprawdę jest inaczej i że tych ludzi, którzy nie przystają do stereotypów społecznych jest po prostu multum” (W_3, K., l. 70).

„Nie wiem, ja w ogóle nie myślę o starość jako o czymś, co mam, co mnie dotyka. Ja wiem, że to przyjdzie, że przyjdzie. pewnie niezaradność i niezdarność, jakieś takie rzeczy” (W_1, K., l. 69).

Badani zwracają też uwagę na dysonans pomiędzy tym, jak się czują, a jak są postrzegani:

„Ja pani powiem, jakbym nie chciała być określana, bo to wydaje mi się też szczególnie istotne, ponieważ to jest taki moment, w którym nagle się okazuje, że człowiek jest kim innym niż był do tej pory – [przestaje być] X.X., a teraz już zaczyna być seniorką” (W_6, K., l. 80).

Ta wypowiedź wyraża wyjątkowe silne poczucie dyskomfortu wobec etykiety osoby starszej, która nie tylko odbiera dotychczasową indywidualność, lecz także zastępuje ją uproszczoną społeczną klasyfikacją opartą na wieku, a niosącą określone, często negatywne znaczenia. W efekcie społeczna tożsamość, narzucona z zewnątrz, zaczyna

dominować nad podmiotowym obrazem siebie, symbolicznie unifikując jednostkę do roli osoby starszej i odbierając jej status pełnoprawnego uczestnika życia społecznego.

Niektórzy badani świadomie przejmują kontrolę nad komunikatem o sobie, uprzedzając postrzeganie przez pryzmat wieku:

„Nie, ja, ja po prostu mówię, ile mam lat. I wtedy wiem, że przeciwna strona nie musi się doszukiwać, nie kokietuję wiekiem, nie kokietuję” (W_7, K., l. 76).

Narracje uczestników badania także wprost, z pełną świadomością mechanizmów ich funkcjonowania, ujawniają postawę wobec narzucanych zewnętrznych schematów i społecznych oczekiwań:

„No dobrze, no trudno, no takie są normy społeczne. Może jeszcze fakt, że wyglądam tak jak wyglądam, to znaczy, że wyglądam na osobę, która nie, absolutnie nie jest w tym wieku, to znaczy to to też pewnie ma wpływ na to, jak ja tę starość postrzegam, nie chodzi o to, że ja się w jakąś rolę inną i że ja się na siłę w coś tam odmładzającego wdaję, tylko jest to efekt pewnej no nie wiem, osobowości, sposobu życia, historii, całego życia. No i tak to jest” (W_3, K., l. 70).

„Nie [nie czuję się osoba starszą], bo jak mogę być staruszką, usiądę i będę, jak ja już mam dziewięćdziesiąt lat, to niech się dzieje, co chce?” (W_8, K., l. 89).

To dowód na to, że badani nie wchodzą biernie w przypisywaną im przez społeczeństwo rolę osoby starszej, a wręcz przeciwnie, aktywnie tworzą własne sposoby bycia w starości, które często przeczą dominującym oczekiwaniom. Może stanowić to formę oporu w postaci takich codziennych działań, poprzez które jednostki nie podporządkowują się społecznym schematom starości, lecz zachowują autonomię i definiują swój wiek na własnych zasadach.

Temat dążenia do samookreślenia i wyznaczania granic odnosi się do sposobu, w jaki osoby starsze kształtują swoją tożsamość w kontekście starzenia się – zarówno poprzez refleksyjną relację z samym sobą, jak i w odniesieniu do społecznych wyobrażeń. Autoidentyfikacja nie wynika tu automatycznie ze społecznych kategorii wieku, ale jest rezultatem wewnętrznego dialogu, w którym jednostka konfrontuje się z odczuwanymi

zmianami. Badani mierzą się z zewnętrznymi klasyfikacjami, ale nie przyjmują ich bezkrytycznie, starość bywa przez nich dystansowana lub reinterpretowana. W analizowanych wypowiedziach widać zarówno zróżnicowanie doświadczeń, jak i ambiwalencję wobec starości jako kategorii społecznej. Podkreślają, że choć dostrzegają zmieniające się ciało i godzą się z upływem lat, to wewnętrznie nie czują zmiany. Odrzucają tym samym społeczną unifikację, która sprowadza ich do roli osób starszych. Ta wewnętrzna próba oswojenia własnej starości splata się tu z koniecznością mierzenia się ze społecznymi oczekiwaniami, co czyni z tożsamości społecznej obszar szczególnie podatny na napięcia i ambiwalencje.

5.1.2. Potrzeba akceptacji i zmiany perspektywy

Temat potrzeby akceptacji i zmiany perspektywy obejmuje wewnętrzne procesy, przez które osoby starsze przechodzą, mierząc się z nową fazą życia, jaką jest starość. Wypowiedzi badanych pokazują, że nie jest ona traktowana jako jednorazowy przełom czy nagłe wydarzenie, lecz stanowi dynamiczny obszar refleksji, prowadzących do stopniowej akceptacji, reinterpretacji doświadczeń oraz przekształcenia przypisywanych jej znaczeń. Ten proces często polega na przyjmowaniu zmian – zarówno fizycznych, jak i społecznych – oraz na włączaniu ich w ciągłość własnej biografii, bez rezygnacji z poczucia sprawczości i wpływu na sposób, w jaki kształtuje się ich tożsamość społeczna jako osób starszych. Badani nie tylko oswiają doświadczenia związane ze starzeniem się, ale często reinterpretują je w sposób umożliwiający zachowanie kontroli nad własnym obrazem siebie. Akceptacja starości polega najczęściej na przedefiniowaniu dotychczasowych ról, aktywności czy wartości, tak by zachować wewnętrzną ciągłość mimo zmieniających się warunków. W tle obecne są również trudne emocje związane z doświadczeniem straty, lecz i one stają się elementem procesu, a nie jego końcem. Przejawy samodzielności, samodyscypliny i potrzeby decydowania o sobie podkreślają, że starość nie wyłącza z roli sprawczego podmiotu, przeciwnie, bywa przestrzenią nowego uporządkowania i redefinicji życia. W ramach tego obszaru znaczeniowego wyróżniłam cztery wiodące wątki.

Pierwszym z nich jest przyjęcie starości jako naturalnego etapu życia. W narracjach badanych przyjęcie tej nieuniknionej fazy życia nie ma charakteru rezygnacji czy poddania się, lecz raczej świadomego pogodzenia się z jego prawami, ograniczeniami i przemianami. Wypowiedzi te są uderzająco jednorodne – dominującym tonem jest tu refleksyjna akceptacja zmian, które zachodzą wraz z wiekiem, ale też bez negowania trudności:

„Ja się swojego wieku nie wstydzę, bo myślę, że, no nie ma czego. No, jest to upływ czasu naturalny” (W_15, K., l. 72).

„A ja ciągle jeszcze, ponieważ, ja w ogóle jestem osobą ciekawą świata i też mam takie jakieś zacięcie socjologiczne i mnie interesuje też charakter zjawisk, które na otaczają, jestem cały czas jakoś tam zaangażowana, ale też wiem, że niektórych rzeczy już nie poznam i że już gdzieś, no jakiś moje możliwości, powiedzmy zmiany się skończyły” (W_1, K., l. 69).

„To znaczy, nawet mi to pomaga, żeby wytłumaczyć moje spowolnienie albo, żeby nikt nie był zaskoczony, że ja mam zmarszczki, bo ja uważam, że, ja pracowała całe życie na te fajne zmarszczki, to są moje emocje” (W_7, K., l. 76).

„Nie [starość nie jest trudna], tylko trzeba się pogodzić, że reguły się zmieniły” (W_13, M., L. 78).

„No, to znaczy, może, wie pani, no ja uważam, że starość trzeba zaakceptować, że no nie ucieknie się przed nią, że to już coraz to będzie trudniej. Tak, i to akceptuję, no wie pani, nie jest to dla mnie ból” (W_21, K., l. 83).

Taka zgodność może świadczyć o tym, że akceptacja nie jest czymś danym, ale stanowi wypracowaną wewnętrznie strategię adaptacyjną, będącą wynikiem refleksji, doświadczenia czy dojrzałości emocjonalnej. Uczestnicy badania pokazują, że pogodzenie się ze starością nie wyklucza aktywnego życia, poczucia humoru, zaangażowania ani potrzeby zachowania indywidualności. Przeciwnie – akceptacja staje się zasobem, który pozwala na redefinicję tożsamości w zgodzie z tym, co się dzieje z ciałem i możliwościami, a jednocześnie bez konieczności negowania własnej wartości:

„Starość to jest właśnie to, że nie pozwala nam nadal wchodzić na drabinę, na drzewa, tylko musimy spokojnie szurać nóżkami. Ja już nie biegam do autobusu, ja wiem, że następny zaraz będzie. Ja już tego, wielu rzeczy nie zrobię” (W_17, K., l. 71).

„Nawet dzisiaj koleżanka pytała, bo one myślały, że może jestem młodsza, ja mam 78 lat. No to co, przecież sobie nie ujmę i nie robię z tego powodu jakiejś tragedii. No wiadomo,

że no czas mija i nie da się tego oszukać. Nawet, żeby człowiek chciał, no co będę mówiła, mam tam 10 lat mniej czy coś? Przecież wiadomo, że jeżeli idę wolniej, jak żółw, no to co będę mówiła, że mam 70, jak mam 78” (W_20, K., l. 78).

Wypowiedzi te ukazują, że uczestnicy nie tyle „rezygnują” z dawnych ról czy aspiracji, ile w sposób świadomy dostosowują się do zmieniających się warunków życia. Starość nie jest dla nich tożsamością narzuconą z zewnątrz, lecz etapem, który sami potrafią nazwać, zrozumieć i wpisać w swój biograficzny bieg. Przybiera ona także formę przyjmowania jako faktu, trzeba nauczyć się z nią po prostu żyć:

„Tak [akceptuję], dodajmy do tego, że mam sporo jakiś takich ograniczeń, nazwijmy to zdrowotnych, że mi ograniczają asortyment bardzo. Życie starego kawalera, który nie ma właściwie obowiązków. Staram się wiązać koniec z końcem, natomiast nie pragnę rozrywek. W związku z tym robię to, co musi być zrobione. Migam się od tego, czego nie lubię, od sprzątanía” (W_11, M., l. 82).

„Ma to też dużo plusów. No przykład, każdy mi miejsca ustąpi, nawet nie zdążę wejść do tego tramwaju, już ktoś leci, proszę bardzo, może pani usiądzie? No tak jest, są profity, że tak powiem z tego wieku” (W_6, K., l. 80).

Można zatem uznać, że akceptacja starości pełni rolę wewnętrznego punktu oparcia, który chroni przed poczuciem utraty sensu i wspiera integrację tożsamości – nie tylko indywidualnej, lecz także społecznej. Poprzez akceptację starości jednostki odnajdują nowy sposób osadzenia się w świecie społecznym – przyjmując siebie jako osoby starsze bez rezygnacji z podmiotowości, a jednocześnie bez potrzeby zaprzeczania swojemu wiekowi. Tak rozumiana akceptacja nie oznacza bierności, ale strategię tożsamościową, która pozwala jednostkom z jednej strony uznać naturalność upływu czasu, z drugiej – utrzymać niezależność, rytm życia i poczucie sensu. Jest to również istotny składnik tożsamości społecznej osób starszych: zamiast uciekać przed przypisaną im kategorią wiekową, włączają ją do narracji o sobie – reinterpretując starość jako etap, który może być przeżywany z godnością i sprawczością:

„Przyjąć to, co jest, ale oczywiście trzeba, dla mnie naturalność jest najważniejsza, chyba że ktoś jest chory, to są już inne rzeczy, prawda? [...] trzeba przyjąć to, co jest, naturalnie się

z tym pogodzić, ale być higienicznym, prowadzić aktywny styl życia i starać się prowadzić zdrowy tryb życia. To nie znaczy, że nie można tam wina się napić i tak dalej ja. Ja się nie wyłączyłem z życia takiego towarzyskiego, lubię wypić alkohol i co jakiś czas tam się spotykamy, tylko, że ja to wszystko rekompensuję bardzo aktywnym trybem życia, nawet codziennym” (W_12, M., l. 78).

W takim znaczeniu, akceptacja starości przyjmuje formę dojrzałej autoidentyfikacji pozwalającej na pogodzenie się z ograniczeniami wynikającego z wieku, przy jednoczesnym zachowaniu stylu życia, który wyraża indywidualne wartości, potrzeby i normy.

Kolejnym zidentyfikowanym tutaj wątkiem jest poszukiwanie nowych/innych sensów i znaczeń w zmieniających się okolicznościach, które towarzyszą starzeniu się. Chodzi tu o proces stopniowej adaptacji, w którym jednostka, w obliczu ograniczeń, jest gotowa przeorganizować swoje życie wokół tego, co jeszcze jest możliwe. Badani w ten sposób redefiniują starość, a przyświeca im konieczność odnalezienia się w sytuacji, w której dotychczasowe sposoby działania stają się trudniejsze lub niemożliwe do utrzymania. Nie kreują alternatywnej wizji starości, ale ją przekształcają, dostosowują, osławiają:

„Ja mam na przykład taki rytuał [...] we wrześniu przechodzę z kijami plażą [...] trzy mola i z powrotem, czyli to jest 21 km, taki półmaraton brzegiem, piachem. I bardzo staram się, bo jak mówię teraz będzie 17 lat jak to przeszłam i to jest moja tradycja. Tak, starość będzie [jak nie przejdę tej trasy], ale już mam, że jak nie będę mogła przejść piachem, to będę w jedną stronę szła, a z powrotem chodnikiem. Dla mnie to będzie taki wyznacznik, że to będzie już ten element starości, czyli takiej fizycznej starości, no bo ja bym, wiesz, rozróżniała. Tak, że ta starość jest, to jest ten aspekt fizyczności i to co będę mogła jeszcze robić” (W_2, K., l. 68).

„Ja myślę, że każdego co innego cieszy, mnie na przykład w tej chwili; moja córka – wiesz mama, a może [...] byś pojechała za granicę, bo ty mało byłaś. Ja mówię, słuchajcie [...] no dobrze, nie byłam na Sycylii, no to nie byłam, ale przecież, jak ja zejdę z werandy tu na leżak swój, to chyba mam Sycylię, w swojej pościeli śpię, w swojej łazience się wymyję, swoim ręcznikiem wytrę. To jest dla mnie luksus i ja lubię swoją oazę. Bardzo lubię Gdańsk,

no i na przykład, chciałabym zobaczyć wystawę retrospektywną Chełmońskiego w Warszawie” (W_7, K., l. 76).

„Pomyślałam sobie, że dopóki jeszcze będę w jako takiej formie fizycznej, to może te wycieczki, gdzie chciałam pojechać, ale niektórych nie zrealizowałam. Trochę się interesowałam Norwegią, nie pojechałam, no, ale byłam w Szwecji, byłam w Finlandii. No, byłam w wielu miejscach, natomiast akceptuję, proszę panią, ten okres życia. Na co mam wpływ trochę, to staram się mieć. No na przykład, że chodzić trzeba na gimnastykę i chodzić jeszcze na wykłady. Na to, tak”(W_21, K., l. 83).

Akceptacja starości nie oznacza rezygnacji z aktywności, lecz świadomą selekcję i dostosowanie ich do aktualnych możliwości – zarówno fizycznych, jak i psychicznych. To proces nacechowany elastycznością, dzięki której możliwe staje się nie tylko utrzymanie spójności własnej narracji o sobie, ale również zachowanie wpływu na sposób przeżywania starości. Jest to także wyraz silnego związku z tożsamością społeczną, której redefinicja dokonuje się nie w sprzeciwie, lecz poprzez negocjowanie warunków starzenia się w zgodzie z własnymi potrzebami i wartościami. Proces definiowania się na nowo ma miejsce także w wymiarze społecznym. Uczestnicy badania ukazują starzenie się jako moment, w którym nie tylko mierzą się z przemianami fizycznymi i ograniczeniami, ale także aktywnie konstruują nowe poczucie sensu tego etapu życia. W tym procesie kluczową rolę odgrywa redefinicja tożsamości społecznej – rozumiana jako świadome przekształcanie narzucanych ról i społecznych oczekiwań:

„Wcale się nie obrażam, jeśli ktoś powie na mnie stara osoba idzie, czy stary człowiek idzie, bo rzeczywiście starość jest i no to jest jakby przywilej, w zasadzie” (W_23, K., l. 79).

„Ja jestem wręcz dumny, że jednak dożyłem tego wieku i no jako tako się trzymam, jeszcze chodzę bez laski. Bardziej starość przeżywam w zgodzie ze sobą samym niż całe moje życie, bo w życiu bywało różnie” (W_24, M., l. 80).

Osoby starsze nie tyle zaprzeczają starości, co starają się ją włączyć w swoją biografię na warunkach, jakie są możliwe tu i teraz. Często muszą więc rezygnować z pewnych aktywności, które dawniej były dla nich ważne. W procesie adaptacji poszukują nowych form działania i nowych znaczeń pozwalających im zachować ciągłość tożsamości:

„To, co ja robię, to szukam zastępczych sposobów, co mogę w zamian, tak jak okazało się w pewnym momencie, że nie mogę już nie tylko jeździć na nartach, ale też chodzić po górach [...] odkryłam birdwatching, czyli obserwację ptaków. Uważam, że to jest rewelacyjne” (W_6, K., l. 80).

„Natomiast teraz siłą rzeczy z czegoś muszę rezygnować, ale odkrywam Gdańsk dla siebie i widzę, że wiele osób też tak robi [...] I nagle, widzę to miasto inaczej, zawsze w pędzie, wszystko biegiem, biegiem, biegiem. Teraz [...], wszystko się robi wolniej [...] bo daje też szansę do większej właśnie koncentracji [...]. To nagle człowiek to widzi. No, też zaczyna powoli rozglądać się po całym świecie” (W_6, K., l. 80).

Wypowiedzi badanych pokazują, że znowu przyjmowanie starości nie jest tu biernym pogodzeniem się z losem, ale aktywnym procesem dostosowywania właśnie, próbą układania się z pojawiającymi się ograniczeniami.

Kolejnym wątkiem w omawianym temacie jest potrzeba samostanowienia i samodyscypliny, która pełni rolę wzmacniania podmiotowości i zachowywania wpływu na własne życie mimo narastających trudności. Badani, choć świadomi upływu czasu, nie rezygnują z potrzeby kontroli swojej codzienności:

„Mam tyle lat, ile mam, ale muszę sobie dać radę, ja nie odczuwam tego, tych swoich dziewięćdziesięciu prawie lat” (W_8, K., l. 89).

„To jest ta podstawowa zasada tej subsydiarności, czyli minimum pomocy, a to takie wyręczenie też we wszystkim, no to po prostu człowiek się zaczyna zapadać wtedy, dopiero zaczyna się czuć naprawdę staro. To jest moment, jeżeli cię środowisko tak traktuje, to tak jakby się dopasujesz” (W_6, K., l. 80).

„Ja muszę brać sprawy w swoje ręce. Ja jestem z natury, że lubię, jak ja decyduję. I na przykład mnie strasznie drażni, jak idę na pocztę i muszę wysłać polecony list i stoję w kolejce, a kobieta przychodzi z kilkoma rachunkami sąsiadki, i ta wbija jej tam opłaty, a ja do niej mówię, proszę panią, dlaczego pani na kurs komputerowy nie idzie. Przecież są

za darmo, jakbym nie nauczyła się po raz pierwszy, to bym po raz piąty się nauczyła. Ale bym była niezależna i samodzielna” (W_7, K., l. 76).

„Jestem sama teraz, niezależna. Wszystko właściwie sama sobie, tak” (W_9, K., l. 84).

„Ja z internetu się dowiedziałam, już wtedy bardzo sprawnie się posługiwałam się internetem” (W_14, K., l. 82).

Bycie samodzielnym i niezależnym nie jest przez badanych utożsamiane z osamotnieniem — przeciwnie, towarzyszy mu często poczucie dumy i satysfakcji, że mimo upływu czasu i pojawiających się ograniczeń potrafią radzić sobie we własnym zakresie. Samostanowienie staje się nie tylko narzędziem adaptacji do zmieniających się warunków, ale również formą wyrażania codziennej niezgody wobec społecznych narracji, które przedstawiają starość jako czas bezradności i zależności. Przekonania takie jak: „muszę sobie dać radę”, „lubię, jak ja decyduję” czy sprzeciw wobec bycia wyręczanym przez otoczenie, pokazują, że utrata niezależności jest postrzegana jako zagrożenie dla tożsamości. Jednocześnie te postawy mają charakter adaptacyjny – są sposobem na zachowanie wpływu na własne życie w świecie, który często przypisuje osobom starszym rolę biernych odbiorców opieki i wsparcia. Badani wskazują, że samostanowienie stanowi element konstruowania społecznej tożsamości – definiując siebie jako osoby odpowiedzialne, niezależne i aktywne, pomimo ograniczeń.

Podobnie jest z występującą w parze z samostanowieniem – samodyscypliną, która w doświadczeniu starości zyskuje nowe znaczenie, obok narzędzia organizującego codzienność, staje się także sposobem podtrzymywania podmiotowości:

„Tak, jeżeli założyłam, że będę chodzić na gimnastykę, to choćby się waliło i paliło, to muszę na nią iść” (W_7, K., l. 76).

„Tak, [mniej] sił, ale ja jestem taki człowiek, jak to się mówi, jeszcze zdyscyplinowany. Ja potrafię sobie po prostu zaplanować tak, jak to się mówi na spontanicznie, u mnie musi być wszystko ułożone” (W_9, K., l. 84).

„Sama do ciebie, mówię na cały głos, K., bierz się w garść, ubieraj się i zasuważ. Ludzie czekają” (W_14, K., l. 82).

„Że się nie chce wstać rano? Nie, ja wstaję o szóstej, no i muszę się umyć, bo ja już nie jestem pełnosprawną, także długo się ubieram, uczesać, to muszę pilnować, jak wnuczka do szkoły prowadzi [syna], to zawołam, to uczesze mnie, pomoże. Krople do oczu rano i wieczorem” (W_25, K., l. 92).

„Samodyscyplina, w ogóle, jest potrzebna, bo ludzie, którzy przestają wstawać, przestają dbać o higienę, wtedy tak to się zaczyna. Przestaje nam zależeć na wyglądzie i zaczyna umysł umierać. Tak uważam i do tego nie potrzeba wcale Alzheimera” (W_14, K., l. 82).

„Codziennie przychodzę do klubu i w najróżniejszych zajęciach biorę udział, we wszystkich zajęciach biorę udział, chociaż nieraz jest ciężko czy coś nie potrafię, ale staram się na tyle, na ile potrafię” (W_18, K., l. 90).

„No tak, no trzeba się zmobilizować, młoda damo, no trzeba się, wie pani, no przecież nie sposób chodzić w nocnej koszuli do godziny 4:00 po południu po mieszkaniu” (W_21, K., l. 83).

„To znaczy ja dążę do tego, żeby chciało się chcieć” (W_7, K., l. 77).

Powyższe wypowiedzi pokazują, że regularność, rutyna i codzienna mobilizacja – takie jak poranne wstawanie, dbanie o wygląd, udział w zajęciach czy motywacyjne „stawianie się do pionu” – pełnią rolę nie tylko praktyczną, ale również symboliczną. Dzięki nim badane osoby nie tylko utrzymują swoją sprawność i samodzielność, ale przede wszystkim zachowują poczucie wpływu na własne życie oraz społeczną przynależność. Samodyscyplina staje się więc jednym z ważnych zasobów w codziennym negocjowaniu starości, która nie odbiera im sprawczości, ale wymaga jej nowego zdefiniowania i zakorzenienia w realnych możliwościach. Stanowi przeciwwagę dla utraty kontroli czy społecznego wycofania – elementów stereotypowo przypisywanych starości. Jednocześnie w tych narracjach wyraźna jest świadomość fizycznych ograniczeń: uczestniczki badania nie zaprzeczają spadkowi sił, ale traktują go jako wyzwanie, które można częściowo pokonać dzięki wytrwałości i organizacji życia.

Wbrew dominującym stereotypom starości jako okresu słabości, zależności czy oczekiwań wobec instytucji, moi rozmówcy wyrażają wyraźną niezgodę na postawę roszczeniową, wskazując na indywidualny wysiłek jako podstawowy warunek ich wizji starzenia się:

„A nie pretensje, że państwo nie daje, mnie to śmieszy, że państwo nie daje, że fryzjer jest za darmo, że to, że tamto, przepraszam bardzo, kobieto, weź spójrz na swoją emeryturę i pomyśl co jest dla ciebie priorytetem? (W_7, K., l. 76).

„Ja wiem, że ludzie się złością, kiedy ja tak mówię, ten ktoś z pazurami się na mnie rzuca, ta osoba się złości, bo jak ona pomyśli, że miałyby to sama... Jak to, ja sama mam wziąć odpowiedzialność za to, że mam marną emeryturę, że nie mam emerytury, albo że ja, to państwo, to inni, że ja nie mam, że jestem taki chory, to ja mam odpowiadać? A kurde, człowieku, jak żyjesz? Co robisz ze sobą [...] naprawdę, ale przecież to sobie ludzie grabią całymi garściami do siebie, tylko powiedzenie sobie wymagałoby i nie chodzi o to, żeby się osądzać, tylko prawdopodobnie wymagałoby tego, żeby wziąć, wstać i zrobić coś inaczej. To właśnie tylko wysiłek. No wysiłek” (W_3, K., l. 70).

„No więc, lubię ludzi, poza tym nie lubię chodzić w szlafroku, lubię wyglądać. Wiem, że są zmarszczki i tak dalej, ale ja nie lubię botoksu, dla mnie najważniejszy, to jest ten botoks umysłowy. I ciągle pytam czy jeszcze się posługuję ładnym językiem. Czy jeszcze mówię poprawnie, czy mam świeże wiadomości, czy jestem na bieżąco? Dlatego, że nie lubię uwstecznienia, lubię rozwój i ciągle pytam, słuchajcie, czy ja przypadkiem nie powtarzam się, bo tego się bardzo boję, tego się bardzo boję” (W_7, K., l. 70).

Tożsamość społeczna w starości zostaje przekształcona, nie opiera się już na statusie osoby starszej, ale na przyjęciu odpowiedzialności i potrzebie uznania jako osoby wciąż aktywnej oraz samodzielnej. Dla badanych samodyscyplina, codzienna mobilizacja i świadome wybory stylu życia to nie tylko sposoby adaptacji, ale formy utrzymywania sprawczości i wpływu na siebie. Odrzucając bierną rolę, starają się pozostać obecnymi i zaangażowanymi uczestnikami życia społecznego.

Wreszcie, ostatnim, nad wyraz poruszającym wątkiem związanym z tematem potrzeby akceptacji i zmiany perspektywy jest doświadczanie strat, zarówno cielesnych, jak

i emocjonalnych, które stają się momentem głębokiej konfrontacji z własną starością. Utrata bliskich, zdrowia, sprawności czy dawnych możliwości jest tu nie tylko faktem, ale procesem, który wymaga przededefiniowania relacji z samym sobą i otoczeniem. Towarzyszy mu często świadomość nieodwracalności oraz konieczność emocjonalnego wysiłku, by mimo tego zachować ciągłość sensu życia. To jedno z najtrudniejszych, ale i najbardziej znaczących doświadczeń starości, które domaga się troski, zasobów wewnętrznych i przeformułowań, zwłaszcza tam, gdzie więzi były głębokie, a zaangażowanie silne:

„Ja mam 4 siostry i brata, ale brat już zmarł i był młodszy o 13 lat ode mnie. Ja to przeżyłam strasznie, w przeciągu 3 lat straciłam 7 bliskich osób” (W_9, K., l. 84).

„Po pierwsze posiadam 3 koty, co jest też problemem ludzi starych, bo ja mieszkam sama. Wiele osób jest takich, że mają właśnie koty, psy i to się wiąże, jest więc emocjonalna, a przede wszystkim odpowiedzialność. Ja się też cały czas też zastanawiam, co to będzie, jak ja nagle zejść, dziś, jutro, pojutrze, kto się tymi stworzeniami zaopiekuje się, to wiele osób tak ma, wiem jak moi przyjaciele, pies im zginął parę lat temu. No i ja mówię, weźcie sobie jakiegoś nowego. No tak, ale my już lada moment możemy umrzeć i co będzie z tym stworzeniem” (W_6, K., l. 80).

„No, niestety, nie chodzę na spacer, kiedyś dużo chodziłem i chodzenie było moją mocną stroną. W młodości bardzo dużo chodziłem po górach. Zawsze mówiłem, że nogi były moją najlepszą, że tak powiem, sprawdzoną stroną. No, w tej chwili nie bardzo mogę chodzić [...] stąd z domu wychodzę tylko tyle, ile muszę” (W_11, M., l. 82).

Wypowiedzi uczestników badania unaoczniają, jak silnych zasobów psychicznych i relacyjnych wymaga mierzenie się ze stratami, które niesie starość. To właśnie w tych momentach okazuje się, jak wiele wysiłku potrzeba, by zachować poczucie sensu i ciągłości siebie:

„Może tak od razu, to nie, ale już stopniowo tak, że teraz jestem już w takim wieku, że już jakieś podróże, które jeszcze 8 czy 10 lat temu były no przedmiotem marzeń albo jakichś takich, no planów, chociażby, teraz to już zostało wyeliminowane. Ja już na żadne podróże takie, że trzeba pakować walizkę, lecieć i jechać na lotnisko już się nie piszę” (W_21, K., l. 83).

„Takie przymusowe spowolnienie fizyczne, bo ja bym chciał jeszcze na przykład posiedzieć do późna i napisać, jak mi dobrze idzie pisanie” (W_13, M., l. 78).

„Nie, nie mam zgody. Nie, no nie. Nie, patrzę w lustro i mi tak żal. Tak, oczywiście, ja zdaję sobie z tego sprawę, że młodość już nie wróci, ale na pewno żal jest. No niestety, przecież proszę zauważyć, że odkrywcami nie są starzy ludzie, tylko albo młodzi, albo dojrzały. A na starość, no to już umyka, umyka [człowiek]” (W_14, K., l. 82).

„Ale tak, po pierwsze, odchodzą różne osoby. To jest najtrudniejsze myślę momenty, jak mam świadomość, że większość moich przyjaciół już jest gdzieś tam. To jest rzeczywiście bardzo, bardzo trudne” (W_6, K., l. 80).

„Chociaż nie mogę powiedzieć, że tak zupełnie nie śpiewam, chociaż nie śpiewam tak, jak powinienem śpiewać [...] usiłuję śpiewać z kolegami i z koleżankami popularne piosenki, takie ludowe i harcerskie. To też mogę śpiewać na tyle, ile mnie to gardło moje pozwala” (W_18, K. l. 90).

Doświadczenie strat postrzegane jest jako proces adaptacyjny, w ramach którego jednostka nie ogranicza się do przeżywania samego braku, ale podejmuje próbę przeformułowania swoich oczekiwań i odnalezienia nowego porządku dla swojego systemu wartości.

W tym sensie stają się one momentem redefinicji – zarówno wewnętrznej, jak i społecznej – ponieważ zachowanie tożsamości w obliczu ograniczeń wymaga nieustannego negocjowania swojego miejsca w relacjach i świecie. Dotyczy to nie tylko utraty aktywności fizycznych, ale także uświadomienia sobie, że pewne obszary życia, aspiracje przestają być dostępne. Badani dostrzegają i odczuwają stopniowe wycofywanie się z aktywności, które dawniej były dla nich źródłem przyjemności czy spełnienia. Nie chodzi jednak wyłącznie o fizyczne ograniczenia, jak w przypadku podróży czy śpiewania, ale także o psychologiczny koszt uświadamiania sobie, że pewne aspiracje czy sposoby funkcjonowania stają się niemożliwe do realizacji.

Wyjątkową kwestią powiązaną znaczeniowo z wątkiem doświadczania strat jest, wynikająca z procesu starzenia się, stopniowa utrata pamięci, która w narracjach moich

rozmówców przejawia się jako jedno z najbardziej bolesnych i egzystencjalnie znaczących doświadczeń starości. Nie chodzi tu wyłącznie o funkcjonalne trudności, ale o głęboko przeżywaną stratę, która – ze względu na swoją nieodwracalność – uruchamia silne emocje: niepokój, lęk, ale też frustrację. Jest to doświadczenie niemal powszechne, powraca w prawie każdym wywiadzie. To czyni je jednym z najbardziej uniwersalnych aspektów starzenia się, dotyczącym wszystkich, niezależnie od statusu społecznego, wykształcenia czy stylu życia. Dla wielu to właśnie proces utraty pamięci stanowi niepodważalny sygnał, że starość naprawdę się zaczęła. Jest to swoisty „moment prawdy”, który trudno zignorować:

„To, co mnie boli najbardziej, to to, że często ludzi nie zapamiętuję. Kiedyś miałam fenomenalną pamięć do twarzy. Wystarczyło mi raz człowieka zobaczyć. Teraz mam bardzo często problem z przypięciem osoby do nazwiska i też skąd ja tę osobę znam” (W_1, K., l. 69).

„Myślę, że u mnie to ta starość [...]Może jednak z pamięcią jest gorzej? [...] jednak pewne rzeczy się dzieją, moją starość odczuwam w tym, że nie to, że zapominam jakoś bardzo nie, ale z tymi nazwiskami, imionami. I to mnie irytuje, że często pamiętam imię, a nie pamiętam nazwiska” (W_12, M., l. 78).

„Seniorzy mają też problemy z pamięcią. To jest problem. No, to wie pani, ja tak zawsze mówię do córki, jeżeli ty zobaczysz, że ja już karteczki sobie piszę, co ja mam jutro zrobić, to ty reaguj od razu” (W_16, K., l. 77).

„Jestem wkurzony na siebie, bo mam już problemy z pamięcią. Zapominam niektórych rzeczy, zapominam, że miałem to zrobić, nie zrobiłem” (W_19, M., l. 81).

„Pamięć staje się coraz bardziej katastrofalna, już kiedyś było, że zapominałem nazwisko czy coś takiego i jeszcze jak pracowałem przed przejściem na emeryturę, miewałem lęki, że na wykładzie mogę zapomnieć nazwiska ważnych postaci, o których powinienem mówić” (W_24, M., l. 80).

„No, to wie pani, to mnie na przykład zaczyna denerwować, że ja coś wieczorem przeczytam, a rano już nie bardzo wiem co [przeczytałam]. Moja koleżanka, robi notatki, a ja, wie pani, tych notatek nie robię, bo do notatek też trzeba sięgać i pewno też je zapomnę.

Ale czytać lubię. No i to tak będzie, no to trudno, zapominam to zapominam” (W_21, K., l. 83).

„Także czytam sporo. To jest jak walka o pamięć, żeby nie stracić pamięci” (W_23, K., l. 79).

„Teraz na przykład, w tym roku, to spadek znaczący związany właśnie z utratą pamięć. A mimo to piszę te wspomnienie i tam, pamiętam coraz więcej i coraz bardziej szczegółowo. Daję kolegom niektórym przeczytać, to podoba im się, ale podziwiają, że wszystko tak pamiętam, a ja nie wszystko oczywiście pamiętam, bo piszę o tym, co pamiętam, a o tym, czego nie pamiętam, nie piszę” (W_24, M, l. 80).

Proces stopniowej utraty pamięci to nie tylko doświadczanie strat, ale dużo więcej, to utrata egzystencjalna, związana z obrazem siebie, która dotyka samego rdzenia tożsamości społecznej i osobistej. Wywołuje dyskomfort mentalny, za którym pojawia się pytanie, czy nadal jestem sobą, w kontekście osoby, która może na sobie polegać, zachować ciągłość działania, sprawczości i odpowiedzialności za siebie. W konsekwencji, prowadzi do refleksji nad granicami autonomii i zagrożeniem zależnością. Pamięć okazuje się tu czymś więcej niż tylko zasobem poznawczym, staje się fundamentem samostanowienia. Jej utrata uruchamia lęk przed utratą kontroli, a w dalszej perspektywie przed byciem całkowicie zdanym na innych. W tym sensie jest to najbardziej wewnętrzna strata, taka, która redefiniuje relację z samym sobą i zarazem światem społecznym, pozostawiając niewiele przestrzeni na zbudowanie nowej narracji o sobie. Z tego powodu, uznaję ją za część tematu potrzeby akceptacji i zmiany perspektywy kategorii, a zarazem poświęcam jej szczególną uwagę jako momentowi granicznemu – takiemu, w którym dotychczasowe strategie reinterpretacji mogą się załamać, a tożsamość zostaje wystawiona na wyjątkowo silną próbę.

Temat potrzeby akceptacji i zmiany perspektywy także ukazuje starość jako proces ciągłej zmienności i przystosowywania, a nie jako sztywny, raz na zawsze ustalony etap życia. To proces osadzony przede wszystkim w relacji z samym sobą — oparty na refleksji, przewartościowaniach i wewnętrznej pracy nad pogodzeniem się ze zmianą. Uczestnicy badania reinterpreterują doświadczenia, straty i ograniczenia w sposób, który pozwala zachować poczucie sensu, wartości i ciągłości „ja” — nawet mimo świadomości nieuchronności zmian. Starają się przyjmować starość jako naturalny etap życia, z którym

trzeba się „ułożyć” i znaleźć nowe sposoby funkcjonowania. W tym kontekście starość nie oznacza biernej rezygnacji, lecz aktywne dostosowywanie się do wyzwań tego czasu w życiu. Pomocne okazują się tu sprawczość i samodyscyplina, które umożliwiają zachowanie poczucia ciągłości „ja” i poczucie codziennego komfortu mimo świadomości nieuchronnych zmian. Akceptacja starości nie oznacza rezygnacji z tożsamości społecznej, lecz staje się sposobem jej utrzymania – poprzez aktywne nadawanie znaczenia temu, co jednostka może jeszcze robić, reprezentować i z kim czy z czym może się utożsamiać.

5.1.3. Wartość autonomii i refleksji

Wypowiedzi uczestników badania jasno pokazują, że starzenie się jest nie tylko procesem fizycznym i społecznym, ale także doświadczeniem głęboko osadzonym w refleksyjności, przewartościowaniach oraz potrzebie nadawania znaczenia własnemu życiu. Jak zauważył jeden z badanych:

„No może świadomość w starszym wieku jest większa, bo zwiększa się skłonność do refleksji. Nie wiem czy u wszystkich, ale u wielu, myślę sobie, do jakiejś refleksji, zastanawiania się czy.... człowiek jest młody, to tam się mniej zastanawia” (W_5, M., l. 70).

Obszar znaczeniowy powiązany z wartością autonomii i refleksji odnosi się do wyjątkowej odsłony starości, która bywa postrzegana jako czas symbolicznego odzyskiwania przestrzeni osobistej — wolnej od zawodowych i rodzinnych zobowiązań, wypełnionej za to potrzebą sensu, możliwej aktywności czy codziennej radości. To okres, w którym intensywnie powraca pytanie o znaczenie przeżytego życia i sposób jego domykania, ale także o jakość dalszego bycia w świecie. To właśnie życiowe ukierunkowanie na nieprzerwaną gotowość do reagowania, decydowania i przeżywania stanowi wspólny mianownik dla refleksji, dążeń i postaw badanych. W tle ich osobistych relacji na temat starości właściwie nieustannie powraca jedno, fundamentalne pragnienie, żeby pozostać przy życiu, zarówno w sensie dosłownym i symbolicznym. Nie chodzi tu wyłącznie o dalsze trwanie, lecz o zdolność doceniania codzienności, czerpania radości z drobnych rzeczy i wykorzystywania tego, co nadal jest możliwe:

„Chęć życia, po prostu, myślę” (W_16, K., l. 77).

„Ja tylko się boję jednego, wiem, zdaję sobie sprawy, że kiedyś odejdę, ale szkoda mi tego świata, bo ludzie nie zdają sobie sprawy z wartości. Nie zdają” (W_9, K., l. 84).

„Ja się cieszę z każdego dnia, absolutnie. Cieszę się jak świeci słońce, cieszę się też jak pada deszcz, bo wtedy nic nie muszę. Nie muszę wychodzić, mogę posiedzieć, mogę coś tam sobie w domu porobić, mogę poczytać książkę” (W_4, K., l. 73).

„Jeszcze cieszyć się, to jest ważne, żeby się cieszyć życiem. W końcu to jest coś takiego, to na różne sposoby, żeby się po prostu cieszyć, nie pracować tylko intensywnie, ale cieszyć się nawet tą pracą, czymkolwiek” (W_6, K., l. 80).

„Korzystać, znaczy, my staramy się korzystać z życia, że idziemy na jakiś spacer, że skończyłem książkę, jakiś tam rozdział” (W_13, M., l. 78).

„Ja nie, nie, ja nie, ja chodzę sobie, śpiewam nawet w domu, czasem tańczę, bo w ogóle bardzo lubię. Ja tutaj mam złoty medal za śpiewanie, tak, kochanie” (W_9, K., l. 84).

Tę afirmację życia uczyniłam zatem ramą, w której mieszczą się wyłonione znaczeniowo istotne wątki wynikające z omawianego tematu, pozornie odmienne, lecz współzależne sposoby realizowania takiej postawy w przeżywaniu starości.

Pierwszym z nich jest odnajdywanie spełnienia i sensu na etapie życia, w którym refleksja nad minionym życiem oraz aktualnymi priorytetami nabiera szczególnego znaczenia. Starzenie się nie jest tu postrzegane jako wyłącznie proces fizycznego ubytku, lecz raczej jako faza, w której można poszukiwać sensu życia – zarówno w perspektywie codzienności, jak i głębszych wartości. Badani mówią o poczuciu spełnienia, wewnętrznego uspokojenia, wdzięczności, a także uważności, która pozwala dostrzegać znaczenie drobnych rzeczy i radość z ich przeżywania. Refleksja nad sensem często łączy się również z potrzebą pozostawienia po sobie śladu – symbolicznego lub emocjonalnego. Pragnienie, by starość miała znaczenie – zarówno w wymiarze osobistym, jak i relacyjnym – pojawia się w niemal wszystkich wypowiedziach:

„Ja myślę, że w każdym człowieku jest takie jakieś pragnienie zostawienia śladu po sobie, niektórzy pod postacią, o moja wnuczka, wypisz, wymaluj, mądra po mnie, piękna po mnie” (W_14, K. l. 82).

„Wspomnieniami [zajmuję się], piszę wspomnienia” (W_24, M., l. 80).

„Ja przeżywam normalnie, aktywnie, z pełną frajdą, zadowoleniem, mając tam jakieś tylko odpryski z dawnych, dawnych lat, które są mało sympatyczne” (W_13, M., l. 78).

„Czuję się spełnionym człowiekiem i jestem dumny z siebie, że od chłopca, który pasał gęsi, zostałem dyrektorem” (W_10, M., l. 77).

„Ogromnym [dzielenie się doświadczeniem jest źródłem satysfakcji], bo ja zawsze miałem świadomość taką, że ja nie jestem doskonały, że mogę być lepszy, że zawsze ktoś tam, coś tam. Tak czułem się trochę wycofany” (W_13, M., l. 78).

„Ja się czuję osobą zrealizowaną i taką, która no ma coś jeszcze do zrobienia” (W_4, K., l. 73).

Dla niektórych badanych sensem staje się religijna codzienność, w której rytm dnia wyznaczają modlitwa, wdzięczność i ustalona rutyna:

„[...] sensu życia szukam u Boga, modlę się i mówię Boże daj mi dzisiaj spokojnie dożyć, na wieczór tak samo mówię, daj mi Boże dożyć ranka, dziękuję rano za to wszystko, no i idę do łazienki, ubieram się, zjadam śniadanie, sprzątam kuchnię, idę o klubu” (W_8, K., l. 89).

Kolejnym wątkiem w tej kategorii jest poczucie odzyskanej swobody od obowiązków i presji społecznych. Ta nowo odzyskana autonomia nabiera szczególnego znaczenia – „nic już nie muszę” przestaje oznaczać rezygnację, a zaczyna być wyrazem świadomego wyboru i niezależności. Ten rodzaj wolności, o której mówią badani, jawi się jako egzystencjalny przełom — umożliwiający nie tylko swobodniejsze funkcjonowanie, ale również nadanie codzienności nowego kształtu:

„Wiesz, jakby nie jestem zniewolona przez czynniki zewnętrzne. No bo jednak to, wiesz, w tym młodszy wiek, no to kobiety, a rodzina, dzieci...” (W_2, K., l. 68).

„Dojrzałość jest genialnym czasem, ja przez to dużo mniej poważnie traktuję życie niż kiedyś, dużo, dużo mniej się przejmuję, że mam taką wewnętrzną wolność i swobodę, że mam też świadomość, że mogę wybierać, że mogę tak jak chcę, że, a co mi kto tutaj może, a nawet jeżeli, no to co z tego? [...] Dla mnie jest to po prostu totalna, jak to powiedzieć? Taka niezależność, swoboda, cudowny czas...” (W_3, K., l. 70).

„Na starość, starość jest cudownym wiekiem, najpiękniejszym wiekiem w ogóle w życiu, bo ten stary już nie musi, nie ma żadnych wyzwań. Jeśli coś robi, to nie dlatego, że musi. Nie postrzega tego jako musi, postrzega jako bo chce. To jest to, wtedy dopiero jest prawdziwa wolność” (W_5, M., l. 70).

W wielu wypowiedziach badanych wybrzmiewa silny motyw swego rodzaju przewartościowania – momentu, w którym po latach życia podporządkowanego innym, pojawia się poczucie ulgi, odciążenia i odzyskanej przestrzeni dla siebie. To nie tylko zmiana warunków zewnętrznych, ale także przemiana wewnętrzna, której wyrazem staje się potwierdzanie własnej niezależności i odwagi życia na własnych zasadach, poczucie emancypacji od cudzych oczekiwań czy społecznych konwenansów:

„Ja twierdę, że mnie w tym wieku już wszystko wolno idę na całość. Jestem odważna do dziś. Co będzie to będzie” (W_9, K., l. 84).

„Wie pani, to jest znakomite. Znaczy, ja w ogóle kiedyś przeżywałam ogromnie, jak się właśnie znajdę czy zachowam. Powiem coś nie tak, a teraz to mnie guzik obchodzi, co najwyżej powiedzą, że to stara baba i nic więcej, że mogę robić różne głupoty. Mogę się różnie zachowywać. Mogę nie być w zgodzie z różnymi zasadami i nic z tego powodu się nie dzieje. No, co się stanie, poza tym, że ktoś coś powie czy pomyśli? No, nic nie tracę, jakiegoś tam stanowiska, nie wiem, nie wyrzucą mnie z pracy, że po prostu wszystko mi wolno” (W_6, K., l. 80).

„Nie to, że ja sobie uświadomiłam, że jestem stara, tylko, że życie ucieka i była we mnie [...] taka ogromna złości i zawzięcie, że ja się nie dam, nie mogę. Nie, nie, nie, nie. I tak,

i powiem, że chyba od tamtej pory zaczęła się moja, jak to niektórzy mówią, nadaktywność. Dom przestał być dla mnie ważny. Porządek w domu przestał być ważny, gotowanie, wypiekanie, jakieś zjazdy rodzinne przestały być ważne. Dla mnie ważne była moja satysfakcja. I myślę, że właśnie wtedy uświadomiłam, co to znaczy, kiedy kobiety mówią moje szczęście, moja satysfakcja” (W_14, K., l. 82).

Niektórzy mówią wprost, że czują się młodziej niż wcześniej, bo mają więcej przestrzeni na to, co ich interesuje, co buduje ich poczucie siebie:

„Ja się nie czuję staro, ja bym nie myślała w ogóle, raczej bym myślała o tym, że ja się czuję wręcz młodziej niż w niektórych innych okresach mojego życia. Mam więcej czasu na myślenie, na poznanie, na zainteresowania” (W_1, K., l. 69).

„Jak sobie przypominam, w jakim stanie i obciążeniu psychicznym byłam, jak byłam młodsza i pracowałam, to w życiu nie byłabym w stanie tego robić [rozwijać pasje], bo nie było na to czasu, mocy, przestrzeni [...]. To daje mi możliwość kreowania swojej przestrzeni” (W_2, K. l. 68).

„Ja właściwie nie mam na razie, przynajmniej, dopóki, jeszcze wiesz, w miarę funkcjonuję, to ja nie mam żadnych powodów do tego, żeby się uskarżać na ten wiek, a bym nawet powiedziała, że uzyskałam pewien rodzaj spokoju, takiego, że właściwie już nic nie muszę, że gdzieś tam podstawowe rzeczy są zabezpieczone, że właściwie jak nie będę chciała, to nie będę robiła, ani nie będę się tym przejmowała. Także dla mnie to jest dobry okres, ja życzę każdemu takiego starzenia się, jak moje” (W_1, K., l. 69).

Dla niektórych wewnętrzna wolność łączy się z poczuciem spokoju i niewymuszonego tempa, co staje się nową jakością życia:

„Coś takiego i takie docenienie właśnie, bo nic nie muszę. Oczywiście sobie narzucam 5000 rzeczy, nie wiem po cholerę mi te projekty. No robię, natomiast jest tak, tak właśnie, że zaczynam doceniać taką powolność, powolność życia, jak to się nazywa, słowo?” (W_6, K., l. 80).

„Pobieram emeryturę, co bardzo uspokoiło mnie wewnętrznie i pozwala mi dalej prowadzić firmę z większym uspokojeniem i w tej chwili biorę rzeczy tylko te, które mnie cieszą” (W_2, K., l. 68).

„[...]więcej czasu poświęcam na refleksję, ale też na kontemplację, czyli wiesz, patrzę sobie po prostu, mogę sobie usiąść w zieleni i na tą zieleń sobie patrzeć i właściwie nic mi więcej nie potrzeba. Nie myślę wtedy[...] jednocześnie mam taki jakby większy spokój w tym i na pewno mam wraz z wiekiem i to jest chyba zdobycz też ostatnich lat, po prostu mam więcej spokoju w sobie. Nic mnie właściwie nie goni. Nie ma tego takiego niepokoju, który ja zawsze jakoś próbowałam rozpoznać i zdefiniować kiedyś, myślałam sobie o tym, że ten niepokój jest w każdym człowieku właśnie wynika z tego czynienia ziemi poddaną i z konieczności rozwoju” (W_1, K., l. 69).

Dla wielu badanych osób to właśnie na tym etapie życia, już po zakończeniu obowiązków rodzinnych i zawodowych możliwe staje się życie w zgodzie ze sobą, według własnego rytmu, tempa i wartości.

Ostatnim wyróżnionym wątkiem tego tematu jest potrzeba wyznaczania granic zależności w podejmowaniu decyzji o przyszłości. Badani, z jednej strony akcentują zgodę na nieuchronność biologicznych zmian, z drugiej wykazują wyraźną potrzebę decydowania o sobie: zarówno w codziennych wyborach, jak i w kontekście ewentualnej opieki i końca życia. W ich wypowiedziach wielokrotnie powraca niepokój związany z przyszłością, fizycznym osłabieniem i ewentualną potrzebą opieki. W obliczu tych nieuniknionych zmian, osoby starsze artykułują potrzebę zachowania kontroli nad własnym życiem aż do samego końca. Ta postawa nie wynika wyłącznie z lęku przed chorobą czy cierpieniem – dotyczy raczej obawy przed utratą autonomii i koniecznością zależności od innych, szczególnie od dzieci. To głęboko zakorzeniona potrzeba, by pozostać odpowiedzialnym za siebie i swoje decyzje, nawet w najtrudniejszych momentach życia:

„Żeby mi się rozum nie pomieszał, żebym sobie radę dawała, żebym nie musiała nikogo prosić, żeby zmarła, proszę Boga nie leżąc tyle” (W_8, K. l. 89).

„Każdy z nas ma momenty, kiedy zaczyna się zastanawiać, ale to nie jest związane z doświadczeniem choroby, tylko doświadczeniem, po prostu, no upływu czasu. Nawet

każdy z nas, tym bardziej że, jeżeli się pracuje tyle lat w pomocy społecznej, człowiek ma wizję tego, co się będzie z człowiekiem działo. Jeżeli nie ma się do czynienia z ludźmi starymi przez całe życie, to się nawet czasami nie wie jak to może wyglądać? A ja miałam. Wiem, że ta starość wcale nie jest taka różowa w momencie, kiedy się po prostu sypie zdrowie i tego się boję. To jest chyba największe, że, człowiek coraz mniej rzeczy może sam, a pani wie o tym doskonale, że ja jestem Zosia Samosia. Ja się wkurzam, jak ja muszę kogoś prosić o pomoc” (W_4, K., l. 73).

„[...]Myślę, że nie chciałabym być zależna od kogoś, kto nie ma wobec mnie, że tak powiem, w tym znaczeniu, że albo kogoś bym wynajęła na przykład, nie chciałabym kogokolwiek obciążać” (W_6, K., l. 80).

Strategie dotyczące przyszłości, jakie ujawniają się w wypowiedziach badanych, obejmują także refleksję nad możliwością skorzystania z opieki instytucjonalnej. Opinie na ten temat są podzielone, jednak dla części rozmówców nie jest to ostateczność, lecz przemyślany akt odpowiedzialności – wyraz troski o bliskich, których nie chcą obciążać. W ich oczach to świadoma decyzja, podjęta z wyprzedzeniem i spokojem, mająca na celu zachowanie własnej godności oraz autonomii wyboru. Tego rodzaju postawa wydaje się nie wynikać z lęku, lecz z pogodzenia się z nieuchronnością starzenia:

„[...] uważam, że dopóki bozia mnie daje rozum, to muszę sobie dać radę, a jeżeli będę traciła rozum, to się przeprowadzę tu, do dps, oddam rentę a rentę mam nie taką małą, przyjdę i jakoś dożyję, bo powiem pani nie chcę nikogo obciążać” (W_8, K. l. 89).

„Nie, one wiedzą, co mają zrobić w takim wypadku. Ja się nie, nie, nie, nie boję domu opieki, nie boję się, mają mnie oddać tam, gdzie mogą” (W_17, K., l. 71).

Z drugiej strony, opieka instytucjonalna bywa też naznaczona emocjonalnym ciężarem:

„Ale powiem jedno, pewno na zakończenie, nie chciałabym skończyć w domu pomocy. Zawsze mówię do mojego syna jedynaka, nieraz o czymś tam rozmawiamy, pamiętaj, jak ty mamusię w domu pomocy umieszczisz...” (W_15, K., l. 72).

Jedne z najbardziej poruszających wypowiedzi uczestników ujawniają społecznie osadzone strukturalne lęki, nie tyle dotyczące samej śmierci, ile tego, co ją często poprzedza: utraty samodzielności, kontroli, a w efekcie – siebie samego. Pojawia się wyraźny niepokój przed „byciem ciężarem”, przed bezradnością, która odbiera poczucie podmiotowości i sprawczości:

„Co jest dla mnie ważne, żebyśmy w miarę no sprawnie, dożyli, doszli do tego kresu. Żeby nikt nami się nie musiał opiekować i to jest dla mnie właśnie jakby najważniejsze w tej chwili, żeby nie spaść dzieciom jako bezwolna, no, osoba, którą trzeba się będzie opiekować. Tego bym bardzo nie chciała i tego się boję. Boję się cierpienia i boję się tej utraty świadomości” (W_23, K., l. 79).

„No, ale najchętniej, to by było tak, żeby się położyć i nie wstać, żeby nie było problemu” (W_4, K., l. 73).

Kolejny głos przesuwając refleksję jeszcze dalej – ku granicy życia i śmierci jako przestrzeni osobistej decyzji:

„Dzieci? W żadnym wypadku. W ogóle bym nie chciał. Dlatego myślę o eutanazji. Tylko, że znów tutaj wolałbym, żeby nikt z zewnątrz nie brał w tym udziału. Chciałbym sam to załatwić. Ale w tym odpowiednim momencie znaczy, że jeszcze nie dziś, to kiedy? I jak? Chyba najbardziej skłaniam się w tej chwili do metody Attyka, przyjaciela Cyncerona” (W_24, M., l. 80).

Analizowany wątek odsłania delikatną równowagę, w jakiej funkcjonują badani – pomiędzy pragnieniem niezależności a świadomością zbliżającej się potrzeby opieki, między chęcią zachowania kontroli a nieuchronnością fizycznych ograniczeń. W ich wypowiedziach wyraźnie wybrzmiewa głęboka odpowiedzialność za siebie, która idzie w parze z gotowością, by realnie oceniać własne zasoby i przygotować się na możliwą zależność. Troska o autonomię nie oznacza więc zaprzeczania starości, ale świadome jej przyjmowanie – z uwzględnieniem swoich granic. Równocześnie wyraźnie ujawnia się lęk przed utratą sprawczości i kontroli nad sobą – zwłaszcza w odniesieniu do ciała, pamięci oraz decyzji dotyczących opieki i codziennego życia. Mimo że są to refleksje trudne i głęboko osobiste,

zakorzenione są w postawie samostanowienia: badani pragną zachować wpływ na to, co ich czeka, i nie chcą rezygnować z odpowiedzialności za siebie bez udziału własnej woli.

W wypowiedziach badanych pojawia się także motyw życiowych refleksji i swoistego przesłania, które prawdopodobnie pragną wyrazić „na głos”, co stanowi doskonałe dopełnienie omawianego tematu. Można go potraktować jako symboliczne domknięcie refleksyjności w starości, nie tylko w wymiarze osobistym, chociaż trudno oprzeć się wrażeniu, że to przede wszystkim do samych siebie kierują ten przekaz. Jednocześnie jest to głos pozostawiany także innym, sobie nawzajem, młodszym pokoleniom, ale i pewnie światu:

„Żyć i cieszyć się życiem, dopóki się je ma i zdrowiem. Dla mnie najważniejsze jest zdrowie, a na drugim miejscu dopiero pieniądze, bo one ułatwiają życie. Tak, ale nie ma zamartwiać się, bo to nic nie da” (W_6, K., l. 80).

„To trzeba przede wszystkim dbać o siebie, wychodzić między ludzi, być dobrym dla ludzi, bo zawsze uważam, że to wraca jak bumerang, niech mi pani wierzy, zawsze.” (W_20, K. l. 78).

„Próbować się nie dawać, dopóki się da, czyli sobie stawiać jakieś zadania i się z nich wywiązywać. Natomiast pewne rzeczy trzeba zaakceptować” (W_21, K., l. 83).

„To by było dbanie, proszę pani, o jedzenie, tak, o jedzenie. No i praca, nie fizyczna, ale głowa, zacząć chodzić gdzieś, interesować się czymś. No nie, nie można tak beczynnie, coś trzeba robić. Mało siedzieć przed telewizorem” (W_22, M., l. 85).

Te osobiste świadectwa przeżywanego starości są nie tylko wyrazem indywidualnego poszukiwania jej sensu, ale, przekraczając perspektywę jednostkową, nabierają charakteru zbiorowego przekazu, będącego rezultatem przeżytych doświadczeń, minionych lat i podejmowanego namysłu, czyli to wszystko, na co dopiero w starości może pojawić się przestrzeń:

„No mówię, dla siebie coś, żeby działać, żeby mieć satysfakcję z działań swoich własnych. Chociaż takie mini, jakieś osiągnięcia, a chociażby to, że mój wiersz został piosenką, jest w internecie na wieki wieków. Amen” (W_14, K., l. 82).

„To znaczy, proszę panią, generalnie uważam, że na tyle, na ile człowiek może, żeby się nie poddawać, żeby, no nie, jak gdyby nie dodawać jakiś swoich słabości, próbować z nimi walczyć, próbować z tego co można korzystać” (W_21, K., l. 83).

„Każdy już żyje innym życiem. Tyle lat minęło, tyle się zmieniło. Każdy ma swoje własne radości, dajmy im żyć. Szukajmy naszych, tego co nas cieszy” (W_13, M., l. 78).

„Cały czas mieć jeszcze jakieś plany” (W_23, K., l. 79).

„Lubię to wspomnianie teraz...” (W_24, M., l. 80).

Te, niepozbawione emocji, refleksje, mimo, konstytuujących doświadczanie starości trudności, dotyczą istoty jej przeżywania. Mają formę daleką od moralizatorstwa i dydaktyki, ukazują afirmację życia jako wartość nadrzędną, niezależną od wieku, ograniczeń czy okoliczności.

Temat wartości autonomii i refleksji prezentuje starość jako czas dialogu z samym sobą, w którym osoby badane zyskują przestrzeń do namysłu nad tym etapem swojego życia, jego wymiarem, sensem i znaczeniem. Mierzą się z nim poprzez własne obserwacje, oceny i decyzje, często codzienne, ale pokazujące realne spojrzenie na rzeczywistość i potrzebę zachowania wpływu na siebie i swoje życie. W tym ujęciu przestrzeń refleksji staje się nie tylko miejscem myślenia o sobie, ale też symboliczną przestrzenią sprawczości, w której autonomia nie jest wiązana już tylko z brakiem zależności od innych, ale zdolnością do podejmowania istotnych decyzji i wyznaczania sensów własnego życia.

Wypowiedzi badanych pokazują, że potrzeba przestrzeni refleksji i autonomii pozwala na stopniowe porządkowanie tego, co było, pogodzenie się z ograniczeniami, ale też z obecnością w życiu. To czas świadomego i uważnego bycia przy sobie, zintegrowanego z przeszłością i otwartego na to, co możliwe i podtrzymywanie poczucia tożsamości społecznej zakotwiczonego także w doświadczeniu samostanowienia.

5.1.4. Podsumowanie

Analizowany wymiar relacji z samym sobą ujawnia złożony, wielowarstwowy proces, w którym osoby starsze mierzą się z doświadczeniem starości nie tylko jako zjawiskiem biologicznym czy społecznym, ale przede wszystkim jako intymnym, egzystencjalnym wyzwaniem. Ta wewnętrzna konieczność zmierzenia z własnymi ograniczeniami, utratami czy niemożnościami, które kreują namacalne i często nieodwracalne zmiany, inicjuje proces refleksji nad sobą i potrzebę przeformułowania tego, kim jestem na tym etapie swojego życia. Pojawia się rozdźwięk pomiędzy dotychczasowymi potrzebami i pragnieniami, a dostępnymi możliwościami w warunkach starzejącego się ciała, a co za tym idzie, konieczna reinterpretacja życiowych celów i tożsamościowych założeń. Na tym tle ujawniają się także mechanizmy dystansowania się od społecznych schematów starości, postrzeganych przez badanych jako ograniczające i nieoddające złożoności ich doświadczeń. To, co z zewnątrz, bywa filtrowane przez to, co przeżywane — i tylko wtedy, gdy zostaje uznane za użyteczne, może być włączone w narrację o sobie. W tym sensie starość staje się nie gotowym statusem, lecz rozpoznawaniem siebie na nowo, pomiędzy ciałem, pamięcią, emocjami i światem społecznym. Na wszystkich poziomach tego wymiaru ujawnia się ambiwalencja starości: z jednej strony to czas straty, spowolnienia, zależności i refleksji nad granicami własnych możliwości, z drugiej — przestrzeń autonomii, wewnętrznego porządkowania, odzyskiwania siebie i afirmacji życia mimo jego ograniczeń. Badani oscylują pomiędzy zgodą a niezgodą, pogodzeniem się a sprzeciwem, codziennym trudem a satysfakcją z odzyskanej wolności. To właśnie ta niejednoznaczność staje się ramą, w której osadzają swoje wypowiedzi — nie wybierają jednej narracji o starości, lecz poruszają się pomiędzy sprzecznościami, próbując zachować ciągłość swojej tożsamości w świecie pełnym zmian.

Co znamienne, wiek metrykalny nie stanowił w badaniu czynnika różnicującego postaw wobec starości. Zarówno siedemdziesięcioletni, jak i dziewięćdziesięcioletni uczestnicy badań prezentowali zbliżone strategie autoidentyfikacji, często dystansując się od kategorii osoby starszej. Nawet wśród najstarszych rozmówców wyraźna była niechęć do internalizacji społecznych wyobrażeń o starości, nie dlatego, że te obrazy są im obce, ale właśnie dlatego, że utożsamiają ją z wycofaniem i zależnością, z czym nie chcą się zgadzać. Wręcz przeciwnie, dominowały narracje aktywnego sprawstwa, przekonania o ciągłości siebie oraz symboliczne odsuwanie starości jako tożsamościowego wyznacznika. To pokazuje, że samoświadomość wieku nie musi być tożsama z jego społecznym przypisaniem, a nawet więcej może być wobec niego aktem sprzeciwu.

Temat dążenia do samookreślenia i wyznaczania granic ukazał sposób, w jaki badani definiują siebie wobec społecznie przypisywanej im kategorii starości. Tożsamość społeczna to nieustanny dialog jednostki ze zmieniającym się ciałem, wewnętrznymi przekonaniami i społecznymi oczekiwaniami. Uczestnicy badania nie przyjmują biernie etykiety osoby starszej, ale się od niej dystansują, reinterpreterują i nadają nowe znaczenia w zgodzie z tym, jak sami siebie widzą. Starość jako kategoria nabiera w ten sposób charakteru, który można przekształcić, zindywidualizować i tak dopasować, by zachować wpływ na obraz siebie. Natomiast odmowa przyjęcia określenia osoba starsza działa nie tylko jako werbalny sprzeciw, ale właśnie jako przejaw kształtowania swojej tożsamości poza społeczną kategorią wieku.

Temat potrzeby akceptacji i zmiany perspektywy obejmuje procesy, w których badani starają się oswoić, zaakceptować i przekształcić znaczenia starości w zgodzie z własnym doświadczeniem. Akceptacja ta wymaga jednak świadomego wysiłku, pracy emocjonalnej i refleksji. Badani adaptują się do nowych ograniczeń, redefiniują utracone role i szukają nowych aktywności, które pozwalają im nadal czuć się kompetentnymi, potrzebnymi, samodzielnymi. Ujawnione tu samostanowienie i samodyscyplina to strategie trzymania się rytuałów, rutyny i jasnych celów, niekiedy symbolicznych, które pozwalają zachować podmiotowość i wpływ na własną biografię. Kluczowe staje się tu nie tylko utrzymanie sprawczości, ale i poczucie sensu, które pozwala dalej trwać. Utrata pamięci, szczególnie dojmująca, zostaje zinterpretowana jako strata tożsamościowa — redefiniująca relację z samym sobą i z otoczeniem, stanowiąca próg, za którym zachowanie autonomii staje się zagrożone.

Wartość autonomii i refleksji to kategoria pokazująca starość jako czas pogłębionego namysłu nad sobą, przemijaniem, swoim miejscem w świecie. To moment, kiedy zadaje się pytania o znaczenie przeżytego życia, sens obecnego momentu i możliwe sposoby jego domknięcia w zgodzie z własnymi wartościami. Szczególnie silnie wybrzmiewa tu jednocześnie lęk przed utratą autonomii i potrzeba jej zachowania, nie tylko w zakresie codziennych czynności, ale również w planowaniu ewentualnej opieki czy reagowania na sytuacje zależności. Dla wielu rozmówców kluczowe jest to, by jak najdłużej „radzić sobie samemu”, co daje im poczucie godności, sensu i kontroli nad własnym losem. W tej refleksyjności ujawnia się jeszcze jeden wymiar – przesłanie o tym, co ważne w starości wypływające z indywidualnych doświadczeń badanych. Jego wiodący przekaz opiera się na afirmacji codzienności, mimo ograniczeń, strat i poczucia upływu czasu.

Analizując, w ramach wymiaru relacji z samym sobą, znaczenia wpływające z wypowiedzi uczestników w odniesieniu do postawionych pytań badawczych, ujawnia się, że na fundament, na którym opiera się przeżywanie starości składają się przede wszystkim: indywidualna refleksyjność, osobista interpretacja własnych doświadczeń oraz silna potrzeba samostanowienia. Refleksja ta obejmuje nie tylko namysł nad własną biografią, zmianami cielesnymi czy emocjonalnymi, ale także aktywne odnoszenie się do społecznych wyobrażeń i norm związanych ze starością. Osoby badane często konfrontują się z dominującymi społecznie obrazami starości jako okresu wycofania czy zależności. To zestawienie z oczekiwaniami społecznymi nie zostaje jednak całkowicie odrzucone, lecz podlega negocjacji i reinterpretacji: badani wybierają te aspekty, które są zgodne z ich przeżyciem i wartościami, a inne odrzucają lub przekształcają. Natomiast pytania odnoszące się do znaczeń przypisywanych starości pokazują wyraźnie, że badani nie postrzegają jej jako czasu wycofania, lecz jako etap, który może (choć nie musi) zawierać elementy rozwoju, pogłębionej refleksji oraz symbolicznego domknięcia. Dla wielu uczestników starość staje się ramą do budowania alternatywnej narracji o sobie. Utrzymanie autonomii, także w kontekście planowania ewentualnej opieki i mierzenia się z przyszłą zależnością, pojawia się jako kluczowy aspekt tożsamościowy. Nie chodzi przy tym o zachowanie niezależności za wszelką cenę, ale o możliwość decydowania o sobie. W ten sposób wymiar relacji z samym sobą staje się przestrzenią wnikliwego (re)definiowania siebie, nie po to, by powracać do dawnych ról czy obrazów, lecz by odnaleźć nową formę uczestnictwa w świecie społecznym – zgodną z aktualnymi możliwościami i wartościami. Jednostkowy wymiar, nacechowany świadomością, akceptacją i reinterpretacją, okazuje się istotnym składnikiem konstruowanej tożsamości społecznej w starości.

5.2. Kontekst relacji z innymi. Relacyjny wymiar tożsamości społecznej

W relacyjnym wymiarze tożsamości społecznej kluczowe znaczenie mają codzienne, bezpośrednie kontakty osób starszych z innymi ludźmi – członkami rodziny, przyjaciółmi, sąsiadami, grupami rówieśniczymi oraz innymi osobami spotykanymi w przestrzeniach społecznych. To właśnie te relacje stanowią punkt odniesienia w procesie samookreślenia i wpływają na to, jak jednostka postrzega siebie jako osobę starszą. Konstruowanie tożsamości społecznej w tym wymiarze dokonuje się zatem w dialogu z innymi, poprzez uznanie, wsparcie, bliskość, ale też poprzez dystans, wykluczenie czy

rozczarowania. Relacje te nie tylko wzmacniają lub podtrzymują poczucie wartości, ale także mogą być źródłem napięć tożsamościowych, szczególnie w kontekście ich osłabienia lub doświadczenia osamotnienia czy izolacji.

W analizie tego wymiaru szczególną uwagę poświęciłam tym znaczeniom, które wyłoniły się jako istotne, ale i kontrastujące sposoby przeżywania starości w relacjach interpersonalnych, mających wpływ na konstruowanie tożsamości społecznej, tj. pragnienie więzi i relacji, siła wspólnoty i przynależności oraz ciężar osamotnienia i rozczarowań. W tym kontekście szczególnie istotne stały się pytania badawcze dotyczące tego, jak osoby starsze przeżywają swoją starość w relacjach z bliskimi i otoczeniem społecznym, jakie znaczenia w tym kontekście jej przypisują oraz kto kształtuje ich wiedzę i wyobrażenia na jej temat. Interpretacja wypowiedzi moich rozmówców ukazuje, że to właśnie w codziennych interakcjach i w doświadczaniu bliskości lub jej braku, wyłania się dynamiczny obraz tożsamości społecznej osób starszych.

5.2.1. Pragnienie więzi i relacji

W narracjach uczestników badań szczególnie wyraźnie wybrzmiewa potrzeba bliskości oraz utrzymywania znaczących relacji z innymi ludźmi. To refleksja natury ogólnej – w części wypowiedzi formułowany bezpośrednio, w innych obecny jako ukryte poczucie, niedopowiedziane, ale silnie odczuwalne. W tej relacyjnej przestrzeni starości nie chodzi wyłącznie o liczbę kontaktów społecznych, lecz o utrzymywane więzi, będące istotnym źródłem emocjonalnego dobrostanu i tożsamościowego osadzenia. W wielu wypowiedziach zaobserwować można przesunięcie akcentów: dotychczasowe zorientowanie na pracę, aktywność, rozwój czy „zdobywanie” ustępuje miejsca pragnieniu „bycia wśród ludzi”. Nawet jeśli potrzeba działania nie zanika, jej sens ulega przewartościowaniu – działanie staje się przede wszystkim narzędziem podtrzymywania relacji, a nie celem samym w sobie. Tę zmianę perspektywy trafnie ilustrują słowa jednej z uczestniczek badania:

„Teraz, ja myślę, że gdzieś doszłam do jakiejś granicy rozwoju własnego [...]. Mam bardziej potrzebę relacji, bliskości, przede wszystkim bliskości, a nie mam potrzeby rozwoju w sensie właśnie układania sobie stosunków ze światem [...]” (W_1, K, l. 68).

Osoby starsze reinterpretują w ten sposób własne miejsce w świecie – tożsamość społeczna kształtowana jest nie tylko przez formalne role czy statusy, ale przez jakość i gęstość sieci relacji, w których funkcjonują w sposób dla siebie satysfakcjonujący. Pragnienie więzi nie

oznacza jedynie potrzeby kontaktu, ale staje się jednym z filarów tożsamości społecznej – budowanej i podtrzymywanej w codziennych relacjach z rodziną, przyjaciółmi, a nierzadko także z nowym partnerem w związku romantycznym. Doświadczenie bliskości z innymi wpływa na formę, w jaki jednostka przeżywa siebie i swoje społeczne umocowanie. Co istotne, uczestnicy badania są aktywni w poszukiwaniu relacji z innymi – świadomie zabiegają o ich jakość i trwałość, traktując je jako szalenie ważny element swojego życiowego dobrostanu:

„Czego potrzeba? Przyjaźni, przyjaźni, przyjaźni, ludzi pozytywnych” (W_16, K, l. 77).

Na pytanie, co jest źródłem satysfakcji życiowej, badany odpowiedział bez chwili namysłu:

„Mam fajną relację z córką, też i z wnukami” (W_12, M, l. 78).

Z jednej strony rodzina, często wskazywana jako najważniejsza, staje się głównym źródłem znaczeń i kierunku nadawanego starości, z drugiej – nie zawsze stanowi centrum świata społecznego moich badanych. Jest raczej jego fundamentem, bazą, istotną częścią, ale jednak szerszej, układanki ich społecznych relacji:

„Mam dwanaścioro wnucząt, więc po prostu ja mam tyle dodatkowych inspiracji (...) Poza tym, też prowadzimy bardzo szerokie i intensywne życie towarzyskie” (W_1, K, l. 69).

„Ja jestem babcia, do której, żeby przyjść, to trzeba się w kalendarz wpisać” (W_7, K, l. 76).

„Co jest sensem mojego życia? [...] No spotkania (...), mam taką przyjaciółkę, jedyną prawdziwą, gdzie się spotykamy, na kawce...” (W_9, K, l. 84).

„No, największą radością jest pisanie tych moich wspomnień, spotkania z wnuczkami, a potem największą radością jest, jak wyjeżdżają już [...] one są takie bałaganiary, że Boże mój” (W_24, M, l. 80).

Na szczególną uwagę zasługuje także rola rodziny jako ogniwa umożliwiającego społeczne uczestnictwo tym, którzy potrzebują swego rodzaju asystentury. W wielu przypadkach to właśnie dzięki wsparciu bliskich: fizycznemu, organizacyjnemu czy logistycznemu badane

osoby starsze mogą brać udział w ważnych dla siebie aktywnościach. Tak rozumiane relacje rodzinne wykraczają poza tradycyjnie pojmowaną pomoc w codziennym funkcjonowaniu. Stają się one warunkiem realizacji potrzeby przynależności, bycia częścią grupy, doświadczania siebie jako osoby zajętej, która „ma swoje sprawy” – jak relacjonuje jedna z pań:

„Ja należę do związku emerytów i rencistów (...), prócz do związku niewidomych [...]” wczoraj mieliśmy wigilię w hacjendzie, no i miesiąc temu było święto białej laski. A to właśnie z wnuczką byłam (...), bo ja potrzebuję opiekuna, tam w związku już wiedzą. Darmo też nie jest, no ale już fundnę wtedy jej” (W_25, K., l. 92).

Tożsamość społeczna w tym sensie może być więc aktywnie podtrzymywana i negocjowana dzięki wspierającym relacjom rodzinnym, które umożliwiają uczestnictwo społeczne, a nie ograniczają się tylko do opieki w codziennym funkcjonowaniu.

Badawczy namysł nad relacjami moich rozmówców wskazuje, że pragnienie więzi i relacji nie ogranicza się do samej obecności bliskich – wyraża się w jakości tych kontaktów, sposobie ich redefiniowania oraz w oczekiwaniu na ich kontynuację w nowych formach. To właśnie ten kontekst potraktowałam jako punkt wyjścia do wyodrębnienia wiodących wątków powiązanych z tym tematem.

Pierwszym z nich jest postrzeganie przez osoby badane faktu posiadania rodziny jako rezultatu „dobrze zrealizowanego życiowego zadania”, będącego nieustającym źródłem satysfakcji, spełnienia i swoistego zaplecza, która umożliwia dalsze, aktywne uczestnictwo w świecie społecznym. W tym ujęciu relacje rodzinne stają się nie tylko fundamentem życiowym, ale także punktem odniesienia dla dalszych działań i samookreślenia tożsamości społecznej. W wypowiedziach wielu uczestników badania, rodzina jawiła się jako osobiste osiągnięcie, oparte na własnych staraniach, odpowiedzialnych decyzjach i emocjonalnym zaangażowaniu:

„No, także jakoś funkcjonuję i trzeba przyznać, i to jest mój sukces, bo ja wychowałem rodzinę. Dobrze wychowałem razem z moją żoną” (W_10, M, l. 77).

W tym przypadku rodzina pełni rolę potwierdzenia, że przeszłe wybory życiowe miały sens i przyniosły pozytywny rezultat. Starość nie jawi się tu jako okres strat, lecz jako moment zbierania owoców – czas refleksji nad dobrze przeżytym życiem, który wpływa na jego aktualną jakość. Wskazanie wychowania rodziny jako „sukcesu” świadczy o tym, że osoba badana przypisuje sobie sprawczość, co wzmacnia jej obraz siebie w teraźniejszości. Udana życie rodzinne okazuje się także źródłem satysfakcjonującego funkcjonowania w ramach społecznych ról rodzinnych:

„Więc tak, tak bym chciał, żeby uporządkować ten świat wokół mnie, rodzinie mam uporządkowane rewelacyjnie, dwie córki, ta sama żona, już nie wiadomo od ilu lat, 41. Dwie córki pracowite, fantastyczni synkowie, czyli zięciowie” (W_5, M, l. 70).

Taki układ rodzinny pełni funkcję pozytywnej autoidentyfikacji – jednostka postrzega siebie nie tylko jako osobę starszą, ale jako znaczącego członka rodziny, który nadal pełni istotne role. Może to wzmacniać akceptację własnego wieku i tożsamości społecznej z nim związanej. Wypowiedź ukazuje także silne zakorzenienie jednostki w sieci relacji, które stanowią podstawę jej pewności siebie, także w okresie starości. Osoba badana jawi się jako ktoś, kto nadaje kierunek życiu rodzinnemu i zachowuje centralną pozycję w jego strukturze. W tym sensie starość nie oznacza marginalizacji, lecz jest potwierdzeniem wcześniejszego dorobku i znaczenia. W niektórych wypowiedziach pojawiała się również głębsza, emocjonalna refleksja nad rodzinnym wymiarem tożsamości:

„Ale dobrze, bo przynajmniej wiedziałam, że moje dzieci są szczęśliwe, nie. To dla matki jest naprawdę tak jakby zapłata od życia, od losu” (W_9, K, l. 84).

„A teraz, jak też mają dzieci, jak trochę inaczej też rozumieją naszą rolę rodziców, bo widzą swoje wyzwania rodzicielskie, to jakby wracają, ta bliskość jest znowu większa, bardzo to jest fascynujące. Też być w takich relacjach i przyglądać się, jak oni budują swoje relacje” (W_1, K., l. 69).

Wypowiedzi te sugerują, że ułożone życie rodzinne działa jako emocjonalne wzmocnienie – forma społecznego uznania, która nie musi być wyrażona wprost, lecz przejawia się w poczuciu spełnienia i dobrze wypełnionej roli rodzicielskiej. W takim ujęciu przeszłość

rodzinna zostaje wpisana w tożsamość społeczną osoby starszej jako źródło jej spójności, przynależności i poczucia sensu.

Drugim niezwykle ciekawym wątkiem, który wyłania się z wypowiedzi uczestników badania, jest przekształcanie relacji rodzinnych – odchodzenie od modelu opiekuńczego na rzecz bardziej równościowego, partnerskiego układu. Chodzi o przejście z roli „opiekujących się rodziców” do „równorzędnych partnerów relacyjnych”. W analizowanych relacjach wyraźnie wybrzmiewa potrzeba utrzymania tej równowagi oraz przekonanie, że osoba starsza – mimo upływu czasu, nie traci z wiekiem, a wciąż ma wiele do zaoferowania swoim dorosłym dzieciom i dorastającym wnukom. Badani podkreślają, że nadal są relacyjnie atrakcyjni, interesujący:

„Myślę, że jestem, nie, nie myślę, wiem, że jestem ciekawa dla moich córek i ja mam bardzo dobre relacje z moimi córkami. Kiedyś tam czytałam, jakiś tam psycholog w książce napisał, że sukcesem rodzicielskim jest to, jak dzieci dorosłe przychodzą do ciebie, bo po prostu cię lubią i wiedzą, że tu coś fajnego się zadzieje, a nie, że o matko boska, trzeba matkę odwiedzić, bo nie byłam już u niej. Więc, no bądź ciekawym człowiekiem – jakoś tam było takie właśnie wyzwanie” (W_2, K, l. 68).

i potrzebni:

„Ja z nimi mam bardzo dobry kontakt i oni mnie traktują jako osobę, no, że tak powiem, decydującą nadal. Ja nie jestem apodyktyczny, ja im nic nie narzucam” (W_12, M, L.78).

Taka postawa badanych może świadczyć o dążeniu do redefiniowania własnej identyfikacji społecznej w późniejszym wieku oraz odwlekaniu momentu, w którym zostaną zaklasyfikowani wyłącznie jako osoby wymagające opieki. Podobną perspektywę ujawnia wypowiedź uczestniczki, która podkreśla jakość wspólnej pracy z córką i ich partnerską relację zawodową, mimo zachowania ról rodzinnych:

„Do tej pory prowadzę firmę, prowadzę ją razem z moją córką i to jest fantastyczne, ponieważ znakomicie się rozumiemy. Znakomicie nam się współpracuje, jesteśmy, nadajemy na podobnych falach bez absolutnie jakiegos spoufalania się. Moja córka jest dojrzałą kobietą, ma swoją rodzinę, ma dwoje dzieci, ale, czasami nawet mi się to dziwne

wydaje, ale tak jest, że to są dwie kobiety, które w jakiś sposób wiedzą, że jedna jest matką, a druga córką” (W_3, K, l. 70).

Dążenie do równości w relacjach dotyczy także kontaktów z młodszym pokoleniem, w tym z wnukami – co ukazuje kolejna wypowiedź. Relacja z wnukiem nie ma charakteru wyłącznie opiekuńczego czy dydaktycznego, stopniowo także ewoluuje, wraz z jego dorastaniem zaczyna opierać się na wymianie poglądów i wspólnych zainteresowaniach:

„Z wnukiem chodzę często [do klubu filmowego], dzwonię do niego, on studiuje filozofię, więc ja lubię go posłuchać, z nim rozmawiać, a on [...] chce wiedzieć, co ja mówię... On też [...] chodzi na wybrane tylko [filmy], więc ja mówię: no to idziemy razem” (W_12, M, l. 78).

Tego rodzaju relacje opierają się na wzajemności, zaufaniu i równorzędności, a nie na asymetrycznej strukturze zależności. Badani pozostają aktywni w relacjach rodzinnych, także świadomie je przekształcają – dbając o ich partnerski charakter, negocjują swoją pozycję i zachowują poczucie sprawczości, własnej wartości oraz znaczenia w oczach bliskich.

Trzeci wyłaniający się z analizy omawianego tematu wątek jest nad wyraz poruszający i bezpośrednio nawiązuje do poprzedniego – dotyczy doświadczania dumy oraz uznania ze strony dzieci i wnuków, które postrzegają swoich rodziców i dziadków jako źródło inspiracji, wiedzy i emocjonalnej siły. Co ciekawe, podziw ten nie zawsze wynika z konkretnych, spektakularnych osiągnięć, ale często z postawy życiowej, osobowości czy po prostu inspirującej obecności w codzienności. Wielu badanych podkreśla, że to, jak są odbierani przez rodzinę, pozwala im na nowo wartościować siebie. Ten zewnętrzny odbiór wzmacnia poczucie sensu, wpływa na ich podmiotowość i społeczną użyteczność. Bliscy, którzy wyrażają dumę, uznanie czy sympatię, stają się dla nich swoistym lustrem, w którym odbija się ich wartość – jako dziadków, rodziców, ale i po prostu jako ludzi.

„Zresztą nie mam nawet czasu, bo albo są goście jacyś, przychodzą tam do córki, córka mnie woła i sadza mnie na pierwszym miejscu naczelnym i ja mówię ten wiersz zawsze. Wie pani, mogę powiedzieć pani, jeżeli pani chce” (W_10, M, l. 77).

(ponieważ wysłuchałam deklamacji, mogę potwierdzić – wiersz został wygłoszony w sposób absolutnie poruszający)

„Nie, oni mnie znają. Jak mnie życzenia składają na urodziny czy na święta, to zawsze mówią tak, bo wiedzą, bo ja i dowcipy, i ja to babcia rozrabiara. To zawsze mówią: bądź taka, jaka jesteś, bo jak się zmienisz, nie będziesz taka sama – i mi się to podoba” (W_9, K, l. 84).

W tych wypowiedziach widać, że relacja z rodziną nie ogranicza się tylko do przyjmowania pomocy, ale pełni funkcję mechanizmu podtrzymującego pozytywną tożsamość i emocjonalną integralność jednostki. Tożsamość społeczna osoby starszej zostaje umacniana poprzez aktywną obecność w relacjach pełnych akceptacji. Takie docenianie obecne jest w uznaniu dla ich niezależności, niebanalnej osobowości, a również (często bardzo widocznej) aktywności na rzecz społeczności lokalnej:

„Moi wnukowie są ze mnie dumni, jeden i drugi mówi: babcia, ty jesteś czadowa. Zbierają wszelkie informacje, wnuk – ten starszy – jak mam jakiś dyplom, mówi: babciu, czy to może u mnie zostać?” (W_14, K, l. 82).

„Jestem inspiracją. One są dumne. One mnie wspierają” (W_17, K, l. 71).

„I myślę, że one są ze mnie dumne i też ja je wprowadzam w różne światy [...]” (W_2, K, l. 68).

„[...] oni są pełni uznania, wnuk – ja go czasami zabieram z sobą” (W_12, M, l. 78).

To właśnie tego rodzaju symboliczne przejawy uznania – małe gesty, słowa, zainteresowanie – budują trwałe fundamenty pozytywnej tożsamości w późnym wieku. Są potwierdzeniem, że osoby starsze nie tylko „były kimś”, ale nadal „są kimś” – wiek tego nie zmienia. Dla wielu uczestników badania ta obecność w świecie zewnętrznym, wzmacniana przez akceptację ze strony najbliższych, nie opiera się na konieczności dostosowywania się do społecznych oczekiwań wobec osób starszych. Wręcz przeciwnie, taka perspektywa przynosi im energię do działania, ale, co więcej, pozwala nie tylko przeżywać, ale

i realizować własną starość – w zgodzie ze sobą, na własnych warunkach, z poczuciem wpływu i bez presji.

Wreszcie, czwarty wyłaniający się z analizy wątek ukazuje potrzebę romantycznej bliskości oraz więzi przyjacielskich. Wypowiedzi uczestników badania pokazują, że również w okresie starości poszukują relacji opartych na czułości, wspólnej codzienności i emocjonalnej bliskości. Tego rodzaju związki stają się nie tylko przeciwwagą dla osamotnienia, lecz także cennym zasobem tożsamościowym – umożliwiają doświadczanie siebie jako osób związanych z innymi, wciąż obecnych i znaczących w świecie relacji i emocji, do których stale mają dostęp. Miłość nie jest zarezerwowana wyłącznie dla młodych:

„Nic mnie nie ogranicza. Gdyby się zakochał we mnie jakiś młody, to poszłabym...” (W_14, K, l. 82).

Co ciekawe, wielu badanych wykazywało otwartość na nowe relacje, niezależnie od wieku – niektóre z nich zostały nawiązane po 80. roku życia. Gotowość do bycia z kimś nie sprowadza się wyłącznie do potrzeby towarzystwa, lecz wyraża głęboko zakorzenioną potrzebę współdzielenia nie tylko emocji, ale i codzienności z drugim człowiekiem. To również przejaw autonomii – relacje te są wynikiem świadomych decyzji i wyborów, potwierdzających, że bliskość pozostaje ważną częścią życia bez względu na wiek, a zarazem dowodem niepoddawania się społecznym schematom, że może w tym wieku to nie wypada wchodzić w nowe związki:

„Łatwiej, łatwiej, na kogoś się czeka, komuś jest człowiek potrzebny, jeszcze łatwiej jest, bo jak pani się zamknie sama w sobie z telewizją, to dostanie pani...” (W_8, K, l. 89).

Jedna z uczestniczek opowiada o nowej, bardzo satysfakcjonującej relacji z mężczyzną – pierwszej takiej w życiu. Mimo wcześniejszych trudnych doświadczeń nie zamknęła się na nowe uczucie. To nie tylko romantyczne partnerstwo, ale przede wszystkim relacja oparta na przyjaźni i wzajemnym zrozumieniu, która została zaakceptowana i wspierana przez najbliższe otoczenie:

„To moje siostry mówią: tobie się należało. Oni go wszyscy tak polubili – moja córka też. Ona mówi: mamó, ja was błogosławię. Ja mówię: idź, żadnego ślubu nie będzie. Ludzie, to po prostu jest, no przyjaźń, mój prawdziwy przyjaciel – tak mogę go nazwać” (W_9, K, l. 84).

Gotowość na nowe relacje romantyczne nie przemija z wiekiem – jak w przypadku badanego, który mówi:

„No i mam przyjaciółkę taką, ostatnio od paru miesięcy. Ona jest młodsza ode mnie, nie wiem, 15 lat...” (W_12, M, l. 78).

Wypowiedzi te pokazują także istotny aspekt podmiotowości – niezależność w decydowaniu o kształcie i charakterze relacji, bez względu na społeczne oczekiwania czy kulturowe konwencje. Chodzi o autentyczną potrzebę bliskości, a nie o podporządkowanie się społecznym schematom.

Wśród badanych pojawiały się także głosy doceniające trwałość długoletnich związków małżeńskich:

„Jestem szczęśliwy. Jestem z Gienią, mamy wnuki. Kurczę, nie mam powodów do narzekania, bo poza tym wszystkim, jak powiedziałem, chodzę bez laski” (W_24, M, l. 80).

Wypowiedź ta, pełna prostoty i pogody ducha, pokazuje, że obecność drugiego człowieka może być źródłem codziennej radości, poczucia bezpieczeństwa i życiowej satysfakcji. Bliskość nie jest tylko ochroną przed samotnością, lecz także uznaniem wspólnego życia – również w starości. Często, to także powód do dumy i radości: że udało się razem przejść przez życie, że relacja trwa i ma swoją głębię. W późniejszym wieku to doświadczenie nabiera szczególnego znaczenia – staje się punktem oparcia, z którego można czerpać siłę i na którym można budować codzienność w starości.

Choć zasadniczy obraz tego obszaru znaczeniowego wyznaczały opisane wyżej aspekty, w wypowiedziach badanych pojawił się także dodatkowy element, który nie stanowi odrębnego wątku, ale uzupełnia analizowany temat o istotną dla badania kwestię. Odnosi się do znaczeń przypisywanych roli babci i dziadka naturalnie powiązanej z czasem

starości tym samym wpływającej na rozumienie społecznej tożsamości osób starszych. W relacjach niektórych uczestniczek badania, ponieważ refleksje tego rodzaju dotyczyły głównie kobiet, pojawiły się odniesienia do pełnienia roli babci, które pokazują bardzo różnorodne doświadczenia w tym zakresie, które w większości nie ograniczały się wyłącznie do opieki nad wnukami, ale dotyczyły szerszego kontekstu: społecznych oczekiwań, samoidentyfikacji oraz redefinicji tej roli. Dla części badanych bycie babcią oznaczało aktywną obecność w życiu rodziny, dla innych natomiast symboliczny status, który niekoniecznie wiąże się z realnym, zwłaszcza opiekuńczym, zaangażowaniem. Ta ambiwalencja wpisuje się w szerszy proces negocjowania ról społecznych w starości i ujawnia, że także w sferze rodzinnej tożsamość osoby starszej podlega reinterpretacji. Wśród moich rozmówczyń widoczna była zauważalna tendencja do traktowania roli babci jako naturalnej kontynuacji życia rodzinnego, niezwiązanej bezpośrednio ani z wiekiem, ani z momentem przejścia na emeryturę, ot kolejna rola społeczna, a nie element starości:

„Nie, ja się nie czuję starą babcią. To jest następne zadanie do wykonania. Jak T. przyjeżdża, to my ganiamy całe dni [...]. Ja jestem aktywną babcią” (W_4, K., l.73).

„Nie jestem taka, że bez przerwy się wnukami zajmować. Nie, nie, to nie ja” (W_7, K., l. 76).

W tym podejściu rola babci nie opiera się wyłącznie na opiece i gotowości do poświęcenia. Wydaje się, że tradycyjne znaczenia tej roli „opiekującej się babci” tracą na swojej aktualności, wnuki są częścią świata badanych, ale nie jego ścisłym centrum. Rola babci jest aktywnie kształtowana jako rola towarzyszk i przewodniczek:

„Z wnuczką mam dobry kontakt [...], razem, mówię, trzeba ciebie w inny świat wprowadzić[...]jedziemy zobaczyć tą świetną wystawę obrazów, już ci pokażę, o co w tym chodzi” (W_7, K., l. 76).

„Nie, że babcia zrób mi naleśniki, bo lubię, razem robimy te naleśniki” (W_7, K., l.76).

Wśród badanych obecne są także kontrastowe obrazy, związane z przeżyciami tych, które nie mogąc spełniać tej roli, doświadczając silnego napięcia tożsamościowego i emocjonalnego:

„Bardzo płakałam. Naprawdę nie mogłam nawet rozmawiać, jak mi się chwaliły koleżanki [...]. Dla mnie dzieci są największą wartością” (W_2, K., l. 68).

„Nie ma pomysłu w społeczeństwie na samotną kobietę w późnym wieku i na jej rolę społeczną [...]. Jak nie mam wnuków, to nie jestem babcią” (W_2, K., l. 68).

W tym kontekście rola babci pozostaje społeczną ramą, której brak może prowadzić do poczucia wykluczenia. Tym samym pokazuje, jak głęboko kulturowo zakorzeniona jest ta pozycja w konstrukcjach tożsamości osób starszych – nawet jeśli nie dominuje, to jej obecność lub brak wywołuje istotne emocjonalne i społeczne konsekwencje. Coraz częściej jednak badani podkreślają, że relacja z wnukami to przestrzeń partnerskiej wymiany, a nie opiekuńczej zależności. Zmieniające się znaczenia tej roli pokazują, że tożsamość w starszym wieku przestaje być definiowana przez „tradycyjne” obowiązki rodzinne, a coraz częściej opiera się na autonomii i świadomym kształtowaniu relacji. Rola babci nie wyklucza zatem samorealizacji czy niezależności:

„Także miałam takie ramki, że jak często gdzieś wyjeżdżałam albo coś organizowałam cały dzień, to miałam wielkie poczucie, że nie fair – nie ugotowałam, nie uprałam, nie spełniłam swojej roli. Ale się okazuje, że się odnaleźli i też dali radę. Mało tego – wydorośleli bardziej i się zrobili sami bardziej odpowiedzialni za to, co chcą. [...] To spowodowało, że moje dzieci szybciej wydoroślały, tak samo i wnuczka” (W_17, K., l. 71).

„Nie, w ogóle. Ja uważam, że jestem słabą babcią, bo ja nigdy nie miałam czasu dla wnuków, tak jak moi rodzice mieli. I właściwie cały ich czas to były wnuki, moja mama zresztą zawsze była, bo zmarła późno” (W_1, K., l. 69).

Warto podkreślić, że nie wszystkie rozmówczynie pełnią rolę babci – i nie zawsze wiąże się to z poczuciem braku. Choć jedna z badanych wyrażała głęboki smutek z powodu nieposiadania wnuków, w pozostałych takich przypadkach brak tej roli był po prostu konsekwencją faktu, że badana osoba nigdy nie miała dzieci, a inne przyjmowały to jako naturalny element swojego życia i nie traktowały go jako ujemny czy braku, z akceptacją przyjmując wybory swoich dzieci:

„Bardzo lubię dzieci, ale nie mam z tego tytułu jakiś takich, wie pani, jak to, o Boże, ja nie jestem babcią – no nie, absolutnie” (W_20, K., l. 78).

„Tak po prostu w życiu wyszło. Nie, nie, to nie jest to dla mnie. To znaczy tak, czasem sobie myślę, no dobrze by było, gdyby było, ale jak nie ma? No, to nie ma” (W_21, K., l. 83).

Jeszcze inna wypowiedź podkreśla, że dla niej bycie babcią nie wyznacza żadnej konkretnej roli do wypełnienia:

„Tak, no, no, no, no, takie techniczne, no bo tak się mówi na kobietę, która jest mamą mojej mamy. No i inaczej trudno powiedzieć... No, ładne słowo, nic w nim złego nie ma” (W_3, K., l. 70).

Co więcej, brak wnuków nie czynił doświadczenia starości trudniejszym ani mniej satysfakcjonującym. Osoby te równie aktywnie uczestniczyły w życiu społecznym, pielęgnowały przyjaźnie, rozwijały swoje pasje czy angażowały się w aktywność społeczną. To pokazuje, że rola babci/dziadka nie jest postrzegana jako społecznie obowiązkowa dla osób starszych, a raczej jako jedna z wielu możliwych, a niekonieczna czy dominująca forma tożsamości w okresie starości. Zmienia się zarówno jej znaczenie, jak i oczekiwania wobec niej – coraz częściej osoby starsze chcą same definiować, jaką wersję tej roli chcą przyjąć, lub czy w ogóle chcą ją pełnić. W efekcie staje się ona zindywidualizowana i bardziej powiązana z tożsamością jednostkową niż ze społecznym stereotypem starości.

Temat pragnienia więzi i relacji ukazuje starość jako okres możliwej reinterpretacji i przekształcenia tożsamości – od tożsamości opartej na działaniu, produktywności i funkcjach zawodowych, ku tożsamości relacyjnej. W tym ujęciu to, z kim się jest, staje się ważniejsze niż to, kim się jest. Tożsamość społeczna osób starszych kształtuje się nie przez przypisane role formalne, ale poprzez potwierdzenia relacyjne – codzienne interakcje, doświadczenia bycia uznanym i ważnym w oczach innych. Wypowiedzi uczestników badania pokazują, że ich samoidentyfikacja często zakorzeniona jest w relacjach, a wspólne przeżycia stają się tożsamościowym zasobem. Szczególne znaczenie przypisywane jest rodzinie, traktowanej zarówno jako miara życiowego sukcesu, jak i podstawowy zasób emocjonalny. Badani podkreślali potrzebę partnerskich relacji z bliskimi, wyrażając jednocześnie pragnienie, aby być w ich oczach osobami atrakcyjnymi, ciekawymi,

wnoszącymi wartość, a nie jedynie biernymi odbiorcami wsparcia czy pomocy. W tym kontekście wybrzmiewa również fundamentalna potrzeba miłości, rozumianej nie tylko jako bliskość rodzinna, lecz także jako relacja romantyczna. Badani podkreślali, że uczucia i intymność są ważne w każdym wieku, a ich znaczenie nie znika wraz z upływem lat. Pragnienie miłości romantycznej staje się zarazem wyrazem sprzeciwu wobec stereotypowych wyobrażeń, które próbują odbierać osobom starszym prawo do takich relacji i emocjonalnych więzi.

5.2.2. Siła wspólnoty i przynależności

Spośród wszystkich tematów, które wyłoniły się z całości obszernego materiału badawczego, to potrzeba przynależności do grupy – jej moc i znaczenie okazała się właściwie decydująca w zrozumieniu relacji społecznych w starości. Dla moich rozmówców to właśnie systematyczna obecność wśród ludzi stanowiła o jakości ich codzienności, a zaangażowanie w życie grupowe, zarówno formalne, jak i nieformalne, okazało się najbardziej ugruntowanym, najczęściej przywoływanym i emocjonalnie najintensywniej opisywanym doświadczeniem. Jako autorka tego badania mogę śmiało stwierdzić, że mimo wyraźnego wyodrębnienia trzech głównych wymiarów analizy, to właśnie motyw bycia częścią wspólnoty zdominował wszystkie narracje uczestników. Potrzeba przynależności powracała w niemal każdym wywiadzie – nie tylko jako forma organizowania czasu czy przeciwdziałania samotności, lecz przede wszystkim jako głęboko zakorzeniona potrzeba emocjonalna i tożsamościowa, dająca poczucie zakotwiczenia. Równie ważna była świadomość posiadania swojego miejsca, przestrzeni – w której jest się oczekiwanym. Krótka odpowiedź badanej na pytanie, co jej na co dzień daje siłę:

„Żeby być z ludźmi”(W_8, K, l. 89) jest kwintesencją tych rozważań.

Pierwszy z dwóch wyraźnych wątków, jakie wyłoniły się w ramach tego tematu, to przekonanie, że bycie częścią grupy jest nie tylko warunkiem jakościowego przeżywania starości, ale ma znaczenie dla społecznej tożsamości osób starszych. Chodzi o relacje osadzone w codziennym współbyciu, dzieleniu aktywności i rytmu dnia, o przynależność, która porządkuje rzeczywistość i nadaje jej sens:

„Tak, to dużo, że jestem wśród ludzi” (W_25, K, l. 92).

„Dzisiaj dla mnie jest najważniejsze, co znaczy konkretnie ten dzisiejszy dzień i spotkanie w naszym klubie z uwagi na to, że koleżanka ma urodziny, [...] a my w takim wypadku [...], to jest dzień uroczysty ze względu na to, że koleżanka ma urodziny” (W_18, K, l. 90).

„Jak się człowiek w grupie znajduje, mniej się myśli o sobie, wówczas się więcej myśli o osobach, z którymi się przebywa” (W_18, K, l. 90).

„Tak jak teraz w klubie, że gdzieś idziemy razem, to nie muszę myśleć, że ja tam coś mam przekazać czy coś, tylko idziemy tak po prostu wszyscy razem grupą dla własnej przyjemności. I to tak konsoliduje to wszystko” (W_15, K, l. 72).

„A nie siedzieć i patrzeć w okno, co to za przyjemność? (W_21, K., l. 83).

Regularna obecność w grupach, zwłaszcza formalnych, przynosi także pewną rutynę, strukturę dnia, „powód do wstania z łóżka”:

„Proszę panią, każdy dzień, jak co dzień, czyli wstaję rano i pierwsze kroki to idę do łazienki [...] jem śniadanie, sprzątam kuchnię [...], kierowca dzwoni, wyjeżdżam i już jestem tu” (W_8, K, l. 89).

„Nie czuję się tak samotna, no i ten klub dużo mi daje, przecież wstaję rano i się cieszę, że mogę wstać” (W_25, K, l. 92).

„I wiem, że trzeba iść między ludzi, a nie siedzieć w domu. I co z lustrem rozmawiać?” (W_9, K. l. 84).

Wspólne działania i spotkania tworzą przestrzeń, w której starość przedstawiała być wyłącznie kategorią deficytu, a zyskiwała nowe znaczenia: samorozwoju, dzielenia się doświadczeniami, emocjami, radości z bycia razem. Co równie ważne – grupa nierzadko pełniła funkcję amortyzującą wobec doświadczeń straty. Utrata małżonka, śmierć przyjaciela, choroba – wszystko to było obecne w życiu badanych. Jednak to właśnie wspólnota często stanowiła ramę, która pozwalała przeżyć żałobę, uporządkować, znaleźć nowe miejsce dla siebie w świecie bez osoby bliskiej:

„Ale wpadłem w taki dołek, wie pani...No i wahałem się, bo wie pani, no tu jednak ludzie starsi, ja jeszcze się czułem i czuję nadal taki jeszcze w miarę młody, że tak powiem, duchem przynajmniej. [...]No i tu przychodziłem. No i tu jakby taka odtrutka była, jakby takie lekarstwo”(W_10, M, l. 77).

„Z jednej strony, że coś robię, z drugiej strony nie jestem samotny. Jak człowiek siedzi w domu, to go depresyjne myśli dopadają. Jeżeli jest w grupie, to choćby humor mu się może niekoniecznie bardzo poprawia, ale nie ma czasu rozdrapywać własnych ran, błędów, tragedii życiowych i tak dalej” (W_5, M, l. 70).

W tym sensie przynależność do grupy to nie tylko strategia aktywizacji, ale również osłona emocjonalna, która umożliwia odbudowę tożsamości po utracie: tożsamości, która nie kończy się wraz ze śmiercią współmałżonka, ale przekształca się i szuka nowej formy oparcia w ludziach:

„Rzadko chodziłam ostatnio z powodu śmierci i choroby... [...] mam takie środowisko, że takie właśnie pozytywne, przychodzimy sobie, tam kapelusik jakiś założymy na te wieczory, czytamy poezję” (W_16, K, l. 77).

„No także, to jest, myślę, najgorsza ta starość, jeżeli człowiek zostaje sam” (W_16, K, l. 77).

Waga wspólnotowości w starości to nie tylko emocjonalna przystań, to także przestrzeń rozwoju, kontaktu ze światem i zachowania ciągłości własnej tożsamości. Dla wielu uczestników badania, udział w grupach – zarówno formalnych, jak Uniwersytet Trzeciego Wieku, jak i nieformalnych, opartych na więziach towarzyskich – staje się sposobem na choćby symboliczne podtrzymywanie obecności w głównym nurcie życia społecznego. Spotkania, rozmowy, wspólne wyjścia nie są dodatkiem, lecz zasadniczym elementem jakości życia, pozwalającym zachować poczucie celu, aktualności i codziennej radości:

„Chodzę na Uniwersytet Trzeciego Wieku, bo założmy podróżę mnie ciekawia, tam są ludzie, którzy jeżdżą po świecie, na przykład profesor Palmowski i on ma bardzo ciekawe wykłady. [...] ja już tam nie pojadę, do Afryki, ale przybliży mi to jego wykład i lubię go słuchać. No i kontakt z ludźmi. I to jest ważne” (W_21, K, l. 83).

„Tutaj mam swoją grupę taką literacką, poetycką, muzyczną” (W_14, l. 82).

„I szukać pozytywnych, pozytywów i otaczać się ludźmi, którzy, no wnoszą trochę radości. I samej trochę myśleć o tym, co sprawię, że ta radość da pozytywną energię. No, gdzieś trochę jeszcze iść, do teatru czy do kina, czy do ludzi. No, w każdym razie, no tak jak pani mówiłam, no nie, nie, nie zasklepiac się w tych ścianach i przed tym telewizorem albo nie za długo” (W_21, K, l. 83).

Równie istotne są sytuacje, w których aktywność grupowa pozwala nie tylko dzielić doświadczenia, ale też wspólnie je przeżywać, pogłębiać, konfrontować. Nie ogranicza się do wspólnego spędzania czasu, ale to wspólne rozważania, dzielenie się wrażliwością, bycie w rozmowie. Jedna z uczestniczek tak mówi o wspólnym wyjściu do kina studyjnego:

„Byłyśmy teraz z koleżankami, 6 koleżanek. I żeśmy się wybrali do Żaka na film Bulion, ale po tym filmie naprawdę było z kim rozmawiać, bo każdy ma swoje spojrzenie, swoje spostrzeżenia, odczucia i to jakby poszerza, jakby staje się człowiek bogaty, poprzez pewien odbiór, prawda? I taką wrażliwość na film” (W_7, K, l. 76).

Pojawili się także badani, którzy mówili o kontynuacji relacji i poczuciu obecności we wspólnocie także w przestrzeni cyfrowej, co staje się dziś nowym, ale ważnym wymiarem społecznego bycia, także w okresie starości, daje im to poczucie, że nadal są częścią głównego nurtu życia społecznego:

„No, ja nie mam czasu siedzieć na kanapie (...), bo ja po prostu też mam kontakty na WhatsAppie z różnymi ludźmi. (...) Ja też im odpisuję i tak dalej. Działam też na iksie teraz, wie pani co to jest?” (W_10, K, l. 77).

Niezwykle silnie wybrzmiewa także potrzeba pewnego relacyjnego zakorzenienia, która wynika nie z lęku przed samotnością, a ze świadomej decyzji. Pragnienie kontaktu z innymi nie wyklucza także satysfakcjonującej relacji z samym sobą. Wypowiedzi badanych pokazują, że relacyjność często nie wynika z braku, ale z wyboru, z wewnętrznej gotowości bycia z innymi, przy jednoczesnym poczuciu autonomii i niezależności:

„Można powiedzieć, ja nawykłem do kontaktu i do bycia z ludźmi na bieżąco, chociaż świetnie się czuję sam z sobą” (W_12, M, l. 78).

„Chodzi o relacje oczywiście, no bo nie lubię być sama, bo lubię siebie, ale sama? To znaczy, są dni, kiedy mam coś takiego, że lubię побыć sama, ale to nie ma nic wspólnego z tym, że uciekam od ludzi” (W_14, K, l. 82).

Taki sposób mówienia o relacjach wpisuje się w szerszy kontekst znaczeń, jakie osoby starsze nadają wspólnocie: to nie tylko ochrona przed izolacją, samotnością czy wsparcie, ale też sposób na rozwijanie siebie, bycie częścią społeczeństwa i utrzymywanie ciągłości ja, ale właśnie w relacji, a nie w zależności.

Drugi z wyraźnie wyodrębnionych wątków w temacie siły wspólnoty i przynależności dotyczy potrzeby dzielenia się wartością wspólnoty z innymi osobami starszymi. Większość badanych uznaje to za najbardziej adekwatne remedium na wyzwania jakie niesie za sobą starość. Moi rozmówcy, którzy sami doświadczali korzyści płynących z bycia częścią grupy, czuli nie tylko wewnętrzny obowiązek, ale i podejmowali konkretne działania, by zachęcać pozostałych do „bycia wśród ludzi”. Dla niektórych stanowiło to niemal społeczną misję. Często wyrażali głębokie przekonanie o konieczności „pociągania za sobą” innych, którzy z różnych powodów są mniej aktywni lub bardziej wycofani:

„A zostałem seniorem i postanowiłem zająć się seniorami” (W_13, M, l.78).

„A później to już po prostu żeśmy grali. Gramy do dzisiaj, ale postanowiłam, żeby również rozruszać tą część klubowiczów, którzy nie grają w brydża i w styczniu tego roku napisałam regulamin tego klubu, zaproponowałam spotkanie”(W_15, K., l. 72).

Nie była to pomoc w rozumieniu instytucjonalnym czy opiekuńczym, ale działanie z pozycji osoby, która również przynależy do tej samej kategorii społecznej – osób starszych. Tego rodzaju dzielenie się kapitałem wspólnotowym wynikało nie z poczucia wyższości, ale z poczucia wspólnego losu, równości sytuacyjnej i odpowiedzialności za grupę, z którą badani się identyfikują. W tym sensie można mówić o wewnątrzgrupowym wsparciu symbolicznym – działaniach, które wzmacniają tożsamość społeczną grupy jako całości:

„Moim zdaniem należy zachęcać ludzi starszych i pomagać im, nie, stwarzać możliwości, pomagać im na różne sposoby, żeby zachowali aktywność życiową, od której w sposób naturalny odchodzą, bo przechodzą na emeryturę. I nagle wszystko się zmienia” (W_5, M, l. 70).

„To wszędzie, teraz dopiero widzę, że jak idę na osiedle, że tych ludzi jest bardzo, bardzo dużo, więc myślę, że zakładanie takich klubów, takich miejsc, wyciąganie tych ludzi z tego domu, żeby mogli się spotkać, żeby nie czuli się osamotnieni – to na pewno jest istotne” (W_15, K, l. 72).

„Tak, bo ja widziałem, ilu osób, ile osób jest naprawdę wykluczonych. Ile, że nie daje sobie rady. Jakie są dramaty na starość. To wykluczenie, ja to widziałem tam, na Strzyży, to jest nieduża dzielnica, to tam nawet można łatwiej identyfikować (W_12, M., l.78).

Wspólnotowe zaangażowanie nabiera w tym kontekście wymiaru tożsamościowego: działając na rzecz innych seniorów, badani jednocześnie współtworzą obraz samego siebie jako osób społecznie aktywnych, sprawczych, zaangażowanych i potrzebnych. Nie chodzi tylko o indywidualne korzyści, ale o poczucie, że „my – starsi – możemy coś zrobić także dla siebie nawzajem”, że jesteśmy grupą, która może się wspierać, mobilizować i reprezentować:

„Ja akurat się obracam się w takim towarzystwie, które chce jeszcze, ja bym to określiła. Wiadomo, że jest ta grupa, która siedzi przed telewizorem, ogląda seriale w dresie i żyje właściwie życiem tych seriali. Ja na przykład mam tu na ulicy, bo mieszkam od urodzenia, pięć wdów. I ja mówię dziewczyny, jedziemy, wsiadajcie w mój samochód” (W_7, K, l. 76).

„No i tak staramy się, żeby tą społeczność zmobilizować i wychodzimy wspólnie” (W_15, K., l.72).

„Prowadzę stowarzyszenie, prowadzę grupę seniorów. W Radzie Seniorów też działam, ale przede wszystkim się cieszę, że na jutro zebrałam na wycieczkę autokarową 50 osób i zorganizowałam im wyjazd. I mnie to rajcuje, to daje mi energię” (W_17, K, l. 71).

Tego rodzaju postawy pokazują, że wspólnota nie kończy się na indywidualnym uczestnictwie, ale jest procesem wzajemnego wzmacniania i włączania innych, w którym tożsamość jednostki splata się z losem grupy. To praktyka codziennego budowania „nas” – zbiorowości osób starszych, która trwa, rozwija się i wzajemnie wspiera, nie pomimo starości, lecz właśnie z jej doświadczeniem jako wspólnym fundamentem. Badani przejmują także rolę animatorów, stają się nośnikami doświadczenia, które chcą upowszechnić:

„Lubię na grzyby jeździć. Mogę jechać prywatnie, ale jak się ekipą pojedzie, z akordeonem do tego, z przyjaciółką. Pani, cała radocha. No i teraz jak ja widzę, jak one są uśmiechnięte, jak one są zadowolone, jak one mi dziękują, no to balsam na moje serce, czyli rób to kobieto dalej” (W_17, K, l. 72).

„Świetny klimat, zapraszamy panią i jak M. powie, że trzeba iść, to one w ogóle się nie zastanawiają. Ja mówię, nie zadawajcie pytań. Tak, to jest ważne” (W_7, K, l. 76).

Jedna z najbardziej obrazowych wypowiedzi w tym kontekście należy do badanego, który wprost mówi o swojej gotowości do wspierania innych osób starszych w odnalezieniu miejsca we wspólnocie. Jego refleksja pokazuje z jednej strony świadomość realnych trudności, z drugiej jednak silne poczucie sprawczości i identyfikacji z własną grupą wiekową. To nie tylko zachęcanie innych działania razem, ale wspólnotowe działanie wewnątrzgrupowe, zrodzone z empatii i świadomości wspólnego losu:

„Wie pani, a grupa, co to jest? Ja, jak teraz tak zaczynam myśleć na gorąco. Jak ja bym się czuł? Na przykład grupa rówieśnicza odchodzi. Bliscy przyjaciele odchodzą. Zostajesz sam i teraz tak, już nie pracujesz, ludzie umierają wokół ciebie, ty zostajesz...[...] i teraz to zależy jeszcze od osobowości. Jak masz otwartą i się przełamujesz, idziesz do jakiegoś klubu, bo wiesz, że są te kluby, bo nie jesteś idiotą [...] Ja wielu ludzi, takich indywidualnych, do mnie dzwonili, gdzie mam pójść? kieruję do danego klubu, ale jak jest mądry człowiek, wykształcony powiedzmy, to nie powinien się dać, ale tu mogą wchodzić już sprawy chorobowe. No, to już w to nie mogę wniknąć, dlaczego ktoś...może nie ma predyspozycji osobowościowych? [...] Jest, jak gdyby sam i teraz, czy się przełamie i wyjdzie gdzieś? Właśnie, żeby wychodził gdzieś” (W_19, M., l. 81).

Co istotne, motywacja do wspólnotowego działania wynikała także z głębokiego rozpoznania realnych konsekwencji samotności, nie z własnego doświadczenia, ale zjawiska obserwowanego u innych jako dramatycznych skutków marginalizacji i izolacji w starości:

„W tej chwili ja bym tylko jedną rzecz powiedział, że najwięcej, powtarzam, najwięcej dla seniora to jest samotność. Najwięcej krzywdy wyrządza samotność, życie w samotności, brak po prostu takie możliwości wyjścia naprzeciw do ludzi, bo nie ma możliwości wyjścia, bo sprawność fizyczna nie pozwala. I brak zewnętrznej do tych ludzi, życie takie tam, to jest najgorsze, co może być”(W_19, M., l. 82).

"Ci ludzie się boją po prostu, o siebie się boją, bo jak on jest pozostawiony sam sobie i to na coraz dłużej, dłużej, dłużej, to się boi później wyjść. On się boi psa, on się boi kota, on się boi ciemności, on się boi wszystkiego, on się boi w ogóle ludzi" (W_19, M., l.81).

Ta wypowiedź w szczególny sposób podkreśla znaczenie działań wspólnotowych jako formy przeciwdziałania alienacji społecznej. Wspólnota jawi się tutaj nie tylko jako przestrzeń rozwoju jednostkowego, ale także jako odpowiedź na jedno z najpoważniejszych zagrożeń związanych ze starością – powolne zanikanie relacji, które z czasem prowadzi do izolacji, lęku, a nawet utraty kontaktu ze światem zewnętrznym.

To zaangażowanie podejmowane przez moich rozmówców na rzecz innych, będących w okresie starości, można nazwać społecznym współuczestnictwem tożsamościowym – nie jest ono nakierowane wyłącznie na wsparcie, ale jest formą kolektywnego konstytuowania grupy, do której się przynależy. Tożsamość osób starszych nie kształtuje się więc wyłącznie w relacji do własnych przeżyć, ale w działaniu na rzecz innych, we wspólnym tworzeniu przestrzeni, w której „my – starsi” jesteśmy razem, aktywni, sprawczy i potrzebni sobie nawzajem.

Temat wspólnoty i przynależności jawi się nie jako dane raz na zawsze, ale jako dynamicznie wytwarzane w codziennych interakcjach formy nadawania sensu starości. Uczestnictwo w grupach, zarówno formalnych, jak i nieformalnych, to przestrzeń, w której konstruowana jest tożsamość społeczna osób starszych. Wypowiedzi badanych dowodzą, że relacje społeczne nie tylko umożliwiają podtrzymywanie więzi i porządkują codzienność, ale również stwarzają pole do negocjowania obrazu samego siebie jako osoby rozwijającej

się, obecnej w świecie. To nie tylko wsparcie emocjonalne, lecz także społeczna rama tożsamości, w której możliwe staje się redefiniowanie własnej roli w okresie starości. Co więcej, badani, którzy sami doświadczają wartości wspólnoty, podejmują działania, by zachęcać do niej innych – nie jako forma indywidualnej pomocy, lecz jako działanie na rzecz grupy, z którą się identyfikują. To przejaw zbiorowej troski o wizerunek własnej kategorii społecznej – osób starszych – i jednocześnie forma podtrzymywania wspólnego sensu bycia razem w obliczu nieuchronnych strat, wyzwań i zmian, jakie niesie starość. Przynależność wspólnotowa może być tutaj odczytana jako narzędzie wzmacniania poczucia integralności, przeciwdziałania izolacji oraz jako forma realizacji społecznej roli nadal zaangażowanego i potrzebnego członka społeczeństwa. Takie odniesienie osadza wspólnotowość w szerszym procesie psychospołecznego rozwoju i nadaje jej wymiar egzystencjalny. W ten sposób siła wspólnoty nie jest wyłącznie emocjonalnym doświadczeniem – to także proces podtrzymywania społecznej tożsamości, który przeciwdziała alienacji i pozwala osobom starszym czuć się częścią większej całości. Badani nie tylko opowiadają o byciu wśród ludzi – oni tworzą wspólnotę przez swoje wybory, działania i relacyjne zaangażowanie.

Tematy obejmujące pragnienie więzi i relacji oraz siła wspólnoty i przynależności są ze sobą ściśle powiązane, ale nie są tożsame. Pierwsza odnosi się do indywidualnej potrzeby tworzenia i podtrzymywania relacji z innymi, natomiast druga wskazuje na głębszy wymiar zakorzenienia społecznego — przynależność do grupy nie tylko zaspokaja potrzebę kontaktu, ale też nadaje ramy tożsamościowe, wzmacnia poczucie wartości i zapewnia społeczne uznanie.

5.2.3. Ciężar osamotnienia i rozczarowań

W interpretowanym wymiarze relacji z innymi, obejmującym pragnienie więzi relacji oraz siłę wspólnoty i przynależności, pojawił się także przypadek szczególny, silnie kontrastujący. Choć odosobniony, okazał się niezwykle nośny znaczeniowo i istotny analitycznie. Uczestnik badania niemal cały swój narracyjny wysiłek kieruje na opowieść o samotności, rozczarowaniu ludźmi i braku znaczących relacji. Wypowiedź ta nie tyle burzy poprzednie tematy, ile je dopełnia – pokazuje ich odwrotność i stanowi istotny kontrapunkt, wzmacniający wagę wspólnotowych doświadczeń innych uczestników i jako taki domyka jego analizę, pokazując granice oraz konsekwencje społecznego wycofania i emocjonalnej izolacji. Niezwykle dotykającym momentem w relacji badanego jest opis

pożegnania po przejściu na emeryturę – symbolicznie uroczystego, ale pozostawiającego po sobie pustkę i poczucie straty:

„Stąd na początku czułem się nieswojo i byłem trochę zagubiony, nawet miałem trochę żalu do kolegów. Pożegnali mnie uroczyście bardzo, moja szefowa [...]wygłosiła w ogóle mowę jakąś taką kwiecistą, że byłem nie osobą, tylko osobistością, ale ja wiem jaką wartość miały jej słowa tak w ogóle. No, w każdym razie pożegnanie było takie, że chciałoby się wrócić choćby tylko po to, żeby to pożegnanie przeżyć jeszcze raz, a potem nagle zapadł jakiś szlaban. Coś się odcięło...” (W_11, M., l. 82).

Z biegiem czasu emocje te uległy przekształceniu – rozczarowanie i frustracja ustępują miejsca rezygnacji i chłodnej refleksji. Badany przywołuje teorię ewolucji, by zracjonalizować zawodność relacji międzyludzkich. To strategia intelektualna, która pozwala mu poradzić sobie z brakiem więzi, ale też tworzy swoisty dystans wobec otoczenia:

„A to potem, najpierw byłem zły, wściekły i szukałem przyczyny, czy to moja wina, czy ich i było dużo, duża doza żalu. No i oczywiście niezadowolenia. Natomiast w miarę przeżywania tematu i poznawania jakiś tam z innych źródeł, zdobywanie informacji na temat jak to w życiu bywa, jacy ludzie bywają i tak dalej i dlatego, żal zniknął, zaczęło się coś takiego, znaczy bardziej powiedziałbym tolerancji po pierwsze, bo ludzie mają prawo być takimi, jakimi są, albo jakimi chcą być. Nawet z odrobiną dozy współczucia. Teraz już wiem, że sprawa od początku była beznadziejna i nie ma co się tu specjalnie nad tym tematem rozwodzić, a po prostu jest jak jest. A to się wzięło stąd, że sporo się naczytałem na temat ewolucji, któregoś dnia się zainteresowałem dokładniej teorią o powstawaniu gatunków Darwina” (W_11, M, l. 82).

Wielowątkowa i głęboka wypowiedź badanego wskazuje także, że poczucie osamotnienia nie jest związane jedynie z fizyczną nieobecnością innych, ale przede wszystkim z brakiem wspólnoty, relacji i porozumienia. Sama wspólnotowość nie jest pomijana, ale nieustannie przywoływana – jako brak, niemożliwość i zwyczajne niezrozumienie:

„Nie uwierzy pani, że w ciągu tych 16 lat [...]miałem jedną wizytę trzech koleżanek, mimo woli trochę wymuszoną, bo to było takie spotkanie smutne z okazji śmierci jednej z naszych

starszych koleżanek.[...] I spotkanie wyglądało w ten sposób, że ja czym chata bogata, tym rada, ale jak zasiedliśmy do rozmowy, to właściwie wie pani, siedziały, obgadywały wszystkich krewnych i znajomych, ta trzecia się czasami wtrącała, ja siedziałem jak na tureckim kazaniu. Mnie to nie interesowało specjalnie” (W_11, M, l. 82).

W jego narracji chodzi także o rozczarowanie jakością relacji, które są jego udziałem, ich powierzchownością, brakiem emocjonalnego zabarwienia. Najbardziej dotkliwie nie okazuje się jednak poczucie samotności fizycznej, lecz osamotnienie wynikające z braku przestrzeni, w której – opierając się na zbudowanych już więziach – można pozostać sobą i autentycznie wyrażać własne doświadczenia:

„10 lat temu moja żona odeszła. Od tego czasu jestem właściwie sam. Syn wpada dość często. Zazwyczaj na krótko, bo też jest wiecznie zalatany i właściwie, no, może go krzywdzę, ale trochę traci zainteresowanie w momencie, kiedy na tradycyjne pytanie, a co u ciebie, czy wszystko w porządku, zazwyczaj odpowiadam tak, jak się powinno na ogół, tak myślę, powiedzieć, że wszystko jest ok” (W_11, M., l. 82).

Przypadek ten pozostaje spójny z koncepcją tożsamości społecznej, badany również konstruuje swoją tożsamość społeczną poprzez relacje, choć w tym wypadku są one negatywnie zdefiniowane. Ich brak staje się podstawą autoidentyfikacji. W ten sposób podkreśla jednocześnie wartość i znaczenie tych wypowiedzi, w których obecność innych ludzi stanowi źródło sensu, poczucia zakorzenienia i radości.

Wyjątkowo poruszające w omawianym przypadku jest fakt, że badany reprezentuje wysoki kapitał kulturowy oparty na karierze naukowej, prestiżu wykonywanego zawodu, wysokim poziomie intelektualnym. Ten potencjał, który mógłby stanowić zasób, tu działa jako czynnik alienujący. Mój rozmówca stawia poprzeczkę relacyjną bardzo wysoko, wymagając od innych podobnego poziomu zaangażowania intelektualnego, co skutkuje rozczarowaniem i poczuciem niedopasowania:

„Ja wiem, ale ja, mimo wszystko, mam spore ograniczenia na. Byłoby tak, może nie mam racji, ale byłoby tak, że tematy, o których ja mogę rozmawiać, to są albo medyczne, bo to ludzi bardzo ciekawi dowiedzieć coś tam, ale na takim poziomie powiedziałbym bardzo

usługowym i nudnym w sumie, w gruncie rzeczy, albo ogrodniczym, ale te ogrodnicze to jest kiepski temat do rozmowy z rodzinami” (W_11, M., l. 82).

„Gdybym należał do ludzi plotkujących, ciekawych jakiś sekretów innych tam, prawda, żeby wysłać tak dalej, to z pewnością roiłoby się od ludzi wokół, a ja jestem trochę inny” (W_11, M., l. 82) – mówi z wyraźnym dystansem wobec powszechnych form towarzyskich kontaktów.

To „bycie innym”, nacechowane intelektualnym dystansem, nie tylko utrudnia budowanie bliskich relacji, ale też konstruuje tożsamość „człowieka osobnego”, co jest jednocześnie źródłem goryczy i dumy zarazem:

„Pijaków się boję, a chamów nie toleruję. Natomiast to jest jedyna grupa, w stosunku do innych jestem, że tak powiem, otwarty, ale jeżeli oni z tej furtki otwartej nie chcą skorzystać, kiedyś miałem żal. I pełen zdziwienia jednocześnie [...] nauczyło mnie życie i to jest chyba dosyć ważne, trochę oceniać ludzi pod kątem, że tak powiem wysokości lotów. Znane jest powiedzonko, że przy niektórych to spokojnie można okno otworzyć, oni, nie orły, nie wylecą. Paskudna cecha, trochę takie szufladkowanie ludzi. Staram się tego unikać, a w każdym razie nie, nie kieruję się tym w sposób taki, że no, ale nic na to nie poradzę. Każdy następny rok, jakieś tam kontakty z nimi utwierdzają mnie w przekonaniu, że ta moje ocena chyba jednak jest prawdziwa” (W_11, M., l. 82).

Pojawia się tu pewien rodzaj ambiwalencji: z jednej strony – potrzeba bycia uznanym, z drugiej – niechęć do uczestnictwa w życiu społecznym na warunkach, które badany uznaje za płytkie lub niegodne. Jego refleksyjna samotność jest intelektualnie przepracowana, ale także bolesna:

„Myślę, że w dużej mierze jestem odpowiedzialny za to, że ląduję sam. Jestem bardzo krytycznie, że tak powiem, nastawiony do konstruktu jakim jest homo sapiens” (W_11, M., l. 82).

„Jesteśmy, moim zdaniem najbardziej nieudanym owocem naszej ewolucji, nie z naszej winy zresztą, ale to sprawiło, że tak trochę przestałem szukać towarzystwa. Ale też jest

specjalnie się nie dziwię, że ja nie jestem dla tych ludzi obiektem jakiegokolwiek zainteresowania” (W_11, M., l. 82).

Ambiwalencja pojawia się ponownie, z jednej strony badany odczuwa głęboką potrzebę relacji, z drugiej – sam wyznacza granice i oczekiwania wobec innych, które je uniemożliwiają:

„Zdecydowanie tak [ogród daje radość], ale radość przez łzy, bo mam świadomość, przekonuję się o tym na każdym kroku, jak wielu rzeczy zrobić nie mogę po prostu albo jak sobie nie radzę. Jestem sam, nie mam nikogo do pomocy” (W_11, M., l. 82).

„Dlatego, że gdybym ja miał tutaj w otoczeniu ludzi, którzy dzielą moje pasje i którzy mi pomagają czasami, bo ja jestem może mniej sprawny, mniej wydolny, gdyby przy ich współpracy mógłbym realizować swoje tam jakieś pasje i dzielić się z nimi i cieszyć się jeszcze w dodatku razem z nimi. No, to wtedy czułbym się, że tak powiem, młody znacznie dłużej” (W_11, M., l. 82).

Choć rozpoznaje znaczenie aktywności społecznej jako antidotum na egzystencjalne ciężary, nie jest w stanie ich podjąć – zarówno z powodów zdrowotnych, jak i mentalnych:

„Wszelkie aktywności społeczne [...] odwracają uwagę od spraw bieżących” (W_11, M., l. 82).

„No, mam świadomość tego, że nie mam się co spodziewać takich radykalnych zmian, bo się cała moja życiowa, że tak powiem, droga to była taka pochylnia w dół” (W_11, M., l. 82).

Osamotnienie i rozczarowania badanego nie wynikają zatem jedynie z czynników zewnętrznych, ale również z jego stosunku do świata i do innych, a jego sytuację pogłębiają własne wybory i przekonania – odczuwa brak kontaktów, ale jednocześnie dewaluuje te, które nie spełniają jego oczekiwań intelektualnych. Kapitał kulturowy w jego przypadku okazuje się barierą relacyjną, utrwalającą poczucie nieprzynależności i społecznej osobności:

„Kolejny dzień, który trzeba jakoś spędzić ze świadomością tych ujemnych, że tak powiem elementów. Czasem nawet wie pani, myślę, że dobór moich lektur nie jest właściwie, bo one mi tak trochę napędzają te ponure trochę skojarzenia. A z drugiej strony znajduję w tych książkach treści, które są ciekawe, bo dotyczą no ważnych zagadnień i dowiaduję się, co ktoś inny na ten temat myśli albo jak sobie z tym radzi. Ale ja nie. Nie należę do ludzi rozrywkowych specjalnie” (W_11, M., l. 82).

W tym sensie ten skądinąd wyrazisty przypadek potwierdza znaczenie, wartość relacji i wspólnoty przez ich brak, szczególnie w okresie starości i w kontekście tożsamości społecznej, kiedy osłabione relacje społeczne stawiają przed jednostką pytanie o jej miejsce wśród innych. To wtedy właśnie bycie z ludźmi nabiera szczególnego znaczenia, nie tylko jako źródło wsparcia, ale stając się podstawą ciągłości tożsamości, która potwierdza się w przynależności i społecznym uznaniu.

Temat powiązany z ciężarem osamotnienia i rozczarowań ukazuje starość jako czas konfrontacji nie tylko z utratą relacji, ale również z ograniczeniami samej tożsamości społecznej. Samotność nie jest wyłącznie stanem fizycznej izolacji – jest znaczeniową luką, powstałą na skutek braku rozpoznania, braku odpowiedzi ze strony świata społecznego. Taki brak możliwości funkcjonowania w relacjach i bycia uznanym może prowadzić do zachwiania poczucia wartości i automarginalizacji. Osoba badana, która mówi o wycofaniu relacji i z relacji, rozczarowaniu ludźmi, czy odcięciu od wspólnot, wyraża poczucie utraty społecznego zakotwiczenia. Brak przynależności do znaczącej grupy nie tylko pogłębia samotność, ale również osłabia swoje miejsce w świecie. Tożsamość zaczyna się konstituować wokół negacji i braku, a nie uczestnictwa. Co więcej, badany przyjmuje wobec innych dystans intelektualny, co paradoksalnie utrwala jego osamotnienie, gdyż zawęża dostępne formy identyfikacji grupowej. Brak uznania, obojętność otoczenia lub brak wspólnotowych więzi osłabiają poczucie spełnienia, a nieprzepracowana samotność może blokować możliwość pogodzenia się z przeszłością. Jednak nawet w tych sytuacjach pojawia się próba intelektualnego poradzenia sobie z samotnością – poprzez refleksję, dystans czy lektury – co może świadczyć o poszukiwaniu sensu i integralności mimo trudnego doświadczenia. W ten sposób ciężar osamotnienia staje się nie tylko doświadczeniem emocjonalnym, ale także strukturalnym – związanym z brakiem społecznych kategorii, które pozwalałyby osobom starszym włączyć się na nowo w relacyjną rzeczywistość. Niektóre wypowiedzi badanego pokazują samotność jako refleksyjne wycofanie, uwewnętrzniane

w toku życia. Tym samym, tożsamość społeczna osób starszych może formować się również w opozycji – jako tożsamość wycofanych, osobnych, świadomie dystansujących się, lecz wciąż poszukujących sensu poprzez interpretację swojego miejsca w świecie.

5.2.4. Podsumowanie

Podsumowując kontekst relacji z innymi, należy uznać, że relacyjny wymiar tożsamości społecznej, wyłaniający się z narracji uczestników badania, ukazuje starość poprzez znaczenia przypisywane więziom i relacjom międzyludzkim. Wypowiedzi badanych wskazują, że to właśnie doświadczenia nadawane zarówno relacjom realnie istniejącym, jak i tym utraconym czy redefiniowanym stanowią istotny element kształtowania społecznej tożsamości osób starszych.

W kategorii pragnienie więzi i relacji ujawnia się silna potrzeba bliskości i obecności innych, szczególnie członków rodziny. Tożsamość społeczna formuje się tu poprzez relacyjne role – bycie rodzicem, partnerem czy przyjacielem – a utrzymywanie tych ról staje się sposobem na potwierdzenie własnej wartości i ciągłości siebie. Relacje nie są tylko wsparciem, ale przestrzenią uznania i współuczestnictwa.

W kategorii siła wspólnoty i przynależności tożsamość społeczna opiera się na aktywnym współtworzeniu lokalnych lub symbolicznych wspólnot. Poczucie przynależności do grupy, właściwie jakiegokolwiek, formalnej czy nieformalnej wzmacnia poczucie sprawczości, znaczenia i zakorzenienia społecznego. Tożsamość społeczna nabiera tu cech kolektywnych – „jesteśmy razem”, „działamy wspólnie”, „mam swoje miejsce w grupie”. Wspólnota pełni też funkcję ochronną wobec ryzyka marginalizacji, oferując wsparcie emocjonalne i towarzyskie.

Z kolei w kategorii ciężar osamotnienia i rozczarowań relacje jawią się jako nieobecne, zawiedzione lub niemożliwe do utrzymania. Tożsamość kształtuje się przez brak – uznania, bliskości czy po prostu zainteresowania. Osoba wycofana z relacji często przyjmuje pozycję obserwatora, niekiedy dystansującego się intelektualnie, co paradoksalnie umacnia ich izolację. Jednocześnie ich refleksyjność i świadomość własnej sytuacji wskazują na głębokie poszukiwanie znaczenia i próbę obrony swojej integralności tożsamościowej.

We wszystkich trzech kategoriach widoczna jest zasadnicza rola relacji społecznych jako fundamentu konstruowania tożsamości. Relacje stanowią ramę, w której osoby starsze interpretują siebie i swoje miejsce w świecie społecznym. Jednocześnie relacyjność ta przybiera coraz częściej charakter świadomego wyboru – badani podkreślają

potrzebę budowania więzi na własnych zasadach, poza stereotypowym wyobrażeniem osoby starszej jako biernego odbiorcy opieki lub bezrefleksyjnego kontynuatora tradycyjnych ról społecznych. W ich narracjach widoczna jest tendencja do wyłamywania się z oczekiwań społecznych i definiowania relacji w sposób, który afirmuje ich autonomię, kompetencje oraz prawo do decydowania o swoim zaangażowaniu społecznym. Niektórzy z nich przyjmują rolę aktywnych twórców wspólnotowości, nie tylko odnajdując sens w kontaktach z innymi, ale też inspirując, organizując i zarażając wspólnotowością – czyniąc z niej nie obowiązek, lecz wyraz własnej tożsamości i wyboru. W tym sensie relacje społeczne nie są jedynie odpowiedzią na potrzebę przynależności, ale stają się przestrzenią sprawstwa, uznania i samopotwierdzenia w późnym wieku. W tym kontekście warto zwrócić uwagę na sposób, w jaki uczestniczki badania mówią o roli babci. Ten aspekt ich życia nie jawi się jako obowiązek czy definicyjny element starości, lecz jako jedna z możliwych ról społecznych, którą można – ale nie trzeba – przyjąć. W ich narracjach wyraźnie wybrzmiewa redefinicja tej roli: nie chodzi o pełnoetatową opiekunkę, lecz towarzyszkę życia, aktywną, sprawczą, czasem inspirującą przewodniczkę po świecie wartości czy kultury. Wnuki nie są centrum ich świata, ale częścią sieci relacji, które współtworzą, a rola babci nie jest dla nich tożsamościowym przymusem, ale jedną z możliwości, której realizacja zależy od kontekstu życiowego i własnej decyzji.

Analizując, w ramach wymiaru relacji z innymi, znaczenia wypływające z wypowiedzi badanych w odniesieniu do postawionych pytań badawczych, ukazuje się zróżnicowana, ale spójna wizja starości jako etapu życia, który wymaga nowych strategii tożsamościowych, ugruntowanych w interakcji, wzajemnym uznaniu i potrzebie przynależności. Choć moi rozmówcy nie artykułują wprost zmieniających się znaczeń związanych ze starością, ich wypowiedzi ukazują różnorodne sposoby jej przeżywania i interpretowania. Trudno nie odczytać tego jako przejaw szerszych zmian zachodzących w społecznych wyobrażeniach tej fazy życia.

5.3. Kontekst relacji ze światem społecznym. Społeczny wymiar tożsamości społecznej

Kontekst relacji ze światem społecznym stanowi zwieńczenie trójwymiarowej analizy znaczeń starości w odniesieniu do tożsamości społecznej osób starszych. Wcześniej omówiłam wymiar relacji z samym sobą, który wiąże się z głęboką autorefleksją badanych wobec zmian, strat i koniecznością reinterpretacji dotychczasowego życia. Następnie

przyjrzałam się relacjom z innymi, ukazującym znaczenie więzi, przynależności i samopomocowych mechanizmów wsparcia. Ostatnia część koncentruje się na osadzeniu jednostek w szeroko rozumianym świecie społecznym.

Sformułowanie społeczny wymiar tożsamości społecznej osób starszych, choć może sprawiać wrażenie tautologii, przyjęłam celowo, aby podkreślić ten jej aspekt, który kształtuje się w bezpośredniej relacji ze społecznymi oczekiwaniami, wyobrażeniami czy obowiązującymi normami. To właśnie w tym obszarze starość zostaje umiejscowiona w zewnętrznym kontekście, który nie tylko ją opisuje, ale również współtworzy jej doświadczenia. Tym, co odróżnia ten obszar od poprzednich, jest właśnie przeniesienie punktu ciężkości z osobistych przeżyć czy bliskich relacji ku społecznej ramie znaczeń starości.

Tożsamość społeczna nie wyłania się więc wyłącznie z indywidualnych doświadczeń, lecz zostaje konstruowana w odniesieniu do tego jak starość jest społecznie widziana, przeżywana i wartościowana oraz jak na te obrazy odpowiadają same osoby starsze. W konsekwencji mierzą zarówno z własnymi odczuciami i naturalnymi następstwami etapu życia, w którym się znajdują, ale również z wiodącymi społecznymi obrazami starości.

W wypowiedziach badanych dostrzec można napięcie pomiędzy społeczną kategoryzacją wiekową, która przypisuje im określone normy i wzorce zachowań, a osobistym sposobem ich przyjmowania. Społeczna kategoria wieku bywa postrzegana jako ograniczająca, stąd podejmują rozmaite działania pozwalające zachować indywidualność i podmiotowość. Jednocześnie relacje uczestników wskazują na proces wzajemnego oddziaływania – z jednej strony częściowo podporządkowują się społecznym oczekiwaniom, z drugiej nadają im własne znaczenia, rozszerzają i reinterpretują je, wnosząc tym samym nowe treści do społecznych wyobrażeń o starości.

W interpretacji tego wymiaru szczególną uwagę poświęciłam tym znaczeniom, które z wypowiedzi badanych wyłoniły się jako wiodące i wyznaczające przestrzeń relacji osób starszych ze światem społecznym. W związku z tym, wyodrębniłam następujące tematy: oddziaływanie społecznych ram, siła języka naznaczania i przesuwanie granic oczekiwań.

W omawianym obszarze swoje odpowiedzi znajdują także postawione pytania badawcze związane przede wszystkim ze społecznym kontekstem przeżywania starości i jej znaczeniami w tym zakresie. Analizowane wypowiedzi pozwalają uchwycić także, jak uczestnicy badania odnoszą się do społecznych wyobrażeń na temat starości, zarówno tych

już ugruntowanych, jak i tych ulegających współczesnym przemianom, ujawniając przy tym swoje postawy, nastawienie emocjonalne czy stosunek do tych obrazów.

5.3.1. Oddziaływanie społecznych ram

Temat oddziaływań społecznych ram odnosi się do sposobu, w jaki badane osoby konfrontują się z dominującymi wyobrażeniami starości obecnymi w przestrzeni społecznej. Ich wypowiedzi pokazują, że choć ramy te wyznaczają pewien kontekst kształtowania tożsamości społecznej, nie są one przyjmowane w sposób bezrefleksyjny. Przeciwnie, często dystansują się wobec narzucanych schematów, negocjują ich znaczenia czy poszukują alternatywnych sposobów samookreślenia. W tym sensie społeczne ramy starości stają się zarówno ograniczeniem, jak i punktem wyjścia do ich reinterpretacji i tworzenia nowych definicji siebie. Stanowią element szerszej struktury społecznej – swoistego zewnętrznego wobec jednostki szablonu starości, który wyznacza społeczne normy – oczekiwania i wzorce zachowań przypisane osobom starszym. To właśnie w ramach tej struktury określane są „właściwe” sposoby przeżywania tego okresu w życiu wpływające na kształt tożsamości społecznej. Refleksje badanych ujawniają zatem świadomość istnienia tego „domyślnego obrazu starości”, wobec którego się nie tylko określają, ale także podejmują próby jego przekraczania.

Pierwszy wątek wyłaniający się z tematu oddziaływania społecznych ram określić można jako rekonstrukcję społecznego obrazu starości, która, wynika przede wszystkim z faktu obiektywnie dostrzegalnych przemian demograficznych. Wraz z rosnącą liczbą osób starszych i coraz bardziej zauważalną ich obecnością w przestrzeni publicznej, zdaniem badanych, następuje społeczna adaptacja do tej zmiany – naturalna konieczność osvajania nowej rzeczywistości, co trafnie ilustrują poniższe relacje:

„Coraz więcej się mówi, coraz więcej się pokazuje starość i coraz więcej się mówi o potrzebach, mówią raczej dobrze [...]. Jest masa programów w telewizji pod kątem ludzi starszych, pokazują, jak się bawią, jak się cieszą, z czego mogą korzystać. Także świat widzi to. Moim zdaniem, to trochę tak, jakby chyba wszyscy się pogodzili się z tym, że to jednak jest nas taka rzesza” (W_15, K., l. 72).

„Myślę, że jeśli chodzi o starość, jest większa akceptacja starości i jakby przyzwyczajenie się, jest nas więcej po prostu” (W_23, K., l. 79).

„Jest nas dużo i wszędzie się w różnych miejscach pojawiaamy” (W_17, K., l.71).

Badani dostrzegają zmianę w społecznym postrzeganiu starości – siłą rzeczy następuje jej stopniowe przyjmowanie, a co za tym idzie coraz powszechniejsza akceptacja. Wydaje się jednak, że nie jest to rezultat celowego przeformułowania społecznych postaw ani wyraz szczególnej refleksji, raczej konsekwencja nowej demograficznej rzeczywistości i przyzwyczajania się społeczeństwa do obecności osób starszych w życiu zbiorowym. Starość wpisuje się niejako na stałe jako nieodłączny element współczesnego życia społecznego, a te systemowe i kulturowe odpowiedzi na ten proces wynikają z konieczności uwzględniania rosnących potrzeb licznej i zróżnicowanej grupy osób starszych.

Rekonstrukcja społecznego obrazu starości wiąże się także z dość jednoznacznym rozprawieniem się badanych z jej stereotypową wizją jako czasu bierności, stagnacji czy braku zaangażowania. Jak zauważa jedna z rozmówczyń:

„To znaczy, ja akurat obracam się w takim towarzystwie, które chce jeszcze – ja bym to tak określiła. Wiadomo, że jest ta grupa, która siedzi przed telewizorem, ogląda seriale w dresie i żyje właściwie życiem tych seriali” (W_7, K., l. 76).

Ta wypowiedź wprost pokazuje, w jaki sposób społeczne klasyfikacje wpływają na postrzegania siebie i innych przez osoby starsze, dlatego sami zainteresowani podejmują dyskusję z obowiązującym obrazem starości. Badana kontynuuje:

„Im to pasuje. Dres, ona mówi, że w życiu się tak napracowała, że już nie potrzebuje, że odpocznie przed tym telewizorem, że wystarczy, że są te seriale, że w telewizji jest tyle ciekawych rzeczy, że do kina nie musi chodzić, do teatru też nie. No, na spotkania z koleżankami nie musi, bo widocznie nie musi. Ona ma telewizor i to jest jej świat. To jest jej świat. A na przykład są koleżanki bardzo aktywne, które jeżdżą na wycieczki” (W_7, K., l. 76).

Refleksja ta, z jednej strony oddaje wewnętrzne zróżnicowanie doświadczeń starości, pokazuje odmienne sposoby jej przeżywania, z drugiej natomiast odsłania mechanizm jej wartościowania. Moja rozmówczyni nie tylko opisuje różne style życia w starości, ale żywo je ocenia i porządkuje, przeciwstawiając sobie dwie ich odsłony: starość w jej najlepszym

wydaniu jest aktywna, ciekawa świata, społecznie uczestnicząca oraz starość bierną – wycofaną, pozbawioną zaangażowani. Wydaje się, że takie rozróżnianie tylko z pozoru może być neutralne i choć przyświeca mu zapewne intencja emancypacyjna – ma zmieniać społeczny obraz starości i przywracać jej wartość w przestrzeni publicznej – w istocie staje się formą hierarchii, w której nie wszystkie sposoby przeżywania starości są, tak samo pożądane i uznawane. Kwestia braku akceptacji dla tej starości samowykluczającej się społecznie, pojawia się także w innej wypowiedzi:

„No tak, jedzenie też jest aktywnością i defekacja też jest aktywnością, ale to mało korzyści przynosi komukolwiek poza zainteresowanym. No i też oczekiwanie, że ja nie muszę nic robić, bo mnie się należy” (W_5, M., l. 70).

Tak postawa może być przykładem nie tylko moralizującej retoryki na temat starzenia się, ale także wywierania presji na podejmowanie aktywności jako bezdyskusyjnego rdzenia aktualnego obrazu starości. W ten sposób badany, być może nieświadomie, wyklucza innych z uznawanego modelu społecznego, nawet jeśli intencją jest poprawa społecznego wizerunku starości. Ta tendencja widoczna jest jeszcze wyraźniej w mocniejszych przekazach:

„Stary, to jest człowiek, który nie ma żadnych ambicji, celów do osiągnięcia, nie ma w sobie woli, woli walki o siebie, o najbliższych, o swoje środowisko czy inne. Nie ma, nie ma tej woli aktywności”(W_5, M., l. 70).

„[...] bo mnie się wszystko należy. Winę ponosi oczywiście państwo, to, że ja nie posługuję się komputerem, to państwo jest temu winne, nie ja. To jest państwo winne, że tyle czasu, na przykład, na coś czekam. Państwo jest winne, że mi tego nie daje. O wszystko jest państwo, a z siebie nic. Ja mówię, to jest kwestia pewnej mentalności” (W_7, K., l. 76).

Oprócz oczywistej krytyki pewnych postaw osób starszych utrwalonych w społecznych wyobrażeniach starości, wypowiedzi badanych ujawniają mechanizmy, w których oni sami odtwarzają negatywne schematy, oceniając innych pod względem ich zaangażowania czy użyteczności. Jednakże to, co z jednej strony może być odczytane jako próba odzyskiwania siebie w starości i przeciwdziałania marginalizacji, z drugiej strony reprodukuje może nową normę społeczną, która ogranicza akceptację zróżnicowanych

i zindywidualizowanych sposobów starości. Trudno nie odnieść wrażenia, że jest to ilustracja niezwykle interesującego procesu wewnętrznej negocjacji społecznych ram starości, w których jednostka przejmuje na siebie odpowiedzialność za redefiniowanie tego, jak powinna wyglądać, by była nie tylko akceptowana, ale i społecznie uznana. Badani różnicując, a jednocześnie wartościując sposoby jej przeżywania, ustalają ich normatywną hierarchię, w której aktywność staje się wzorem tej „właściwej”, dobrej starości. Można przypuszczać, że wynika to także z potrzeby zmiany panującego jej społecznego wizerunku, który pozwalałby jednostce czuć się bardziej komfortowo w przypisywanej jej kategorii społecznej. Można tu także dostrzec, że normy społeczne są przez jednostki rozpoznawane, uwewnętrzniane i odtwarzane jako ich własne praktyki w procesie codziennego uczestnictwa w życiu społecznym. Ta dynamika demaskuje jednak pewną dwuznaczność tych, z założenia, emancypacyjnych przekazów, które jednocześnie niosą potencjał wyzwolenia i zakwestionowania istniejących ograniczeń, ale i wtórnego podporządkowania się zaktualizowanym już normom społecznym.

Pozostając w wątku rekonstrukcji społecznego obrazu starości, wypowiedź jednej z badanych podkreśla cenne cechy w zbiorowości osób starszych:

„Raczej, raz, że doświadczenie duże, a poza tym, te niedobre czasy PRLowskie nas nauczyły wielkiej pokory i wielkiej odpowiedzialności właściwie jednocześnie” (W_4, K., l. 73).

Moja rozmówczyni jednocześnie odsłania schemat, w którym społeczne klasyfikacje wpływają na sposób postrzegania siebie i innych przez osoby starsze. Badana, odwołując się do własnego życiowego doświadczenia oraz pożądane społecznie wartości – wzmacnia wizję starości jako etapu związanego z odpowiedzialnością i użytecznością. Może stanowić to alternatywę wobec utrwalonego obrazu starości definiowanego przez zależność i deficyty. Nie chodzi już tylko o społeczną akceptację, lecz o uznanie wartości, jakie osoby starsze wnoszą do zbiorowości.

Zupełnie nieoczekiwane stanowisko wobec społecznych wyobrażeń starości prezentuje niespełna 90-letnia badana, która zaznacza:

„Ja pani powiem, dla mnie jako osoby, to jeszcze ja nie czuję tej starości, nie czuję, bo ja jeszcze sobie wszystko sama robię, sama wszystkie rachunki, wszystkie przelewy związane z moim prowadzeniem domu” (W_8, K., l. 89).

Choć badana nie odwołuje się wprost do przyjętej społecznie wizji starości, wydaje się dla niej oczywiste, że określone kompetencje, takie jak sprawność w codziennych sprawach, także ta techniczna, traktowane są jako oznaka samodzielności, tym samym więc wykluczają jej przynależność do grupy osób starszych. W związku z tym nie utożsamia starości z wiekiem metrykalnym, lecz z utratą kontroli nad codziennością. Ta, zaskakująca skądinąd, konstatacja uczestniczki badania odnosi się po części do społecznego obrazu starości, gdzie nienadążanie za rozwojem technologicznym i wykluczenie cyfrowe bezpośrednio powiązane jest ze starością. Ten sposób myślenia jasno pokazuje, że tożsamość społeczna konstruowana jest właśnie także wobec tych zewnętrznych skryptów starości, a nie tylko wewnętrznego przeżycia. Ta jednoznaczna deklaracja badanej jest nie tyle jej subiektywnym postrzeganiem siebie, a raczej jej odpowiedzią na obowiązujący, normatywny obraz starości, od którego pragnie się odróżnić.

Wątek rekonstrukcji społecznego obrazu starości zamyka swego rodzaju manifest jednego z badanych, który podważa potrzebę nadawania osobom starszym specjalnego statusu czy specjalnego traktowania:

„No i ludzi starych, że tutaj trzeba pilnować jakiegoś balansu i nie dlatego zauważać starych, bo są starzy, tylko po prostu są częścią lokalnej populacji. Tak samo jak młodzi czy inne grupy, to nie trzeba ich szanować, bo są starzy, tylko trzeba ich szanować, bo są i to wystarczy” (W_5, M., l. 70).

Ten postulat włączenia starości w codzienność życia społecznego bez nadzwyczajnej uwagi z jednej strony i bez marginalizowania z drugiej, jest nawoływaniem o jej normalizację, rozumianą jako korzystna dla obu stron obecności osób starszych w zbiorowej przestrzeni. To umożliwi takie współtworzenie społecznej ramy starości, by wolna była od ograniczających ją znaczeń i stereotypów.

Drugim wyłaniającym się wątkiem tematu związanego z oddziaływaniem społecznej ramy jest kwestionowanie stereotypowych wyobrażeń dotyczących zarówno samej starości, jak i osób starszych, czego dowodem jest poniższa wypowiedź:

„Wielu ludzi może nie werbalizuje tego w taki sposób, nie uświadamia sobie tego, ale moim zdaniem, [...] którzy no idą na emeryturę w wieku 65 lat, w obecnych czasach są cudzysłów seniorami, ale niekoniecznie są już niesprawni. No nie, nie czują się starzy w obecnych czasach. To są ludzie w pełni sprawni” (W_5, M., l. 70).

Użyte przez badanego sformułowanie „cudzysłów seniorzy” wyraża nie tylko dystans, ale także jawną niezgodę wobec tego terminu i jego stereotypowego ładunku znaczeniowego. Cudzysłów podkreśla, że pojęcie senior jest odbierane jako narzucona etykieta, która zaczyna funkcjonować automatycznie w momencie przejścia na emeryturę, niezależnie od jednostkowej sytuacji życiowej danej osoby. W tym sensie, senior jest określeniem zawężającym klasyfikację, jednoznacznie kojarzoną z wyobrażeniem osoby niesprawnej czy zależnej. Ta rozbieżność pomiędzy takim społecznym naznaczeniem a indywidualnym poczuciem siebie jest próbą zakwestionowania stereotypowego ujmowania starości. Zatem senior, zdaniem badanego, funkcjonuje jako zewnętrzny znak społeczny, który nie ma nic wspólnego z rzeczywistym zróżnicowaniem doświadczeń osób starszych.

Kolejnym fragmentem przedstawiającym kwestionowanie stereotypowych wyobrażeń jest poniższa wypowiedź badanej:

„No tak, czyli to dla mnie potwierdza taki stereotyp, że osoba po sześćdziesiątce, no a szczególnie jak jest na emeryturze, a kobieta 60 lat jest na emeryturze. No, to tak naprawdę jest jakby, wiesz i ubiera tak na ciotkę klotkę, tak i... A z kolei teraz chodzę do oliwskiego ratusza kultury i tam są takie warsztaty, sztuka, moda i jest 5 kobiet [...]. Wszystkie przychodzą bardzo barwnie ubrane, bardzo też ładnie. No tak wystylizowane, że widać, że to ma znaczenie, bo tam nawet się odniosła ta prowadząca, że no tu widzę panie dbają o siebie i tak dalej” (W_2, K., l. 68).

Ta krótka opowieść dotyka osobistych doświadczeń, odnosząc się do jednego z najbardziej utrwalonych stereotypów dotyczących wyglądu zewnętrznego kobiet w starszym wieku. Jej sposób społecznego funkcjonowania przeciwstawia się przekonaniu, że kobieta – emerytka

powinna prezentować się zgodnie z określonym wyobrażeniem o właściwym wyglądzie w starości. Badana samodzielnie rozpoznaje istnienie tego stereotypu, a następnie przywołuje konkretne przykłady z codziennego życia, które mu zaprzeczają – świadomie przełamując niepożądany skrypt. Tym samym przyczynia się nie tylko do kwestionowania społecznej ramy starości w obszarze wyglądu i kobiecej obecności, ale także do jej redefinicji poprzez indywidualne – tak manifestacje, jak i potrzeby. Jej wypowiedź jest także wyrazem sprzeciwu wobec społecznych oczekiwań i przyznaniem sobie prawa do tego, by wygląd zewnętrzny mógł być ważny i nadal miał znaczenie, niezależnie od osiągniętego wieku i obowiązujących norm.

Podobna postawa wybrzmiewa w wypowiedzi innej badanej, która domaga się zmiany sposobu postrzegania osób starszych – nie jako tych, którzy niewiele już potrzebują lub z konieczności żyją skromnie z racji niskich emerytur, lecz jako ludzi pełnych aspiracji, potrzeb i prawa do obecności w świecie na własnych zasadach:

„My możemy dorobić, dlatego proszę w nas uwierzyć. Dobrze są takie, a nie inne emerytury, różna jest rozbieżność, ale to nie znaczy, że my nie mamy prawa dorobić, bo my chcemy korzystać w kapitalizmie z restauracji, z modnych ubrań, z dobrych dentystów i chcemy żyć, my nie lubimy gett wiekowych. My chcemy żyć i nie straszyć starością” (W_7, K., l. 76).

Wypowiedź ta ilustruje jednoznaczne zakwestionowanie stereotypowego ujęcia starości, które przypisuje osobom starszym rezygnację z aktywności w głównym nurcie życia społecznego. Zdaniem badanej nie chodzi o zaprzeczanie samej starości, lecz o prawo do pełnoprawnego uczestnictwa osób starszych w życiu społecznym jako tych naturalnie obecnych w przestrzeni publicznej. Tym samym jej postawa wpisuje się w szerszy proces kwestionowania stereotypowych wyobrażeń i redefiniowania starości jako etapu możliwości i korzystania z życia, a nie wycofania i braku. Wejście w wiek emerytalny nie oznacza, że ich potrzeby i pragnienia stają się mniejsze – pozostają takie same jak wcześniej i dotyczą pełnego uczestnictwa w życiu społecznym, rozwoju pasji czy codziennych przyjemności. W tym przypadku, ograniczenia finansowe, w tym niskie emerytury nie są traktowane jako przesłanka do rezygnacji z tych potrzeb, lecz raczej jako impuls do podejmowania dodatkowej aktywności zarobkowej, tak aby zachować styl życia zgodny z własnymi aspiracjami, a nie dostosowany do zewnętrznych ograniczeń wynikających z wieku.

Jeszcze inny przykład dotyczy sposobu, w jaki stereotypy dotyczące osób starszych są jednocześnie uświadamiane i kwestionowane, właściwie „na bieżąco”, w toku mówienia:

„No tak, jestem emerytką, ale nie w tym ujęciu stereotypowym, jak to emeryt siedzi w kapciach, ogląda telewizję, nic nie robi, ewentualnie wychodzi z psem. Więc właśnie i ja mam poczucie, że szczególnie wśród kobiet tego brakuje, ale teraz dlaczego wśród kobiet, no bo samotny mężczyzna bez wnuków, tylko widzisz, ja jakoś mam stereotyp, że samotny mężczyzna izoluje się społecznie, trzeba się nim zająć, ugotować mu zupę. Tak, on sobie nie poradzi. Bezradny, on staje się bezradny. Natomiast kobieta...” (W_2, K., l. 68).

Badana choć dystansuje się od stereotypowego wyobrażenia emerytki jako osoby biernej i zamkniętej w domowej rutynie, jednocześnie, choć rozpoznaje i nazywa stereotyp, sama — być może nieintencjonalnie — odtwarza inny dotyczący starszego mężczyzny. To pokazuje, że z jednej strony dokonuje się wyraźne przełamanie jednego skryptu, z drugiej utrzymują się inne wyobrażenia, głęboko osadzone w społecznej świadomości, również wśród samych osób starszych. Wynika z tego jasno, że obok wizerunku emeryta jako osoby bezradnej, w społecznej wyobraźni wciąż silnie obecny jest obraz kobiety w starszym wieku sprowadzonej przede wszystkim do tradycyjnych, domowych ról. Potwierdza to kolejna wypowiedź:

„Ja tak sobie pomyślałam, że tu jest dużo niesprawiedliwości, dlatego że, wiadomo, kiedyś tam babcia kojarzyła się z osobą, która potrafi pierogi robić albo chodzi raz w tygodniu do kościoła, do fryzjera od święta” (W_7, K., l. 76).

Badana podkreśla zarówno nieaktualność tego przekazu, jak i jego odczuwalną obecność i oddziaływanie. Jej słowa pokazują, że stereotypy związane z wiekiem są nie tylko dostrzegane, ale również odczuwane jako krzywdzące, a sam fakt ich nazwania może być pierwszym krokiem w stronę ich zakwestionowania.

Wyjątkowo interesującym przykładem kwestionowania stereotypowych wyobrażeń starości jest funkcjonowanie klubów seniora. Choć instytucje te pełnią niewątpliwie rolę integracyjną, to wśród badanych budziły one pewne wątpliwości – nie tyle co do samej idei tego rodzaju wsparcia, ile raczej w odniesieniu do oferowanych w nich form aktywności. Zdaniem wielu uczestników badania, te proponowane mogą utrzymywać stereotypowe

wyobrażenia o osobach starszych, ponieważ ich często ograniczający charakter nie uwzględnia potencjału, zainteresowań ani zróżnicowanych potrzeb tej grupy. Choć opinie na ten temat są zróżnicowane, wiele wypowiedzi ma charakter wyraźnie dyskusyjny – badani postrzegają kluby seniora jako przestrzenie, które mogą podbijać stereotypowy obraz starości pozbawionej wyzwań na miarę ich zawodowego czy życiowego doświadczenia:

„No, bo mam poczucie, że tam już się zaczyna taka trochę starość, czyli robótki ręczne, herbatki, potańcówki. Nigdy nie lubiłam tańczyć” (W_1, K., l. 69).

„Tylko jeszcze nie wiem czy, chyba wolałabym taki dom, gdzie nie ma takiej nadmiernej, że tak powiem aktywności, ale żeby były kontakty, ale, żeby nie kazali mi robić na drutach. Znaczący, ja wiem, że to jest ważne” (W_6, K., l. 80).

W takim ujęciu kluby seniora funkcjonują jako swego rodzaju zamknięte środowiska tworzone wyłącznie z myślą o osobach starszych, które zamiast integrować, prowadzą do wtórnej izolacji i utrwalają postrzeganie tej grupy przede wszystkim przez pryzmat wieku. Jednocześnie, zdecydowana większość uczestników badania dostrzega w nich wartość – zwłaszcza jako formy podtrzymywania więzi społecznych i źródła wsparcia dla tych rówieśników, którzy z różnych względów potrzebują nie tylko kontaktu z innymi, lecz także poczucia przynależności i swojego miejsca w świecie. Co więcej, część badanych angażuje się w działalność tych przestrzeni właśnie z troski o osoby mniej zaradne, które nie są w stanie samodzielnie zadbać o swoją aktywność czy relacje społeczne. W tym sensie pełnią rolę przeciwdziałania osamotnieniu, układają codzienność i mogą stanowić punkt wyjścia do szerszej aktywności społecznej. Ta pewna rozbieżność opinii w tej kwestii dobrze ukazuje pogłębiającą się heterogeniczność w obrębie samej kategorii osób starszych, zarówno pod względem potrzeb i zasobów, jak i aspiracji oraz sposobów myślenia o starości. Idea klubów seniora stanowi przykład działań wspólnotowych, które w okresie starości nabierają szczególnej wagi, ponieważ to właśnie relacyjność okazuje się ich największą wartością. Ważne jest jednak, aby z jednej strony oferowały wsparcie, a z drugiej otwierały się na inne formy uczestnictwa społecznego. Jak trafnie zauważają uczestnicy badania:

„W tej pandemii, ja mówię, trzeba salon otworzyć, ponieważ bardzo nie lubię tych właśnie gett wiekowych. Ja mówię, żeby to było tak nowoczesnie, to zrobimy between generations [...] i to jest salonik between generations (W_7, K., l. 76).

„[Z mojej inicjatywy] powstał tam klub seniora. [...] Tak, bo ja widziałem, ile osób, ile osób jest naprawdę wykluczonych. Ile, że nie daje sobie rady. Jakie są dramaty na starość” (W_12, M., l. 78).

„To wszędzie, teraz dopiero widzę, że jak idę na osiedle, że tych ludzi jest bardzo, bardzo dużo, więc myślę, że zakładanie takich klubów, takich miejsc, wyciąganie tych ludzi z tego domu, żeby mogli się spotkać, żeby nie czuli się osamotnieni, to na pewno jest istotne, może przez to, jak już jesteśmy w klubie, znamy tę potrzebę, możemy zresztą przekazywać do rady dzielnicy” (W_15, K., l. 72).

W przedstawionych wypowiedziach widać, że badani dostrzegają różnorodność doświadczeń starości – obok tej aktywnej, samodzielnej i „radzącej sobie”, współistnieje ta wymagająca wsparcia i szczególnej troski. Osoby starsze pozostając częścią tej samej grupy wiekowej, dostrzegają wewnętrzne zróżnicowanie swojego środowiska i potrzebę działań, które odpowiadają na odmienne sytuacje życiowe.

Następnym wątkiem powiązany z tematem oddziaływania społecznej ramy jest reagowanie na społeczne sygnały przypisujące badanych do kategorii osób starszych, z którymi się spotykają. Jednym z najbardziej powszechnych, społecznych schematów jest, skądinąd zaliczany do pozytywnych zasad współżycia społecznego, zwyczaj ustępowania miejsca osobom starszym w komunikacji miejskiej. Ta z pozoru uprzejma praktyka budzi jednak ambiwalentne odczucia, co dobrze oddają poniższe wypowiedzi badanych:

„Ale jeszcze do niedawna to nie było takie częste, żeby mi ktoś ustępował miejsca [w autobusie]. A teraz właściwie już nie ma problemu. Z jednej strony to mnie cieszy, fajnie, lubię sobie usiąść, a z drugiej to też jest świadomość, że już jestem zgrzybiała staruszka, że jest tak” (W_6, K. l. 80).

„[moja starość] w ogóle to nie był temat, nad którym bym się zastanawiał i w ogóle coś, na co warto by czas poświęcać, ale jak pierwszy raz mi się zdarzyło, że wsiadłem do tramwaju, jakaś dziewczyna, ale już powiedzmy, raczej młoda kobieta się zerwała, ustąpiła mi miejsca i powiedziała, proszę usiąść, coś w tym stylu. To ja się najpierw nie mogłem temu nadziwić. A potem się dopiero zaskoczyłem, że najwyraźniej zobaczyła we

mnie jakieś sygnał. Bo ja wiem, że kobiety są wiele bardziej spostrzegawcze, widzą więcej szczegółów, ale ja nie, nie czułem się staro. Do tej pory, że tak powiem, ustępuję miejsca siedzącego jakimś starszym osobom. Nie umiem określać zresztą wieku, niektórzy wyglądają bardzo staro, sterani życiem, a wcale nie są tacy starzy, a teraz zahartowani jeszcze tym życiem. No, tym niemniej wtedy pierwszy raz i to już było na emeryturze, koło 70-tych” (W_11, M., l. 82).

„Na razie jeszcze nie, to znaczy, na przykład w tramwaju, gdzieś od pół roku, a może jeszcze wcześniej, zaczynam zauważać, że mnie ustępują miejsca, czyli jak gdyby starość jest już czytelna. A przedtem ona taka nie była czytelna. Może dlatego, że ja mam tak, jak mi mówią ludzie dość młodą buzię, że nie wyglądam” (W_21, K., l. 83).

„No widzi się, ja też wyglądam jak osoba starsza. No, też mi chcą ustępować miejsca w tramwaju” (W_12, M., l. 78).

Te powtarzające się refleksje badanych dobitnie unaoczniają, że społeczne normy i sygnały często uświadamiają jednostce jej status wynikający z wieku. Doświadczenia tego rodzaju stają się symbolicznymi cezurami – momentami przejścia, od których osoba zaczyna być postrzegana (lub sama zaczyna się postrzegać) jako starsza. W tym kontekście ujawnia się paradoks znaczeń starości: gesty dawniej odczytywane jako wyraz szacunku wobec seniorów (i przez część osób wciąż tak interpretowane) dla wielu stają się dziś kłopotliwym znakiem przypisania do niechcianej kategorii. Konfrontacja z nimi rodzi ambiwalentne refleksje – z jednej strony odbierane są jako miłe i ułatwiające codzienność, z drugiej jednak wywołują poczucie zaszeregowania, niezależnie od faktycznego samopoczucia czy samoidentyfikacji.

Kolejnym przykładem sytuacji, w której reakcje otoczenia wiążą się z przypisywaniem określonej tożsamości wiekowej, jest relacja z podróży przytoczona przez jedną z uczestniczek badania:

„No, ale pamiętam w X., musieliśmy przebierać się w te wszystkie stroje. Wyglądałam trochę śmiesznie, a ponieważ wysyłałam zdjęcia swojej przyjaciółce, która już była w stanie, właściwie już kończyła swoje życie, ale miała ogromne poczucie humoru, wiedziałam, że ją to ubawi, jak jej wyślę swoje zdjęcie w tym stroju, w chuście i coś tam jeszcze. No i wzięłam

telefon, zrobiłam sobie zdjęcie i w tym momencie słyszę jak ta dziewczyna krzyczy, patrzcie, X. robi sobie selfie. I ja dopiero potem sobie uświadomiłam, że dla niej, ona miała tam 20 parę lat, byliśmy wszyscy tam starsi, coś niesamowitego, że ja w takim wieku [...] zachowuję się jak nastolatka. I że umiem w ogóle, że umiem to zrobić [selfie]. No, rzeczywiście, dla niej to była nienaturalna reakcja. Ja w tym momencie poczułam, że ja już jestem, że tak powiem, jestem aut, już stary człowiek (W_6, K., l. 80).

Ta opowieść wprost ilustruje jak społeczne postrzeganie starości wyrażone reakcją otoczenia umieściło badaną w kategorii osób starszych jeszcze zanim pojawiła się u niej własna refleksja na ten temat. To doświadczenie doprowadziło do nieco bolesnej internalizacji oceny społecznej, która nie tylko uświadomiła badanej, że jest postrzegana jako stara, ale również przyniosło idące za tym przeświadczenie obecne w społecznej świadomości, że pewne zachowania nie są już dostępne albo są niewłaściwe z racji wieku. Tego rodzaju sygnały mają istotny wpływ na kształtowanie społecznej tożsamości osób starszych, ograniczając przestrzeń dla swobodnego wyrażania siebie.

Podobny wydzźwięk ma wypowiedź innej badanej, której oryginalna fryzura dalece odbiega od tej, która społecznie widziana jest za właściwą dla kobiety w starszym wieku:

„No to zawsze jest, o jejku, tak, no jest jakiś komentarz o włosach, a jak fajnie ma pani [...] to dla ludzi jest, mogą to uznać za, nie wiem, niefortunne, niewypadające i pewnie jest mnóstwo takich osób, tylko że te osoby to pewnie gdzieś tam na około o tym mówią, mnie o tym nie mówią, więc...” (W_3, K. l. 70).

Wypowiedź ta dobrze ilustruje, jak społecznie nadawane sygnały, czasem delikatne, czasem bardziej bezpośrednie, informują o przekraczaniu niewidzialnych granic tego, co uchodzi za stosowne w późnym wieku, a szczególnie wygląd zewnętrzny jest obszarem społecznej kontroli, w której odbicie znajdują normatywne oczekiwania wobec starości.

Z nieco innym wyzwaniem mierzy się kolejna badana, która nie potrafi odnaleźć się w społecznie ustalonych rolach kobiecych przypisywanych osobom starszym. Jej wypowiedź wprost dotyka problemu braku wyraźnych sygnałów społecznych, kim powinna być jako starsza kobieta:

„Nie jestem żoną, nie jestem babcią i trochę się zastanawiam nad tym, kim ja dla społeczeństwa jestem? Jaka jest moja tożsamość? To jest właśnie ten proces, który ja przechodzę i jakoś się to też we mnie nie zgadza” (W_2, K., l. 68).

W tym doświadczeniu ujawnia się istotna funkcja społecznej ramy starości – to ona określa, jakie role i pozycje są dostępne w określonym wieku i jakie sygnały społeczne świadczą o ich pełnieniu. Brak wpisania się w te scenariusze roli prowadzi do poczucia braku przynależności i społecznego umocowania. W rezultacie badana traci poczucie zewnętrznego uprawomocnienia – nie wie, jak ma być postrzegana i gdzie ma siebie umiejscowić. W konsekwencji swoje rozważania kieruje w stronę dostrzeganych przez nią różnic pomiędzy starością kobiet i mężczyzn:

„Bo ja właśnie chciałam miałam poruszyć taki wątek, to kwestia ról społecznych. No bo, mężczyzna w moim wieku może powtórzyć cykl, czyli założyć rodzinę i mieć dzieci [...] to uświadomiło mi, że mężczyzna w każdym wieku może ponownie spełnić rolę społeczną bycia ojca i bycia mężem w nowej rodzinie, czyli jego cykl może się powtarzać. Natomiast z kobietami tak nie jest”. Tak, chodzi mi, że nie ma pomysłu w społeczeństwie na samotną kobietę w wieku i na jej rolę społeczną, tak, że jeżeli ona nie ma wnuków, to nie jest babcią. Rola społeczna kobiety w wieku to jest babcia, na przykład. Jak nie mam wnuków, no to nie jestem babcią, wyjść ponownie za mąż jest niezwykle trudno, czyli ponowna żona, ponowna rodzina [...] pomyślałam o takim no szerokim aspekcie. Jaką rolę społeczną ja mogę pełnić jako kobieta?” (W_2, K. l. 68).

Wypowiedź badanej wyraźnie pokazuje, jak wąska pozostaje przestrzeń możliwości dla kobiet w starości, które nie wpisują się w społecznie utrwalone oczekiwania i wzorce ról. Jej słowa odsłaniają przede wszystkim brak dostępnych skryptów kulturowych dla tych kobiet, które z różnych powodów nie pełnią roli babci, będącej wiodącym i często jedynym społecznie przyjmowanym scenariuszem kobiecej starości. W przeciwieństwie do mężczyzn, którym społeczna wyobraźnia, ale także po prostu biologiczne możliwości pozostawiają więcej przestrzeni na redefiniowanie swojej roli w późnym wieku, kobieta bez jasno rozpoznawalnej roli pozostaje poza obecną matrycą starości. Badana trafnie wskazuje tę lukę, która prowadzi do poczucia braku społecznej akceptacji i wywołuje trudność w zdefiniowaniu samej siebie. Ta wypowiedź znakomicie ilustruje, jak silnie społeczne normy i kulturowe wzorce wzmocnione przez sygnały społeczne wpływają na ich tożsamość

społeczną w starości. Brak dopasowania do przewidywanych ról skutkuje nie tylko poczuciem niedopasowania, ale także brakiem społecznego uprawomocnienia. To jeden z bardziej wnikliwych fragmentów odsłaniających działanie społecznej ramy starości szczególnie w zależności od płci i utrwalonych oczekiwań wobec kobiet. Ta sytuacja na tyle doskwiera badanej, że poddaje ją dalszej refleksji, zwłaszcza koncentrując się na braku uznanych ról społecznych dla kobiety w starości:

„No właśnie, jeszcze aktywna i wychodzi mi, że nie ma takiej roli. I no jakby ważnej roli, tak, no bo mogę być społecznikiem [...] no tylko akurat połączenie kobiety w wieku z byciem społecznikiem to już jest jeszcze bardziej takie pejoratywne [...] no nie miała co robić, to zaczęła się zajmować wolontariatami, koty karmi. No właśnie, o no, no, no, no, o taka społecznik, co to chodzi, pilnuje, czyli taka negatywna rola. Tak, takiej, wścibskiej, kontrolującej i tak dalej, i ja myślę, że to jest wyzwanie w ogóle tak, z perspektywy już takiej socjologicznej, no jaką rolę społeczną może pełnić kobieta aktywna w wieku. Czy może być politykiem? No, nie może, bo jak nie zaczniesz wcześniej, rozumiesz [...] więc jaką nową rolę mogę pełnić, no tak naprawdę? No rolę mentora, rolę mentorki, tak (W_2, K., l. 68).

Ta refleksja bardzo wyraźnie diagnozuje społeczny brak akceptowanych i pozytywnie ocenianych ról dla aktywnych starszych kobiet. W ocenie badanej, utrwalone w kulturze obrazy starości nie przewidują żadnej znaczącej roli społecznej dla starszej kobiety. Co więcej, brakuje także wyraźnych społecznych sygnałów, które mogłyby wskazywać, jak taka kobieta mogłaby funkcjonować w przestrzeni publicznej w sposób społecznie uznany i wspierany. Zdaniem badanej, te role, które są dostępne, okazują się być obarczone stereotypami – społeczne aktywności starszych kobiet niosą ze sobą pejoratywne konotacje, stygmatyzując ich zaangażowanie jako niepoważne, nadmiarowe lub nieadekwatne. W toku osobistych rozważań formułuje propozycję nowej roli – roli mentorki – co ujawnia potrzebę przededefiniowania społecznych wzorców związanych z wiekiem i płcią. Jednocześnie zaznacza, że taka rola nie jest społecznie uznana na tyle, by mogła realnie zastąpić tradycyjne i silnie uznane scenariusze, takie jak rola babci. Zdaniem badanej, w społecznych wyobrażeniach starości, brakuje opcji, szczególnie dla kobiet samodzielnych i ambitnych. Jak gorzko zauważa:

„To myślę tak, że jest ogromna rzesza kobiet dojrzałych, które nie wykorzystują swojego potencjału dla społeczności [...] albo są babciami” (W_2, K., l. 68).

Ten głos stanowi mocny dowód na to, że społeczne wyobrażenia starości definiują i zawężają możliwe role kobiet w tym okresie życia.

Ostatnim wątkiem omawianego tematu jest przejawianie się funkcjonujących skryptów starości. Uczestnicy badania, obok odwołań do osobistych doświadczeń, wskazują także na szersze społeczne i systemowe ramy, które kształtują sposób postrzegania i przeżywania tego etapu życia. Utrwalone wyobrażenia, wpisane w obowiązujące skrypty społeczne, sprzyjają jednocześnie klasyfikowaniu osób starszych według kryteriów o charakterze wykluczającym. Wyraźnie pokazuje to wypowiedź jednego z badanych:

„Dzisiaj jest inna wartość człowieka. Dzisiaj jest człowiek tyle wart, ile ma w kieszeni, jak nie masz nic, jesteś nikim, jak masz, się z tobą liczą. Wówczas był człowiek największą wartością, jak ja jeszcze byłem młody [...], kiedyś tych ludzi starych, no traktowano z ogromną, z szacunkiem i tak dalej, dzisiaj nie. Dzisiaj, stary człowiek jest, powtarzam, o niskiej emeryturze, to później mu Caritas pieniądze zbiera, żeby dać na chleb, bo oni po prostu nie mają na chleb. Dlatego około 3 miliony ludzi żyje w skrajnej nędzy. Dlatego tym ludziom się robi po prostu tak, jakieś opłatkowe spotkania na rynku, żeby choć raz do roku mogli zjeść, bo to się nazywa, to są bezdomni, bezdomni, ale wielu tych bezdomnych to są właśnie starzy ludzie, starzy ludzie, którzy niestety popadli w tą bezdomność” (W_19, M., l. 81).

Fragment ten pokazuje, że osoby starsze mogą być społecznie klasyfikowane nie tylko przez pryzmat wieku, ale też przez pryzmat użyteczności i zamożności, co w konsekwencji może prowadzić do marginalizacji. Społeczna rama starości w tym ujęciu zostaje powiązana z poczuciem zbędności i brakiem uznania, a godność osób starszych staje się czymś warunkowym, zależnym od ich sytuacji materialnej.

Jednym z najbardziej widocznych społecznych skryptów starości pozostaje oczekiwanie, że kobieta w późnym wieku będzie realizować się przede wszystkim poprzez role opiekuńcze i rodzinne. W sytuacji, gdy możliwość ich pełnienia zanika, pojawia się często poczucie pustki oraz doświadczenie marginalizacji. Widać to w emocjonalnej wypowiedzi jednej z uczestniczek badania:

„Starość kobiet jest smutna, bo najpierw jest obarczona takimi działaniami w domu, gdzie czuje się potrzebna i przydatna. Życie zawodowe, dzieci, dom, to się tak kręci i przechodzi na emeryturę [...] jak w pewnym momencie ich właśnie zabraknie [dzieci, bo dorosły], to u kobiety się wali świat pod tytułem jestem niepotrzebna. Taki tytuł przychodzi i teraz tak, jak nie ma pasji, nie ma jakiejś chęci zadziałania, zobaczenia, to niestety jej starość jest bardzo przykra, jest smutna. Jest wyłączona” (W_17, Poz. 94).

Ten głos odsłania silnie zakorzeniony schemat, zgodnie z którym kobieta w starszym wieku traci społecznie akceptowaną rolę, jeśli nie pełni funkcji matki lub opiekunki. W obowiązującej ramie społecznej brakuje dla niej alternatywnej, pozytywnej tożsamości, co sprzyja do poczucia osamotnienia i utracie znaczenia.

Wśród badanych pojawiają się również refleksje świadczące o świadomym dystansie wobec społecznych skryptów oraz potrzebie autentyczności w starości, rozumianej jako życie na własnych zasadach, niezależnie od wieku:

„Trudno mi to wyjaśnić, ale w tej chwili to jest absolutne, doszło po tych transformacjach różnych, do tej zgody, z bycia sobą i do tego myślenia o tym, jak ja się dzisiaj czuję i jak ja chcę dzisiaj wyglądać. [...] No dlatego człowiek sobie nie daje prawa do robienia tego, jeżeli to nie krzywdzi innych ludzi (W_3, K. l. 70).

Wypowiedź ta ujawnia próbę odzyskania prawa do samostanowienia poza społecznie narzuconymi ramami wieku. Badana sygnalizuje potrzebę redefinicji starości jako etapu wolności od cudzych oczekiwań i tym samym wyłamuje się z obowiązujących społecznych skryptów.

Starość funkcjonuje jako społecznie skonstruowana kategoria, która może być przez jednostkę zarówno przyjęta, jak i odrzucona. Poniższy cytat stanowi przykład tej drugiej postawy:

„Nie wiem, ja w ogóle nie myślę o starość jako o czymś, co mam, co mnie dotyka” (W_1, K., l. 69).

Brak odniesienia do starości jako osobistego doświadczenia pokazuje wyraźne odrzucenie automatycznego przypisania tej tożsamości wyłącznie na podstawie wieku. To przykład działania społecznych skryptów wpisanych w ramę starości, które tutaj zostają zakwestionowane, ponieważ rozmówczyni nie rozpoznaje w sobie przewidzianej społecznie roli osoby starej.

Innym przykładem przejawiania się funkcjonujących skryptów jest postrzeganie starości jako uniwersalnego etapu życia, który nieuchronnie niesie określone, obiektywne konsekwencje, co dobrze ilustruje wypowiedź jednej z badanych:

„Wiadomo, że starość przychodzi, że jest nieuchronna. No, niektórzy tylko mają szczęście, że umierają w wieku młodszym, czyli nie doświadczają bólów starości, bo one są również jakby związane ze starością” (W_23, K., l. 79).

Ta refleksja nie tyle jednoznacznie odtwarza rozpowszechniony obraz starości, ile ujawnia jeden z funkcjonujących w przestrzeni społecznej skryptów – taki, który postrzega starość jako etap nieuchronnego cierpienia. W tym sensie ten głos wpisuje się w społeczną ramę starości jako zbioru równolegle obecnych i wzajemnie konkurujących narracji, które oferują różne sposoby rozumienia tego etapu życia.

Wśród przykładów przejawiania się społecznych skryptów starości szczególnie poruszająca jest ta wypowiedź badanej:

„Odpuszczać, wycofywać się, tracić poczucie wartości. Schodzić, schodzić gdzieś. Odchodzić gdzieś na bok. Sami przed sobą mówić, ale to łatwo się zwolnić, człowiek z natury jest jednak leniwy. No, jeżeli ja sobie powiem, a to jest już jestem stara, to już nie muszę. Zresztą nawet jak będę się starała, to nic z tego nie będzie, bo to mój mózg się starzeje. I co z tego?” (W_7, K., l 76).

Ten fragment pokazuje, jak starsza osoba może przejąć i zaakceptować społeczne oczekiwania dotyczące starości. Opowieść o wycofywaniu się z aktywności czy traceniu znaczenia, to przykład typowych schematów myślenia o starzeniu się. Słowa „jestem stara, więc nie muszę” pokazują rezygnację z działania, wynikającą z przyjęcia społecznego obrazu starości – takiego, który nie powstał w niej samej, ale został utrwalony przez

otoczenie. Co ciekawe, przemyślenia badanej mogą również sugerować, że przejmowanie takich skryptów bywa dla niektórych kuszące. Społeczna rola osoby starszej może być, pewnie nie zawsze świadomie, wykorzystywana jako uzasadnienie rezygnacji z ambicji, wysiłku czy dalszego rozwoju. Zwolnienie się z obowiązku aktywnego działania – dzięki wejściu w etap starości – może nieść ze sobą pewien komfort: społecznie akceptowaną ulgę, która została tak zobiektywizowana, że nie wymaga wyjaśnień. W tym sensie skrypt starości nie musi być odczuwany jako opresyjny, ale może pełnić funkcję swoistego odpuszczania, dając wytchnienie od presji aktywności i społecznych oczekiwań. Może jednak również stać się usprawiedliwieniem dla bierności, które nie zawsze wynika ze strat czy słabości – bywa także rezultatem wyboru czy świadomej decyzji o rezygnacji z dalszych wyzwań.

Temat oddziaływania społecznej ramy starości, ujawnia zestaw zakorzenionych schematów, które społeczeństwo przypisuje osobom w starszym wieku. Opiera się na funkcjonujących skryptach społecznych – wzorcach zachowań określających, co osobom starszym „wypada”, czego mogą pragnąć i w jakim zakresie mogą uczestniczyć w życiu społecznym. Rama ta działa zarówno na poziomie systemowym, jak i codziennym poprzez sygnały, znaki, reakcje otoczenia. Badani pokazują jednak, że nie jest jednolita ani niepodważalna, bywa przez nich kwestionowana i reinterpretowana. W niektórych wypowiedziach pojawia się świadome odrzucanie stereotypów czy dystansowanie się wobec narzucanych ról, w innych internalizacja tych skryptów, które mogą prowadzić do poczucia utraty wartości i wycofania. W tym sensie, społeczna rama starości ujawnia się zarówno w strukturze społecznych oczekiwań, jak i w sposobach, w jakie jednostki wchodzą z nimi w relację. Zasadnicze okazuje się tu napięcie między społecznymi schematami a osobistym doświadczeniem starzenia się. Osoby starsze nie tyle negują sam fakt starzenia się, ile kontestują związane z nim społeczne przypisania. Rama starości staje się więc schematem odniesienia, który porządkuje oczekiwania i wyznacza możliwe sposoby postrzegania tego etapu życia. Kategoria osoby starszej w tym kontekście wchodzi w obszar tożsamości społecznej – wobec niej jednostki mogą się identyfikować, dystansować od niej lub redefiniować jej znaczenie. Wypowiedzi badanych pokazują, że tożsamość społeczna w starości nie jest jednoznaczna, lecz podlega ciągłej negocjacji i twórczej reinterpretacji.

5.3.2. Siła języka naznaczania

Drugim tematem wyodrębnionym w wymiarze relacji ze światem społecznym jest siła języka naznaczania. Obejmuje to, w jaki sposób język i symbole porządkują przestrzeń

starości, wyznaczając granice przynależności i odmienności, a także to, jak osoby starsze reagują na nadawane im etykiety. Sposób mówienia o starości jest niezwykle istotny, ponieważ nie tylko opisuje, ale również współtworzy rzeczywistość społeczną. To właśnie poprzez etykiety i metafory powstają znaczenia ról, zjawisk i kategorii. W przypadku starości przekazy obecne w przestrzeni publicznej mogą utrwaląć stereotypy, narzucać granice i ograniczać tożsamość społeczną osób starszych. Wypowiedzi badanych pokazują jednak, że opór wobec niektórych określeń lub ich świadome reinterpretowanie staje się formą odzyskiwania podmiotowości i sprawczości. W tym sensie język okazuje się istotną przestrzenią negocjowania tożsamości społecznej.

Kwestia języka używanego do opisywania starości pozostaje otwarta – brak jest jednoznacznych wskazań, jak mówić o tym etapie życia i jakich terminów używać w przestrzeni społecznej. Również przeprowadzone badania nie dostarczyły jednoznacznej odpowiedzi w tym zakresie. Zagadnienie to okazało się jednak niezwykle istotne już na etapie wywiadów, gdyż dobór określeń miał znaczenie zarówno analityczne, jak i etyczne. Dlatego jednym z istotnych elementów przygotowania badań było świadome ustalenie sposobu zwracania się do uczestników oraz doboru pojęć w taki sposób, aby sprzyjały ich komfortowi i poczuciu bezpieczeństwa.

Z wypowiedzi badanych wyłania się niejednolity, często sprzeczny stosunek do języka opisywania starości. Wiodącym wątkiem omawianego tematu staje się więc sposób mówienia o starości ujawniający jej społeczne znaczenia. W trakcie badań nie udało mi się ustalić jednej, wspólnej, w jakiś sposób opisowej formy mówienia o starości czy o osobach starszych, która byłaby uznana i zaakceptowana przez wszystkich badanych. Brak takiej zgody wynikać może po części z ich osobistej wrażliwości i indywidualnych doświadczeń:

„Nie lubię określeń ani starsza pani, ani seniorka. Wydaje mi się, że się nie powinno szufladkować w ogóle wieku (W_14, K., l. 82).

„Ja się identyfikuję jako osoba starsza i ja myślę, że to jest najbardziej adekwatne nazewnictwo. No senior, też może być, ale osoba starsza jest najbardziej taka spokojna, delikatna, ona nie uraża nikogo” (W_12, M., l. 78).

„No, ja nie mam nic przeciwko do nazwy seniorzy czy osoby w starszym wieku. No, dla mnie to jest takie zupełnie normalne, bo w życiu przecież człowiek, każdy człowiek, ma

jakiś etap. No i oczywiście, przychodzi już ten wiek, że człowieku jest już starszy, nie jest czynny zawodowo. Nawet nie zastanawiałam się, skąd się wzięła ta nazwa seniorzy, senior. Nie było to jakby w kręgu mojego zainteresowania. Mogę tylko wrócić do przeszłości, zanim zaczęłam pracować z osobami starszymi, to się mówiło człowiek stary. I to stary, to nie było takie może adekwatne, faktycznie do określenia człowieka i dlatego to mi się nie podobało. I później faktycznie były jakieś takie dążenia w tym kierunku, że nawet domy pomocy były zmieniły nazwę dla osób starszych, a nie dla starych ludzi. Starych, co było faktycznie obraźliwe, bo to się kojarzyło z takim, może ja wiem, jakimś odrzuceniem, ale senior to dla mnie jest w sumie normalna taka nazwa, która funkcjonuje w społeczeństwie i ja osobiście nie mam nic przeciwko” (W_15, K., l. 72).

Wypowiedzi uczestników badania pokazują, że język staje się przestrzenią dyskusji, napięcia, negocjacji i nieustannego odnoszenia się do społecznych znaczeń, jakie niosą za sobą określone słowa – zwłaszcza takie jak „osoba starsza” czy „senior/seniorka”. Zarysowują się tu dwie istotne kwestie. Po pierwsze: jakie konotacje niosą te terminy i która forma jest uznawana za łagodniejszą lub bardziej akceptowalną:

„Senior to było gdzieś na przykład w sporcie albo osoby już mocno zaawansowane, to było bardzo popularne. A potem zaczęto szukać różnych eufemizmów takich, trzeci wiek, jesień życia nie wiem, różne takie rzeczy, byle by ominąć to słowo. Jakby to było coś człowieka deprecjonującego” (W_6, K., l. 80).

Po drugie: dlaczego w ogóle trzeba nazywać starość, skoro, jak zauważają badani, każda z nazw niesie ze sobą społecznie utrwalone naznaczenia:

„Natomiast ja, no właśnie ja w ogóle nie widzę sensu określania. Poza statystyką właśnie, czy jakimiś takimi naukowymi sprawami, określania ludzi, też dawania im takich etykietek, takiej stygmatyzacji” (W_6, K., l. 80).

Badani także sami aktywnie poszukują słów, które najlepiej oddają ich odczucia wobec starości, z tym, że zwracają uwagę nie tylko na same określenia, ale także na ich kontekst – kto do kogo i w jakiej sytuacji się zwraca. Jeden z badanych krytycznie odnosi się do unikania bezpośredniego języka:

„Nie, to jest, to jest pieprzenie, eufemizmy, byleby tylko nie użyć słowa stary, możliwie pełna gama słów zastępczych, bo to, co może wynikać z tego, że starość jest sprawą wstydlivą, a ja nie wiem czemu, ja kompletnie tego nie rozumiem, ale gdyby nie była wstydliva, no to by się używało słowa, stary po prostu, a robi się wszystko, żeby tego słowa uniknąć w jakimkolwiek komunikacie” (W_5, M., l. 70).

Podobną obserwację formuluje inna uczestniczka badania:

„Wszystko zależy..., jak chcą jesień życia, też może być. To jest takie w zasadzie, no może weselsze, tak możemy powiedzieć bardziej do przyjęcia, bo zależy, w jakim towarzystwie jesteśmy. Bo to też do kogo się zwracamy, bo często jest tak, że sami o sobie mówią, my jesteśmy starzy, ale staramy się raczej eliminować to słowo” (W_16, K. l. 77).

Spośród zgromadzonych relacji wyłaniają się także bardziej ambiwalentne postawy, z jednej strony akceptacja samego procesu starzenia się, z drugiej unikanie językowego nazywania tego etapu życia. Ilustruje to wypowiedź badanej przyznaje, że ma świadomości swojego wieku, ale jednocześnie zdradza opór wobec określenia stary, prawdopodobnie z obawy, że słowo to mogłoby kogoś urazić:

„Ja rozumiem, starość to jest taki etap, ale mówię, mnie to nie, broń boże, nie rani absolutnie, bo ja sobie zdaję sprawę, że ja mam 77 lat, to wie pani, to tak, człowiek, zawsze się mówiło, że już jak człowiek skończy tam 50 lat, teraz mówi się 35 już się starzejemy, wszystko zależy od fizjologii. Ale nie staram się używać, bo boję się nawet, że ktoś będzie, nigdy zresztą nie używam stary. Nie używam tego słowa stary” (W_16, K., l. 77).

Ta opinia pokazuje, że niektóre określenia, mogą być trudne do przyjęcia, nawet jeśli nie dotyczą bezpośrednio osoby mówiącej. Unikanie tego słowa wynika z troski o innych oraz ze świadomości jego kulturowego ciężaru. To przykład językowego skryptu, w którym pozornie ogólne określenie zyskuje negatywne znaczenie i zaczyna nieść ze sobą całą społeczną narrację o starości.

Zidentyfikowana rozbieżność stanowisk wobec używania określonych słów jest próbą poradzenia sobie z napięciem, jakie rodzi się wokół nazywania starości. Dowodzi, że język nie tyle ją odzwierciedla, co aktywnie współtworzy – wyznacza jej ramy znaczeniowe,

wpływa na relacje społeczne i kształtuje tożsamość osób starszych. Jednocześnie, to zróżnicowane opinie pokazuje, że nie istnieje jeden właściwy sposób mówienia o starości, ponieważ każda osoba umieszcza ją w odmiennym, swoim własnym kontekście biograficznym, społecznym i kulturowym. Wypowiedzi badanych są często bardzo wyraziste, pokazując zarówno silne emocje, jak i głęboką świadomość społecznego ciężaru słów:

„Wiem, dlaczego nie lubię słowa senior, właśnie z tego powodu, bo ja sobie nie życzę, żeby mnie wkładano w jakieś szufladki. No, jestem osobą, która ma lat 80, znaczy, jestem w wieku, że tak powiem, mocno zaawansowanym, ale proszę mnie nie wkładać właśnie do jakichś szufladek [...] to jest potrzebne, jeżeli na przykład, no nie wiem, lekarzowi [...] natomiast generalnie mogę być w różnych grupach i senioralnych, i takich, i owakich, ale ja jestem ja i to jest dla mnie odbieranie człowiekowi poczucia takiej tożsamości, wkładanie go w jakieś inne zupełnie ramy, a to wszystko dla naszego dobra” (W_6, K., l. 80).

Z tej relacji jasno wynika, że język pełni nie tylko funkcję komunikacyjną, ale także kształtuje społeczną tożsamość osób starszych. Wpływa na to, jak są postrzegani, jak sami siebie widzą oraz jak sytuują się wobec ról i oczekiwań społecznych.

Część badanych zauważa natomiast, że czasy się zmieniają i w związku z tym słowa używane do opisu starości nie robią już na nich większego wrażenia. Ich postawa może świadczyć o większej pewności siebie w tym okresie życia i rosnącym dystansie do związanych z nią językowych etykiet:

„Mi się wydaje, że to już jest obojętne. Kiedyś to właśnie był taki przydomek stary, czyli do niczego, siadź zapiekiem i nie ruszaj się. A w tej chwili to już nie. To jest spłaszczone, to już nie ma takiego wydźwięku” (W_17. K., l. 71).

„Senior? Śmiać mi się chce z tego i śmiać mi się chce albo się oburzam na unikanie słowa, stary, jakby to była jakaś obelga. Kompletnie tego nie rozumiem, no ale mogę nie rozumieć, a świat gada takim językiem, jakim chcą ci, którzy nadają ton” (W_5, M. l. 70).

„Absolutnie nie zwracam na to uwagi. Dla mnie nie, mi to nie przeszkadza. Każde z tych określeń jest poprawne, jest w porządku. Dla mnie nie ma najmniejszego znaczenia. Ja się ciągle czuję młodą” (W_4, K., l. 73).

Badani nie tylko poddają dyskusji istniejące określenia, ale także podejmują próby kreowania nowych, bardziej adekwatnych sposobów mówienia o starości i osobach starszych. Drugim wątkiem tematu siły języka naznaczania staje się zatem poszukiwanie takich form wyrażania, które byłby zgodne z ich osobistymi doświadczeniami i uświadomionymi potrzebami, a także pozbawione społecznego ciężaru. Przykładem takiej strategii są wypowiedzi:

„Nie, senior mnie nie razi. I myślę, że to jest jakieś tam naturalne określenie. Natomiast zachowanie w stosunku do seniorów jest przypięte, że jak senior, to znaczy, że już może jakiś nieudaczny jest, no odstający, mający nie takie poglądy, nienadążający z czasem” (W_15, K., l. 72).

„Wracamy do początku, tak, jakiego słowa używać? No i tu masz kolejne słowo, dojrzała kobieta. No tak, no i ono właśnie zobacz, ono nie mówi o wieku. Ono mówi o pewnym podejściu do życia. Jestem dojrzała życiowo” (W_2, K., l. 68).

„A u nas coś takiego jest, że właśnie, o spotkałam seniorkę czy coś tam, już to weszło, myślę, że wiele osób w tym wieku jakoś też bardziej akceptuje to słowo, niż właśnie słowo starość i właśnie starzec, a jaka feminitywa od starca?” (W_6, K., l. 80).

„Tak, ale mnie to akurat pasuje i też to wzięłam skądś. Tak, to ja sama tego nie wymyśliłam. To chyba z silver economy, tak, no silver tsunami chyba też takie jest, ta silverka bardzo, bardzo się sprawdza. No także, można by powiedzieć tak, że stare słowa już nie pasują do tych ludzi w wieku, tak, że tutaj pewno, no dobrze by było, żeby...” (W_2, K., l. 68).

Tego rodzaju narracje potwierdzają, że język nie jest wyłącznie narzędziem opisu, ale także polem twórczego działania, w której osoby starsze mogą negocjować znaczenia i kształtować swoją tożsamość społeczną w zgodzie z obecną rzeczywistością społeczną.

Inna badana podkreśla natomiast potrzebę przekształcenia języka tak, by lepiej oddawał złożoność i różnorodność osób starszych. Zwraca uwagę, że obowiązujące obecnie ramy językowe są zbyt wąskie, nie przystają do realnych doświadczeń wielu ludzi i sprzyjają uproszczeniom. Dlatego postuluje ich redefinicję:

„Wiem, że to są bardzo różne osoby i że w tych osobach jest dużo często buntu, złości, roszczeń, różnych rzeczy. Jesteśmy po prostu bardzo, bardzo różni, ale spotykałam też mnóstwo osób, którzy nijak nie pasują do jakiegoś znamionowania ich senioralnością, starością, to nie chodzi o to, żeby rugować takie pojęcia, tylko mam wrażenie, że rzeczywiście trzeba by je przetransformować, trzeba by to inaczej, przestać się przywiązywać kurczowo do limitów wiekowych, do liczb, bo one w tej chwili rzeczywiście nic nie znaczą. Totalnie nic nie znaczą. Znaczą, mogą, oczywiście i pewnie są osoby, które się w jakieś takie linijki wpisują, ale absolutnie mnóstwo jest takich, które są zupełnie w innych, że tak powiem sferach, rejonach” (W_3, K., l. 70).

W tej wypowiedzi wybrzmiewa napięcie między społeczną potrzebą kategoryzacji a rosnącą świadomością indywidualnych różnic, które nie mieszczą się w dotychczasowych schematach. Badana sugeruje odejście od sztywnych kryteriów wiekowych na rzecz bardziej elastycznego podejścia do tego, kim są osoby starsze w wymiarze doświadczeń, postaw i stylu życia, co znajduje potwierdzenie również w refleksjach innych uczestniczek badania:

„Widzę, że te starsze panie ubierają się właśnie tak bardziej kolorowo i nikt się już nie wstydzi chodzić w spodniach” (W_23, K., l. 79).

„Już powinnam siedzieć za piecem i klepać, że tak powiem, pacierze w myśl starej nomenklatury” (W_4, K., l. 73).

Przytoczone głosy pokazują, że zmiana znaczenia starości dokonuje się nie tylko poprzez język, ale również poprzez styl życia i indywidualne wybory.

Trzecim wątkiem wyłaniającym się z wypowiedzi uczestników badania w omawianym temacie dostrzeganie upraszczającego, czasem protekcyjnego sposobu mówienia, który nie tylko często irytuje osoby starsze, ale też symbolicznie odbiera im sprawczość i podmiotowość. Język ten, choć pozornie uprzejmy, w rzeczywistości redukuje

je do roli zależnych i bezradnych – podobnych do dzieci. Co istotne, badani są świadomi, że taki styl komunikacji nie wynika wyłącznie z postawy pojedynczych osób, ale zakorzeniony jest w społecznych wzorcach oraz zawodowych schematach, przez co trudniej go zakwestionować:

„Taka infantylizacja, trochę traktowanie seniorów jak dzieci, ale to we wszystkim, a języku w szczególności. Ja teraz na rehabilitację chodzę, [...] zawsze mnie śmieszy jakiego oni używają języka. No kiedyś, właśnie rehabilitant mówi: kładziemy się, ja się położyłam, posunęłam, mówię, proszę, najpierw pan..., on na to – co? Słyszysz pan, co pan mówi? A no tak, no tak mnie uczą. Albo właśnie, te rączki, nóżki, brzuszki, to tak się mówi. I jak jestem na rehabilitacji w sali, gdzie parę osób jest i co zauważyłam, że do kobiet tak mówią. Do facetów? Nie, nie powie niech się pan przewróci, na przykład, na brzusek czy proszę podać rączkę, bo przecież facet by się chyba wściekł. A do kobiet tak mówią (W_6, K., l. 80).

Z perspektywy tożsamości społecznej język może podkreślać granice starości jako odrębnej kategorii. To, jak mówi się o osobach starszych – nawet w pozornie neutralny sposób – może sprawiać, że czują się one inne, oddzielone od reszty społeczeństwa:

„To jest śmieszne, bo jak ktoś ma 30, to nie piszą wieku, tylko jak ma 75, to piszą” (W_14, K, l. 82).

Ta wypowiedź ukazuje, że wiek staje się nadmiernie podkreślanym wyróżnikiem, co wpisuje się w infantyliczący i upraszczający sposób mówienia o osobach starszych. Choć nie są to bezpośrednio protekcyjne sformułowania, obecne w poprzedniej relacji badanej, to mechanizm jest podobny – język nie tylko opisuje starość, ale też wpływa na to, jak osoby starsze są postrzegane i jak same mogą o sobie myśleć. W praktyce społecznej oznacza to, że starość zostaje oznaczona, czyli występuje jako cecha wymagająca komentarza lub etykiety.

Kolejny wątek tego obszaru znaczeniowego dotyczy języka jako narzędzia określania przynależności społecznej, czyli sposobu, w jaki osoby starsze poprzez słowa ustalają swoją relację z kategorią wieku. Wypowiedzi badanych dowodzą, że identyfikacja

z grupą osób starszych nie zawsze jest oczywista i może wymagać refleksji, namysłu, a nawet wewnętrznych ustaleń. Rozważają oni, na ile to określenie ich dotyczy:

„No tak, w pierwszym momencie myślę sobie nie..., ale to przecież też jestem ja. Już to dla mnie też jest. Ja po prostu staram się właśnie słuchać. Teraz dużo mówię, ale staram się dużo słyszeć właśnie, co jest dla osób starszych. I wtedy to analizuję, czy to jest dobre” (W_15, K., l. 72).

„Nie, no oczywiście, że się utożsamiam. Nie, nie, nie, nie uważam siebie, że ja to do nich nie należę. Nie, nie, nie, nie, nie” (W_14, K., l. 82).

W tych stwierdzeniach widać proces świadomego rozpoznawania siebie w społecznie przypisanej kategorii, który nie jest automatyczny, lecz wymaga jakiegoś wewnętrznego procesu. To pokazuje, że język pełni funkcję nie tylko opisu, ale i aktywnego konstruowania tożsamości społecznej w starości.

Kolejna wypowiedź uczestniczki badania uświadamia także, że język, będąc narzędziem wyznaczania przynależności społecznej, może jednocześnie prowadzić do stygmatyzacji:

„Jak byłam w jury takiego funduszu innowacji to była taka propozycja, żeby zrobić taką naklejkę na samochody „wolno mi”. I to mieli sobie seniorzy przyklejać, ci, którzy jeżdżą wolniej. I żeby zasygnalizować, że mają prawo jechać wolniej, bo już są w takim wieku, że może też nie reagują tak bardzo szybko na różne bodźce zewnętrzne. I właśnie ja byłam zdecydowanie przeciw. I mnie tak, w sumie, w ogóle wszystkie takie elementy naznaczania osobiście odrzucają” (W_1, K., l. 69).

Ta relacja jasno pokazuje, jak łatwo można, nawet w dobrej wierze, przekroczyć granicę między realnym wsparciem a społecznym etykietowaniem. Badana trafnie dostrzega, że niektóre inicjatywy, choć pozornie mające na celu poprawę sytuacji osób starszych, mogą w rzeczywistości prowadzić do ich symbolicznego wykluczenia. Pokazuje tym samym, jak istotna jest ostrożność w tworzeniu rozwiązań do nich adresowanych, tak, by nie wzmacniały one stereotypów ani nie redukowały ich tożsamości do wieku i związanych z nim ograniczeń. W tym sensie badana wyraża świadomy sprzeciw wobec symbolicznego

kategoryzowania, który pokazuje, jak jednostka może aktywnie negocjować (lub odrzucać) narzucane formy tożsamości społecznej.

Jeszcze inna wypowiedź rozwija wątek języka jako narzędzia określania przynależności społecznej pokazując, że granice tej przynależności wyznaczane są nie tylko w relacjach z innymi grupami społecznymi, ale także w obrębie samej grupy osób starszych. Przynależność społeczna w starości nie jest jednolita, sami badani dostrzegają wewnętrzne zróżnicowanie tej kategorii. Z jednej strony łączy ich wspólnota doświadczeń wynikająca z wieku, z drugiej pojawia się świadomość, że starość może przybierać różne oblicza, także te mniej przez nich akceptowane:

„Ludzie z biegiem tak właśnie, z biegiem, z wiekiem robią się tacy właśnie, chyba roszczeniowi niektórzy, że przedtem był inny. A z wiekiem, w tej chwili zaczyna, no by chciał, właściwie nie wie czego. Bo jednemu się podoba to albo tamto, na przykład posiłki, nie, on tego nie będzie jadł, a on nie, on by tylko taką sałatkę chciał [...] I to niekiedy podnosi ciśnienie, no bo, też wysyła się, prosi się o potwierdzenie. Nie potwierdził albo zapomniał, później przychodzi, przecież ty nie potwierdziłeś obecności” (W_19, M., l. 81).

To różnorodność postaw nie przekreśla przynależności, ale poszerza zakres jej znaczeń, pokazuje, że nie ma jednej definicji starości, ani jednej reprezentacji tej grupy, ponieważ starość to zbiór różnych postaw, potrzeb i sposobów bycia.

Brak jednego, powszechnie akceptowanego zestawu określeń dotyczących starości i osób starszych pokazuje, jak trudno jest znaleźć słowa „odpowiednie” – być może jest to niemożliwe. Istnieje bowiem ryzyko, że każde określenie stanie się etykietą, czyli próbą uproszczenia i zamknięcia czegoś złożonego i różnorodnego w jednej definicji. Rodzi to pytanie, czy takie nazewnictwo jest w ogóle potrzebne i społecznie uzasadnione. W tym sensie język nie tylko opisuje starość, ale również wpływa na to, kto i w jaki sposób może o sobie mówić jako o osobie starszej. Jak ujęła to jedna z badanych:

I właśnie pani mnie zapytała, jak też lubię się określać, ja najczęściej teraz o sobie przekornie, specjalnie, zawsze mówię staruszka” (W_6, K., l.80).

Temat siły języka naznaczania nie ogranicza się do funkcji opisu, lecz stanowi jedno z głównych narzędzi konstruowania rzeczywistości społecznej. To poprzez język powstają znaczenia wpływające na sposób postrzegania zjawisk takich jak starość oraz na to, jak osoby starsze rozumieją siebie i swoją przynależność społeczną. Kategorie, takie jak „senior” czy „stary”, porządkują rzeczywistość, ale mogą także działać wykluczająco. Brak jednego, powszechnie akceptowanego sposobu mówienia o starości ujawnia napięcie między kategoryzacją a indywidualnym doświadczeniem. Określenia charakterystyczne dla tego etapu życia klasyfikują jednostkę w kontekście grupy wiekowej i wpływają na jej społeczne umiejscowienie. Język staje się zatem mechanizmem, za pomocą którego osoby starsze mogą zarówno przyjmować przypisywaną im tożsamość, jak i od niej się dystansować – co znajduje wyraz w ich reakcjach na etykiety i próbach tworzenia własnych, bardziej adekwatnych określeń. W tym sensie sposób mówienia o starości nie tylko ujawnia, ale i wzmacnia podziały społeczne, a zarazem stanowi narzędzie negocjowania tożsamości społecznej w zmieniającym się świecie.

5.3.3. Przesuwanie granic oczekiwań

Ostatnim tematem wyodrębnionym w wymiarze relacji ze światem społecznym jest przesuwanie granic oczekiwań, obejmujące działania osób starszych podejmowane w odpowiedzi na społeczne normy, stereotypy i ograniczenia związane z wiekiem. Praktyki te można rozumieć jako próby samodzielnego definiowania własnej roli i pozycji w społeczeństwie – nierzadko wbrew utrwalonym skryptom starości. Obejmują one zarówno świadome, intencjonalne decyzje, jak i bardziej intuicyjne strategie funkcjonowania w przestrzeni społecznej. W wypowiedziach badanych wyraźnie widać, że starają się oni budować swoją obecność poprzez wpisywanie się w istniejące struktury lub ich modyfikowanie tak, aby odpowiadały ich indywidualnym aspiracjom i poczuciu siebie.

Aby zachować spójność i klarowność analityczną, warto zaznaczyć, że wyodrębnione przeze mnie tematy, rozumiane jako wzory znaczeń zinterpretowane na podstawie zebranego materiału empirycznego, nie są rozłączne – często się przenikają, a poszczególne wypowiedzi mogą zostać przypisane do więcej niż jednego z nich. Szczególnie w tym wymiarze ta kwestia jest szczególnie istotna, ponieważ dotyczy relacji jednostki z otoczeniem społecznym – a więc obszaru najbardziej podatnego na wieloznaczność i złożoność interpretacji. Dotyczy to zwłaszcza dwóch tematów: oddziaływania społecznej ramy i przesuwania granic oczekiwań właśnie, które choć odnoszą

się do relacji jednostki z rzeczywistością społeczną, różnią się w samym sednie ujęcia zjawiska. Pierwszy z nich odnosi się do działania norm i przekonań, które wyznaczają możliwe tożsamości i ograniczenia, drugi natomiast do indywidualnych prób jednostek, by wobec tych ram się jakoś ustosunkować. Tym samym oba tematy odwołują się do znaczenia powstających z relacji między jednostką a społecznym porządkiem: z jednej strony poprzez społeczne nadawanie kategorii i ról, z drugiej natomiast poprzez jednostkowe sposoby reagowania na nie. Pomimo ich wzajemnego przenikania więc, tematy te zachowują istotną funkcję porządkującą, pozwalając uchwycić różne wymiary doświadczenia starości i ukazać je z odmiennych perspektyw interpretacyjnych.

W szczegółowym ujęciu, oddziaływanie społecznej ramy stanowi normatywny kontekst oparty na utrwalonych wyobrażeniach, stereotypach i oczekiwaniach dotyczących tego, kim powinna być osoba starsza, jak powinna wyglądać, myśleć i się zachowywać? Jej odśłony przejawiają się w presji norm, które badani rozpoznają jako punkt odniesienia w myśleniu o starości, nawet jeśli nie zawsze je przyjmują. Jednocześnie odnoszą się do tych wzorców w różny sposób: część akceptują, wobec innych zachowują dystans, a niektóre poddają ocenie i reinterpretacji. W tym miejscu ujawnia się proces przesuwania granic oczekiwań – indywidualne próby odnalezienia swojego miejsca w świecie społecznym poprzez wybór stylu życia, sposobu bycia i obrazu siebie. Istotą tego obszaru znaczeniowego jest aktywność jednostki: świadome kształtowanie własnej pozycji poprzez decyzje, strategie adaptacyjne bądź dystans wobec dominujących oczekiwań.

Pierwszoplanowym wątkiem przesuwania granic oczekiwań jest silna potrzeba pozostawania w głównym nurcie życia społecznego. Dla wielu badanych to właśnie aktywność – rozumiana jako udział, zaangażowanie, uczestnictwo – staje się podstawową strategią utrzymywania społecznej obecności i uzyskiwania uznania. Często to właśnie w ten sposób legitymizują swoją pozycję jako pełnoprawnych uczestników życia społecznego. Wybierając aktywne życie, pokazują, że wciąż interesują się światem, mają coś istotnego do zaoferowania i wciąż dysponują, wcześniej zdobytymi, kompetencjami, które nie straciły na wartości. Proces starzenia się nie oznacza dla nich wycofania – wręcz przeciwnie, bywa impulsem do demonstrowania sprawczości, ciekawości i potrzeby widoczności, a niekiedy czasem nowego otwarcia dla nowych przedsięwzięć. Jednocześnie aktywność bywa też sposobem na wartościowe, sensowne, w ich ocenie, zapełnienie wolnego czasu po zakończeniu pracy zawodowej, jak pokazują poniższe wypowiedzi:

„Jak się przechodzi na emeryturę, to się nie ma czasu na starość, bo się bierze nogi za pas i szuka aktywności. I to właśnie jest ta różnica, że moi rodzice tego nie mieli. Jedyna aktywność to bardziej była spotkania sąsiedzkie, rodzinne, okazjonalne. Ale nie było czegoś takiego, że mama moja szła gdzieś do jakiegoś klubu senioralnego albo z seniorami gdzieś jechała. Nie, ja tego nie słyszałam i nie widziałam. A w tej chwili moja córka i wnuczka, z którą mieszkam, mówi, ty bardziej jesteś aktywna i towarzyska niż ja” (W_17, K., l. 71).

„No nie mam pojęcia jak to nazwać [starość]. W każdym razie jest to czas podróży, czas twórczości odkrywania jakiejś. To jest czas odpoczynku od pewnie tej rutyny zawodowej. Tak, to jest w pewnym sensie czas odpoczynku, ale czas poszukiwania jakby innych zajęć, bo nie sposób jest się i nic nie robić” (W_23, K., l. 79).

„Ale firmach to ja odczuwam wyraźnie, że senior to jest człowiek, który nie chce się załapać na pieniądze, a on za dużo nie potrafi, komputera nie potrafi obsługiwać, będzie ciągle chorował i tak dalej. Ja mówię, nie, senior to brzmi dumnie, bo on, panie kierowniku kochany, szefie, zamknął pewien etap życia rodzinnego, dzieci odchowwał, czasami wnuki mu zawrócą głowę i dają trochę radości, ale nie chce siedzieć w domu, żeby mu żona truła. Chce przyjść do pracy i zająć się tym, co było marzeniem jego życia, bo często jest tak, że on coś w życiu zrobił” (W_13, M., l. 77).

Badani podkreślają, że przejście na emeryturę nie przekreśla ich kompetencji ani doświadczenia. Dla wielu z nich, zwłaszcza tych, którzy cieszą się dobrym zdrowiem i nie mierzą się z poważnymi ograniczeniami, aktywność często oznacza kontynuację wcześniejszej drogi zawodowej lub wykorzystanie zdobytych umiejętności w nowym, równie istotnym społecznie wymiarze. Wiek metrykalny nie oznacza dla nich utraty statusu osoby kompetentnej, ani też unieważnienia dotychczasowych osiągnięć. Wręcz przeciwnie – starsze osoby, wolne od wielu trosk codzienności, bogate w doświadczenia życiowe i zawodowe, chcą być nadal cenne dla świata. W ich wypowiedziach pojawia się wyraźne dążenie do redefinicji starości jako okresu, w którym myślenie o sobie, chociażby w kontekście aktywności zawodowej nabiera nowego, ciągle wartościowego znaczenia.

Kolejna wypowiedź dobrze ilustruje fakt, że osoby starsze nie tylko chcą być obecne w życiu społecznym, ale także aktywnie poszukują dla siebie przestrzeni do działania. Wskazują oni

na rosnącą dostępność i akceptację różnych form aktywności, które zastępują dawne wzorce bardziej wstrzemięźliwego starzenia się:

„Trzeba mieć trochę tej indywidualnej chęci znaleźć te miejsca, bo mam koleżanki, które korzystają i z tych uniwersytetów trzeciego wieku, i są ludzie, którzy w kółko chodzą z kijkami, nawet na wsi widziałam osoby starsze, chodzące sobie z tymi kijkami [...], czyli jest chyba jakaś taka akceptacja tego, nie ma tego, jak to kiedyś starsze osoby siedziały na ławeczce na przyzbie tak zwanej” (W_23, K. 1. 79).

Co więcej, badani dostrzegają, że to właśnie osoby starsze, dzięki większej dyspozycyjności czasowej i chęci działania, coraz częściej przejmują na siebie odpowiedzialność za aktywność społeczną. W ich wypowiedziach widać przekonanie, że nie wycofują się z życia społecznego i stopniowo stają się jego siłą napędową:

„Najchętniej starego człowieka by się wsadziło do puszki jakby go nie było, z jednej strony, a z drugiej strony sami seniorzy się nie dają zapuszkować, bo są ciągle aktywni, wychodzą, robią masę rzeczy, uniwersytety trzeciego wieku, wszelkiego rodzaju stowarzyszenia, a przecież teraz wszędzie się coś dzieje. W tej chwili na najbardziej zapadłej wsi są chociażby te koła gospodyń wiejskich, które, to najczęściej są starsze panie właśnie na emeryturze, którzy całą aktywność, że tak powiem, przejęły na siebie, to nie młodzi ludzie, tylko właśnie starsze panie” (W_4, K., 1. 73).

Choć, w ocenie badanej, społeczny klimat nie zawsze im sprzyja, osoby starsze dostrzegają dla siebie realną przestrzeń do działania. To przede wszystkim w obszarach wspólnotowych zauważają lukę, którą mogą i chcą wypełnić. Ponieważ młodsze pokolenia często są skoncentrowane na pracy zawodowej i obowiązkach rodzinnych, osoby starsze przejmują odpowiedzialność za te społeczne zadania, które w innym przypadku mogłyby pozostać niezagospodarowane. Badana podkreśla, że to właśnie starsi, posiadając czas i odpowiednie zasoby odgrywają ważną rolę w podtrzymywaniu wspólnoty i codziennego życia społecznego.

Pozostawanie osób starszych w głównym nurcie życia społecznego to nie tylko wyraz indywidualnych aspiracji osób starszych, ale także realny wpływ na społeczne postrzeganie starości. Ich aktywność i obecność w różnych sferach życia wspólnotowego staje się

impulsem do zmiany społecznych wyobrażeń o starości, czego wyrazem są refleksje badanych:

„No, ale co? Na pewno się to zmienia, więc seniorzy stanowią olbrzymią grupę i swoim zachowaniem zupełnie zmieniają otoczenie, które zaczyna wyrabiać sobie inny pogląd na temat starości i człowieka starszego”(W_15, K, l. 72).

„Zmienia się też image seniora, i w radzie seniorów żeśmy o tym rozmawiali też, że gdzieś tam zaszufladkowano nas w przemyśle tak szaroburo i workowato, a teraz zaczynamy już sięgać, jak nie możemy sięgnąć po kwiecistą sukienkę, to chociaż po apaszkę, ale jest też tak, że nie patrzymy już o matko i nie słyszymy tych komentarzy” (W_17, K., l. 71).

Obecność w głównym nurcie życia społecznego, to dla części badanych znaczenie wyglądu i atrakcyjności zewnętrznej, nie tylko jako wartości samej w sobie, ale także jako sposobu przełamywania stereotypowego wizerunku starości oraz wyrazu jej społecznej obecności. W ich wypowiedziach pojawia się przekonanie, że mimo upływu lat nie muszą tracić społecznej widzialności, ponieważ dobry wygląd, nowoczesny styl i dbałość o siebie pozwalają im funkcjonować na równych zasadach z innymi grupami wiekowymi, pokazując, że nadal są obecni, widoczni i nadążający za realiami współczesności – jak relacjonują badane:

„To są gwiazdy, samochodami przyjeżdżają i chodzą w dżinsach, mają fryzury zrobione”. (W_7, K., l. 76).

„Przecież jak się przechodzi na emeryturę, niektóre dziewczyny, które mają jakieś tam ciekawe zawody, no to są na topie [...] jak te dziewczyny dbają, zadbane [...] No czasem może być też tak, że ktoś przeżył jakąś tam tragedię i się załamał. Miał jakąś tam chwilową depresję, bo przecież też takie osoby bywają. To może być różnie. Więc trudno mi powiedzieć, ale ja na przykład całe życie, nigdy nie wyszłam do pracy, żebym nie była umalowana czy tam podmalowana, chociaż troszkę, nie tam jakiś duży makijaż” (W_20, K., l. 78).

Badani mają świadomość zachodzących przemian i często podkreślają, że odzyskują widzialność społeczną, która wcześniej była im odbierana – schowani na metaforycznej

„przyzbie”. Wielu z nich, odnosząc się do pozycji społecznej osób starszych, wskazuje na dawne czasy, w których przypisana im była rola z boku, poza centrum uwagi, z dala od społecznych oczekiwań aktywnego uczestnictwa. Ich zdaniem dziś ta peryferyjna rola stopniowo zanika, ponieważ sami nie chcą się jej podporządkować i nie tylko z odwagą, ale i pełnym przekonaniem wychodzą poza jej ramy:

„Tak to nawet się mówi, że człowiek starszy to taki, którego wiek nie określa w kwestii właśnie tego nazewnictwa czy zachowania, tylko jak on się czuje. No, nieraz ludzie w wieku już 50 kilku lat się czują starzy, a są zapewne tacy, którzy mają 80 i więcej, i mówią, że wcale nie są starzy i tylko po prostu są na swój wiek, chcą żyć, chcą korzystać z tego życia”(W_15, K., l. 72).

W wypowiedziach badanych pojawia się zatem przekonanie, że obecność osób starszych w życiu publicznym staje się coraz bardziej widoczna i społecznie akceptowana. Widać ich w różnych aktywnościach, wydarzeniach i przedsięwzięciach – zarówno o charakterze społecznym, jak i osobistym. Zjawisko to jest bez wątpienia związane z rosnącą liczebnie grupą starszych osób, które coraz częściej podejmują decyzje wcześniej uznawane za niedostępne na tym etapie życia – jak podróże, rozwijanie pasji czy spełnianie marzeń. Ich zdaniem coraz więcej osób w podobnym wieku zachowuje się podobnie, co tworzy poczucie wspólnoty i wzajemnego wzmocnienia „bo skoro inni mogą, to ja też”. Takie spostrzeżenia pokazują, że społeczna obecność osób starszych może zachęcać kolejne osoby nie tylko do aktywności, ale także sprawia, że ich ogląd świata staje się punktem wyjścia do kształtowania własnej wizji starości, często oderwanej od tradycyjnych wyobrażeń i schematów:

„Ale to mobilizuje, że żadnej tam trwałej cioci Zosi człowiek nie zobaczy, dziewczyny są fajne, super ubrane są” (W_7, K., l. 76).

„No to jest chyba czas na, że tak powiem, życie czy uzupełnianie tego, czego się nie, nie było w stanie zrobić w czasie aktywności, pracy” (W_20, K., l. 78).

„Nie, ja decyduję, co ja powinnam, a czego nie. Ja wiem, co mój organizm powie tak lub nie, prawda?” (W_7, K., l. 76).

„Tak, ja jeszcze do Ameryki mogę jechać, trzy lata temu byłam w San Francisco” (W_25, K., l. 92).

„Nie kochana, jeszcze nie, jeszcze nie, jakoś tak, nie myślę o starości, tylko proszę Boga żebym nie leżała” (W_8, K., l. 89).

Aktywność badanych osób często nie ogranicza się wyłącznie do indywidualnego rozwoju – wielu z nich angażuje się także w działania wewnątrzpokoleniowe, wspierając inne osoby starsze. Udział w życiu społecznym staje się dla nich nie tylko sposobem na realizację własnych potrzeb, ale również formą troski o grupę, w której funkcjonują. Co ważne, niektórzy badani podkreślają, że właśnie dzięki temu, że sami widzą sens w swojej aktywności łatwiej im włączać się w działania na rzecz innych:

„Tak, tak, jak najbardziej [utożsamiam się z osobami starszymi], ale bardziej im służę jako pomoc” (W_17, K., l. 71).

„Natomiast [...] większość oczekuje spędzenia po prostu czasu na zasadzie, żeby przyjść, wypić tą herbatkę, pogadać i nie oczekuje dużo więcej. Cieszę się w ogóle, że ktoś tam wyszedł z domu tak, że się spotkał. Natomiast jest grupa taka, która właśnie jest aktywna i chciałaby coś robić więcej, więc trzeba dla tej grupy organizować”(W_15, K., l. 72).

Działania te są więc zarówno wyrazem solidarności, jak i sposobem na dalsze umacnianie społecznej widzialności osób starszych poprzez ich wzajemne wspieranie się i tworzenie przestrzeni do aktywności dla tych, którzy także starają się być obecni i uczestniczący. W tym kontekście coraz wyraźniej zaznacza się również wątek kształtowania nowych norm dotyczących starości. Niektórzy badani nie tylko angażują się w działania, ale podejmują próbę zmiany myślenia, zarówno swojego, jak i otoczenia, o tym, co „wypada” w starszym wieku, a co nie. To swego rodzaju niezgoda buntu na zastane oczekiwania, które ma charakter zarówno osobisty, jak i społeczny:

„Jest tak, że ja do dziewczyn też mówiłam wielokrotnie, do seniorek. Ja mówię, słuchajcie, nikt nie mówi, że ty masz powiedzieć nie, nie będę wychowywała twojego dziecka, tylko przepraszam cię bardzo córciu, ale w piątki ja mam klub. Pamiętaj o tym, tak se ustaw, że ja w piątki muszę być w klubie. Wystarczy, wystarczy i tak je buntowałam. One mówią, to

dzięki tobie [...], w domu zahukane, bo to jest też tak, że jak domy są wielorodzinne, to nie, nie łudźmy się, że babcia jest na piedestale. Babcia gdzieś tam, ewentualnie babcia, jak jest sprytna, ugotuje, zrobi zakupy albo wydzierga coś, ale tak naprawdę jest gdzieś tam, bo dzieci mają swoje życie. Każde, czy dziecko, czy wnuczek, czy prawniczek żyje czym innym. Dopóki jeszcze mówię, te maluszki są, no to fakt, częściej babcia jest potrzebna, ale potem.... a babcia niestety jak się przyzwyczai do tego, że tu jest potrzebna, tam jest potrzebna, a potem zrobimy ciach. To po co ja mam żyć? I zaczynają się choroby. Zaczyna się wizyta u lekarza. Często” (W_17, K., l. 71).

„Ja na wpół do czwartą, to raczej nie zdążę, mówię trudno, jak pani nie zdąży, to nie zdąży, to przyjdzie pani później, tu nie ma przymusu. I wyjść też można, o której się chce, to nie zakład pracy. Ale się zainteresowałam: ale czego pani nie może? Pani pracuje czy co? No, bo taka jeszcze niespecjalnie wiekowa, nie wiem, ile lat ma ta kobieta. A ona mówi, no bo to za wcześnie, ja nie zdążę z obiadem. A ja mówię, a pani kogo na ten obiad zaprasza? Ona mówi, no nie, ja dla córki i dla wnuka. A co to pani sama gotuje te obiady? Bo wie pani, córka wraca do domu, no to ja mam wtedy przygotowany obiad. I ona, pani posłucha, czym ta kobieta się martwi? Czym ona żyje? Ona chce do tego klubu chodzić, ona się zapisała, ona pójdzie do kina z nami, bo to jej początki [...] Ja nie drażyłam, bo nie chcę ranić czyichś uczuć [...] myślę sobie, no cóż, każdy wybiera to swoje życie, ale jest to przerażające, że rodziny, dzieci mogą tak zniewolić, prawda? (W_15, K., l. 72).

Wypowiedzi badanych pokazują, że redefinicja starości nie sprowadza się jedynie do wyboru stylu życia, lecz oznacza zmianę społecznego wzorca – od biernej adaptacji ku aktywnemu współtworzeniu tego, jak starość jest postrzegana i przeżywana. Jednocześnie bywa ujmowana przez nich w kategoriach uniwersalnych jako sposób nadawania znaczeń, który może mieć zastosowanie także poza ich własnym doświadczeniem. Takie ujęcie wydaje się nie do końca oddawać w pełni zróżnicowania dróg i form przeżywania starości.

Co istotne, osoby badane często podkreślają potrzebę robienia tego, na co wcześniej, w okresie pracy zawodowej lub intensywnych obowiązków rodzinnych, brakowało czasu. Szczególnie chodzi o aktywności artystyczne, twórcze, rozwijające. To właśnie one stają się symbolem „drugiej młodości” i odrodzenia tożsamości poza rolami zawodowymi. Pojawia się silne pragnienie, aby uczestnictwo w świecie społecznym było oparte na autonomicznej

decyzji jednostki – „to ja wybieram, co i kiedy będę robić, jak się starzeję”. Wypowiedzi badanych pokazują już nie tylko potrzebę trwania w społecznej przestrzeni, ale wyraźne dążenie do przekształcania jej zasad – swoistą kontrofensywę wobec dotychczasowych schematów starości i próbę budowania własnych wzorców uczestnictwa. I jak argumentuje badana, jeśli pomoc i wsparcie, to nie w duchu opiekuńczym, lecz partnerskim i kompetencyjnym – zgodnie z rzeczywistymi zasobami i doświadczeniem osób starszych:

„Ale też powinniśmy mieć pomysł na to, jak korzystać z zasobów ludzi, którzy przechodzą na emerytury i jak społeczeństwo mogłoby z tego skorzystać? Jakiego rodzaju sieci społeczne budować z ich udziałem? Naprawdę uważam, że to tak nie powinno być, że się proponuje seniorom drutowanie, kawkowanie i potańcówki. Naprawdę, nie ludziom z takimi kompetencjami. Oczywiście, póki jeszcze mogą, sobie szukają płatnego zajęcia. Gdzieś tam niektórzy do siedemdziesiątki albo jeszcze dalej pracują” (W_1, K., l. 69).

Kolejnym wątkiem, który ujawnił się w powiązaniu z tematem przesuwania granic oczekiwań jest poczucie odrębności osób starszych wobec współczesnego świata społecznego, które pojawia się w wypowiedziach wielu badanych. Nie oznacza ono jednak rezygnacji z uczestnictwa w życiu społecznym, ale jest refleksyjną odpowiedzią na dynamicznie zmieniającą się rzeczywistość – zarówno kulturową, technologiczną, obyczajową. Ta odrębność nie wynika z odrzucenia nowoczesności, lecz z coraz wyraźniejszej świadomości różnic międzypokoleniowych, zmieniających się norm i nowych form obecności w świecie. Badani podkreślają, że starość wymaga dostosowania się do tych zmian, co bywa trudne, ale w dużej mierze naturalne. Nie oznacza to jednak pełnego podporządkowania się nowym realiom – raczej świadome wybory, dzięki którym pewne obszary życia wciąż pozostają istotne i angażujące, podczas gdy inne stopniowo tracą na znaczeniu:

„Zmienia się, tak, i trzeba nadążać, powiem to, z jednej strony tak, bo no korzystam z różnych też teraz zmieniających się elementów tego życia. Na przykład kwestia internetu, to prowadzę stronę, tam różne rzeczy robię, ale to się tak zmienia, że ja wielu rzeczy już nie łapię. I coraz bardziej zaczynam też czuć, że to już nie jest mój świat [...] Właśnie takie różne zachowania, które są jakoś obce czy w ogóle kwestia ubioru. Zresztą w ogóle to jest trochę inny świat, rzeczywiście takie uczucie, że coraz mniej mi się podoba ten świat tak naprawdę, ale myślę, że to jest niezwykła mądrość natury też, że jak to się uważa, jak to

kiedyś było fajnie. No, tak samo powiedzą ci, co teraz mają lat 18 swoim dzieciom, jak było właśnie wspaniale, że teraz jest okropnie” (W_6, K., l. 80).

„W sobotę byliśmy na koncercie chórów z Finlandii i potem uniwersyteckiego. Coś wspaniałego. Wczoraj poszliśmy, była muzyka, pop, czy ja dobrze mówię? No była muzyka pop dla młodych ludzi, ludzi w naszym wieku, było może 10 osób na ogromnej sali. No, ale trochę posłuchałam i myśmy wyszli, bo to już jest nie dla nas, młodzi ludzie tańczyli, tam się wyginali. No, wie pani, popatrzyłam sobie na to i posłuchałam chwilę i ja już tego nie, jak gdyby, nie jest to mój świat, tak pani powiem”(W_23, K. l. 83).

To wyraz świadomego dystansowania się społecznego, przy jednoczesnym poczuciu zgody na ten stan i utrzymywaniu obecności w życiu społecznym. Zamiast próbować nadążać za wszystkim, badani przyjmują postawy zgodne z własnym rytmem życia, wartościami i przekonaniem:

„To znaczy, ja podążam za tym i myślami, i wiedzą, i tak dalej, że świat się zmienia, no bo jeżeli weźmiemy czasy starożytne do dzisiejszych czasów, to się wszystko zmieniło, bo technika też się zmienia, z techniką i myślenie, i tak dalej. I się zmienia też zdrowotność, teraz żyjemy, tutaj 107 lat ma pani, wie pani, no to, to się zmienia tak, ale nie podoba mi się to. Są pewne zasady w życiu, są pewne normy obyczajowe. I na przykład, denerwują mnie, nie wiem, te dziury w spodniach” (W_10, M., l. 77).

W wypowiedziach badanych wyraźnie rysuje się ambiwalencja: z jednej strony akceptują fakt, że świat się zmienia – co traktują jako naturalny bieg rzeczy – z drugiej zaś podkreślają potrzebę zachowania własnych zasad i sposobu myślenia w tej zmieniającej się rzeczywistości. Świadomość miejsca w cyklu życia społecznego, wynikająca z osiągniętego wieku, sprawia, że coraz częściej pełnią rolę obserwatorów, którzy patrzą na świat z pewnego dystansu i nie zawsze w pełni uczestniczą w jego dynamice. Nie oznacza to jednak prostego wycofania, lecz raczej świadome układanie relacji z rzeczywistością i godzenie się z tym, że świat toczy się dalej. Wprost ujawniają to następujące wypowiedzi:

„[...] jestem zbyt jakby zastała w tym, co jest moim doświadczeniem, mojego życia i mojego pokolenia i uważam, że kolejne pokolenia muszą świat jednak po swojemu trochę poukładać” (W_1, K., l. 69).

„I ja czasem miewam takie, jak są jakieś drastyczne zachowania, z którymi ja się w młodości, powiedzmy, nie spotkałam. To nagle tak myślę, jak to dobrze, że jestem na ostatnim wirażu i że ja już pełnej degrengolady nie doczekam, ale wtedy mi się przypomina. O tempora, o mores! Przecież to powiedzenie było dawno, pamiętam, że i za moich czasów mówiono, że my się zachowujemy nie tak, prawda? (W_14, K., l. 82).

„Znaczy oczywiście świat się zmienia. Ja też jestem obserwatorem. Mam taką potrzebę obserwacji. Bardzo lubię się przyglądać. Bardzo lubię właśnie diagnozować i analizować, w związku z tym, wiesz, jak patrzę na młodych ludzi, w jakim kierunku oni podążają i gdzie ten świat podąża, to oczywiście ja widzę, że on się zmienia, ale ja tego nie wartościuję w ogóle, znaczy wiem, że od zawsze tak było, że żeby był rozwój, to muszą kolejno się wymieniać i muszą wchodzić nowe rzeczy, no bo te różnice pokoleniowe zawsze były i nie wyobrażam sobie, że ich nie będzie. I trudno ich uniknąć”(W_1, K., l. 69).

To również jest część starości – jej społeczny wymiar, z którego osoby starsze zdają sobie sprawę. Rozpoznają swoją odrębność, ale starają się samodzielnie decydować w jaki sposób uczestniczyć w zmieniającym się świecie, zgodnie z własnymi możliwościami i potrzebami, jak wyraża to jedna z osób badanych:

„Właśnie taka niemożliwość nadążenia za wszystkim, co się w tej chwili dzieje, mam powoli tego trochę dosyć, że właściwie myślę powinien się pojawić taki moment, w którym się zorientuję, że ja już nie chcę w tym być. To już nie jest moje. No i mogę sobie iść na tamten świat. Już do tego nie pasuje, o coś takiego. Do tego tempa, do tych zmian, właśnie do, do wszystkiego. Mam takie momenty” (W_6, K., l. 80).

Kolejnym wątkiem związanym z omawianym tematem jest potrzeba ciągłości obecności w życiu społecznym, stanowiąca dopełnienie dynamiki ujawnionej we wcześniejszym wątku dotyczącym poczucia odrębności. Pomimo dystansu wobec niektórych aspektów współczesności, badani podkreślają silne pragnienie pozostawania na bieżąco ze światem. W ich wypowiedziach wyraźnie ujawnia się potrzeba widocznej, aktywnej i społecznie uznanej obecności – nie tylko jako uczestników, ale także jako pełnoprawnych i wartościowych obywateli. Tego rodzaju obecność traktowana jest jako kontynuacja dotychczasowych ról społecznych, które nie wygasają wraz z wiekiem, lecz

wymagają potwierdzenia i uznania w zmieniającym się kontekście społecznym. Badani akcentują, że wiek nie powinien ograniczać możliwości wpływu ani wyrażania własnego stanowiska, jak opisują to badane:

„Co jest dla mnie ważne? Wiele rzeczy, kontakt z wnukami jest ważny, kontakt z rodziną. Kontakt z moimi koleżankami Amazonkami jest ważny. Ważne jest życie polityczne. Ważne jest to, co się dzieje w naszej polityce. To, co się dzieje z Polską, w jakim kierunku to wszystko zmierza. Ciągle mnie to, tak jak w okresie zawodowym, interesowało, tak, ciągle mnie to interesuje” (W_4, K., l. 73).

„Tak, jestem częścią świata i właśnie staram się, żeby właśnie coś robić, uczestniczyć we wszystkim, korzystać ze świata, chociażby z tej cyfryzacji, która też mnie wkurza, bo nie jestem specjalnie techniczna. No, ale staram się, żeby w jakiś sposób tą wiedzę sobie bardziej przyswoić i żeby nie było tak, że ja potem będę, to znaczy inaczej, ja staram się cały czas być niezależna, żeby nie było to tak, ja muszę prosić tam syna, albo że może przelew byś mi zrobił albo męża, tam jakoś, prawda. Także staram się, żeby jakby być na bieżąco, dużo czytam, patrzę co się dzieje” (W_15, K., l. 72).

Badani chcą być widziani nie przez pryzmat starości, ale jako osoby nadal zaangażowane, kompetentnie interpretujące otaczającą rzeczywistość i nadające znaczenie aktualnym wydarzeniom według własnego rozeznania. Uczestniczą w życiu społecznym, śledzą bieżące wydarzenia, reagują, wyrażają opinie – nie jako „nadzwyczajni seniorzy”, ale nadal jako pełnoprawni uczestnicy życia społecznego, czego dowodzą poniższe refleksje:

„Oczywiście, że tak, i mam na to swój sposób, bo co było, to było, mnie interesuje to, co będzie w jakim żyjemy w świecie, jakie są w tej chwili przemiany, ja jestem świadkiem tych przemian, ja lubię je sama ocenić. I mnie się wydaje, że to jest fajne” (W_7, K., l. 76).

„Na pewno interesuje się najnowszymi trendami, zarówno w modzie, muzyce, nie wszystko mi się podoba, ale na przykład, no powiem szczerze, bardzo mi się podoba Ralf Kamiński, mimo że, to już jest coś nowego, ale słuchałam paru jego piosenek (W_14, K., l. 82).

„No właśnie, taka kondycja psychofizyczna, czyli i psychiczna, żebym nie zostawała tam właśnie w tyle, wyrzucona na margines, bo wiem, jak to wygląda. Pewno bym się z tym

bardzo źle czuła. Chcę uczestniczyć w świecie. Teraz właściwie to odkrywam, odkrywam świat” (W_15, K., l. 72).

„No, czuję się wie pani, swobodnie. No, czuję się chyba obywatelem. No, wie pan, gdzie analizuję wszystkie te sprawy polityczne” (W_22, M., l. 85).

To pozostawanie „w obiegu”, zarówno w sensie symbolicznym, jak i dosłownym, wiąże się także z potrzebą społecznego uznania. Gdy osoby starsze angażują się w sprawy społeczne czy polityczne, wyraźnie wyrażają swój stosunek do życia społecznego, odbywających się w nim zjawisk oraz potrzebę działania, a zarazem podkreślają, że ich głos i wkład powinny być traktowane poważnie – nie jako aktywność „dla seniorów”, ale jako pełnoprawne uczestnictwo w życiu publicznym. Nie chcą być postrzegani wyłącznie jako „twardy elektorat” określonych opcji politycznych czy bierni odbiorcy programów senioralnych. Ich zaangażowanie to forma aktywnego budowania swojej pozycji i znaczenia w strukturze społecznej – nie biernego dostosowania się, lecz świadomego kreowania swojej roli:

„Tak, komentuję, tak. Komentuję, ale oczywiście grzecznie nie angażując się w żadną stronę, bo ja uważam, że partie polityczne są potrzebne, polityka musi być, bo ponieważ jeżeli my się nie zajmiemy polityką, bo ktoś może powiedzieć, ja jestem apolityczny, tak, nie ma takiego czegoś apolityczność, bo jeżeli nie będziemy się zajmować polityką, to polityka nami się zajmie. No także, tutaj, ja to komentuję” (W_10, M., l. 77).

„No ja codziennie siedzę przy komputerze parę godzin. To nie jest tak, bo ja na bieżąco śledzę Internet, co się w tej dziedzinie dzieje, jak coś wyłapię nowego to od razu wstawiam do książki, więc jeżeli ja tą książkę pokażę w pewnym momencie, to są wszystkie bieżące, aktualne, tak jak teraz, musi być aktualne. Sprawy związane też seniorami aktualne muszą być z polityką społeczną i inteligencją tą sztuczną” (W_13, M., l. 78).

Kolejna odsłona znaczeń wyłaniających się z wypowiedzi uczestników badania w kontekście tematu przesuwania granic oczekiwań ujawnia się w sytuacjach, w których ich realne doświadczenia życiowe, aktywność czy możliwości zderzają się z utrwalonymi społecznie wyobrażeniami na temat starości. W tym kontekście szczególnie wyraźne staje się poczucie nieprzystawalności między tym, kim osoby starsze są i jak funkcjonują, a tym, jak postrzega je otoczenie. Wiek okazuje się tu społecznym filtrem, przez który inni

przypisują im określone schematy i oczekiwania. Wypowiedzi badanych wskazują, że ta konfrontacja rodzi refleksję po obu stronach: u osób starszych, dla których jest źródłem dyskomfortu, oraz u otoczenia, które zmuszone jest skonfrontować się z własnymi uproszczeniami. Moi rozmówcy nie tylko rozpoznają takie sytuacje, lecz często starają się je przełamywać – poprzez styl życia, sposób reagowania czy codzienne wybory. Ich historie trafnie ilustrują, że obowiązujące schematy starości okazują się niewystarczające, a ich zderzenie z rzeczywistością staje się impulsem do negocjowania alternatywnych znaczeń tego etapu życia:

„No wiesz, ja gram w tenisa i chodzę raz w tygodniu na zajęcia i chyba jestem tam najstarszą osobą [...]. No i w końcu tak się zdarzyło, że wylądowałam w grupie, gdzie było 3 mężczyzn, ja jedna i trener, który myślę, że ma ze 30 lat, młodziutki, ale on cały czas był ze mną. I tak w którymś momencie gramy mecz i jeden z chłopaków skusił. No i drugi zaczął z niego żartować, a starość, starość i tak dalej, a ja zaczęłam się śmiać, mówię, o jakiej wy starości mówicie? Oni stanęli koło mnie, no a ile ty masz lat? Ja mówię, 65, to szczęki im opadły. Nie wiedzieli, jak zareagować, nie wiedzieli, co zrobić ze sobą tak, w końcu któryś z nich powiedział, ojej, jak to świetnie, że ty jeszcze grasz tak, że ty jeszcze ten, a mój trener, z którym grałam już z 8 miesięcy i traktował mnie na równi, no to po zakończeniu tego ćwiczenia po raz pierwszy podszedł do mnie i spytał się, no jak się czujesz? Wszystko w porządku? No właśnie, wywołałam konsternację, że oni nie wiedzieli co z tym fantem zrobić. Ja uważam, że to jest jakiś tam wątek. No tak, że oni, no jakoś musieli, właśnie zamilkli. Jak mówię, szczeka im opadła, chociaż metaforycznie. I tak było, cisza, cisza, cisza”(W_2, K., l. 68).

Powyższa historia ujawnia moment konfrontacji z reakcjami społecznymi, które trudno jednoznacznie zinterpretować lub na nie odpowiedzieć. Budzą potrzebę sprzeciwu, ale jednocześnie pozostawiają poczucie bezradności wobec ich schematyczności.

Nieco inny przykład postaw społecznych związanych z ujawnianiem wieku odsłania opowieść innej rozmówczyni:

„Bywa, kiedy jestem w towarzystwie z osobami w moim wieku albo nawet nieco niżej. I wtedy, kiedy powiem, ile mam lat, to jest takie wow, ale, wow takie, że to niemożliwe. No, czasami jest to, też nie wiem, może jakieś mało sympatyczne dla, szczególnie dla pań,

które są jakoś przywiązane do wyglądu, także ostatnimi czasy, jakby, moja córka mi powiedziała, to nie mów o tym po prostu [...] dla mnie to jest fantastyczne. Nie mogę tego za bardzo zrozumieć, jak można, bo też gdzieś tak w głowie te stereotypy pracują, mając 70 lat, być taką osobą, jaką ja jestem, według, że tak powiem ogólnego pojęcia o sobie w wieku starszym, podeszłym, podeszłym to już w ogóle” (W_3, K., l. 70).

Wypowiedź ta ukazuje zaskoczenie wynikające z rozbieżności między społecznym wyobrażeniem starości a rzeczywistym doświadczeniem osoby starszej i pokazuje, jak głęboko zakorzenione stereotypy wpływają na postrzeganie siebie i reakcje otoczenia.

Kolejna wypowiedź ilustruje, jak znaczenie przypisywane określeniom zależy od intencji nadawcy i kontekstu – słowo „senior” samo w sobie nie jest problematyczne, dopóki nie towarzyszy mu ton lekceważenia. Badany pokazuje jednocześnie dystans wobec ocen i komentarzy z otoczenia, które, w tym przypadku, nie wpływają istotnie na samoocenę czy sposób funkcjonowania wypowiadającego się:

„Nie sędzę, wyszukiwanie jakichś specjalnych, jakiegoś specjalnego nazewnictwa. Myślę, że senior jest jakieś adekwatne i nie obrażające. No chyba, że ktoś mówi lekceważąco czy pogardliwie, no to wtedy, też spotykam, dużo jakichś wysiłkowych rzeczy robię, na rowerze jeżdżę i często jadę szybciej niż o wiele młodszy ode mnie ludzie na przykład. No to takie, jakieś czasami, oczywiście, ja to ze śmiechem mogę traktować dawaj, dziadek, dawaj czy też nie może nadażyć ze mną, no to pogardliwe, jakoś to podsumuje, ale tak to nie ma dla mnie żadnego znaczenia” (W_12, M., l. 78).

Inna, niezwykle poruszająca opowieść badanej, przedstawia, jak głęboko zakorzenione przekonania i metafory związane z marginalizacją wieku, noszone przez samą osobę starszą, zostały pozytywnie skonfrontowane z rzeczywistością. Brak dystansujących czy wykluczających reakcji ze strony młodszych uczestników spotkania okazał się dla badanej przełomowy. Co więcej, sytuacja ta odsłania także pewną nieadekwatność w drugą stronę – to nie otoczenie uznało osobę starszą za „nie na miejscu”, lecz ona sama:

„Ja pamiętam, bo również biorę udział, jestem jedną z aktorek [spot reklamowy] Gdańsk-miasto równości i ja akurat o seniorach mówię. Byliśmy zaproszeni na debatę na teren Stocznii. No, ledwo się tam załazłam i patrzę, no, słuchacze siadają młodzi, równo nie ma...

i nikt nie powiedział, a co ta kobita albo starucha, po co ona tu przyszła? Co ona tu robi? W młodzieżowym klubie! No więc, się poczułam na równi, że mam takie same prawa, że też wiek tu nic nie stanowi. Kochamy muzykę bez względu na wiek. Różne rzeczy robimy bez względu na wiek. No, oczywiście były brawa i ja mówię, no ale nie daliście mi tego odczuć, bo nikt z was [nie zapytał] pani kluby pomyliła? Nikt z was nie zrobił tego, że puknął mnie, przepraszam, ale pani klub pomyliła. To nie klub seniora. I wtedy się czuję tą energią i to jest też taki kolejny, mój taki plusik, który zebrałam do swojego, że starość nie musi być wyobcowana, że starość to nie jest wyalienowana z grupy (W_17, K., l. 71).

Następna wypowiedź z kolei odsłania, jak silnie uwewnętrznione przekonania i społeczna kontrola wpływają na decyzje dotyczące wolności osobistej. Lęk przed oceną, zburzeniem ustalonego skryptu wyglądu zewnętrznego osoby starszej, okazują się barierami, które badani muszą pokonać. W tym przypadku wybór estetyczny staje się aktem wyzwolenia spod społecznych oczekiwań, a jednocześnie drogą do potwierdzenia swojej podmiotowości:

„Ja 3 lata się zastanawiałam nad tym, czy zrobić warkoczyki, naprawdę, 3 lata i się cofałam, ja się bałam, ale czułam zawsze coś takiego... Ja okropnie lubiłam, ogromnie, nadal lubię ludzi, którzy mają dredy czy warkoczyki, no uwielbiam to, ich energię lubię i w końcu stwierdziłam zrobić to. To było 2 lata temu [...] i coraz bardziej się okazuje, że to jest moje, że to jestem ja, że to jest ok. A moja córka powiedziała, mama jak ty już zrobiłaś te warkoczyki, to co byś nie zrobiła, to w ogóle nie ma znaczenia. Ja mam 4 pary warkoczyków, na każdą parę roku inną. To nie jest jedyny, na jesień będą jesienne warkoczyki, 2 razy dłuższe od tych. A potem będzie wersja zimowa” (W_3, K., l. 70).

W ostatnim wątku omawianego tematu osoby badane świadomie wybierają własny sposób funkcjonowania w świecie społecznym – nie zawsze zgodny z dominującymi wzorcami, lecz zakorzeniony w poczuciu sprawczości i dumy. Czasami oznacza to aktywne wypracowywanie własnego sposobu przeżywania starości, w którym nadają jej nowe znaczenia i wiążą je z poczuciem pokoleniowej tożsamości oraz przynależności. W ten sposób nie traktują starości jako walki, lecz przyjmują ją na własnych zasadach, współtworząc jednocześnie nowy obraz tożsamości społecznej osób starszych.

„Nie to, że mi już może nie wypada czy coś, nie, mnie to nie, bo ci moi wszyscy znajomi, to są tacy sami jak ja, wariaci trochę, może w innym stylu i w zależności od swoich historii życiowych” (W_13, M., l. 78).

Badani nie podporządkowują się kulturowym scenariuszom starzenia się, lecz sami definiują, co w ich przypadku oznacza bycie starszym. Wybierają formy aktywności, styl życia, sposób budowania relacji – często odmienny od dominujących wyobrażeń o „seniorach” – i czynią to z przekonaniem, że ich wiek nie stanowi przeszkody, lecz kontekst, w którym mogą wyrażać siebie autentycznie:

„Znaczą, generalnie to rzadko się spotykam z tym, żebym ktoś jakoś mnie sytuował już jako osobę taką starszą. Zwykle jakby dynamika mojego działania i wchodzenia w relacji z ludźmi, myślę, że ma w sobie coś z młodzieńczości w dalszym ciągu. Więc nie, ja się nie spotykam na co dzień z taką jakąś definicją, że ktoś mnie definiuje przez bycie osobą w jakimś konkretnym wieku. Zresztą nie mam takich relacji, czasem z młodymi ludźmi tak jest, że niektórzy mają na przykład problemy z tym, żeby się zwracać do osoby w moim wieku na ty” (W_1, K., l. 69).

Inna refleksja badanej staje się symbolicznym wyrazem pokoleniowej tożsamości – przypomnieniem, że dzisiejsze osoby starsze kształtowały się w zupełnie innych warunkach kulturowych, którą nadal noszą w sobie i z którego czerpią energię, styl i sposób bycia w świecie:

„Tu jest, proszę pamiętać, że my jesteśmy z epoki rocka” (W_7, K. l.76).

Ten krótki manifest niesie ze sobą więcej niż tylko odniesienie pokoleniowe. W tym kontekście tożsamość społeczna osób starszych jawi się jako zakorzeniona w doświadczeniu generacyjnym, które dziś organizuje sposób bycia w świecie, także na starość. Nie chodzi tu wyłącznie o przynależność do określonego wieku. W tym przypadku osoby starsze, odwołując się do „epoki rocka”, nie tylko przywołują przeszłość, ale też symbolicznie wpisują się w narrację kontynuacji – ludzi wolnych, twórczych, pewnych siebie, gotowych – jeśli trzeba – do buntu, którzy nawet w starości pozostają wierni swoim wartościom i sposobowi życia.

W kontekście własnego bycia w świecie, poniższa wypowiedź natomiast pokazuje, jak osoby starsze poprzez język aktywnie konstruują swoją obecność – nie jako podporządkowaną społecznym wzorcom, lecz jako autonomiczną i nowoczesną:

„I ja wybrałam i widzę, że dziewczyny za tym poszły i ja lubię o sobie mówić silverka” (W_2, K., l 68).

Określenie „silverka” to więcej niż etykieta – to wyraz autonomii i poczucia własnej wartości, sposób na zaznaczenie siebie w świecie społecznym na własnych zasadach, z nowym językiem i nowym stylem starości.

Badane wyraźnie zaznaczają, że starość nie musi oznaczać podporządkowania się gotowym wzorcom tożsamości. Ich sposób bycia w świecie opiera się na poczuciu ciągłości i sprawczości i samostanowienia. Nie chcą być definiowani przez wiek ani przez język potoczny, który często narzuca ograniczające etykiety, jak mówią:

„Nie, nie odczuwam tego, że ktoś mnie dyskryminuje. Raczej spotykam z uprzejmością, jakąś taką” (W_23, K., l. 79).

„Nie, ja się nie identyfikuję. Natomiast generalnie jest [starość] w potocznym, że tak powiem, języku potocznym, takim. Ja się czuję młodo. Ja się nie identyfikuję” (W_4, K., l. 73).

Nie, ja recenzję czytam filmu, tam nie jest czy dla osób starszych, czy dla młodych. Ja po prostu chcę być na bieżąco” (W_7, K., l. 76).

Te wypowiedzi tworzą spójną klamrę pokazującą, że badane osoby nie tyle odrzucają starość, ile świadomie kształtują własną obecność w świecie społecznym – poza wiekiem, poza kategoriami etykiet, w zgodzie ze sobą.

W kolejnych relacjach, podobnie, badani podkreślają, że nie chcą poddawać się przeważającym schematom i społecznym oczekiwaniom. Ich wypowiedzi pokazują, że starzenie się nie oznacza rezygnacji z indywidualności, lecz wręcz przeciwnie – może być momentem umocnienia własnej podmiotowości. Badani świadomie określają, kim są, jak

chcą być postrzegani i gdzie jest ich miejsce w świecie społecznym. Często robią to z dystansem, ironią, ale i ze spokojem. Poniższe wypowiedzi zawierają rozmaite refleksje ilustrujące ten sposób myślenia – pokazują, w jaki sposób osoby starsze przyjmują starość jako część swojego życia, nie rezygnując przy tym z autonomii w jej przeżywaniu. Nie brakuje im poczucia pewności siebie, by odważnie wyrażać własne stanowiska. Mają świadomość cieni starości i rozumieją, że nie zawsze łatwo jest w niej funkcjonować – są tacy, dla których to nawet bardzo trudne. Mimo to podejmują próbę nazywania tych trudności nie po to, by się im poddawać, lecz by je ujawniać i oswajać. Wiedzą, że istnieją zewnętrzne ramy społeczne i kulturowe, ale starają się funkcjonować według własnych zasad, coraz mniej przejmując się społecznymi ograniczeniami, a jednocześnie domagając się dla siebie miejsca w centrum życia społecznego:

„Nawet, jak ktoś się do mnie babciu zwraca, to nie mam o to pretensji. Może tak chce. Może tak potrzebuje. Nie mam kompleksów z tego powodu” (W_7, K., l. 76).

„Powiedziałam, żadne miejsca typu świetlica, [gdzie] sami seniorzy, bo nie lubię gett. Następnie, na eventy rockowe nie będzie sali gimnastycznej z kurzem. Nie będzie kubków tekturowych i nie będzie talerzyków tekturowych” (W_7, K., l. 76).

„I chcą być świadomie bądź nieświadomie potrzebni innym ludziom, albo chcą, żeby inni okazywali im szacunek” (W_5, M., l. 70).

„No myślę, że bronią się ludzie tej starości, że są, w pewnym sensie odstawiani na bok” (W_16, K., L. 77).

„Starzy mogą się buntować, mogą się nie zgadzać, mogą walczyć o swoje prawa czy inaczej walczyć o swoją pozycję społeczną, są skazani na porażkę i nie ma od tego żadnej ucieczki moim zdaniem, natomiast to jest jakby jedna rzecz. Natomiast druga sprawa to jest traktowanie tej ogromnej grupy społecznej, ciągle rosnącej przez te inne, młodsze grupy i przez władzę” (W_5, M., l. 70).

Wypowiedzi badanych pokazują, że nawet osoby aktywne i zaangażowane społecznie nie są wolne od lęku przed społeczną deprecjacją. Otwarte przyznawanie się do tych obaw sugeruje, że dotychczasowe przemiany nie były jeszcze na tyle głębokie, by całkowicie

przeformułować dominujące wyobrażenia o starości. Jednocześnie wyraźnie wybrzmiewa w nich potrzeba uznania, przynależności i społecznej widzialności w tym etapie życia.

Najpełniejszym dopełnieniem nie tylko tego tematu, ale prawdopodobnie całego wymiaru relacji ze światem społecznym, może być poruszająca w swojej wymowie wypowiedź jednej z uczestniczek badania. Ujawnia ona istotę doświadczeń starości oraz ambiwalentne znaczenie aktywności w tym okresie życia. Pokazuje, że za intensywnym zaangażowaniem niektórych osób starszych kryje się coś więcej – próba oswojenia niepokoju związanego z przemijaniem. W ten sposób narracja o aktywnej starości zostaje pogłębiona i urealniona, wzbogacona o wymiar egzystencjalny. Wskazuje to na wielowarstwowość motywacji, które stoją za podejmowanymi działaniami. Tego rodzaju spojrzenie pozwala lepiej zrozumieć, że starość bywa nie tylko czasem społecznego zaangażowania, lecz także momentem mierzenia się z tym, co nieuchronne, i poszukiwania sensu w zmieniającym się świecie. Refleksje te nie tylko pogłębiają obraz starości, ale mają również znaczenie dla tożsamości społecznej osób starszych, ukazując, że kształtuje się ona również poprzez indywidualne zmagania z doświadczeniem przemijania.

„Staram się jakoś ograniczać, ale mogę, natomiast myślę, że wiele osób w tym wieku, jak obserwuję właśnie i też właśnie tą grupę, te grupy senioralne, to jest mnóstwo ludzi, powiedziałabym nadaktywnych. Pracują niesłychanie dużo. No i myślę, że to jest też jakieś takie zaspokajanie potrzeby i kontaktu, i poczucia własnej wartości, i zabijania, trochę niepokoju, myślę, że niepokoju związanego z tym, że no nieuchronnie się człowiek zbliża do końca. Jakieś zaprzeczanie takiej rzeczywistości. No, w jakimś momencie też trzeba będzie odejść” (W_6, K., l. 80).

Co więcej, tego rodzaju myślenie staje się częścią znaczeń przypisywanych starości jako etapowi życia, który nie tyle wyłącza z życia, ale otwiera przestrzeń do jej ponownego zdefiniowania. W rezultacie ta pożądana i postulowana przez osoby starsze aktywność przestaje być tylko manifestacją sprawczości, ale staje się jednocześnie formą przeciwdziałania marginalizacji i próbą zachowania podmiotowości w obliczu nieuchronnych zmian.

Temat przesuwania granic oczekiwań, wyłaniający się z wypowiedzi badanych, ukazuje, że bycie osobą starszą nie jest jedynie stanem obiektywnym, ale przede wszystkim

pozycją społeczną, wobec której jednostki przyjmują określony stosunek – dystansują się, reinterpretują ją lub próbują kształtować na własnych zasadach. Postawy te, często nacechowane ambiwalencją, odsłaniają napięcie pomiędzy zewnętrznymi oczekiwaniami a wewnętrznym obrazem siebie. W konsekwencji starość staje się przestrzenią negocjowania znaczeń, w której tożsamość społeczna nie opiera się na gotowych definicjach ani narzuconych kategoriach, lecz na codziennych praktykach i indywidualnych sposobach odpowiadania na społeczne ramy. To właśnie w procesie przesuwania i redefiniowania tych granic ujawnia się dynamiczne konstruowanie tożsamości społecznej osób starszych.

5.3.4. Podsumowanie

Podsumowując wymiar relacji ze światem społecznym, dostrzec można zróżnicowane sposoby funkcjonowania osób starszych wobec otoczenia. W ich wypowiedziach ujawniają się rozmaite strategie – od akceptacji i dystansowania się, po próby redefiniowania starości w odpowiedzi na społeczne oczekiwania i normy. Sposób, w jaki mówią o sobie, o swoim miejscu i o otoczeniu, nie układa się w jednolitą narrację, lecz tworzy szerokie spektrum postaw, doświadczeń i interpretacji. Analiza pokazuje, że relacje osób starszych ze światem społecznym są wielowymiarowe, niejednoznaczne i pozbawione jednego dominującego wzorca rozumienia siebie. Starość jawi się w tym kontekście jako przestrzeń negocjacji, w której jednostki podejmują wysiłek wypracowania własnych sposobów istnienia w społeczeństwie – czasem w zgodzie z obowiązującymi normami, innym razem w wyraźnej opozycji wobec nich.

Temat oddziaływania społecznej ramy pokazuje, że badani konfrontują się z narzucanymi z zewnątrz wyobrażeniami na temat starości. Doświadczają niezgody wobec przypisywanych im ról i ograniczeń, ujawniając napięcie między społecznym postrzeganiem własnym obrazem siebie. W ich wypowiedziach widać, że ramy starości nie są przyjmowane bezrefleksyjnie – pojawiają się głosy sprzeciwu, ironii i potrzeba redefinicji. Jednocześnie badani pozostają świadomi, że funkcjonują w strukturze społecznej, która nadal silnie porządkuje, wartościuje i naznacza starość. W konsekwencji, starość ukazuje się tu nie tylko jako doświadczenie jednostkowe, ale także jako obszar wyraźnej rozbieżności między społecznymi oczekiwaniami a poczuciem siebie, a więc jako przestrzeń, w której kształtuje się i negocjuje tożsamość społeczna osób starszych.

W temacie siły języka naznaczania centralnym zagadnieniem okazuje się zarówno sposób mówienia o starości, jak i społeczne mechanizmy etykietowania i klasyfikowania. Wypowiedzi badanych ujawniają, że język używany do opisywania osób starszych rzadko

bywa przez nich tak samo przyjmowany i często niesie ze sobą ukryte wartościowania oraz ustanawia społeczne granice. To właśnie poprzez język tworzone są obrazy starości, które można wzmacniać lub osłabiać w zależności od przyjętej formy. Jednocześnie nie istnieje jeden wspólny, społecznie akceptowany sposób mówienia o starości – każda forma językowa okazuje się potencjalnie problematyczna, niewystarczająca lub nacechowana. W rezultacie język jawi się jako przestrzeń ciągłego napięcia i negocjacji, w której tożsamość społeczna osób starszych jest kształtowana, kwestionowana lub odzyskiwana.

Ostatni temat – przesuwanie granic oczekiwań – dotyczy refleksji badanych nad własnym miejscem w społeczeństwie oraz nad ich silną potrzebą bycia traktowanym na równi z innymi grupami wiekowymi. Równocześnie wybrzmiewa w nim pragnienie społecznego uznania i widzialności, rozumianej jako dostrzeganie i respektowanie osób starszych w roli pełnoprawnych uczestników życia zbiorowego, niezależnie od wieku. Aktywność nabiera w tym kontekście wiele znaczeń: bywa sposobem utrzymania sprawczości, odpowiedzią na niepokój związany z przemijaniem, ale też narzędziem podtrzymywania relacji i negocjowania własnej roli w zmieniającym się świecie. Wszystkie te działania – niezależnie od formy – pokazują, że tożsamość społeczna osób starszych nie jest ustalona raz na zawsze, lecz przyjmuje kształt nieustannie negocjowanego układu z otoczeniem. Przesuwanie granic staje się tu sposobem jej aktualizowania i podtrzymywania: poprzez wybory, decyzje, język oraz świadome zajmowanie miejsca we wspólnej przestrzeni społecznej.

Wszystkie tematy wyodrębnione w wymiarze relacji ze światem społecznym pokazują, że współczesna starość nie poddaje się prostemu podporządkowaniu społecznym oczekiwaniom, lecz staje się aktywnym procesem negocjowania swojego miejsca w przestrzeni społecznej. Świadomość stereotypów, ograniczających schematów i językowych etykiet pozwala nie tylko je rozpoznawać, ale także podejmować różnorodne strategie ich przekształcania, obchodzenia czy redefiniowania. W relacjach ze światem zewnętrznym osoby starsze podejmują próbę uzgodnienia swojej tożsamości z otoczeniem społecznym z różnym poziomem zaangażowania i emocjonalnej intensywności. Niezależnie od obranej ścieżki, sednem tych działań jest społeczna negocjacja tego, czym starość jest, jak może być postrzegana i jak chcą w niej funkcjonować. W tym sensie osoby starsze stają się nie tylko uczestnikami rzeczywistości społecznej, ale również jej współtwórcami.

W kontekście postawionych pytań badawczych analiza zgromadzonego materiału empirycznego pozwoliła uchwycić różnorodne sposoby, w jakie osoby starsze przeżywają swoją starość w wymiarze społecznym. Ich doświadczenia są dalekie od jednorodności –

ukazują się raczej jako nieustanne negocjacje pozycji, znaczeń i strategii wobec społecznych norm, ról i wyobrażeń na temat starości. Widać także wyraźnie, że przypisywane starości znaczenia są głęboko zindywidualizowane, ale jednocześnie silnie osadzone w kontekście społecznym, pojawia się także świadoma refleksja nad tym, czym starość jest.

Na pytanie, kto lub co kształtuje wiedzę i wyobrażenia o starości, odpowiedzi wskazują przede wszystkim na uwewnętrznione przekonania społeczne, a także na sygnały płynące z otoczenia – codzienny język, obowiązujące normy i reakcje społeczne wobec osób starszych. To właśnie w relacji ze społeczeństwem – w codziennym byciu w świecie społecznym – ujawnia się świadomość, że starość jest także konstruktem społecznym, który można reinterpreterować lub podważać.

Wreszcie, w odniesieniu do pytania jak osoby starsze reagują na społeczne oczekiwania związane z wiekiem, ujawnia się szerokie spektrum postaw: od wpisywania się w dominujące schematy aktywnej starości, przez krytyczny dystans, aż po zgodę czy sprzeciw. W tym sensie badani aktywnie się wobec nich pozycjonują czasem je przyjmując, innym razem przekształcając lub odrzucając.

Rozdział VI. Konstruowanie tożsamości społecznej osób starszych – wnioski z badań i dyskusja

W przeprowadzonej analizie materiału empirycznego skoncentrowałam się na znaczeniach starości istotnych dla kształtowania tożsamości społecznej osób starszych. Systematyzowałam treści i interpretacyjnie wydobywałam sensy obecne w wypowiedziach badanych. Zastosowany trójwymiarowy podział, odnoszący się do relacji ze sobą, z innymi oraz ze światem społecznym, pozwolił w uporządkowany sposób zaprezentować różnorodność doświadczeń starości, pełniąc jednocześnie funkcję ramy odniesienia. Umożliwił konceptualne ułożenie tych doświadczeń w trzech zasadniczych obszarach: wewnętrznego przeżywania, relacji z najbliższym otoczeniem oraz funkcjonowania w szerszym kontekście społecznym.

Przyjęty układ odpowiadał nie tylko strukturze przeprowadzonych wywiadów, lecz także dynamice samego procesu starzenia się, pozwalał uchwycić różne perspektywy, z których konstruowana jest tożsamość społeczna. Tym samym stał się narzędziem nie tylko analitycznym, ale również poznawczym – sposobem patrzenia umożliwiającym rozumienie tożsamości społecznej jako procesu zachodzącego pomiędzy indywidualnym doświadczeniem, relacjami interpersonalnymi a społecznymi strukturami znaczeń.

Wymiar relacji z samym sobą pokazał, że nie jest ona prostym odbiciem społecznych klasyfikacji. Ważny jest tu wewnętrzny dialog towarzyszący procesowi starzenia się – tożsamość społeczna powstaje z napięcia między autoidentyfikacją i autorefleksją a społeczną ramą starości. Samookreślenie i wewnętrzna praca nad znaczeniem starości stają się fundamentem tego, jak osoby starsze lokują się w świecie społecznym.

Wymiar relacji z innymi podkreślił relacyjny charakter tożsamości społecznej. Satysfakcjonujące więzi społeczne stanowią zasób w starości, a bycie wśród ludzi okazuje się źródłem sensu. Jednocześnie badani pragną realizować przypisane im role w sposób indywidualny, nie ograniczając się jedynie do ich tradycyjnych form. Relacje i społeczne uznanie więc to zasoby, ale zarazem przestrzeń poszukiwania autonomii i podmiotowości.

Wymiar relacji ze światem społecznym dowiódł, że tożsamość w starości kształtuje się w odniesieniu do utrwalonych wyobrażeń społecznych. Badani rozpoznają presję normatywną określającą, jak „powinna wyglądać” dobra starość – lecz reagują na nią w różny sposób. Widać tu także mechanizm sprzężenia zwrotnego: osoby starsze nie tylko

doświadczają siły struktury społecznej, ale poprzez swoje działania i narracje współtworzą nowe obrazy starości.

We wszystkich trzech wymiarach starość ukazuje się zatem jako doświadczenie, w którym tożsamość społeczna nieustannie podlega procesowi negocjowania. Ustalenia te prowadzą do ostatniego etapu pracy – sformułowania wniosków najważniejszych z perspektywy celu badania, a więc uchwycenia, w jaki sposób osoby starsze konstruują swoją tożsamość społeczną wobec zmieniających się współcześnie znaczeń starości.

Proces negocjowania rozumiem jako aktywny i refleksyjny udział badanych w ustalaniu, kwestionowaniu czy redefiniowaniu znaczeń przypisywanych starości. Obejmuje on zarówno role i normy społeczne, jak również sposoby autoprezentacji oraz przeżywania siebie w roli osoby starszej. To właśnie ten proces spaja wszystkie wcześniejsze wymiary, przekracza ich granice i organizuje znaczenia wyłonię w interpretacji wypowiedzi badanych, odnosząc je do strategii konstruowania siebie w starości. Prezentacja wniosków stanowi próbę syntetycznego przedstawienia tego, co z przeprowadzonej interpretacji może wynikać dla obecnego obrazu tożsamości społecznej osób starszych.

W kontekście założeń konstrukcjonizmu społecznego tożsamość jednostki jest zawsze osadzona w świecie społecznym – powstaje poprzez internalizację społecznych definicji rzeczywistości oraz jest wytwarzana, potwierdzana i podtrzymywana przez innych, w ramach dialektycznego procesu współtworzenia rzeczywistości między jednostką a jej otoczeniem społecznym (Berger & Luckmann, 2010). Starość staje się w tym ujęciu obszarem wzajemnego ustalania znaczeń, ról i wyobrażeń – kształtowanych poprzez język, działania oraz sposoby opowiadania o sobie – w odpowiedzi na relacje z innymi, normy społeczne i kulturowe obrazy starości. W tym właśnie kontekście często ujawnia się „problem spójności” (Berger & Luckmann, 2010, s. 220) – napięcie pomiędzy subiektywnym obrazem siebie a społeczną definicją jednostki. Ten aspekt pojawia się, gdy jednostka konfrontuje się z komunikatami społecznymi na temat starości, które pozostają niezgodne z jej własnym doświadczeniem i tożsamościowym obrazem siebie. Tożsamość społeczna nie jest zatem trwałą cechą jednostki, ale procesem relacyjnym, kształtowanym na styku osobistych doświadczeń, refleksji i społecznych interakcji, w którym kulturowe wzorce i społeczne definicje starości odgrywają istotną rolę. Jak podkreślają P. Berger i T. Luckmann, „rzeczywistość subiektywna zawsze zależy od określonych postaw społecznych i społecznych procesów potrzebnych do jej utrzymania” (Berger & Luckmann, 2010, s. 225). Jednostka może wprowadzić podejmować działania zmierzające do redefinicji własnej tożsamości, jednak zawsze czyni to w odniesieniu do otoczenia społecznego, które

podtrzymuje określone normy, role i wyobrażenia. Próby zmiany tego obrazu – poprzez modyfikację relacji społecznych lub redefinicję rzeczywistości – odbywają się w ramach sprzężenia zwrotnego: jednostka internalizuje otoczenie, ale też na nie oddziałuje, współtworząc znaczenia bliższe jej własnym oczekiwaniom. Ten świadomościowy charakter wskazuje, zdaniem I. Machaj, na twórczy potencjał tożsamości społecznej – jednostka nie tylko podlega wpływowi społecznemu, ale również może ją aktywnie przekształcać i reinterpretować – „to obraz siebie malowany kulturowymi farbami, które to barwy są autorsko dobrane przez jednostkę”(Machaj, 2017). W kontekście tożsamości społecznej osób starszych istotne okazuje się jeszcze inne spostrzeżenie I. Machaj – nie wszystkie sytuacje w jednakowym stopniu uruchamiają pytania o tożsamość, lecz istnieją takie, które czynią je szczególnie natarczywymi. W przypadku osób starszych są to przede wszystkim momenty przekroczenia granic dotychczasowych ról społecznych – przejście na emeryturę, doświadczenie pogarszającego się zdrowia, utrata bliskich czy konfrontacja ze stereotypami starości. To właśnie wtedy ujawniać się może „nieadekwatność pojmowania siebie wobec danych okoliczności” (Machaj, 2017, s. 24), co wymusza rekonstrukcję tożsamości. Autorka zaznacza, że im bardziej sytuacja jest nieprzewidywalna i kłopotliwa, tym silniej jednostka doświadcza potrzeby redefinicji siebie. W starości takie momenty stają się szczególnie istotne, ponieważ to w nich najsilniej uwidaczniają się napięcia między dotychczasowym obrazem „ja” a społecznymi oczekiwaniami wobec osoby starszej.

W części teoretycznej rozprawy omówiłam strategie tożsamościowe w ujęciu teorii społecznej tożsamości H. Tajfela i J. Turnera (1986), podkreślając ich znaczenie dla analizy procesów kształtowania tożsamości grupowej. Na etapie formułowania wniosków teoria ta nie stanowi jednak bezpośredniego źródła rozstrzygnięć, ale pełni funkcję ramę konceptualnej, pozwalającej na wyodrębnienie i interpretację sposobów, w jakie osoby starsze negocjują swoją tożsamość społeczną – definiują siebie i swoją grupę wobec społecznych znaczeń przypisywanych starości.

Tło dla strategii tożsamościowych podejmowanych przez osoby starsze stanowią współwystępujące w dyskursie społecznym i kulturowym obrazy starości. Z jednej strony utrzymuje się tradycyjne podejście, zgodnie z którym starzenie się postrzegane jest jako proces nieuchronnych strat obejmujących spadek sprawności fizycznej i psychicznej, społecznego znaczenia, izolację społeczną oraz zbliżającą się śmierć. Tego rodzaju obraz często wiąże się z poczuciem bierności, bezużyteczności, marginalizacji, a w konsekwencji społecznego wykluczenia. Z drugiej strony coraz większą obecność zyskują alternatywne ujęcia, te eksponujące tzw. „jaśniejszą stronę życia seniorów”. Podkreślają one znaczenie

aktywności, samodzielności, zachowania autonomii oraz budowania zasobów psychofizycznych i społecznych, nawet mimo postępującego wieku (Błachnio & Maliszewski, 2014). Ta rozbieżność bezpośrednio wpływa na status społeczny kategorii osób starszych. Negatywny obraz tej grupy obniża jej pozycję w hierarchii, a sama przynależność może osłabiać wizerunek jednostki, status społeczny jest ściśle powiązany ze społecznym szacunkiem (Machaj, 2017; Kotlarska-Michalska, 2009). Jak zauważa M. Biling, nie tylko sposób, w jaki jednostka kategoryzuje siebie, ale także społeczny stosunek do samej kategorii, determinuje sposób identyfikowania się z nią i jej przeżywania (Biling, 1999, s. 68, za: Szacki, 2004, s. 31). Wobec tego dążenie do utrzymania pozytywnej tożsamości i wysokiego statusu własnej grupy nie zawsze wiąże się z pełną identyfikacją – w przypadku osób starszych może występować niespójność między społeczną kategoryzacją a ich autokategoryzacją, gdy przynależność do tej kategorii nie jest internalizowana jako istotny element własnego „ja” (Trepte & Loy, 2017).

Kategorie wiekowe charakteryzują się większą niejednoznacznością niż większość innych form przynależności do grup społecznych, co sprawia, że w większym stopniu podlegają one kontekstowej i społecznej negocjacji. Granice między grupami wiekowymi można postrzegać jako raczej miękkie i otwarte, choć – jak zauważają Harwood i in. – ich przepuszczalność nie jest bezwarunkowa. W przypadku wieku starszego jest ona w istocie jednostronna: przejście z kategorii osoby starszej do kategorii młodszej jest społecznie znacznie trudniejsze niż odwrotnie (Harwood i in., 1995). Kategoryzacja społeczna do grupy osób starszych opiera się przy tym najczęściej na wieku metrykalnym oraz towarzyszącym mu społecznym wyobrażeniach, z którymi większość badanych się nie utożsamia. W ich przypadku nie dochodzi więc do internalizacji tej przynależności jako istotnego elementu własnej tożsamości, a pozostaje ona jedynie na poziomie etykiety społecznej. To rozszczepienie pomiędzy społeczną klasyfikacją a indywidualną autodefinicją sprawia, że jednostki choć są traktowane jak osoby starsze, same nie przyjmują tej roli jako własnej (Synak 2000; Szatur-Jaworska i in., 2006). W odpowiedzi uczestnicy badani podejmują rozmaite strategie zarządzania własnym miejscem w grupie osób starszych, które pozwalają na takie ukształtowanie tożsamości społecznej, aby była zgodna z ich subiektywnym doświadczeniem i umożliwiała zachowanie poczucia wartości. Pojawiały się również przypadki bezwarunkowej akceptacji przynależności, możliwe wtedy, gdy kategoria ta nie była postrzegana przez badanych jako deprecjonująca, a tym samym nie zagrażała ich pozytywnej tożsamości społecznej (Tajfel & Turner, 1986).

W świetle powyższych rozważań można wskazać kilka charakterystycznych strategii tożsamościowych podejmowanych przez badanych. Dla ich egzemplifikacji przywołałam fragmenty wypowiedzi, pochodzące z wywiadów, które wykorzystałam jako punkt wyjścia do ich analizy.

6.1. „Starość? To mnie nie dotyczy”

Większość badanych, choć akceptuje starość jako naturalny etap życia, postrzega ją raczej jako rozciągnięty w czasie proces, którego znaczenie można samodzielnie interpretować. Podkreślają przy tym, że ani osiągnięcie określonego wieku metrykalnego, ani moment przejścia na emeryturę nie oznacza automatycznego włączenia siebie do kategorii osób starszych. W ten sposób jednoznacznie kwestionowali arbitralność społecznych klasyfikacji wieku, wskazując, że jest on przede wszystkim konstruktem społecznym. To podejście przekładało się na konkretne strategie wobec przynależności wiekowej. Pierwsza dotyczy wyraźnego, choć nie zawsze całkowitego, dystansowania się od tej kategorii. W wypowiedziach badanych pojawia się przekonanie, że choć otoczenie postrzega ich jako osoby starsze, oni sami nie przyjmują tego przypisania. Podkreślali, że ich codzienne życie, aktywność i sposób postrzegania siebie nie uległy zmianie wraz z osiągnięciem określonego wieku, a społecznie utrwalone obrazy starości były – w ich odczuciu – niezgodne z indywidualnym doświadczeniem. Dlatego nie tylko nie czuli się starsi, ale także nie chcieli się nimi stać, dystansując się od kategorii obciążonej negatywnymi skojarzeniami. W takim podejściu można dostrzec działania tożsamościowe zbliżone do symbolicznego wariantu mobilności indywidualnej (Trepte & Loy, 2017), polegającej na psychologicznym oddzieleniu się od negatywnie postrzeganej kategorii – w tym przypadku poprzez odrzucenie społecznych identyfikacji starości w celu zachowania pozytywnego obrazu siebie. Jak wskazują J. Harwood i in., w warunkach kulturowego narzucania tożsamości osoby starszej, jedną z naturalnych reakcji jednostki może być potwierdzanie lub rekonstruowanie bardziej młodzieńczej tożsamości. Przejawia się to m.in. w świadomym unikaniu atrybutów przypisywanych starości – takich jak laska, aparat słuchowy, czy korzystanie ze zniżek dla seniorów. W szerszym ujęciu obejmuje to także wykorzystywanie dostępnych strategii podtrzymywania lub odzyskiwania młodzieńczego wizerunku poprzez odpowiedni ubiór, makijaż czy farbowanie włosów (Harwood i in., 1995). Podobnego zdania są K. Gergen i M. Gergen, którzy określają to zjawisko jako najbardziej rozpowszechnioną strategię rekonstrukcji wieku – strategię „wiecznej młodości”

(*eternal youth*). Opiera się ona na dychotomicznym podziale „młody – stary”, w którym młodość cieszy się społeczną przewagą, a starzejące się ciało staje się głównym obiektem działań rekonstrukcyjnych, będących wyrazem „odmowy cichego zamknięcia w mroku starości” (Gergen & Gergen, 2000, s. 185 – 287). Autorzy, za Ch. Longino, przywołują pojęcie „pełzającej młodości” (*youth creep*), rozumianej jako stopniowe przesuwanie granic młodości ku coraz starszym grupom wiekowym. W efekcie „osoby stare wydają się coraz młodsze z każdą dekadą – dzisiejsi ‘starsi starzy’ przypominają młodszych starych sprzed kilkudziesięciu lat” (Longino, za: Gergen & Gergen, 2000, s. 286). Zjawisko „wymazywania wieku” – zdaniem badaczy – jest wspierane m.in. przez przynoszący ogromne zyski przemysł medyczny i kosmetyczny, co sprawia, że grono ekonomicznych interesariuszy tego procesu systematycznie się powiększa. Tendencja ta może prowadzić do rozwoju gerofobii, czyli lęku przed starością, określanej również mianem „choroby psychokulturowej” (Gergen & Gergen, 2000). Badacze dostrzegają jednak także bardziej pozytywną odsłonę tego zjawiska – nową wariację na temat poszukiwania „wiecznej młodości”, określaną jako „starzenie się glamour” (*glamour aging*). Polega ona nie na naśladowaniu młodych, lecz na reinterpretacji wieku poprzez wykorzystanie elementów tradycyjnego kanonu „glamour”, takich jak siwe włosy czy dojrzałe, atrakcyjne twarze prezentowane w reklamach towarów luksusowych. Ich zdaniem „potencjał do rekonstrukcji oznak starości jako piękna jest znaczący” (Gergen & Gergen, 2000, s. 290). Oznacza to, że zmieniające się znaczenia starości mogą sprzyjać jej redefinicji nie tylko jako obciążenia, lecz także jako potencjalnego źródła pozytywnej tożsamości społecznej.

Druga, częściej obecna wśród uczestników badania, strategia negocjowania przynależności do kategorii osób starszych polega na przesuwaniu jej granicy – czyli redefinicji początku starości w taki sposób, by moment wejścia do tej kategorii pozostawał zgodny z indywidualnym poczuciem wieku i osobistą perspektywą. Badani wskazują, że starość zaczyna się dopiero wtedy, gdy pojawiają się subiektywnie odczuwane oznaki, takie jak niepokojące sygnały ze strony ciała, utrata sprawności, zwłaszcza mentalnej, rosnąca zależność od innych, bierność, poczucie wycofania z życia czy osłabienie wewnętrznej motywacji. Kryteria te nawiązywały często do kulturowo utrwalonych, niekiedy stereotypowych wyobrażeń starości. Tego rodzaju podejście wskazuje na potrzebę zachowania kontroli nad procesem autoidentyfikacji – badani podkreślają, że sami chcą zdecydować, kiedy uznają się za osoby starsze. Jest to także forma odmowy przyjęcia etykiety narzuconej z zewnątrz, która w ich ocenie nie odpowiadała jednostkowemu doświadczeniu i wewnętrznemu poczuciu tożsamości. W rezultacie przynależność do grupy

osób starszych nie jest traktowana jako automatyczna konsekwencja wieku metrykalnego, lecz jako element indywidualnie kształtowanej tożsamości społecznej. Strategię przesuwania granicy starości, w rozumieniu teorii społecznej tożsamości, interpretować można jako przejaw kreatywności społecznej, w wersji zmiany kryterium porównań, polegającą na przekształceniu społecznie przyjętych wyznaczników przynależności (np. wieku metrykalnego) na subiektywnie definiowane oznaki starzenia się (Harwood i in., 1995). Wnioski te korespondują z wynikami badania „*Boomers and Beyond: Intergenerational Consumption and the Mature Imagination*” (Biggs i in., 2007), w którym analizowano znaczenie procesu starzenia się w kontekście tożsamości jednostki. Autorzy wskazują, że jedynie 30% badanych uznało swój aktualny wiek za istotny element ich tożsamości. Podobne wnioski przyniosła część jakościowa badania – uczestnicy podkreślali, że na obecnym etapie życia osiągnięty wiek nie odgrywa kluczowej roli w kształtowaniu poczucia siebie. Co więcej, niemal wszyscy badani deklarowali, że wewnątrznie czują się młodziej, niż wskazywałaby na to ich metryka.

Postawy uczestników badania wpisują się w szerszy kontekst współczesnego dyskursu o starości, który dostrzegalnie ulega zmianom. Ustalenia raportu Nationale-Nederlanden – „Długie jutro” (2023) dowodzą, że osoby aktywne zawodowo za próg starości uznają 76. rok życia, podczas gdy dla osób przebywających na emeryturze granica ta przesuwana się nawet do 83. roku życia. Dla porównania, w 2008 roku, według sondażu *Gazety Wyborczej*, próg ten określano znacznie wcześniej – na poziomie 60,4 lat dla kobiet i 62,5 lat dla mężczyzn (Pacewicz, 2008). Zarysowujący się wyraźnie trend potwierdza dostrzegalną w świadomości społecznej tendencję do redefiniowania granicy starości, co Z. Szarota określa mianem „mentalnościowego zjawiska przesuwania granicy starzenia się” (Szarota, 2023, s. 43). Nadrzędne znaczenie zatem w tym kontekście zyskuje autoidentyfikacja – to, kiedy jednostka sama zaczyna postrzegać siebie jako osobę starszą. Współczesna refleksja nad wiekiem (m.in. Bugajska, 2005; Dubas, 2013; Fabiś, 2018; Muszyński, 2020, Szarota, 2023) mocno akcentuje ten subiektywny, introspektywny wymiar starości. Podkreśla się także, że coraz częściej pojawia się opisowe definiowanie progu starości, program badawczy PolSenior (2007–2010) ujawnia, że to na konkretne symptomy wskazywały osoby starsze jako wyznaczniki początku starości: „nasilające się kłopoty ze zdrowiem” (55,9%), „postępująca zależność od innych” (49,5%) oraz „odczuwalna utrata sił” (46,2%) (Halicka, 2011). W kilku przypadkach badani wskazują jednak konkretny moment, który w ich ocenie wyznaczał początek starości – najczęściej był to 80. rok życia, traktowany jako symboliczna granica. Moment ten łączą przede wszystkim z pogarszającą

się kondycją psychofizyczną. Co istotne, nawet osoby, które przekroczyły ten próg wiekowy, nie postrzegają siebie jako „stare”, uzasadniając to zachowaną samodzielnością, aktywnością i niezależnością w codziennym funkcjonowaniu. To świadome „odraczanie” identyfikacji z kategorią osoby starszej wiąże się u nich z potrzebą zachowania ciągłości tożsamości i posiadanych kompetencji, zarówno tych społecznych, jak i zawodowych, które nadawały sens ich miejscu w świecie społecznym.

Badani nie zaprzeczają biologicznemu procesowi starzenia się i część z nich nie dyskutuje z ich przynależnością do kategorii osób starszych. Jednocześnie jednak starają się redefiniować te jej znaczenia, które postrzegają jako ograniczające, nieadekwatne i niespójne z ich rzeczywistymi doświadczeniami. Kategoria osoby starszej ma charakter redukcyjny – sprowadza jednostkę do jednej roli, pomijając wielość i różnorodność jej uczestnictwa w życiu społecznym. Taka klasyfikacja nie tylko nie odzwierciedla pełnego obrazu autoidentyfikacji badanych, ale też narzuca konieczność konfrontacji z nieakceptowanym wizerunkiem starości. W ten sposób wyłania się trzecia strategia – przyjmowanie tożsamości osoby starszej przy jednoczesnym przeformułowywaniu jej znaczeń tak, by były zgodne z indywidualnym doświadczeniem i poczuciem siebie. Tego rodzaju postawa może być odczytywana w kontekście spostrzeżeń A. Kleina, który opisuje trzy podstawowe konstrukty kształtujące relację między osobami starszymi a społeczeństwem, ujawniając tym samym mechanizmy ich społecznej dezaktywacji. Pierwszy z nich zakłada, że osoba starsza przestaje być postrzegana jako podmiot sprawczy (nosiciel), czyli ktoś, kto działa, decyduje, wpływa i podejmuje inicjatywę – „osoba dorosła przestaje być społecznie legitymizowana”. W drugim zostaje pozbawiona statusu opiekuna znaczeń (podtrzymującego), czyli roli społecznego interpretatora i przekaznika wartości – „osoba dorosła nie reprezentuje już wartości społecznych”. Trzeci konstrukt opiera się na przekonaniu, że osoba starsza nie jest już uznawana za strażnika wspólnoty (opiekuna) – kogoś odpowiedzialnego za kształtowanie i ochronę więzi społecznych oraz przekaz międzypokoleniowy – „osoba dorosła przestaje być postrzegana jako zdolna do opieki nad wspólnotą lub jej zachowania” (Klein, 2024, s. 647). Z perspektywy uczestników badania, działania te odczytywać można jako świadome i celowe podważanie podobnych marginalizujących konstruktywów dotyczących starości. Odwracają ich sens: zamiast utraty sprawczości – akcentują własną aktywność i autonomię, zamiast wycofania z roli interpretacyjnej – podkreślają wiedzę, doświadczenie życiowe i zdolność do samodzielnej oceny, zamiast utraty więzi ze wspólnotą – deklarują chęć uczestnictwa, wpływu i odpowiedzialności za otoczenie społeczne. Postawy te można rozumieć jako formę

balansowania pomiędzy różnymi przynależnościami, które wpisują się w strategię redefiniowania znaczeń przypisywanych starości, odpowiadającą strategii kreatywności społecznej w ujęciu teorii tożsamości społecznej (Trepte & Loy, 2017). Reinterpretując starość na własnych warunkach, badani nie tylko chronią swoją samoocenę, lecz także podejmują próbę rekonstrukcji jej społecznego obrazu – dążą do podniesienia statusu własnej grupy wiekowej oraz nadania starości bardziej pozytywnego znaczenia.

Analiza wypowiedzi uczestników badania ujawnia dwa powiązane warianty strategii przesuwania granic starości. Pierwszy dotyczy redefinicji momentu wejścia do kategorii osób starszych. Badani unikają przyjęcia tej tożsamości tak długo, jak to możliwe, zastępując społecznie przyjęte kryterium wieku własnymi, subiektywnie definiowanymi oznakami starzenia się i procesem autoidentyfikacji. W ujęciu teorii społecznej tożsamości jest to przykład kreatywności społecznej w postaci zmiany kryterium porównań (Trepte, 2006). Drugi wariant opierał się na zmianie znaczeń przypisywanych starości. Badani kwestionowali redukcyjny charakter kategorii „osoba starsza” i reinterpretowali ją na własnych warunkach, nadając jej cechy zgodne z ich doświadczeniem – takie jak aktywność, autonomia czy pełnia życia. Ten sposób działania wpisuje się w kreatywność społeczną rozumianą jako modyfikacja treści kategorii w celu ochrony samooceny oraz poprawy wizerunku grupy (Trepte, 2006). Jednocześnie strategie te można postrzegać jako formę oporu wobec społecznych wyobrażeń, które nie odzwierciedlają realnych doświadczeń badanych. Nie polegały one na zaprzeczaniu upływowi czasu, lecz na świadomej redefinicji jego znaczeń, tak aby samodzielnie decydować, kiedy i w jakim zakresie chcą identyfikować się jako osoby starsze. Badani nie odpowiadali biernie na oczekiwania związane z wiekiem, lecz podejmowali aktywne działania mające na celu określenie swojego miejsca w relacjach międzypokoleniowych (Biggs i in., 2007). W tym sensie strategia tożsamościowa oparta na przesuwaniu granic starości stanowi wyrazisty przykład procesu negocjowania tożsamości społecznej osób starszych – poprzez kontrolę nad momentem wejścia do tej kategorii oraz redefinicję jej treści na własnych warunkach.

6.2. „Nie mam pojęcia jak to nazwać...W każdym razie jest to czas podróży, twórczości, odkrywania. To jest czas odpoczywania pewnie od tej rutyny zawodowej”

Strategie przyjmowane przez badanych nie ograniczają się wyłącznie do opóźniania momentu przypisania siebie do kategorii osób starszych, lecz obejmują również próby jej redefinicji poprzez jej poszerzenie i wewnętrzne różnicowanie. Wypowiedzi uczestników badania pokazują, że starość postrzegana jest jako złożony proces, dzielony na liczne etapy. Taki sposób ujmowania tego okresu życia ułatwia im odnalezienie się w nim, sprzyja własnej autoidentyfikacji oraz pozwala zdystansować się od jego jednowymiarowego obrazu. Zbieżne obserwacje przedstawiają Harwood i in., wskazując, że choć społeczny podział na osoby młode i stare jest dobrze udokumentowany, to w praktyce jest on niewystarczający, zwłaszcza w odniesieniu do sposobów, w jakie ludzie kategoryzują samych siebie. Badania nad poznawczą reprezentacją cyklu życia pokazały, że osoby młode wyróżniają znacznie więcej niż trzy etapy życia, precyzyjnie różnicując te, które już przeszły. Można przypuszczać, że osoby starsze wyróżniają więcej faz życia i opisują je w sposób bardziej szczegółowy, co wynika z faktu, iż doświadczyły dłuższego odcinka życia (Harwood i in., 1995). Takie uszczegółowienie sprzyja konstruowaniu bardziej zniuansowanego obrazu starości oraz podważaniu jej jednowymiarowych, uproszczonych i negatywnych reprezentacji. Badani często odnoszą się do pojęcia „nowej starości” – etapu życia trudnego do jednoznacznego zdefiniowania, ale postrzeganego jako czas realizacji odkładanych wcześniej planów i podejmowania nowych aktywności, już bez ciężaru obowiązków rodzinnych i rutyny pracy zawodowej. Jest to także okres uczestnictwa w świecie społecznym na własnych zasadach. Dla osób wolnych od poważnych problemów zdrowotnych stanowi on rodzaj „czasu zyskanego”, otwierającego nową przestrzeń dla samorealizacji. Jednocześnie to właśnie stan zdrowia wskazywano jako główny czynnik mogący te możliwości istotnie zredukować. Dzisiejsza starość wygląda inaczej niż w przeszłości – jest dłuższa, zdrowsza i daje większe możliwości wyboru tego, jak chce się ją przeżywać. J. Angel i R. Settersten zauważają, że czynniki demograficzne, które doprowadziły do starzenia się społeczeństw – takie jak spadek śmiertelności, zachorowalności i dzietności – fundamentalnie zmieniły ludzkie doświadczenia i przebieg życia, umożliwiając jednocześnie jednostkom bycie starymi w zupełnie nowy sposób (Angel & Settersten, 2010). W ocenie uczestników badania przejście na emeryturę nabiera nowego sensu, wiążą je nie tylko z końcem aktywności zawodowej, ale przede wszystkim

z momentem dający poczucie wyzwolenia i stabilizacji, także dzięki zapewnieniu często umiarkowanego, ale jednak stałego zabezpieczenia finansowego. Z ich relacji wyłania się faza życia postrzegana jako pozytywny, aktywny etap, wypełniony realizacją odkładanych wcześniej planów, rozwijaniem zainteresowań, angażowaniem się w działania społeczne, wolontariat, podróże czy uczestnictwo w kulturze – rodzaj „wstępu” do starości, które unieważnia jej dotychczasowe, zwłaszcza te stereotypowe znaczenia. Podkreślają, że coraz częściej to okres wolny nie tylko od wielu ograniczeń zdrowotnych, ale także od społecznych oczekiwań i presji związanych z wcześniejszymi rolami, umożliwiającą im kształtowanie własnego stylu życia i siebie na nowo. Czas emerytury przestaje być zatem – jak pisał J. Szczepański – „bezdziejstwem”, a jawi się jako „zasłużony czas po latach pracy”, odzwierciedlający „drugi akt” życia lub jego „fazę bis” (Angel & Settersten, 2013). Skoro moment przejścia na emeryturę w odczuciu badanych przestaje wyznaczać granicę starości – co deklarują z pełnym przekonaniem, a wręcz przyjmują jako oczywistość – pojawia się nowy etap życia, zasilany innymi znaczeniami niż te, które dotychczas przypisywano starości. Otwiera się tym samym przestrzeń umożliwiająca przeżywanie tzw. „trzeciego wieku”.

Postawy badanych wpisują się w szerszą społeczną tendencję redefiniowania starości poprzez przesuwanie jej granic i akcentowanie dłuższego etapu życia po zakończeniu aktywności zawodowej, który nie jest jeszcze utożsamiany z ograniczeniami i zależnością. Jednocześnie pokazują potrzebę wyodrębniania nowych podetapów w obrębie samej kategorii starości. W tym kontekście na znaczeniu zyskuje koncepcja „trzeciego wieku”, a coraz wyraźniej rysuje się podział na dwa etapy starości – „trzeci” i „czwarty wiek”, odpowiadające odpowiednio starości niezależnej i zależnej (Dubas, 2016b). W stronę „czwartego wieku” przesuwane są znaczenia dotąd utożsamiane z ogólnym pojęciem starości (Angel & Settersten, 2013). Jak zauważa I. Taranowicz (2014, s. 17), „czynniki różnicujące sytuację sześćdziesięciolatków i osiemdziesięciolatków stają się ważniejsze niż ich podobieństwa” – osoby starsze przestają być postrzegane jako jednolita kategoria. Choć sami badani nie odwołują się wprost do pojęcia trzeciego wieku, ich wypowiedzi ujawniały postawy i znaczenia bliskie tej koncepcji. Strategię tę można interpretować jako przejaw kreatywności społecznej, wyrażającej się w zmianie treści kategorii osób starszych (Trepte, 2006). Polega ona na modyfikowaniu znaczeń przypisywanych starości poprzez wprowadzanie jej wewnętrznego zróżnicowania, podkreślanie pozytywnych aspektów wybranych etapów oraz wyraźne odróżnianie się od „czwartego wieku”, kojarzonego z zależnością, biernością i pogorszeniem kondycji zdrowotnej. W tym ujęciu „trzeci wiek”

pozostaje częścią starości, ale jest interpretowany jako jej pozytywny etap – czas aktywności, rozwoju i samorealizacji.

Ch. Gilleard i P. Higgs rozwijają koncepcję „trzeciego wieku” jako etapu życia po zakończeniu aktywności zawodowej, ukształtowanego w wyniku przemian kulturowych zachodzących w ponowoczesnych społeczeństwach zachodnich, w których wartości i style życia charakterystyczne dla młodości zyskały dominujące znaczenie (Gilleard & Higgs, 2005, za: Zalewska, 2006). W tym okresie jednostki zyskują możliwość ponownego kształtowania własnej tożsamości, niezależnie od dotychczasowych ról rodzinnych i zawodowych. „Trzeci wiek” stanowi zatem przestrzeń wolności – czas pomiędzy okresem pełnienia ról rodzicielskich i zawodowych a fazą niedołężności i śmierci” (Zamorska & Makuch, 2018, s. 34). W tym kontekście K. Gergen i M. Gergen, formułują kolejną rekonstrukcję starości, którą określają jako „ekspansję sybarycką” (*sybaritic expansion*). Jest to wizja starości akcentująca przyjemność płynącą z czasu wolnego oraz konsumpcyjne uczestnictwo w życiu społecznym, oparte w dużej mierze na sile ekonomicznej osób starszych. Jednocześnie, badacze zwracają uwagę, że zjawisko „trzeciego wieku” może przyczyniać się do przewartościowania dotychczasowych norm kulturowych w całym społeczeństwie. Wskazują, że współcześnie obserwuje się odchodzenie od tradycyjnego etosu pracy na rzecz wartości związanych z wolnym czasem, przyjemnością i samorealizacją. Okres emerytalny przestaje być więc postrzegany wyłącznie jako czas wycofania, a coraz częściej traktowany jest jako czas odzyskany – moment, w którym jednostka może skoncentrować się na sobie, rozwijać pasje i budować nowe formy tożsamości, niezależne od wcześniejszej aktywności zawodowej. W tym ujęciu „niepraca” jawi się jako wartość sama w sobie – nie brak produktywności, lecz źródło satysfakcji, przyjemności i autonomii, wolnej od poczucia winy (Gergen & Gergen, 2000). Starość przestaje być zatem definiowana wyłącznie przez deficyty, a zaczyna być postrzegana również jako czas wyboru. Koncepcja „*third ageismu*” zyskuje na znaczeniu jako nowa forma tożsamości i doświadczenia starości, przynosząca osobom starszym większą podmiotowość (Gilleard & Higgs, 2005). Dzięki temu mogą one przywłaszczać sobie nowy obraz samych siebie – jako ludzi posiadających przyszłość, ukierunkowaną na poprawę jakości i stylu życia. W rezultacie tradycyjna figura osoby starszej ustępuje miejsca nowej – dorosłemu w starszym wieku (Klein, 2024).

Zdaniem J. Zalewskiej „trzeci wiek” staje się dla polskich emerytów dominującym wzorcem kulturowym, a przynależność do niego – przedmiotem aspiracji. Choć w warstwie symbolicznej model ten zbieżny jest z zachodnimi wzorcami, jego uwarunkowania

są odmienne – zakorzenione w specyficznych, potransformacyjnych realiach społeczno-ekonomicznych (Zalewska, 2014). Czynniki te sprawiają, że formy jego manifestowania pozostają zróżnicowane i nierówne, a sam wzorzec wciąż znajduje się w procesie kształtowania i nie posiada jeszcze jednoznacznie wyodrębnionego, charakterystycznego dla polskiego kontekstu wymiaru. W polskim kontekście szczególnie wyraźne pozostają ograniczenia związane z możliwościami finansowymi, które warunkują styl spędzania czasu i zakres uczestnictwa w kulturze konsumpcyjnej. Pomijając jednak te obiektywne uwarunkowania, na poziomie postaw i przekonań jednostek dostrzegalna jest zmiana w takim postrzeganiu starości. Jej ślady ujawniają się w badaniach CBOS, które pokazują, że dopiero około 75. roku życia zaczyna przeważać, wśród osób starszych, przekonanie, iż „to, co najlepsze, już za nami”. Jednocześnie ponad 20% osób powyżej 78. roku życia pozostaje optymistycznych, wskazując, że „jeszcze wiele dobrego może ich spotkać” (CBOS, 2016). Wyniki te sugerują, że granica przejścia do tzw. „czwartego wieku” ulega przesunięciu, a osoby starsze zaczynają dostrzegać „trzeci wiek” jako odrębny etap z własnym potencjałem.

A. Klein analizuje potencjalne konsekwencje takiej wizji „starości-nie-starości”. Odwołuje się do koncepcji post-dorosłego (*post-adult*) i emergentnych tożsamości „trzeciego wieku”, które nie są jedynie kategorią wiekową, lecz także kulturowym doświadczeniem. W tym kontekście, jego zdaniem, pojawiają się nowe formy podmiotowości, wynikające z kilku istotnych procesów: konfrontacji transgeneracyjnej, w której „starsi dorośli” odmawiają utożsamiania się z wcześniejszymi pokoleniami starców i świadomie dystansują się od ich wizerunku; reorganizacji grup wiekowych, polegającej na zacieraniu się granic między młodzieżą, dorosłymi i osobami starszymi, gdzie każda z tych grup przejmuje cechy pozostałych, tworząc nowe, płynne i wymienne tożsamości; oraz utraty miejsca „starego” jako nosiciela „świętego słowa przodków”, co oznacza, że głos starszych traci status moralnego autorytetu i wzorca do naśladowania, a zanik pamięci przodków skutkuje utratą tradycyjnego etycznego odniesienia (Klein, 2024). W tym ujęciu, tradycyjna kategoria osób starszych ulega rozmyciu, zastępowana przez zróżnicowane i płynne formy tożsamości w późnym etapie życia.

Zdaniem K. Gergen i M. Gergen „trzeci wiek” wzmacnia potencjał samokonstrukcji jednostki – stwarza warunki do redefiniowania siebie i swojej pozycji społecznej, umożliwiając ponowne określenie ról i priorytetów w oderwaniu od dotychczasowych zobowiązań zawodowych i rodzinnych. Proces ten, choć otwierający nowe możliwości, nie przebiega jednak równomiernie i nie jest dostępny na tych samych zasadach dla wszystkich (Gergen & Gergen, 2000). Jak zauważają Ch. Gilleard i P. Higgs,

charakterystyczny dla tego modelu zwrot aksjologiczny – od etosu pracy ku wartościom związanym z wolnym czasem, przyjemnością i samorealizacją – wiąże się zarazem z rosnącą orientacją na konsumpcję i style życia, co prowadzić może do utowarowienia starości. W rezultacie promowany wzorzec „aktywnego seniora” często skupia się na wymiarze konsumpcyjnym, upraszczając złożoność doświadczenia starości i pomijając istniejące nierówności społeczne. Dostęp do tak rozumianego „trzeciego wieku” pozostaje bowiem selektywny i w dużej mierze uzależniony od poziomu dochodów, wykształcenia, stanu zdrowia oraz kapitału kulturowego jednostki (Gilleard & Higgs, 2022). Podobnie, S. Biggs nie odrzuca pozytywnej wizji starości, ale zwraca uwagę, że może ona pełnić funkcję ideologicznej maski, ukrywającej realne doświadczenia wielu osób starszych – takie jak ubóstwo, marginalizacja czy samotność. W tym sensie jego krytyka powierzchownych ujęć „trzeciego wieku” (np. hasła „jesteśmy tak młodzi, jak się czujemy”) podkreśla, że możliwość uczestnictwa w tym etapie życia nie jest dana wszystkim na równych zasadach (Biggs, 2018).

Uczestnicy badania wyraźnie wskazują, że w obrębie starości możliwe jest wyodrębnienie etapu, w którym nie trzeba jeszcze utożsamiać się z jej trudnymi doświadczeniami – zależnością, chorobą czy marginalizacją. Ten okres, często określany mianem „trzeciego wieku”, jawi się jako przestrzeń negocjowania i wzmacniania własnej tożsamości społecznej. Dzięki temu osoby starsze mogą tworzyć pozytywny obszar autoidentyfikacji, w którym aktywność, sprawczość i wolność od obowiązków zawodowych oraz rodzinnych stają się podstawą definiowania siebie i swojej grupy. Jednocześnie jednak takie rozumienie starości niesie ryzyko zawężania obrazu tego etapu w życiu – akcentuje pozytywne aspekty doświadczenia, pomijając sytuacje osób, które z różnych powodów nie mogą w pełni uczestniczyć w tej wizji. W tym sensie „trzeci wiek” może być traktowany zarówno jako narzędzie symbolicznego wzmocnienia pozycji grupy osób starszych, jak i zjawisko, które odsłania nierówności wewnątrz tej kategorii.

6.3. „Jak się przechodzi na emeryturę, to się nie ma czasu na starość, bo się bierze nogi za pas i szuka aktywności”

Zasadniczym elementem szeroko rozumianego zjawiska „trzeciego wieku” jest pojęcie aktywności, ujmowanej w najbardziej ogólnym sensie jako formuła uczestnictwa osób starszych w życiu społecznym – a więc sposób, w jaki wchodzi one w interakcje ze społeczeństwem (Carr & Manning, 2010). Współcześnie trudno wskazać kwestię silniej

zespoloną z doświadczeniem starości w kontekście rozważań o jej „dobrym” przeżywaniu, tak w jej jednostkowym, jak i społecznym wymiarze.

To właśnie wokół obszaru aktywności koncentruje się bogaty zestaw strategii negocjowania tożsamości społecznej osób starszych, wyłoniły w interpretacji ich doświadczeń i sposobów mówienia o starości. Aktywność okazuje się szczególnie istotnym zasobem tożsamościowym – umożliwia redefinicję starości w taki sposób, aby nie kojarzyła się z biernością czy wycofaniem, lecz z działaniem, sprawczością i uczestnictwem w życiu społecznym. Badani nadawali jej szerokie znaczenie: od ogólnego „bycia czynnym”, ciekawości świata i chęci uczenia się, po zaangażowanie w kulturę, twórczość, życie wspólnotowe czy codzienną rutynę, które dawały poczucie sprawczości i niezależności. W tym sensie aktywność była nie tylko codzienną praktyką, ale także sposobem symbolicznego wzmacniania pozytywnego obrazu własnej grupy i podtrzymywania poczucia wartości jednostki. Tak szeroko rozumiana okazała się w badaniu najistotniejszą przestrzenią negocjowania tożsamości społecznej osób starszych. Sama strategia redefiniowania jej znaczeń przybierała różne formy, które można uporządkować wokół trzech głównych pól: produktywności, sprawstwa oraz zaangażowania społecznego. Każde z nich odsłania nieco inny sposób, w jaki badani rekonstruowali znaczenia starości, jednak wszystkie składają się na tę samą strategię – tworzenia bardziej pozytywnego i zgodnego z doświadczeniem obrazu własnej przynależności do grupy osób starszych, a sama starość w takim ujęciu jawi się jako wielowymiarowa przestrzeń ich negocjowania.

Zasadniczo, z perspektywy teorii tożsamości społecznej (Tajfel & Turner, 1986) aktywność jako przestrzeń negocjowania tożsamości społecznej osób starszych można rozumieć dwojako: jako przejaw symbolicznej mobilności – badani, akcentując swoją aktywność, dystansowali się od negatywnych stereotypów starości związanych z biernością, wycofaniem czy zależnością. Dzięki temu mogli podtrzymywać pozytywny obraz siebie, „przesuwając się” mentalnie w stronę kategorii uznawanych społecznie za bardziej cenione, np. ludzi czynnych, zaangażowanych i ciekawych świata. W innym wydaniu aktywność była przykładem kreatywności społecznej – redefiniowania treści samej kategorii osób starszych poprzez nadawanie jej nowych znaczeń. W ten sposób aktywność stawiała się narzędziem nie tylko ochrony samooceny, lecz także podnoszenia statusu całej grupy osób starszych. (Tajfel & Turner, 1986) W ten sposób starość zostawała wewnętrznie zróżnicowana, a jej obraz uzupełniony o elementy pozwalające na budowanie pozytywnej autoidentyfikacji. Obok nich dostrzec można także bardziej zniuansowane strategie tożsamościowe. Pierwsza

z nich przyjmuje postać wewnątrzgrupowego porównania, stanowiącego szczególną odmianę kreatywności społecznej. Badani, określając siebie jako osoby aktywne i zaangażowane, odróżniają się od tych prowadzących nieaktywny, zamknięty styl życia. Tego rodzaju dystansowanie się wobec części własnej grupy pozwala im podtrzymywać pozytywną samoocenę oraz wzmacniało poczucie wartości, a zarazem podnosiło symboliczny status „aktywnych” osób starszych. Druga strategia ma charakter rywalizacji społecznej i odnosi się do działań ukierunkowanych na poprawę pozycji całej kategorii osób starszych w szerszym porządku społecznym. Jej przejawem jest zaangażowanie badanych w inicjatywy wspólnotowe i aktywności skierowane do innych seniorów, a także podejmowanie działań na rzecz wzmacniania widzialności grupy jako całości.

W relacjach badanych osób, aktywność w sposób naturalny wypełniała miejsce powstałe po przejściu na emeryturę. Postrzegano ją jako oczywisty odpowiednik wcześniejszej aktywności zawodowej – przedłużenie produktywności, lecz rozumianej już nie w kategoriach wkładu ekonomicznego, ale w szerszym sensie, obejmującym dbanie o relacje, troskę o kondycję fizyczną i psychiczną, rozwijanie zainteresowań czy po prostu satysfakcjonujące spędzanie wolnego czasu. W ten sposób badani przeciwstawiają się bierności, którą uznawali zarówno za społecznie nieakceptowaną, jak i obciążającą negatywnymi konotacjami całą kategorię osób starszych. Przejście na emeryturę nie było zatem równoznaczne z wycofaniem czy symbolicznym oddaniem pola społecznego. Wielu uczestników podkreśla, że lata pracy zawodowej, w trakcie których „oddali społeczeństwu, co należało”, zapewnia im teraz moralny i społeczny komfort realizowania innych form zaangażowania, które w dalszym mogą podtrzymywać ich status i poczucie wartości.

Wraz z zakończeniem aktywności zawodowej pojawia się potrzeba wypełnienia tej przestrzeni innymi formami działania, które stają się istotnym elementem codzienności osób starszych. To właśnie w tym kontekście aktywność, rozumiana szerzej jako uczestnictwo społeczne, twórczość czy samorealizacja, zaczyna pełnić rolę redefinicji samego pojęcia produktywności. W tradycyjnym rozumieniu była ściśle powiązana z wydajnością i zatrudnieniem jednostki, a wartość osoby utożsamiano z jej zdolnością do generowania dochodu. Tym samym przejście na emeryturę spychało osoby starsze na peryferia społeczne i obniżało ich status (Szatur-Jaworska & Szukalski, 2014). Obecnie jednak, wraz z rosnącą aktywnością osób starszych, coraz wyraźniej dostrzega się ograniczenia tak wąskiego, ekonomicznego pojmowania produktywności. W jej miejsce pojawia się szersza wizja produktywności społecznej, definiowanej jako „każda aktywność, która wytwarza dobra i usługi, niezależnie czy opłacana czy nie, włączając taką aktywność jak praca domowa,

opieka nad dziećmi, wolontariat, pomoc rodzinie i przyjaciołom” (Hinterlong i in., 2001, s. 7, za: Szatur-Jaworska & Szukalski, 2014, s. 8). Co więcej, zdaniem K. Gergen i M. Gergen współcześnie przeżywana starość coraz częściej wiąże się z różnorodnymi formami aktywności, skupionymi wokół spędzania wolnego czasu, odpoczynku i przyjemności. Osoby starsze zaczynają być postrzegane jako modele korzystania z tego czasu, a ich aktywność staje się coraz bardziej widoczna społecznie. W efekcie przestaje być traktowana jako zjawisko wyjątkowe i zaczyna funkcjonować jako jeden z wyraźnych sposobów definiowania starości. W połączeniu z intensywnymi zmianami społecznymi – takimi jak rosnące zainteresowanie zrównoważonym rozwojem – coraz wyraźniej dostrzega się, że praca nastawiona wyłącznie na zysk traci swoje dominujące znaczenie (Gergen & Gergen, 2000). Jak podkreślają badacze, nowo kształtujące się obrazy starości wpływają na społeczne hierarchie wartości: rośnie znaczenie relaksu, ekspresji cielesnej, uczestnictwa w naturze i życiu rodzinnym, podczas gdy praca sama w sobie stopniowo traci na wartości (Gergen & Gergen, 2000). W tym kontekście konieczne staje się ponowne zdefiniowanie produktywności, która przez długi czas była utożsamiana niemal wyłącznie z generowaniem dochodu. Współcześnie aktywność osób starszych rozumiana jako uczestnictwo w kulturze, wspólnotach czy rozwój osobisty zyskuje społeczną akceptację i może stać się także istotnym czynnikiem przewartościowania norm kulturowych.

Tendencja ta wpisuje się także w polską zmianę społecznego postrzegania pracy, której dotychczasowe, centralne miejsce zajmują obecnie wartości związane z rodziną, relacjami społecznymi, samorealizacją i troską o własny dobrostan. Jak wskazują dane Głównego Urzędu Statystycznego zawarte w ostatnim raporcie „Budżet czasu ludności”, w planach Polaków coraz rzadziej pojawia się wizja życia skoncentrowanego wokół obowiązków zawodowych. Na pierwszy plan wysuwa się chęć przeznaczenia większej ilości czasu na życie rodzinne i towarzyskie (42,05% ankietowanych), zwiększenie aktywności fizycznej w czasie wolnym (38,3%), spędzanie większej ilości czasu z dziećmi (33,7%) oraz rozwój osobisty poprzez naukę i samodoskonalenie (27,7%) (GUS, 2025). Jak zauważa I. Taranowicz, stopniowo zanika dychotomia pomiędzy produktywnym a nieproduktywnym etapem życia – aktywność zawodowa w procesie starzenia się przekształca się w szeroko rozumianą aktywność życiową, a dotychczasowa rola pracownika ewoluuje w rolę konsumenta (Taranowicz, 2014). Ma to szczególne znaczenie wobec faktu, że przez długi czas starość była utożsamiana z brakiem aktywności postrzeganej jako społecznie wartościowa (Łuszczzyńska, 2021). Rola konsumenta, powiązana z uczestnictwem w kulturze, turystyce, edukacji czy rynku dóbr i usług, pozwala osobom starszym

utrzymywać widzialność społeczną, podtrzymywać status oraz wpływać na gospodarkę i życie wspólnoty w sposób odmienny od tradycyjnie pojmowanej pracy zawodowej. P. Błędowski zaznacza, że styl życia osób starszych ulega obecnie wyraźnym przeobrażeniom, a jego główne wyznaczniki stanowią edukacja, konsumpcja i aktywność. Współczesne pokolenia wchodzące w okres starości cechuje wyższy poziom wykształcenia oraz korzystanie z wcześniej zdobytych umiejętności i nawyków – w tym swobodne posługiwanie się technologiami cyfrowymi czy mediami społecznościowymi. Wiedza ta nie ogranicza się jedynie do efektów edukacji formalnej, lecz rozwijała się także w trakcie aktywności zawodowej, a następnie była poszerzana po jej zakończeniu, m.in. poprzez uczestnictwo w zajęciach organizowanych w ramach uniwersytetów trzeciego wieku (Błędowski i in., 2021).

Współczesne przeobrażenia pojęcia produktywności w okresie starości przesuwają akcent z wymiaru ekonomicznego na społeczny, co trudno analizować w oderwaniu od koncepcji aktywnego starzenia się, w znacznym stopniu kształtującej sposób jej rozumienia. Utrzymywanie aktywności – w pracy zawodowej, wolontariacie, edukacji czy działalności obywatelskiej – staje się nową formą „produkowania” wartości zarówno dla jednostki, jak i dla społeczeństwa, redefiniując sens starości jako etapu pełnego możliwości, a nie wyłącznie czasu wycofania. Tak rozumiana aktywność zajmuje dziś centralne miejsce w społecznej wizji starości i stanowi rdzeń koncepcji aktywnego starzenia się. Idea ta, rozwinięta w odpowiedzi na rosnące potrzeby i oczekiwania osób starszych oraz konieczność przeciwdziałania ich marginalizacji (Walker, 2002), stała się fundamentem europejskiej polityki społecznej wobec starości, a zarazem ważnym zasobem w procesie konstruowania pozytywnej tożsamości społecznej seniorów.

Uczestnicy badania wskazywali aktywność jako kluczowy wyznacznik własnej pozycji i wartości społecznej, przy czym nadawali jej sens odmienny od tradycyjnie pojmowanej produktywności, redukowanej głównie do wymiaru ekonomicznego. W ich ujęciu aktywność obejmowała zarówno działania na rzecz innych, jak i dbałość o relacje, zdrowie, rozwój osobisty czy uczestnictwo w kulturze, a więc formy, które – choć niewymierne ekonomicznie – postrzegali jako równie istotny wkład w życie społeczne. Jednocześnie badani modyfikowali treść kategorii „osoba starsza”, nadając jej cechy aktywności i zaangażowania. W ten sposób zmiana rozumienia aktywności – od ekonomicznej produktywności ku szeroko pojmowanej produktywności społecznej – stawała się jednym z głównych narzędzi negocjowania tożsamości społecznej osób starszych.

W kontekście koncepcji aktywnego starzenia się B. Szatur-Jaworska i P. Szukalski wyróżnili trzy podejścia do aktywności osób starszych. Pierwsze łączy ją z produktywnością ekonomiczną, drugie akcentuje produktywność społeczną – podkreślając potrzebę umożliwienia jednostce pozostawania społecznie użyteczną jak najdłużej. W trzecim podejściu w centrum stawiana jest podmiotowość jednostki, powiązana „z poczuciem sprawstwa i przekonaniem o skuteczności własnego działania” (Szatur-Jaworska & Szukalski, 2014, s. 8). Badani wskazywali, że aktywność w starości stanowi dla nich sposób podtrzymywania poczucia sprawczości, wpływu na codzienność i autonomii w podejmowaniu decyzji. Podkreślali posiadane kompetencje, które – ich zdaniem – nie zanikają wraz z wiekiem, lecz pozostają ważnym zasobem. Zwracali uwagę na znaczenie godności oraz potrzebę zachowania niezależności, zwłaszcza w zakresie możliwości życia we własnym domu i zgodnie z własnymi wyborami. Jednocześnie wyrażali obawę przed zależnością od innych, traktowaną jako poważne zagrożenie dla ich dobrostanu. Wyniki te pozostają spójne z ustaleniami J. Halickiego, który dowodzi, że lęk przed zależnością istotnie obniża jakość życia osób starszych – zarówno w miastach, jak i na obszarach wiejskich (Halicki, 2010, s. 232). Podobne wnioski formułują również A. Fabiś (2018) oraz M. Muszyński (2024).

Uczestnicy badania, akcentując znaczenie sprawczości jako kluczowych elementów własnej tożsamości społecznej, przeciwstawiają się utrwalonym obrazom starości, w których osoby starsze przedstawiane są jako nieproduktywne, nieużyteczne i pozbawione zdolności do samodzielnego życia czy kontroli nad własnym losem – co w ujęciu M. Klein może wpisać się w proces deobywatelizacji (*de-citizenisation*) (Klein, 2024). Postawy badanych pozostają zbieżne także ze strategią rekonstrukcji starości zaproponowaną przez K. Gergen i M. Gergen, polegającą na „przywracaniu sprawczości” (*re-empowerment*), a rozumianej jako życie na własnych warunkach i utrzymywanie kontroli nad swoją codziennością. W praktyce oznacza to nie tylko dążenie osób starszych do niezależnego zamieszkiwania tak długo, jak to możliwe, ale również samodzielne decydowanie o sposobach organizacji opieki czy nawet o okolicznościach śmierci (Gergen & Gergen, 2000).

W szerszej perspektywie troska o zachowanie sprawczości i kontroli nad własnym życiem wiąże się z procesem przekształcania ról społecznych, które w starszym wieku ulegają zawężeniu lub ograniczeniu (Szatur-Jaworska, 2000; Szarota, 2010). Role są istotnym wyznacznikiem pozycji jednostki w społeczeństwie, a w przypadku osób starszych ich zakres bywa redukowany do wąskich, stereotypowych obszarów (Kotlarska-

Michalska, 2009). W okresie starości zawężanie możliwości jednostki pojawia się zarówno w sferze społecznej, jak i prywatnej. Dotyczy wyznaczania granic tego, jakie role „wypada” osobom starszym pełnić, co prowadzić może do ograniczania ich uczestnictwa w życiu społecznym. Przejawia się także w ograniczaniu przestrzeni samodzielnego decydowania o własnym losie, gdy instytucje, społeczności czy środowiska przywłaszczają sobie prawo do rozstrzygania o prawach seniorów. Takie działania mogą przybierać formę swoistego „zarządzania starością”, które nie docenia wiedzy, doświadczeń i zasobów osób starszych, a opiekę sprowadza do kontroli nad stylem życia i ingerencji w intymne sfery codzienności, często pod pozorem troski o bezpieczeństwo i jakość życia (Kotlarska-Michalska, 2014). Uczestnicy badania podważają stereotypowe wyobrażenia starości jako czasu wycofania i zależności, akcentując znaczenie sprawczości w reinterpretacji ról społecznych. Odwołują się przy tym do swoich kompetencji, doświadczeń i możliwości działania, nadając rolom nowe znaczenia zgodne z własnymi wartościami i celami. Tak pojmowana aktywność, będąca wyrazem samostanowienia, pozwala im zachować poczucie wartości i godności (Dubas, 2013), a zarazem przesuwając obraz osoby starszej z pozycji biernego odbiorcy ku roli podmiotowego uczestnika własnego życia i współtwórcy życia społecznego. Jak zauważają K. Gergen i M. Gergen, osoby starsze nie tylko podważają konwencjonalne wyobrażenia obecne w kulturze głównego nurtu, lecz także – co istotniejsze – tworzą własne znaczenia i własną przestrzeń kulturową. Badacze, przywołując refleksję S. Kaufman, podkreślają, że w dominującym dyskursie „właściwie nie istnieje żadna ceniona rola przypisana ludziom starym” (Kaufman, 1986, s. 95, za: Gergen & Gergen, 2000, s. 287). W takim ujęciu aktywność jest nie tylko kwestią indywidualnej wolności, ale także działaniem społecznym ukierunkowanym na przekształcanie dyskursu i kulturowych wzorców starości, a tym samym na zmianę warunków, w jakich kształtuje się tożsamość społeczna osób starszych. Istotnym aspektem tej przemiany jest rosnąca autonomia osób starszych w kształtowaniu sposobów realizacji ról oraz poszerzanie ich zakresu zgodnie z własnymi potrzebami, a nie wyłącznie w odpowiedzi na społeczne oczekiwania. Socjalizacja do roli osoby starszej przebiega dziś w odmiennych warunkach niż w przypadku wcześniejszych pokoleń, co uniemożliwia wskazanie jednego, ściśle określonego wzorca. Współczesne role społeczne tracą swój sztywny charakter, otwierając jednostce większe możliwości wyboru i działania. Jak zauważa S. Grotowska, starość nie jest obecnie w pełni zdeterminowana przez zewnętrzne wymagania czy ograniczenia, gdyż role stopniowo tracą swój charakterystyczny zakres odpowiedzialności, a wraz z nim tradycyjne znaczenia i funkcje (Grotowska, 2014). Tożsamość społeczna osób starszych nie jest więc definiowana przez

pełnione role – jak pisze M. Castells, „tożsamość organizuje sens, podczas gdy role organizują funkcje” (Castells, 2008, s. 23). Badani potwierdzają, że konfiguracja ról w okresie starości staje się bardziej elastyczna: część z nich zanika, inne można kontynuować, a kolejne przyjmować na nowo. To także rezultat intensywnych przemian samej natury starzenia się – „obok wizerunku ciepłej babci, pojawiają się aktywna seniorka czy spełniona emerytka (...), obok dni babci i dziadka coraz częściej słyszy się o paradach seniorów” (Młodziak, 2016, s. 63). Dotyczy to również ról silnie zakorzenionych kulturowo, takich jak rola babci czy dziadka, które podlegają przekształceniom i reinterpretacji. Coraz częściej ich scenariusze odchodzą od tradycyjnego wymiaru opiekuńczego, przyjmując formę towarzyszenia, wspierania i świadomego uczestnictwa w życiu wnuków, jak zauważa W. Godzic, „grupa starszych nie chce nic odebrać komukolwiek, ale czuje, że nie wypełniła jeszcze tej swojej staro-nowej roli. Roli polegającej nie na bawieniu wnuków, ale na analizowaniu przeszłości i teraźniejszości po to, żeby ta refleksja mogła cokolwiek pomóc w przyszłości dzieciom i wnukom” (Godzic, 2014, s. 60). Uczestnicy badania poszukują także nowych ról i znaczeń dla kategorii osoby starszej, takich jak mentor, ekspert, działacz społeczny czy twórca, aby wiązała się ona z poczuciem wartości i statusem. Przyjmowanie i realizowanie ról postrzeganych jako społecznie cenione sprzyja symbolicznemu podnoszeniu pozycji całej kategorii wiekowej, co można interpretować jako formę tożsamościowej pracy na rzecz poprawy wizerunku grupy osób starszych.

W zakresie redefinicji ról społecznych, badani zwracali uwagę także na zmianę języka, jakim opisywali siebie w kontekście starości. Modyfikowali stosowane określenia tak, aby lepiej oddawały ich doświadczenia, energię i sposób funkcjonowania – na przykład zastępowali „osobę starszą” czy „seniorkę” określeniem „silverka”. Taka zmiana nazewnictwa miała na celu nie tyle odrzucenie dotychczasowych określeń, ile dostosowanie ich do współczesnych realiów i wizerunku, z którym się utożsamiali. Był to sposób na przeformułowanie społecznych skojarzeń i wzmocnienie pozytywnego obrazu własnej grupy. Jak zauważają J. Harwood i in. wybór nowych określeń może być przejawem kreatywności społecznej w logice teorii społecznej tożsamości, polegającej na modyfikacji języka w taki sposób, by odzwierciedlał aktualne aspiracje i tożsamość osób starszych – kiedyś człowiek był stary, dzisiaj jest starszy (Harwood i in., 1995, s. 149). Język pełni pierwszoplanową rolę w negocjowaniu i utrwalaniu nowych obrazów starości, a tym samym w przekształcaniu społecznej rzeczywistości (Berger & Luckmann, 2010). Jak wskazują J. Holstein i J. Gubrium, istotnym zadaniem jest uchwycenie zróżnicowanych, subiektywnych znaczeń nadawanych kolejnym fazom i etapom życia. Pojawiające się nowe

określenia – takie jak „pokolenie kanapkowe” czy „starzy starzy” – wchodząc do języka potocznego, nie tylko odzwierciedlają doświadczenia jednostek, lecz także aktywnie współkształtują sposób społecznego postrzegania starzenia się (Holstein & Gubrium, 2007, s. 26). Potrzeba zmiany sposobu mówienia o starości, wyrażana przez uczestników badania, może być traktowana jako przejaw symbolicznej mobilności społecznej, przesuwającej granice grupowe w kierunku korzystniejszym dla jej członków i wzmacniającej podmiotowość osób starszych.

Uczestnicy badania wskazywali również, że aktywność nie jest wyłącznie narzędziem samorealizacji, lecz także obszarem odpowiedzialności społecznej. Osoby starsze – dysponujące czasem i doświadczeniem – wypełniają przestrzeń niezagospodarowaną przez młodsze pokolenia, przejmując odpowiedzialność za funkcjonowanie wspólnot lokalnych, inicjatywy społeczne czy pomoc rówieśniczą – wielu badanych angażuje się także w działania wewnątrzpokoleniowe, wspierając inne osoby starsze poprzez prowadzenie klubów seniora, zasiadanie w radach seniorów czy organizując na ich rzecz spontaniczne, oddolne inicjatywy. Udział w życiu społecznym staje się dla nich nie tylko sposobem na realizację własnych potrzeb, ale również wyrazem troski o grupę, w której funkcjonują oraz próbą podniesienia jej wartości w oczach otoczenia.

Rosnąca aktywność społeczna osób starszych, zdaniem P. Błędowskiego, potęguje ich zainteresowanie współczesnym światem, skłania do zajmowania stanowiska w sprawach uznawanych za ważne oraz sprzyja ujawnianiu potrzeb związanych zarówno z konsumpcją, jak i partycypacją społeczną. Wyraża się to m.in. działalnością obywatelską w ramach powstających gminnych i miejskich rad seniorów oraz poprzez aktywność organizacji seniorskich (Błędowski i in., 2021). W odniesieniu do teorii tożsamości społecznej można to odczytać jako formę strategii konkurencji społecznej, której celem jest bezpośrednie podniesienie pozycji grupy osób starszych w hierarchii społecznej poprzez zwiększenie jej widoczności, wpływu i udziału w procesach decyzyjnych. Działania te pozwalają osobom starszym kształtować wizerunek swojej grupy jako kompetentnej, odpowiedzialnej i aktywnej, co sprzyja umacnianiu jej statusu oraz przełamywaniu negatywnych stereotypów. Ponadto, dla osób zaangażowanych w działalność społeczną i obywatelską uczestnictwo w takich inicjatywach bywa sposobem realizacji osobistych aspiracji, a zarazem drogą do włączenia się w grupę o wyższym statusie społecznym, co – jak zauważa J. Harwood – może łagodzić niedogodności związane ze starszym wiekiem: „istnieje możliwość, że niedogodności związane ze starszym wiekiem mogą zostać złagodzone przez członkostwo w innej kategorii społecznej o wyższym statusie” (Harwood i in., 1995, s. 138).

W tym sensie pełnienie ról liderów czy reprezentantów swojej grupy przełamuje negatywne stereotypy, wzmacnia pozycję jednostki i całej grupy osób starszych w strukturze społecznej oraz daje satysfakcjonujące poczucie przynależności.

Działania wspólnotowe badanych wpisują się w szerszy trend narastającego zaangażowania społecznego osób starszych, widocznego w praktyce życia publicznego. K. Gergen i M. Gergen podkreślają, że osoby starsze posiadają potencjał do wzmacniania kapitału społecznego, a obrazy, wartości i formy aktywności związane z nowym rozumieniem starości mogą stanowić istotną odpowiedź na wyzwania związane z odbudową społeczeństwa obywatelskiego. Dysponując czasem, który może być wykorzystany na rzecz wspólnoty, osoby starsze – dzięki procesom „*re-empowermentu*” – zyskują poczucie kompetencji i kontroli nad własnym życiem. Wraz z przesunięciem w kierunku idei „*agelessness*” wzrasta ich poczucie vitalności i gotowości do działania (Gergen & Gergen, 2000). Wspomniany raport GUS dotyczący dysponowania czasem przez Polaków potwierdza tę tendencję – odsetek osób deklarujących gotowość do udzielania nieodpłatnej pomocy przekracza 10% wyłącznie w grupach wiekowych powyżej 45. roku życia, osiągając najwyższy poziom 12,9% wśród osób w wieku 55–64 lata (GUS, 2025). Warto zwrócić uwagę, że największy potencjał w zakresie tego typu aktywności ujawnia się wśród pokoleń znajdujących się w tzw. przedpolu starości, a więc tuż przed przekroczeniem obowiązującego społecznie progu tego etapu życia.

W oczach badanych aktywność jawi się nie tylko jako prawo, ale także jako swoisty mandat społeczny do pełnego uczestnictwa w życiu zbiorowym. Wyraźnie rysują się przy tym dwa powiązane wymiary. Po pierwsze, dokonują oni rozróżnienia w obrębie własnej grupy na osoby bierne oraz potrzebujące. Wobec pierwszych – których bierność interpretowana jest jako świadome wycofanie się z obowiązku uczestnictwa w życiu społecznym – badani wyraźnie się dystansują. Wobec drugich natomiast chętnie podejmują działania pomocowe i okazują wsparcie. „Nieaktywnych” starają się również zachęcać do większego zaangażowania, zwłaszcza wtedy, gdy w ich ocenie brak obiektywnych przeszkód, a rezygnacja z aktywności wynika przede wszystkim z decyzji jednostki. Jak zauważa A. Kotlarska-Michalska (2009), proces marginalizacji osób starszych w Polsce ma nietypowy charakter – przejawia się głównie w rezygnacji z pełnienia określonych ról społecznych oraz w przyjmowaniu ról niechcianych i społecznie deprecjonowanych. Zjawisko to dotyczy szczególnie osób dysponujących ograniczonymi zasobami – materialnymi, zdrowotnymi czy aspiracyjnymi – co istotnie zawęża ich możliwości samorealizacji i wpływu na własne życie. W tym kontekście należy więc podkreślić,

że doświadczenie starości nie ma charakteru jednorodnego, lecz pozostaje silnie zróżnicowane w zależności od dostępnych zasobów, sytuacji życiowej i indywidualnych wyborów. Uczestnicy badania wskazywali, że bierność postrzegana jako efekt osobistej decyzji, a nie obiektywnych ograniczeń, jest dla nich szczególnie trudna do zaakceptowania, gdyż ich zdaniem utrwała negatywne stereotypy starości. Tego rodzaju dystansowanie się od „dobrowolnej bierności” można interpretować w świetle jednego z wariantów kreatywności społecznej. Jak zauważają J. Harwood i in. (1995), może ono polegać na unikaniu porównań międzypokoleniowych i zastępowaniu ich porównaniami wewnątrzpokoleniowymi. Osoby starsze odnoszą się wówczas przede wszystkim do rówieśników znajdujących się w gorszej sytuacji finansowej, zdrowotnej czy społecznej, co pozwala im wzmacniać pozytywny obraz siebie, poprawiać poczucie dobrostanu i jednocześnie dystansować się od stereotypowego wizerunku starości jako czasu „nieuchronnego upadku” czy „przepaści śmierci” (Harwood i in., 1995). W ten sposób aktywne osoby starsze wzmacniają status całej grupy osób starszych, jednocześnie odcinają się od tych, którzy w ich ocenie na własne życzenie podtrzymują negatywne obrazy starości. Takie rozróżnienie pozwala im podtrzymywać pozytywny obraz siebie i poczucie satysfakcji we własnej tożsamości grupowej. W konsekwencji istnieje ryzyko, że aktywność stanie się wyznacznikiem nowej normy starości, która – choć ugruntowuje obraz aktywnej starości – jednocześnie marginalizuje inne formy jej przeżywania. Jeszcze inny punkt widzenia na ten aspekt przedstawia J. Halicki, analizując postawy prospołeczne osób starszych. Z jego badań wynika, że większość osób starszych aktywnie angażuje się przede wszystkim w życie rodziny, natomiast szersza aktywność prospołeczna – na rzecz wspólnoty czy społeczeństwa – odgrywa w ich życiu drugorzędną rolę. Jednocześnie, choć sami dostrzegają fakt odsuwania ich na margines życia społecznego, rzadko łączą go z własnym ograniczonym zaangażowaniem poza sferą rodzinną (Halicki, 2010, s. 231). W tym świetle aktywność jawi się nie tylko jako przestrzeń indywidualnego samorealizowania się, ale także jako warunek podtrzymywania więzi społecznych i przeciwdziałania marginalizacji.

Pozostawanie w głównym nurcie życia społecznego staje się zatem nie tylko wyrazem osobistych aspiracji, lecz także narzędziem kształtowania społecznego postrzegania starości i podnoszenia statusu własnej grupy. Aktywna obecność osób starszych w różnych sferach życia wspólnotowego pełni rolę katalizatora zmiany zbiorowych wyobrażeń, przesuując obraz starości z pozycji marginalnej ku centrum życia społecznego. Jak zauważa I. Taranowicz, taka postawa staje się podstawą społecznie oczekiwanego modelu starości: „Starość nie może być już bierna, wycofanie się w sferę

prywatną nie jest już społecznie wskazanym sposobem funkcjonowania osób starszych. Oznacza to również chęć uczenia się nowych rzeczy, akceptowanie nowości i dostosowywanie się do zmieniającego się środowiska” (Taranowicz, 2014, s. 20).

Model „dobrej starości” coraz częściej utożsamiany z aktywnym, ciekawym światem i zaangażowanym stylem życia, ma zabezpieczać dobrostan psychiczny, minimalizować ryzyko samotności i nadawać sens codzienności. Jednak w literaturze przedmiotu podkreśla się, że ideał ten nie jest powszechnie dostępny. Jego realizacja wymaga określonych zasobów: zdrowia, kapitału ekonomicznego i kulturowego oraz odpowiedniego wsparcia społecznego. W konsekwencji model „trzeciego wieku” i aktywnej starości pozostaje często klasowy, normatywny i selektywny (Synak, 2002; Czekanowski, 2012; Trafiałek, 2016). Dla wielu osób starszych – zwłaszcza kobiet, osób o niższym poziomie wykształcenia, samotnych czy mieszkających na wsi – starość wiąże się raczej z izolacją, ubóstwem i pogarszającym się zdrowiem niż z rozwojem pasji (Biggs, 2018). Tym samym aktywność, choć niesie potencjał emancypacyjny, może jednocześnie wzmacniać nierówności i wykluczać tych, którzy nie są w stanie sprostać jej wymaganiom. Wobec tego także koncepcja aktywnego starzenia się obarczona jest szeregiem poważnych ograniczeń. Po pierwsze, homogenizuje niezwykle zróżnicowaną grupę osób starszych, zakładając, że każda jednostka dysponuje „wysokim potencjałem”, który wystarczy uruchomić, aby mogła aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym. Po drugie, kreuje nową normę starzenia się – jeden wzorzec, którego wielu nie jest w stanie spełnić, w porównaniu z prototypowym „najlepszym seniorem” stawianym jako model do naśladowania. Po trzecie, odpowiedzialność za sukces lub – częściej – porażkę w sprostaniu tym oczekiwaniom zostaje przeniesiona na same osoby starsze, co prowadzić może do indywidualizacji kwestii zarówno dobrostanu osobistego, jak i dobra publicznego (Van Dyk i in., 2013). Podobne zastrzeżenia formułuje P. Szukalski (2016), zauważając, że aktywne starzenie się, rozumiane jako ucieczka przed nieatrakcyjną starością, przekłada się na wzmożoną, świadomą konsumpcję dóbr i usług, które w innym wypadku nie cieszyłyby się tak dużym popytem. W ten sposób „nowe starzenie się” napędza rozwój tzw. srebrnej gospodarki, ale równocześnie kreuje nadmiarowy rynek, w którym osoby starsze stają się przede wszystkim konsumentami określonego stylu życia (Szukalski, 2016). W koncepcji aktywnego starzenia się tkwi również pewne ryzyko. Choć atrakcyjna w swej retoryce i obiecująca gwarancję „dobrej starości” w wymiarze społecznym, może generować zjawisko „nowego ageizmu”, czyli jedynej społecznie akceptowanej drogi jej doświadczania (Biggs, 2018). Tymczasem wielu badaczy zwraca uwagę na alternatywne przejawy starzenia się, w których wycofanie

z życia społecznego stanowi świadomy wybór i sposób realizacji autentycznych potrzeb. K. Brataniec wskazuje, że samotność i bezczynność mogą stać się warunkiem osiągnięcia spokoju, szczęścia i rozwoju życia wewnętrznego (Brataniec, 2016, s. 199). W podobnym duchu A. Fabiś (2017) opisuje „starość oczekiwaną” jako czas dla siebie – okres bilansowania życia i refleksji nad przemijaniem – gdzie ograniczenie aktywności społecznej jawi się jako naturalna odpowiedź na presję „terroru aktywności”. Jeszcze mocniej ten wątek akcentuje A. A. Zych (2014), pytając, czy starość rozumiana jako czas stopniowego „umierania” – społecznego i biologicznego – nie jest najlepszym momentem na uporządkowanie spraw całego życia. Podobną perspektywę przyjmuje A. Szafranek, traktując dobrowolne ograniczanie uczestnictwa w życiu społecznym jako okazję do redefinicji sensu istnienia i pogłębiania duchowości (Szafranek 2016). Refleksje te w sposób systematyczny rozwija teoria gerotranscendencji L. Tornstama, akcentująca znaczenie duchowego rozwoju i poszukiwania sensu w procesie starzenia się. W tym ujęciu rezygnacja z dotychczasowych form aktywności może być postrzegana jako pozytywny krok w stronę naturalnego rozwoju (Tornstam, 2005, za: Timoszyk-Tomczak, 2017, s. 193).

Aktywność w życiu osób starszych pełni kilka powiązanych funkcji istotnych dla konstruowania tożsamości społecznej. Stanowi narzędzie podtrzymywania poczucia wartości i ciągłości – pozwala wykorzystywać wcześniej zdobyte kompetencje w nowych formach uczestnictwa oraz przeciwstawia się redukowaniu identyfikacji wyłącznie do roli osoby starszej. Jej szczególną odśłoną jest zaangażowanie społeczne i wspólnotowe, które wzmacnia poczucie użyteczności oraz umożliwia postrzeganie starości jako czasu współtworzenia życia zbiorowego. Aktywność ta ściśle łączy się z relacyjnością: badani podkreślali znaczenie więzi rodzinnych, przyjacielskich i rówieśniczych, które stanowią podstawowe źródło bezpieczeństwa emocjonalnego, przynależności i sensu. Wspólne działania – od spotkań towarzyskich po uczestnictwo w inicjatywach klubowych i stowarzyszeniowych – dawały poczucie bycia częścią większej całości, a także sprzyjały międzypokoleniowej wymianie doświadczeń i wzajemnemu uznaniu. Jednocześnie ujawnia się tutaj swoisty paradoks: zdecydowana większość badanych niechętnie utożsamia się z kategorią osób starszych traktując ją jako etykietę ograniczającą i obciążoną stereotypami. Udział we wspólnocie pozwala im jednak redefiniować tę kategorię od wewnątrz – zamiast biernych „starych ludzi” kreują obraz grupy aktywnej, sprawczej i potrzebnej społecznie. W ten sposób potrzeba przynależności nie tyle stoi w sprzeczności z niechęcią do identyfikacji, ile staje się impulsem do przeformułowania samego znaczenia starości i grupowej tożsamości.

6.4. Podsumowanie

Proces negocjowania tożsamości społecznej osób starszych rysuje się jako różnorodny, wielowymiarowy. Obejmuje przesuwanie granic wieku, różnicowanie kategorii społecznej osób starszych, redefinicję ról społecznych, poszerzanie przestrzeni aktywności, a także świadome korzystanie z możliwości, jakie oferuje współczesny świat, w tym konsumpcji i nowych form uczestnictwa. Jak zauważa S. Biggs, starość stanowi pole negocjowania tożsamości pomiędzy wewnętrznym „ja” a zewnętrznymi oczekiwaniami społecznymi, szczególnie w ramach „trzeciego wieku”. Dla części oznacza przestrzeń wolności i ekspresji, a dla innych czas presji i sprzecznych ról (Biggs, 2018). W tym sensie starość łączy w sobie zarówno potencjał szans i zasobów, jak i doświadczenie napięć oraz zagrożeń. Do tych ostatnich zaliczyć można m.in. utowarowienie starości, nadmierną presję na aktywność czy ryzyko przekształcenia „nowej produktywności” w narzędzie wykluczenia osób, które nie chcą bądź nie mogą podporządkować się obowiązującemu wzorcowi.

Wnioski z badań pokazują, że uczestnicy dystansują się wobec tradycyjnych obrazów starości jako czasu bierności i wycofania, akcentując znaczenie sprawczości, aktywności i zaangażowania. W ich perspektywie „nowa starość” jawi się jako wielowymiarowe doświadczenie, wyraźnie odmienne od dawnych stereotypów. Jednocześnie tak silne podkreślanie aktywności może – niezamierzenie – prowadzić do kształtowania nowego, normatywnego wzorca starości, który może ograniczać społeczną otwartość na inne sposoby jej przeżywania. Badani w większości unikają autoidentyfikacji z kategorią osób starszych, a swoją tożsamość społeczną negocjują przede wszystkim poprzez redefinicję znaczeń starości – przesuwając jej granice ku nowym, pozytywnym i bliższym współczesnej rzeczywistości. Wprowadzają takie obrazy starości, które pozostają spójne z ich poczuciem siebie i własnymi doświadczeniami, a jednocześnie zmieniają społeczne wyobrażenia tego etapu życia. W ten sposób wpływają na postrzeganie całej grupy osób starszych, akcentując jej wewnętrzne zróżnicowanie oraz podważając jednorodne, często negatywne stereotypy. Te wnioski korespondują z ustaleniami M. Muszyńskiego, który badał proces uczenia się stawiania osobą starszą. Zgodnie z jego analizą najistotniejsze znaczenie w tym procesie mają: społeczny wzorzec starości, sygnały płynące z cielesności, troski egzystencjalne oraz poczucie przemijania – czynniki te składają się na sprawczość jednostki. Badacz stawia hipotezę, że im silniej człowiek przejawia sprawczość w swoim

życiu, tym słabsza jest jego identyfikacja z kategorią osób starszych, a zarazem większa możliwość wpływania na społeczny jej wizerunek (Muszyński, 2024). Wysoka sprawczość, będąc synonimem wysokiego statusu, przekłada się na potencjał konstruowania tożsamości społecznej całej grupy i podnoszenia jej pozycji w hierarchii społecznej. Innym przykładem zarządzania przynależnością grupową są ustalenia P. Biggsa i in. – wynika z nich, że wybory konsumpcyjne osób starszych – dotyczące m.in. ubioru czy dbałości o ciało – stają się elementem szerszej strategii manipulowania tożsamością wieku oraz kształtowania relacji międzypokoleniowych. Sposób ubierania się może pełnić funkcję „kamouflażu wieku”: z jednej strony nie odwołuje się bezpośrednio do kultury młodzieżowej, z drugiej – unika wpisywania w stereotypowe wyobrażenia starości (Biggs i in., 2007). Jest to świadome zarządzanie wizerunkiem, które ujawnia, a zarazem maskuje wiek poprzez przemyślane decyzje konsumenckie. Badania pokazują, że praktyki te wynikają z potrzeby zatarcia różnic wobec młodszych pokoleń i odcięcia się od negatywnych skojarzeń związanych z pokoleniem rodziców. Jednocześnie świadczą o ambiwalentnym stosunku do własnej starości – z jednej strony oddzielaniu się od „starej starości”, z drugiej zaś poszukiwaniu bliskości z młodszymi generacjami. Wygląd i zachowanie kształtowane są w taki sposób, aby ułatwiały kontakt i współobecność w przestrzeni społecznej. Postrzegali życie zarówno przez pryzmat czasu, który upłynął, jak i tego, który im pozostał. Jak zauważają Biggs i in.: „nagromadzenie tych indywidualnych wyborów rzeczywiście wydaje się świadczyć o istotnej zmianie kulturowej w postrzeganiu starości. Trudno powiedzieć, czy są aktywnymi twórcami tej zmiany, czy tylko uczestnikami szerszego zjawiska historycznego, jedno jest pewne – pragną nowych form starzenia się i nowego sposobu bycia starym” (Biggs i in., 2007, s. 57).

Podsumowując powyższe rozważania, w świetle teorii tożsamości społecznej (Tajfel & Turner, 1986) działania podejmowane przez osoby starsze interpretuję jako realizację pełnego spektrum strategii, które współistnieją i przenikają się, tworząc złożony repertuar praktyk podtrzymujących i wzmacniających pozytywną tożsamość grupową. Dostrzegam tym samym, że starość nie jest już jedynie kategorią narzucaną z zewnątrz, lecz staje się przestrzenią, w której jednostki podejmują próby samodzielnego określania swojego miejsca i sposobu uczestnictwa w życiu społecznym, a zarazem współtworzą nowe, zmieniające się znaczenia tego etapu życia – znaczenia, które w istotny sposób kształtują ich tożsamość społeczną.

Zakończenie

Z całą pewnością jakościowy charakter przeprowadzonych przeze mnie badań oraz szczególnie profil grupy badawczej – zróżnicowanej, co prawda, pod względem cech socjodemograficznych, ale jednocześnie tworzonej przez osoby o aktywnej postawie życiowej, zamieszkującej aglomerację – sprawia, że ich doświadczenia nie odzwierciedlają całego spektrum zjawisk związanych ze starością w Polsce. Nie roszczę sobie zatem prawa do formułowania uogólnień, jednak ustalenia uzyskane w toku badań pozwalają uchwycić te aspekty starości, które odzwierciedlają rytm zachodzących zmian społecznych i kulturowych. Mogą one także stanowić przykład tendencji coraz pewniej zaznaczających się we współczesnym obrazie tego etapu życia. Rozpoznanie wśród tej grupy kategorii badanych, a więc uchwycenie charakterystycznych dla nich sposobów przeżywania i interpretowania starości, pozwala bowiem dostrzec procesy redefiniowania znaczeń, negocjowania tożsamości społecznej oraz przeobrażania społecznych wyobrażeń starości – procesy, które, jak można przypuszczać, w kolejnych pokoleniach będą zyskiwać na znaczeniu.

Wydaje się, że to nie sam wiek metrykalny, lecz postawa życiowa, kondycja zdrowotna, styl życia i samopoczucie coraz częściej decydują o tym, kto postrzegany jest jako osoba starsza. To one w dużej mierze kształtują społeczną tożsamość w starości. Sformułowanie „są na swój wiek” trafnie oddaje współczesny obraz starzenia – osoby starsze są w swoim wieku, ale „na swój sposób”, nadając starości własny rytm i znaczenie. Wyróżnia ich determinacja, by aktywnie wpływać na sposób, w jaki są odbierani oraz gotowość do wychodzenia poza utarte schematy. W tym sensie redefinicja znaczeń starości przekształca symboliczne ramy funkcjonowania osób starszych w przestrzeni społecznej: nie jest to jedynie obrona przed negatywnym obrazem, ale twórcza próba nadania starości nowego sensu – sprawczego, pełnego i zintegrowanego z ich doświadczeniem życiowym. Ten rozbrat z tradycyjnie pojmowaną rolą osoby starszej jest powiązany ze współczesną zmiennością tożsamości społecznej, w której zakwestionowanie wieku jako głównej kategorii otwiera nowe możliwości jej konstruowania. Ta generalna konkluzja wynikająca ze zrealizowanych badań pozwala na sformułowanie podsumowującej refleksji, wskazanie kierunków rekomendacji oraz zarysowanie możliwych obszarów dalszych badań nad starością w tym zakresie.

Namysł nad jednostkowym wymiarem procesu starzenia się ujawnia jego rosnące zróżnicowanie, niejednorodność oraz wielowymiarową i coraz bardziej zniuansowaną

naturę. Starość funkcjonuje jako przestrzeń odmiennych przeżyć i interpretacji, których indywidualny charakter sprawia, że coraz trudniej wyjaśniać je w kategoriach prostych zależności. O ile czynniki społeczno-demograficzne w dalszym ciągu w istotny sposób różnicują sposób przeżywania i oceniania starości (por. Błędowski i in., 2021), o tyle ich oddziaływanie nie jest już tak bezpośrednie i jednoznaczne jak dawniej – także na tym poziomie analizy ujawniają się procesy przekształceń, wskazujące na stopniową rekonstrukcję społecznych wyobrażeń i doświadczeń starości. Moje ustalenia badawcze wpisują się w ten szerszy dyskurs, dowodząc, że przemiana w sposobach przeżywania i postrzegania starości już się dokonuje – zarówno w formie subtelnych, rozciągniętych w czasie przesunięć, jak i wyraźnych transformacji znaczeń. Proces ten pozostaje powiązany z szerszymi przeobrażeniami społecznymi i kulturowymi, które go stymulują i wzmacniają. Stan zdrowia pozostaje jedną z najważniejszych cech społecznych wyznaczających zróżnicowanie codziennego funkcjonowania w okresie starości, a poziom dochodów i wykształcenia nadal nadaje odmienny charakter dostępności do zasobów i możliwości, jednak ich działanie zmienia swój charakter i przybiera bardziej złożone formy. Ilustrują to m.in. dane CBOS dotyczące sytuacji życiowej osób starszych. Prawie połowa Polaków po 60. roku życia (49%) ocenia dziś swoje warunki bytowe jako dobre, co oznacza wyraźny wzrost w porównaniu z rokiem 2016. Jednocześnie odsetek osób oceniających swoją sytuację materialną jako złą spadł z 13% do 8%, a deklarowana poprawa jakości życia pozostaje zbieżna z trendami obserwowanymi w całym społeczeństwie (CBOS, 2019). Coraz wyraźniej zaznacza się również obecność osób starszych w świecie cyfrowym: z internetu korzysta trzy czwarte osób w wieku 55–64 lata, około połowa w grupie 65–74 oraz jedna trzecia najstarszych, co ważne różnice związane z poziomem wykształcenia pozostają znaczące (CBOS, 2024). Widać przy tym systematyczny wzrost odsetka użytkowników internetu powyżej 54. roku życia, szczególnie wyraźny w grupie wiekowej 55–74. Aktywność cyfrowa staje się nie tylko narzędziem komunikacji, lecz także sposobem podtrzymywania uczestnictwa społecznego. Kolejne pokolenia osób starszych mają coraz wyższy poziom wykształcenia, jednak, zdaniem B. Szatur-Jaworskiej, jego znaczenie jako zasobu pozostaje niejednoznaczne. Niskie wykształcenie zwiększa ryzyko osamotnienia i ograniczenia kontaktów rodzinnych, podczas gdy wyższe – choć otwiera dostęp do zasobów kulturowych – bywa powiązane z brakiem wsparcia w sytuacjach kryzysowych i rzadszymi spotkaniami z bliskimi (Szatur-Jaworska, 2012). Istotnym czynnikiem różnicującym oceny jakości życia pozostaje miejsce zamieszkania – najniżej swoją sytuację życiową oceniają mieszkańcy wsi, natomiast najwyższe oceny – wbrew stereotypowym

oczekiwaniom – formułują nie mieszkańcy dużych aglomeracji, lecz osoby żyjące w miastach średniej wielkości (Błądowski i in., 2021).

Badania J. Halickiego potwierdzają, że w okresie starości najbardziej społecznie zaangażowane pozostają osoby zdrowsze, lepiej wykształcone, dysponujące stabilniejszym zapleczem materialnym i wyższym poziomem satysfakcji z życia. Badacz podkreśla jednak, że aktywność społeczna osób starszych uległa wyraźnym przemianom – w ostatnich dekadach zmniejszyła się obojętność i brak wiary w skuteczność działań podejmowanych na rzecz lokalnej społeczności. Takie postawy wiąże z wchodzeniem w wiek emerytalny pokoleń bardziej wykształconych, świadomych i mniej obciążonych postawami bierności niż te wcześniejsze. Szczególnie widoczna staje się tu rosnąca aktywność kobiet: o ile w 1999 roku lokalne działania deklarowało 6% z nich, to w 2019 roku było to już 15,2%, co przewyższyło odsetek aktywnych mężczyzn (13,3%) (Halicki, 2022).

Na tle obserwowanych przemian w sposobach przeżywania i postrzegania starości, podjęta refleksja badawcza prowadzi do sformułowania zasadniczej rekomendacji dotyczącej dalszego rozwoju refleksji i praktyki społecznej wobec starzejącego się społeczeństwa. Jej istotą jest potrzeba nadania nowego wymiaru kategorii „trzeciego wieku” – pojmowanego nie tylko jako czas konsumpcji i zagospodarowania wolnego czasu, ale także jako przestrzeń sprawczości, zaangażowania i społecznie użytecznych działań. Potencjał tego etapu życia tkwi zarówno w jego skali – rosnącej liczbie osób wchodzących w „trzeci wiek” – jak i w jakości, czyli sprawności, aktywności i gotowości do podejmowania zadań wykraczających poza samą troskę o własny dobrostan. Jest to okres, w którym jednostki, wolne od zobowiązań zawodowych, mogą przeznaczyć swoje zasoby – czas, doświadczenie, energię – na działania przynoszące wartość wspólnocie. Nowe ujęcie „trzeciego wieku” może stać się także przeciwwagą dla redukujących narracji medykalizacji starości czy nadmiernej idealizacji aktywności. Chodzi o wykreowanie dyskursu, który akcentuje rolę osób starszych jako społecznie pożądaną, nadając jej prestiż i znaczenie. Tym samym osoby starsze zostają włączone w proces współtworzenia społeczeństwa. Dyskurs ten powinien być zakorzeniony w wartościach uniwersalnych, takich jak godność, uznanie i odpowiedzialność – wartościach ważnych w każdym etapie życia, lecz w wieku starszym nabierających szczególnej mocy, gdyż to one przesadzają o jakości relacji społecznych, o miejscu jednostki w zbiorowej wyobraźni oraz o sposobach integrowania różnych pokoleń we wspólnotę. W tym sensie „trzeci wiek” nie tylko otwiera przestrzeń samorealizacji, lecz może także w duchu samopomocy podejmować działania na rzecz osób znajdujących się

w „czwartym wieku”, współtworząc tym samym szeroką kategorię osób starszych, w której jedni stają się oparciem dla drugich.

Ten – z pozoru idealistyczny – postulat znajduje dziś szczególnie sprzyjające tło demograficzne. Zgodnie z najnowszymi danymi GUS, najliczniejszą grupę osób starszych stanowią ci „na starcie” tej fazy życia w wieku 65–69 lat (25,5% populacji osób starszych) oraz osoby w wieku 60–64 lata (23,7%) oraz 70–74 lat (21,3%). Dla porównania najmniej liczną kategorię tworzą osoby w wieku 80–84 lata (7,9%) (GUS, 2024). To właśnie przedstawiciele najmłodszych roczników „w starości” będą nadawali ton przemianom jako ci, którzy w największym stopniu dysponują jeszcze potencjałem aktywności i sprawczości. Kluczowe staje się więc stworzenie takich warunków społecznych, które pozwolą w pełni wykorzystać ich zasoby – zdolność do budowania relacji, wzmacniania wspólnot, kształtowania więzi wykraczających poza rodzinę oraz rozwijania kapitału wiedzy i doświadczeń. Obserwacja ta prowadzi do wniosku, że rosnąca liczba osób starszych aktywnie uczestniczących w życiu społecznym wywołuje swoisty efekt zwielokrotnienia: ich postawy wzajemnie się wzmacniają, stanowiąc źródło inspiracji i zachęty dla innych. Aktywność osób starszych ma zatem charakter „rozrastający się” – generuje kolejne formy zaangażowania i uczestnictwa, które oddziałują zarówno na indywidualne doświadczenie starości, jak i na zbiorowy obraz tego etapu życia. Wzajemne mobilizowanie się i wspieranie sprawia, że to właśnie oni współkształtują tożsamość społeczną osób starszych oraz obrazy starości, zmieniając ich znaczenia zgodnie ze swoimi potrzebami i realnymi odczuciami. W konsekwencji sposób, w jaki „trzeci wiek” zostanie przeżyty i społecznie zagospodarowany, bezpośrednio przełoży się na przyszłe rozumienie starości i przypisywane jej znaczenia. W tym sensie młodsze osoby starsze, które dziś wyznaczają rytm życia tej fazy, stają się nie tylko uczestnikami, lecz także współtwórcami kulturowych ram starzenia się.

Prognozy GUS wskazują, że w okolicach 2060 roku największą grupę w populacji osób starszych będą stanowiły osoby w wieku 80+ (GUS, 2024). W tym kontekście szczególnego znaczenia nabiera pielęgnowanie wartości i wspieranie praktyk rozwijanych w „trzecim wieku”, które mogą przynieść wymierne korzyści w późniejszych fazach życia. Jak zauważają K. Gergen i M. Gergen, w radzeniu sobie z wyzwaniami starzenia się coraz większego znaczenia nabiera kultura relacyjności, sukcesywnie zastępująca dominujący dotąd indywidualizm (Gergen & Gergen, 2000). Przesunięcie akcentu na wspólnotowość ma szczególne znaczenie w przeciwdziałaniu osamotnieniu osób starszych. W ich przypadku poczucie izolacji wzrasta bowiem wraz z wiekiem, dlatego dbałość o sieci wsparcia

i aktywne podtrzymywanie więzi we wcześniejszych etapach życia może stanowić kluczową ochronę na przyszłość, zwłaszcza w obliczu stopniowej utraty bliskich.

Starość przedstawia się zatem jako rzeczywistość pełna paradoksów – z jednej strony coraz bardziej zróżnicowana i kształtowana przez rozmaite czynniki, z drugiej naznaczona ryzykiem marginalizacji i osamotnienia, szczególnie w późniejszych fazach życia. Warto przy tym zauważyć, że to właśnie wśród najstarszych grup wiekowych obserwuje się największe zainteresowanie polityką (CBOS, 2023), a jednocześnie najniższy poziom aktywności społecznej. Ten kontrast potwierdza, że współczesne doświadczenie starości nie poddaje się prostym opisom – jest wielowymiarowe, pełne napięć i sprzeczności, które współkształtują zarówno indywidualną, jak i społeczną tożsamość osób starszych.

Odnosząc się do tak przedstawionej perspektywy, można uznać, że przed polskim społeczeństwem rysuje się obraz „trzeciego wieku” w fazie rozkwitu – jego znaczenie i zasięg będą się powiększać wraz z wydłużaniem się okresu starości aktywnej. To, jaki kształt przybierze ta faza życia, zależeć będzie od społeczeństwa i tworzonych przez nie warunków instytucjonalnych, kulturowych oraz ekonomicznych: czy stanie się ona doświadczeniem integrującym, otwierającym nowe możliwości uczestnictwa i współtworzenia życia społecznego, czy też procesem prowadzącym do pogłębiania szeroko rozumianych nierówności społecznych i niedostatecznego wykorzystania potencjału starości jako znaczącego zasobu społecznego. Jak podkreśla P. Szukalski, obserwujemy wyraźne odejście od tradycyjnego postrzegania starości jako okresu z definicji powiązanego z utratą sprawności i brakiem samodzielności. Coraz częściej rozpowszechnia się pogląd, że starzenie się może przebiegać pomyślnie – niedomagania zdrowotne nie są traktowane jako nieuchronne konsekwencje wieku, lecz jako rezultat chorób lub pogorszonego stanu zdrowia. Rosnące prawdopodobieństwo przeżycia pełnego „trzeciego wieku” w relatywnie dobrym zdrowiu przesuwają więc zainteresowanie badaczy i praktyków gerontologii ku osobom wchodzącym w fazę „czwartego wieku”, której znaczenie będzie rosło w nadchodzących dekadach (Szukalski, 2006). To właśnie w tej grupie koncentrować się będą wyzwania związane z opieką, wsparciem i utrzymaniem jakości życia, podczas gdy „trzeci wiek” coraz silniej będzie postrzegany jako przestrzeń aktywności, rozwoju i uczestnictwa. W tym kontekście szczególnie wartościowa pozostaje propozycja Barbary Rysz-Kowalczyk i Barbary Szatur-Jaworskiej, która – choć sformułowana w ramach refleksji nad polityką społeczną – może być odczytywana szerzej, jako wyznacznik kierunku zmiany myślenia o starości i fundament nowego jej obrazu. Kluczowym pojęciem staje się tu „waloryzacja starości”, rozumiana jako nadanie jej nowych lub odnowionych wartości

dzięki przemianom w życiu społecznym i w świadomości kulturowej. Autorki wskazują kilka wymiarów tego procesu: przesunięcie akcentu od bezproduktywności ku wydłużonej aktywności ekonomicznej (przynajmniej w początkowych etapach starości); reinterpretację emerytury jako czasu aktywności obywatelskiej i działań na rzecz wspólnot lokalnych; przejście od życia na granicy ubóstwa ku zarządzaniu własnymi zasobami; od biernego godzenia się z chorobą ku podtrzymywaniu zdrowia funkcjonalnego; od szybkiego narastania symptomów starzenia ku ich opóźnianiu; od zawężania życia społecznego do rodziny ku rozwijaniu więzi koleżeńskich i przyjacielskich; oraz od samotnego zmagania się z kryzysami starości ku ich przezwyciężaniu dzięki wsparciu społecznemu – zarówno nieformalnemu, jak i instytucjonalnemu. Tak rozumiana „waloryzacja starości” wskazuje nie tylko na zmianę jej charakteru, lecz także na jej nowe możliwości społeczne i kulturowe (Rysz-Kowalczyk & Szatur-Jaworska, 2004). Jednocześnie rodzi wyzwania dla polityki senioralnej, która – aby była adekwatna – musi odpowiadać na te potrzeby i nowe wzorce starzenia się. Kluczowe jest jednak, by osoby starsze nie były traktowane wyłącznie jako odbiorcy działań polityk publicznych, lecz jako partnerzy w ich kształtowaniu – aktywni współtwórcy przestrzeni społecznej i nowych ról. W tym sensie otwiera się pole do dalszej redefinicji miejsca osób starszych w społeczeństwie: od biernych adresatów wsparcia ku pełnoprawnym aktorom współdecydującym o własnym życiu i o kierunkach rozwoju wspólnoty.

Zrealizowany projekt badawczy wyraźnie pokazał, że coraz liczniejsza grupa osób starszych aktywnie współtworzy nowe obrazy starości, nadając im znaczenia zakorzenione we własnych doświadczeniach i aspiracjach. W rezultacie społeczne wyobrażenia tego etapu życia stają się mniej jednorodne i coraz bardziej „oswojone” – uwalniane od wyłącznie negatywnych konotacji, które przez długi czas dominowały w zbiorowej świadomości. W tym kontekście szczególnego znaczenia nabiera kategoria „trzeciego wieku”, rozumianego jako przestrzeń aktywności, sprawczości i uczestnictwa. Można przypuszczać, że wraz z jej upowszechnianiem maleć będzie społeczny lęk wobec starości, ponieważ pozwala ona widzieć późne życie jako proces stopniowy, pełen sensownych zadań i społecznie uznanych ról. Tego rodzaju przekaz sprzyja łagodniejszemu przechodzeniu w „czwarty wiek” – czyniąc go mniej emocjonalnie obciążającym, a zarazem bardziej akceptowalnym społecznie. Jednocześnie sprawia, że osoby starsze postrzegane są coraz częściej jako współtwórcy i aktywni uczestnicy życia społecznego, a nie jedynie jego beneficjenci. W ten sposób zmienia się również horyzont oczekiwań młodszych pokoleń

wobec własnej przyszłości, która zaczyna jawić się jako otwarta na rozwój, relacyjność i społeczną sprawczość także w późnych fazach życia.

Wobec powyższych rozważań konieczne staje się rozwijanie badań nad starością w szerszych, bardziej zróżnicowanych kontekstach. Po pierwsze, szczególnego znaczenia nabiera perspektywa kulturowa i regionalna – istotne wydaje się rozpoznanie, w jaki sposób na wsi oraz w małych środowiskach lokalnych konstruowana jest społeczna tożsamość osób starszych, a także identyfikacja zmieniających się znaczeń starości w tych realiach. Dalsze badania powinny objąć również analizę dyskursu publicznego, która pozwoliłaby uchwycić jego obecny kształt, zrozumieć wpływ przekazów o starości na jednostkowe doświadczenia oraz wskazać możliwości lepszego dostosowania go, zarówno do współczesnych oczekiwań osób starszych, jak i do potrzeb całego społeczeństwa. Ważnym obszarem refleksji badawczej pozostaje także świadome wycofywanie się z życia społecznego w okresie starości, które często wynika z potrzeby skoncentrowania się na życiu duchowym – rozumianym jako proces zwrócenia się ku wnętrzu, charakterystyczny dla wielu osób starszych i posiadający znaczący potencjał w kształtowaniu ich tożsamości społecznej.

Szczególnego rozwinięcia, w analizach tego etapu życia wymaga także perspektywa płci. Z jednej strony wynika to ze zjawiska feminizacji starości, czyli wyraźnej przewagi liczebnej kobiet w starszych grupach wiekowych. Z drugiej – ze zmieniającej się pozycji społecznej kobiet, które coraz częściej odgrywają role zawodowe, publiczne i obywatelskie, co w sposób bezpośredni wpływa na ich doświadczenie starości. Badania nad tym, jak kobiety i mężczyźni odmiennie definiują i przeżywają swoją starość, mogą ujawnić nie tylko różnice w strategiach konstruowania tożsamości, ale także w sposobach negocjowania ról społecznych, relacji rodzinnych czy stylów życia. Uwzględnienie tej perspektywy staje się szczególnie ważne w kontekście ponowoczesnych przemian, w których tradycyjny podział ról płciowych ulega przekształceniu, a tożsamość społeczna kobiet i mężczyzn w późnej dorosłości nabiera nowych, wcześniej nieobecnych znaczeń.

Kończąc niniejsze rozważania i podejmując próbę zebrania podsumowujących spostrzeżeń, warto wskazać na wartość dodaną, jaka ujawniła się w realizacji tego projektu, a którą stanowi wykorzystanie kategorii tożsamości społecznej również jako narzędzia analitycznego. Jak zauważa I. Machaj, kategoria ta pozwala nie tylko uchwycić indywidualne doświadczenia starzenia się, lecz także odsłonić mechanizmy społeczne, które organizują życie osób starszych. Analiza tożsamości ujawnia bowiem, jakie aspiracje towarzyszą jednostkom, z jakimi grupami się identyfikują i wobec jakich kategorii pragną się zdystansować. Co więcej, badania nad tożsamością społeczną – jak podkreśla I. Machaj

– umożliwiają dotarcie do „drugorzędnych struktur społecznych, o zniewalających funkcjach i w przestrzeni społecznej mocno odległych od jednostki” (Machaj, 2004, s. 27). Oznacza to, że poprzez pryzmat tożsamości można odczytywać ukryte mechanizmy kulturowe i instytucjonalne, które – choć działają pośrednio – w realny sposób kształtują przeżywanie starości. W tym sensie badanie tożsamości społecznej osób starszych daje dostęp zarówno do jawnych, jak i niejawnych struktur życia społecznego: norm i oczekiwań kulturowych, ale też kryteriów, według których jednostki oceniają siebie i innych. Analiza tych procesów pozwala dostrzec nie tylko różnorodność biografii, lecz także napięcia oraz nowe możliwości związane z redefinicją starości we współczesnym społeczeństwie. Z perspektywy autokategoryzacji istotne staje się to, że bycie „osobą starszą” nie stanowi dziś kategorii dominującej, gdyż jednostki wchodzące w późną dorosłość dysponują szerokim wachlarzem potencjalnych identyfikacji. Kolejne pokolenia osób starszych – ukształtowane przez intensywne zmiany społeczne, kulturowe i cywilizacyjne – coraz częściej budują swoją tożsamość społeczną w oparciu o równorzędne kategorie, takie jak role rodzinne, zawodowe, obywatelskie czy związane z zainteresowaniami (Trepte & Loy, 2017).

Sam fakt zaklasyfikowania jednostki do kategorii osób starszych nie przesądza jeszcze o jej społecznej tożsamości. Ani status emeryta, ani rola dziadków, ani nawet pojawiająca się potrzeba wsparcia nie muszą jej kształtować – jeśli sama jednostka na to nie pozwoli. Nadal może bowiem funkcjonować w dotychczasowych rolach i kontekstach, a także rozwijać nowe, wynikające raczej z posiadanego czasu niż z samego wieku. Można to odczytać jako przejaw rozbieżności między tożsamością indywidualną a społeczną – pomiędzy tym, jak jednostka sama siebie definiuje, a tym, jak jest kategoryzowana z zewnątrz. Jak zauważa M. Golka, „obecnie coraz częściej zachodzą przypadki niezgody jednostki na tę jej tożsamość, którą otoczenie społeczne chciałoby w niej widzieć, a tym bardziej narzucić” (Golka, 2006, s. 20). W efekcie dochodzi do podważania narzuconych ram, a osoby starsze podejmują wysiłek przeformułowania swojej pozycji społecznej, które oznacza „otwieranie znaczeń tam, gdzie dotychczas dominowała pewność i oczywistość” (Melosik & Szkudlarek, 1998, s. 50). W takiej perspektywie starość jawi się jako przestrzeń sprawczości. Jednostki nie tylko adaptują się do warunków, lecz stają się ich twórcami (Smolarkiewicz, 2019), a poprzez redefinicję swojej pozycji nadają starości nowe sensy. Według M. Slatterego, współcześni „nowi-starzy” powinni stać się pokoleniem współarchitektów nowej międzypokoleniowej umowy społecznej i skoro – jak odnotowuje – starość posiada największy potencjał oddziaływania na życie społeczne w XXI wieku

(Slattery, 2022), wymaga wnikliwego podejścia, zgodnie z uwagą M. Muszyńskiego należy ją przede wszystkim rozumieć, a nie jedynie poznawać (Muszyński, 2020). Takie rozumienie możliwe jest poprzez analizę indywidualnych konstrukcji tożsamościowych, które – jak trafnie ujął B. Misztal – z „żelaznej klatki” zmieniły się w „lekki płaszcz” (Misztal, 2000, s. 150). Można więc zaryzykować stwierdzenie, że dzisiejsza starość coraz częściej jest nie tyle przeżywana, ile aktywnie tworzona, pozostając w nieustannym procesie.

Bibliografia:

- Angel, J., L. & Settersten, Jr., R., A. (2013). The New Realities of Aging: Social and Economics Contexts. W: L. J. Waite, T. J. Plewes (red.), *New directions in the Sociology of Aging* (ss. 95–119). The National Academies Press.
- Amery, J. (2018). *O starzeniu się. Bunt i rezygnacja*. Aletheia.
- Bauman, Z., Jacobsen, M., H., Tester, K. (2014). *Rozmowy o socjologii. Zygmunt Bauman w rozmowie z Michaellem-Hviidem Jacobsenem i Keithem Testerem*. PWN.
- Bengston, V. L., Burgess, E. O., Parrott, T. M. (1997). Theory, Explanation, and a Third Generation of Theoretical Development in Social Gerontology. *The Journals of Gerontology Series B Psychological Sciences and Social Sciences* 52, (2), 72–88.
- Berger, P., L. & Luckmann, T. (2010). *Społeczne tworzenie rzeczywistości*. PWN.
- Biggs, S., Philipson, Ch., Leach, R., Money. (2007). The Mature Imagination and Consumption Strategies. *International Journal of Ageing and Later Life* 2 (2), 31–59.
- Biggs, S. (2018). *Negotiating Ageing. Cultural Adaptation to the Prospect of a Long Life*. Routledge.
- Błachnio, A. & Maliszewski, W. (2014). Active ageing in a global culture. Do we live in an age-friendly environment? *Kultura i Edukacja*, 5, (105), 24–35.
- Błędowski, P. (2002). *Lokalna polityka społeczna wobec ludzi starych*. Wydawnictwo SGH.
- Błędowski, P., Grodzicki, T., Mossakowska, M., Zdrojewski, T. (red.) (2021). *PolSenior2. Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*. Gdański Uniwersytet Medyczny.
- Bogunia-Borowska, M. (2008). Codzienność życia społecznego. W: P. Sztompka & M. Bogunia-Borowska (red.), *Socjologia codzienności* (ss. 53–96). Wydawnictwo Znak.
- Bokszański, Z. (1989). *Tożsamość. Integracja. Grupa. Tożsamość jednostki w perspektywie socjologicznej*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Bokszański, Z. (2002). Tożsamość. W: *Encyklopedia Socjologii*, t.4 (s. 252). Oficyna Naukowa.
- Bokszański, Z. (2008). *Tożsamości zbiorowe*. PWN.
- Brataniec, K. (2004). Społeczne odrzucenie starości jako wyraz ukrytego lęku przed śmiercią. W: M. Krobicki & Z. Szarota (red.), *Seniorzy w społeczeństwie XXI wieku* (ss.195–208). Krakowskie Towarzystwo Edukacyjne.

- Braun, V. & Clarke, V. (2012). Thematic analysis. W: H. Cooper, P. M. Camic, D. L. Long, A. T. Panter, D. Rindskopf, K. J. Sher (red.), *APA handbook of research methods in psychology, Vol. 2: Research designs: Quantitative, qualitative, neuropsychological, and biological* (ss. 57–71). American Psychological Association.
- Braun, V. & Clarke, V. (2024). *Analiza tematyczna. Praktyczny przewodnik*. PWN
- Bugajska, B. (2005). *Tożsamość człowieka w starości. Studium socjopedagogiczne*. Wydawnictwo Uniwersytetu Szczecińskiego.
- Bugajska, B. (2015). Dziewiąta faza cyklu życia – propozycja rozszerzenia teorii psychospołecznego rozwoju człowieka E. H. Eriksona. *Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej, 1(9)*, 19 – 36.
- Burke, P., J. (2009). Tożsamości a struktura społeczna: wykład z okazji przyznania nagrody Cooleya-Meada w roku 2003. W: A. Manterys & J. Mucha (red.), *Nowe perspektywy teorii socjologicznej* (ss. 113–129). Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Carr, D., C. & Manning, L., K. (2010). A New Paradigm for Qualitative Research in the United States: The Era of the Third Age. *Qualitative Sociology Review, VI, 1*, 16–33.
- Castells, M. (2008). *Siła tożsamości*. PWN.
- Creswell, J. (2013). *Projektowanie badań naukowych. Metody jakościowe, ilościowe i mieszane*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Czekanowski, P. (2012). *Społeczne aspekty starzenia się ludności w Polsce. Perspektywa socjologii starości*. Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego.
- Denzin, N., K., Lincoln, Y., S. (2014). *Metody badań jakościowych*. PWN.
- Drabarek, A. (2016). Kłopoty pojęciem tożsamości. W: Z. Melosik & M.J. Szymański (red.), *Tożsamość w warunkach zmiany społecznej* (ss.152–162).Wydawnictwo Akademii Pedagogiki Specjalnej.
- Dubas, E. (2013). Starość znana i nieznana – wybrane refleksje nad współczesną starością. *Rocznik Andragogiczny, 20*, 135–152.
- Dubas, E. (2016a). Refleksje nad starością. Obiektywny i subiektywny wymiar starości. W: E. Dubas & M. Muszyński (red.). *Obiektywny i subiektywny wymiar starości*, (ss. 13–23). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Dubas, E. (2016b). Życie dopełniane starością – rozwojowy czas człowieka. W: M. Mularska-Kucharek & M. Czernik (red.), *Jesień życia? Wiosna możliwości! Przewodnik po późnej dorosłości* (ss. 199–211). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.

- Dubas, E. (2024). *Humanistyczny obraz starości. Przesłanki dla gerontologii humanistycznej*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Dyczewski, L. (1994). *Rodzina, społeczeństwo, państwo*. Towarzystwo Naukowe KUL.
- Erikson, E., H. (2004). *Tożsamość a cykl życia*. Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Erikson, E., H. (2012). *Dopełniony cykl życia*. Helion.
- Fabiś, A., Wawrzyniak, J., K., Chabior, A. (2015). *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*. Impuls.
- Fabiś, A. (2017). Starość oczekiwana. *Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej*, 2, 11–17.
- Fabiś, A. (2018). *Troski egzystencjalne w starości. Ujęcie geragogiczne*. Wydawnictwo Uniwersytetu Pedagogicznego w Krakowie.
- Flick, U. (2012). *Projektowanie badania jakościowego*. PWN.
- Gaweł-Luty, E., (2017). Między inkluzją a ekskluzją. Społeczna przestrzeń seniorów. *Student Niepełnosprawny. Szkice i Rozprawy*, 17 (10), 13–28.
- Gergen, K. J. & Gergen M., M. (2000). The New Aging: Self Construction and Social Values. W: K., W. Schaie & J. Hendricks (red.), *The Evolution of the Aging Self: The Societal Impact on the Aging Process* (ss. 281–306). Springer New York.
- Gibbs, G. (2011). *Analizowanie danych jakościowych*. PWN.
- Giddens, A. (2009). *Europa w epoce globalnej*. PWN.
- Gilleard, Ch. & Higgs, P. (2014). *Cultures of ageing. Self, Citizen and the Body*. Routledge.
- Gilleard, Ch. & Higgs, P. (2022). The Third Age: Class, Cohort or Generation. *Ageing and Society*, 22, 369–382.
- Gilleard, CH. (2023). Revisiting the social construction of old age. *Ageing and Society*, 45, 500–513.
- Glinka, B. & Czakon, W. (2021). *Podstawy badań jakościowych*. Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne.
- Godzic, W. (2014). Czy celebryta może być stary? W: B. Szatur-Jaworska (red.), *O sposobach mówienia o starości. Debata, analiza, przykłady* (ss. 76–81). Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich.
- Golka, M. (2006). Czym bywa tożsamość? W: M. Golka (red.), *Kłopoty z tożsamością* (ss. 9–35). Wydawnictwo naukowe UAM.
- Golka, M. (2012). Konstruowanie tożsamości – czynniki społeczno – kulturowe. *Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny*, 2, 209–223.

- Gromkowska-Melosik, A. (2015). *Elitarne szkolnictwo średnie. Między reprodukcją społeczno-kulturową a ruchliwością konkurencyjną*. Wydawnictwo UAM.
- Grotowska, S. (2014). Old age – roleless role or time of freedom. W: I. Taranowicz & S. Grotowska (red.), *Understanding Ageing in Contemporary Poland: Social and Cultural Perspectives* (s. 25–37). Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Gudkova, S. (2012). Wywiad w badaniach jakościowych. W: D. Jemielniak (red.), *Badania jakościowe. Metody i narzędzia* (t. 2, ss. 111–129). PWN.
- Halicka, M. (2004). *Satysfakcja życiowa ludzi starych. Studium teoretyczno-empiryczne*. Akademia Medyczna w Białymstoku.
- Halicka, M. & Halicki, J. (2011). Opinie polskich seniorów na temat starości i przygotowywania się do niej. *Polityka Społeczna*, 8, 4, 14–22.
- Halicka, M. (2018). Starzenie się społeczeństwa i w społeczeństwie. *Pedagogika Społeczna*, 3 (69), 21–32.
- Halicki, J. (2006). Społeczne teorie starzenia się. W: M. Halicka, J. Halicki (red.), *Zostawić ślad na ziemi. Księga pamiątkowa dedykowana Profesorowi Wojciechowi Pędichowi w 80 rocznicę urodzin i 55 rocznicę pracy naukowej* (ss. 255–277). Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku.
- Halicki, J. (2010). *Obrazy starości rysowane przeżyciami seniorów*. Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku.
- Halicki, J. (2022). Czas wolny i aktywność społeczno starszych wiekiem mieszkańców Białegostoku. *Nauki o wychowaniu. Studia dyscyplinarne*, 10, 157–174.
- Harris, S., R. (2010). *What Is Constructionism? Navigating Its Use in Sociology*. LYNNE RIENNER PUBLISHERS.
- Harwood, J. (2020). Social Identity Theory. W: J. van den Bulck (red.), *International encyclopedia of media psychology* (ss. 1–7). Wiley& Sons.
- Harwood, J., Giles, H., Ryan, E. B. (1995). Aging, communication, and intergroup theory: social identity and intergenerational communication. W: J. F. Nussbaum & J. Coupland (red.), *Handbook of communication and aging research* (s. 133–159). Lawrence Erlbaum Associates.
- Hazan, H. (1994). *Old age: construction and deconstructions*. Cambridge University Press.
- Herudzińska M. & Przybył I. (red.). (2018). *Senior wobec realiów współczesności*. Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Holstein, J., A. & J., F. (2007). Constructionist Perspectives on the Life Course. *Sociology Compass* 1 (1), 335–352.

- Holstein, J., A. & Gubrium, J., F. (2008). *Handbook of Constructionist Research*. Guilford Press.
- Jakubowska, H. (2009). Społeczne wytwarzanie starości: definicje, granice, konteksty. W: H. Jakubowska, A. Raciniewska, Ł. Rogowski (red.), *Patrząc na starość* (ss. 15–31). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Jawłowska, A. (2001). Tożsamość na sprzedaż. W: A. Jawłowska (red.), *Wokół problemów tożsamości* (ss. 51–79). Literackie Towarzystwo Wydawnicze.
- Karnat-Napieracz, A. (2009). *Tożsamość, czyli świadomość redivus*. AFM.
- Kijak, R. & Szarota, Z. (2013). *Starość. Między diagnozą a działaniem*. CRZL Warszawa.
- Kocik, L. (2006). *Rodzina w obliczu wartości i wzorów życia ponowoczesnego*. Oficyna Wydawnicza AFM.
- Konecki, K. (2000). *Studia z metodologii badań jakościowych. Teoria ugruntowana*. PWN.
- Konecki, K. & Chomczyński, P. (red.). (2012). *Słownik socjologii jakościowej*. Difin.
- Klein, A. (2024). Sens of identity and social identity in ageing: expulsion and resilience. *International Journal of Development Research*, 14, 02, 64788-64794.
- Kotlarska-Michalska, A. (2000). Starość w aspekcie socjologicznym. *Roczniki Socjologii Rodziny*, XII. 147–157.
- Kotlarska-Michalska, A. (2009). Przejawy marginalizacji i wykluczenia ludzi starych. W: K. Podemski (red.), *Spór o społeczne znaczenia nierówności społecznych* (ss. 251–269). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Kotlarska-Michalska, A. (2014). Limited public and private space for Polish retirees. W: I. Taranowicz & S. Grotowska (red.), *Understanding Ageing in Contemporary Poland: Social and Cultural Perspectives* (ss. 137 – 151). Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Kowalik, W. & Pawlina, A. (2015). *Nowe zjawiska i procesy w badaniach nad polskimi kulturami starości*. Wydawnictwo AGH.
- Krzysztofiak, D. (2016). *Oblicza starości w perspektywie lokalnej. Studium socjopedagogiczne*. Kraków: Impuls.
- Kuhn, T. (2001). *Struktura rewolucji naukowych*. Aletheia.
- Kvale S. (2010). *Prowadzenie wywiadów*. PWN.
- Lech, A. (2013). Społeczne konstruowanie rzeczywistości obiektywnej. *Zeszyty Naukowe Politechniki Śląskiej*, 65, 183 – 195.

- Łuszczyńska M. (2020), *The Ethic of Research on Old Age*, W: Łuszczyńska M. (red.), *Researching ageing. Methodological challenges and their empirical background* (ss. 78–97). Routledge.
- Łuszczyńska, M. (2021). *Ageing as a social challenge. Individual, Family and Social Aspects in Poland*. Routledge.
- Łuszczyńska, M. (2022). Constructing old age. Social theory on the creation and dismantling of harmful attitudes. W: L. J. Garcia, L. Belanger-Hardy, J. Jutai, M. Łuszczyńska (red.), *Well-being in later life. The Notion of Connected Autonomy* (ss. 82–97). Routledge.
- Machaj, I. (2017). Walory poznawcze kategorii tożsamości społecznej jednostki. *Człowiek i Społeczeństwo, XLIV*, 17–31.
- Majewska-Kafarowska, A. (2017). Doświadczenie starości – rozważania wokół pojęć i zjawisk (nie)oczywistych. *Edukacja Dorosłych, 1*, 43–50.
- Marody, M. (2015). *Jednostka po nowoczesności. Perspektywa socjologiczna*. Scholar.
- Melosik, Z. & Szkudlarek, T. (1998). *Kultura, tożsamość i edukacja – migotanie znaczeń*. IMPULS.
- Mills, C., W. (2007). *Wyobrażenia socjologiczne*. PWN.
- Misztal, B. (2000). *Teoria socjologiczna a praktyka społeczna*. UNIVERSITAS.
- Młodziński, I. (2016). O zmienności pojęć: społeczna historia starości. *Konteksty społeczne, 2(4)*, 50–64.
- Mossakowska, M., Więcek, A., Błędowski, P. (2012). *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce*. Termedia.
- Mostwin, D. (1995). *Trzecia wartość. Wykorzenienie i tożsamość*. Redakcja Wydawnictw KUL.
- Morgan, L. A. & Kunkel, S. R. (2007). *Aging, Society, and the Life Course*. Springer Publishing Co.
- Mucha J. & Krzyżowski Ł. (red.). (2011). *Ku socjologii starości. Starzenie się w biegu życia jednostki*. Wydawnictwo AGH.
- Muszyński, M. (2011). Do czego potrzebne są nam teorie starzenia się”. *Dyskursy Młodych Andragogów, 12*, 198–209.
- Muszyński, M. (2017). Teoria biegu życia. W: A.A. Zych (red.) *Encyklopedia starości, starzenia się i niepełnosprawności* (ss. 46–50). Stowarzyszenie Skarb Śląski.
- Muszyński, M. (2020). Paradygmat konstrukcjonizmu społecznego w badaniach nad starością i starzeniem się. *Kwartalnik Pedagogiczny, 65 (4)*, 50–65.

- Muszyński, M. (2024). *Uczenie się stawania się osobą starą*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Niedbalski, J. (2012) Wywiad narracyjny (Narrative interviews). W: K. Konecki & Piotr Chomczyński (red.), *Słownik socjologii jakościowej* (ss. 329–331). Difin.
- Nikitorowicz, J. (1995). *Pogranicze, tożsamość, edukacja międzykulturowa*. Trans Humana.
- Nowicka, A. (2008). Starość jako faza życia człowieka. W: A. Nowicka (red.), *Wybrane problemy osób starszych*. Oficyna Wydawnicza Impuls.
- Olechnicki, K., Załęcki P. (2004). *Słownik socjologiczny*. GRAFFITI BC.
- Palczyński, T. (2008). *Socjologia tożsamości*. Oficyna Wydawnicza AFM.
- Pawłowska, B. (2012). Studium przypadku. W: K. Konecki & P. Chomczyński, P. (red.), *Słownik socjologii jakościowej* (ss. 268 –273). Difin
- Perek-Białas, J. & Hoff, A. (2012). *Developing the Sociology of Ageing to Tackle of Challenge of Ageing Societies in Central and Easter Europe*". Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Pilch, T. (1995). *Zasady badań pedagogicznych*. Wydawnictwo Żak.
- Pilch, T., & Bauman, T. (2001). *Zasady badań pedagogicznych: Strategie ilościowe i jakościowe*. Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- Piotrowski, J. (1971). Starość w Polsce: przyczynek do pojęcia starości. *Przegląd Socjologiczny* 24, 105–129.
- Piotrowski, J. (1973). *Miejsce człowieka starego w rodzinie i społeczeństwie*. PWN
- Romaioli, D. & Contarello, A. (2019). Redefining agency in late life: the concept of disposability. *Ageing and Society*, 39 (1), 194–216.
- Rysz-Kowalczyk B. & Szatur-Jaworska B. (2004), Polityka społeczna wobec cyklu życia. Faza starości, W: J.T. Kowaleski, P. Szukalski (red.), *Nasze starzejące się społeczeństwo. Nadzieje i zagrożenia* (ss. 229–239). Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Seredyńska, D. (2013). *Dyskursy edukacyjne o starości w naukach humanistycznych i społecznych. Analiza konferencji ogólnopolskich*. Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Settersten, R. A. (1999). *Lives in Time and Place. The problems and Promises of Developmental Sciences*. Routledge.
- Slattery, M. (2022). *The New Sociology of Ageing*. Routledge.
- Sławecki, B. (2012). Znaczenie paradygmatów w badaniach jakościowych. W: D. Jemielniak (red.), *Badania jakościowe. Podejścia i teorie* (t.1, ss. 57–87). PWN.

- Smolarkiewicz, E. & Kubera, J. (red.). (2017). *Tożsamość i identyfikacje. Propozycje teoretyczne – doświadczenie badawcze*. Wydawnictwo UAM.
- Smolarkiewicz, E. (2019). *Przemiany tożsamości. W stronę identyfikacji*. Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Stake, R., E. (2014). Jakościowe studium przypadku. W: N., K. Denzin & Y. S. Lincoln (red.), *Metody badań jakościowych* (ss. 623–655), t.1. PWN.
- Steuden, S. (2014). *Psychologia starzenia się i starości*. PWN.
- Strumińska-Kutra M. & Koładkiewicz I. (2012). Studium przypadku. W: D. Jemielniak (red.), *Badania jakościowe. Metody i narzędzia*, (t. 2, s. 1–40), PWN.
- Stuart-Hamilton, I. (2000). *Psychologia starzenia się*. Wydawnictwo Zysk i S-ka.
- Stypińska, J. (2010). Czy Polska jest krajem dla starych ludzi? O społecznym konstruowaniu starości. *Studia Humanistyczne AGH*, 8, 139–150.
- Synak B. (1997). Badania jakościowe w socjologii starości: możliwości i dylematy, *Gerontologia Polska*, 4, 14–21.
- Synak, B. (1988). Kierunki badań i stan gerontologii społecznej w Polsce, W: B. Synak, T. Wróblewski (red.), *Postępy gerontologii* (ss.16–32). PZWL.
- Synak, B. (1999). Ludzie starzy. W: *Encyklopedia socjologii*, t. 2. (ss. 144–149). Oficyna Naukowa.
- Synak, B. (red.).(2002). *Polska starość*. Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego.
- Szacka, B. (2003). *Wprowadzenie do socjologii*. Oficyna naukowa.
- Szacki, J. (2004). O tożsamości (zwłaszcza narodowej). *Kultura i Społeczeństwo*, 3, 9–40.
- Szafranek A. (2016). Śmierć społeczna osoby starszej i towarzyszące jej okoliczności, W: M. Halicka, J., Halicki, E. Kramkowska (red.), *Starość. Poznać, przeżyć, zrozumieć* (ss. 49–61). Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku.
- Szarota, Z. (2010). *Starzenie się i starość w wymiarze instytucjonalnego wsparcia na przykładzie Krakowa*. Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego.
- Szarota, Z. (2023). Wyzwania dla nowej starości – esej gerontologiczny. *Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej*, 26, 37–60.
- Szatur-Jaworska, B. (2000). Ludzie starzy i starość w polityce społecznej. Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR.
- Szatur-Jaworska, B., Błędowski, P., Dzięgielewska, M. (2006). *Podstawy gerontologii społecznej*. Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR.
- Szatur-Jaworska, B. (2012). Psychospołeczny wymiar sytuacji ludzi starych – wyniki badania „PolSenior”. *Problemy polityki społecznej*, 18, 155–173.

- Szatur-Jaworska, B. (2013). Założenia dotyczące ludzi starych w polskich badaniach społecznych – rozważania nieteoretyczne. W: D. Rancew-Sikora, C. Obracht-Prondzyński, M. Kaczmarczyk, P. Czekanowski (red.), *O społecznym znaczeniu tożsamości, miejsca i czasu życia. Szkice socjologiczne i gerontologiczne* (ss. 347–361). Zrzeszenie Kaszubsko-Pomorskie.
- Szczepański, J. (1978). *Sprawy ludzkie*. Czytelnik.
- Sztompka, P. (2002). *Socjologia. Analiza społeczeństwa*. Wydawnictwo Znak.
- Sztompka, P. (2008). Życie codzienne – temat najnowszej socjologii. W: P. Sztompka & Bogunia-Borowska (red.), *Socjologia codzienności* (ss. 15–53). Wydawnictwo Znak.
- Sztompka, P. (2012). Dziesięć tez o socjologii. *Nauka*, 4, 7–15.
- Szukalski, P. (2006). Przeżywając trzeci wiek – zmiany prawdopodobieństwa przeżycia między 60. a 80. rokiem życia w powojennej Polsce. W: M. Halicka, J. Halicki (red.), *Zostawić ślad na ziemi. Księga pamiątkowa dedykowana Profesorowi Wojciechowi Pędlichowi w 80. Rocznicę urodzin i 55. pracy naukowej* (ss. 317–328). Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku.
- Szukalski, P. (2009). Starzenie się ludności – wyzwania XXI wieku. W: P. Szukalski (red.), *Przygotowanie do starości* (ss. 17–36). Zakład Ubezpieczeń Społecznych.
- Szukalski, P. & Szatur-Jaworska, B. (2014). *Aktywne starzenie się. Przeciwdziałanie barierom*. Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego.
- Szukalski, P. (2016). Polityka aktywnego starzenia się. W: B. Kłos, P. Russel (red.), *Przemiany demograficzne w Polsce ich społeczno-ekonomiczne konsekwencje* (ss. 201–219). Wydawnictwo Sejmowe.
- Świątkiewicz-Mośny, M. (2015). *Konstruowanie nowych tożsamości w warunkach globalizacji*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Tajfel, H. & Turner, J.C. (1979). An integrative theory of intergroup conflict. W: W.G. Austin & S. Worchel (red.), *The social psychology of intergroup relation* (ss. 33 – 47). Brooks/Cole.
- Tajfel, H. and Turner, J.C. (1986). The Social Identity Theory of Intergroup Behavior. W: S. Worchel, W., G. Austin (red.), *Psychology of Intergroup Relation* (ss. 7–24). Hall Publishers.
- Taranowicz, I. (2014). Deconstructing old age? On the evolution of social concepts of the late stage of life. W: I. Taranowicz, S. Grotowska (red.), *Understanding Ageing*

- in Contemporary Poland: Social and Cultural Perspectives* (ss. 13–25).
Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Timoszyk-Tomczak, C. (2017). Teoria gerotranscendencji – jej potencjał i ograniczenia. *Gerontologia Polska*, 25, 191–196.
- Trafiałek, E. (2016). *Innowacyjna polityka senioralna w XXI wieku. Między ageizmem, bezpieczeństwem socjalnym i active ageing*. Wydawnictwo Adam Marszałek.
- Trepte, S. (2006). Social identity theory. W: J. Bryant & P. Vorderer (red.), *Psychology of entertainment* (ss. 255–271). Routledge.
- Trepte, S., & Loy, L. S. (2017). Social identity theory and self-categorization theory. W: *The International Encyclopedia of Media Effects*, (ss. 1–13). Wiley & Sons. DOI:10.1002/9781118783764.wbieme0088.
- Touraine, A. (2009). Od rozumienia społeczeństwa do odkrywania podmiotu. W: A. Manterys & J. Mucha (red.), *Nowe perspektywy teorii socjologicznej* (ss. 563–577). Zakład Wydawniczy „Nomos”.
- Turner, J. C., & Reynolds, K. J. (2012). Self-Categorization Theory. W: P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, E. T. Higgins (red.), *Handbook of Theories of Social Psychology* (ss. 399–417). SAGE Publications Ltd.
- Turner, J., C. (1975). Social comparison and social identity. Some prospects for intergroup behaviour. *European Journal of Social Psychology*, 5, 1, 5–34.
- Twigg, J. & Martin W. (red.) (2015). *Routledge Handbook of Cultural Gerontology*. Routledge.
- Walker, A. (2002). A strategy for active ageing. *International Social Security Review*, 55, 121–139.
- Witkowski, L. (2003). *Rozwój i tożsamość w cyklu życia. Studium koncepcji Erika H. Eriksona*. Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Woźniak, Z. (2016). *Starość. Bilans – Zadanie – Wyzwanie*. Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Woźniak, Z. (2018). *Senior – terra incognita?* W: M. Herudzińska & I. Przybył (red.), *Senior wobec realiów współczesności* (ss. 13–29). Wydawnictwo Naukowe UAM.
- Van Dyk, S., Lessenich, S., Denninger, T., Richter, A. (2013). The Many Meanings of “Active Ageing”. Confronting Public Discourse with Older People’s Stories. *Recherches Sociologiques et Anthropologiques*, 44, 97–115.
- Zalewska, J. (2006). Trzeci wiek jako kontynuacja młodości. *Kultura i Społeczeństwo*, 4, 178–181.

- Zalewska, J. (2014). The third age in Poland. Pleasure and a new form of sociality. W: I. Taranowicz, S. Grotowska (red.), *Understanding Ageing in Contemporary Poland: Social and Cultural Perspectives* (ss. 151–161). Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Zamorska, K. & Makuch M. (2018). *Starzenie się społeczeństwa. Wymiar społeczny, gospodarczy i polityczny*. Księgarnia Akademicka Uniwersytetu Wrocławskiego.
- Zwierzdzyński, M., K. (2012). Konstruktywizm a konstrukcjonizm. *Principia*, 56, 117–135.
- Ziółkowski, M. (2002). Dziedziczenie i wybór. Zwiększone możliwości wyboru, nierówności społeczne i problemy społecznej tożsamości. *Studia Socjologiczne*, 3, 5–33.
- Ziółkowski, M. (2015). *Teoria socjologiczna a transformacja społeczeństwa polskiego*. Wydawnictwo Naukowe SCHOLAR.
- Zych, A., A. (2001). *Słownik gerontologii społecznej*. Wydawnictwo Akademickie „Żak”.
- Zych, A. A. (2013). *Przekraczając „smugę cienia”*. Szkice z gerontologii i tanatologii. Wydawnictwo „Śląsk”.
- Zych, A. A. (red.). (2014). *Starość darem, zadaniem i wyzwaniem*. Stowarzyszenie Przyjaciół Domu Pomocy Społecznej „Pod Dębem” w Dąbrowie Górniczej.

Netografia:

- Business Insider (2024). *Pan Józef ma 85 lat i zdaje maturę*. <https://businessinsider.com.pl/wiadomosci/pan-jozef-ma-85-lat-i-zdaje-mature-to-najstarszy-maturzysta-w-polsce/26qcn9r>, [dostęp: 22.10.2023].
- CBOS (2016). *Sposoby spędzania czasu przez seniorów*. Komunikat z badań, nr 163/2016. Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej. https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2016/K_163_16.PDF [dostęp: 22.10.2024].
- CBOS (2019). *Sytuacja społeczno-ekonomiczna seniorów*. Komunikat z badań, nr 129/2019. Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej. https://cbos.pl/SPISKOM.POL/2019/K_129_19.PDF [dostęp: 12.04.2024].
- CBOS (2023). *Zainteresowanie polityką wśród osób od 65 roku życia*. Komunikat z badań, nr 151/2023. Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej. https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2023/K_151_23.PDF?utm [dostęp: 30.08.2025].

- CBOS (2024). *Korzystanie z internetu w 2024. Komunikat z badań, nr 70/2024*. Fundacja Centrum Badania Opinii Społecznej.
https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2024/K_070_24.PDF [dostęp: 20.07.2025].
- GUS (2024). *Sytuacja osób starszych w Polsce w 2023 roku*. Główny Urząd Statystyczny, Urząd Statystyczny w Białymstoku.
https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/6002/2/6/1/sytuacja_osob_starszych_w_polsce_w_2023_r.pdf [dostęp: 15.11.2024].
- GUS (2025). *Budżet czasu ludności w 2023 r.* Główny Urząd Statystyczny, Urząd Statystyczny w Białymstoku.
https://stat.gov.pl/files/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5486/36/1/1/budzet_czasu_ludnosci_2023_2.pdf [dostęp: 14.08.2025].
- Nationale-Nederlanden (2023). *Raport: Długie jutro*. Nationale-Nederlanden,
<https://proply-uploads.s3.eu-west-1.amazonaws.com/uploads/6351/assets/602132/a566a510c50a1f898fdae6c62bfa6f53.pdf> [dostęp: 22.10.2024].
- Pacewicz, P. (2008). To nie jest kraj dla starych ludzi, a zwłaszcza nie dla starych kobiet. *Gazeta Wyborcza*, <https://wyborcza.pl/7,75398,5953709,to-nie-jest-kraj-dla-starych-lu-dzi-a-zwlaszcza-nie-dla-starych.html> [dostęp: 22.10.2024].
- United Nations of Economic and Social Affairs, Population Division. (2022). *World Population Prospects 2022. Summary of Results*,
https://www.un.org/development/desa/pd/sites/www.un.org.development.desa.pd/files/wpp_2022_summary_of_results.pdf [dostęp: 22.10.2024].
- Worley, D. R. (2021). *Tajfel and Turner Intergroup Conflict Theories 1997*.
<https://doi.org/10.13140/RG.2.2.30820.60809> [dostęp: 18.08.2025].