

# Starość jako etap ontogenezy

## Old age as a stage of ontogenesis

ARTUR OSTRZYŻEK

Zakład Pedagogiki Terapeutycznej, Uniwersytet Jana Kochanowskiego w Kielcach, Filia w Piotrkowie Trybunalskim

Proces starzenia się dotyka wszystkich istot żywych. W odniesieniu do człowieka jest efektem stopniowego wyczerpywania się rezerw odpornościowych ustroju, utraty funkcji i ogólnych zasobów zdrowia. Zwykle podkreśla się ostateczność i nieuchronność tego etapu życia i co do zasady, rozpatruje w kategoriach strat ponoszonych we wszystkich obszarach życia. Poparcie tej tezy mają służyć dowody w postaci ograniczenia biologicznego funkcjonowania, związane z wiekiem chronologicznym i liczbą przeżytych lat. Negatywna analiza ilościowa potencjalnej zdolności do trwania życia jednostki, potwierdza założenie o wyłącznie ujemnych konsekwencjach starzenia się i starości. Przyjęcie perspektywy ontogenetycznej ułatwia percepcję zgoła odmienną, identyfikującą starość w kategoriach jakościowych, charakterystycznych dla rozwoju.

**Słowa kluczowe:** starzenie się, rozwój, ontogeneza

Ageing affects all living creatures. Ageing of human beings is the effect of the gradual depletion of the body's immunological reserves, loss of functions and general loss of health reserves. This stage of life is usually described as final and inevitable and in principle it is viewed in the categories of losses in all spheres of human existence. Restricted biological functions connected with chronological age and the actual years of life support this argument. A negative quantitative analysis of potential ability to continue life usually confirms the assumption about exclusively negative consequences of ageing and old age. However, the ontological perspective helps to support an entirely different perception by identifying old age in qualitative categories, characteristic of development.

**Key words:** ageing, development, ontogenesis

© Hygeia Public Health 2014, 49(4): 702-704

www.h-ph.pl

Nadesłano: 25.11.2014

Zakwalifikowano do druku: 05.12.2014

**Adres do korespondencji / Address for correspondence**

dr n. med. Artur Ostrzyżek

Zakład Pedagogiki Terapeutycznej, Uniwersytet Jana

Kochanowskiego w Kielcach, Filia w Piotrkowie Trybunalskim

ul. Słowackiego 114/118, 97-300 Piotrków Trybunalski

tel. 694 777 700, e-mail: a.ostrzyzek@gmail.com

Starzenie się społeczeństw stało się udziałem wszystkich państw świata. Przemiany gospodarczo-społeczne i kulturowe, jakie dokonały się w ubiegłym stuleciu, sprzyjały podwyższaniu się stopy życiowej ludności, wpłynęły również znacząco na doskonalenie systemów ochrony zdrowia oraz podniesienie poziomu ogólnej kultury zdrowotnej, co zaowocowało wydłużeniem się przeciętnej dalszej trwania życia ludzkiego. Według prognoz demograficznych w 2060 roku populacja ludzi w wieku 65 lat i więcej osiągnie w krajach Unii Europejskiej blisko 1/3 liczby mieszkańców. W Polsce odsetek ten, który wynosi obecnie 13,5%, wzrośnie do roku 2060 do 34,5% [1]. Coraz częściej demografowie mówią o podwójnym procesie starzenia się (*double ageing*), którego istotą jest wzrost udziału w subpopulacji osób starszych grupy ludności w wieku 75 lat i więcej (*old-old*). Zgodnie z zaleceniem WHO za granicę starości przyjmuje się obecnie 65 rok życia; należy jednak podkreślić wyłącznie arbitralny i porządkujący status „nowego progu starości”. W. Pędich, czyniąc uwagi do specyfiki badań w populacji ludzi starych, zwraca uwagę na silną jej heterogenność, co

oznacza wielkie jej zróżnicowanie pod względem biologicznym, klinicznym i społecznym [2]. W żadnym bowiem okresie życia człowieka różnice pomiędzy osobami w tym samym wieku chronologicznym nie są tak duże, jak w starości.

WHO rekomenduje następującą klasyfikację starości:

- lata 65-75 – wiek podeszły,
- lata 76-90 – wiek starczy,
- powyżej 90 roku życia – wiek sędziwy.

Powszechne dziś dożywanie starości i stale rosnąca proporcja osób w podeszłym wieku, często niezdolnych do funkcjonowania poza systemem instytucjonalnego wsparcia, stwarzają określone problemy – nie tylko w wymiarze demograficznym, ale również ekonomicznym, zdrowotnym, społecznym, politycznym a nawet kulturowym. Poznanie kontekstu społecznego i środowiskowego, w jakich osadzona jest starość, włącznie z aspektem chorób i opieki nad chorym, powinno stanowić w nadchodzących latach kluczowy element polityki socjalnej i opiekuńczej

każdego państwa. Z uwagi na ograniczone środki finansowe, działania w tym obszarze powinny być ukierunkowane na wspomaganie jak najdłuższej obecności osób starszych w swoich środowiskach oraz na wzmacnianie funkcji opiekuńczych rodziny.

Poza koniecznością bezpośredniego zwrócenia uwagi na problemy starzejącej się generacji i diagnozowania ich sytuacji życiowej, istnieje również potrzeba odpowiednio wczesnego edukowania młodych pokoleń w aspekcie przygotowania i wychowania do starości. Aby sprostać temu zadaniu niezbędne jest zwiększenie rozmiaru podejmowanych badań naukowych z zakresu gerontologii i profilaktyki gerontologicznej. Dyscypliną gerontologiczno-pedagogiczną, która szczególnie w ostatnich latach wyraźnie zmierza w kierunku człowieka starego, jest geragogika, często określana również mianem edukacji gerontologicznej lub też pedagogiki starzenia się i starości. Konsekwencją przyjęcia takiej podstawy teoretycznej, a także punktem wyjścia wszelkich koncepcji praktycznych w gerontologii, powinna być odpowiedź na pytanie o miejsce człowieka starego w społeczeństwie i jego rolę we współtworzeniu teraźniejszości. Jak wynika z przeglądu literatury przedmiotu, odpowiedź taka wymaga szczególnej refleksji nad biegiem życia. Przez setki lat w historii świata miejsce, rola i przydatność osób w podeszłym wieku, zwykle nie były kwestionowane. Zarówno wśród społeczeństw o wysokiej cywilizacji, jak i ludów prymitywnych, osoby z najstarszej generacji cieszyły się szacunkiem i poważaniem oraz posiadały silny autorytet. Rady starszych, rady plemienne, starzy wodzowie i czarownicy podejmowali najważniejsze i nieodwołalne decyzje dotyczące oceny faktów, wydawania opinii i sądów oraz ustalania kierunków działania, od których zależało życie jednostek, rodzin, a niekiedy całych grup społecznych lub narodów. Czasy nam współczesne mocno zachwiały pozycją człowieka starego – tak w życiu rodzinnym, jak i społecznym. Przyczyn takiego stanu rzeczy należy upatrywać w różnorodnych czynnikach, między innymi w ogólnoświatowym kryzysie modelu rodziny i eksponowaniu jej zarobkowo-konsumpcyjnej funkcji, we wzroście liczby gospodarstw jedno- i dwupokoleniowych, powodujących oddalenie dzieci od rodziców oraz w nieprzygotowaniu rodziny do samodzielnego sprawowania opieki.

Proces starzenia może przebiegać według zmiennych trajektorii:

- w sposób pomyślny (*successful aging*), kształtowany pozytywnie przez czynniki zewnętrzne, o minimalnych deficytach fizjologicznych, psychologicznych i społecznych przypisywanych wiekowi chronologicznemu,
- w sposób zwyczajny (*usual aging*), z dostrzegalnymi deficytami i stratami, ale bez widocznej patologii,

– w sposób patologiczny (*impaired aging*), związany z jednoczesnym występowaniem kilku schorzeń, odmienną symptomatologią oraz przedłużonym okresem rehabilitacji [3].

Starość, jak podkreślono na wstępie, jest zjawiskiem wielowymiarowym, a tempo starzenia się i stopień utraty rezerwy czynnościowej są różne dla ludzi w tym samym wieku.

Ontogenetyczny obraz starości nie jest prostą, biologiczną konsekwencją postępujących procesów inwolucyjnych i degradacji funkcji organizmu. Na indywidualne doświadczanie starości mają również wpływ czynniki zewnętrzne takie, jak: uwarunkowania środowiskowe, postawy społeczeństwa wobec starości i ludzi starych oraz normy społeczne określające zasady funkcjonowania ludzi starych w społeczeństwie. O tym jak spostrzegana jest starość w społeczeństwie decyduje szereg czynników. W potocznej percepcji wciąż utożsamiana jest z utratą sił fizycznych, niepełnością, wycofywaniem się z ról społecznych, izolacją i ponoszeniem strat we wszystkich obszarach życia. Taki stereotypowy obraz starości jest nie tylko uproszczony, ale wręcz krzywdzący dla większości seniorów, bowiem – jak wynika z badań – wielu z nich do późnej starości zachowuje sprawność motoryczną i jasność umysłu. Niestety, tendencję do usuwania ludzi w starszym wieku na margines życia społecznego należy uznać w zasadzie za trwałą [4]. Tymczasem to właśnie okres późnej dojrzałości cechuje znaczna zdolność do analizy i syntezy doświadczeń życiowych, cierpliwość dla ludzi i faktów, umiejętność słuchania i wysłuchiwanie innych. O Czerniawska, podkreślając rolę seniorów jako współtwórców i uczestników społeczeństwa demokratycznego, podstawową ich funkcję sytuuje w kategoriach „pamięci serca” i „pamięci społecznej” [5]. Ludzie starsi, jako świadkowie historii, są niezastąpionym źródłem informacji o przeszłości i jej bogactwem. Seniorzy, co wydaje się najważniejszym aspektem współtworzenia teraźniejszości, często uosabiani są z domem rodzinnym, tradycją i jej przekazem oraz życiową mądrością. Tak spostrzegani, mają nadal znaczące miejsce w realizacji współczesnych zadań indywidualnych i ogólnoludzkich, wyposażeni są bowiem w autonomiczne i niezastępowalne przez inne grupy wiekowe atrybuty i wartości. Tworzenie teraźniejszości przez ludzi w wieku senioralnym – to również możliwość swobodnego dysponowania czasem adresowana do innych, potrzebujących ludzi, tak rówieśników, jak również osób młodych.

To także dobrze rozwijająca się samopomoc, praca nad dalszym rozwojem osobowości, zmiana i poprawa niekorzystnego stylu życia, uczestnictwo w różnych formach aktywności społecznej w środowisku lokalnym. Z drugiej strony, przymioty te, stanowiące bezsporne zalety wieku trzeciego, wcale nie ułatwiają

osobie starej adaptacji do nowych warunków i szybko-ego tempa życia, a przywiązanie najstarszej generacji do wartości często abstrakcyjnych dla ludzi młodych, tworzy odwieczny problem „konfliktu pokoleń”. Wszechobecna „technicyzacja” życia, nowe możliwości przekazywania i odbioru informacji oraz ich ogólna dostępność, zakończyły pewien wielowiekowy okres życia społecznego i jego kultury oparty na ustnym przekazie. Nastął czas komputerów, komunikacji globalnej i Internetu. Zasoby pamięci ludzi starych zaczęły wydawać się niepotrzebne, informacje zbyt wolno wydobywane z pokładów wspomnień, a oceny faktów nieistotne, nudne, czy wręcz śmieszne. Żyjemy w czasach błyskotliwych karier młodych i dyspozycyjnych ludzi, podejmujących szybkie decyzje. Nie sposób jednak nie dostrzec, że tuż obok historii życia wielu ludzi w późnej dojrzałości zapisały się w postaci nagród noblowskich oraz na wyżynach tworzenia literatury, poezji, filozofii i muzyki. Na szczególne uznanie zasługuje teza, sformułowana przez L. Dyczewskiego, iż społeczeństwo nawet najbardziej nastawione na nowoczesność, nie może obyć się bez ludzi starych, gdyż wnoszą oni w jego życie specyficzne wartości, których odrzucenie pozbawiłoby społeczeństwo czegoś bardzo istotnego, czegoś co należy do istoty życia ludzkiego jako całości i czegoś co daje podstawę do utrzymania tożsamości i rozwoju [6]. M. Dzięgielewska uważa, że stosunek do ludzi w trzecim wieku jest miarą poziomu społeczeństwa [7].

Formułując nowe podejście do zadań stawianych seniorom pod kątem współtworzenia rzeczywistości podkreślić należy, iż szczególnego znaczenia nabiera w starości potrzeba kontaktów interpersonalnych i społecznego komunikowania się. Brak aktywności oraz możliwości kontaktowania się i doświadczania pomocy, prowadzi do osamotnienia, izolacji i ostatecznego wycofywania się z pełnionych ról społecznych.

Powoduje to odczuwanie własnej nieprzydatności, bezsensowności i bezcelowości dalszego życia. Konsekwencją przyjęcia takiej postawy życiowej jest powstawanie zaburzeń o typie depresji i chorób psychicznych [8]. Z uwagi na swoje podstawowe funkcje i zadania oraz pierwszoplanową rolę, naturalnym i najbliższym systemem wsparcia wciąż pozostaje rodzina.

Świadczenia realizowane przez jednych członków rodziny na rzecz pozostałych, obejmują opiekę i pomoc, ale również – a może przede wszystkim – wsparcie psychiczne i doświadczanie miłości. Ograniczenia w tym zakresie zwykle skutkują nasileniem poczucia bezradności, bezużyteczności i rezygnacji. W efekcie wszystko, co było ważne i satysfakcjonujące, przestaje odgrywać swoją dotychczasową rolę, a życie traci swój rozwojowy walor.

J. Rembowski zwraca uwagę, że choć człowiek zmienia się w czasie, zawsze jest jednak w nurcie dynamicznych przemian biegnących od przeszłości do przyszłości. W tym kontekście spostrzega starość jako nieuniknione i naturalne przeznaczenie każdej istoty żywej. Równoległe dostrzega jednak procesy wzrostu i rozwoju nieodłącznie towarzyszące starości [9]. Współcześnie, z punktu widzenia nauk społecznych, tylko taka perspektywa wydaje się być uprawnioną i pożądaną. Przyjęcie koncepcji starości, rozumianej jako zadanie do realizacji, stwarza szansę jednostce ludzkiej na przygotowanie się do aktywnego i godnego przeżywania własnej starości. A. Kępiński wpisuje starość człowieka w rytm jego rozwoju, podobny do pór roku i nazywa „jesienią życia”, w której osiąga się życiową mądrość i czuje prawdziwy smak życia, gdyż to, co się przeżyło, daje poczucie rzetelnego dzieła. Z drugiej strony podkreśla, że bywają też jesienie słotne i bezowocne, a i starość jałowa, bolesna a nawet tragiczna [10].

## Piśmiennictwo / References

1. Demography Report 2010. Older, more numerous and diverse Europeans. European Union, Luxembourg 2011.
2. Pędich W. Uwagi dotyczące specyfiki badań populacji ludzi starszych. *Gerontol Pol* 1998, 6(2): 3-5.
3. Rowe JW, Kahn RL. Successful Aging. *Gerontol* 1997, 37(4): 433-400.
4. Trafiałek E. Człowiek starszy w Polsce w latach 1994-1997. Śląsk, Katowice 1998.
5. Czerniawska O. Drogi i bezdroża andragogiki i gerontologii. WSHE, Łódź 2013.
6. Dyczewski L. Ludzie starzy i starość w społeczeństwie i kulturze. KUL, Lublin 1994.
7. Dzięgielewska M. Postawy względem ludzi starszych w nowoczesnym społeczeństwie. [w:] *Zesz Nauk WSHE Gerontologia* 2000, 7(12): 7-17.
8. Katona C, Livingston G. Depresja u osób w podeszłym wieku. *Via Medica*, Gdańsk 2003.
9. Rembowski J. Psychologiczne problemy starzenia się człowieka. PWN, Warszawa 1984.
10. Kępiński A. Rytm życia. *Sagittarius*, Warszawa 1992.