

**Aktywnie
ku emeryturze**

Monika Dorota Adamczyk

Aktywnie ku emeryturze

Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej Oddział w Lublinie

Lublin 2015

Monika Dorota Adamczyk
Aktywnie ku emeryturze

Recenzenci
prof. dr hab. Stanisława Steuden
prof. dr hab. n. med. Teresa Kulik

Publikacja sfinansowana z funduszy Komisji Europejskiej
w ramach programu Erasmus+

Publikacja została zrealizowana przy wsparciu finansowym Komisji Europejskiej. Publikacja
odzwierciedla jedynie stanowisko jej autorów i Komisja Europejska oraz Narodowa Agencja
Programu Erasmus+ nie ponoszą odpowiedzialności za jej zawartość merytoryczną.

PUBLIKACJA BEZPŁATNA

Redakcja, skład i łamanie
Tomasz Gąska
www.7colors.pl

Wydawca
Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej
Oddział w Lublinie

© TWWP Oddz. Lublin 2015

ISBN 978-83-943847-0-8

Spis treści

Aktywnie ku emeryturze	7
Wprowadzenie	11
Rozdział 1. Osoby starsze w perspektywie społeczno-demograficznej	15
1.1. Stan ludności Polski	15
1.2. Średnia długość życia	17
1.3. Feminizacja i singularyzacja starości	19
Rozdział 2. Obszary aktywności osób starszych	23
2.1. Aktywność społeczna	23
2.2. Aktywność edukacyjna osób starszych	28
2.3. Formy kształcenia osób starszych w Polsce	31
2.4. Aktywność zawodowa osób starszych	34
Rozdział 3. Założenia długofalowej polityki senioralnej w Polsce	41
3.1. Wydłużanie okresu aktywności zawodowej	41
3.2. Zarządzanie wiekiem i ergonomia	43
Rozdział 4. Podstawowe założenia programu BALL i jego wdrażanie do warunków polskich	47
4.1. Cel i problematyka badań	47
4.2. Metoda i narzędzie oraz charakterystyka próby	47
Rozdział 5. Postrzeganie emerytury przez uczestników badania BALL	55
5.1. Emeryci – postrzeganie emerytury	57
5.2. Pracujący – postrzeganie emerytury	64
5.3. Pracujący–Emeryci – porównanie	69
Rozdział 6. Stopień przygotowania do emerytury	71
6.1. Przygotowanie do emerytury – emeryci	71
6.2. Przygotowania do emerytury – pracujący	79
6.3. Emeryci–pracujący – porównanie	81

Rozdział 7. Poziom aktywnego starzenia się uczestników badania BALL	87
7.1. Formy aktywności uczestników badania BALL – działanie w stowarzyszeniach, wolontariat	87
7.2. Wolontariat	90
7.3. Formy aktywności uczestników badania BALL – aktywność edukacyjna, rozwój osobisty, korzystanie z nowoczesnych technologii – emeryci	94
7.4. Formy aktywności uczestników badania BALL – aktywność edukacyjna, rozwój osobisty, korzystanie z nowoczesnych technologii – pracujący	97
7.5. Formy aktywności uczestników badania BALL – aktywność edukacyjna, rozwój osobisty, korzystanie z nowoczesnych technologii – emeryci–pracujący – porównanie	99
Rozdział 8. Przygotowanie do emerytury w obszarze finansowym	103
8.1. Obszar finansowego przygotowania do emerytury – emeryci	105
8.2. Obszar finansowego przygotowania do emerytury – pracujący	106
8.3. Obszar finansowego przygotowania do emerytury – emeryci–pracujący – porównanie	108
8.4. Aktywne przygotowanie do emerytury – emeryci	109
8.5. Aktywne przygotowanie do emerytury – pracujący	111
8.6. Aktywne przygotowanie do emerytury – emeryci–pracujący – porównanie	112
Konkluzje końcowe	115
Bibliografia	119
Źródła i netografia	122
Spis tabel, wykresów i schematów	125
Aneks. Treść przeprowadzonych ankiet	129
Ankieta dla osób na emeryturze	129
Ankieta dla pracujących	133

Aktywnie ku emeryturze

Albert Einstein napisał, że „Życie można przeżyć tylko na dwa sposoby: albo tak jakby nic nie było cudem, albo tak jakby cudem było wszystko”. Taka pozytywna fascynacja życiem może towarzyszyć nam na wszystkich etapach naszej podróży.

Nasza edukacja, droga zawodowa w ciągu całego życia podlegały naszym wyborom, świadomemu planowaniu. Każdy człowiek przechodzi wiele zmian mających wpływ na styl i jakość życia. Każda z tych zmian jest jakimś wyzwaniem. Aby mu sprostać trzeba być do tego przygotowanym i stale rozwijać narzędzia potrzebne do radzenia sobie z nim. Wejście w okres tzw. *trzeciego wieku*, albo emerytury, jest jednym z takich momentów.

Warto więc poszukać odpowiedzi na pytania: Czy możemy pozostawić „nasz trzeci wiek” jedynie nurtowi rzeki życia, czy też warto by nasza energia, marzenia, plany podążały za nami także na tym etapie życia, by wchodząc w fazę późnej dorosłości świadomie i odpowiedzialnie spojrzeć na nasze życie po zakończeniu aktywności zawodowej? W jaki sposób zwiększyć świadomość społeczną na temat znaczenia wczesnego przygotowania do tej fazy życia?

Nasze społeczeństwo starzeje się szybko, ze względu na poprawę stanu zdrowia, wzrost długości życia, a także niższą liczbę urodzeń, co radykalnie zmienia równowagę między pokoleniami. Liczba osób wchodzących w trzeci wiek i żyjących na emeryturze szybko wzrasta w stosunku do liczebności młodszych pokoleń. Przewiduje się wzrost wskaźniki obciążenia demograficznego w ciągu najbliższych kilku lat. Będzie to miało wpływ na politykę i planowanie wszystkich rządów nie tylko Polski, ale także pozostałych krajów europejskich.

Dzisiejsze pokolenie emerytów, to pokolenie, które w przeważającej większości urodziło się w i dorastało w powojennej Europie, w okresie odbudowy, okresie wzrostu dzietności. To pokoleniu którego życiu towarzyszyły takie

procesy jak: realna integracja kobiet na rynku pracy, powszechny dostęp do edukacji, ogólna poprawa warunków życia. Zaś poziom wykształcenia tego pokolenia jest wyższy niż minionych pokoleń w XX wieku. Dzisiejsi sześćdziesięciolatkowie mają poczucie, że są wykwalifikowanymi, doświadczonymi ludźmi, którzy nie powinni stać się zbędnymi w społeczeństwie w który żyją.

Jednym z kluczy do sukcesu trzeciego wieku jest zachowanie aktywności umysłu, formułowanie nowych pomysłów i pragnień, stawianie przed sobą nowych zadań i poszukiwanie możliwości ich realizacji. Warto wyzbyć się obaw, by nawet na tym etapie życia dokonywać nowych wyborów, wchodzić na nowe ścieżki realizacji samego siebie.

Starość nie musi być okresem wycofania, a odpowiedź na pytanie: Kim jestem, czego pragnę, jakie są moje mocne strony, moje pasje, pragnienia – nie jest przypisana tylko młodości. Nigdy nie jest za późno, aby odkrywać siebie. Do podjęcia nowych zadań, nawet nowej kariery. Ważne są osobiste dialogi, myślenie pozbawione dotychczasowych barier i ograniczeń. Często wymaga to wsparcia, szkoleń i spotkań, które będą pomocne w wyznaczeniu nowych ścieżek rozwoju na każdym etapie naszego życia. Niniejsza publikacja powstała w ramach projektu BALL – *Be Active through Lifelong Learning* Erasmus+. Projekt ten ma na celu ustanowienie wytycznych oraz praktyk zmierzających do jak najlepszego przygotowania do emerytury osób w wieku przedemerytalnym. W sposób szczególny będzie uwzględnione odniesienie do ich środowiska społecznego i kulturowego, oraz konieczność kształcenia ustawicznego i dzielenia się wiedzą i umiejętnościami. Rezultaty prac będą przeznaczone dla wszystkich podmiotów zainteresowanych przygotowaniem obywateli do zbliżającego się „trzeciego wieku”. Celem podjętych działań jest zwrócenie uwagi na zasób wiedzy i doświadczeń ogromnej, i stale rosnącej, grupy osób w „trzecim wieku” oraz jej znaczenie zarówno dla jednostek, jak i całego społeczeństwa.

Cele

Głównym celem badań realizowanych w ramach projektu BALL jest opracowanie innowacyjnych wytycznych i zaleceń do wykorzystania w centrach kształcenia ustawicznego, uniwersytetach, firmach, związkach zawodowych, stowarzyszeniach; również dla władz lokalnych i regionalnych, które chcą przygotować i zachęcić swoich pracowników i klientów, by przygotowali się do „trzeciego wieku”. Projekt i jego rezultaty zostaną wykorzystane do podniesienia świadomości dotyczącej tych ważnych zagadnień, oraz do upowszechniania wyników w całej europejskiej przestrzeni edukacyjnej poprzez światową sieć uniwersytetów trzeciego wieku.

Partnerzy projektu oraz ich profile

W projekcie uczestniczą czterej partnerzy:

- Evris Foundation jest koordynatorem, odpowiedzialnym za zarządzanie i organizację.
- U3A Reykjavik zapewnia swoim członkom możliwość wykorzystania potencjału intelektualnego do prowadzenia działań i prac badawczych.
- Lubelski Uniwersytet Trzeciego Wieku (LUTW) i jego sekcja gerontologii jest odpowiedzialny za tworzenie przyjaznego i inspirującego środowiska dla emerytów, dając im okazję do spotkań, integracji, nauki i rozwoju.
- Program Universidad Permanente de la Universidad de Alicante (UPUA) to program naukowy, kulturalny i społeczny mający na celu promowanie promowania nauki i kultury oraz rozwijanie relacji między pokoleniami w celu poprawy jakości życia starszego pokolenia.

Projekt BALL, określił grupę wiekową od 50. do 70. roku życia, jako grupę docelową dla wczesnych przygotowań. Jego wyniki zostaną wykorzystane dla podniesienia świadomości kwestii związanych z koniecznością przygotowania do przejścia na emeryturę i upowszechnienia wyników w europejskiej i światowej przestrzeni edukacyjnej.

Przygotowaniu do emerytury musi towarzyszyć z jednej strony wsparcie społeczne, a z drugiej, refleksja osobista, gdyż każdy ma prawo i obowiązek decydować o sposobie funkcjonowania na kolejnych etapach życia. Za wspieranie i realizację programów dostosowanych do potrzeb przyszłych emerytów oraz ich indywidualnych możliwości są odpowiedzialne rządy, pracodawcy i inne zainteresowane podmioty.

W procesie tym, z jednej strony, społeczeństwo musi stać się bardziej świadome wartości i potencjału osób starszych, a z drugiej, seniorzy muszą zdać sobie sprawę z tego, że mają przed sobą jeszcze długi okres życia, podczas którego mogą wносить istotny wkład w życie społeczeństwa. Zaangażowanie społeczne i aktywne uczestnictwo mogą zmienić postrzeganie trzeciego wieku, mogą też pomóc społeczeństwu w zrozumieniu, że okres przedemerytalny to etap nakierowany na przygotowanie do aktywnego i bogatszego kolejnego, nowego etapu życia. W tym względzie mogą być użyteczne tradycyjne i nowe programy edukacyjne, nowe systemy emerytalne, elastyczność zatrudnienia oraz stopniowe wygaszanie aktywności zawodowej.

Dotychczasowe badania realizowane w ramach projektu BALL w Islandii, Hiszpanii i Polsce dostarczyły interesujących informacji na temat obecnego stanu przygotowania emerytów do nadal aktywnego życia. Analizy i badania przeprowadzone w pierwszym roku prac w projekcie BALL jednoznacznie pokazały, że istnieją problemy, wyzwania i środki, które stanowią doskonałą bazę

do opracowania rekomendacji i narzędzi do przygotowania przyszłych pokoleń do przyjemnej i efektywnej emerytury. Zaprezentowane w poniższej publikacji wyniki badań zostaną wykorzystane jako analiza potrzeb do sformułowania zaleceń i wytycznych w zakresie przygotowania do przejścia na emeryturę. Tak więc kolejnym wyzwaniem w projekcie „Be Active through Lifelong Learning” jest przygotowanie poradnika z wytycznymi: Jak aktywnie podążać ku emeryturze? Ukazywanie pozytywnych stron późnej dorosłości pozostaje w opozycji do funkcjonujących negatywnych stereotypów społecznych pozwoli na uruchomienie potencjału pięćdziesięciolatków, którzy aktywnie podążają ku emeryturze, nadając jej nowy, upragniony kształt.

Szczególne podziękowania składam Pani Prof. dr hab. Stanisławie Steuden za pomoc, cenne rady, chęć dzielenia się z nami swoją ogromną wiedzą i doświadczeniem.

Serdecznie dziękuję polskiemu zespołowi w projekcie BALL. Dziękuję dr Monice Adamczyk, Izie Kato, Tomkowi Gąsce, Rafałowi Brusowi, że zechcieliście się podjąć tego wyzwania i stworzyli zespół kompetentny, twórczy, wzajemnie wspierający i skuteczny w realizacji wyznaczonych celów.

Małgorzata Stanowska

Koordynator projektu
„Be Active through Lifelong Learning”

Wprowadzenie

Społeczeństwa europejskie od lat podlegają nasilającym się procesom zmian demograficznych, idącym w kierunku zaawansowanej starości społecznej. Także w Polsce zachodzą znaczące zmiany liczby ludności w poszczególnych grupach wiekowych, które wynikają między innymi ze spadku liczby urodzeń oraz wydłużania się przeciętnego trwania życia ludzkiego. Dynamika tych przemian rodzi konieczność doskonalenia posiadanych kompetencji i rozwijania nowych nie tylko wśród ludzi młodych, ale również wśród osób powyżej 50. roku życia. Innym ważnym zagadnieniem, które pojawia się w kontekście zmian demograficznych i stałego wzrostu liczby osób w wieku produkcyjnym niemobilnym i wieku poprodukcyjnym, jest konieczność re kwalifikacji¹ osób dorosłych oraz ich świadome i efektywne przygotowanie się do emerytury.

Re kwalifikacja wiąże się z koniecznością podejmowania przez osoby dorosłe wysiłków edukacyjnych. W dobie stale zwiększającego się udziału osób starszych w społeczeństwach rozwiniętych, edukacja permanentna stała się warunkiem koniecznym do tego, by nabyte wcześniej wiedza i kompetencje osób starszych stanowiły znaczący potencjał rozwijającego się społeczeństwa. Należy jednak pamiętać, że dorośli podejmujący kształcenie, to szczególnie „klient”, który ma inny stosunek do nauki oraz uczy się inaczej niż dzieci czy młodzież. Przede wszystkim, dorośli mają duży zasób doświadczeń, co wpływa na wcześniej wypracowane i utrwalone indywidualne sposoby uczenia się. Zgromadzone przez osoby dorosłe doświadczenia dodatkowo stanowią moty-

¹ Jedną z podstawowych form pozaszkolnej edukacji dorosłych są szkolenia. W dobie organizacji wiedzy szkolenia to nie tylko tradycyjny instruktaż, na poziomie podstaw kształcenia zawodowego, służący zdobywaniu praktycznych umiejętności i wzorowany na formach szkolnych. To, przede wszystkim, ciągłe doskonalenie kompetencji osób pracujących wobec zmieniających się wymagań cywilizacyjno-technologicznych oraz re kwalifikacja adekwatna do bieżących potrzeb rynku.

wację do podejmowania dyskusji i wymiany doświadczeń. Dorośli równolegle realizują różne role życiowe, co powoduje, że na naukę mają niewiele czasu, który wysoko sobie cenią. Stąd, tak bardzo zwracają uwagę na to, aby treści nauczania–uczenia się miały nie tylko walor nowości, ale były użyteczne w ich codziennej pracy, spójne z aktualnymi zadaniami żywotnymi i potrzebami. Jednocześnie, dorośli potrafią docenić cele długookresowe i, w porównaniu do dzieci i młodzieży, traktują je z większą determinacją².

Warunkiem niezbędnym dla sprawnego funkcjonowania społeczeństwa opartego na zasadach solidarności społecznej i międzypokoleniowej, jest stwarzanie możliwości podejmowania przez osoby starsze aktywności na wielu płaszczyznach życia społecznego, politycznego i ekonomicznego. Jest to warunek niezbędny dla pomyślnego starzenia się. Pomyślne starzenie się jest pojęciem bardzo szerokim. W potocznym znaczeniu jest synonimem „dobrego starzenia się” osób już zaawansowanych wiekiem, które mimo upływających lat, zachowują sprawność fizyczną i intelektualną, samodzielność, pogodę ducha i godność. W perspektywie nauk, takich jak psychologia, socjologia czy pedagogika, pomyślne starzenie się odnosi się do wszystkich jednostek dorosłych w kontekście ich przygotowania się do starości jako okresu życia, co daje mu szersze znaczenie³. Z pojęciem pomyślnego starzenia się wiąże się zagadnienie aktywnego starzenia się, które wymusza zmianę nastawienia do starości jako okresu „strat”. W literaturze przedmiotu okres starości bywa określany takim mianem, gdyż to właśnie w tym okresie przechodzi się na emeryturę, często traci się prestiż zawodowy, odchodzą bliskie osoby. Dla znakomitej większości osób starszych okres ten przynosi obniżenie statusu ekonomicznego, skutkujące ograniczeniami w życiu codziennym⁴. Dobrze ilustrują tę sytuację dane z *Diagnozy Społecznej 2013*, w której emeryci i renciści znajdują się w grupie trzech typów gospodarstw domowych dysponujących najniższym dochodem miesięcznym netto.

² Interesującym podręcznikiem prowadzenia szkoleń i kursów dla osób dorosłych jest praca Aldony Andrzejczak, *Projektowanie i realizacja szkoleń*, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2010.

³ J. T. Kowalewski, P. Szukalski, *Wprowadzenie*, w: *Pomyślne starzenie się w perspektywie nauk o pracy i polityce społecznej*, (red.) J. T. Kowalewski, P. Szukalski, Zakład Demografii i Gerontologii Społecznej UŁ, Łódź 2008, s. 7.

⁴ Z badań przeprowadzonych w ramach projektu „Polityka społeczna w regionie – badania, analizy i upowszechnianie” wynika, że ponad połowa osób starszych biorących udział w badaniu, ze względu na brak pieniędzy musi zrezygnować z koniecznego zakupu (52%). Ludzie starsi mogą pozwolić sobie głównie na zabezpieczenie podstawowych potrzeb. Na tygodniowy rodzinny wypoczynek raz w roku stać jedynie 13% badanych, a np. na wymianę mebli 24%. Zespół Obserwatorium Integracji Społecznej w Regionalnym Ośrodku Polityki Społecznej w Lublinie, Raport „Instytucje wobec potrzeb osób starszych”, s. 24, www.obserwatorium.rops.lubelskie.pl. Data dostępu 18.05.2015.

Tab. 1. Dochody netto gospodarstw domowych według grupy społeczno-ekonomicznej i typu aktywności ekonomicznej (luty/marzec 2013 r.)

Grupa społeczno-ekonomiczna i typ aktywności ekonomicznej	Dochody netto w zł na gospodarstwo domowe
Pracownicy	4 118,85
Rolnicy	3 404,03
Pracujący na własny rachunek	5 059,95
Emeryci	2 473,24
Renciści	1 856,81
Utrzymujący się z niezarobkowych źródeł	1 313,30
Bez bezrobotnych	3 496,13
Z bezrobotnymi	2 750,58

Źródło: J. Czapiński, T. Panek, *Diagnoza Społeczna 2013. Warunki i jakość życia Polaków*, Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa 2013.

Starość zmusza do zmiany stylu życia. Niesie to ze sobą nie tylko niekorzystną zmianę sytuacji finansowej, ale również ograniczenie kontaktów, nie tylko ze znajomymi, ale również z rodziną, co może prowadzić do izolacji osób starszych⁵. Polityka promująca aktywne starzenie się zakłada wykorzystanie potencjału tej grupy wiekowej dzięki umożliwieniu tym osobom dalszego uczestnictwa w rynku pracy, jak również w innych niż rynkowe produktywnych działaniach społecznych, co w dalszej perspektywie czasowej przekłada się na zwiększenie niezależności i poprawę stanu zdrowia na tak długo, jak to jest możliwe. Przykładem takich działań, istotnych z punktu widzenia życia społecznego, jest nieodpłatna, nierynkowa działalność ludzi starszych jako wolontariuszy, opiekunów czy uczestników życia politycznego. Szczęólnego znaczenia nabiera udział osób starszych w świadczeniu nieodpłatnych usług opiekuńczych dla swoich rodziców lub małżonków, dzieci i wnuków⁶. Bardzo ważnym zagadnieniem związanym z aktywnym starzeniem się jest zapewnienie osobom starszym niezależnego i autonomicznego środowiska życia, elementy te podobnie jak poprawa stanu zdrowia są również ważne dla aktywnego starzenia się. W przypadku poprawy stanu zdrowia i samodzielności życiowej chodzi o zwiększenie udziału osób starszych w szkoleniach, zajęciach

⁵ H. Zielińska-Więczkowska, K. Kędziora-Kornatowska, T. Kornatowski, *Starość jako wyzwanie*, „Gerontologia Polska” 2008, t. 16, nr 3, s. 132.

⁶ P. Szukalski wskazuje na konieczność redefinicji pełnionych przez seniorów ról, a właściwie na ich „odświeżenie”. P. Szukalski, *Plany zawodowe i przewidywania odnośnie do wieku przechodzenia na emeryturę*, w: *Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się*, P. Szukalski (red.), Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2009, s. 176–206.

rehabilitacyjnych czy zdolności korzystania z nowych technologii⁷. To właśnie wzmocnienie zdolności kompensacji i optymalizacji w codziennych czynnościach pozwoli osobom starszym wzmocnić swoją pozycję w środowisku. Przyjmuje się, że dobre starzenie się wymaga takich działań i stanowi integralną część aktywnego starzenia się.

Starość, to okres w którym „odbija się” jakość wcześniejszego życia. To, jaka ona będzie, zależy w minimalnym stopniu od rzeczywistego wieku, a w znacznie większym stopniu od działań podejmowanych na wcześniejszych etapach życia⁸. Niepowtarzalność ludzkiego życia sprawia, że każdy człowiek starzeje się inaczej. Oczywiście, wszystkich dotyczą ograniczenia fizyczne wynikające ze zmian zachodzących w organizmie, jednak sprawność fizyczna nie jest jedynym wskaźnikiem mierzenia stopnia zaawansowania procesów starzenia się i starości. Jak pisze Maria Braun-Gałkowska – „Starość jest okresem, kiedy jedne kwiaty już nie kwitną, ale jest czas i pora na inne. Nie zawsze jednak umiemy zachwycić się nową barwą kwiatów, trzymając się kurczowo dawnych, już więdnących. Najważniejszą sprawą jest zrozumienie, że starość jest okresem zmiany możliwości – z możliwości typu zewnętrznego na możliwości raczej wewnętrzne”⁹.

Celem prezentowanej publikacji jest przedstawienie wyników badania przeprowadzonego w ramach projektu BALL – *Be Active through Lifelong Learning* realizowanego przez Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej Oddział w Lublinie – Lubelski Uniwersytet Trzeciego Wieku, Fundację EVRIS w Reykjavíku (Islandia) – koordynatora projektu, Uniwersytet Trzeciego Wieku w Reykjavíku oraz Universidad Permanente de la Universidad de Alicante w Hiszpanii.

Prezentowane dane dotyczą trendów demograficznych i zjawisk typowych dla starzenia się ludności w Polsce i stanowią punkt wyjścia do pogłębionych analiz porównawczych pozwalających na ocenę obszarów newralgicznych dla procesu aktywnego starzenia się.

⁷ AAI Indeks Aktywnego Starzenia się, <http://www1.unece.org/stat/platform/display/AAI/Active+Ageing+Index+Home>. Data dostępu 24.06.2015.

⁸ Por. Z. Szarota, *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej w Krakowie, Kraków 2005.

⁹ M. Braun-Gałkowska, *Nie wszystkie kwiaty zakwitają razem, kilka myśli o starości*, Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej Oddział w Lublinie, Lublin 2015, s. 10.

Rozdział 1.

Osoby starsze w perspektywie społeczno-demograficznej

1.1. Stan ludności Polski

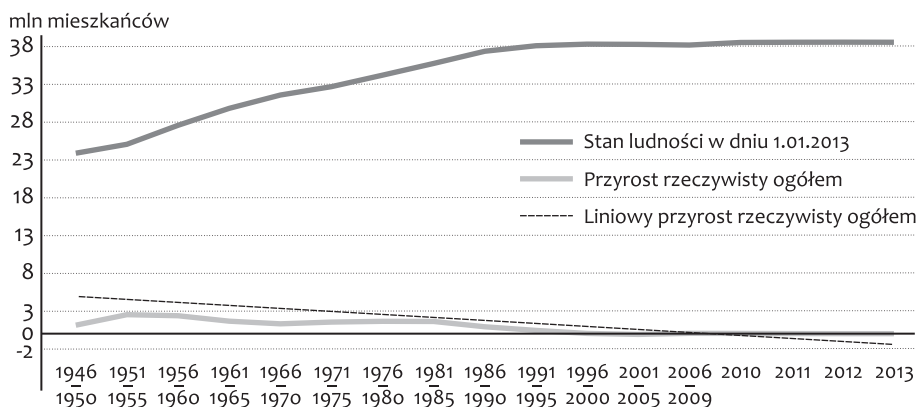
Zgodnie z danymi Głównego Urzędu Statystycznego liczba ludności w Polsce w 2013 roku wynosiła 38 495 659 osób¹⁰, z czego w miastach żyło 23 257 909 osób, a na wsi 15 237 750¹¹. Rzeczywisty przyrost ludności był ujemny i wyniósł $-0,1\%$ ¹². Ogółem, w miastach odnotowano ujemny przyrost rzeczywisty $-0,3\%$, a w obszarach wiejskich, w przeciwieństwie do miast, odnotowano do-

¹⁰ Informacje dotyczące liczby ludności w Polsce Główny Urząd Statystyczny opracowuje metodą bilansową. Polega ona na przyjęciu za punkt wyjścia wyników ostatniego Narodowego Spisu Powszechnego, do których dodawane są liczby urodzeń, a odejmowane liczby zgonów mających miejsce w ciągu badanego okresu – na podstawie informacji pozyskiwanych z urzędów stanu cywilnego. Wielkość ta obejmuje wszystkie osoby, które w ciągu badanego okresu były stałymi mieszkańcami Polski, również te przebywające czasowo za granicą, ale mające stałe zameldowanie w Polsce. Bilans ludności Polski uwzględnia również saldo migracji zagranicznych na pobyt stały, określone na podstawie badań GUS. *Komunikat dotyczący liczby mieszkańców*. <http://stat.gov.pl/dla-mediow/komunikaty-prasowe/komunikaty-i-oswiadczenia/wyjasnienie-dotyczace-liczby-mieszkancow-polski,10,1.html>. Data dostępu 6.11.2014. Eurostat: <http://epp.eurostat.ec.europa.eu/tgm/table.do?tab=table&init=1&lang=age=en&pcode=tps00001&plugin=1>.

¹¹ GUS, *Rocznik Demograficzny, Stan i struktura ludności*, Warszawa 2014, s. 80–81. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/roczniki-statystyczne/roczniki-statystyczne/rocznik-demograficzny-2014,3,8.html>. Data dostępu 10.08.2015.

¹² Przyrost rzeczywisty (stopa przyrostu ludności) jest to iloraz liczby ludności na koniec badanego okresu i liczby ludności na koniec poprzedniego okresu. GUS, *Rocznik Demograficzny 2014*. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/roczniki-statystyczne/roczniki-statystyczne/rocznik-demograficzny-2014,3,8.html>. Data dostępu 10.08.2015.

datni przyrost rzeczywisty, który wyniósł $+0,3\%$ ¹³. Zmiany w bilansie ludności Polski od 1946 do 2013 roku prezentuje wykres 1.



Wykres 1. Bilans przyrostu rzeczywistego w Polsce w latach 1946-2013.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych GUS, *Rocznik Demograficzny 2014*

Widoczna na wykresie linia trendu przyrostu rzeczywistego ludności obrazuje negatywne zmiany zachodzące w stanie liczebności Polaków od roku 1946. Ludność w wieku od 15 do 64 lat w 2013 roku liczyła 27 051 625 osób, a w wieku 65 lat i więcej – 5 672 608 osób, co stanowiło 14,7% populacji Polaków. Jeśli spojrzymy na te dane uwzględniając stosowany w ekonomii podział na fazy życia związane z aktywnością zawodową, to zauważymy, że w fazie wieku przedprodukcyjnego w 2013 roku było 6 995 362 osób (18,2%), w wieku produkcyjnym 24 422 146 (63,4%), a w wieku poprodukcyjnym 7 078 151 osób (18,4%). Co ważne, uwzględniając wytyczne UE dotyczące podejmowania działań mających na celu przygotowanie grupy wiekowej 50+ do aktywnego starzenia się, grupą wymagającą szczególnej uwagi jest grupa w wieku produkcyjnym niemobilnym¹⁴. Podział osób znajdujących się w wieku produkcyjnym na wiek mobilny (15 337 852 osób w 2013 roku) i niemobilny (9 084 294 osób

¹³ Tamże.

¹⁴ Wiek mobilny – przedział wiekowy zawierający się w wieku produkcyjnym i obejmujący osoby, które są zdolne do zmiany stanowiska, miejsca pracy lub ewentualnego przekwalifikowania się. Wiek mobilny określa się zazwyczaj jako przedział między 18. a 44. rokiem życia, niezależnie od płci. Wiek niemobilny – przedział wiekowy zawierający się w wieku produkcyjnym i obejmujący osoby, które są mniej skłonne do zmiany miejsca pracy, do kształcenia lub przekwalifikowania się w celu zmiany stanowiska. Przedział wieku niemobilnego określony jest zwykle jako 45–59 lat dla kobiet i 45–64 lata dla mężczyzn. GUS, http://old.stat.gov.pl/gus/definicje_PLK_HTML.htm?id=POJ-3089.htm. Data dostępu 6.11.2014.

w 2013 roku) stanowi istotny wskaźnik potencjału możliwości wykorzystania zasobów kapitału ludzkiego, społecznego¹⁵ i kulturowego tej grupy wiekowej i jej zdolności produkcyjnych. Kapitał ludzki, w postaci nie tylko wykształcenia i umiejętności, kwalifikacji zawodowych, ale również w postaci zdrowia gotowości do uczenia się przez całe życie, ma wymierne wartości ekonomiczne i staje się czynnikiem ważniejszym dla efektywnej produkcji niż klasyczne środki¹⁶.

1.2. Średnia długość życia

Analizując zmianę struktury ludności Polski według grup wiekowych (45–64 lata oraz 65 lat i więcej) od 1990 roku wyłania się obraz starzejącego się społeczeństwa.

Tab. 2. Udział poszczególnych grup wiekowych w ogólnej populacji Polaków w przedziale czasowym 1990–2013

Grupa wiekowa	1990	2000	2010	2013
	[%]			
Ludność w wieku 0–19 lat	32,5	27,8	21,5	20,5
w tym w wieku 0–14 lat	24,9	19,1	15,2	15,0
Ludność w wieku 20–44 (wiek mobilny)	37,7	36,3	37,3	37,6
Ludność w wieku 45–64	19,6	23,5	27,7	27,2
Ludność w wieku 65 lat i więcej	10,2	12,4	13,5	14,7

Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych GUS, *Rocznik Demograficzny 2014*

Cechą charakterystyczną procesu zmian demograficznych, jakim podlega społeczeństwo polskie jest – obok wzrostu udziału osób w wieku 65+ w populacji ogólnej i spadku dzietności – również średnia długość życia wydłużona na skutek poprawy jego warunków. Jeśli prześledzimy średnią długość życia przeciętnego Polaka, Hiszpana i Islandczyka w latach 1995–2012, to możemy zaobserwować wzrost trwania życia ludzkiego wprawdzie we wszystkich trzech krajach, ale przekroczenie progu sędziwej starości tylko w Hiszpanii i Islandii¹⁷. Nie oznacza to jednak, że Polska pod względem dynamiki długości trwania życia pozostaje w tyle za tymi krajami. Wprost przeciwnie, biorąc

¹⁵ O zagadnieniach teorii kapitału społecznego i kulturowego można znaleźć w: M. Adamczyk, *Wprowadzenie do teorii kapitału społecznego*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2013.

¹⁶ Por. M. Bratnicki, W. Dyduch (2007), *Measuring Corporate Entrepreneurship and Relating it to Performance: What Really Matters for Fast Growth and Superior Effects?* (Summary), *Frontiers of Entrepreneurship Research*: Vol. 27: Iss. 21, Article 4.

¹⁷ Za starość sędziwą uznaje się przekroczenie 80 roku życia.

pod uwagę wskaźnik wzrostu długości trwania życia pomiędzy 1995 a 2012 rokiem, dla Polski jest on najwyższy (Polska – 6,7%, Islandia – 6,4%, Hiszpania – 5,6%). Powyższe tendencje ilustruje tab. 3.

Tab. 3. Przeciętne trwanie życia w latach

Kraj	Rok													
	1995	2000	2001	2002	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012
Hiszpania	78,1	79,3	79,8	79,8	79,7	80,4	80,3	81,1	81,1	81,5	81,9	82,4	82,6	82,5
Islandia	78,0	79,7	80,7	80,6	81,0	81,1	81,5	81,2	81,5	81,6	81,8	81,9	82,4	83,0
Polska	71,9	73,7	74,2	74,5	74,6	74,8	75,0	75,1	75,2	75,5	75,7	76,2	76,5	76,7

Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych GUS, *Statystyka Międzynarodowa*, <http://stat.gov.pl/statystyka-miedzynarodowa/porownania-miedzynarodowe/tablice-o-krajach-wedlug-tematow/terytorium-i-ludnosc/>. Data dostępu 6.11.2014.

Opierając się na wartościach przeciętnego trwania życia, Główny Urząd Statystyczny ustalił dystans, jaki dzieli Polskę do krajów europejskich pod kątem trwania życia. W 2012 roku wyniósł on 20 lat dla mężczyzn i 13 lat dla kobiet. Pozwoliło to na stworzenie trzech wariantów prognozy trwania życia. Wariant pierwszy – „średni” – zakłada utrzymujące się na tym samym poziomie opóźnienie Polski w stosunku do krajów rozwiniętych. W 2030 roku wyniesie on 20 lat dla mężczyzn i 13 lat dla kobiet, podobnie w 2050 roku. Drugi wariant – „niski” – zakłada, że opóźnienie utrzyma się na tym samym poziomie do 2025 roku, ale w kolejnych latach nastąpi spowolnienie tempa obniżania umieralności. Dystans Polski do krajów rozwiniętych zwiększy się do 25 lat dla mężczyzn i 18 lat dla kobiet. Trzeci wariant – „wysoki” – zakłada, że dystans Polski do krajów rozwiniętych będzie stopniowo zmniejszać się przez cały okres prognozy, co oznacza 18 lat dla mężczyzn i 12 lat dla kobiet w 2025 roku i odpowiednio 15 i 10 lat w 2050 roku. Oznacza to, że w 2050 roku mężczyźni przy niezmiennych warunkach wymierania ludności, będą żyli w wariancie „średnim” 83 lata, a kobiety 88,4 lat, w wariancie „niskim” odpowiednio 81,8 i 87,6 lat, a w wariancie „wysokim” odpowiednio 84,1 i 89 lat¹⁸.

¹⁸ GUS, *Prognoza ludności na lata 2014-2050*, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy, Warszawa 2014, s. 76. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/prognoza-ludnosc/prognoza-ludnosc-na-lata-2014-2050-opracowana-2014-r-1,5.html>. Data dostępu 16.08.2015.

1.3. Feminizacja i singularyzacja starości

Prezentowane powyżej dane wskazują na dalsze istotne zagadnienia związane ze starzeniem się społeczeństwa polskiego. W 2025 roku średnia długość dalszego życia przeciętnej Polki po ukończeniu 65 roku życia będzie wynosić 19,9, a Polaka – 15,4 lat¹⁹. Jak wynika z danych zawartych w *Diagnozie Społecznej 2013*²⁰, wskaźnik osób w wieku 60 lat i więcej wyniósł 20,9%. Widoczna jest znaczna przewaga odsetka kobiet nad mężczyznami w tej grupie wiekowej. Udział osób w wieku 60 lat i więcej w populacji mężczyzn wynosi 17,6%, a dla kobiet osiąga poziom 24%²¹. Także w wieku niemobilnym – istotnym z punktu widzenia profilaktyki i przygotowania do aktywnego starzenia się – mamy do czynienia z feminizacją tej grupy wiekowej, choć w mniejszym stopniu. Osoby w wieku 45–64 lata (uwzględniając definicję wieku niemobilnego przyjętą dla kobiet i mężczyzn łącznie) stanowią 27,1% populacji ogółem, przy czym 13,1% Polaków w wieku 45–64 lata, to mężczyźni, a 14% to kobiety²². Feminizacja starości szczególnie dotyczy etapów nazywanych w literaturze przedmiotu „trzecim” i „czwartym wiekiem”. Trzeci wiek, czyli oficjalna starość, rozpoczyna się kiedy w świetle prawa przechodzi się na emeryturę²³, „wiek czwarty”

¹⁹ Eurostat, *Średnia długość życia w wieku 65 lat z uwzględnieniem płci*. http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/population/data/main_tables. Data dostępu 3.09.2015.

²⁰ Cykliczne badanie sondażowe realizowane na reprezentatywnej statystycznie próbie gospodarstw domowych. Struktura próby członków gospodarstw domowych w wieku 60 lat i więcej objętych badaniem w „Diagnozie społecznej 2013” jest również statystycznie reprezentatywna dla populacji tej grupy wiekowej Polaków. W 2013 roku badanie objęło ogółem 12 355 gospodarstw domowych. Badanie realizowane metodą panelową, do tej pory zrealizowano 7 fal badania. Zob. J. Czapinski, T. Panek, *Diagnoza Społeczna 2013. Warunki i jakość życia Polaków*, Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa 2013.

²¹ J. Czapinski, T. Panek, *Diagnoza Społeczna 2013...*, s. 36; Współczynnik feminizacji określa się na podstawie wzajemnych relacji między liczbą kobiet i mężczyzn, tj. liczba kobiet przypadających na 100 mężczyzn. W Polsce w 2013 roku przypadało 106,6 kobiet na 100 mężczyzn; EUROSTAT <http://epp.eurostat.ec.europa.eu/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&pcode=tps00011&plugin=1> 08.09.2015.

²² GUS, *Stan i struktura ludności oraz ruch naturalny w przekroju terytorialnym w 2014 r. Stan w dniu 31 XII*. Warszawa 2015. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/ludnosc-stan-i-struktura-ludnosci-oraz-ruch-naturalny-w-przekroju-terytorialnym-2014-r-31-xii-2014-r-6,17.html> Data dostępu 24.07.2015.

²³ Od dnia 1 stycznia 2013 r., na mocy ustawy z dnia 11 maja 2012 r. o zmianie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych oraz niektórych innych ustaw (Dz.U. z 2012 r., poz. 637), powszechny wiek emerytalny dla osób urodzonych przed dniem 1 stycznia 1949 r. wynosi: 60 lat dla wszystkich kobiet, 65 lat dla wszystkich mężczyzn urodzonych przed dniem 1 stycznia 1948 r., 65 lat i 1 miesiąc dla mężczyzn urodzonych od dnia 1 stycznia do dnia 31 marca 1948 r., 65 lat i 2 miesiące dla mężczyzn urodzonych od dnia 1 kwietnia 1948 r. do dnia 30 czerwca 1948 r., 65 lat i 3 miesiące dla mężczyzn urodzonych od dnia 1 lipca 1948 r. do dnia 30 września 1948 r., 65 lat i 4 miesiące dla

rozpoczyna się w wieku 75–80 lat²⁴. W populacji osób starszych większość stanowią kobiety – 61%, co oznacza że na 100 mężczyzn przypada 160 kobiet. Wskaźnik feminizacji dla ogółu ludności Polski wynosi 107²⁵. Ze zjawiskiem feminizacji starości wiąże się występujące w Polsce zjawisko nadumieralności mężczyzn²⁶ i zróżnicowanie parametrów trwania życia²⁷. Jak wynika z danych zawartych w *Prognozie ludności na lata 2014–2050*, opracowanej przez GUS, zjawisko to utrzymuje się na wysokim poziomie od lat. W 1991 roku różnica pomiędzy przeciętną długością życia kobiet i mężczyzn wynosiła 9,2 lat, w okresie 2006–2008 – 8,7 lat, a w roku 2013 spadła do 8 lat²⁸.

Z punktu widzenia aktywnego starzenia się, obok długości trwania życia, istotne znaczenie ma trwanie życia w zdrowiu²⁹. Jak wynika z analiz dotyczących aktywności osób starszych, czynnikiem determinującym podjęcie jakiegokolwiek aktywności jest stan zdrowia. W 2012 roku trwanie życia w zdrowiu w Polsce wyniosło dla mężczyzn ponad 80% przewidywanego życia, co ozna-

mężczyzn urodzonych od dnia 1 października 1948 r. do dnia 31 grudnia 1948 r. Zakład Ubezpieczeń społecznych, Baza wiedzy, <http://zus.pl/default.asp?p=4&id=190>. Data dostępu 4.11.2014.

²⁴ Zob. M. Mossakowska, A. Więcek, P. Błędowski, *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludności w Polsce*, Poznań 2012.

²⁵ GUS, *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się struktury ludności w świetle prognozy na lata 2014–2050*, Warszawa 2014, s. 3. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnosci-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html> Data dostępu 10.12.2014.

²⁶ Nadumieralność w języku pojęć stosowanych w statystyce publicznej oznacza natężenie umieralności grupy osób wykazującej umieralność wyrażnie wyższą niż inna lub kilka innych grup. Wskaźnik nadumieralności jest miarą względną, wyrażoną procentowo jako stosunek np. współczynnika zgonów mężczyzn do współczynnika zgonów kobiet. GUS, Portal informacyjny http://old.stat.gov.pl/gus/definicje_PLK_HTML.htm?id=POJ-3089. htm. Data dostępu 6.11.2014.

²⁷ Standaryzowany współczynnik zgonów dla mężczyzn jest znacznie wyższy i wynosił w 2012 roku 10,4‰, podczas gdy dla kobiet 8,7‰. Ta niekorzystna przewaga jest obserwowana we wszystkich grupach wieku. Z danych GUS wynika, że współczynnik zgonów mężczyzn poniżej 60. roku życia jest 2,5–3-krotnie wyższy niż u kobiet w tym wieku. W wieku starszym, tj. 60 lat i więcej, różnica ta zmniejsza się do 25–30%. Dominującymi przyczynami zgonów w Polsce są choroby układu krążenia, nowotwory oraz urazy i zatrucia. W 2012 r. stanowiły one 77,9% wszystkich zgonów. Prawie co drugi zgon jest powodowany chorobami układu krążenia. GUS, *Prognoza ludności na lata 2014–2050*, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy, Warszawa 2014, s. 63.

²⁸ GUS, *Prognoza ludności na lata 2014–2050*, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy, Warszawa 2014, s. 73. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/prognoza-ludnosci/prognoza-ludnosci-na-lata-2014-2050-opracowana-2014-r-1,5.html>. Data dostępu 15.08.2015.

²⁹ Wskaźnik przeciętnego trwania życia w zdrowiu określa dla danej osoby (o określonej płci i wieku) średnią liczbę lat życia bez niepełnosprawności.

cza, że mężczyzna urodzony w 2012 roku przez pierwsze 59 lat będzie cieszył się życiem bez ograniczeń spowodowanych niepełnosprawnością. W przypadku kobiet, okres taki wynosi 63 lata³⁰. Taki stan rzeczy oznacza, że potencjalnie wysoki poziom aktywności będzie wydłużać się wraz z wydłużaniem trwania życia w zdrowiu. To nie oznacza, że samo wydłużenie okresu życia bez dolegliwości spowodowanych niepełnosprawnością automatycznie przełoży się na podniesienie poziomu aktywności wśród seniorów. Jak wskazują autorzy raportu *Aktywność społeczna osób starszych*, zwiększenie poziomu aktywności wymaga szeregu działań, między innymi w obszarach: równego dostępu do rynku pracy, upowszechnienia dobrych praktyk zarządzania wiekiem w zakładach pracy, rozszerzenia katalogu działań profilaktycznych podejmowanych w zakresie działań prozdrowotnych, podniesienia poziomu aktywności fizycznej seniorów itp.³¹

Kolejną konsekwencją demograficznego starzenia się społeczeństwa polskiego jest singularyzacja. W jej wyniku ma miejsce coraz częstsze samotne zamieszkiwanie osób starszych. Jak przewidują prognozy GUS, ten stan rzeczy będzie się utrzymywał. Koniecznością staje się z jednej strony przygotowanie systemu opieki, a z drugiej strony podniesienie poziomu szeroko rozumianej aktywności, nie tylko osób powyżej 65. roku życia, ale również osób w wieku niemobilnym. Takie przygotowanie populacji dorosłych Polaków pozwoli na efektywniejsze i pełniejsze wykorzystanie potencjału jakim dysponują te grupy wiekowe. Według prognoz GUS, w 2030 roku 53,3% gospodarstw jednoosobowych będzie prowadzonych przez osoby w wieku co najmniej 65 lat, w tym 17,3% przez osoby w wieku 80 lat i więcej³².

³⁰ GUS, Prognoza ludności na lata 2014-2050, .s. 75.

³¹ J. Czapiński, P. Błędowski, *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście recepcji Polaków. Diagnoza Społeczna 2013*. Raport tematyczny, Warszawa 2014, s. 91-92. http://analizy.mpips.gov.pl/images/stories/publ_i_raporty/DS2013/Raport_Aktywnosc_spoleczna_osob_starszych.pdf Data dostępu 15.08.2015

³² Tamże.

Rozdział 2.

Obszary aktywności osób starszych

2.1. Aktywność społeczna

Na wstępie należy zauważyć, że aktywność społeczna seniorów rozumiana jako zaangażowanie na rzecz wspólnoty lokalnej, rodziny, najbliższego sąsiedztwa w formie wolontariatu, bądź też w sposób niesformalizowany jest jedną z wielu form ich aktywności. Należy jednak pamiętać, że działalność wolontarystyczna formalna, nieformalna, czy też filantropia w bardzo istotny sposób przyczynia się do podniesienia jakości życia. Autorzy badania *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków* wskazują na szereg korzyści, jakie zdaniem osób zaangażowanych w działania na rzecz innych, daje taka forma aktywności. Są to między innymi: korzyści psychologiczne (uczucie bycia potrzebnym innym, przyjemność płynąca z podejmowania tego typu działalności), korzyści wynikające z nawiązywania relacji towarzyskich i społecznych (szacunek i sympatia innych, możliwość nawiązania kontaktów i bycie w grupie), korzyści bezpośrednie (zdobycie nowych umiejętności lub doświadczeń)³³. Działalność na rzecz innych osób – jak się okazuje – może zmniejszać występowanie deficytów w obszarze życia społecznego, szczególnie w przypadku osób starszych³⁴.

³³ P. Adamiak, *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków. Wolontariat, Filantropia, 1% i wizje-runek organizacji pozarządowych*. Raport z badania 2013, Stowarzyszenie KLON/JAWOR, Warszawa 2014, s. 47–49.

³⁴ W literaturze przedmiotu panuje zgodność co do występowania w społeczeństwie polskim zjawiska *ageizmu* – czyli dyskryminacji ze względu na wiek. Wskazywana jest różna skala tego zjawiska, jednak panuje ogólna zgodność co do jego istnienia. Zob.: J. Nawrocka (red.), *Spoleczne doświadczenie starości. Stereotypy, postawy, wybory*, Impuls, Kraków 2013; M. Mossakowska, A. Więcek, P. Błędowski (red.), *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce* (Polsenior), Termedia Wydawnictwa Me-

W przypadku społeczeństwa polskiego należy wyraźnie zaznaczyć różnice w poziomie zaangażowania formalnego w ramach jakiś struktur i zaangażowania bezpośredniego. Jak wynika z raportu GUS *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym – 2011*, udział osób dobrowolnie poświęcających swój czas na pracę niezarobkową w 2010 roku wyniósł 18% – w zakresie pracy społecznej w ramach różnych struktur organizacyjnych oraz 45% – w odniesieniu do pomagania innym bez pośrednictwa organizacji lub instytucji. Zaangażowanie w wolontariat w organizacjach, grupach lub instytucjach deklarowało 10% badanych, zaś w pracę niezarobkową świadczoną bezpośrednio na rzecz rodziny spoza własnego gospodarstwa domowego, osób znajomych lub nieznajomych, społeczeństwa lub środowiska – 26%. Co ważne, w bezpośrednie pomaganie rodzinie, znajomym, nieznajomym lub środowisku ponadprzeciętnie angażowały się osoby w wieku 45–64 lata (31% z nich, tj. o 14% więcej niż w populacji ogółem)³⁵. Osoby starsze nie tylko chętniej pomagają w sposób bezpośredni przyjaciołom i rodzinie, także ich opinia o sensowności wspólnie podejmowanych działań jest bardziej sceptyczna niż innych grup wiekowych. Z badań przeprowadzonych przez Centrum Badania Opinii Społecznej³⁶ w 2014 roku wynika, że 66% osób w wieku 64 lata i więcej wyraża przekonanie o skuteczności wspólnego działania na rzecz rozwiązywania problemów w środowisku lokalnym³⁷. Jednak w zestawieniu z innymi grupami wiekowymi, seniorzy okazują się być najbardziej sceptycznie nastawieni do wspólnego działania. Znacznie bardziej pozytywnie nastawione do takich działań są osoby urodzone pomiędzy 1951

dyczne, Poznań 2012. W polskiej rzeczywistości społecznej można wskazać trzy zasadnicze obszary występowania dyskryminacji ze względu na wiek: 1) Obszar zatrudnienia – m.in. zmuszanie osób starszych do przejścia na emeryturę, rzadkie zatrudnianie osób starszych, uniemożliwianie korzystania ze szkoleń, w których uczestniczą młodszy pracownicy. 2) Obszar opieki zdrowotnej – obowiązywanie stereotypu starszy pacjent to trudny pacjent, odmowa leczenia z uwagi na zaawansowany wiek, brak rzetelnej informacji o świadczeniach, lekach przysługujących osobom starszym. 3) Obszar ubezpieczeń i dostępu do dóbr kultury – kształtowanie negatywnego wizerunku starości w mediach, pobieranie wyższych składek ubezpieczenia zdrowotnego. Por.: *Rynek pracy a osoby bezrobotne 50+. Bariery i szanse. Raport*, Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa 2007; B. Tokarz (red.), *Stop dyskryminacji ze względu na wiek. Głos ekspertów, doświadczenia osób starszych. Raport*, Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa 2005.

³⁵ GUS, *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym – 2011*, Warszawa 2012, s. 77–85. http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/GS_wolontariat_i_inne_formy_pracy_niezarobk_2011.pdf Data dostępu 9.11.2014.

³⁶ Badanie *Aktywność społeczna Polaków* przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich (*face-to-face*) wspomaganych komputerowo (CAPI) w dniach 6–12 marca 2014 roku na liczącej 1098 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

³⁷ CBOS, *Aktywność społeczna Polaków*, nr 60/2014, Warszawa 2014, s. 3. http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2014/K_060_14.PDF. Data dostępu 7.11.2014.

a 1966 rokiem (76% badanych) oraz osoby urodzone od 1967 do 1996 roku (82%)³⁸. W przypadku aktywności społecznej podejmowanej indywidualnie na rzecz członków własnej rodziny (niezamieszkujących wspólnie z respondentem), przyjaciół, znajomych, sąsiadów lub osób nieznajomych, a także jakiejś społeczności, środowiska naturalnego lub własnej miejscowości, duże znaczenie ma wiek. Podobnie jak w przypadku opinii na temat skuteczności wspólnego działania, tak i w tym przypadku obowiązuje reguła – im starsi respondenci, tym mniejszy poziom zaangażowania.

Tab. 4. Poświęcanie wolnego czasu na dobrowolną i nieodpłatną pomoc lub pracę na rzecz innych w ciągu ostatnich 12 miesięcy

	Urodzeni		
	do 1942 roku	od 1943 do 1950 roku	od 1951 do 1996 roku
Podejmujący indywidualnie nieodpłatne działania na rzecz innych	54%	69%	82%
Nipodejmujący takich działań	46%	30%	17%

Źródło: Opracowanie na podstawie CBOS, *Aktywność społeczna Polaków 2014*

Autorzy raportu podkreślają, że zaangażowanie społeczne Polaków, w tym osób starszych, jest na niskim poziomie. Prawie co piąty badany przyznaje, że w ciągu dwunastu miesięcy poprzedzających badanie poświęcił swój wolny czas na dobrowolną i nieodpłatną pracę w jakiejś organizacji pozarządowej (stowarzyszeniu, fundacji), kościele czy innej organizacji (19%)³⁹. Przykładem ciągle niewykorzystanego potencjału kapitału ludzkiego i społecznego osób starszych jest działalność wolontaryjna tej grupy wiekowej⁴⁰. Dla przykładu,

³⁸ Tamże, s. 3-4.

³⁹ Tamże, s. 7-8.

⁴⁰ Należy odróżnić wolontariat formalny – czyli poświęcanie czasu lub podejmowanie działalności bez wynagrodzenia na rzecz organizacji lub grup społecznych za pośrednictwem organizacji, od wolontariatu nieformalnego – poświęcanie swojego czasu lub praca bez wynagrodzenia na rzecz osób spoza rodziny i kręgu znajomych lub też na rzecz swojego otoczenia (społeczności lokalnej, sąsiedztwa, miejscowości), wykonywana bez pośrednictwa organizacji lub grup społecznych. P. Adamiak, *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków. Wolontariat, Filantropia, 1% i wizerunek organizacji pozarządowych. Raport z badania 2013*, Stowarzyszenie KLON/JAWOR, Warszawa 2014, s. 5. W Polsce wolontariat nieformalny, to przede wszystkim działania podejmowane na rzecz osób spoza kręgu rodziny i znajomych. Zgodnie z badaniami Stowarzyszenia KLON/JAWOR, w tego typu działania zaangażowanych jest 16% Polaków. Drugą formą aktywności społecznej są działania na rzecz społeczności lokalnej, sąsiadów, miejscowości, wspólnoty mieszkaniowej. W taką działalność angażuje się 14% Polaków, jednak dla 2/3 zaangażowanie, czy to na rzecz osób, czy społeczności, miało charakter sporadyczny. Tamże, s. 9.

w województwie mazowieckim⁴¹ jedynie co piąta organizacja współpracuje z wolontariuszami seniorami⁴². Należy pamiętać, że seniorzy przeciętnie 61% swego wolnego czasu spędzają w domu. Ponad 1/4 seniorów (27%) spędza w domu cały swój wolny czas. To oznacza, że przeciętny senior mógłby poświęcić tygodniowo kilka godzin na pracę jako wolontariusz, oczywiście zależnie od stanu zdrowia. Z badań przeprowadzonych przez Stowarzyszenie KLON/JAWOR wynika, że wolontariuszami w Polsce są głównie osoby młode, dobrze wykształcone oraz lepiej zarabiające⁴³.

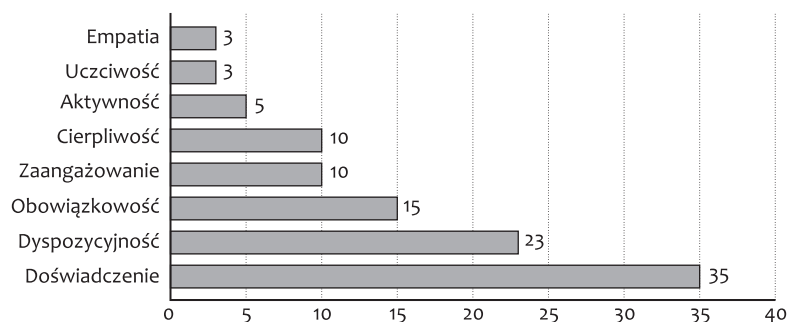
Organizacje współpracujące z seniorami wskazują na kilka istotnych cech, które są atutami tej grupy wolontariuszy. Na pierwszym miejscu wymieniają wspomniane już doświadczenie, nie mniej ważne są jednak ich zdaniem również: dyspozycyjność, odpowiedzialność, obowiązkowość, zaangażowanie, spokój i cierpliwość. Przeprowadzone przez Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu badanie pozwoliło na stworzenie katalogu zalet wolontariuszy seniorów (wykres 2).

Ten katalog cech obala rozpowszechnione przekonanie, że osoby starsze – starsi wiekiem pracownicy czy wolontariusze – wykonują swoje obowiązki gorzej niż ich młodszy koledzy. Oczywiście, nie można mówić tu o pracach wymagających dużej siły fizycznej, której wraz z wiekiem ubywa. Wskazane cechy odnoszą się do prac wymagających dokładności, sumienności i cierpliwości, co predysponuje wolontariuszy seniorów do prac z dziećmi lub innymi

⁴¹ Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu w 2012 roku, w ramach projektu „Aktywni seniorzy – aktywni wolontariusze” dofinansowanego z funduszy Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012-2013, zleciło przeprowadzenie badania „Wolontariat seniorów w województwie mazowieckim”. Celem badania było diagnozowanie oraz szacowanie potencjału wolontariatu seniorów. Pomiar objął dwie grupy: seniorów i korzystające z ich usług organizacje. W przypadku seniorów próba całkowita wyniosła 506 osób, w przypadku organizacji było to 120 instytucji. Badanie odbyło się w dwóch etapach: Desk-research + jakościowy pomiar pogłębiony (FGI – *fokus group interview* – seniorzy). Etap drugi objął badaniami ilościowymi seniorów i organizacje.

⁴² Innym przykładem badań dotyczących wolontariatu, w tym wolontariatu podejmowanego przez osoby starsze, jest badanie „Wolontariat w pomocy społecznej na terenie województwa lubelskiego”, które zostało przeprowadzone na przełomie maja i czerwca 2011 roku przez Zespół Obserwatorium Integracji Społecznej w Regionalnym Ośrodku Polityki Społecznej w Lublinie, w ramach projektu systemowego „Koordynacja na rzecz aktywnej integracji” Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki, Priorytet I, Działanie 1.2. Badanie miało charakter dwuetapowy i było skierowane do 385 jednostek organizacyjnych pomocy społecznej funkcjonujących na terenie województwa lubelskiego. Ankiety i wyniki badań dostępne są na stronie internetowej ROPS Lublin: www.obserwatorium.rops.lubelskie.pl.

⁴³ P. Adamiak, *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków. Wolontariat, Filantropia, 1% i wizje-runek organizacji pozarządowych. Raport z badania 2013*, Stowarzyszenie KLON/JAWOR, Warszawa 2014.



Wykres 2. Katalog zalet wolontariuszy seniorów.

Źródło: Opracowanie na podstawie badania „Wolontariat seniorów w województwie mazowieckim” zleconego przez Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu w 2012 roku

osobami starszymi⁴⁴. Przekłada się to również na główne obszary, w których wolontariusze seniorzy działają. Można wskazać na sześć zasadniczych obszarów: edukacja, zdrowie, kultura i sztuka, ubóstwo, młodzież z problemami w nauce oraz niepełnosprawność. Co ważne, seniorzy chętnie działają na rzecz grup zagrożonych wykluczeniem społecznym⁴⁵. Wykorzystanie tego potencjału dobrowolnej aktywności i działalności na rzecz dobra wspólnego mogłoby przynieść znacznie więcej korzyści niż kosztowne programy rządowe. Przytaczane już badania Stowarzyszenia Centrum Wolontariatu wskazują, że seniorzy najchętniej pomagają swoim rówieśnikom oraz osobom starszym od siebie, a także dzieciom i ofiarom klęsk żywiołowych⁴⁶.

⁴⁴ Warto w tym miejscu nadmienić, że poprawa stanu zdrowia współczesnych seniorów skłania do podejmowania działań mających na celu ustawowe odraczanie momentu trwałej dezaktywacji zawodowej. Celem tych starań jest wykorzystanie potencjału tkwiącego w osobach starszych. P. Szukalski, *Zagrożenie czy wyzwanie – proces starzenia się ludności*, „Polityka Społeczna” 2006, nr 9, s. 6-10.

⁴⁵ Narodowa Strategia Integracji Społecznej dla Polski wyraźnie wskazuje takie grupy i zalicza do nich osoby niepełnosprawne, dzieci – szczególnie dzieci z rodzin niepełnych. W rodzinach niepełnych wychowuje się 1 660,9 tys., tj. 15,4% wszystkich osób w wieku 0-24 lat będących na utrzymaniu. Narodowa Strategia Integracji Społecznej dla Polski, Zespół Zadaniowy do Spraw Reintegracji Społecznej, Ministerstwa Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2003, s. 28. <http://www.mpips.gov.pl/userfiles/File/mps/NSIS.pdf>. Dostęp dnia 11.11.2014.

⁴⁶ *Wolontariat seniorów w województwie mazowieckim*, Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu, Warszawa 2012, s. 6. http://bibliotekawolontariatu.pl/wp-content/uploads/diag_wol_seniorzy_mazowsze_skrot.pdf. Data dostępu: 11.11.2014.

2.2. Aktywność edukacyjna osób starszych

Równoległe z rozwojem aktywności społecznej osób starszych powinien postępować proces zwiększania aktywności edukacyjnej tej grupy wiekowej. Tego typu aktywność umożliwia bowiem nie tylko poszerzenie wiedzy i nabywanie nowych umiejętności czy kompetencji, ale pozwala również na aktualizację umiejętności oraz wiedzy już posiadanej. Aktywność edukacyjna pełni również niezwykle istotną rolę w tworzeniu więzi społecznych, tym samym jest elementem niezbędnym do pomyślnego, aktywnego i szczęśliwego przeżywania starości. Aktywność ludności w Polsce w obszarze kształcenia odnotowuje tendencję wzrostową. Analiza porównawcza wskaźników uczestnictwa osób w wieku 45–64 w aktywności tego typu z roku 2006 i 2011 wykazuje wzrost o 4,2%. Zwiększa się udział osób biorących udział w kształceniu pozaformalnym (wzrost od 18,6% w 2006 do 21% w 2011 roku) oraz nieformalnym (wzrost od 25,4% do 29,0%)⁴⁷. Stabilny pozostaje wskaźnik uczestnictwa w kształceniu formalnym, który dla roku 2006 wynosił 5,5%, a dla 2011 – 5,4%⁴⁸.

Inaczej wygląda sytuacja, gdy tego typu aktywności przeanalizuje się w podziale na grupy wiekowe. Wiek w tym przypadku okazuje się bardzo istotną zmienną różnicującą udział w różnych formach kształcenia. Jak się okazuje, im starsze osoby, tym w mniejszym stopniu uczestniczą w podnoszeniu lub zmianie wykształcenia. Z oczywistych względów dotyczy to przede wszystkim kształcenia formalnego. Wśród osób w wieku 18–24 lata z tej formy kształcenia korzystało 68,1% osób, a wśród osób w wieku 25–49 lat jedynie 8%, podczas gdy wśród osób w wieku 50–64 lata, wskaźnik ten wynosił poniżej 1% (0,65%). Z punktu widzenia aktywnego starzenia się i działań zmierzających do podniesienia poziomu zdolności i gotowości Polaków do aktywności w tym zakresie, istotne są odsetki osób uczestniczących w kształceniu pozaformalnym i nieformalnym. Również tu odsetki zmniejszają się wraz z przechodzeniem do analizy zbiorowości osób w starszych grupach wieku (tab. 5).

Bardzo wyraźnie widoczna staje się konieczność podejmowania działań w obszarze tego typu aktywności i wspieranie idei uczenia się przez całe życie wśród osób starszych zarówno w obszarze kształcenia formalnego, pozaformalnego, jak i nieformalnego. Kolejną zmienną różnicującą udział w różnych

⁴⁷ Za kształcenie formalne uznaje się naukę odbywającą się w sposób zorganizowany, np. w instytucji ogólnego lub zawodowego kształcenia lub miejscu pracy. Jest to działanie zakładające osiągnięcie celów edukacyjnych. CEDEFOP 2008, s. 86. http://www.cedefop.europa.eu/EN/Files/4064_en.pdf. Data dostępu: 11.11.2014.

⁴⁸ GUS, Departament Pracy i Warunków Życia, *Kształcenie dorosłych 2011*, Warszawa 2013, s. 16. http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/WZ_ksztalcenie_doroslych.pdf. Data dostępu 12.11.2014.

Tab. 5. Osoby w wieku 18–69 lat według uczestnictwa w kształceniu formalnym, pozaformalnym i nieformalnym, 2011 rok

Grupa wiekowa	Ogólnie w tys.	Osoby uczestniczące lub nieuczestniczące w				
		jakiegokolwiek formie kształcenia	kształceniu formalnym	kształceniu pozaformalnym	kształceniu nieformalnym	żadnej formie kształcenia
Ogółem	27 483	44,0%	13,6%	20,9%	30,0%	56,0%
18–24	3 713	79,2%	68,1%	27,5%	41,5%	20,8%
25–49	14 498	47,1%	8,0%	26,0%	33,2%	52,9%
50–64	8 254	27,7%	0,7%	12,3%	21,9%	72,3%
65–69	1 472	16,6%	–	2,8%	15,6%	83,4%

Źródło: opracowanie własne na podstawie GUS *Kształcenie dorosłych 2011*.

* Dane nie sumują się na ogółem, gdyż jedna osoba mogła uczestniczyć jednocześnie w kilku formach kształcenia.

Tab. 6. Udział w kształceniu w wieku 50–69 lat według płci, 2011 rok

Grupa wiekowa	Razem	Mężczyźni	Kobiety
50–64	8 254 tys.	3 958 tys.	4 299 tys.
65–69	1 472 tys.	648 tys.	824 tys.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie GUS, *Kształcenie dorosłych 2011*.

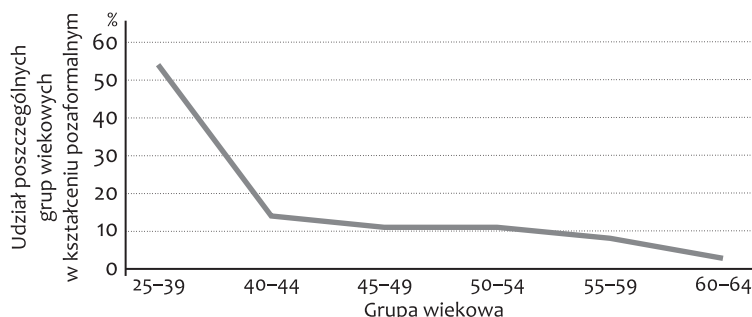
formach edukacji w grupie wiekowej osób 50+ jest płeć. Kobiety chętniej podejmują kształcenie w różnych formach edukacji (tab. 6).

Uczenie się przez całe życie, szczególnie w grupie wiekowej 50+, jest kluczowym elementem aktywnego starzenia się, ponieważ zapewnia rozwijanie nowych umiejętności do końca kariery zawodowej oraz w czasie emerytury, wspierając w ten sposób funkcje społeczne seniorów i ich dobre samopoczucie⁴⁹. Osiągnięcia edukacyjne osób dorosłych traktowane są jako wskaźnik wiedzy i umiejętności dostępnych w gospodarce. Wskaźnik ten da się uchwycić poprzez formalny poziom wykształcenia zdobywanego przez osoby dorosłe⁵⁰. Edukacja wzmacnia także potencjał osób starszych w zakresie aktywnego

⁴⁹ Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020, Uchwała nr 238 Rady Ministrów z dnia 24 grudnia 2014, Warszawa 2014, s. 29. <http://senior.gov.pl/source/ZDPS%2014-02-04%20%20Monitor%20Polski.pdf>. Kwestie edukacji osób dorosłych w wieku 50+ są podstawowymi założeniami takich dokumentów jak: Strategia Rozwoju Kapitału Ludzkiego 2020, Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012–2013. <http://www.mpips.gov.pl/praca/strategie-i-dokumenty-programowe/strategia-rozwoju-kapitalu-ludzkiego-srkl---projekt-z-31072012-r/>.

⁵⁰ EURYDICE, *Dorośli w systemie edukacji formalnej: polityka i praktyka w Europie*, Warszawa 2011, s. 11–16. http://eacea.ec.europa.eu/Education/eurydice/documents/thematic_reports/128PL.pdf. Data dostępu 14.11.2014.

udziału w życiu społeczeństwa, poprzez płatne zatrudnienie, wolontariat, aktywny udział w życiu obywatelskim i zaradność w samodzielnym życiu. Uczestnictwo w edukacji pozaformalnej wyraźnie spada wraz z wiekiem (ilustruje to wykres 3).



Wykres 3. Kształcenie w systemie pozaformalnym według grup wiekowych w 2011 roku.

Źródło: opracowanie własne na podstawie danych GUS, *Kształcenie dorosłych 2011*

Można zauważyć wyraźny spadek udziału w kształceniu pozaformalnym osób z grup wiekowych powyżej 40 lat. Problem z samodoskonaleniem, pogłębianiem wiedzy i umiejętności zaczyna się w okresie wzmożonej aktywności zawodowej. Konsekwencją tego spadku może być brak aktywności w wieku późniejszym, niewypracowane na wcześniejszych etapach życia wzorce aktywnego spędzania czasu wolnego (rozumiane tu również jako kształcenie) mogą przekładać się na niski poziom aktywności osób w grupach wiekowych 50+ i 60+. Przyczyny tego stanu rzeczy mogą być różne – poziom dochodów, wielkość wydatków i, co istotne, wzorce zachowań związane z czynnikami kulturowymi. Należy zauważyć, że rozwojowi gospodarczemu ostatnich lat w Polsce nie towarzyszy równie prężny rozwój aktywności obywatelskiej zarówno indywidualnej, jak i grupowej. Na współczesne postawy Polaków, szczególnie tych ze starszych grup wiekowych, bardzo silnie oddziałują doświadczenia wcześniejsze. W okresie PRL sfera działalności społecznej była poddana kontroli państwa, działania wielu organizacji zostały zakazane jako zagrażające ustrojowi, a te, które pozostały, zostały poddane ścisłemu nadzorowi. Władza wyznaczała ich cele i ingerowała w formę działania⁵¹. Członkostwo w wielu organizacjach było wymuszone, a tak pojmowana samoorganizacja nie wytwarzała rzeczywistych i skutecznych sieci społecznych mogących prowadzić do zaistnienia oddolnych inicjatyw czy prawdziwego zaangażowania. W takiej

⁵¹ P. Glišński, *Demokracja bez partycypacji. O konieczności zaangażowania obywatelskiego uczniów*, w: *Wychowanie. Pojęcia-Procesy-Konteksty. Interdyscyplinarne ujęcie*, M. Dudzikowska, M. Czerepiak-Walczak (red.), t. 4, Gdańsk 2008, s. 188–189.

sytuacji doszło do zniszczenia „słabych” więzi społecznych, które mają istotne znaczenie dla rozwoju zdolności do zaangażowania społecznego i społeczeństwa obywatelskiego w ogóle⁵². Panuje zgodne przekonanie, że system polityczny PRL „(...) wybitnie nie sprzyjał rozwijaniu się społeczeństwa obywatelskiego i ograniczał integrację społeczną do małych grup, głównie rodzinnych i koleżeńskich”⁵³. Taka sytuacja doprowadziła również do prywatyzacji więzi, ograniczając je do zamkniętych, niewielkich zbiorowości rodzinnych czy koleżeńskich, co bardzo wyraźnie ilustrują wcześniej przytaczane dane dotyczące zaangażowania społecznego starszych grup pokoleniowych.

2.3. Formy kształcenia osób starszych w Polsce

Edukacja osób starszych stanowi ogromne wyzwanie, zwłaszcza w przypadku osób posiadających niskie wykształcenie, wywodzących się z dyskryminowanych grup społecznych, a także posiadających niski status materialny. Preferencje edukacyjne osób starszych oraz ich potrzeby z tym związane są również bardzo zróżnicowane. Jednak można wyróżnić kilka priorytetów:

- edukacji zgodnej z potrzebami;
- edukacji prozdrowotnej;
- edukacji obywatelskiej;
- edukacji w zakresie nowych technologii.⁵⁴

Kształcenie ustawiczne w Polsce jest realizowane zarówno przez pracodawców kierujących swoich pracowników na określoną formę doksztalcania, jak i przez pracobiorców, którzy mogą podnosić swoje kwalifikacje we własnym zakresie. Istnieją dwie podstawowe formy kształcenia ustawicznego⁵⁵, tj. szkolna i pozaszkolna.

⁵² M. Adamczyk, *Wprowadzenie do teorii kapitału społecznego*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2013, s. 71–84.

⁵³ T. Zarycki, *Kapitał społeczny a trzy polskie drogi do nowoczesności*, „Kultura i Społeczeństwo” 2004, nr 2, s. 57.

⁵⁴ *Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020*, Uchwała Nr 238 Rady Ministrów z 24 grudnia 2013 r., Warszawa 2014, s. 29–34.

⁵⁵ Formy podnoszenia kwalifikacji zawodowych, zgodnie z rozporządzeniem Ministra Edukacji Narodowej oraz Ministra Pracy i Polityki Socjalnej w sprawie zasad i warunków podnoszenia kwalifikacji zawodowych i kształcenia ogólnego dorosłych (Dz.U. z 1993 r. nr 103, poz. 472) oraz rozporządzeniem Ministra Edukacji i Nauki w sprawie uzyskania i uzupełniania przez osoby dorosłe wiedzy ogólnej, umiejętności i kwalifikacji zawodowych w formach pozaszkolnych (Dz.U. z 2006 r. nr 31, poz. 216). <http://www.prawo.vulcan.edu.pl/przegdok.asp?qdatprz=akt&qplikid=1>. Data dostępu 14.11.2015.

Tab. 7. Osoby w wieku 50–69 lat uczestniczące w kształceniu formalnym, pozaformalnym i nieformalnym według płci i wykształcenia, 2011 rok

Wykształcenie	Ogółem	Z tego osoby uczestniczące w kształceniu		
		formalnym	pozaformalnym	nieformalnym
		[tys. osób]		
Razem	22 299	1 196	4 678	6 476
Wyższe	5 491	755	2 449	2 944
Policealne	818	75	202	286
Średnie zawodowe	4 989	137	937	1 397
Średnie ogólnokształcące	1 779	137	297	528
Zasadnicze zawodowe	6 861	67	672	1 095
Gimnazjalne, podstawowe i niepełne podstawowe	2 360	24	121	225
Mężczyźni	11 054	494	2 276	3 131
Wyższe	2 276	293	969	1 221
Policealne	232	-	60	93
Średnie zawodowe	2 615	62	548	778
Średnie ogólnokształcące	679	67	142	220
Zasadnicze zawodowe	4 127	36	487	695
Gimnazjalne, podstawowe i niepełne podstawowe	1 125	-	68	123
Kobiety	11 244	702	2 402	3 345
Wyższe	3 215	462	1 480	1 722
Policealne	586	52	141	194
Średnie zawodowe	2 374	75	389	619
Średnie ogólnokształcące	1 100	70	155	308
Zasadnicze zawodowe	2 734	30	185	399
Gimnazjalne, podstawowe i niepełne podstawowe	1 235	-	53	102

Źródło: GUS, Kształcenie dorosłych 2011, s. 102.

Kształcenie w formach szkolnych odbywa się w szkołach dla dorosłych⁵⁶, podstawowych i ponadpodstawowych oraz wyższych. Natomiast doskonalenie i doskonalenie w formach pozaszkolnych może być realizowane przez⁵⁷:

⁵⁶ Szkoła dla dorosłych, czyli szkoła, „w której stosuje się odrębną organizację kształcenia i do której przyjmowane są osoby mające 18 lat, a także kończące 18 lat w roku kalendarzowym, w którym przyjmowane są do szkoły” (art. 3 pkt 15 Ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty, Dz.U. z 2004 r. nr 256, poz. 2572 z późn. zm.). <http://www.prawo.vulcan.edu.pl/przegdok.asp?qdatprz=akt&qplikid=1>. Data dostępu 14.11.2014.

⁵⁷ Zgodnie z art. 2 pkt 3a ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz.U. z 2004 r. nr 256, poz. 2572 z późn. zm.) oraz § 1 pkt 2 rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki w sprawie uzyskania i uzupełniania przez osoby dorosłe wiedzy ogólnej, umiejętności i kwa-



Schemat 1. Formy podnoszenia kwalifikacji.

Źródło: E. Kryńska (red.), *Kształcenie ustawiczne pracowników*, MPiPS Departament Rynku Pracy, Warszawa 2008, s. 36

- publiczne i niepubliczne placówki kształcenia ustawicznego;
- publiczne i niepubliczne placówki kształcenia praktycznego;
- ośrodki doksztalcania i doskonalenia zawodowego;
- osoby fizyczne i prawne prowadzące działalność oświatową i posiadające akredytację na całość lub część organizowanego kształcenia;
- osoby fizyczne i prawne, które działalność oświatową prowadzą na zasadach działalności gospodarczej i nie posiadają akredytacji zgodnie z przepisami oświatowymi⁵⁸.

W Polsce uczestnicy kształcenia ustawicznego mogą wybrać jeden z sześciu systemów: stacjonarny, niestacjonarny, wieczorowy, kształcenie kierowane, ekstermistyczny albo mieszany. Jedną z najpopularniejszych form kształcenia pozaformalnego dla osób starszych w Polsce są Uniwersytety Trzeciego Wieku, których celem statutowym jest edukacja tej grupy wiekowej. W zakres ich działalności wpisuje się samokształcenie, poznawanie środowiska, poszerzanie wiedzy i umiejętności, wykonywanie społecznie użytecznych działań, wypełnienie wolnego czasu, utrzymywanie więzi towarzyskich, stymulacja psychiczna i fizyczna. Uni-

lifikacji zawodowych w formach pozaszkolnych (Dz.U. z 2006 r. nr 31, poz. 216). <http://www.prawo.vulcan.edu.pl/przegdok.asp?qdatprz=akt&qplikid=1>. Data dostępu 14.11.2014.

⁵⁸ Warunkiem realizacji kształcenia ustawicznego w tym przypadku jest stosowanie się do przepisów zawartych w rozporządzeniu Ministra Edukacji i Nauki w sprawie uzyskania i uzupełniania przez osoby dorosłe wiedzy ogólnej, umiejętności i kwalifikacji zawodowych w formach pozaszkolnych (Dz.U. z 2006 r. nr 31, poz. 216). <http://www.prawo.vulcan.edu.pl/przegdok.asp?qdatprz=akt&qplikid=1>. Data dostępu 14.11.2014.

wersytety Trzeciego Wieku przyczyniają się do rozwoju intelektualnego i społecznego oraz aktywności fizycznej osób starszych. Wspierają je także w kontaktach z instytucjami oraz promują ich aktywność w środowisku lokalnym.⁵⁹

Analizując sytuację osób starszych w zakresie możliwości, jakie daje im edukacja, nie można zapominać o barierach, które uniemożliwiają im aktywne uczestnictwo w nauce. Należą do nich przede wszystkim problemy zdrowotne oraz osłabienie percepcji wzrokowej i słuchowej, a także trudności w poruszaniu się. Osłabieniu ulegają także możliwości związane z przyswajaniem wiedzy i informacji. Edukacja osób starszych nie będzie przynosiła tak szybkich rezultatów, jak można by się spodziewać w odniesieniu do np. młodzieży. Dostęp do edukacji może osłabiać także brak motywacji do nauki, brak środków finansowych i bariery psychiczne. Zniwelowanie ich z pewnością przyczyni się do rozwoju kształcenia wśród osób starszych.

2.5. Aktywność zawodowa osób starszych

Podstawowym założeniem aktywnego starzenia się jest umożliwienie jednostkom jak najdłuższego okresu bycia produktywnym społecznie, czyli podejmującym każdą aktywność, która wytwarza dobra i usługi, niezależnie, czy jest opłacana, czy nie, włączając taką aktywność jak praca domowa, opieka nad dziećmi, wolontariat, pomoc rodzinie i przyjaciołom⁶⁰. Przyjmując taką definicję produktywności społecznej można stworzyć katalog form aktywności seniorów, do którego będzie można zaliczyć między innymi:

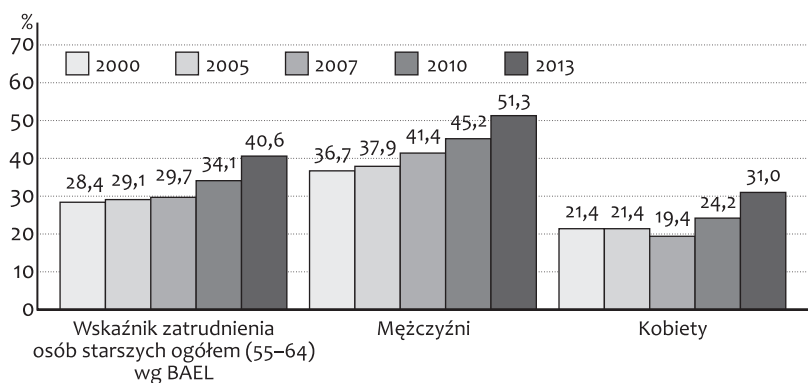
- zaangażowanie w ramach organizacji pożytku publicznego;
- uczestnictwo w zajęciach Uniwersytetów Trzeciego Wieku;
- członkostwo w radach seniora;
- członkostwo w klubach seniora;
- członkostwo we wspólnotach lokalnych (w tym działających przy kościołach i związkach wyznaniowych), organizacjach branżowych;
- podejmowanie działań samopomocowych,
- członkostwo w stowarzyszeniach społeczno-kulturalnych;
- niezarobkową pracę świadczoną poza gospodarstwem domowym⁶¹.

⁵⁹ Z danych Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku wynika, że w 2009 roku łącznie w Polsce było około 250 instytucji tego typu. <http://www.utw.pl/index.php?id=11>. Data dostępu 14.11.2014.

⁶⁰ P. Szukalski, *Aktywność zawodowa*, w: Błędowski P., Mossakowska M., Więcek A. (red.), *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce (PolSenior)*, Poznań 2012, Termedia Wydawnictwa Medyczne, s. 407.

⁶¹ Przez niezarobkową pracę poza gospodarstwem domowym można rozumieć działania, aktywności, prace, podejmowane w czasie wolnym i świadczone dobrowolnie. Praca ta ma

Produktywności społecznej osób starszych nie ogranicza się jedynie do wymienionych form zaangażowania, należy również omówić zagrożenie ich zatrudnienia.



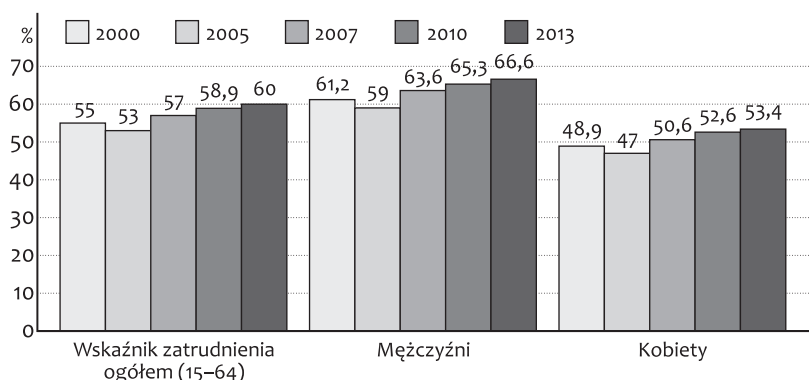
Wykres 4. Wskaźniki zatrudnienia osób starszych według płci w latach 2000–2013.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie rocznych wskaźników makroekonomicznych GUS, *Rynek Pracy*, stan na 30.10.2014

Poziom zatrudnienia osób starszych w Polsce jest na niskim poziomie. Jak wynika z danych GUS, w 2011 roku odsetek osób w wieku 65 lat i więcej, które zadeklarowały jako źródło utrzymania przede wszystkim pracę zawodową był znikomy (ok. 3,5%). Częściej pracowali mężczyźni (ok. 6%) niż kobiety (ok. 2%). Zdecydowana większość osób w tej grupie wiekowej deklarowała wykonywanie pracy zarobkowej i jednocześnie pobieranie emerytury. Wyższy odsetek osób pracujących był w grupie 60 lat i więcej (ok. 8,5%), w tym przypadku połowa pobierała jednocześnie emeryturę. Również w grupie wiekowej 60 lat i więcej częściej pracowali mężczyźni niż kobiety (mężczyźni – 14%, kobiety – 5%). Analizując dane z lat 2000–2013 zauważa się, że wskaźnik zatrudnienia w grupie osób starszych w tych latach stale rośnie – od 2000 r. wzrósł o 12,2%. W przypadku mężczyzn, w 2013 r. przekroczony został próg 50% zatrudnienia w tej grupie wiekowej. Jednak w przypadku kobiet, mimo iż od 2000 r. wskaźnik zatrudnienia wzrósł o 9,6%, jest on dużo niższy od reko-

charakter niezarobkowy i stanowi pomoc dla osób, środowiska lub społeczności lub też jest wsparciem działalności organizacji, grup, instytucji. Ten rodzaj pracy nie jest adresowany do własnego gospodarstwa domowego, ani jego członków. GUS, *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym 2011*, Warszawa 2012, s. 14. http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/GS_wolontariat_i_inne_formy_pracy_niezarobk_2011.pdf.

mendowanego w Strategii Lizbońskiej 50-procentowego poziomu zatrudnienia w grupie wiekowej 55–64 lata⁶². Powyższe tendencje ilustruje wykres 5.



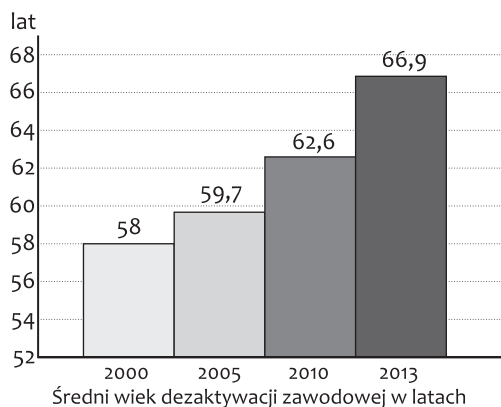
Wykres 5. Wskaźniki zatrudnienia ogółem według płci w latach 2000–2013.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie rocznych wskaźników makroekonomicznych GUS, *Rynek Pracy*, stan na 30.10.2014

Ponieważ dysproporcje w zatrudnieniu kobiet i mężczyzn w wieku 55–64 lata są znaczne, należy zwrócić uwagę na pracę niezarobkową poza gospodarstwem domowym, szczególnie właśnie kobiet. Jak wynika z publikacji GUS *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym 2011*, jedną z cech znacząco różnicujących poziom zaangażowania w działania na rzecz innych był wiek. Najwyższy odsetek badanych deklarujących świadczenie bezpośrednich form pracy niezarobkowej odnotowano właśnie w grupie osób w wieku 55–64 lata (31,9%). W tej grupie odnotowano również najwyższą wartość średniej i mediany liczby godzin przepracowanych nieodpłatnie poza organizacjami lub instytucjami (odpowiednio 34 i 16 godzin). To ponadprzeciętne zaangażowanie wiąże się z pomocą rodzinie, głównie w zakresie opieki nad wnukami, co może w jakiejś mierze tłumaczyć niższy poziom zatrudnienia kobiet po 55. roku życia. Ponadto, ta kategoria wieku charakteryzowała się najwyższą różnicą pomiędzy odsetkiem pracujących nieodpłatnie na rzecz rodziny kobiet i mężczyzn (u kobiet o 8,9% większy)⁶³. Wyniki te pokazują, że Polki, które wcześniej niż mężczyźni przechodzą na emeryturę, dużą część swojego wolnego czasu poświęcają na prace opiekuńcze – wychowywanie wnuków i opiekę nad starszymi rodzicami. Ko-

⁶² Roczne wskaźniki makroekonomiczne, *Rynek Pracy GUS*, stan na dzień 30.10.2014. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/>.

⁶³ GUS, *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym 2011*, Warszawa 2012, s. 47–48. http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/GS_wolontariat_i_inne_formy_pracy_niezarobk_2011.pdf.

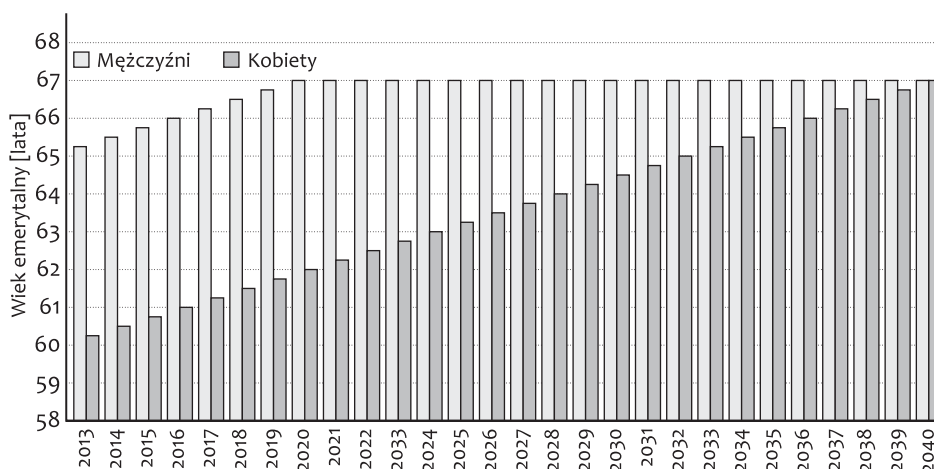


Wykres 6. Średni wiek dezaktywacji zawodowej w latach 2000–2013.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie rocznych wskaźników makroekonomicznych GUS, *Rynek Pracy*, stan na dzień 30.10.2014

biety w wieku 55–64 lata na pomoc rodzinie, z którą nie zamieszkują, poświęcały miesięcznie średnio 46 godzin (co stanowi ponad 1/4 etatu) – był to prawie 2-krotnie dłuższy czas niż wśród mężczyzn w tym wieku i najwyższy we wszystkich kategoriach wiekowych, zarówno wśród kobiet, jak i mężczyzn⁶⁴.

Jak łatwo zauważyć na wykresie 6, od 2000 roku stale podnosi się wiek, w którym przeciętny Polak przechodzi na emeryturę. Od roku 2000 podniósł się o prawie 9 lat.



Wykres 7. Proces wyrównywania wieku emerytalnego mężczyzn i kobiet do 67 roku życia.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wskaźników makroekonomicznych GUS

⁶⁴ Tamże, s. 45–48.

Wzrost dezaktywizacji zawodowej ludności w wieku produkcyjnym stanowi w Polsce jedną z bardziej istotnych przemian dokonujących się na rynku pracy. W 2013 roku wprowadzono zmiany w wieku emerytalnym dla kobiet i mężczyzn. Proces wprowadzonych zmian obrazuje wykres 7.

Do 2040 roku ma nastąpić wyrównanie wieku emerytalnego kobiet i mężczyzn do 67 lat. Wydłużenie okresu aktywności zawodowej ma przyczynić się między innymi do ograniczenia ubóstwa i powiązanego z nim wykluczenia społecznego, które często są warunkowane zmniejszeniem się dochodu po przejściu na emeryturę. Dysproporcje w wysokości dochodów zależnie od ich rodzaju prezentuje tab. 8.

Tab. 8. Miesięczny dochód netto na 1 osobę w gospodarstwach domowych w latach 2000–2012

Rodzaj dochodu	Rok			
	2000	2005	2010	2012
	[zł]			
Dochód rozporządzalny*	610,51	761,46	1192,82	1278,43
Dochód do dyspozycji**	588,63	731,84	1147,18	1232,85
Dochód z pracy najemnej	290,99	350,39	636,56	685,77
Dochód ze świadczeń z ubezpieczeń społecznych	169,2	221,93	297,03	327,21
Emerytury krajowe	105,55	156,61	232,34	258,06
Renty z tytułu niezdolności do pracy	44,75	39,39	30,66	31,96
Renty rodzinne	16,58	23,69	28,01	29,88
Dochód ze świadczeń pozostałych	29,39	44,07	40,00	42,04
Pozostałe dochody	33,68	46,86	55,27	56,75

* Dochód rozporządzalny, to suma bieżących dochodów gospodarstw domowych z poszczególnych źródeł pomniejszona o zaliczki na podatek dochodowy od osób fizycznych płacone przez płatnika w imieniu podatnika (od dochodów z pracy najemnej oraz od niektórych świadczeń z ubezpieczenia społecznego i świadczeń pozostałych), o podatki od dochodów z własności, podatki płacone przez osoby pracujące na własny rachunek, w tym przedstawicieli wolnych zawodów i osób użytkujących gospodarstwo indywidualne w rolnictwie oraz o składki na ubezpieczenie społeczne i zdrowotne. W skład dochodu rozporządzalnego wchodzi dochody pieniężne i niepieniężne, w tym spożycie naturalne (towary lub usługi konsumpcyjne pobrane na potrzeby gospodarstwa domowego z gospodarstwa indywidualnego bądź z prowadzonej działalności gospodarczej na własny rachunek - rolniczej i pozarolniczej) oraz towary i usługi otrzymane bezpłatnie. Dochód rozporządzalny jest przeznaczony na wydatki oraz przyrost oszczędności. GUS, *Metodologia badań budżetów gospodarstw domowych*. http://old.stat.gov.pl/gus/definicje_PLK_HTML.htm?id=POJ-106.htm. Data dostępu 21.11.2014.

** Dochód do dyspozycji jest to dochód rozporządzalny pomniejszony o pozostałe wydatki. Dochód do dyspozycji przeznaczony jest na wydatki na towary i usługi konsumpcyjne oraz przyrost oszczędności. GUS, *Metodologia badań budżetów gospodarstw domowych*. http://old.stat.gov.pl/gus/definicje_PLK_HTML.htm?id=POJ-106.htm. Data dostępu 21.11.2014.

Źródło: Opracowanie na podstawie GUS, *Tablice przeglądowe za lata 2000–2012 – Przeciętne miesięczne dochody na 1 osobę w gospodarstwach domowych*

Jak wynika z prezentowanych danych, dochód do dyspozycji, jak również dochód rzeczywisty od 2000 roku stale się zwiększa. Podwyższeniu ulegają wszystkie dochody przeciętnego Polaka, jednak istotna jest dysproporcja pomiędzy dochodem z pracy najemnej, wynoszącym w 2012 roku średnio 685 zł na osobę w gospodarstwie domowym a emeryturą w wysokości 258 zł w przeliczeniu na jednego członka gospodarstwa domowego. Wyrównanie wieku emerytalnego kobiet i mężczyzn i wydłużenie go do 67 lat może podnieść jakość życia przeciętnego Polaka. W 2013 roku z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych wypłacono łącznie 163 892 817 000 zł na emerytury i renty⁶⁵. Przeciętnie, miesięcznie świadczenia te wypłacano 7,3 mln osób⁶⁶. Tab. 9 prezentuje zestawienia liczby osób, którym wypłacono miesięczne świadczenia emerytalne i rentowe w latach 2004–2013.

Tab. 9. Miesięczna liczba osób pobierających świadczenia emerytalno-rentowe

Lata	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011	2012	2013
Liczba [tys.]	7 175	7 184	7 217	7 303	7 414	7 535	7 491	7 414	7 351	7 307

Źródło: Opracowanie na podstawie danych Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, *Ważniejsze informacje z zakresu ubezpieczeń społecznych 2013*, Warszawa 2014, s. 13.

Dane na temat liczby osób pobierających świadczenia emerytalne wskazują na zjawisko wcześniejszej dezaktywacji zawodowej kobiet. Jak wynika z danych Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (ZUS), w 2013 roku kobiety w grupie wiekowej 55–64 lat stanowiły 77,1% odbiorców świadczeń emerytalnych, podczas gdy mężczyźni stanowili 22,8%⁶⁷.

Tab. 10. Liczba osób pobierających emerytury wypłacane przez ZUS według płci i wieku – stan w grudniu 2013 r.

Grupa wiekowa	Ogółem	Mężczyźni	Kobiety
54 lat i mniej	69 133	56 817	12 316
55–64	1 466 466	334 564	1 131 902
65 lat i więcej	2 768 131	1 328 007	1 440 124
80 lat i więcej	650 602	309 801	340 801

Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych ZUS, *Portal statystyczny ZUS, Emerytury*, <http://www.psz.zus.pl/Default.aspx>. Data dostępu 26.11.2014.

⁶⁵ Zakład Ubezpieczeń Społecznych, *Ważniejsze informacje z zakresu ubezpieczeń społecznych 2013*, Warszawa 2014, s. 11. <http://zus.pl/files/Ważniejsze%20informacje%20z%20zakresu%20ubezpieczeń%20społecznych%202014%20r.pdf>. Data dostępu 21.11.2014.

⁶⁶ Tamże, s. 13.

⁶⁷ ZUS, *Portal statystyczny, Emerytury*. <http://www.psz.zus.pl/Default.aspx>. Data dostępu 26.11.2014.

Rozdział 3.

Założenia długofalowej polityki senioralnej w Polsce

Analizując założenia długofalowej polityki senioralnej w Polsce poza obszarem usług zdrowotnych i opiekuńczych, można mówić o dwóch zasadniczych priorytetach:

- wydłużanie okresu aktywności zawodowej;
- włączanie potencjału osób starszych w obszar aktywności społecznej i obywatelskiej.

3.1. Wydłużanie okresu aktywności zawodowej

W pierwszym przypadku zasadnicze działania polegają na wydłużeniu wieku emerytalnego, podniesieniu kompetencji zawodowych. W chwili obecnej w Polsce większość osób osiąga wiek emerytalny z upływem 60. roku życia (kobiety) i 65. roku życia (mężczyźni) – jest to tzw. powszechny wiek emerytalny. Zgodnie z ustawą z 11 maja 2012 r. o zmianie ustawy o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych, od 2013 r. nastąpiło wydłużenie powszechnego wieku emerytalnego – docelowo do 67 lat (zarówno dla kobiet, jak i dla mężczyzn). Te zmiany będą się odbywać stopniowo (wiek emerytalny będzie zwiększany o jeden miesiąc co cztery miesiące) i poziom 67 lat zostanie osiągnięty dla mężczyzn w 2020 roku, a dla kobiet w 2040 r. Niższy, niż powszechny, wiek emerytalny mają m.in. służby mundurowe, górnicy i nauczyciele. Aktualnie zasady przejścia na emeryturę w powszechnym wieku emerytalnym przez osoby urodzone przed dniem 1 stycznia 1949 r. znajdziemy w art. 27–28 ustawy z 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu

Ubezpieczeń Społecznych (t.j.: Dz.U. z 2009 r. nr 153, poz. 1227 ze zmianami). Osoby te muszą udowodnić tzw. okresy (lata) składkowe i nieskładkowe (kobiety – 15 lub 20 lat, mężczyźni 20 lub 25 lat).

Warto zauważyć, że przyznanie emerytury w powszechnym wieku emerytalnym nie jest uzależnione od spełnienia jakichkolwiek innych warunków. Prawo do emerytury przysługuje zarówno osobie, która ostatnio przed zgłoszeniem wniosku pozostawała w stosunku pracy, jak również osobie, która wykonywała inną działalność zarobkową (np. działalność gospodarczą) lub w ogóle nie pracowała zarobkowo i nie podlegała ubezpieczeniom emerytalnemu i rentowemu.

W Polsce notowany jest jeden z najniższych wskaźników zatrudnienia osób w wieku 55–64 lata (38,7% w 2012 r. wg danych Eurostat) i jedna z najniższych średnia wieku przechodzenia na emeryturę wśród państw europejskich – 58 lat. W Polsce diagnozuje się tendencję panującą wśród pracowników 50+ do jak najszybszego przechodzenia na świadczenia emerytalne (o ile jest to możliwe) oraz istnienie szeregu możliwości korzystania z różnego rodzaju transferów socjalnych (także świadczeń rodzinnych czy pomocy społecznej), co również wpływa na dezaktywizację na rynku pracy⁶⁸.

Warto zwrócić uwagę, że niski wskaźnik zatrudnienia w grupie 55–64 lata jest w dużej mierze skutkiem, omawianego już, bardzo niskiego wskaźnika zatrudnienia kobiet po 50. roku życia.

System edukacji i szkoleń

W chwili obecnej w Polsce brakuje systemowych rozwiązań dotyczących podnoszenia kwalifikacji edukacyjnych osób 50+. Problemy:

- deficyt odpowiednich szkoleń i form uczenia się wspomagających skutecznie osoby w wieku 50+ oraz 60+ do przystosowania się bądź lepszego funkcjonowania na rynku pracy;
- szkolenia dedykowane tej grupie wiekowej nie są prowadzone w sposób odpowiadający jej potrzebom i predyspozycjom;
- informacje o prowadzonych szkoleniach nie są powszechnie dostępne;
- brak wiedzy o możliwości podjęcia edukacji i uczenia się;
- przestrzenne zróżnicowanie w dostępie do oferty edukacyjnej w zależności od uwarunkowań lokalnych (zwłaszcza występujący deficyt podaży usług edukacyjnych w mniejszych miejscowościach oraz na obszarach wiejskich);
- niechęć pracodawców do szkolenia pracowników z małych i średnich firm (z uwagi na absencję w pracy);

⁶⁸ *Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lata 2014–2020*, Uchwała nr 238 Rady Ministrów z dnia 24 grudnia 2014 r., Warszawa 2014, s. 25. <http://senior.gov.pl/source/ZDPS%2014-02-04%20%20Monitor%20Polski.pdf>.

- brak możliwości potwierdzenia posiadanych umiejętności – uczelnie wyższe są dopiero na etapie tworzenia systemu uznawania kompetencji uzyskanych poza formalnym systemem edukacji.

Kodeks Pracy i ustawa o promocji zatrudnienia i instytucjach rynku pracy jasno formułują, że dostęp do szkoleń nie powinien być różnicowany ze względu na wiek pracowników. Jednak brak jest jakichkolwiek szczególnych uregulowań skierowanych do osób w wieku przedemerytalnym.

3.2. Zarządzanie wiekiem i ergonomia

Problemy związane z włączaniem potencjału osób starszych w obszar aktywności społecznej i obywatelskiej oraz uwarunkowania prawne zarządzania wiekiem w Polsce⁶⁹:

Obszar: Rekrutacja

Przykładowe narzędzia:

- podniesienie górnej granicy wieku albo jej zniesienie, preferencje dla osób starszych;
- współpraca z PUP oparta na dobrej znajomości publicznych programów wspierających zatrudnienie osób starszych, współpraca z biurami pośrednictwa pracy.

Rozwiązania sprzyjające wdrażaniu strategii zarządzania wiekiem:

- narzędzia PUP wspierające zatrudnianie osób starszych, w tym zwolnienie z opłacania składek, zatrudnienie subsydiowane (UoPZiIRP, UoORPwPNP).

Regulacje prawne zidentyfikowane jako bariery:

- pracodawca może w procesie rekrutacji żądać informacji o dacie urodzenia (art. 22 KP);
- mimo istnienia przepisów antydyskryminacyjnych (rozdz. IIa KP), brak możliwości efektywnego ich egzekwowania, zwłaszcza na etapie rekrutacji;
- okres ochronny jako podstawowa bariera w zatrudnianiu osób w wieku przedemerytalnym (art. 39 KP).

⁶⁹ Sporządzono na podstawie: M. Sergiejuk, T. Gajderowicz, U. Sztanderska, *Prawne i finansowe uwarunkowania zarządzania wiekiem w Polsce i innych krajach Unii Europejskiej*, Warszawa 2010, s. 28–29.

Obszar: Szkolenia i rozwój

Przykładowe narzędzia:

- tworzenie programów szkoleniowych, w tym programów specjalnych zaadresowanych do starszych pracowników;
- planowanie i rozwój kariery zawodowej, dostosowanej do możliwości i ambicji pracowników oraz wykonywanego zawodu;
- dodatkowe dni wolne, krótszy czas pracy w trakcie szkolenia dla starszych pracowników;
- ewaluacja efektywności pracowników i efektów podejmowanego kształcenia;
- korzystanie z wiedzy i doświadczenia starszych pracowników poprzez tworzenie zespołów złożonych z pracowników w różnym wieku, mentoring.

Rozwiązania sprzyjające wdrażaniu strategii zarządzania wiekiem:

- zasada równego traktowania w zatrudnieniu, która dotyczy również typowania do udziału w szkoleniach podnoszących kwalifikacje zawodowe (art. 18 KP);
- wsparcie rozwoju zawodowego i szkoleń w ramach PUP (UoPZiIRP) i zasady wspierania podnoszenia kwalifikacji (KP);
- umożliwienie korzystania z pomocy urzędów pracy w finansowaniu i organizacji doksztalcania się wszystkim osobom poszukującym pracy w wieku 45+, także pracujących (UoPZiIRP).

Regulacje prawne zidentyfikowane jako bariery:

- brak przepisów ułatwiających dostęp osób starszych do kształcenia i jednocześnie brak zachęt finansowych do kształcenia się.

Obszar: Elastyczny czas pracy

Przykładowe narzędzia:

- elastyczny czas pracy, praca w niepełnym wymiarze, dostosowanie grafiku do indywidualnych możliwości, wyłączenie starszych pracowników z pracy zmianowej, telepraca;
- szczególne warunki udzielania urlopu płatnego osobom starszym.

Rozwiązania sprzyjające wdrażaniu strategii zarządzania wiekiem:

- na pisemny wniosek pracownika pracodawca może ustalić indywidualny rozkład jego czasu pracy oraz, w miarę możliwości, uwzględnić wnioszek dotyczący zmiany wymiaru czasu pracy (art. 142 i 29 KP);
- rozwiązania prawne związane z telepracą (art. 675-6717 KP) i zadaniowym systemem czasu pracy (art. 140 KP);
- urlop zależny od stażu pracy, nie wieku (26 dni przy 10-letnim stażu (KP), przy czym lepsze warunki może ustanowić układ zbiorowy pracy).

Regulacje prawne zidentyfikowane jako bariery:

- restrykcyjne przepisy dot. BHP w przypadku pracy na odległość (art. 67 KP);
- brak przepisów regulujących stosowanie wielu popularnych obecnie w innych krajach europejskich form organizacji pracy, np. *job sharing*.

Obszar: Ergonomia, warunki pracy, prewencja zdrowotna

Przykładowe narzędzia:

- poprawa warunków pracy, ergonomia stanowisk pracy;
- prozdrowotna organizacja zadań i pracy (w tym przesunięcia do pracy niewymagającej siły fizycznej, mniej stresującej, bardziej dopasowanej do możliwości psychofizycznych);
- zróżnicowany według wieku monitoring stanu zdrowia pracowników.

Rozwiązania sprzyjające wdrażaniu strategii zarządzania wiekiem:

- pracodawca płaci wynagrodzenie za okres niezdolności do pracy w stosunku do pracowników 50+ tylko przez 14, a nie 33 dni (art. 92 KP);
- przepisy zobowiązujące pracodawcę do zapewnienia bezpiecznych i higienicznych warunków pracy (dział X KP) oraz istnienia obowiązków w zakresie profilaktyki zdrowotnej.

Regulacje prawne zidentyfikowane jako bariery:

- niewydolność publicznego systemu opieki zdrowotnej.

Obszar: Przejście na emeryturę i polityka kończenia zatrudnienia

Przykładowe narzędzia:

- podniesienie minimalnego wieku przejścia na wcześniejszą emeryturę bądź likwidacja możliwości wcześniejszego przechodzenia na emeryturę;
- podniesienie granicy wieku emerytalnego;
- zatrudnianie emerytów na czas określony i umożliwienie im utrzymywania kontaktów z byłymi kolegami z pracy;
- systemy stopniowego przechodzenia na emeryturę, elastyczny wiek emerytalny;
- wsparcie w podjęciu zatrudnienia (m.in. *outplacement*, doradztwo zawodowe).

Rozwiązania sprzyjające wdrażaniu strategii zarządzania wiekiem:

- reforma systemu emerytalnego i emerytury pomostowe (UoEiRzFUS, UoEP);
- dyskusja nad podniesieniem wieku emerytalnego i zrównaniem wieku emerytalnego kobiet i mężczyzn;
- przejście na emeryturę a rozwiązanie stosunku pracy (UoEiRzFUS, wyroki SN);
- zwolnienie monitorowane jako forma *outplacementu* (art. 70 UoPZiIRP).

Regulacje prawne zidentyfikowane jako bariery:

- brak możliwości częściowego przejścia na emeryturę, ograniczone możliwości łączenia wcześniejszej emerytury z pracą (UoEiRzFUS).

Rozdział 4.

Podstawowe założenia programu BALL i jego wdrażanie do warunków polskich

4.1. Cel i problematyka badań

Głównym celem poznawczym zrealizowanych badań była ocena stanu przygotowania do emerytury osób w wieku 55+. W chwili obecnej można znaleźć publikacje poświęcone tematyce planowania emerytury, jednak większość z nich, jeśli nie wszystkie, skupiają się na planowaniu tego etapu w życiu od strony ekonomicznej, lub kładą nacisk na aspekt zdrowego starzenia się. Prezentowana publikacja nie zajmuje się ani jednym, ani drugim aspektem, choć obie te kwestie są ważne by móc się cieszyć swoim „trzecim wiekiem” i są poruszane w pracy.

Cel praktyczny badań sprowadzał się do próby wyznaczenia obszarów najbardziej newralgicznych z punktu widzenia przygotowania do emerytury. Przeprowadzenie takiego mappingu umożliwia z jednej strony efektywne opracowanie i przetestowanie zalecanych form angażowania się osób w wieku 55+, a z drugiej strony może wesprzeć podmioty rynku pracy i instytucji polityki społecznej w stworzeniu przyjaznego środowiska stymulującego proces uczenia się, rozwoju intelektualnego i kulturalnego osób w wieku 55+.

4.2. Metoda i narzędzie oraz charakterystyka próby

BALL to projekt unijny, realizowany w ramach programu Erasmus+. Celem projektu jest dostarczenie obywatelom odpowiednich narzędzi szkoleniowych (wiedzy, kompetencji, umiejętności i materiałów), które pozwolą na lepsze przygotowanie się do emerytury i na czerpanie z niej przyjemności. Aby przygotować

narzędzia efektywne i odpowiadające potrzebom tej grupy wiekowej, dokonano analizy poziomu przygotowania do emerytury i wejścia w tak zwany „trzeci wiek” wśród obywateli Unii Europejskiej na przykładzie trzech krajów: Hiszpanii, Islandii i Polski. Prezentowana praca odnosi się do wyników badań przeprowadzonych w Polsce. Zespół pracujący nad projektem BALL składa się z czterech organizacji, pochodzących z trzech wspomnianych już krajów europejskich.

- EVRIS Foundation jest koordynatorem, odpowiedzialnym za zarządzanie i organizację.
- U3A Reykjavik zapewnia swoim członkom możliwość wykorzystania potencjału intelektualnego do prowadzenia działań i prac badawczych.
- Lubelski Uniwersytet Trzeciego Wieku (LUTW) jest odpowiedzialny za tworzenie przyjaznego i inspirującego środowiska dla emerytów, dając im okazję do spotkań, integracji, nauki i rozwoju.
- Program Universidad Permanente de la Universidad de Alicante (UPUA), to program naukowy, kulturalny i społeczny mający na celu promowanie nauki i kultury oraz rozwijanie relacji między pokoleniami w celu poprawy jakości życia starszego pokolenia.

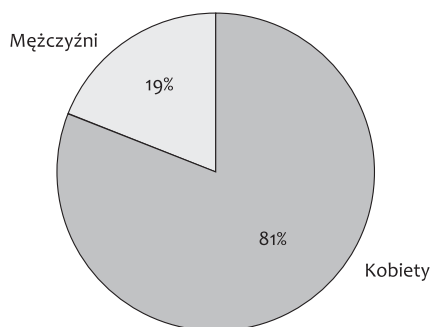
Dane empiryczne – niezbędne do oceny sytuacji w Polsce pod kątem procesów przygotowywania do emerytury i wejścia w „trzeci wiek” – pozyskano przeprowadzając badania ilościowe przy wykorzystaniu techniki kwestionariusza ankiety. Próba badawcza założona na potrzeby badania wyniosła 3000 osób. Ankieta była dostępna w wersji papierowej i on-line. Badanie przeprowadzono pomiędzy lutym a marcem 2015 roku. Przygotowano dwie wersje kwestionariusza, dla dwóch badanych podgrup: pracujących i emerytów. Każda ankieta zawierała pytania dotyczące tych samych zagadnień: przygotowania do emerytury, roli państwa i pracodawcy w przygotowaniu do emerytury, oraz takie kwestie jak życiowe, społeczne i ekonomiczne planowanie emerytury.

Przeprowadzone badanie było skierowane do dwóch kategorii osób: osób będących na emeryturze i osób w wieku produkcyjnym niemobilnym, czyli powyżej 45. roku życia. Rozkład badanej próby w podziale na podgrupy prezentuje tab. 11.

Tab. 11. Próba badawcza według podgrup wiekowych

Grupa	N	Podgrupy wiekowe [%]							
		Poniżej 50 lat	50-54	55-59	60-64	65-69	70-74	75-79	80 lat i więcej
Emeryci	467	0	0	4	26	38	18	8	5
Pracujący	355	18	30	32	13	6	1	0	0

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL



Wykres 8. Próba badawcza wg płci.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

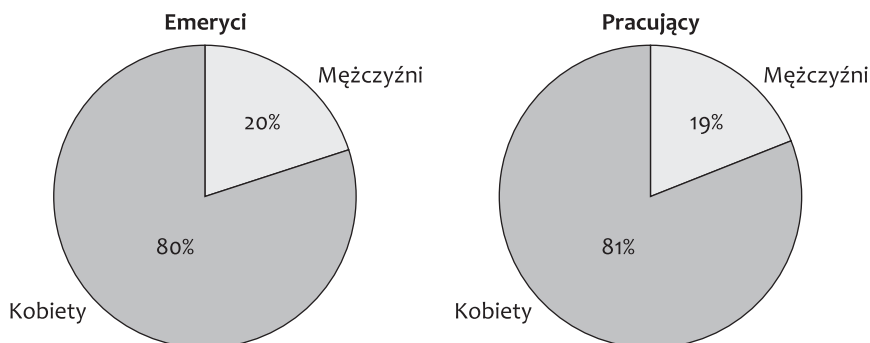
W przeprowadzonym badaniu wzięło udział 467 emerytów i 355 osób pracujących zawodowo. W podgrupie emerytów kobiety stanowiły 80% populacji badanej, a w podgrupie pracujących – 81%. Mężczyźni stanowili odpowiednio 19% subpopulacji emerytów i 20% subpopulacji pracujących. Mimo, iż przeprowadzone badania nie były reprezentatywne dla ogółu dorosłych Polaków, to jednak rozkład próby według płci odpowiadał ogólnej tendencji feminizacji starości panującej w społeczeństwie polskim. W końcu 2013 r. liczba ludności Polski wynosiła 38,5 mln, w tym około 5,7 mln stanowiły osoby w wieku 65 lat i więcej. W latach 1989–2013 liczba osób w starszym wieku wzrosła o prawie 1,9 mln, a jej udział w ogólnej populacji wzrósł o 4,7%, tj. z 10% w 1989 r. do 14,7% w 2013 roku⁷⁰. W populacji dorosłych Polaków w starszym wieku większość stanowią kobiety (ponad 61%), a na 100 mężczyzn przypada ich 160 (dla całej ludności Polski wskaźnik feminizacji wynosi 107)⁷¹. Rosnący wraz z wiekiem udział kobiet w populacji jest konsekwencją nadumieralności mężczyzn i różniących się parametrów trwania życia. Kobiety osiągające wiek 65 lat mają przed sobą o prawie 5 lat więcej dalszego trwania życia niż mężczyźni. Przewaga liczebna kobiet wzrasta wraz z przechodzeniem do kolejnych grup podeszłego wieku, np. w grupie wiekowej 65–69 lat kobiety stanowią 56% zbiorowości, a współczynnik feminizacji wynosi 126, wśród osób co najmniej 80-letnich kobiety to 70% populacji, a na 100 mężczyzn przypada ich 228⁷².

⁷⁰ GUS, *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2015*, Warszawa 2014, s. 3; <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnoscipolski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html>. Data dostępu 14.09.2015.

⁷¹ Wskaźnik feminizacji, to współczynnik wzajemnych relacji między liczbą kobiet i mężczyzn, tj. liczba kobiet przypadająca na 100 mężczyzn.

⁷² GUS, *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2015*, Warszawa 2014, s. 4–5. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnoscipolski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html>.

Ogółem 1% respondentów w podgrupie emerytów było w okresie przed-emerytalnym. W subpopulacji pracujących 80% respondentów było zatrudnionych, 17% prowadziło działalność gospodarczą, a 2% było bezrobotnymi.



Wykres 9. Proba badawcza wg stanu aktywności na rynku pracy.
Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Polska nadal jest postrzegana w Europie jako kraj demograficznie młody, należy jednak zauważyć, że od początku lat 90. XX wieku przeciętny mieszkaniec Polski postarzał się o prawie 7 lat. W 2013 r. mediana wieku⁷³ dla całej ludności Polski wyniosła niespełna 39 lat. Kobiety w Polsce są starsze od mężczyzn, ich wiek środkowy to ponad 40 lat, a dla mężczyzn wynosi on prawie 37 lat⁷⁴. W literaturze przedmiotu jako metrykalny próg starości przyjmuje się wiek 60 lat lub – coraz częściej – 65 lat. W prowadzonej analizie przyjęto ogólny podział na 8 podgrup wiekowych (szczegółowy podział prezentuje tab. 11). Okres życia pomiędzy 50. a 79. rokiem życia podzielono na 6 podgrup, wydzielając w ten sposób podgrupy wiekowe w okresie pracującym niemobilnym: 50–54, 55–59, 60–64, podgrupę obejmującą ustawowy wiek przejścia na emeryturę – 65–69 oraz dwie podgrupy wieku poprodukcyjnego: 70–74 i 75–79 lat.

Relacje ilościowe między tymi grupami wieku pozwalają określić istniejące w społeczeństwie relacje międzypokoleniowe oraz ocenić poziom starości demograficznej. Starość demograficzna, to proces społeczny polegający na wzroście udziału ludności najstarszej (powyżej 65 lat) przy małym udziale ludności mło-

nosci-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html. Data dostępu 14.09.2015.

⁷³ Mediana wieku (wiek środkowy) – parametr wyznaczający granicę wieku, którą połowa badanej populacji już przekroczyła, a druga połowa jeszcze nie osiągnęła.

⁷⁴ GUS, *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2015*, Warszawa 2014, s. 4–5. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnosc-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html>. Data dostępu 14.09.2015.

dej w danym społeczeństwie. Jest charakterystyczny dla państw wysoko rozwiniętych. Wynika z nakładania się wielu czynników demograficznych i gospodarczych, m.in. z niskiego poziomu przyrostu naturalnego, wysokiej przeciętnej długości życia, wysokiego poziomu profilaktyki medycznej i geriatry, wysokiego poziomu rozwoju funduszy emerytalnych itp. Proces starości demograficznej niesie ze sobą szereg zmian społecznych, w tym również problemy gospodarcze i socjalne. Są one związane głównie z obciążeniem kosztów utrzymania ludności starej (w wieku poprodukcyjnym) przez ludność w wieku produkcyjnym, której liczba ulega zmniejszeniu. Dlatego w państwach o zaawansowanym procesie starości demograficznej stosuje się tzw. politykę pronatalną, polegającą na stwarzaniu odpowiednich warunków ekonomicznych dla zwiększenia w społeczeństwie liczby urodzeń⁷⁵. Państwa o wysokiej starości demograficznej, to m.in.: Szwecja, Norwegia, Belgia, Wielka Brytania, Dania i Niemcy. Udział ludności starej w ogólnej liczbie mieszkańców wynosi tu ponad 20%⁷⁶. Polska, podobnie jak Europa, starzeje się pod względem demograficznym i znajduje się w pierwszej światowej trzydziestce tzw. krajów starych. Próg starości demograficznej został przekroczony przez Polskę w 1967, a próg zaawansowanej starości w 1980 roku. W chwili obecnej co szósty Polak jest w wieku 60 lat i więcej. Wysokie tempo starzenia się społeczeństwa polskiego narasta mimo wysokiego, w stosunku do średniej europejskiej, wskaźnika umieralności⁷⁷.

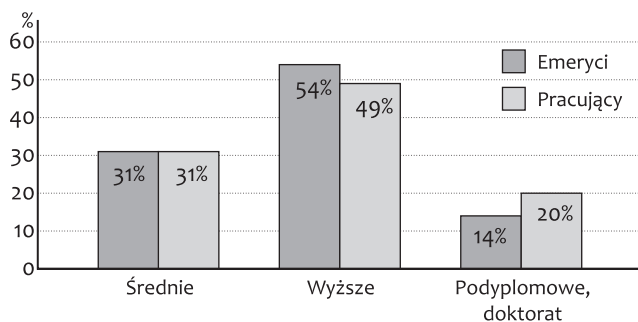
Czynnikiem istotnie różnicującym zdolność do aktywnego starzenia się jest wykształcenie. Osoby starsze w Polsce charakteryzują się przeciętnie niższym poziomem edukacji niż ma to miejsce w przypadku młodszego pokolenia. W prowadzonych badaniach, ze względu na celowy dobór próby, poziom wykształcenia, a co za tym idzie i wykonywane zawody odbiegają od tendencji ogólnokrajowych.

Najliczniejszą zbiorowość wśród ludności w wieku 65 lat i więcej stanowią w Polsce osoby posiadające wykształcenie podstawowe – ok. 46% ogółu populacji w tym wieku. Jednocześnie zaznacza się zdecydowana różnica mię-

⁷⁵ Polska doświadcza przemian demograficznych, których wynikiem jest spadek dzietności, zmniejszona skłonność do zakładania rodzin, odkładanie w czasie decyzji o zawarciu formalnego związku i urodzeniu dziecka. Współczynnik płodności w 1989 roku wynosił w Polsce 2,03, a w 2005 roku – 1,24, co oznacza, że jest znacznie poniżej poziomu prostej zastępowalności pokoleń (2,10–2,15). Wyniki te sytuują Polskę wśród krajów o najniższym poziomie dzietności w Europie. Zmiany demograficzne dotyczą również wzrostu średniego wieku macierzyństwa z 26,3 lat w 1989 roku do 28,1 lat w 2005 roku oraz wieku urodzenia pierwszego dziecka z 23,3 lat w 1989 roku do 25,6 lat w 2005 roku. K. Growiec, *Jak wspierać rodzicielstwo. Nowoczesna polityka prenatalna a rozwój kapitału intelektualnego Polski*, Analizy i Opinie, Instytut Spraw Publicznych, grudzień 2008, nr 88, s. 1–6.

⁷⁶ E. Trafiałek, D. Kozieł, M. Kaczmarczyk, *Starość jednostkowa i demograficzna w zadaniach gerontologii i polityki społecznej*, „Studia Medyczne” 2009, nr 5, s. 61–67.

⁷⁷ Tamże, s. 62.



Wykres 10. Próba badawcza wg wykształcenia.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

dzy mieszkańcami miast, gdzie wykształceniem co najwyżej podstawowym legitymuje się 34%, a mieszkającymi na wsi – 66%⁷⁸. Kolejny, najliczniej reprezentowany w tej grupie wiekowej poziom wykształcenia, to średnie i policealne (24%). Także w tym przypadku występuje duże zróżnicowanie między miastem (prawie 33% starszej ludności ma wykształcenie średnie lub policealne) i wsią (niewiele ponad 9%). W latach 2002–2011 odnotowano wzrost poziomu wykształcenia ludności Polski i dotyczyło to także osób w wieku co najmniej 65 lat. Nastąpiły istotne zmiany w strukturze wykształcenia osób starszych – najbardziej widoczny jest wzrost (o połowę) wskaźnika osób z wykształceniem wyższym, który w 2011 r. dla tej grupy wiekowej wyniósł 9,5% wobec 6,2% w 2002 r. Także w tym przypadku widoczna jest dysproporcja pomiędzy mieszkańcami miast, gdzie obecnie ponad 13% spośród nich posiada wykształcenie wyższe, a mieszkańcami wsi – niespełna 3%. Należy podkreślić, że w 2011 r. najmniejszy, wynoszący niewiele ponad 5%, udział wśród osób starszych stanowiły osoby, które nie posiadały żadnego wykształcenia (szkolnego), podczas gdy w 2002 r. odsetek ten był ponad 2,5-krotnie wyższy i wynosił 12,5% dla tej grupy wieku⁷⁹. Rozkład badanej próby wg wykonywanych zawodów w przeprowadzonym badaniu przedstawiono w tab. 12.

W przypadku Polski intensywność procesu starzenia się ludności jest zróżnicowana terytorialnie. Jak wynika z prognoz Głównego Urzędu Statystycznego⁸⁰, w latach 2014–2020 i po roku 2035 spodziewany jest znaczny przyrost ludności

⁷⁸ Tamże, s. 9.⁷⁹ Tamże, s. 9–11.⁸⁰ GUS, *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2015*, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy oraz Departament Badań Społecznych i Warunków Życia, Warszawa 2015, s. 5–6. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnosci-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2050,18,1.html>. Data dostępu 14.09.2015.

Tab. 12. Próba wg wykonywanych zawodów

Zawód	Emeryci	Pracujący
Robotnik przemysłowy, rzemieślnik	0%	1%
Pracownik wykonujący prace proste, nie wymagające kwalifikacji	0%	1%
Osoba zajmujące się domem, pracami w gospodarstwie domowym	0%	0%
Rolnik, ogrodnik, leśnik, rybak	1%	1%
Operator lub monter maszyn i urządzeń, kierowca pojazdów	1%	1%
Pracownik usług, sprzedawca	2%	9%
Pozostałe	8%	7%
Technik lub inny średni personel, wyspecjalizowane usługi	10%	7%
Przedstawiciel władz publicznych, wyższy urzędnik, kierownik	19%	14%
Pracownik biurowy, urzędnik	25%	30%
Specjalista z dziedziny sztuki, nauki, technologii, informatyki, nauk humanistycznych, edukacji	32%	28%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

w starszym wieku w miastach województw: dolnośląskiego, lubuskiego, łódzkiego, mazowieckiego, pomorskiego i wielkopolskiego, podczas gdy w części miejskiej pozostałych województw tendencja wzrostowa utrzyma się przez cały okres objęty prognozą. W wyniku przewidywanych zmian, w ciągu 37 lat objętych prognozą, w większości województw wzrost udziału ludności w starszym wieku będzie oscylował w granicach od 19 do 23,7%. W trzech województwach: mazowieckim, małopolskim i pomorskim procesy starzenia będą przebiegały z mniejszą intensywnością⁸¹. W Polsce na obszarach wiejskich przewiduje się systematyczny wzrost udziału osób starszych w strukturze populacji, największy po 2035 r. W 2050 r., w porównaniu z wyjściowym rokiem 2013, przyrost ludności w wieku co najmniej 65 lat na wsi będzie zawierał się w przedziale od 15,5% w województwie łódzkim do 19,8% w województwie opolskim⁸².

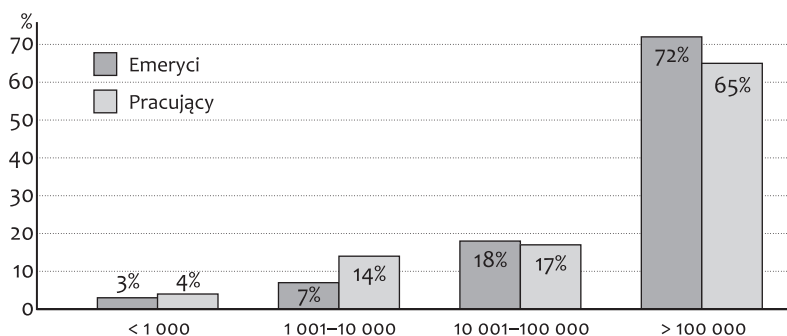
W badaniu 72% respondentów będących na emeryturze wskazało jako miejsce swojego zamieszkania miejscowość powyżej 100 tys. mieszkańców, 18% – od 10 tys. do 100 tys., 7% – od 1 tys. do 10 tys. oraz 3% – do 1 tys.

Prezentowana publikacja zawiera kilka części tematycznych. W pierwszej z nich przedstawiono charakterystykę społeczno-demograficzną osób starszych w Polsce. Ta część pracy koncentruje się na trzech obszarach aktywności ważnych z punktu widzenia tematyki aktywnego starzenia się i zdolności do aktywnego wchodzenia w czas dezaktywacji zawodowej:

- obszarze aktywności społecznej;

⁸¹ Tamże, s. 36.

⁸² Tamże, s. 36.



Wykres 11. Próba badawcza wg wielkości miejscowości zamieszkania.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

- obszarze aktywności edukacyjnej;
- obszarze aktywności zawodowej.

Specyficzne dla społeczeństwa polskiego uwarunkowania kulturowe i historyczne zasygnalizowane w tej części pracy podkreślają konieczność prowadzenia dalszych badań nad aktywnością seniorów polskich, szczególnie w kontekście działań zmierzających do wypracowania nowego podejścia do ostatniej fazy życia zawodowego, czyli czasu tuż przed emeryturą. Pierwszy rozdział pracy koncentruje się na wskazanych powyżej trzech obszarach, uznając je nie tylko za kluczowe, ale i najbardziej problematyczne obszary aktywności osób starszych w Polsce. Pozytywny odbiór starości stanowi efekt dobrego przygotowania do tego etapu życia, nie tylko osób, ale także instytucji.

Rozdział drugi składa się z kilku bloków zagadnień, a mianowicie z części poświęconej postrzeganiu emerytury i stosunku do niej dwóch badanych subpopulacji – emerytów i pracujących. Kolejny rozdział poświęcono poziomowi przygotowania badanych podgrup do emerytury. W kolejnych rozdziałach omawiane są zagadnienia wsparcia i usług oferowanych przez pracodawców w przygotowaniu do emerytury oraz formuły tego przygotowania. Osobny blok stanowi tematyka preferowanych form działań, mających na celu przygotowanie do emerytury oraz problem dostępności i możliwości wykorzystania przez badane podgrupy nowych technologii.

Rozdział 5.

Postrzeganie emerytury przez uczestników badania BALL

Prowadzone analizy miały za zadanie dostarczenie wiedzy na temat postaw wobec emerytury dwóch grup: osób będących na emeryturze oraz osób aktywnych zawodowo. Ta dwuwymiarowa perspektywa badawcza wynikała z przyjętych założeń, między innymi tych odnoszących się do aktywnego przygotowywania się do emerytury przez populację osób aktywnych zawodowo, jak również założeń odnoszących się do koncepcji aktywnej starości. Aktywne starzenie się jako strategia mająca na celu przeciwdziałanie starzeniu się ludności, odnosi się do cyklu życia, czyli nie dotyczy tylko okresu starości, ale związane jest z oddziaływaniem na gotowość jednostek i zbiorowości do przygotowywania się do długiej starości indywidualnej w kilku najważniejszych obszarach aktywności: pracy zawodowej, zdrowia, relacji z innymi, zabezpieczenia odpowiedniego poziomu życia, edukacji itd.⁸³

Głównym założeniem koncepcji aktywnego starzenia się jest przekonanie o konieczności oddziaływania na jak najdłuższe zachowanie społecznej produk-

⁸³ W ramach działań Komisji Europejskiej (Directorate General for Employment, Social Affairs and Inclusion), realizowanego wspólnie z Population Unit of the United Nations Economic Commission for Europe oraz zespołu badawczego z European Centre for Social Welfare Policy and Research in Vienna, przygotowano syntetyczny wskaźnik, który służyć ma uchwyceniu w postaci danych empirycznych idei aktywnego starzenia się. Narzędzie AAI (Index Aktywnego Starzenia się) ma być narzędziem wykorzystywanym do pomiaru niewykorzystanego potencjału osób starszych, jak również do oceny realizacji idei aktywnego i zdrowego starzenia się w poszczególnych krajach. AAI zawiera syntetyczne wskaźniki obliczone dla osób w wieku 65+ i grup wcześniejszych, np. 55+. Indeks zbudowany jest z 22 wskaźników, które są zgrupowane w czterech dziedzinach: zatrudnienie, aktywność społeczna, niezależne, zdrowe i bezpieczne mieszkanie, zdolność i przygotowanie otoczenia

tywności jednostki. P. Szukalski społeczną produktywność definiuje jako „każdą 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”⁸⁴. Wdrażanie koncepcji aktywnego starzenia się wymaga wsparcia ze strony instytucji publicznych różnego szczebla, które zainteresowane są przede wszystkim wspieraniem kariery zawodowej oraz oddziaływaniem na jak najpóźniejsze jej zakończenie. Wsparcie przybierać może różnorodną postać, w zależności od wielu czynników, a przede wszystkim od fazy życia jednostki. W przypadku osób młodszych podstawowymi działaniami są te odnoszące się do podnoszenia atrakcyjności ich kapitału ludzkiego poprzez podnoszenie ich kwalifikacji i umiejętności. Z kolei w przypadku osób starszych działania w większym stopniu mają na celu zachęcenie pracodawców do ich zatrudniania poprzez zmniejszenie kosztów pracy, a oddziaływanie na jednostkę przybiera postać jednocześnie silniejszego łączenia wysokości świadczenia emerytalnego z przebiegiem kariery zawodowej i likwidacji możliwości uzyskiwania innych poza emeryturą lub rentą dochodów zastępujących dochód z pracy, finansowanych ze środków publicznych⁸⁵.

Emerytura, to faza w życiu bardzo zindywidualizowana i uzależniona od szeregu czynników egzogennych i endogennych. Każdy okres życia, w tym późna dorosłość, stawia przed człowiekiem nowe zadania rozwojowe. Niewypełnienie ważnych zadań rozwojowych we wcześniejszych okresach życia skutkuje frustracją, nerwicą egzystencjalną, depresją, zabarwiając negatywnie obraz starości. Obraz starości jest wypadkową dotychczasowego życia i stopnia akceptacji zmian biologicznych wynikających z naturalnego procesu starzenia się oraz zwiększających się wraz z wiekiem ograniczeń w pełnieniu funkcji społecznych. Nie oznacza to wcale biernego poddawania się tym procesom, a jedynie podejmowanie prób maksymalnego ich opóźnienia poprzez przyjęcie takiego stylu życia, który to umożliwi⁸⁶.

do wykorzystania potencjału starzejącego się społeczeństwa. J. Perek-Białas, E. Mysińska, *Indeks aktywnego starzenia się w ujęciu regionalnym, Ekspertyza dla Departamentu Polityki Senioralnej Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej*, Warszawa 2013, s. 5–6.

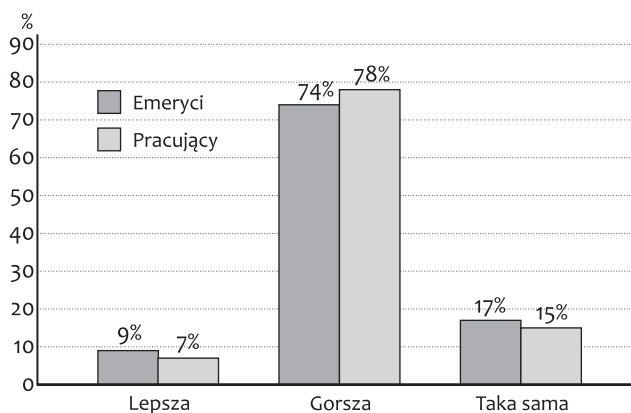
⁸⁴ P. Szukalski, *Aktywność zawodowa*, w: P. Błędowski, M. Mossakowska, A. Więcek (red.), *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce (PolSenior)*, Termedia Wydawnictwa Medyczne, Poznań 2012, s. 407.

⁸⁵ P. Szukalski, *Aktywne starzenie się od utopii do działania*, <http://repozytorium.uni.lodz.pl:8080/xmlui/bitstream/handle/11089/5385/Od%20problemu%20i%20wsparcia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>. Data dostępu 10.09.2015.

⁸⁶ H. Zielińska-Więczkowska, K. Kędziora-Kornatowska, T. Kornatowski, *Starość jako wyzwanie*, „Gerontologia Polska” t. 16, nr 3, s. 131–136.

5.1. Emeryci – postrzeganie emerytury

Na wstępie należy zauważyć, że z badań sondażowych prowadzonych w Polsce wynika, iż Polacy nie myślą o własnej starości, a jeśli już, to częściej myślą o niej kobiety niż mężczyźni⁸⁷. Z przeprowadzonych w ramach projektu BALL badań wynika, że obie podgrupy badanej populacji (emeryci i pracujący) negatywnie postrzegają przyszłą sytuację emerytów. W podgrupie pracujących uważa tak 78% respondentów, a wśród emerytów 74%.



Wykres 12. Ocena przyszłej sytuacji emerytów.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

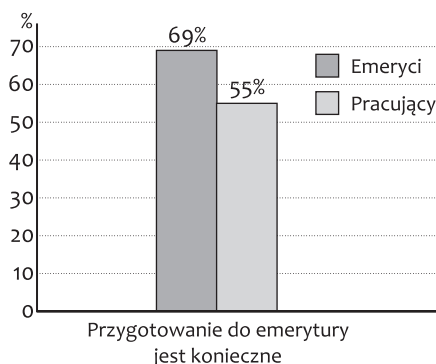
Być może dlatego ponad połowa respondentów w obu badanych podgrupach uważa, że przygotowanie do emerytury jest konieczne – odpowiednio 69% emerytów i 55% pracujących (wykres 13).

O negatywnym nastawieniu do przyszłej sytuacji emerytów może decydować szereg czynników, między innymi fakt, że 95% polskich emerytów jest biernych zawodowo. Co prawda, niemal cała subpopulacja osób starszych w Polsce posiada własne źródło utrzymania, jest to jednak niezarobkowe źródło, tj. głównie emerytura (86%), a w dalszej kolejności renta (8%)⁸⁸.

W chwili obecnej w Polsce w zdecydowanej większości mężczyźni utrzymują się z emerytur. Kobiety zdecydowanie częściej niż mężczyźni utrzymują

⁸⁷ M. Adamczyk, *Indywidualna a społeczna wizja starości*, artykuł w druku. Artykuł powstał na podstawie badań własnych autorki przeprowadzonych w grudniu 2014 roku na ogólnopolskiej próbie dorosłych Polaków – 1010 osób.

⁸⁸ GUS, *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2015*, Warszawa 2014, s. 36. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnosci-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2015,18,1.html>.



Wykres 12. Konieczność przygotowania się do emerytury.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

się z rent, mimo iż na przestrzeni ostatnich lat istotnie zmniejszył się udział kobiet utrzymujących się z rent, to pozostaje on nadal wysoki. Z ogólnej populacji osób starszych w Polsce, 11,3% kobiet utrzymuje się z renty w porównaniu do 2,4% mężczyzn. Obecnie niewielki jest udział osób starszych posiadających dwa źródła dochodu – częściej są to mężczyźni i mieszkańcy miast, łączący emeryturę z pracą⁸⁹. W najbliższych latach, w związku z ustawowym przesunięciem wieku uprawniającego do emerytury, można się spodziewać wzrostu aktywności zawodowej ludności w starszym wieku. Będzie on dotyczył przede wszystkim najmłodszej grupy (65–69 lat). Współczynnik aktywności zawodowej może także wzrosnąć w starszych rocznikach, ponieważ wiek emerytalny będą osiągać coraz lepiej wykształcone grupy osób, posiadających doświadczenie zawodowe i wyższy poziom kwalifikacji zawodowych⁹⁰. Jednak, co należy wyraźnie podkreślić, w kontekście obaw związanych z przyszłą sytuacją emerytów, zgodnie z prognozą Głównego Urzędu Statystycznego na lata 2014–2050, liczba osób starszych zwiększy się, a tym samym zwiększeniu ulegnie liczba świadczeń emerytalnych i rentowych, co może powodować problemy w systemie zabezpieczenia społecznego.

Jak wynika z badań „Polacy wobec własnej starości”, przeprowadzonych przez CBOS w 2012 roku, dla zdecydowanej większości Polaków okres starości wiąże się z różnego rodzaju obawami. Niewiele osób nie odczuwa lęku przed tym okresem życia (6%). Respondenci, myśląc o własnej starości, niezależnie od wieku i własnej sytuacji życiowej, najbardziej obawiają się chorób, niedołężności, utraty pamięci (73%). Ponad połowa boi się utraty samodzielności, bycia ciężarem dla innych, uzależnienia od innych ludzi (56%). Ogółem,

⁸⁹ Tamże, s. 22–23.

⁹⁰ Tamże, s. 36.

32% badanych obawia się złych warunków życia, trudności z utrzymaniem się, a także samotności i utraty osób bliskich. O połowę mniejsze grupy deklarują lęk przed cierpieniem (18%) oraz niepokój związany z niepewnością, z kim będą mieszkać i pod czyją będą opieką (16%). Co siedemnasty respondent obawia się, że nie będzie nikomu potrzebny (6%)⁹¹.

Takie postawy wobec starości potwierdzają także wyniki prezentowanego raportu, jednak, co ciekawe, emeryci mają bardziej pozytywny obraz własnej starości. Respondentom zadano pytanie o to, z czym kojarzy im się emerytura. Na podstawie odpowiedzi stworzony został indeks skojarzeń, w którym na pierwszym miejscu jest czas wolny (66,3%), następnie aktywność (56%), pomaganie rodzinie (44,7%). Negatywne skojarzenia, typu zły stan zdrowia (26,7%), uzależnienie od innych (6,2%), samotność (17%), czy bieda (7%), nie zdominowały górnych wartości indeksu, tym samym można powiedzieć, że emeryci biorący udział w badaniu, starość postrzegają bardziej pozytywnie niż można było przypuszczać. Zapytani o to, co sprawiło, że zaczęli myśleć o przygotowywaniu lub planowaniu emerytury, najczęściej wskazywali na możliwość rozwoju swojego hobby (19,4%), robienie czegoś nowego (13%), a także zmniejszenie wymiaru godzin pracy (10,4%). Ponad połowa badanych emerytów nie potrafiła wskazać czynnika stymulującego myślenie o przygotowaniach do emerytury.

Bardziej negatywnie o starości myślą osoby czynne zawodowo niż sami emeryci doświadczający w zależności od wieku zmian towarzyszących procesowi starzenia. Zmiany biologiczne następujące w późnej dorosłości mają charakter zmian wstecznych. Podstawą zmian tego typu jest zanik reprodukcyjnych komórek w organizmie człowieka oraz ich stopniowa degeneracja. Z medycznego punktu widzenia przyjmuje się dwa wskaźniki obiektywne procesu starzenia się. Pierwszy, jest to wskaźnik obniżenia sprawności fizycznej, a drugi jest określany jako tak zwana mnoga patologia. W przypadku wskaźnika obniżenia sprawności fizycznej, wskazuje się na następujące elementy: ograniczenie zdolności do wysiłku, zwiększona męczliwość. Czynniki te mogą przekładać się na ograniczenie aktywności w wielu sferach życia oraz spadek wigoru. Jednak, jak zauważają specjaliści, w większości przypadków o obniżeniu sprawności fizycznej decydują choroby, na które cierpi dana osoba, a nie sam proces starzenia, jakiemu podlega⁹².

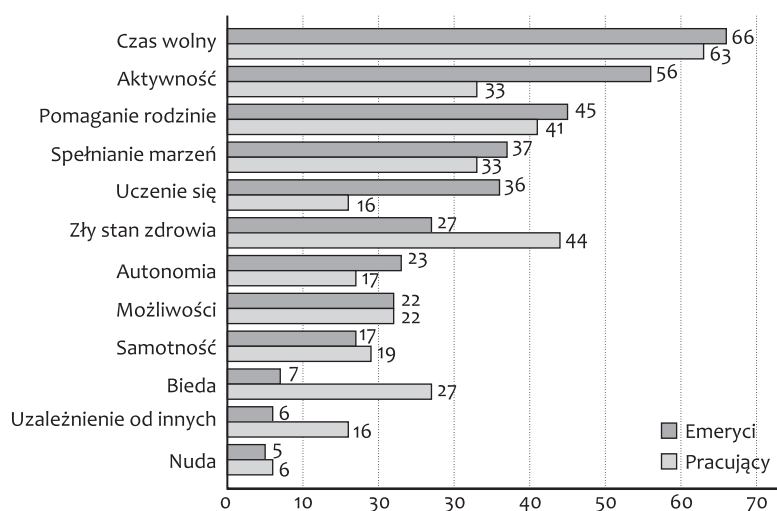
Mnoga patologia, to drugi wskaźnik biologicznego procesu starzenia się. Termin ten jest stosowany na określenie jednoczesnego występowania kilku

⁹¹ M. Omyła-Rudzka, *Polacy wobec własnej starości*, CBOS BS/94/2012, Warszawa 2012, s. 6–7. http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2012/K_094_12.PDF. Data dostępu 11.09.2015.

⁹² G. Łój, *Rehabilitacja a jakość życia osób w starszym wieku*, „Gerontologia Polska” t. 15, nr 4, s. 153–157.

dolegliwości u jednej osoby. Taki stan wpływa w znacznej mierze na ograniczenie sprawności narządów, co w znaczny sposób utrudnia rozpoznanie, jakie zmiany w organizmie danej osoby są spowodowane procesami starzenia się, a jakie chorób⁹³. Do najczęściej występujących chorób somatycznych występujących w okresie starzenia się należą: choroby układu sercowo-naczyniowego, oddechowego i pokarmowego, choroby narządu ruchu, układu hormonalnego i choroby związane z obniżeniem odporności organizmu.

W przypadku prezentowanego badania, na negatywne zmiany związane ze starzeniem częściej wskazywali pracujący: uzależnienie od innych – 16% pracujących i 6% emerytów; bieda – 27% pracujących i 7% emerytów; samotność – 19% pracujących i 17% emerytów oraz zły stan zdrowia – 44% pracujących i 27% emerytów.



Wykres 14. Skojarzenia związane ze starością.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100% ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź

Na pytanie o skojarzenia związane z emeryturą największy procent wskazań w przypadku obu badanych podgrup miał czas wolny i pomaganie rodzinie: czas wolny – 66% emerytów i 63% pracujących; pomaganie rodzinie – 45% emerytów i 41% pracujących oraz aktywność – 56% emerytów i 33% pracujących.

Z badań przeprowadzonych przez CBOS w 2007 roku, a dotyczących opinii na temat przyszłych emerytur Polaków wynika, że największa grupa

⁹³ Tamże, s. 154.

badanych wskazuje na możliwość pogorszenia się ich położenia (28%), a jedna piąta nastawiona jest optymistycznie (20%). Mniej więcej tyle samo respondentów sądzi, że sytuacja emerytów się nie zmieni (13%), oraz że w części będzie lepsza, a w części gorsza niż obecnie (14%). Co czwarty badany nie ma wyrobionego stanowiska w tej kwestii (25%)⁹⁴. W kontekście badania opinii na temat przyszłej sytuacji emerytów, w prezentowanym badaniu poddano analizie zagadnienia czynników stymulujących podjęcie myślenia o emeryturze. Na pytanie – co może sprawić, że zaczniesz myśleć o przygotowywaniu się/planowaniu emerytury?, czynnikiem, który w przypadku obu badanych podgrup stymulował myślenie o planowaniu emerytury była chęć rozwoju własnych zainteresowań lub hobby. W przypadku emerytów było to 19%, a w przypadku pracujących 37%. Należy wyraźnie zauważyć, że większość badanych miała problem z przypisaniem swojej postawy do wskazanych kafeterii.

Tab. 13. Przyczyny myślenia o emeryturze

Co sprawiło, że zacząłeś myśleć o przygotowywaniu się/planowaniu emerytury?				
Kategorie odpowiedzi	Emeryci		Pracujący	
	N = 467		N = 355	
Byłem znudzony pracą	25	5%	49	14%
Chciałem robić coś innego	41	9%	95	27%
Chciałem robić coś nowego	61	13%	92	26%
Chciałem pracować w zmniejszonym wymiarze godzin	49	10%	110	31%
Moja sytuacja życiowa (dzieci wyszły z domu, dużo wolnego czasu itp.)	44	9%	54	15%
Moje umiejętności, talent, wykształcenie nie były dostatecznie wykorzystywane przez pracodawcę	46	10%	44	12%
Chciałem mieć czas na pielęgnowanie moich hobby	91	19%	133	37%
Żadne z wymienionych	246	53%	53	15%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100%, ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź.

Absolutna większość badanych emerytów (96%) uważa, że należy zmienić stosunek ludzi do emerytury na bardziej pozytywny. Działania z tego zakresu mogą być prowadzone w oparciu o różne metody. 60% badanych uważa, że najlepszym sposobem zmiany postawy wobec emerytury byłoby wyeksponowanie kompetencji i doświadczenia emerytów poprzez danie im zatrudnienia. 38,7% osób wskazało na rozwiązania prawne jako najskuteczniejsze sposoby zmiany nastawienia do tego okresu w życiu.

⁹⁴ J. Szczepańska, *Czy Polacy myślą o swoich przyszłych emeryturach*, CBOS BS/166/2007, Warszawa 2007, s. 2.

Tab. 14. Opinia na temat budowania pozytywnego wizerunku emerytury w subpopulacji emerytów

Czy uważasz, że stosunek ludzi do emerytury powinien zostać zmieniony na bardziej pozytywny?		
Kategorie odpowiedzi	N = 467	
Tak, poprzez wyeksponowanie kompetencji i doświadczenia emerytów dając im zatrudnienie	283	61%
Tak, poprzez kampanie marketingowe	65	14%
Tak, poprzez prawodawstwo państwowe	181	39%
Tak, w inny sposób	82	18%
Nie	19	4%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100% ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź.

Dla ponad 2/3 przebadanych emerytów planowanie/przygotowywanie się do emerytury jest konieczne. W prowadzonych badaniach założono, że przystosowanie do zmian, jakie niesie ze sobą emerytura, będzie przebiegać dłużej lub krócej zależnie od indywidualnej sytuacji społeczno-bytowej konkretnej osoby. Ogółem 46% przebadanych emerytów takie przystosowanie zajęło trzy miesiące, 21% respondentów potrzebowało na przystosowanie roku czasu, zaś sześć miesięcy wskazało 10%. Dla 12% respondentów ten proces jeszcze się nie zakończył.

Z zagadnieniem przygotowania do emerytury i postrzeganiem tego okresu w życiu wiąże się poczucie zadowolenia z własnego życia i oceny jego stanu przed przejściem na emeryturę i na emeryturze. W naukach społecznych jakość życia jest kategorią oceniającą właściwości życia jednostek i społeczeństw, bardzo różnie definiowaną i aplikowaną. Pojawienie się tej kategorii pojęciowej było odpowiedzią na wątpliwości wynikające z konsekwencji postępu technicznego i rozwoju społecznego i ekonomicznego lat 60. XX wieku. Zdaniem B. Rysz-Kowalczyk, kategoria jakości życia zrodziła się „z przekonania, że niezależnie od systemów miar obowiązujących w naukach przyrodniczych i ekonomicznych, efekty działalności ludzkiej trzeba mierzyć także wg wartości zdrowia, bezpieczeństwa, spokoju, piękna, równości szans, współdecydowania itp.”⁹⁵ W tym kontekście szczególnego znaczenia nabiera analiza jakości życia osób starszych, gdyż dla wielu badaczy proces starzenia się ludności jest zjawiskiem bardzo ważnym z punktu widzenia rozwoju gospodarki i zmiany dotychczasowych zasad życia. W literaturze socjologicznej na nowo odkrywana jest starość na poziomie mikrospołecznym. Ten poziom analizy rozpatrywany

⁹⁵ B. Rysz-Kowalczyk, *Leksykon polityki społecznej*, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa 2002, s. 63.

jest na dwóch płaszczyznach. Po pierwsze, jako faza życia, która staje się etapem w życiu każdego człowieka. Po drugie, w związku z rozwojem medycyny i dzięki odpowiedniemu przygotowaniu, nie musi oznaczać braku zdrowia i zależności od innych. Konsekwencją tego podejścia jest również redefiniowanie podejścia do procesu starzenia się na poziomie makrospołecznym. Jakość życia analizuje się jako całościową ocenę poziomu życia, między innymi stan zaspokojenia potrzeb materialnych i niematerialnych⁹⁶.

W prezentowanych badaniach blok pytań dotyczących oceny jakości życia po przejściu na emeryturę, w porównaniu do okresu przed emeryturą, podzielono na pięć zasadniczych obszarów: zdrowie fizyczne, zdrowie psychiczne, relacje rodzinne, relacje społeczne i zasoby finansowe. W przypadku zdrowia fizycznego, blisko 42% badanych oceniało je gorzej niż przed emeryturą, co nie powinno dziwić w kontekście zmian wynikających z procesu starzenia się, który towarzyszy emeryturze. Interesująca wydaje się zależność pomiędzy zdrowiem psychicznym a emeryturą, dla znacznej części respondentów (blisko 40%) okres emerytury przyniósł poprawę stanu zdrowia psychicznego, 16,7% badanych poczuło się w tym okresie gorzej. Należy zauważyć, że w większości przypadków emerytura nie wpłynęła na zmianę relacji rodzinnych (66%), jedynie dla niecałych 8% przyniosła pogorszenie tych stosunków⁹⁷. Sytuacja zmienia się, jeśli analizie podda się relacje społeczne i zasoby finansowe. W przypadku relacji społecznych ponad 1/4 badanych zauważyła ich pogorszenie w stosunku do okresu przed emeryturą. Jeszcze wyraźniej widać negatywny związek zachodzący pomiędzy zadowoleniem z sytuacji finansowej a okresem przed emeryturą i na emeryturze. Dla blisko 70% badanych okres emerytury przyniósł pogorszenie sytuacji finansowej. Jedynie 6,4% osób stwierdziło, że ich sytuacja uległa polepszeniu.

⁹⁶ P. Szukalski, *Zagrożenie czy wyzwanie – proces starzenia się ludności*, „Polityka Społeczna” 2006, nr 9, s. 6–10.

⁹⁷ Rodzina jest w każdej fazie życia najważniejszą strukturą społeczną dla człowieka, szczególnie ważna jest dla dzieci i ludzi starszych. Dzieje się tak dlatego, że jest dla nich głównym środowiskiem życiowej aktywności. To rodzina daje osobie starszej poczucie bezpieczeństwa i wyraźnie określa miejsce w świecie. W pierwszym okresie po przejściu na emeryturę życie rodzinne staje się bardziej intensywne. W tym okresie rodzina przejmuje funkcje, jakie dotychczas pełniło środowisko zawodowe. J. Wawrzyniak, *Oblicza starości. Biografia jako źródło czynników adaptacyjnych*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2009, s. 28–29. Jak zauważa Brunon Synak, dla wielu rodzina w okresie emerytury staje się jedyną płaszczyzną społecznego funkcjonowania, doznań emocjonalnych, satysfakcji i realizacji życiowych celów. Poświęcenie się dzieciom i wnukom stwarza możliwość przyjęcia nowej tożsamości społecznej, osiągnięcie pełniejszej samorealizacji i odnalezienie rekompensaty utraconego oparcia w środowisku zawodowym. B. Synak, *Młodzi emeryci*, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa 1987, s. 130.

Tab. 15. Ocena jakości życia po przejściu na emeryturę w pięciu obszarach

Jak oceniasz jakość życia po przejściu na emeryturę, w porównaniu do życia jakie miałeś, będąc czynnym zawodowo?			
Kategoria	Lepiej	Tak samo	Gorzej
Zdrowie fizyczne	20%	38%	42%
Zdrowie psychiczne	40%	43%	17%
Relacje rodzinne	26%	66%	8%
Relacje społeczne	29%	45%	26%
Zasoby finansowe	6%	24%	70%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Z przeprowadzonego badania wynika, że ponad połowa przebadanych emerytów nie wspiera finansowo swojej rodziny, za wyjątkiem współmałżonka lub partnera (55%). Należy zaznaczyć, że również w zdecydowanej większości nie korzysta z takiego wsparcia ze strony rodziny (85,6%). Większość przebadanych emerytów uważa, że specjalne przygotowanie do emerytury jest ważne dla dobrego samopoczucia emeryta – 31% uważa takie działania za bardzo ważne, a blisko 34% za raczej ważne.

5.2. Pracujący – postrzeganie emerytury

W przeprowadzonych badaniach grupa osób aktywnych zawodowo stanowiła 283 kobiety i 72 mężczyzn, łącznie 355 osób w grupach wiekowych od poniżej 50 do powyżej 70 lat. Chcąc poznać stosunek osób aktywnych zawodowo do ich przyszłej emerytury, i ogólnie do zagadnień związanych z emeryturą, zapytano respondentów o ich poglądy na temat sytuacji przyszłych emerytów. Na pytanie, jaka będzie sytuacja przyszłych pokoleń emerytów w stosunku do obecnej, aż 78% osób stwierdziło, że będzie ona gorsza niż obecna, blisko 15% uznało, że będzie tak sama, jedynie 6,7% badanych stwierdziło, że będzie ona lepsza od obecnej sytuacji osób znajdujących się na emeryturze. Emerytura kojarzy się większości badanych z czasem wolnym (62,5%) oraz złym stanem zdrowia (43,6%). Blisko 41% osób badanych emerytura kojarzy się z czasem przeznaczanym na pomoc rodzinie, ale również z czasem przeznaczonym na aktywności (40,8%) i spełnianiem marzeń (33,2%). Co bardzo istotne, znaczny procent badanych kojarzy czas emerytury nie tylko ze złym stanem zdrowia, ale również z takimi negatywnymi zjawiskami, jak bieda, samotność, czy uzależnienie od innych – odpowiednio 27,3%, 18,5% i 16,3%.

Należy zwrócić uwagę na fakt, że ponad połowa aktywnych zawodowo respondentów uważa, iż planowanie i przygotowywanie się do emerytury jest

Tab. 16. Skojarzenia związane z emeryturą – grupa pracujących

Które z następujących pojęć kojarzy Ci się z emeryturą? (można wybrać więcej niż jedną opcję)		
Kategorie odpowiedzi	N = 355	
Autonomia	61	17%
Czas wolny	222	63%
Pomaganie rodzinie	145	41%
Możliwości	78	22%
Spełnianie marzeń	116	33%
Uczenie się	56	16%
Aktywność	118	33%
Zły stan zdrowia	155	44%
Nuda	23	6%
Uzależnienie od innych	58	16%
Samotność	66	19%
Bieda	97	27%
Żadne z wymienionych	5	1%
Nie wiem	3	1%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100%, ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź.

konieczne – 55%. Jedynie 15% osób uważa, że tak nie jest. Może dziwić fakt, że co czwarty ankietowany nie zajmuje stanowiska w kwestii, która prędkiej, czy później będzie dotyczyć także jego osoby. Jak wynika z przeprowadzonych badań, czynnikiem, który najczęściej jest wymieniany jako skłaniający do ewentualnego planowania lub przygotowywania się do emerytury, jest możliwość poświęcania się swojemu hobby – tak uważa 37,4% badanych. Innym ważnym czynnikiem wskazywanym przez badanych jest możliwość pracy w zmniejszonym wymiarze godzin – 30,9%.

Pracującym respondentom zadano także pytanie o to, czy na emeryturze będą musieli wspierać finansowo swoją rodzinę, za wyjątkiem współmałżonka lub partnera. Ogółem 44% badanych nie potrafi stwierdzić, czy tak będzie, a dla 25% jest to prawdopodobne. Blisko 1/3 badanych zadeklarowało, że nie będzie musiało udzielać rodzinie pomocy w takiej formie (31%). Jednocześnie ponad połowa respondentów nie potrafi stwierdzić, czy będzie potrzebować wsparcia finansowego od rodzin w okresie emerytury, czy też nie (51,5%). Co czwarty respondent deklaruje, że nie będzie na emeryturze potrzebował takiej formy pomocy, a blisko 22% stwierdza, że będzie potrzebować takiej pomocy w tym okresie swojego życia. Ponad 70% aktywnych zawodowo respondentów deklaruje, że przygotowanie do emerytury jest ważnym czynnikiem mającym

Tab. 17. Przyczyny przygotowywania się/planowania emerytury – grupa pracujących

Jak uważasz, co mogłoby sprawić, że zaczniesz myśleć o przygotowywaniu się/ /planowaniu emerytury?		
Kategorie odpowiedzi	N = 355	
Byłem znudzony pracą	49	14%
Chciałem robić coś innego	95	27%
Chciałem robić coś nowego	92	26%
Chciałem pracować w zmniejszonym wymiarze godzin	110	31%
Moja sytuacja życiowa (dzieci wyszły z domu, dużo wolnego czasu itp.)	54	15%
Moje umiejętności, talent, wykształcenie nie były dostatecznie wykorzystywane przez pracodawcę	44	12%
Chciałem mieć czas na pielęgnowanie moich hobby	133	37%
Żadne z wymienionych	53	15%

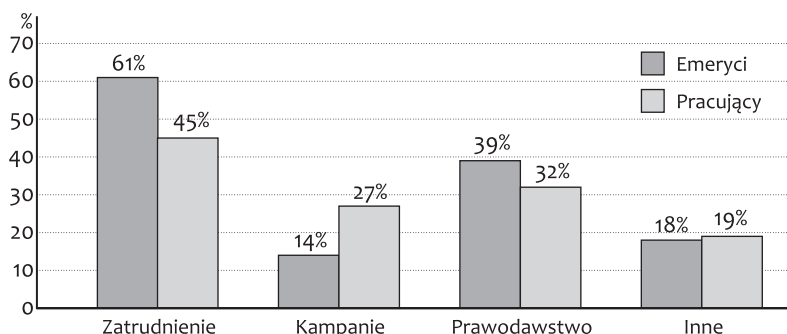
Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100%, ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź.

wpływ na przyszłe dobre samopoczucie, szczęście emeryta. Dziwić może w tym kontekście fakt, że jedynie 55% uważa, że przygotowanie do emerytury jest ważne, a znaczny odsetek badanych nie zamierza się przygotowywać do emerytury (22%). Blisko 40% będzie się do niej przygotowywać tuż przed nią – w wieku 60-64 lat.

Jednym z istotnych zagadnień poruszanych w badaniu były związki zachodzące między przygotowaniem do emerytury a zachodzącymi zmianami technologicznymi. Blisko połowa badanych osób przyznaje, że szybkie zmiany technologiczne mogą wpłynąć na ich przygotowania do emerytury. W przypadku możliwości podjęcia internetowych kursów przygotowujących do emerytury, 45,6% respondentów zadeklarowało gotowość udziału w takiej formie zajęć. Takie stwierdzenie powinno dziwić w sytuacji, gdy 94% badanych deklaruje posiadanie dostępu do internetu, a 97% korzysta z komputera lub innych urządzeń technicznych.

Zagadnieniem, które bardzo silnie wiąże się z podejmowaniem przygotowań do emerytury jest budowanie pozytywnego wizerunku nie tylko emerytury, ale ogólnie starości jako integralnego etapu w życiu każdego człowieka. Należy w tym miejscu zauważyć, że charakterystyczne dla procesu starzenia przemiany fizyczne wywierają wpływ na psychologiczny wymiar życia jednostki, jej samoakceptację i samopoczucie. Przemiany te określają również pozycję osób starszych w obrębie zbiorowości i wyznaczają ich społeczną tożsamość. Przekaz społeczny na temat starości w dużym stopniu rzutuje na stosunek przedstawicieli innych grup wiekowych do osób starszych i antycypację własnego starzenia się. Może on też mieć wpływ na indywidualne postrzeganie

zmian zachodzących w człowieku w trakcie procesu starzenia się⁹⁸. W celu poznania opinii respondentów na temat konieczności budowania pozytywnego wizerunku emerytury, zadano im pytanie o to, czy uważają, że stosunek ludzi do emerytury powinien zostać zmieniony na bardziej pozytywny? Obie grupy bardzo wyraźnie wskazały na konieczność budowania pozytywnego wizerunku emerytury. W przypadku grupy emerytów było to 96% respondentów, w grupie pracujących 93%. Co ważne, w przypadku obu grup zatrudnianie osób w wieku emerytalnym jest najlepszym i najskuteczniejszym sposobem budowania takiego wizerunku emerytury (wykres 15).



Wykres 15. Sposoby budowania pozytywnego wizerunku emerytury.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100%, ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź.

Należy zauważyć, że w Polsce zbiorowość osób w wieku 65 lat i więcej to głównie osoby, które lata aktywności zawodowej mają już za sobą i utrzymują się z niezarobkowych źródeł, będących dla 95% z nich wyłącznym źródłem utrzymania. Wyłącznie z pracy utrzymywało się niespełna 2% osób starszych. Na przestrzeni lat 2002–2011 znacznie zmniejszył się udział osób starszych utrzymujących się głównie z rent (z tytułu niezdolności do pracy, rodzinnej i socjalnej). W 2002 r. stanowili oni ponad 21% tej zbiorowości, natomiast w 2011 r. ich udział był dużo niższy i wynosił niespełna 8%. Wśród nich przeważały osoby utrzymujące się z renty rodzinnej (2/3) przyznawanej uprawnionym członkom rodziny po śmierci współmałżonka, rodzica lub innej osoby. Znacznie częściej z rent utrzymywały się starsze kobiety i udział tego źródła był prawie pięciokrotnie wyższy niż u mężczyzn. Obok niezarobkowego źródła utrzymania, niewielka część osób starszych posiadała dodatkowe źródło dochodu. Częściej byli to mężczyźni i mieszkańcy miast, łączący emeryturę

⁹⁸ A. Dziuban, *Spółeczny obraz starości i postrzeganie własnego ciała w procesie starzenia się. Przegląd piśmiennictwa*, „Gerontologia Polska” t. 18, nr 3, s. 140–147.

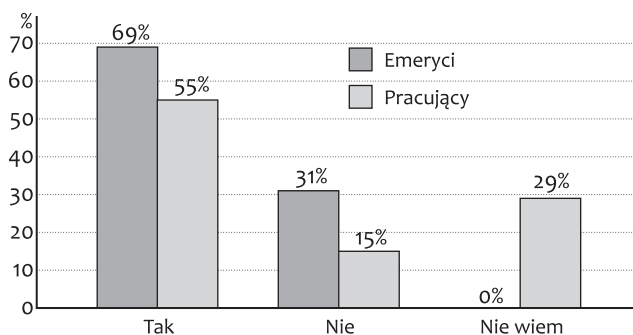
z dochodami z pracy. Zdecydowana większość osób starszych w Polsce utrzymuje się wyłącznie z niezarobkowych źródeł (95%) – co oznacza w zasadzie bierność zawodową⁹⁹. Podkreślanie więc konieczności zwiększenia zatrudnienia w tej grupie wiekowej jest szczególnie ważne dla budowania pozytywnego wizerunku tego okresu w życiu, przełamując tym samym stereotypy związane ze starością jako okresem bierności. W kontekście podejmowania przygotowań do emerytury ważne jest również zagadnienie związku podejmowania takich przygotowań z dobrym samopoczuciem, jakie będzie towarzyszyć jednostce na emeryturze. W tym celu zadano respondentom pytanie: Czy uważasz, że specjalne przygotowanie do emerytury jest ważne dla dobrego samopoczucia/szczęścia emeryta?

W przypadku tego pytania interesujące jest zestawienie odpowiedzi z dwóch pytań. Pytania, w którym zapytano respondentów, czy uważają, że planowanie/przygotowanie się do emerytury jest konieczne? Blisko 70% emerytów stwierdziło, że takie przygotowanie jest konieczne, w przypadku pracujących było to 55%. Mimo iż ponad połowa pracujących uznaje konieczność przygotowania się do emerytury, zastanawiający jest fakt, że ponad 1/4 badanych pracujących nie wie, czy jest to konieczne, więc na pewno nie podejmuje konkretnych działań w celu przygotowania się do emerytury. Zastanawiające jest, że blisko 1/3 przebadanych emerytów i 15% pracujących nie widzi konieczności podejmowania przygotowań. Być może przyczyną takiej postawy jest:

- brak wiedzy o tym, czym jest tak naprawdę przygotowanie do emerytury;
- brak wiedzy o instrumentach, które temu służą (finansowych i instytucjonalnych);
- brak wiedzy na temat podmiotów współodpowiedzialnych za ten proces;
- brak rzetelnej informacji lub brak jakiegokolwiek informacji na ten temat w instytucjach, środkach masowego przekazu, zakładach pracy.

W przypadku, gdy zapytano respondentów o to samo działanie, czyli przygotowanie się do emerytury, ale z zaznaczeniem, że jest to ważne dla dobrego samopoczucia/szczęścia emeryta, rozkład procentowy obu grup ulega zmianom. W przypadku pracujących aż 72% respondentów uważa, że jest to ważne, a w przypadku emerytów 65%.

⁹⁹ GUS, *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2015*, Warszawa 2014, s. 24–25. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnosc-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2015,18,1.html>. Data dostępu 14.09.2015.



Wykres 16. Konieczność planowania/przygotowania się do emerytury.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

5.3. Pracujący–Emeryci – porównanie

Porównując obie grupy respondentów należy zauważyć, że są zagadnienia, które postrzegane są przez obie grupy w bardzo podobny sposób. Zdecydowana większość zarówno emerytów – 74%, jak i pracujących – 78%, uważa, że w przyszłości sytuacja osób przechodzących na emeryturę będzie gorsza niż w chwili obecnej. W pewnym zakresie występuje również podobieństwo pomiędzy emerytami a pracującymi w kojarzeniu emerytury z czasem wolnym: emeryci – 66%, pracujący – 63%, jak również z pomaganiem rodzinie: emeryci – 45%, pracujący – 41%. Różnice zaznaczają się w przypadku negatywnych skojarzeń związanych z emeryturą, należy zauważyć, że bardziej negatywnie myślą o emeryturze osoby aktywne zawodowo, niż będące już na emeryturze. Dla przykładu, jedynie 7% emerytów kojarzy czas emerytury z biedą, czy uzależnieniem od innych – 6%. W przypadku pracujących takie skojarzenia z emeryturą ma odpowiednio 27% i 16%. Podobnie, częściej emeryturę kojarzą ze złym stanem zdrowia pracujący – 44%, niż emeryci – 27%. Obie kategorie respondentów uważają, że należy zmienić stosunek ludzi do emerytury na bardziej pozytywny, a najlepszym sposobem uzyskania takiego efektu byłoby wyeksponowanie kompetencji i doświadczenia emerytów, dając im zatrudnienie. Tak uważa 61% emerytów i 45% pracujących. Ważnym aspektem negatywnego bądź pozytywnego postrzegania emerytury jest planowanie/przygotowywanie się do niej. Tak w przypadku pracujących, jak i emerytów, panuje w większości przypadków zgodność co do konieczności przygotowywania się do emerytury – uważa tak 69% emerytów i 55% pracujących. W przypadku korzystania ze wsparcia finansowego rodziny na emeryturze, widoczne staje się zróżnicowanie obu grup. Największą kategorię w przypadku osób pracujących stanowią niezdecydowani. Ogółem 44% badanych nie wie, czy będzie korzystać z takiej pomocy, podczas gdy wśród emerytów 86% przyznaje, że nie korzysta z ta-

kiego wsparcia. W przypadku udzielania wsparcia finansowego rodzinie, 55% emerytów tego nie robi, a w przypadku pracujących, ponad połowa z nich nie wie, czy będzie to robić (52%).

Rozdział 6.

Stopień przygotowania do emerytury

6.1. Przygotowanie do emerytury – emeryci

Jednym z głównych celów badawczych w przeprowadzonym badaniu było sprawdzenie stopnia przygotowania polskich emerytów i osób czynnych zawodowo do przejścia na emeryturę. W tym celu skonstruowano blok pytań diagnozujących to zagadnienie. W pierwszej kolejności zapytano respondentów o to, czy dobre przygotowanie jest ważne dla satysfakcjonującego przeżywania tego okresu w życiu. Zdecydowana większość emerytów stwierdziła, że takie działania są ważne – blisko 34% uznało je za raczej ważne, a za bardzo ważne 31% respondentów będących na emeryturze. Co czwarty emeryt stwierdził, że nie jest to czynnik, który wpływa na satysfakcjonujące przeżycie tego etapu życia.

Osoby objęte badaniem zapytano, w jakim wieku zaczęły przygotowywać się do przejścia na emeryturę. 45,4% badanych przyznało, że nie przygotowywało się do przejścia na emeryturę. Co czwarty badany rozpoczął przygotowania w przedziale 55–59 lat, 12,2% osób w wieku 50–54 lata, a 64% na krótko przed emeryturą w wieku 60–64 lat.

W przypadku dostosowania się do nowej sytuacji, jaką jest przejście na emeryturę, ilość czasu potrzebnego na przystosowanie w dużej mierze zależy od czynników egzogennych i endogennych¹⁰⁰. W przypadku czynników en-

¹⁰⁰ Do czynników osobowościowych, inaczej nazywanych endogennymi, zalicza się: stan zdrowia, poczucie sensu życia, poczucie koherencji, określoną postawę wobec własnej starości i przemijania, zachowania zdrowotne, styl życia, doświadczenia życiowe. Do czynników zewnętrznych (egzogennych) zalicza się: relacje rodzinne, społeczny obraz starości, politykę społeczną i pomoc społeczną. S. Steuden, *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014, s. 174.

Tab. 18. Podjęcie przygotowania do przejścia na emeryturę wg grup wiekowych – grupa emerytów

W jakim wieku zacząłeś się przygotowywać do emerytury?		
Kategorie odpowiedzi	N= 467	
45-49 lat	7	1%
50-54 lat	57	12%
55-59 lat	116	25%
60-64 lat	51	11%
65-69 lat	20	4%
Powyżej 70 lat	4	1%
Nie przygotowywałem się	212	45%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

dogennych, bardzo istotna jest postawa, jaką osoba przyjmuje wobec własnego starzenia się i zmian, jakie temu towarzyszą¹⁰¹. W literaturze przedmiotu wskazuje się na pięć zasadniczych postaw osób starszych wobec własnej starości:

1. Postawa konstruktywnego podejścia do własnej starości, która podkreśla możliwości i mocne strony osoby w podeszłym wieku. Charakterystyczną cechą osób przyjmujących taką postawę jest duża aktywność na rzecz najbliższego środowiska i rodziny, a także społeczności lokalnej.
2. Postawa zależności – postawa negatywna. Cechą charakterystyczną osób przyjmujących taką postawę jest oczekiwanie opieki od najbliższych, pomimo swojej psychofizycznej sprawności i dobrego stanu zdrowia. Osoby takie cechuje bierność i brak zaangażowania w działania społeczne, cechuje je brak aspiracji i dobrowolne wycofywanie się z życia zawodowego.
3. Postawa obronna – cechuje osoby, które ze względu na zły stan zdrowia, wymagają stałej opieki. Seniorzy ci przyjmują postawę obronną, a jednocześnie bronią się przed pomocą ze strony najbliższego otoczenia.
4. Postawa wrogości wobec innych – cechuje się negatywnym, a nawet wrogim nastawieniem do otoczenia. Osoby przyjmujące taką postawę mają skłonność do obwiniania innych za własne błędy, skłonność do konfliktów

¹⁰¹ Zob. M. Adamczyk, *Proces starzenia się populacji szansą na wzmocnienie działalności wolontarystycznej i prywatnych przepływów międzypokoleniowych w społeczeństwie polskim*, „Studia Sociologica” VI (2014), vol. 2, s. 34–52; M. Adamczyk, *Jakość życia osób starszych – subiektywne i obiektywne wyznaczniki poczucia dobrostanu psychicznego i fizycznego*, w: R. Derbis, Ł. Baka (red.), *Oblicza jakości życia*, Wyd. Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie, Częstochowa 2014, s. 115–128.

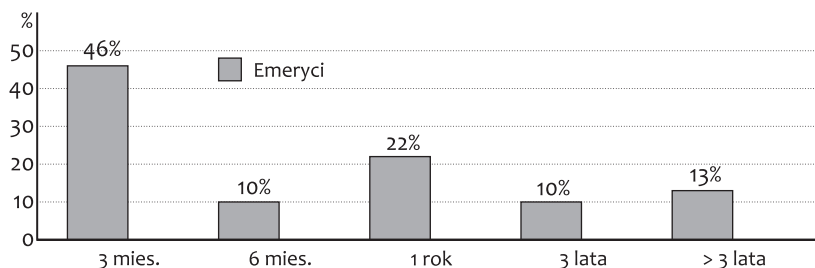
z innymi. Natomiast brak akceptacji starości, pesymizm i izolacja sprzyjają stanom lękowym i depresji.

5. Postawa autodestrukcji – oznacza negatywne nastawienie do samego siebie. Cechą charakterystyczną osób przyjmujących taką postawę jest poczucie pokrzywdzenia przez los i osamotnienie. Śmierć traktowana jest jako wybawienie od nieszczęśliwego losu¹⁰².

W czynnikach egzogennych niezwykle ważne są:

- społeczny odbiór osób starszych;
- stereotypy, jakie panują w danej społeczności;
- przyjęte wzory zachowań;
- istniejące rozwiązania prawne ułatwiające znalezienie się w nowej sytuacji;
- infrastruktura instytucjonalna, w tym pomocowa.

W prezentowanej analizie 46% emerytów potrzebowało trzech miesięcy na przystosowanie się do nowej sytuacji, a blisko 1/4 potrzebowała na to roku. Natomiast 13% respondentów jeszcze się nie przystosowało. Szczegółowy rozkład odpowiedzi prezentuje wykres 17.

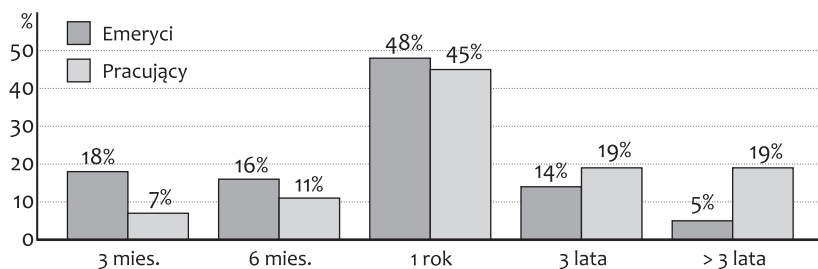


Wykres 17. Ile czasu zajęło ci przystosowanie się do nowej sytuacji po zakończeniu pracy?
Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL.

Zarówno emeryci, jak i pracujący, podkreślają konieczność przygotowywania się do emerytury. W prezentowanej analizie podjęto próbę wskazania optymalnego czasu potrzebnego na podjęcie takich działań. W tym celu zapytano

¹⁰² Opracowanie na podstawie J. K. Wawrzyniak, *Adaptacja do starości*, w: A. Chabior, A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, *Starzenie się i starość w perspektywie socjalnej Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich*, Warszawa 2014, s. 32–36; R. Kijak, *Spoleczne doświadczanie starości – postawy wobec ludzi starszych i ich jakość życia*, w: R. J. Kijak, Z. Szarota, *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013, s. 86–92; S. Steudten, *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014, s. 174–175.

respondentów w obu grupach, ile czasu przed przejściem na emeryturę takie przygotowanie powinno być gotowe i dostępne?



Wykres 18. Czas potrzebnego na przygotowywanie się do przejścia na emeryturę.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

W przypadku obu badanych subpopulacji, blisko połowa uważa, że przygotowania do przejścia na emeryturę powinny rozpocząć się na rok przed osiągnięciem wieku emerytalnego (48% emerytów i 45% pracujących). Ciekawe, że to w przypadku osób pracujących widać większą świadomość konieczności wydłużenia tego czasu – 19% pracujących wskazuje na 3 lata przed osiągnięciem wieku emerytalnego, i podobnie, 19% z nich uważa, że takie przygotowanie wymaga więcej niż trzech lat. W przypadku przygotowania do emerytury, jak i przygotowania do starości jako fazy życia, należy założyć, że jest to proces długotrwały, wymagający przygotowań przynajmniej na kilku płaszczyznach:

- Instytucjonalnej – gromadzenie wszystkich potrzebnych dokumentów i zaświadczeń. W przypadku Polski należy m.in. zgromadzić dokumenty potwierdzające zarobki, w tym celu można wskazać zarobki z okresu dziesięciu kolejnych lat kalendarzowych wybranych z dwudziestolecia poprzedzającego rok zgłoszenia wniosku. W przypadku, gdy osoba chciałaby, aby emerytura była obliczona na podstawie wynagrodzeń uzyskiwanych przed 1987 r., to trzeba wskazać zarobki z wybranych 20 lat z okresu poprzedzającego rok zgłoszenia wniosku o emeryturę. Nie muszą to być kolejne lata kalendarzowe¹⁰³.
- Psycho-fizycznej – jeśli przyjmujemy założenie, że człowiek na pozytywne doświadczanie starości pracuje także we wcześniejszych fazach życia, to proces świadomego przygotowywania się do zdrowej, sprawnej i aktywnej starości, a więc i do emerytury, musi rozpocząć się znacznie wcześniej niż na rok, czy trzy miesiące przed emeryturą.

¹⁰³ podstawa prawna: Art. 117 Ustawy z 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz.U. nr 39, poz. 353 z późn. zm.).

W Polsce szeroko poruszane jest zagadnienie wykluczenia cyfrowego osób starszych i ich przygotowania do korzystania z nowych technologii. W prowadzonych badaniach jedynie co trzeci badany emeryt przyznał, że szybkie zmiany technologiczne miały wpływ na jego przygotowanie się do emerytury. W przypadku 54% respondentów czynniki te były bez znaczenia. Co ważne, jeśli prześledzić rozkład odpowiedzi w pytaniach dotyczących posiadania dostępu do internetu, 83% badanych zadeklarowało jego posiadanie, a blisko 84,8% korzystanie z komputera. Tylko w przypadku 17% badanych odnotowano brak dostępu do internetu, a 15% badanych przyznało, że nie korzysta z komputera lub innych urządzeń technicznych. Należy w tym miejscu zauważyć, że mimo poprawy dostępności komputerów i internetu, w Polsce problemem pozostają umiejętności korzystania z nowoczesnych technologii przez osoby mające do tych technologii dostęp. Z *Diagnozy społecznej 2011* wynika, że Polacy mają bardzo niskie umiejętności korzystania z komputerów.

- Tylko 7,5% Polaków potrafi korzystać z podstawowych programów biurowych i z internetu.
- Większe umiejętności mają osoby, młodsze, lepiej wykształcone, uczące się lub pracujące, mieszkające w większych miejscowościach.
- 16% dorosłych Polaków ma w domu komputer, jednak z niego nie korzysta, a prawie 11% ma dostęp do internetu i z niego nie korzysta (brak motywacji, umiejętności, a także przekonania, że to może czemuś służyć)¹⁰⁴.

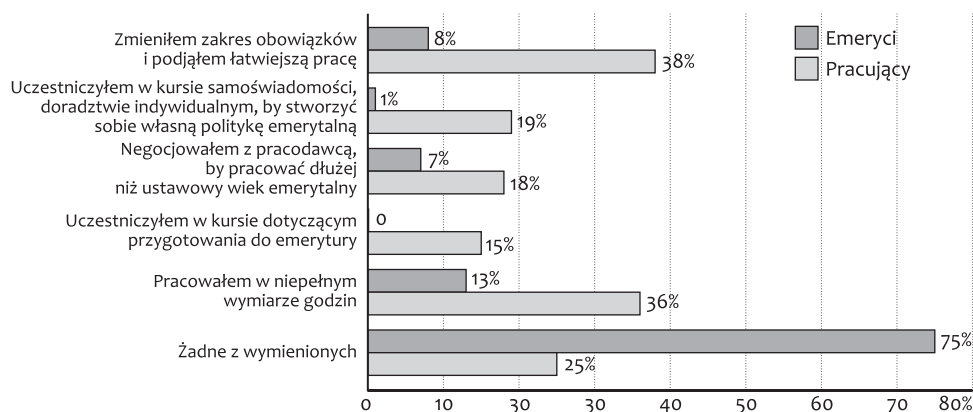
Co trzeci mieszkaniec naszego kraju, to osoba w wieku pięćdziesięciu lub więcej lat. Wśród prawie 13 milionów Polaków w tej grupie wiekowej, ponad połowa (52%) jest jeszcze w wieku produkcyjnym. Według danych *Diagnozy Społecznej z 2009 roku*¹⁰⁵ z internetu korzystało zaledwie 21,6% (2,8 mln) osób w wieku 50+, choć aż 40% posiadało w domu dostęp do sieci. Jednocześnie, w grupie osób w wieku 16–49 lat wskaźnik korzystających z internetu wyniósł 71%. Różnica międzypokoleniowa jest więc bardzo duża (aż 50%). Według badań *World Internet Project* (WIP), w czerwcu 2010 r. z internetu korzystało w Polsce 24,6% osób w wieku 50 i więcej lat. Tymczasem w przedziale wieku 15–49 lat odsetek ten wynosił 75,3%¹⁰⁶.

¹⁰⁴ *Diagnoza społeczna 2011. Warunki i jakość życia Polaków. Raport.* Red. J. Czapiński, T. Panek. http://www.diagnoza.com/pliki/raporty/Diagnoza_raport_2011.pdf. Data dostępu 25.01.2012.

¹⁰⁵ *Diagnoza społeczna 2009. Warunki i jakość życia Polaków. Raport.* Red. J. Czapiński, T. Panek. http://www.diagnoza.com/pliki/raporty/Diagnoza_raport_2009.pdf. Data dostępu 24.09.2015.

¹⁰⁶ *Między alienacją a adaptacją: Polacy w wieku 50+ wobec Internetu.* Raport Otwarcia Koalicji „Dojrzałość sieci”, przygotowany pod kierunkiem dr Dominika Batorskiego z inicjatywy i dzięki wsparciu UPC Polska. Warszawa 2010. http://dojrzaloscwsieci.pl/tl_files/pliki/

Osobny blok pytań poświęcony został zagadnieniu form przygotowywania się do emerytury. Chcąc zapoznać się z preferowanymi sposobami przygotowywania się do emerytury, poproszono respondentów o wybranie z listy najbardziej odpowiadającą im formę działań. Zdecydowana większość przebadanych emerytów (74,5%) nie wskazała żadnego z wymienionych w badaniu sposobów. Najwięcej, bo 12,6% badanych, pracowało w niepełnym wymiarze godzin, ponad 6% respondentów negocjowało z pracodawcą możliwość pracy dłużej niż zakłada wiek ustawowy.



Wykres 19. Sposoby przygotowywania się do emerytury – emeryci i pracujący.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100%, ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź

W przypadku sposobów przygotowywania się do emerytury, zaznaczają się wyraźne różnice pomiędzy badanymi subpopulacjami. Jest to widoczne w dwóch zasadniczych aspektach, po pierwsze – dla 75% emerytów żadna z wymienionych opcji nie była odpowiednim sposobem prowadzenia przygotowań do emerytury. W przypadku podgrupy pracujących, takiej odpowiedzi udzieliła już tylko 1/4 badanych. Taki stan rzeczy może wynikać z odmiennego postrzegania przygotowań do emerytury przez osoby już na niej będące i przez osoby aktywne zawodowo. Należy pamiętać o tym, że w przypadku Polski aktywne i świadome przygotowywanie się do emerytury, tak w dyskursie społeczno-politycznym, jak i w życiu codziennym, obecne jest od niedawna. Jeśli spojrzymy na *Indeks Aktywnego Starzenia się*, w ramach którego bada się poziom, w jakim stopniu starsze osoby mogą prowadzić niezależne życie poprzez samodzielne funkcjonowanie, zamieszkanie w zdrowym, bezpiecznym i włączającym ich w różne działania środowisku, uwzględniając także ich

udział w rynku pracy w wymiarze zarobkowym, ale i społecznym zaangażowaniu w działalność na rzecz innych (np. wolontariat, opiekę nad wnukami, dziećmi itp.), to zobaczymy, że Polska to kraj, który musi dopiero stworzyć warunki do przeżywania w sposób aktywny i samodzielny starości. W rankingu stworzonym na podstawie *Active Ageing Index* (AAI) dla Krajów Unii Europejskiej, Polska zajęła 27, ostatnie miejsce. W ramach czterech obszarów, wskazanych jako zasadnicze dla pomiaru aktywnego starzenia się, Polska zajęła 24 miejsce w obszarze zatrudnienia, 27 w obszarze partycypacji społecznej, 21 w obszarze samodzielnej egzystencji oraz 22 miejsce w obszarze możliwości aktywnego starzenia się¹⁰⁷.

W procesie przygotowywania się do emerytury powinni uczestniczyć pracodawcy. W Polsce wsparcie w podjęciu takich działań najczęściej ogranicza się do pomocy w kompletowaniu dokumentów. Część pracodawców zatrudniających osoby, które będą ubiegać się o emeryturę lub rentę, ma obowiązek wspomóc te osoby przy kompletowaniu dokumentacji niezbędnej do przyznania świadczenia. Nie dotyczy to jednak zleceniodawców, osób fizycznych zatrudniających pracowników, płatników składek niewypłacających świadczeń z ubezpieczenia chorobowego oraz płatników składek, którzy opłacają składkę wyłącznie za siebie i osoby współpracujące.

Pracodawca, na którym ciąży obowiązek udzielenia pracownikowi pomocy w zakresie kompletowania dokumentów, musi wystawić na podstawie dokumentacji osobowej pracownika:

- dokumenty (zaświadczenia) w celu udowodnienia okresów składkowych i nieskładkowych, w tym przypadających w czasie ubezpieczenia okresów wynagrodzenia za czas niezdolności do pracy oraz przypadających po 14 listopada 1991 r. okresów pobierania zasiłków chorobowych i opiekuńczych;
- zaświadczenia o wysokości przychodu potrzebnego do ustalenia podstawy wymiaru emerytury lub renty oraz kapitału początkowego;
- dokumenty (zaświadczenia) w celu udowodnienia:
 - okresów pracy w szczególnych warunkach lub w szczególnym charakterze – w celu ustalenia uprawnień do emerytury na podstawie ustawy emerytalnej oraz do emerytury pomostowej,
 - okresów pracy górniczej,
 - okresów pracy na kolei.

Na pracodawcy spoczywa ponadto obowiązek:

- przygotowania wniosku o emeryturę ustalaną na dotychczasowych zasadach i przedłożenia go za zgodą pracownika organowi rentowemu nie

¹⁰⁷ AAI (Indeks Aktywnego Starzenia się), <http://www1.unece.org/stat/platform/display/AAI/Active+Ageing+Index+Home>.

- później niż na 30 dni przed zamierzonym terminem przejścia pracownika na emeryturę;
- przygotowania – za zgodą pracownika – wniosku o rentę z tytułu niezdolności do pracy i przedłożenia go organowi rentowemu na 30 dni przed ustaniem prawa do zasiłku chorobowego;
 - poinformowania, bezzwłocznie po śmierci pracownika, pozostałej po nim rodziny o warunkach uzyskania renty rodzinnej, przygotowania wniosku o rentę i przedłożenia go organowi rentowemu.¹⁰⁸

W celu weryfikacji oferowanych przez pracodawców form przygotowywania się do emerytury, przedstawiono respondentom listę takich działań z prośbą o wskazanie tych, które zostały im zaproponowane. Ogółem 60% badanych przyznało, że pracodawcy nie przedstawili im żadnej oferty przygotowania się do emerytury. Blisko 4% osób zmieniło zakres obowiązków, a 5% negocjowało z pracodawcą, by mogli pracować dłużej niż wynosi ustawowy wiek emerytalny. Co dziesiąty emeryt pracował w niepełnym wymiarze godzin.

Tab. 19. Działania oferowane przez pracodawców w celu wsparcia przygotowania do emerytury – grupa emeryci

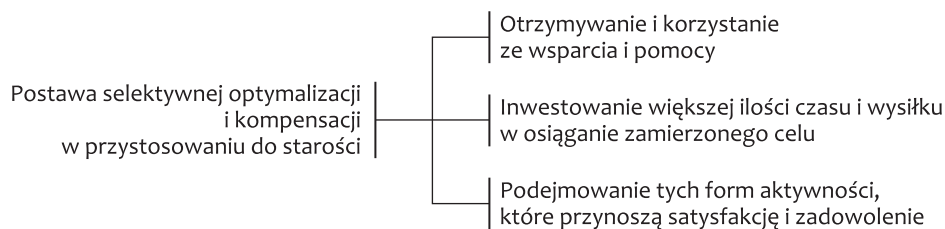
Czy Twój pracodawca zaproponował Ci którąś z możliwości wymienionych poniżej? Jeśli tak, proszę zaznaczyć właściwe.		
Kategorie odpowiedzi	N = 467	
Zmieniłem zakres obowiązków i podjąłem łatwiejszą pracę	18	4%
Uczestniczyłem w kursie samoświadomości/doradztwie indywidualnym by stworzyć sobie własną politykę emerytalną	0	0%
Negocjowałem z pracodawcą, by pracować dłużej niż ustawowy wiek emerytalny	23	5%
Uczestniczyłem w kursie dotyczącym przygotowania do emerytury	0	0%
Pracowałem w niepełnym wymiarze godzin	48	10%
Żadne z wymienionych	109	23%
Nie, nie przedstawiono mi żadnej oferty	282	60%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

¹⁰⁸ http://kadry.infor.pl/kadry/ubezpieczenia/emerytury_i_renty/672270,Emerytury-i-renty-obowiazki-pracodawcy.html. Data dostępu 27.09.2015. Zob.: e-Poradnik *Pracownik na zwolnieniu lekarskim* dostępny na www.inforfk.pl.

6.2. Przygotowania do emerytury – pracujący

Chcąc poznać stopień przygotowania badanych osób z grupy aktywnej zawodowo do emerytury, w pierwszej kolejności zapytano ich, czy przygotowanie do emerytury jest konieczne. Ogółem 68% respondentów z tej subpopulacji odpowiedziało, że tak. Pogłębiając to zagadnienie, zapytano pracujących, czy specjalne przygotowanie do emerytury jest ważne dla dobrego samopoczucia/szczęścia emeryta. Mimo, iż dla ponad 70% osób jest to ważny czynnik, który może wpłynąć na jakość życia na emeryturze, co czwarty badany nie zamierza przygotowywać się do emerytury. Co istotne, prawie 73% pracujących uważa, że przygotowanie do emerytury w przyszłości może ułatwić im integrację ze środowiskiem społecznym. Taki stan rzeczy wskazuje na konieczność promowania działań związanych ze świadomym planowaniem życia w tak zwanym „trzecim wieku” i wieku 50+. Budowanie odpowiednich strategii zmagania się z problemami codziennego życia w tych fazach ma istotne znaczenie dla podtrzymania zdrowia – zarówno psychicznego, jak i fizycznego, jak również decyduje o percepcji własnej starości. S. Steuden pisze o pierwotnych i wtórnych strategiach kontroli zachowania, które decydują o przyjętej przez jednostkę postawie wobec własnej starości. Strategie pierwotne polegają na przekraczaniu, czy pokonywaniu przeszkody i osiągnięciu zamierzonego celu¹⁰⁹. Schemat 2 obrazuje przyjęcie odpowiednich strategii kontroli zachowań i ich związek z konkretną postawą wobec własnej starości.



Schemat 2. Przykłady pierwotnych strategii kontroli zachowań w powiązaniu z przyjętą postawą wobec starości.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: S. Steuden, *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014, s. 175–176

Wtórne strategie kontroli zachowań, określane jako regulacja wtórna, związane są z emocjami i percepcją sytuacji. Strategie wtórne łączą się z:

- poszukiwaniem dobrych stron w trudnej sytuacji;

¹⁰⁹ S. Steuden, *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014, s. 175–176.

- obniżaniem celów i poziomu oczekiwań;
- akceptacją obniżania się sprawności psychofizycznej i pojawiających się strat¹¹⁰.

Zagadnieniem ważnym z punktu widzenia przygotowań do emerytury jest korzystanie z nowoczesnych technologii. Dla 48% badanych szybkie zmiany technologiczne mogą stać się czynnikiem wpływającym na przygotowanie do emerytury. Należy jednak zauważyć, że co trzeci badany nie potrafi zająć stanowiska w tej sprawie. W badaniu założono, że właściwe przygotowanie do emerytury zakłada stworzenie jakiegoś harmonogramu, czy też planu przygotowań do emerytury i wyznaczenia sobie wieku, od którego takie przygotowania będą prowadzone. W badaniu wyznaczono sześć zasadniczych grupy wiekowych i poproszono respondentów o wskazanie tego przedziału wieku, który odpowiadałby ich planom. Należy wyraźnie stwierdzić, że 40% przebadanych pracujących zamierza myśleć o przygotowaniach do emerytury właściwie tuż przed nią, czyli w wieku 60–64 lat. Takie podejście nie wpisuje się w propagowany w chwili obecnej aktywny sposób myślenia o emeryturze, a szerzej o starości w ogóle.

Tab. 20. Podjęcie przygotowania do przejścia na emeryturę wg grup wiekowych – grupa pracujących

Jak sądzisz, w jakim wieku zaczniesz się przygotowywać do emerytury?		
Grupy wiekowe	N= 355	
45-49 lat	10	2,82%
50-54 lat	11	3,10%
55-59 lat	41	11,55%
60-64 lat (4)	141	39,72%
65-69 lat (5)	66	18,59%
Powyżej 70 lat (6)	7	1,97%
Nie zamierzam się przygotowywać (7)	79	22,25%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

W badaniu przyjęto założenie o istnieniu wielu możliwych sposobów przygotowywania się do emerytury. W celu poznania najbardziej pożądanых sposobów, poproszono respondentów, którzy uznali przygotowanie do emerytury za konieczne (68%) o wybranie z list propozycji, ich zdaniem najbardziej odpowiednich. Ponad 38% badanych wskazało na zmianę zakresu obowiązków i podjęcie łatwiejszej pracy, a blisko 36% na pracę w niepełnym wymiarze godzin. Jedynie co piąty badany wskazał bardziej świadome i aktywne przygoto-

¹¹⁰ Tamże, s. 176.

wywanie się do emerytury w postaci uczestnictwa w kursie samoświadomości lub doradztwie indywidualnym, by stworzyć sobie własną politykę emerytalną, a 14,5% na udział w kursie dotyczącym przygotowania do emerytury.

Tab. 21. Sposoby przygotowywania się do emerytury – grupa pracujący

Jak sądzisz, w jaki sposób będziesz się najprawdopodobniej przygotowywał do emerytury?		
Kategorie odpowiedzi	N = 355	
Kursy przygotowujące do emerytury	47	13,24%
W grupie	41	11,55%
W pracy	41	11,55%
Indywidualne porady od emerytów, rodziny, przyjaciół itp.	114	32,11%
Samodzielnie	128	36,06%
Konsultacje u specjalisty	32	9,01%
Czytanie literatury tematycznej	126	35,49%

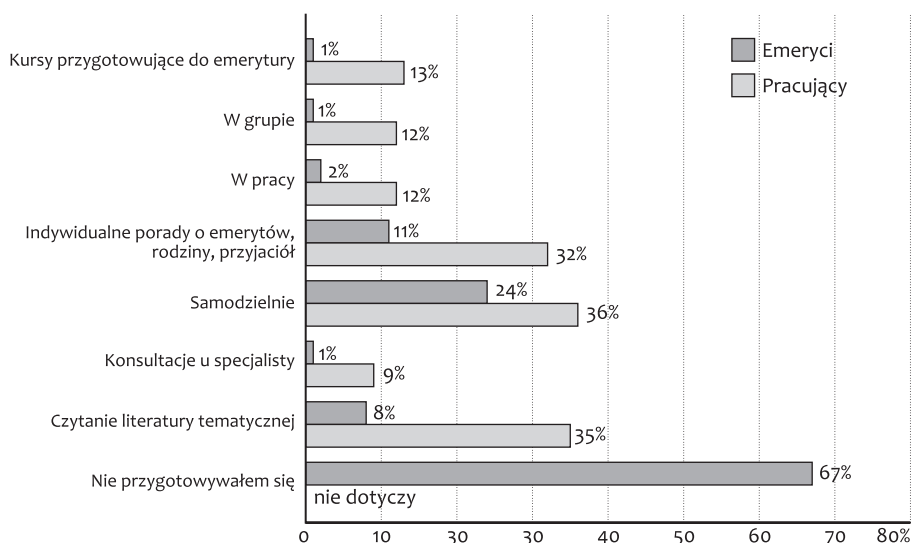
Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100%, ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź

W celu oceny zaangażowania pracodawców w politykę aktywnego przygotowywania swoich pracowników do przyszłej emerytury, poproszono badanych o wskazanie sposobów przygotowywania się do emerytury. Ponad połowa badanych nie otrzymała od pracodawcy żadnej oferty. Najczęściej wskazywanymi sposobami były: praca w niepełnym wymiarze godzin (12,3%), zmiana zakresu obowiązków i podjęcie łatwiejszej pracy (10,1%), prowadzenie negocjacji z pracodawcą, by pracować dłużej niż ustawowy wiek emerytalny (8,1%).

6.3. Emeryci–pracujący – porównanie

Obie kategorie badanych przyznają, że przygotowanie do emerytury jest konieczne. Emeryci: bardzo ważne – 31% i ważne – 34%; pracujący: bardzo ważne – 32% i ważne – 40%. Odmienne prezentuje się rozkład odpowiedzi w pytaniu dotyczącym wpływu zmian technologicznych na przygotowanie do emerytury. W przypadku emerytów, ponad połowa (55%) stwierdziła, że takie zmiany nie miały wpływu na ich przygotowanie. 48% pracujących zakłada natomiast, że mogą one mieć wpływ na ich przyszłe przygotowania do emerytury. Co ważne, 45% emerytów nie przygotowywało się do emerytury, a 22% pracujących zakłada, że nie będzie tego robić. Ogółem 25% emerytów, którzy przygotowywali się do emerytury zaczęło to robić w wieku 50–59 lat, natomiast 40% pracujących odkłada takie przygotowania na wiek tuż przed emeryturą – 60–64 lata.

Bardzo wyraźnie zaznacza się różnica pomiędzy badanymi grupami w zakresie oczekiwanych sposobów przygotowywania się do emerytury. Pracujący częściej wskazywali na aktywne przygotowania do emerytury, takie jak uczestnictwo w kursach przygotowujących do emerytury, doradztwie indywidualnym w celu stworzenia własnej polityki emerytalnej (9%), indywidualne porady od emerytów, rodziny i przyjaciół, czytanie literatury. W przypadku emerytów, takie formy aktywnego przygotowania się do emerytury wybrał niewielki procent badanych.



Wykres 20. Preferowane sposoby przygotowywania się do emerytury – porównanie obu subpopulacji. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Zarówno w przypadku emerytów, jak i pracujących, nie ma oferty usług przygotowujących do emerytury. Ogółem, 74% emerytów i 55% pracujących stwierdziło, że nie przedstawiono im żadnej oferty.

W celu pogłębienia tego zagadnienia zadano respondentom obu grup pytanie, czy pracodawca lub osoba odpowiedzialna za sprawy związane z przejściem na emeryturę zaproponowała jakąś formułę przygotowania się do emerytury, stworzenia planu emerytalnego, tak w sensie formalnym, jak i finansowym.

Należy wyraźnie podkreślić, że pracodawcy, jako podmioty wpierające przygotowanie do emerytury, zdaniem respondentów nie wypełnili swojego zadania. W przypadku 82% emerytów nie zaoferowali żadnej formy pomocy w tworzeniu planu emerytalnego i finansowego przygotowania do emerytury, w przypadku pracujących – 68% z nich nie otrzymało takiej propozycji pomocy. Podobnie, niekorzystanie wygląda sytuacja w kontekście przygotowania

Tab. 22. Usługi proponowane przez pracodawcę w celu stopniowego wejścia pracownika w okres emerytalny

Które z następujących usług zostały zaproponowane przez Twojego pracodawcę, by pomóc pracownikom wejść w okres emerytalny w sposób stopniowy?				
Odpowiedź	Emeryci		Pracujący	
	N = 467		N = 355	
Doradztwo finansowe	4	1%	21	6%
Pomoc medyczna oferowana przez pracodawcę podczas trwania emerytury	4	1%	14	4%
Zmiana pracy na bardziej odpowiednią dla seniorów/starszych pracowników (np. praca mniej stresująca, lżejsza fizycznie)	7	1%	16	5%
Przekwalifikowanie zawodowe	1	0%	12	3%
Plany emerytalne, które pozwalają pracować po przekroczeniu ustawowego wieku emerytalnego	9	2%	8	2%
Możliwość przejścia z pracy na pełny etat do pracy w niepełnym wymiarze godzin	28	6%	25	7%
Żadne z wymienionych	74	16%	56	16%
Nie wiem	4	1%	49	14%
Nie zaproponowano mi żadnej pomocy	346	74%	196	55%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Tab. 23. Oferowane przez pracodawcę usługi wspierające tworzenie planu emerytalnego i finansowego przygotowania do emerytury

Czy, Twój były pracodawca lub osoby zarządzające planem emerytalnym w Twoim miejscu pracy, zaproponowały Ci którąś z niżej wymienionych usług by pomóc Ci w przygotowaniu planu emerytalnego oraz przygotowaniu finansowym do emerytury?				
Odpowiedź	Emeryci		Pracujący	
	N =467		N =355	
Roczne sprawozdanie na temat planu emerytalnego	2	0,43%	4	1,13%
Blogi lub forum sponsorowane przez pracodawcę	0	0,00%	7	1,97%
Kursy internetowe dotyczące planowania emerytury	1	0,21%	10	2,82%
Spotkania indywidualne ze specjalistą by omówić plan emerytury	3	0,64%	6	1,69%
Seminaria o tym, jak zaoszczędzić na emeryturę	2	0,43%	11	3,10%
Wirtualne spotkania dotyczące świadczeń emerytalnych	2	0,43%	9	2,54%
Materiały szkoleniowe	0	0,00%	12	3,38%
Strona internetowa pracodawcy bądź instytucji zarządzającej planem emerytur	0	0,00%	4	1,13%
Żadne z wymienionych	81	17,34%	47	13,24%
Nie wiem	3	0,64%	36	10,14%
Nie zaproponowano mi żadnej pomocy ani usług	381	81,58%	242	68,17%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

pracowników byłych lub obecnych do stopniowego wchodzenia w okres emerytalny. Wnioski, jakie się nasuwają, to że polscy pracodawcy nie wypełniają swoich obowiązków wynikających z konieczności wspierania pracowników:

- Po pierwsze, w tworzeniu planu emerytalnego.
- Po drugie, w przygotowaniu finansowym do emerytury.
- Po trzecie, w stopniowym wchodzeniu w okres emerytalny.

Blisko 60% emerytów i 68% pracujących uważa, że przygotowanie do emerytury jest konieczne. Jednak zarówno w subpopulacji emerytów, jak i pracujących istnieje grupa osób, które mimo iż uważają, że takie działania są konieczne, nie podejmowała (74% emerytów) lub nie planuje podejmować takich przygotowań (32% pracujących). W przypadku podgrupy emerytów możliwą przyczyną braku aktywności w tej sferze były:

- brak oferty ze strony pracodawcy
- brak szczegółowej wiedzy na temat tego, czym jest przygotowanie do emerytury
- bierna postawa w tworzeniu własnych rozwiązań emerytalnych.

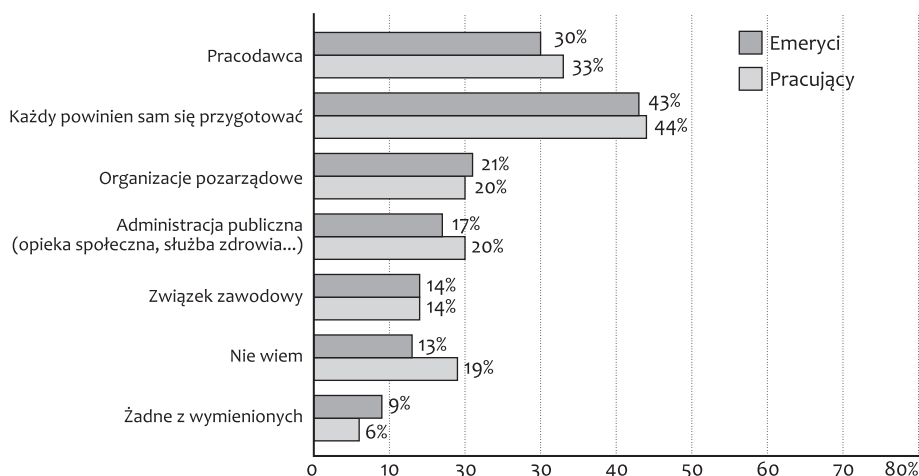
W przypadku emerytów należy pamiętać o kontekście społeczno-kulturowym i politycznym okresu PRL-u, w którym osoby te przeżywały swoją socjalizację zawodową, społeczną itp. P. Sztompka, analizując skutki jakie wywarł system totalitarny w społeczeństwie polskim, wskazuje m.in. na zanik społeczeństwa obywatelskiego, rozumianego jako spontanicznie powstające wspólnoty, stowarzyszenia, będące pośrednikami pomiędzy instytucjami państwowymi a jednostkami, roszczeniowość i wynikający z niej brak odpowiedzialności za siebie¹¹¹. Można również mówić o wytwarzaniu się tzw. „próżni społecznej”, zjawisku opisanym przez S. Nowaka na początku lat siedemdziesiątych i, niestety, ciągle aktualnym, skutkującym silnym rozłamem pomiędzy rodziną a państwem, co może przekładać się na brak współpracy z pracodawcą w aktywnym przygotowywaniu się do emerytury. O „próżni społecznej” – pustce społecznej pomiędzy rodziną a narodem – napisał S. Nowak w szkicu pt. *Systemy wartości społeczeństwa polskiego*¹¹². Równie ważnym jest kontekst gospodarczy w latach 80. i 90. Wtedy, kiedy wielu z badanych przechodziło na emeryturę, system polski nie dysponował ofertą wspierającą takie działania, co jest widoczne w bloku zagadnień dotyczących przygotowania do emerytury.

¹¹¹ P. Sztompka, *Kulturowe imponderabilia szybkich zmian społecznych: zaufanie, lojalność, solidarność*, w: P. Sztompka (red.), *Imponderabilia wielkiej zmiany. Mentalność, wartości i więzi społeczne czasów transformacji*, Warszawa-Kraków 1999, s. 265–282.

¹¹² S. Nowak, *Systemy wartości społeczeństwa polskiego*, „Studia Socjologiczne” 1979, nr 4, s. 155–172.

W przypadku zdecydowanej większości emerytów, pracodawcy nie zaproponowali im żadnej z form usług wspierających, jak również żadnej pomocy.

Bardzo istotnym zagadnieniem w kontekście prowadzenia przygotowań do emerytury jest wskazanie podmiotów odpowiedzialnych za takie działania. Należy wyraźnie podkreślić, że w przypadku obu podgrup, badani wskazują jednostkę jako podmiot przede wszystkim odpowiedzialny za te działania, odpowiednio: 43% emeryci i 44% pracujący. Drugim podmiotem współodpowiedzialnym za przygotowania, a tym samym udzielającym wsparcia w tych działaniach, jest zdaniem obu podgrup, pracodawca: 30% emeryci i 33% pracujący.



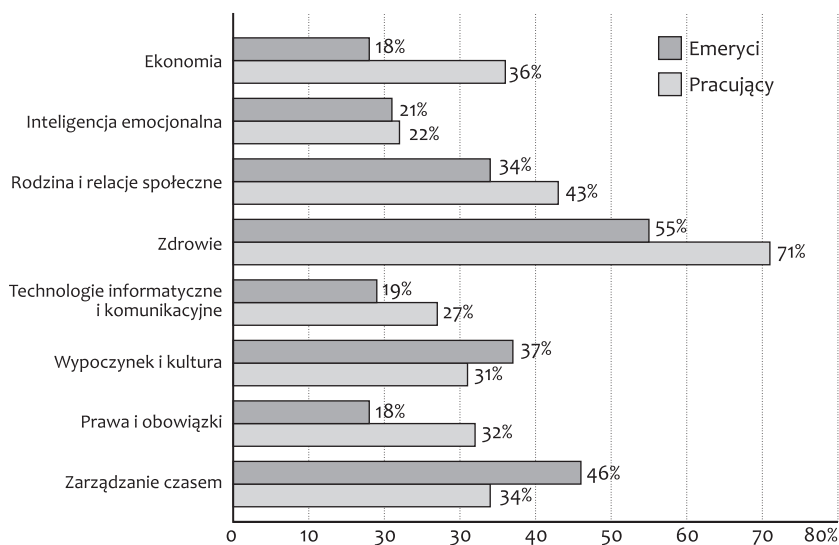
Wykres 21. Podmioty odpowiedzialne i współodpowiedzialne za przygotowanie do emerytury.

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

O niskim poziomie wiedzy lub niedostatecznym przepływie informacji na temat tego, kto jest współodpowiedzialny za przygotowanie do emerytury, świadczy rezultat badania, że blisko 1/5 respondentów z podgrupy pracujących nie wie, kto jest za te działania odpowiedzialny.

Innym istotnym zagadnieniem, w którym zaznaczyły się różnice w podejściu do przygotowywania się do emerytury są obszary ważne z punktu widzenia podejmowania takich działań. Badani, w pewnym zakresie, wskazywali na podobne obszary zagadnień kluczowych z ich punktu widzenia dla właściwego przygotowania się do emerytury. I tak, w przypadku obu podgrup najważniejszym obszarem przygotowań do emerytury jest zdrowie, jednak, co ciekawe, w przypadku emerytów jest to 55% badanych, a wśród pracujących 71%.

Taki stan rzeczy może wynikać z faktu, że młodsze pokolenie Polaków ma większą wiedzę na temat konieczności świadomego dbania o zdrowie, także w kontekście działań z zakresu profilaktyki.



Wykres 22. Jakie obszary tematyczne uważasz za najważniejsze w swoim własnym przygotowaniu do emerytury?

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Rozdział 7.

Poziom aktywnego starzenia się uczestników badania BALL

7.1. Formy aktywności uczestników badania BALL – działanie w stowarzyszeniach, wolontariat

Przejsie na emeryturę jest zjawiskiem, które może okazać się kryzysowym. Kryzysy w fazie starości rozumiane są jako punkty zwrotne, sytuacje trudne, w rozwiązanie których osoba starsza musi włożyć znaczny wysiłek i aktywność¹¹³. Przejsie na emeryturę bywa nazywane „śmiercią społeczną”, dlatego że oznacza dla człowieka wycofanie się z pełnionych ról zawodowych, utratę prestiżu z nim związanego, utratę obowiązków, ale także praw i przywilejów, które były z nimi związane¹¹⁴. Adaptacja do nowej sytuacji jest łatwiejsza, jeśli istnieją plany do realizacji i zainteresowania, które będzie można rozwijać: działka, podróże, nauka nowych umiejętności. Problem zaczyna się w sytuacji, kiedy człowiek poza obowiązkami zawodowymi nie prowadził żadnej działalności społecznej, nie miał zainteresowań, nie pełnił innych ról. W takiej sytuacji adaptacja do emerytury przebiega trudniej¹¹⁵.

W prowadzonej analizie założono, że aktywność jest jednym z istotnych czynników prawidłowego przygotowania się do emerytury. W kontekście analizy sposobów bycia aktywnym na emeryturze badania wykazały dwie istotne

¹¹³ W. Badura-Madej, *Podstawowe pojęcia teorii kryzysu i interwencji kryzysowej*, w: W. Badura-Madej (red.), *Wybrane zagadnienia interwencji kryzysowej*, Interart, Katowice, s. 16.

¹¹⁴ J. K. Wawrzyniak, *Starość i starzenie się*, w: A. Chabior, A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, *Starzenie się i starość w perspektywie pracy socjalnej*, Centrum Zasobów Ludzkich, Warszawa 2014, s. 28.

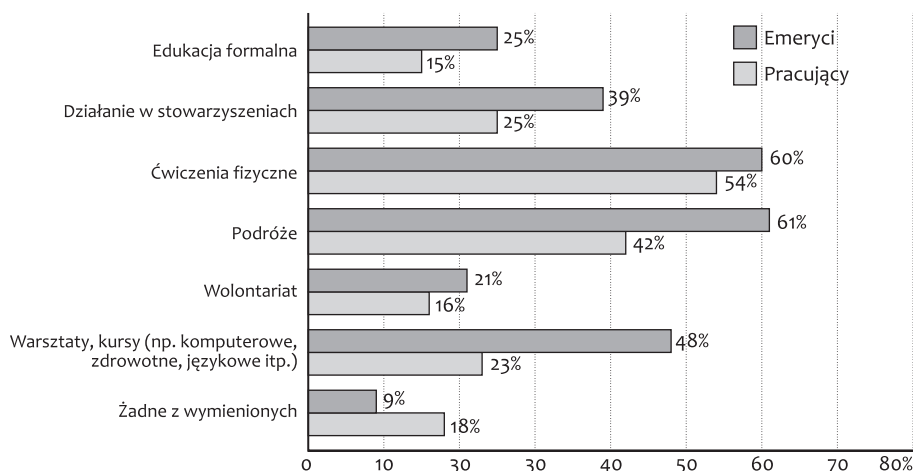
¹¹⁵ Tamże.

prawidłowości. Otóż, obie podgrupy respondentów kojarzą aktywność przede wszystkim z ćwiczeniami fizycznymi i podróżami. Tym, co w pewien sposób różni obie grupy jest fakt, że emeryci częściej wskazują na uczenie się (edukacja pozaformalna i formalna) jako na formę aktywności. W tym przypadku należy jednak mieć na uwadze, że badana populacja, to w większości osoby związane z Uniwersytetem Trzeciego Wieku, który oferuje zajęcia edukacyjne. W przypadku Polski aktywność w obszarze kształcenia odnotowuje tendencję wzrostową, jednak nadal jest niska. Analiza porównawcza wskaźników uczestnictwa osób w wieku 45–64 lata z aktywnością tego typu z roku 2006 i 2011 wykazuje wzrost o 4,2%. Zwiększa się udział osób biorących udział w kształceniu pozaformalnym (wzrost z 18,6% w 2006 do 21% w 2011 roku) oraz nieformalnym (wzrost z 25,4% do 29,0%). Stabilny pozostaje wskaźnik uczestnictwa w kształceniu formalnym, który dla roku 2006 wynosił 5,5%, a dla 2011 – 5,4%¹¹⁶. Jednak, gdy tego typu aktywności przeanalizuje się w podziale na grupy wiekowe, okazuje się, że im starsze osoby, tym w mniejszym stopniu uczestniczą w podnoszeniu lub zmianie wykształcenia. Z oczywistych względów dotyczy to przede wszystkim kształcenia formalnego. Wśród osób w wieku 18–24 lata z tej formy kształcenia korzystało 68,1% osób, wśród osób w wieku 25–49 lat jedynie 8%, podczas gdy wśród osób w wieku 50–64 lata wskaźnik ten wynosił poniżej 1% (0,65%). Z punktu widzenia aktywnego starzenia się i działań zmierzających do podniesienia poziomu zdolności i gotowości Polaków do aktywności w tym zakresie, istotne są odsetki osób uczestniczących w kształceniu pozaformalnym i nieformalnym. Również tu odsetki zmniejszają się wraz z przechodzeniem do analizy zbiorowości osób w starszych grupach wieku. Bardzo wyraźnie widoczna staje się konieczność podejmowania działań w obszarze tego typu aktywności i wspieranie idei uczenia się przez całe życie wśród osób starszych, zarówno w obszarze kształcenia formalnego, pozaformalnego, jak i nieformalnego¹¹⁷.

Pisząc o zagadnieniu aktywności osób starszych, należy wskazać na dwie płaszczyzny tego działania – formalną i nieformalną. Ciekawą tendencję w przypadku tych dwóch płaszczyzn aktywności w życiu społecznym zaobser-

¹¹⁶ GUS, *Kształcenie dorosłych 2011*, Warszawa 2013, s. 16.

¹¹⁷ Za kształcenie formalne uznaje się naukę, odbywającą się w sposób zorganizowany, np. w instytucji ogólnego lub zawodowego kształcenia lub miejscu pracy. Jest to działanie zakładające osiągnięcie celów edukacyjnych. CEDEFOP 2008, s. 86, http://www.cedefop.europa.eu/EN/Files/4064_en.pdf. Data dostępu 19.08.2015. Kształcenie pozaformalne definiowane jest jako nauka odbywająca się w ramach zaplanowanych zajęć niemających charakteru edukacyjnego (tamże, s. 93). Nauka nieformalna, to nauka wynikająca z codziennych zajęć związanych z pracą zawodową, życiem rodzinnym lub rozrywką. Nie jest ona zamierzona ani zorganizowana pod względem wyznaczonych celów, przeznaczanego czasu lub wsparcia dydaktycznego; tamże, s. 133.



Wykres 23. Jakie działania podejmujesz, by być aktywnym?

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

wował Robert Putnam. Otóż, prowadząc badania nad kapitałem społecznym w społeczeństwie amerykańskim, a wcześniej włoskim, zwrócił uwagę na istnienie ścisłej zależności pomiędzy wiekiem osób zaangażowanych społecznie a stopniem formalizacji tego zaangażowania. Zauważył on, że formalne zaangażowanie społeczne, w postaci np. działalności w organizacjach pozarządowych, partiach politycznych, związkach zawodowych, kościołach itp., jest stosunkowo umiarkowane we wczesnych fazach życia, nasila się w późniejszej fazie wieku średniego, a maleje wraz z przejściem na emeryturę. Natomiast nieformalne zaangażowanie – wspólne grillowanie z przyjaciółmi, plotkowanie z sąsiadem, spotkania w klubie, spotkania kolegów wędkarzy na łowiskach – ma odwrotny kierunek, jest największe w okresie wczesnej dorosłości i maleje wraz z przybywaniem obowiązków związanych z opieką nad rodziną. Na nowo przybiera na sile wraz z przejściem na emeryturę, czy owdowieniem¹¹⁸.

Na podobną prawidłowość – dostosowywania form i stopnia aktywności do wieku, wskazują również Piotr Błędowski i Janusz Czapiński w swoim raporcie *Aktywność społeczna osób starszych*. Autorzy ci zauważają między innymi, że aktywność nieformalna na rzecz rodziny ulega zmianom dostosowanym do przeobrażeń zachodzących w rodzinie, takich jak: dorastanie dzieci, pojawianie się osób niesamodzielnych wymagających opieki, pomoc w prowadzeniu gospodarstwa domowego¹¹⁹. Aktywność społeczna seniorów, rozumiana jako

¹¹⁸ R. Putnam, *Samotna gra w kręgle. Upadek i odrodzenie wspólnot lokalnych w Stanach Zjednoczonych*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2008, s. 159–160.

¹¹⁹ P. Błędowski, J. Czapiński, *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście recepcji Polaków. Raport tematyczny*, Warszawa 2014, s. 65. http://analizy.mpips.gov.pl/images/stories/publ_i_raporty/DS2013/Raport_Aktywnosc_spoleczna_osob_starszych.pdf.

zaangażowanie formalne na rzecz wspólnoty lokalnej, rodziny, najbliższego sąsiedztwa w formie wolontariatu, bądź też w sposób niesformalizowany jest jedną z wielu form ich aktywności. Niezależnie od przyjętej formy, jest ona bardzo ważnym elementem zdrowego i satysfakcjonującego starzenia się, i jak trafnie zauważają Błędowski i Czapiński, nie jest oczywistym, że seniorzy powinni bardziej preferować aktywność na rzecz wspólnoty lokalnej czy narodowej niż na rzecz rodzin, czy własnego rozwoju¹²⁰.

7.2. Wolontariat

Należy pamiętać, że działalność wolontarystyczna formalna, nieformalna, czy też filantropia w bardzo istotny sposób przyczyniają się do podniesienia jakości życia seniorów. Autorzy badania *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków* wskazują na szereg korzyści jakie, zdaniem osób zaangażowanych w działania na rzecz innych, daje taka forma aktywności. Są to między innymi: korzyści psychologiczne (uczucie bycia potrzebnym, przyjemność płynąca z podejmowania tego typu działalności), korzyści wynikające z nawiązywania relacji towarzyskich i społecznych (szacunek i sympatia innych, możliwość nawiązywania kontaktów i bycie w grupie), korzyści bezpośrednie (zdobycie nowych umiejętności, doświadczeń)¹²¹. Działalność na rzecz innych osób może zmniejszać występowanie deficytów w różnych obszarach życia, szczególnie w przypadku osób starszych. Deficyty te mogą mieć naturę biologiczną i społeczną. Na skutek dokonujących się w organizmie człowieka fizjologicznych i chorobowych procesów starzenia – zwłaszcza w IV wieku¹²² – następuje stopniowe ograniczanie autonomii osoby starszej. Mimo ograniczeń, seniorzy dysponują dużym doświadczeniem życiowym i zawodowym, nawet jeśli w aspekcie społecznym nie jest już ono cenione tak wysoko, jak wcześniej¹²³.

¹²⁰ Tamże, s. 64.

¹²¹ P. Adamiak, *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków. Wolontariat, Filantropia, 1% i wizje-runek organizacji pozarządowych*. Raport z badania 2013, Stowarzyszenie KLON/JAWOR, Warszawa 2014, s. 47–49.

¹²² Zgodnie z podziałami przyjętymi przez WHO można wyróżnić cztery fazy starzenia się: 45–59 lat – wiek przedstarczy; 60–74 – starość wczesna, III wiek, young old; 75–89 – starość dojrzała, IV wiek old old; 90 i więcej – długowieczność, oldest old, long life. World Population Ageing 2009, New York 2010, United Nations, http://www.un.org/esa/population/publications/wpp2009/Publication_complete.pdf. Data dostępu 12.08.2015.

¹²³ Ograniczenia natury fizycznej u osób starszych odnoszą się do spadku masy mięśniowej, osłabienia funkcji w zakresie organów zmysłów i równowagi, niedoborów w sferze motoryki, następuje spowolnienie procesów motorycznych i poznawczych oraz występują nasilające się ograniczenia w zakresie funkcjonowania organizmu. Funkcje poznawcze, w szczególności wiedza ogólna oraz pamięć semantyczna, pozostają prawie nienaruszone. Osłabieniu

Analizując zagadnienie wolontariatu osób starszych należy dokonać pewnych uściśleń pojęciowych. Wolontariat „formalny” to poświęcanie swojego czasu lub praca bez wynagrodzenia na rzecz lub za pośrednictwem organizacji albo grup społecznych. Wolontariat „nieformalny” oznacza poświęcanie swojego czasu lub pracy bez wynagrodzenia na rzecz osób spoza rodziny i kręgu znajomych lub też na rzecz swojego otoczenia (społeczności lokalnej, sąsiedztwa, miejscowości) wykonywanej bez pośrednictwa organizacji lub grup społecznych. W literaturze przedmiotu wskazuje się również na wolontariat na rzecz kościoła lub związku wyznaniowego, czyli poświęcanie swojego czasu lub pracy bez wynagrodzenia na rzecz kościoła lub związku wyznaniowego. Osobną kategorię stanowi aktywność społeczna, która jest pojęciem szerszym i obejmuje wskazane powyżej formy działalności¹²⁴.

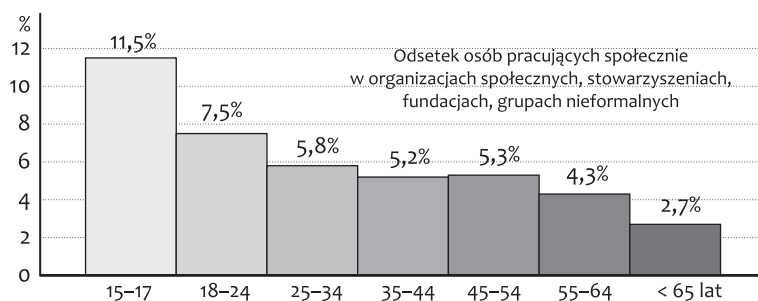
W przypadku społeczeństwa polskiego, należy wyraźnie zaznaczyć różnice w poziomie zaangażowania formalnego w ramach jakichś struktur i zaangażowania bezpośredniego. Jak wynika z Raportu GUS *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym – 2011*, udział osób dobrowolnie poświęcających swój czas na pracę niezarobkową w 2010 roku wyniósł 18% – w zakresie pracy społecznej w ramach różnych struktur organizacyjnych oraz 45% – w odniesieniu do pomagania innym bez pośrednictwa organizacji lub instytucji. Zaangażowanie w wolontariat w organizacjach, grupach lub instytucjach deklarowało 10% badanych, zaś w pracę niezarobkową świadczoną bezpośrednio na rzecz rodziny spoza własnego gospodarstwa domowego, osób znajomych lub nieznajomych, społeczeństwa lub środowiska – 26%. Co ważne w bezpośrednie pomaganie rodzinie, znajomym, nieznajomym lub środowisku ponadprzeciętnie angażowały się osoby w wieku 45–64 lat (31% z nich, tj. o 14% więcej niż w populacji ogółem)¹²⁵. Prezentowane dane ilustruje wykres 24.

Osoby starsze chętniej pomagają w sposób bezpośredni przyjaciołom i rodzinie, jednak w przeciwieństwie do innych grup wiekowych, wykazują większy sceptycyzm w przypadku pytania ich o sensowność wspólnie podejmowanych działań. Z badań przeprowadzonych przez Centrum Badania

ulega umiejętność dostosowania się w zakresie procesów poznawczych oraz pamięć krótkotrwała. Wraz z wiekiem większego trudu wymaga zapamiętywanie faktów. S. Kozłowski, *Zdolności przystosowawcze a wiek człowieka*, w: *Encyklopedia Seniora*, Wiedza Powszechna, Warszawa 1986, s. 265–268.

¹²⁴ P. Adamiak, *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków. Wolontariat, Filantropia, 1% i wizja runek organizacji pozarządowych*. Raport z badania 2013, Stowarzyszenie KLON/JAWOR, Warszawa 2014, s. 5.

¹²⁵ GUS, *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym 2011*, Warszawa 2012, s. 77–85. http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/GS_wolontariat_i_inne_formy_pracy_niezarobk_2011.pdf.



Wykres 24. Osoby pracujące społecznie według grup wiekowych.
Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych GUS, 2012, s. 77–85

Opinii Społecznej¹²⁶ w 2014 roku wynika, że 66% osób w wieku 64 lat i więcej wyraża przekonanie o skuteczności wspólnego działania na rzecz rozwiązywania problemów w środowisku lokalnym¹²⁷. Jednak w zestawieniu z innymi grupami wiekowymi, seniorzy okazują się być najbardziej sceptycznie nastawieni do wspólnego działania. Znacznie bardziej pozytywnie nastawione do takich działań są osoby urodzone pomiędzy 1951 a 1966 rokiem (76% badanych) oraz osoby urodzone od 1967 do 1996 roku (82%)¹²⁸. W przypadku aktywności społecznej podejmowanej indywidualnie na rzecz członków własnej rodziny (niezamieszkujących wspólnie z respondentem), przyjaciół, znajomych, sąsiadów lub osób nieznajomych, a także jakiejś społeczności, środowiska naturalnego lub własnej miejscowości, duże znaczenie ma wiek. Podobnie, jak w przypadku opinii na temat skuteczności wspólnego działania, tak i w tym przypadku obowiązuje reguła – im starsi respondenci, tym mniejszy poziom zaangażowania.

Tab. 24. Poświęcanie wolnego czasu na dobrowolną i nieodpłatną pomoc lub pracę na rzecz innych w ciągu ostatnich 12 miesięcy

	Urodzeni w latach		
	–1942	1943–1950	1951–1996
Podejmujący indywidualnie nieodpłatne działania na rzecz innych	54%	69%	82%
Niepodejmujący takich działań	46%	30%	17%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie CBOS *Aktywność społeczna Polaków*, 2014

¹²⁶ Badanie *Aktywność społeczna Polaków* przeprowadzono metodą wywiadów bezpośrednich (*face-to-face*) wspomaganym komputerowo (CAPI) w dniach 6–12 marca 2014 roku na liczącej 1098 osób reprezentatywnej próbie losowej dorosłych mieszkańców Polski.

¹²⁷ CBOS, *Aktywność społeczna Polaków*, nr 60/2014, Warszawa 2014, s. 3.

¹²⁸ Tamże, s. 3–4.

Autorzy raportu podkreślają, że zaangażowanie społeczne Polaków, w tym osób starszych, jest na niskim poziomie. Niemal co piąty badany (19%) przyznaje, że w ciągu dwunastu miesięcy poprzedzających badanie poświęcił swój wolny czas na dobrowolną i nieodpłatną pracę w jakiejś organizacji pozarządowej (stowarzyszeniu, fundacji), instytucji kościoła, czy innej organizacji¹²⁹. Dla przykładu, w województwie mazowieckim¹³⁰, jedynie co piąta organizacja współpracuje z wolontariuszami seniorami¹³¹. Należy pamiętać, że seniorzy przeciętnie 61% swego wolnego czasu spędzają w domu. Ponad 1/4 seniorów (27%) spędza w domu cały swój wolny czas. To oznacza, że przeciętny senior mógłby poświęcić tygodniowo kilka godzin na pracę jako wolontariusz, oczywiście zależnie od stanu zdrowia¹³².

Organizacje współpracujące z seniorami wskazują na kilka istotnych cech, które są atutami tej grupy wolontariuszy. Na pierwszym miejscu wymieniają wspomniane już doświadczenie, nie mniej ważne są jednak ich zdaniem również: dyspozycyjność, odpowiedzialność, obowiązkowość, zaangażowanie, spokój i cierpliwość. Badanie przeprowadzone przez Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu pozwoliło na stworzenie katalogu zalet wolontariuszy seniorów, w którym wymienia się między innymi takie cechy, jak: doświadczenie, dys-

¹²⁹ Tamże, s. 7-8.

¹³⁰ Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu w 2012 roku, w ramach projektu „Aktywni seniorzy – aktywni wolontariusze” dofinansowywanego z funduszy Rządowego Programu na rzecz Aktywności Społecznej Osób starszych na lata 2012–2013, zleciło przeprowadzenie badania „Wolontariat seniorów w województwie mazowieckim”. Celem badania było diagnozowanie oraz szacowanie potencjału wolontariatu seniorów w województwie mazowieckim. Pomiar objął dwie grupy: seniorów i korzystające z ich usług organizacje. W przypadku seniorów, próba całkowita wyniosła 506 osób, w przypadku organizacji było to 120 instytucji. Badanie odbyło się w dwóch etapach: Desk-research + jakościowy pomiar pogłębiony (FGI – *focus group interview* – seniorzy). Etap drugi objął badaniami ilościowymi seniorów i organizacje. http://bibliotekawolontariatu.pl/wp-content/uploads/diag_wol_seniorzy_mazowsze_skrot.pdf.

¹³¹ Innym przykładem ciekawych badań dotyczących wolontariatu, w tym wolontariatu podejmowanego przez osoby starsze, jest badanie „Wolontariat w pomocy społecznej na terenie województwa lubelskiego”, które zostało przeprowadzone na przełomie maja i czerwca 2011 roku przez Zespół Obserwatorium Integracji Społecznej w Regionalnym Ośrodku Polityki Społecznej w Lublinie, w ramach projektu systemowego „Koordynacja na rzecz aktywnej integracji” Programu Operacyjnego Kapitał Ludzki, Priorytet I, Działanie 1.2. Badanie miało charakter dwuetapowy i było skierowane do 385 jednostek organizacyjnych pomocy społecznej funkcjonujących na terenie województwa lubelskiego. Ankiety i wyniki badań dostępne są na stronie internetowej ROPS Lublin: www.obserwatorium.rops.lubelskie.pl.

¹³² GUS, *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym 2011*, Warszawa 2012, s. 25–29. http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/GS_wolontariat_i_inne_formy_pracy_niezarobk_2011.pdf.

pozycyjność, obowiązkowość, zaangażowanie i cierpliwość¹³³. Starsi wiekiem pracownicy, czy wolontariusze nie muszą wykonywać swoich obowiązków gorzej niż ich młodszy koledzy tylko dlatego, że przybywa im lat. Oczywiście, nie można mówić tu o pracach wymagających dużej siły fizycznej, której wraz z wiekiem ubywa. Wskazane powyżej cechy odnoszą się do prac wymagających dokładności, sumienności i cierpliwości, co predysponuje wolontariuszy seniorów do prac z dziećmi, czy innymi osobami starszymi¹³⁴. Przekłada się to również na główne obszary, w których wolontariusze seniorzy działają. Można wskazać na sześć zasadniczych obszarów: edukacja, zdrowie, kultura i sztuka, a także ubóstwo, młodzież z problemami w nauce oraz niepełnosprawność. Co ważne, seniorzy chętnie działają na rzecz grup zagrożonych wykluczeniem społecznym¹³⁵. Wykorzystanie tego potencjału dobrowolnej aktywności i działalności na rzecz dobra wspólnego mogłoby przynieść znacznie więcej korzyści niż kosztowne programy rządowe. Przytaczane już badania Stowarzyszenia Centrum Wolontariatu wskazują, że seniorzy najchętniej pomagają swoim rówieśnikom oraz osobom starszym od siebie, a także dzieciom i ofiarom klęsk żywiołowych.¹³⁶

7.3. Formy aktywności uczestników badania BALL

– aktywność edukacyjna, rozwój osobisty, korzystanie z nowoczesnych technologii – emeryci

Uczenie się przez całe życie jest jednym z istotnych elementów aktywnego starzenia się, a przyjęta przez Komisję Europejską definicja tego pojęcia zakłada, że są to wszelkie formy nauki podejmowane przez całe życie, mające na celu

¹³³ Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu *Wolontariat seniorów w województwie mazowieckim*, Warszawa 2012, s. 27. http://bibliotekawolontariatu.pl/wp-content/uploads/diag_wol_seniorzy_mazowsze_skrot.pdf. Data dostępu 25.09.2015.

¹³⁴ Warto w tym miejscu nadmienić, że poprawa stanu zdrowia współczesnych seniorów skłania do podejmowania działań mających na celu ustawowe odraczenie momentu trwałej dezaktywacji zawodowej. Celem tych starań jest wykorzystanie potencjału tkwiącego w osobach starszych.

¹³⁵ Narodowa Strategia Integracji Społecznej dla Polski wyraźnie wskazuje takie grupy i zalicza do nich osoby niepełnosprawne, dzieci – szczególnie dzieci z rodzin niepełnych. W rodzinach niepełnych wychowuje się 1660,9 tys. tj. 15,4% wszystkich osób w wieku 0–24 lat, będących na utrzymaniu. Narodowa Strategia Integracji Społecznej dla Polski, Zespół Zadaniowy do Spraw Reintegracji Społecznej, Ministerstwa Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2003, s. 28. <http://www.mpips.gov.pl/userfiles/File/mps/NSIS.pdf>. Data dostępu 20.09.2015.

¹³⁶ Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu *Wolontariat seniorów w województwie mazowieckim*, Warszawa 2012, s. 6. http://bibliotekawolontariatu.pl/wp-content/uploads/diag_wol_seniorzy_mazowsze_skrot.pdf. Data dostępu 25.09.2015.

doskonalenie, pogłębianie wiedzy, umiejętności i kompetencji z perspektywy osobistej, obywatelskiej, społecznej lub zawodowej”¹³⁷. Uczenie się przez całe życie obejmuje doskonalenie umiejętności podstawowych, jak również możliwości kształcenia dla zaawansowanych. Powinno być dostępne dla wszystkich obywateli.

W prowadzonych badaniach przyjęto założenie, że przygotowanie do emerytury może przebiegać jako forma nauki nowych umiejętności i pozyskiwanie wiedzy z zakresu zagadnień związanych z emeryturą i przygotowaniem do niej. Zgodnie z tymi założeniami, respondentów będących na emeryturze zapytano w pierwszej kolejności o to, czy przygotowanie do emerytury jest konieczne. Ponad połowa badanych stwierdziła (58%), że jest to konieczne, jednak ponad 41% nie uznało konieczności podejmowania działań z tego zakresu. Respondentom, którzy przyznali, że przygotowanie się do emerytury jest konieczne, zadano dodatkowe pytanie o to, czy przygotowywali się do własnej emerytury i kolejne, w jaki sposób to robili. Aż 74% badanych odpowiedziało, że nie przygotowywało się do emerytury. W celu stworzenia wykazu możliwych sposobów przygotowywania się do emerytury, poproszono wszystkich respondentów o wskazanie z listy wszystkich wykorzystanych przez nich możliwości. Jak się okazuje, najbardziej powszechnym sposobem prowadzenia takich przygotowań, wśród osób podejmujących działania z tego zakresu, było samodzielne przygotowanie – 23,5%. 11% badanych skorzystało z indywidualnej porady od innych emerytów, rodziny, przyjaciół, a 8% czytało literaturę na ten temat.

Proces przygotowania do emerytury, podobnie jak proces starzenia się, który mu towarzyszy, jest bardzo zindywidualizowany. Aby poznać przybliżone preferencje w zakresie form podejmowanych działań mających na celu przygotowanie do emerytury, zadano respondentom kilka pytań z tego zakresu. Zapytano respondentów z podgrupy emerytów o to, jaką formę nauczania preferowaliby na szkoleniach. Blisko 60% badanych wolałoby uczyć się od innych aktywnych emerytów. 41% badanych wskazało ogólnie na kursy, jako na preferowaną formę nauczania. Blisko 40% chętnie skorzystałoby z pomocy coacha lub innej formy doradztwa osobistego. Ponad jedna czwarta badanych wskazała na kursy internetowe jako preferowaną formułę nauczania.

Może dziwić, że jedynie taki procent uczestników badania wyraził zainteresowanie e-learningiem, w sytuacji gdy ponad 80% badanych korzysta z komputera lub innych urządzeń technicznych oraz dostęp do internetu ma 83% badanych.

¹³⁷ *A Memorandum on LifeLong Learning*, Commission Staff Working Paper, Commission of the European Communities, Brussels 30.10.2001, http://tvu.acs.si/dokumenti/LLLmemo-randum_Oct2000.pdf. Data dostępu 23.09.2015.

Tab. 25. Formy nauczania preferowane na szkoleniach

Jaką formę nauczania preferowałbyś na szkoleniach?		
Odpowiedź	N = 467	
Kurs	193	41%
Doradztwo osobiste/coaching	186	40%
Nauczanie przez internet	122	27%
Uczenie się od aktywnych emerytów	277	59%
Uczenie się od emerytów	51	11%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Tab. 26. Korzystanie z nowych technologii – grupa emerytów

Czy korzystasz z komputera lub innych urządzeń technicznych?		
Odpowiedź	N = 467	
Tak (Y)	396	85%
Nie (N)	71	15%
Brak odpowiedzi	0	0%
Czy masz dostęp do internetu?		
Tak (Y)	388	83%
Nie (N)	79	17%
Brak odpowiedzi	0	0%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

W celu pogłębienia wiedzy dotyczącej korzystania przez emerytów z nowych technologii, zapytano ich o to, czy przygotowanie do emerytury w formie kursów internetowych byłoby dla nich dogodnie. Ogółem, 37% badanych stwierdziło, że taka formuła byłaby dla nich dogodna. Należy zauważyć, że dość znaczny odsetek badanych osób nie potrafi zająć w tej sprawie stanowiska – blisko 37%.

Rozwój indywidualny, to proces, który może przebiegać na wielu poziomach: osobistym i zawodowym. W sferze zawodowej, to pokonywanie i wspieranie się na kolejne piętra zawodowej drogi, nabywanie nowych umiejętności, sprawności, kompetencji, tożsamości zawodowej, które pomagają w realizacji określonych celów. W sferze osobistej jest pewną formą samodoskonalenia, poszerzania horyzontów. W przeprowadzonym badaniu założono, że proces rozwoju osobistego jest powiązany również z przygotowywaniem się do emerytury, dlatego respondentom zadano kilka pytań z tego zakresu. Po pierwsze, zadano im pytanie o to, czy ich zdaniem przygotowanie do emerytury ułatwiło im integrację społeczną po przejściu na emeryturę. Ponad połowa badanych – 58% – stwierdziła, że nie. Należy jednak pamiętać, że 66% przebadanych eme-

rytów nie prowadziło takich przygotowań. Respondentów zapytano również o to, jakie obszary tematyczne uważają za najważniejsze w swoim własnym przygotowaniu do emerytury? Największe znaczenie respondenci przypisali obszarowi zdrowia (54,6%), zarządzaniu czasem (46%), wypoczynkowi i kulturze (37%), rodzinie i relacjom społecznym (34,4%). W bloku pytań dotyczących rozwoju osobistego zadano pytanie o to, kto powinien organizować przygotowanie do emerytury. Blisko połowa respondentów uważa, że za takie przygotowania każdy powinien być odpowiedzialny sam (47%). Co trzeci respondent wskazuje na pracodawcę, jako na podmiot odpowiedzialny za takie przygotowanie.

7.4. Formy aktywności uczestników badania BALL – aktywność edukacyjna, rozwój osobisty, korzystanie z nowoczesnych technologii – pracujący

Ogółem, 68% respondentów z podgrupy pracujących uważa, że przygotowanie do emerytury jest konieczne i zamierza takie przygotowania podjąć.

Tab. 27. Opinia na temat konieczności podjęcia przygotowań do emerytury – pracujący

Czy sądzisz, że przygotowanie się do emerytury jest konieczne?		
Odpowiedź	N = 355	
Tak	241	68%
Nie	114	32%
Brak odpowiedzi	0	0%
Jeżeli odpowiedziałeś TAK, to czy Ty zamierzasz się przygotowywać do emerytury?		
Odpowiedź	N = 355	
Tak	242	68%
Nie	113	32%
Brak odpowiedzi	0	0%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Zapytani o to, jaką formę przygotowania do emerytury wybraliby, w znacznym większym zakresie niż respondenci z podgrupy emerytów wskazywali na aktywne formy przygotowań.

W przypadku, gdy zapytano respondentów o to, na jaką formę nauczania, w trakcie szkoleń przygotowujących do emerytury zdecydowałoby się, blisko połowa zdecydowałaby się na doradztwo indywidualne/coaching (48%), 44% zdecydowałoby się na uczenie od innych aktywnych emerytów, a na kursy – 43%. Jedynie co trzeci z badanych podjąłby się nauki przez internet. Dziwić

Tab. 28. Sposoby przygotowywania się do emerytury – grupa pracujący

Jeśli odpowiedziałeś tak, jak sądzisz, w jaki sposób będziesz się najprawdopodobniej przygotowywał do emerytury?		
Odpowiedź	N = 355	
Kursy przygotowujące do emerytury	47	13%
W grupie	41	11,5%
W pracy	41	11,5%
Indywidualne porady od emerytów, rodziny, przyjaciół itp	114	32%
Samodzielnie	128	36%
Konsultacje u specjalisty	32	9%
Czytanie literatury tematycznej	126	35%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

może niewysoki poziom zainteresowania formułą uczestnictwa w zajęciach lub kursach internetowych, przy bardzo wysokim poziomie zadeklarowanego dostępu do internetu (94%) i korzystania z komputera lub innych urządzeń technicznych (96%). Zastanawiająca jest rozbieżność pomiędzy deklarowaną formą nauczania, w tym przypadku przez internet (32%), a odpowiedzią na pytanie: Czy przygotowanie do emerytury w formie kursów internetowych byłoby dla Ciebie dogodne? Ogółem, 45,6% osób zadeklarowało, że byłaby to dogodna dla nich forma nauki.

Podobnie jak w przypadku podgrupy emerytów, tak i respondentom aktywnym zawodowo zadano pytania dotyczące rozwoju osobistego. Zbiorem wskaźników mierzących stopień przygotowania do emerytury są działania podejmowane w zakresie rozwoju osobistego. W przeprowadzonym badaniu zadano respondentom kilka pytań z tego zakresu, między innymi o to, czy przygotowanie do emerytury może ułatwić integrację społeczną po przejściu na emeryturę. Zdecydowana większość respondentów stwierdziła (73%), że działania podejmowane w celu przygotowania się do emerytury mogą ułatwić integrację społeczną po zakończeniu aktywności zawodowej. Przygotowanie do emerytury obejmuje swoim zakresem wiele obszarów życia. Poproszono respondentów o wskazanie, które obszary uważają za najważniejsze w swoim własnym przygotowaniu się do emerytury. Zdecydowana większość – 71% badanych – wskazało na obszar zdrowia, na drugim miejscu znalazła się rodzina i relacje społeczne (42,5%). Dopiero na trzecim miejscu znalazł się tzw. obszar ekonomiczny (35%).

Respondenci aktywni zawodowo, podobnie jak respondenci będący już na emeryturze, konsekwentnie opowiadają się za tym, że za przygotowania do emerytury odpowiada każdy samodzielnie. Ogółem, 36% badanych taką odpowiedzialnością obarcza pracodawcę, 28,7% administrację publiczną, a 27% organizacje pozarządowe.

7.5. Formy aktywności uczestników badania BALL – aktywność edukacyjna, rozwój osobisty, korzystanie z nowoczesnych technologii – emeryci–pracujący – porównanie

Należy zauważyć, że w przypadku obu badanych grup nauka przez internet jest najmniej popularną formą rozwoju osobistego (emeryci 26%, pracujący 32%). Pracujący, podobnie jak emeryci, zdecydowanie chętniej uczą się poprzez kontakt z innymi osobami, choć w przypadku emerytów częściej są to inni aktywni emeryci, a w przypadku pracujących osoby profesjonalnie zajmujące się doradztwem osobistym – coachingiem. Obie grupy badanych mają dostęp do internetu, korzystają z komputera i innych urządzeń technicznych. W przypadku pracujących jedynie nieznaczny odsetek osób deklaruje niekorzystanie z komputera (3%) i brak dostępu do internetu (6%). Umiejętność posługiwania się komputerami, internetem, zwykle niezbędne w rozwoju zawodowym, intelektualnym czy kulturalnym człowieka, staje się także warunkiem pełnego uczestnictwa w życiu społecznym. Osoby dojrzałe, o czym warto pamiętać, urodziły się, wychowały i kształciły w czasach, gdy nie było jeszcze komputerów, internetu, telefonów komórkowych itp. Dlatego, wraz ze zwiększającą się rolą i znaczeniem nowoczesnych technologii w różnych sferach życia, rośnie liczba osób zagrożonych wykluczeniem społecznym i ekonomicznym. Są wśród nich osoby pozbawione dostępu do komputera czy internetu, takie, które dostęp posiadają, lecz z niego nie korzystają, a także użytkownicy korzystający nieumiejętnie, bez odpowiednich kompetencji.

W przypadku zagadnień związanych z dostępem do internetu, korzystaniem z komputera i innych urządzeń technicznych, należy pamiętać, że jakkolwiek w przebadanych podgrupach pracujących i emerytów nie występuje zagrożenie wykluczeniem cyfrowym, to wśród prawie 13 milionów Polaków w grupie wiekowej 50 lat i więcej, ponad połowa (52%) jest jeszcze w wieku produkcyjnym. Według danych *Diagnozy Społecznej* z 2009 roku z internetu korzystało zaledwie 21,6% (2,8 mln) osób w wieku 50+, choć aż 40% posiadało w domu dostęp do sieci. Jednocześnie, w grupie osób w wieku 16–49 lat odsetek korzystających z internetu wyniósł 71%¹³⁸. Różnica międzypokoleniowa jest więc bardzo duża (aż 50%). Według badań *World Internet Project* (WIP) w czerwcu 2010 r. z internetu korzystało w Polsce 24,6% osób w wieku 50 i więcej lat. Tymczasem użytkowników w wieku 15–49 było aż 75,3%¹³⁹.

¹³⁸ *Diagnoza społeczna 2009. Warunki i jakość życia Polaków. Raport.* Red. J. Czapiński, T. Panek, http://www.diagnoza.com/pliki/raporty/Diagnoza_raport_2009.pdf.

¹³⁹ *Między alienacją a adaptacją: Polacy w wieku 50+ wobec Internetu. Raport Otwarcia Koalicji Dojrzałości sieci,* Warszawa 2010, s. 9–10, <http://dojrzaloscwsieci.pl/raport.htm>.

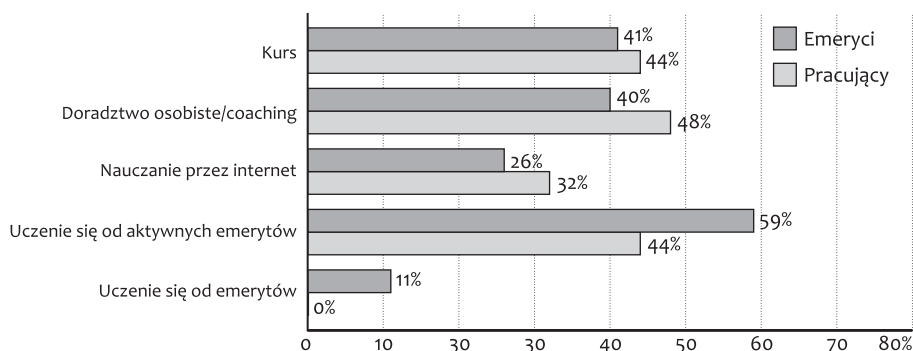
Wśród państw Unii Europejskiej Polska należy do krajów o najniższym odsetku użytkowników sieci, a głównym wskaźnikiem wykluczenia cyfrowego w naszym kraju jest wiek. Każdego roku ponad 200 tysięcy Polaków przechodzi na emeryturę. Ich liczba systematycznie rośnie, dlatego w najbliższych latach kluczowym zadaniem będzie zwiększenie w naszym kraju liczby internautów w wieku dojrzałym. Przestrzeń do działań edukacyjnych i promocyjnych jest ogromna: Polacy w wieku 50+, którzy nie korzystają z internetu, to ponad 10 mln ludzi, w tym 3,9 mln w wieku 50–59 lat i 6,26 mln w wieku 60+¹⁴⁰.

W przypadku badanej populacji, dostęp do internetu ma 83% emerytów (brak dostępu deklaruje 17% badanej podgrupy) i 94% pracujących (brak dostępu deklaruje jedynie 6% pracujących). Jednak w przypadku badanej grupy emerytów, tylko dla 37% badanych przygotowanie do emerytury w formie kursów *on-line* byłoby do przyjęcia. Należy w tym miejscu zaznaczyć, że w przypadku Polski, osoby w wieku 50 i więcej lat stosunkowo rzadko biorą udział w szkoleniach dotyczących obsługi komputera i internetu. Brak kompetencji we właściwej obsłudze komputera, wyszukiwarek internetowych, czy form komunikacji oferowanych przez nowoczesne technologie, w tym internet, mogą uniemożliwić korzystanie z kursów *on-line* lub do nich zniechęcić. Autorzy raportu *Dojrzałość w sieci*, powołując się na dane GUS z kwietnia 2007 roku, wskazują, że zaledwie 11% osób w tym wieku brało udział w takim szkoleniu przynajmniej raz w życiu, podczas gdy osób młodszych było aż 50%. Zawężając grupę osób badanych wyłącznie do użytkowników komputerów i internetu w Polsce, można stwierdzić, że zaledwie 45% starszych użytkowników brało udział w kursach posługiwania się nowoczesnymi technologiami informacyjnymi i komunikacyjnymi¹⁴¹. Na tej podstawie można przypuszczać, że taka forma przygotowania do emerytury wymaga odpowiedniej oferty szkoleniowej, dostosowanej do potrzeb i możliwości osób dojrzałych.

Analizując preferowane formy uczenia zauważalne są różnice w trzech obszarach. Formę szkolenia opartą na doradztwie osobistym lub coachingu wybrało 40% emerytów i 48% aktywnych zawodowo respondentów. Nauczanie przez Internet wskazało jako możliwą formę odbywania szkolenia odpowiednio 26% emerytów i 32% aktywnych zawodowo. Najistotniejszą różnicę można zaobserwować w formule uczenia się od innych aktywnych emerytów. Taką formę uczenia się wybrało 59% emerytów i 44% pracujących.

¹⁴⁰ *Diagnoza społeczna 2011. Warunki i jakość życia Polaków. Raport*. Red. J. Czapieński, T. Panek. Data dostępu 25.01.2012; http://www.diagnoza.com/pliki/raporty/Diagnoza_raport_2011.pdf; *Między alienacją a adaptacją: Polacy w wieku 50+ wobec Internetu. Raport Otwarcia Koalicji „Dojrzałość w sieci”*, Warszawa 2010, 2011, <http://dojrzaloscwsielni.pl/raport.html>, s. 9–10.

¹⁴¹ *Między alienacją a adaptacją: Polacy w wieku 50+ wobec Internetu. Raport Otwarcia Koalicji „Dojrzałość w sieci”*, Warszawa 2010, 2011, <http://dojrzaloscwsielni.pl/raport.html>, s. 9–10.



Wykres 25. Jaką formę nauczania preferowałbyś na szkoleniach przygotowujących do emerytury? Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

To właśnie w obszarze transferu wiedzy przekazywanej między grupami pokoleniowymi – uczenie się od innych aktywnych emerytów – zaznacza się największa różnica między badanymi podgrupami. W przypadku Polski musimy pamiętać, że różnica między grupami pokoleniowymi nie wynika tylko z ogólnie znanych praw rządzących takim przemianami¹⁴², ale również z transformacji systemowej: społecznej, politycznej i gospodarczej, jakiej doświadczyła Polska po 1989 roku. Przejście od gospodarki centralistycznej i jednopartyjnego systemu władzy komunistycznej do gospodarki wolnorynkowej i systemu demokratycznego, jak również trwałe zmiany odcisnięte przez system totalitarny na społeczeństwie polskim, czynią te różnice znacznie bardziej skomplikowanymi. Warto oprzeć się przy tym na dwóch klasycznych już koncepcjach – H. Klagesa¹⁴³ i R. Ingleharta¹⁴⁴. Zgodnie

¹⁴² Zgodnie z dokonany przez K. Mannheima rozróżnieniem pomiędzy pokoleniem a pokoleniem rzeczywistym, pokolenie tworzą członkowie społeczeństwa urodzeni w podobnym czasie, których łączą społeczne i kulturowe uwarunkowania okresu ich dzieciństwa i młodości. Dopiero jednak zbiorowe i świadome uczestnictwo we wspólnym losie, ideach i koncepcjach związanych nierozłącznie z rozwojem pokolenia, może doprowadzić do wykorzystania jego potencjału i powstania trwałego związku pokoleniowego, charakteryzującego się tym, że członkowie owego pokolenia reprezentują podobny sposób myślenia oraz postawy wobec określonych wartości. K. Mannheim, *Ideologia i utopia*, Test, Lublin 1992, s. 156.

¹⁴³ H. Klages, *Wertorientierungen im Wandel. Rückblick, Gegenwartsanalyse, Prognosen*, Frankfurt am Main–New York 1985; H. Klages, *Wertedynamik. Über die Wandelbarkeit des Selbstverständlichen*, Zürich–Osnabrück 1988; H. Klages, *Traditionsbruch als Herausforderung: Perspektiven der Wertewandelgesellschaft*, Frankfurt am Main–New York 1993.

¹⁴⁴ R. Inglehart, *The Silent Revolution: Changing Values and Political Styles Among Western Publics*, Princeton 1977; R. Inglehart, *Kultureller Umbruch. Wertwandel in der westlichen Welt*, Frankfurt am Main–New York 1989; R. Inglehart, *Modernisierung und Postmodernisierung. Kultureller, wirtschaftlicher und politischer Wandel in 43 Gesellschaften*, Frankfurt am Main–New York 1998; R. Inglehart, *Kultura a demokracja*, w: L. E. Harrison, S. P. Huntington (red.), *Kultura ma znaczenie. Jak wartości wpływają na rozwój społeczeństw?*, Poznań 2003; R. Inglehart, P. Norris, *Sacrum i profanum: religia i polityka na świecie*, Kraków 2006.

z nimi, przemiana wartości dokonuje się głównie poprzez zmianę pokoleniową, sprzężoną ze zmianą kontekstu społecznego. Hipoteza braku i socjalizacji R. Ingleharta wskazuje, że struktura preferowanych wartości danego pokolenia zależy od tego, jaka sytuacja społeczno-ekonomiczna była dominująca w okresie wzrastania tego pokolenia. Nadaje ono tym przedmiotom najwyższą wartość, do których dostęp w okresie wzrastania był ograniczony. Można zatem przypuszczać, że tzw. wartości ponowoczesne, określane przez R. Ingleharta jako postmaterialistyczne, zaś przez H. Klagesa jako wartości samorealizacyjne, są silniej odczuwane przez młodsze pokolenia Polaków¹⁴⁵. Być może dlatego, poszukiwanie rady i informacji u starszego pokolenia nie jest zbyt popularne.

W przypadku zagadnień dotyczących rozwoju osobistego, obie subpopulacje w badaniach wyraźnie się różnią. Ponad połowa osób będących już na emeryturze stwierdziła (59%), że przygotowania do emerytury nie ułatwiły im integracji ze środowiskiem po przejściu na emeryturę. Odmienne na to zagadnienie zapatrują się osoby pracujące. Ogółem, 73% z nich uważa, że takie działania pomogą im w przyszłości integrować się społecznie. Mniej widoczne różnice zaznaczają się w zakresie wyznaczania obszarów tematycznych ważnych z punktu widzenia przygotowań do emerytury. Dla 36% pracujących, obszar zagadnień ekonomicznych jest ważny z punktu widzenia przyszłej emerytury, podczas gdy ten sam obszar jest ważny dla 18% emerytów. Obszar zdrowia jest ważny dla obu badanych grup, jednak w przypadku emerytów jest to 55% wskazań, a w przypadku pracujących o 16% więcej (71%). Różnica w postrzeganiu przygotowań do emerytury zaznacza się pomiędzy badanymi grupami również w obszarze zagadnień związanych z wiedzą na temat praw i obowiązków, jak i wiedzą z zakresu nowych technologii. W przypadku pierwszego obszaru, różnica wskazań wyniosła 14% (emeryci 18%, pracujący 32%), w drugim obszarze wyniosła 8% (emeryci 19%, pracujący 27%). W przypadku podmiotów, które powinny organizować przygotowanie do emerytury, obie grupy na pierwszym miejscu wskazały samodzielne przygotowanie do emerytury (emeryci 47%, pracujący 45%), drugim w rankingu był pracodawca (emeryci 34%, pracujący 36%). Badani zapytani o to, na ile lat przed przejściem na emeryturę powinien być dostępny dla osób zainteresowanych plan przygotowań do emerytury, w znacznej mierze zamykają ten okres pomiędzy 3 miesiącami a rokiem. I tak, 18% uważa, że powinien być gotowy na 3 miesiące przed emeryturą, 15,6% na 6 miesięcy przed, a 47,5% badanych wskazuje okres roku przed emeryturą. Jedynie 13,7% badanych uważa, że takie działania powinny być możliwe do podjęcia na trzy lata przed emeryturą, a blisko 5% więcej niż na trzy lata przed emeryturą.

¹⁴⁵ M. Adamczyk, *Wprowadzenie do teorii kapitału społecznego*, Wyd. KUL, Lublin 2013; M. Adamczyk, *Grupa pokoleniowa jako czynnik różnicujący typ wytwarzanego kapitału społecznego w Polsce*, „Zeszyty Naukowe KUL” 57, 2014, nr 1(225), s. 55–80.

Rozdział 8.

Przygotowanie do emerytury w obszarze finansowym

Czynnikiem, który w istotny sposób wpływa na jakość życia na emeryturze, jest sfera materialna. Stereotypowe opinie łączą emeryturę z doświadczaniem ubóstwa, jednak to nie zagrożenie biedą stanowi o szczególnej podatności osób starszych na wykluczenie społeczne.

Warto w tym miejscu dokonać pewnych wyjaśnień terminologicznych. Przez wykluczenie w literaturze przedmiotu rozumie się sytuację uniemożliwiającą lub znacznie utrudniającą jednostce lub grupie pełnienie ról społecznych, korzystanie z dóbr publicznych i infrastruktury społecznej, gromadzenie zasobów i zdobywanie dochodów w godny sposób¹⁴⁶. Jak wynika z prezentowanej definicji, wykluczenie społeczne (ekskluzja) nie dotyczy jedynie braku zasobów materialnych oraz niezdolności do uczestnictwa w społeczeństwie konsumpcyjnym, ale obejmuje także niewystarczające i nierówne uczestnictwo w życiu społecznym, ekonomicznym, politycznym i kulturowym albo jego brak. Reasumując, najogólniej termin wykluczenie społeczne określa sytuację, w której dana jednostka, będąca członkiem społeczeństwa, nie może normalnie uczestniczyć w działaniach obywateli tego społeczeństwa, przy czym ograniczenie to nie wynika z jej wewnętrznych przekonań, ale znajduje się poza kontrolą wykluczonej jednostki.

Błędnie pojęcie wykluczenia społecznego utożsamia się z pojęciem ubóstwa. Są to pojęcia pokrewne, jednak wykluczenie społeczne jest pojęciem

¹⁴⁶ R. Szarfenberg, *Problemy definicyjne zjawiska wykluczenia*, Raport Grupy nr 2 Zespołu Zadaniowego ds. Reintegracji Społecznej, Ministerstwo Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2003, s. 17. <http://rszarf.ips.uw.edu.pl/pdf/SWdodatek.pdf>. Data dostępu 20.08.2015.

szerszym, gdyż oprócz niskich dochodów zwraca też uwagę na inne czynniki powodujące wyłączenie jednostek z funkcjonowania w życiu społecznym. Zależność pomiędzy ubóstwem a wykluczeniem społecznym może mieć charakter sprzężenia zwrotnego, tzn. ubóstwo może powodować wykluczenie, ale i może być jego skutkiem¹⁴⁷. Kolejnym pojęciem, które należy mieć na uwadze prowadząc analizy z zakresu przygotowania do emerytury, jest marginalizacja społeczna. Pojęcie marginalizacja oznacza spadek znaczenia danej grupy społecznej w społeczeństwie z kilku powodów: zmniejszenia się jej liczebności, osłabienia jej funkcji i pozycji w hierarchii społecznej, reprezentowania skrajnych poglądów, podejmowania zachowań nieakceptowanych przez większość¹⁴⁸. Można wyróżnić następujące typy marginalizacji: obiektywna i relatywna. Marginalizację obiektywną charakteryzują odpowiednio dobrane wskaźniki, to znaczy za osobę, grupę zmarginalizowaną uważa się tę, której sytuację życiową można opisać w kategoriach ustalonych przez badacza. Są to np. rodziny czy gospodarstwa domowe, których członkowie mają problemy na rynku pracy wyrażające się brakiem stałego zatrudnienia czy problemy finansowe wyrażające się dochodem poniżej ustalonej kwoty. Natomiast marginalizacja relatywna zachodzi wówczas, gdy „jednostka, grupa, zbiorowość podlegają marginalizacji, gdy z punktu widzenia określonego stanu jednej jednostki, porównywanej grupy lub zbiorowości przybierają cechy, które sytuują je na mniej korzystnych pozycjach lub coraz bardziej wyraźna jest ich odmienność.”¹⁴⁹

W przypadku polskich emerytów, zaledwie kilka procent z nich jest zagrożonych ubóstwem, należy jednak pamiętać o bardzo dużym zróżnicowaniu dochodów i poziomu życia w tej grupie. W 2012 roku poniżej poziomu, wyznaczającego minimum egzystencji¹⁵⁰ żyło 4,6% emerytów, a dochód kolejnych

¹⁴⁷ Osoby ubogie nie muszą być wykluczone i odwrotnie – osoby wykluczone niekoniecznie są ubogie. Bieda (ubóstwo) – to pojęcie ekonomiczne i socjologiczne opisujące brak dostatecznych środków materialnych dla zaspokojenia potrzeb jednostki, w szczególności w zakresie jedzenia, schronienia, ubrania, transportu oraz podstawowych potrzeb kulturalnych i społecznych. Narodowa Strategia Integracji Społecznej dla Polski, Zespół Zadaniowy do Spraw Reintegracji Społecznej, Ministerstwa Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2003, <http://www.mpips.gov.pl/userfiles/File/mps/NSIS.pdf>. Data dostępu 20.08.2015.

¹⁴⁸ T. Kowalak, *Marginalność i marginalizacja społeczna*, Dom Wydawniczy ELIPSA. Warszawa 1998, s. 33–35.

¹⁴⁹ R. Marks-Bielska, *Marginalizacja społeczno-ekonomiczna w świetle polskiej literatury przedmiotu – lata 90*, „Polityka Społeczna” nr 3, 2003, s. 12–15.

¹⁵⁰ Minimum egzystencji – kwota ustalana każdego roku przez Instytut Pracy i Spraw Socjalnych na podstawie normatywnego modelu zaspokajania potrzeb bytowokonsumpcyjnych na niskim poziomie, przyjmującego postać „koszyków”, określonych ilościowo i wartościowo dla poszczególnych grup potrzeb. Minimum egzystencji wyznacza poziom zaspokojenia potrzeb, poniżej którego występuje biologiczne zagrożenie życia oraz rozwoju psychofizycznego człowieka. Znajdują się w nim wyłącznie dobra służące zaspokajaniu potrzeb

3,6% sytuował się poniżej ustawowej granicy ubóstwa. Problem biedy dotyczył więc około 8% starszych wiekiem Polaków¹⁵¹.

8.1. Obszar finansowego przygotowania do emerytury – emeryci

W obszarze finansowego przygotowania się do emerytury badaniem zostało objętych 467 osób, w tym 379 kobiet i 88 mężczyzn. Respondenci, to głównie osoby w przedziale wiekowym 60–69 lat, blisko 99% z nich jest na emeryturze, niespełna 1,27% jest w okresie przedemerytalnym. Z tego na emeryturę dobrowolną przeszło 58,89% osób, 26,5% osób zostało zmuszonych do przejścia na emeryturę (emerytura przymusowa), a 14,5% zostało objętych planem dostosowania. Ponad połowa badanych mieszka wspólnie ze współmałżonkiem (55,5%), 37% osób mieszka samodzielnie. Niewielki odsetek osób mieszka z dzieckiem, dziećmi lub swoimi rodzicami lub rodzicem, odpowiednio: 7,7% i 2,5%. Zdecydowana większość badanych deklaruje brak konieczności bycia wspieranym przez rodzinę – 85,6%. Jedynie 14,35% deklaruje konieczność uzyskania takiej pomocy od najbliższych. Ogółem 44% badanych będąc na emeryturze wspiera swoją rodzinę, wyłączając z tego małżonka lub partnera. Blisko 70% badanych ocenia swoją sytuację finansową po przejściu na emeryturę jak gorszą niż w okresie aktywności zawodowej, dla 23,7% osób sytuacja nie uległa zmianie, a jedynie 6,4% badanych deklaruje, że ich sytuacja jest lepsza niż w okresie aktywności zawodowej. Większość badanych ocenia negatywnie swoją sytuację finansową.

Należy zauważyć, że jakkolwiek przeciętny miesięczny dochód, którym dysponowały gospodarstwa domowe emerytów w 2012 roku był o 67,58 zł wyższy od przeciętnego dochodu w zbiorowości wszystkich gospodarstw domowych w Polsce, to w gospodarstwach emerytów i rencistów wydatki były wyższe, szczególnie w przypadku wydatków na leki i na pomoc innym. Analizując strukturę wydatków gospodarstw emerytów i rencistów należy zwrócić uwagę na kilka cech specyficznych dla tych gospodarstw:

- Gospodarstwa domowe emerytów są mniej liczne niż wynosi przeciętna dla ogółu gospodarstw domowych, co nie pozostaje bez wpływu na średnią kwotę wydatków na osobę oraz rozkład środków finansowych na poszczególne produkty i usługi.

egzystencjalnych (żywność, odzież i obuwie, mieszkanie, ochrona zdrowia i higiena). GUS, Departament Badań Społecznych i Warunków Życia, *Emerytury i renty w 2012*, Warszawa 2013, s. 13.

¹⁵¹ GUS, Departament Badań Społecznych i Warunków Życia, *Emerytury i renty w 2012*, Warszawa 2013, s. 36.

- Wyższy udział wydatków na żywność i napoje bezalkoholowe na osobę w gospodarstwach domowych emerytów i rencistów przekłada się na wyższe, w porównaniu z gospodarstwami domowymi ogółem, spożycie na osobę artykułów żywnościowych. Jest to związane ze strukturą gospodarstw domowych. W gospodarstwach domowych emerytów i rencistów niewielki jest odsetek dzieci poniżej 14 lat.
- Gospodarstwa domowe emerytów i rencistów łącznie w znacznie mniejszym stopniu uwzględniają w budżetach wydatki na obuwie i odzież (2,9%), niż gospodarstwa ogółem (4,9% wydatków).
- Znacznie większym obciążeniem dla gospodarstw emerytów są wydatki związane z użytkowaniem mieszkania. W gospodarstwach rencistów stanowiły 26,2%, w gospodarstwach emerytów – 24,0%, podczas gdy w gospodarstwach domowych ogółem – 20,3%.
- Specyfikę gospodarstw domowych emerytów i rencistów widać także wyraźnie w zakresie wydatków związanych ze zdrowiem. Obciążenie wydatkami na zdrowie, w tym na artykuły farmaceutyczne było o 3,1% wyższe w porównaniu z gospodarstwami ogółem (wydatki na zdrowie stanowiły odpowiednio: 8,1% i 5,0%).
- Warto zwrócić uwagę na fakt, że dary dla innych gospodarstw domowych obciążały gospodarstwa domowe emerytów i rencistów (4,6% wydatków) w znacznie większym stopniu niż gospodarstwa domowe ogółem (3,2% wydatków). Emeryci w nieco większym stopniu niż renciści angażowali się w pomoc innym. Wydatki na wspieranie innych gospodarstw domowych stanowiły przeciętnie 4,8% wydatków w gospodarstwach emerytów (55,87 zł na osobę) i 3,5% w gospodarstwach rencistów (32,41 zł na osobę)¹⁵².

8.2. Obszar finansowego przygotowania do emerytury – pracujący

W przypadku podgrupy pracujących, w celu określenia stopnia przygotowania do emerytury badanej grupy, także w jej finansowym wymiarze, stworzono listę usług świadczonych przez pracodawców, które mogą być przydatne w przygotowywaniu się do przejścia na emeryturę: roczne sprawozdanie na temat planu emerytalnego, blogi sponsorowane przez pracodawcę lub forum, kursy internetowe dotyczące planowania emerytury, spotkania indywidualne ze specjalistą, by omówić plan świadczeń emerytalnych, seminaria o tym, jak zaoszczędzić na emeryturę, wirtualne spotkania dotyczące emerytury, mate-

¹⁵² Tamże, s. 31–32.

riały szkoleniowe, strona internetowa pracodawcy bądź instytucji zarządzającej planem emerytur. Poproszono badanych o wskazanie wszystkich zaproponowanych im usług. Zdecydowanie ponad połowa badanych (68%) nie otrzymała od swojego pracodawcy propozycji żadnej usługi wspomagającej przechodzenie na emeryturę. Najwięcej – 3,3% – osób otrzymało materiały szkoleniowe, a 3% uczestniczyło w seminariach o tematyce jak zaoszczędzić na emeryturę.

Tab. 29. Usługi wspomagające przygotowanie planu emerytalnego – pracujący

Czy Twój obecny pracodawca lub osoby zarządzające planem emerytur u pracodawcy, zaproponowały ci którąś z niżej wymienionych usług, by pomóc przygotować Twój plan emerytalny oraz przygotować się finansowo do emerytury?		
Odpowiedź	N = 355	
Roczne sprawozdanie na temat planu emerytalnego	4	1%
Blogi sponsorowane przez pracodawcę lub forum	7	2%
Kursy internetowe dotyczące planowania emerytury	10	3%
Spotkania indywidualne ze specjalistą by omówić plan świadczeń emerytalnych	6	2%
Seminaria o tym, jak zaoszczędzić na emeryturę	11	3%
Wirtualne spotkania dotyczące emerytury	9	2,5%
Materiały szkoleniowe	12	3%
Strona internetowa pracodawcy bądź instytucji zarządzającej planem emerytur	4	1%
Żadne z wymienionych	47	13%
Nie wiem	36	10%
Nie zaproponowano mi żadnej usługi	242	68%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100, ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź

Przygotowywanie się do emerytury powinno być procesem stopniowym, umożliwiającym uzyskanie jak najbardziej optymalnej i korzystnej sytuacji dla przeszłego emeryta. W celu zapoznania się z rozwiązaniami proponowanymi w tym zakresie przez polskich pracodawców, przedstawiono badanym listę możliwości wspomagających pracowników w stopniowym wchodzeniu w okres emerytalny. Podobnie jak w przypadku listy usług świadczonych przez pracodawców w celu przygotowania pracowników do przejścia na emeryturę, tak i w przypadku działań wspomagających w stopniowym przejściu na emeryturę, ponad połowa badanych (55%), nie otrzymała żadnej pomocy w tym zakresie. 7% badanych otrzymało propozycję przejścia z pracy na pełny etat do pracy w niepełnym wymiarze godzin. W przypadku 6% badanych pracodawcy proponowali doradztwo finansowe, a blisko 5% otrzymało propozycję zamiany

pracy na bardziej odpowiednią dla seniorów, starszych pracowników (np. praca mniej stresująca, lżejsza fizycznie).

Tab. 30. Działania wspomagające stopniowe przejście na emeryturę oferowane przez pracodawców – pracujący

Czy Twój pracodawca oferuje którąś z możliwości wymienionych poniżej? Jeśli tak, proszę zaznaczyć właściwe		
Odpowiedź	N = 355	
Zmiana zakresu obowiązków i podjęcie łatwiejszej pracy	36	10%
Uczestnictwo w kursie samoświadomości/doradztwie indywidualnym by stworzyć sobie własną politykę emerytalną	10	3%
Prowadzenie negocjacji z pracodawcą, by pracować dłużej niż ustawowy wiek emerytalny	29	8%
Udział w kursie dotyczącym przygotowania do emerytury	5	1%
Praca w niepełnym wymiarze godzin	44	12%
Żadne z wymienionych	60	17%
Nie, nie przedstawiono mi żadnej oferty	205	58%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL. Dane procentowe nie sumują się do 100, ponieważ respondent mógł wybrać więcej niż jedną odpowiedź.

8.3. Obszar finansowego przygotowania do emerytury – emeryci–pracujący – porównanie

Obie grupy badanych wyraźnie wskazują na brak przygotowania polskich pracodawców do świadczenia pomocy w przygotowywaniu się ich pracowników do emerytury. Emerytom w ponad 80% nie zaproponowano w ich ostatnim miejscu pracy pomocy w przygotowaniu planu emerytalnego oraz przygotowaniu finansowym do emerytury. W przypadku pracujących, 68% badanych przyznało, że nie zaoferowano im żadnej z usług mogących pomóc im w przygotowaniu finansowym do emerytury. Podobnie, w przypadku stopniowego przygotowywania pracowników do przejścia na emeryturę, tak emeryci – 74%, jak i pracujący – 55% – nie otrzymali ze strony pracodawcy żadnej pomocy w tym zakresie.

8.4. Aktywne przygotowanie do emerytury – emeryci

W przypadku aktywnego przygotowania się do emerytury należy odwołać się do założeń koncepcji aktywnego starzenia się. W koncepcji tej bardzo wyraźnie dokonywane jest rozdzielenie pomiędzy „indywidualnym” a „społecznym” starzeniem się, jak również pomiędzy „demograficznym” a „społecznym” starzeniem, o czym była już mowa. Demograficzne starzenie się to zmiany w wieku, średnia wieku itd. „Starzenie społeczne” odnosi się do udziału lub ograniczenia aktywności osób starszych w życiu społeczno-gospodarczym. Starzenie społeczne uwzględnia wiek, zmiany w stanie zdrowia, długości życia, zachorowalności, śmiertelności, zdolności poznawczych lub brak takich zdolności. W efekcie, wiek społeczny można określić jako etap w cyklu życia. Takie podejście wymusza zmianę postrzegania starości jedynie jako negatywnego okresu w życiu. W myśl teorii aktywności, ludzie lepiej dostosowują się do starości, jeśli utrzymują wysoki poziom aktywności i podtrzymują wzory aktywności wieku średniego¹⁵³. W celu stwierdzenia stopnia aktywnego przygotowania do emerytury zadano respondentom blok pytań sondujących ten obszar zagadnień.

Dla określenia stopnia aktywnego przygotowania się do emerytury zadano respondentom, między innymi, pytanie o znajomość korzyści płynących z przygotowania się do aktywnego starzenia. Większość badanych stwierdziła (64,6%), że wiedzą, jakie korzyści płyną z podjęcia takich działań. Zdecydowanie najczęściej aktywna emerytura jest kojarzona przez badanych z aktywnością fizyczną i podróżowaniem, odpowiednio 60% i 61%. Dla 48% badanych aktywna emerytura, to uczenie się w formie warsztatów, kursów (np. komputerowe, językowe, zdrowotne itp.). W przeprowadzonym badaniu przyjęto założenie, że proces przygotowania do emerytury powinien być wspierany przez szereg instytucji. Omawiając zagadnienie wsparcia aktywnego przygotowania się do emerytury warto przypomnieć, że potrzeby osób starszych mogą być zaspakajane na dwóch poziomach. Pierwszy odnosi się do sfery prywatnej (osobistej) jednostki i jej indywidualnej sieci wsparcia społecznego w postaci rodziny, sąsiadów, przyjaciół. Drugi poziom wsparcia zaspakajania potrzeb związany jest ze sferą publiczną, w której sieć wsparcia tworzą instytucje administracji rządowej i samorządowej, trzeciego sektora oraz organizacje rynkowe¹⁵⁴.

Aby zapoznać się z poziomem wsparcia instytucjonalnego przygotowania do emerytury, jak i wiedzy na temat możliwości takiego wsparcia, zadano

¹⁵³ C. Timoszyk-Tomczak, B. Bugajska, *Przyszłościowa perspektywa czasowa w starości*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin 2012, s. 70.

¹⁵⁴ A. Olech, T. Kazimierczak, *Mapa zaspakajania potrzeb społecznych*, „Praca Socjalna” 2006, nr 2, s. 3–31.

uczestnikom badania pytania z tego zakresu. Zapytano respondentów o to, czy znane są im miejsca w pobliżu ich miejsca zamieszkania, które zajmują się organizacją zajęć edukacyjnych mających na celu przygotowanie do emerytury. Zapytano ich również o to, czy opieka społeczna w ich miejscu zamieszkania prowadzi jakieś działania z zakresu wspierania przygotowania do emerytury. Zdecydowana większość badanych przyznała, że nie zna ani miejsc organizujących zajęcia z zakresu przygotowania do emerytury, jak i nic nie wie o działalności opieki społecznej w tym zakresie.

Tab. 31. Wiedza na temat oferty edukacyjnej mającej na celu przygotowanie do emerytury w miejscu zamieszkania – emeryci

Czy znane ci są miejsca, w pobliżu Twojego miejsca zamieszkania, które zajmują się organizacją zajęć edukacyjnych mających na celu przygotowanie się do emerytury?		
Odpowiedź	N = 467	
Tak (Y)	122	26%
Nie (N)	345	74%
Brak odpowiedzi	0	0%
Czy wiadomo Ci, czy opieka społeczna w Twojej miejscowości wspiera przygotowywanie się do emerytury?		
Odpowiedź	N = 467	
Tak (Y)	14	3%
Nie (N)	453	97%
Brak odpowiedzi	0	0%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Aktywność ma ogromne znaczenie w każdym wieku, jest to zdolność do intensywnego działania, energia stwarzająca szansę na kontaktowanie się i porozumiewanie z innymi ludźmi. Ta zdolność jest szczególnie ważna dla jakości życia osób na emeryturze, jednak przejście na emeryturę może powodować szereg problemów zdrowotnych wynikających nie tylko z wieku, ale również z zaniku pełnionych wcześniej ról społecznych. W celu sprawdzenia, czy przejście na emeryturę wywołało jakieś problemy zdrowotne u badanych, zapytano ich, czy byli u lekarza z powodu przejścia na emeryturę? Ogółem 80% respondentów nie była u lekarza z tego powodu, co piąty badany przyznał, że odbył takie wizyty lekarskie.

Ponad połowa badanych przyznała również (57%), że przyjmuje leki, których nie zażywała przed emeryturą. Co ważne, 8% badanych przyznało, że potrzebuje pomocy psychologa po przejściu na emeryturę, a ponad 10% nie jest w stanie stwierdzić, czy takiej pomocy potrzebuje, czy też nie.

Tab. 32. Wizyty lekarskie po przejściu na emeryturę

Czy byłeś u lekarza z powodu przejścia na emeryturę?		
Odpowiedź	N = 467	
Tak (Y)	92	20%
Nie (N)	375	80%
Brak odpowiedzi	0	0%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Tab. 33. Zazywanie leków i potrzeba wsparcia psychologicznego

Czy bierzesz obecnie jakieś leki, których nie brałeś przed przejściem na emeryturę?		
Odpowiedź	N = 467	
Tak (Y)	265	57%
Nie (N)	202	43%
Brak odpowiedzi	0	0%
Czy potrzebowałeś/potrzebujesz pomocy psychologa po przejściu na emeryturę?		
Odpowiedź	N = 467	
Tak (1)	39	8%
Nie (2)	378	81%
Nie wiem (3)	50	11%
Brak odpowiedzi	0	0%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

8.5. Aktywne przygotowanie do emerytury – pracujący

Uczestnikom badania zadano pytanie o znajomość korzyści płynących z aktywnego starzenia się. Ogółem 61% respondentów stwierdziło, że zna takie korzyści, blisko 40% przyznało, że nie są im one znane. Respondenci zapytani o działania podejmowane przez nich w chwili obecnej w celu podniesienia poziomu własnej aktywności, kojarzyli aktywność głównie z wysiłkiem fizycznym, sprawnością fizyczną lub podróżami. Ponad połowa badanych stwierdziła (53,5%), że przede wszystkim wykonuje ćwiczenia fizyczne w celu podniesienia poziomu swojej aktywności, na drugim miejscu znalazły się podróże (42%). Jedna czwarta badanych wskazała aktywność w stowarzyszeniach, a 23% udział w warsztatach i kursach (komputerowe, językowe, zdrowotne itp.). Warto przypomnieć, że aktywne starzenie obejmuje cztery zasadnicze działy: zatrudnienie, aktywność społeczną, niezależne, zdrowe i bezpieczne mieszkania, zdolność i przygotowanie otoczenia do wykorzystania potencjału starzejącego się społeczeństwa.

W celu stwierdzenia poziomu wiedzy dotyczącej oferty edukacyjnej przygotowującej do emerytury, zadano respondentom pytanie o znajomość miejsc, w pobliżu ich miejsca zamieszkania, które zajmują się organizacją zajęć edukacyjnych mających na celu przygotowanie się do emerytury. Zdecydowana większość respondentów, aż 80%, przyznało, że nie zna takich miejsc ani oferty. Jedynie co czwarty badany stwierdził, że zna takie miejsca. Co ciekawe, wśród respondentów, którzy znają miejsca oferujące zajęcia edukacyjne z zakresu przygotowania do emerytury, jedna czwarta nie chciałaby uczestniczyć w takich zajęciach.

Tab. 34. Wiedza na temat oferty edukacyjnej mającej na celu przygotowanie do emerytury w miejscu zamieszkania – pracujący

Czy znane są Ci miejsca, w pobliżu Twojego miejsca zamieszkania, które zajmują się organizacją zajęć edukacyjnych mających na celu przygotowanie się do emerytury?		
Odpowiedź	N = 355	
Tak (Y)	71	20%
Nie (N)	284	80%
Brak odpowiedzi	0	0%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

Tab. 35. Chęć uczestnictwa w zajęciach edukacyjnych przygotowujących do emerytury – pracujący

Jeśli tak, czy chciałbyś uczestniczyć w zajęciach edukacyjnych, które przygotowują do emerytury?		
Odpowiedź	N = 71	
Tak (Y)	52	73%
Nie (N)	19	27%
Brak odpowiedzi	0	0%

Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL

8.6. Aktywne przygotowanie do emerytury – emeryci–pracujący – porównanie

Porównując postawy obu grup w kontekście zagadnień związanych z aktywną emeryturą, należy zauważyć, że obie deklarują znajomość korzyści płynących z przygotowań do aktywnego starzenia się (emeryci 65%, pracujący 61%). Tak emeryci, jak i pracujący, aktywność na emeryturze kojarzą przede wszystkim z podróżami i ćwiczeniami fizycznymi. Rzadziej aktywność kojarzą z edukacją formalną i pozaformalną, chociaż w przypadku emerytów częściej identyfikują

je ją jako ważną. Tak emeryci, jak i pracujący, nie wykazują się znajomością miejsc znajdujących się w pobliżu ich miejsca zamieszkania, które zajmują się organizacją zajęć edukacyjnych mających na celu przygotowanie się do emerytury. Nie zna takich miejsc 74% emerytów i 80% pracujących.

Wraz z wchodzeniem w kolejne fazy życia, zmianie ulega stan zdrowia człowieka oraz jego zdolność do samodzielnego funkcjonowania. Respondentom będącym na emeryturze zadano pytanie, czy jeśli po przejściu na emeryturę nastąpiło pogorszenie ich niezależności osobistej, czy otrzymali wsparcie od opieki społecznej w swojej miejscowości? Nieznaczny procent badanych (4%) stwierdził, że otrzymał taką pomoc. Pozostali (96%) nie mają wiedzy na temat działalności prowadzonej przez instytucje opieki społecznej w swojej miejscowości, które wspierałyby przygotowanie do emerytury.

Wszystkim pracującym zadano pytanie o to, czy wiedzą coś na temat działań pomocy społecznej w ich miejscowości wspierających przygotowywanie się do emerytury? Aż 90% badanych przyznało, że nie wie nic na ten temat, jedynie 9,3% stwierdziło, że wie o takich działaniach. Jedynie niewielki odsetek pracujących i emerytów (emeryci 3%, pracujący 9%) wie coś na temat działań wspomagających przejście na emeryturę, prowadzonych przez lokalne oddziały pomocy społecznej.

Konkluzje końcowe

Polskie społeczeństwo starzeje się, prognozy demograficzne jednoznacznie wskazują na zmiany zachodzące w strukturze społeczeństwa, które spowodowane są z jednej strony wydłużaniem się średniej długości życia, a z drugiej strony niepokojącymi procesami spadku dzietności. Do 2050 r. w społeczeństwie polskim wystąpi znaczne zmniejszenie liczby dzieci i osób w wieku produkcyjnym, zaś zwiększy się liczba i udział osób starszych – do 30% na obszarach wiejskich i blisko 35% w miastach. Co ważne, istotną rolę w zwiększeniu odsetka osób w wieku co najmniej 65 lat odgrywa wydłużanie się dalszego trwania życia. Zgodnie z założeniami prognoz Głównego Urzędu Statystycznego, urodzony w 2050 r. mężczyzna będzie miał przed sobą średnio 81,1 lat życia, a więc o 9 lat więcej niż w 2013 r., natomiast przeciętne trwanie życia kobiet wyniesie 87,5, czyli o 6,4 roku dłużej niż obecnie¹⁵⁵. Zatem wydłuży się także odpowiednio dalsze trwanie życia osób, które w 2050 r. będą w wieku 65 lat lub wyższym. Procesy te skłaniają do intensywnego zajęcia się przygotowaniem wszystkich podmiotów życia społecznego, do zmierzenia się z tą nową sytuacją.

Analizując zagadnienia postrzegania emerytury oraz przygotowywania się do niej w dwóch różnych grupach, wyraźnie zaznacza się:

- Mimo, iż wśród badanej populacji dominują osoby z wykształceniem wyższym, to osoby starsze w Polsce charakteryzują się przeciętnie niższym poziomem edukacji, niż ma to miejsce w przypadku młodszego pokolenia.
- Należy pamiętać o feminizacji starości w przypadku Polski.

¹⁵⁵ GUS, *Prognoza ludności na lata 2014–2050*, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy, Warszawa 2014. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/prognoza-ludnosci/prognoza-ludnosci-na-lata-2014-2050-opracowana-2014-r-1,5.html>. Data dostępu 18.09.2015.

- Negatywne postrzeganie przyszłej sytuacji emerytów w Polsce przez obie grupy – emerytów i pracujących.
- Negatywne skojarzenia z emeryturą częściej mają pracujący niż będący już na emeryturze. Ze złym stanem zdrowia, biedą, samotnością i uzależnieniem od innych, częściej kojarzą emeryturę pracujący.
- Obie badane subpopulacje emeryturę kojarzą przede wszystkim z czasem wolnym.
- Badani w obu grupach wskazują na konieczność prowadzenia przygotowań do emerytury. Tak wśród pracujących, jak i emerytów zgadzających się z koniecznością podejmowania takich działań, pojawia się jednak odsetek badanych (znaczący w przypadku emerytów), którzy nie przygotowywali się do emerytury lub, w przypadku pracujących, nie zamierzają się przygotowywać. Należałoby pogłębić badań w tym zakresie, gdyż przyczyny takich zachowań mogą być odmienne w przypadku obu grup.
- Tak emeryci, jak i pracujący wskazują konieczność zmiany wizerunku emerytury na bardziej pozytywny. Budowanie pozytywnego obrazu tej fazy życia zdaniem obu badanych grup powinno odbywać się przede wszystkim w oparciu o wyeksponowanie kompetencji i doświadczenia emerytów, dając im zatrudnienie.
- Wyraźnie zaznacza się różnica pomiędzy badanymi subpopulacjami w wyborze sposobów przygotowywania się do emerytury. Emeryci są w tym zakresie znacznie bardziej zachowawczy i bierni. Pracujący chętnie pogłębialiby wiedzę z tego zakresu na kursach i warsztatach, nie ograniczając się jedynie do zmiany zakresu obowiązków, czy pracy w niepełnym wymiarze godzin. W przypadku podgrupy emerytów możliwą przyczyną braku aktywności w tej sferze były:
 - brak oferty ze strony pracodawcy,
 - brak szczegółowej wiedzy na temat tego, czym jest przygotowanie do emerytury,
 - bierna postawa w tworzeniu własnych rozwiązań emerytalnych.
- Obie subpopulacje badanych uważają, że każdy jest sam odpowiedzialny za przygotowanie do emerytury. Za podmiot odpowiedzialny w pierwszej kolejności za wspomaganie tego procesu, uznały pracodawcę.
- W przypadku wyznaczania ram czasowych dla rozpoczynania procesu przygotowania do emerytury, najczęściej wskazywanym przedziałem tak wśród emerytów, jak i pracujących był jeden rok przed emeryturą.
- Z przeprowadzonych badań wynika, że tak w przypadku emerytów, jak i pracujących, pracodawca nie wywiązał się z roli podmiotu wspomagającego proces przygotowywania się do przejścia na emeryturę. W przypadku 74% emerytów pracodawca nie zaoferował żadnej pomocy w stopniowym przygotowaniu się do przejścia na emeryturę. W przypadku niemal całej

- subpopulacji emerytów byli pracodawcy nie zaproponowali im żadnej pomocy w przygotowaniu planu emerytalnego oraz przygotowaniu finansowym do emerytury. Podobnie negatywna sytuacja ma miejsce w przypadku podgrupy pracujących. W przypadku ponad dwóch trzecich badanych ich obecni pracodawcy nie zaproponowali im usług wspierających przygotowanie planu emerytalnego oraz finansowym przygotowaniu do emerytury.
- W obu podgrupach można wskazać cztery zasadnicze obszary tematyczne powiązane z przygotowaniem do emerytury: zdrowie, rodzina i relacje rodzinne, zarządzanie czasem, kultura i wypoczynek.
 - W przypadku sposobów przygotowywania się do emerytury wyraźne różnice zaznaczają się w obszarze transferu wiedzy przekazywanej między grupami pokoleniowymi. W przypadku uczenia się od innych aktywnych emerytów zaznacza się największa różnica między badanymi podgrupami.
 - Z badań wynika brak znajomości oferty wspomagającej przygotowanie do emerytury, oferowanej przez instytucje związane z sektorem zabezpieczenia społecznego. W badaniu pytano o znajomość oferty lokalnych ośrodków pomocy społecznej. W obu subpopulacjach znikomy procent (3% emerytów i 9% pracujących) wiedział coś na temat działalności lokalnych ośrodków pomocy społecznej w zakresie prowadzenia przygotowań do emerytury.
 - Niemal pełna populacja badanych ma dostęp do internetu i korzysta z komputera oraz z innych urządzeń technicznych. Jednak uczenie się przez internet zarówno wśród pracujących, jak i emerytów nie jest zbyt popularne.
 - Ponad połowa badanych w obu subpopulacjach uważa, że przygotowanie do emerytury jest konieczne. Postrzeganie starości jako okresu, w którym mamy do czynienia ze złym stanem zdrowia, biedą, samotnością i uzależnieniem od innych częściej dotyczy osób aktywnych zawodowo niż emerytów.
 - Obie subpopulacje postrzegają czas emerytury jako czas wolny.
 - W kontekście analizy sposobów bycia aktywnym na emeryturze można mówić o dwóch istotnych zagadnieniach. Otóż obie podgrupy kojarzą aktywność z ćwiczeniami fizycznymi i podróżami. Tym, co w pewien sposób różni obie grupy jest fakt, że emeryci częściej wskazują na uczenie się (edukacja pozaformalna i formalna) jako na formę aktywnego starzenia się.
 - W obu badanych podgrupach wyraźnie zaznacza się negatywne postrzeganie przyszłej sytuacji emerytów w Polsce.

Bibliografia

- Adamczyk M., *Grupa pokoleniowa jako czynnik różnicujący typ wytwarzanego kapitału społecznego w Polsce*, „Zeszyty Naukowe KUL” 57, 2014, nr 1 (225), s. 55–80.
- Adamczyk M., *Indywidualna a społeczna wizja starości*, artykuł w druku.
- Adamczyk M., *Proces starzenia się populacji szansą na wzmocnienie działalności wolontarystycznej i prywatnych przepływów międzypokoleniowych w społeczeństwie polskim*, „Studia Sociologica” VI, 2014, vol. 2, s. 34–52.
- Adamczyk M., *Jakość życia osób starszych – subiektywne i obiektywne wyznaczniki poczucia dobrostanu psychicznego i fizycznego*, w: R. Derbis, E. Baka (red.), *Oblicza jakości życia*, Wyd. Akademia im. Jana Długosza w Częstochowie, Częstochowa 2014, s. 115–128.
- Adamczyk M., *Wprowadzenie do teorii kapitału społecznego*, Wydawnictwo KUL, Lublin 2013.
- Adamiak P., *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków. Wolontariat, Filantropia, 1% i wizerunek organizacji pozarządowych. Raport z badania 2013*, Stowarzyszenie KLON/JAWOR, Warszawa 2014.
- Andrzejczak A., *Projektowanie i realizacja szkoleń*, Polskie Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 2010.
- Badura-Madej W., *Podstawowe pojęcia teorii kryzysu i interwencji kryzysowej*, w: W. Badura-Madej (red.), *Wybrane zagadnienia interwencji kryzysowej*, Interart, Katowice 1997, s. 15–32.
- Bratnicki M., Dyduch W., *Measuring Corporate Entrepreneurship and Relating it to Performance: What Really Matters for Fast Growth and Superior Effects? (Summary)*, „Frontiers of Entrepreneurship Research” 2007, vol. 27, z. 21.
- Braun-Gałkowska M., *Nie wszystkie kwiaty zakwitają razem. Kilka myśli o starości*, Towarzystwo Wolnej Wszechnicy Polskiej Oddział w Lublinie, Lublin 2015.
- Dziuban A., *Społeczny obraz starości i postrzeganie własnego ciała w procesie starzenia się. Przegląd piśmiennictwa*, „Gerontologia Polska” t. 18, nr 3, s. 140–147.
- Gliński P., *Demokracja bez partycypacji. O konieczności zaangażowania obywatelskiego uczniów*, w: Dudzikowska, M. Czerepiak-Walczak (red.), *Wychowanie. Pojęcia. Procesy. Konteksty. Interdyscyplinarne ujęcie*, t. 4, Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk 2008, s. 173–203.
- Growiec K., *Jak wspierać rodzicielstwo. Nowoczesna polityka prenatalna a rozwój kapitału intelektualnego Polski, Analizy i Opinie*, Instytut Spraw Publicznych 2008, grudzień, nr 88, s. 1–6.
- Inglehart R., Norris P., *Sacrum i profanum: religia i polityka na świecie*, Kraków 2006.
- Inglehart R., *Kultura a demokracja*, w: L. E. Harrison, S. P. Huntington (red.), *Kultura ma znaczenie. Jak wartości wpływają na rozwój społeczeństw?*, Poznań 2003, s. 146–168.

- Inglehart R., *Kultureller Umbruch. Wertwandel in der westlichen Welt*, Frankfurt am Main–New York 1989.
- Inglehart R., *Modernisierung und Postmodernisierung. Kultureller, wirtschaftlicher und politischer Wandel in 43 Gesellschaften*, Frankfurt am Main–New York 1998.
- Inglehart R., *The Silent Revolution: Changing Values and Political Styles Among Western Publics*, Princeton 1977.
- Kijak R., *Spoleczne doświadczanie starości – postawy wobec ludzi starszych i ich jakość życia* w: R. J. Kijak, Z. Szarota, *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2013, s. 86–106.
- Klages H., *Traditionsbruch als Herausforderung: Perspektiven der Wertewandelgesellschaft*, Frankfurt am Main–New York 1993.
- Klages H., *Wertorientierungen im Wandel. Rückblick, Gegenwartsanalyse, Prognosen*, Frankfurt am Main–New York 1985.
- Klages H., *Wertedynamik. Über die Wandelbarkeit des Selbstverständlichen*, Zürich–Osnabrück 1988.
- Kozłowski S., *Zdolności przystosowawcze a wiek człowieka*, w: *Encyklopedia Seniora*, Wyd. Wiedza Powszechna, Warszawa 1986, s. 265–268.
- Kowalak T., *Marginalizacja społeczna i marginalizacja społeczna*, Dom Wydawniczy Elipsa, Warszawa 1998.
- Kowalewski J. T., Szukalski P., *Wprowadzenie*, w: *Pomysłne starzenie się w perspektywie nauk o pracy i polityce społecznej*, Zakład Demografii i Gerontologii Społecznej UŁ, Łódź 2008, s. 7–9.
- Łój G., *Rehabilitacja a jakość życia osób w starszym wieku*, „Gerontologia Polska”, tom 15, nr 4, s. 153–157.
- Mannheim K., *Ideologia i utopia*, Wyd. Test, Lublin 1992.
- Marks-Bielska R., *Marginalizacja społeczno-ekonomiczna w świetle polskiej literatury przedmiotu – lata 90*, „Polityka Społeczna” nr 3, marzec 2003, s. 12–15.
- Nawrocka J. (red.), *Spoleczne doświadczenie starości. Stereotypy, postawy, wybory*, Wyd. Impuls, Kraków 2013.
- Nowak S., *Systemy wartości społeczeństwa polskiego*, „Studia Socjologiczne” 1979, nr 4, s. 155–172.
- Olech A., Kazimierzczak T., *Mapa zaspakajania potrzeb społecznych*, „Praca Socjalna” 2006, nr 2, s. 3–31.
- Omyła-Rudzka M., *Polacy wobec własnej starości*, CBOS BS/94/2012, Warszawa 2012.
- Perek-Biały J., Mysińska E., *Indeks aktywnego starzenia się w ujęciu regionalnym, Ekspertyza dla Departamentu Polityki Senioralnej Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej*, Warszawa 2013.
- Putnam R., *Samotna gra w kręgle. Upadek i odrodzenie wspólnot lokalnych w Stanach Zjednoczonych*, Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne, Warszawa 2008.
- Rynek pracy a osoby bezrobotne 50+. Bariery i szanse. Raport*, Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa 2007; B. Tokarz (red.), *Stop dyskryminacji ze względu na wiek. Głos ekspertów, doświadczenia osób starszych*, Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa 2005.
- Rysz-Kowalczyk B., *Leksykon polityki społecznej*, Oficyna Wydawnicza Aspra-Jr, Warszawa 2002.
- Stouden S., *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014.
- Synak B., *Młodzi emeryci*, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa 1987.
- Szarota Z., *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Wydawnictwo Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej, Kraków 2005.
- Szczepańska J., *Czy Polacy myślą o swoich przyszłych emeryturach*, CBOS BS/166/2007, Warszawa 2007.

- Sztompka P., *Kulturowe imponderabilia szybkich zmian społecznych: zaufanie, lojalność, solidarność*, w: P. Sztompka (red.), *Imponderabilia wielkiej zmiany. Mentalność, wartości i więzi społeczne czasów transformacji*, Warszawa-Kraków 1999, s. 265–282.
- Szukalski P., *Aktywność zawodowa*, w: Błędowski P., Mossakowska M., Więcek A. (red.), *Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce (PolSenior)*, Poznań 2012, Termedia Wydawnictwa Medyczne, s. 407–417.
- Szukalski P., *Plany zawodowe i przewidywania odnośnie do wieku przechodzenia na emeryturę*, w: P. Szukalski (red.), *Przygotowanie do starości. Polacy wobec starzenia się*, Instytut Spraw Publicznych, Warszawa 2009, s. 176–206.
- Szukalski P., *Zagrożenie czy wyzwanie – proces starzenia się ludności*, „Polityka Społeczna” 2006, nr 9, s. 6–10.
- Timoszyk-Tomczak C., Bugajska B., *Przyszłościowa perspektywa czasowa w starości*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Szczecińskiego, Szczecin 2012.
- Trafiałek E., Kozieł D., Kaczmarczyk M., *Starość jednostkowa i demograficzna w zadaniach gerontologii i polityki społecznej*, „Studia Medyczne” 2009, nr 5, s. 61–67.
- Wawrzyniak J., *Oblicza starości. Biografia jako źródło czynników adaptacyjnych*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź 2009.
- Wawrzyniak J. K., *Starość i starzenie się*, w: A. Chabior, A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, *Starzenie się i starość w perspektywie pracy socjalnej*, Centrum Zasobów Ludzkich, Warszawa 2014, s. 19–29.
- Wawrzyniak J. K., *Adaptacja do starości*, w: A. Chabior, A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, *Starzenie się i starość w perspektywie socjalnej*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa 2014, s. 32–36.
- Zarycki T., *Kapitał społeczny a trzy polskie drogi do nowoczesności*, „Kultura i Społeczeństwo” 2004, nr 2, s. 45–65.
- Zielińska-Więczkowska H., Kędziora-Kornatowska K., Kornatowski T., *Starość jako wyzwanie*, „Gerontologia Polska” t. 16, nr 3, s. 131–136.

Źródła i netografia

- AAI Indeks Aktywnego Starzenia się. <http://www1.unece.org/stat/platform/display/AAI/Active+Ageing+Index+Home>.
- Art. 117 ustawy z 17 grudnia 1998 r. o emeryturach i rentach z Funduszu Ubezpieczeń Społecznych (Dz.U. nr 39, poz. 353 z późn. zm.). <http://idn.org.pl/sonnszz/emeryturyfus.htm>.
- Art. 2 pkt 3a ustawy z dnia 7 września 1991 r. o systemie oświaty (Dz.U. z 2004 r., nr 256, poz. 2572 z późn. zm.) oraz § 1 pkt 2 rozporządzenia Ministra Edukacji i Nauki w sprawie uzyskania i uzupełniania przez osoby dorosłe wiedzy ogólnej, umiejętności i kwalifikacji zawodowych w formach pozaszkolnych (Dz.U. z 2006 r., nr 31, poz. 216). <http://www.prawo.vulcan.edu.pl/przegdok.asp?qdatprz=akt&qplikid=1>.
- Błądowski P., Czapiński J., *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście recepcji Polaków. Raport tematyczny*, Warszawa 2014. http://analizy.mpips.gov.pl/images/stories/publ_i_raporty/DS2013/Raport_Aktywnosc_spoleczna_osob_starszych.pdf.
- CBOS, *Aktywność społeczna Polaków*, nr 60/2014, Warszawa 2014, s. 3. http://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2014/K_060_14.PDF. Data dostępu 7.11.2014.
- CEDEFOP 2008, http://www.cedefop.europa.eu/EN/Files/4064_en.pdf.
- Czapiński J., Panek T., *Diagnoza Społeczna 2013. Warunki i jakość życia Polaków*, Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa 2013. <http://www.diagnoza.com/>.
- Czapiński J., Panek T., *Diagnoza społeczna 2011. Warunki i jakość życia Polaków*. http://www.diagnoza.com/pliki/raporty/Diagnoza_raport_2011.pdf. Data dostępu 27.09.2015.
- Czapiński J., Panek T., *Diagnoza społeczna 2009. Warunki i jakość życia Polaków*. http://www.diagnoza.com/pliki/raporty/Diagnoza_raport_2009.pdf.
- e-Poradnik *Pracownik na zwolnieniu lekarskim* dostępny na www.inforfk.pl.
- Eurostat. <http://epp.eurostat.ec.europa.eu/tgm/table.do?tab=table&init=1&language=en&pcod=e&tps00001&plugin=1>.
- Eurostat, *Średnia długość życia w wieku 65 lat z uwzględnieniem płci*. http://epp.eurostat.ec.europa.eu/portal/page/portal/population/data/main_tables.
- Eurydice, *Dorośli w systemie edukacji formalnej: polityka i praktyka w Europie*, Fundacja Rozwoju Edukacji, Warszawa 2011. http://eacea.ec.europa.eu/Education/eurydice/documents/thematic_reports/128PL.pdf.
- GUS Komunikat dotyczący liczby mieszkańców: <http://stat.gov.pl/dla-mediow/komunikaty-prasowe/komunikaty-i-oswiadczenia/wyjasnienie-dotyczace-liczby-mieszkancow-polski,10,1.html>.

- GUS, *Sytuacja demograficzna osób starszych i konsekwencje starzenia się ludności Polski w świetle prognozy na lata 2014–2015*, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy oraz Departament Badań Społecznych i Warunków Życia, Warszawa 2015. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-osob-starszych-i-konsekwencje-starzenia-sie-ludnosci-polski-w-swietle-prognozy-na-lata-2014-2015,18,1.html>.
- GUS, *Prognoza ludności na lata 2014–2050*, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy, Warszawa 2014. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/prognoza-ludnosci/prognoza-ludnosci-na-lata-2014-2050-opracowana-2014-r-,1,5.html>.
- GUS, *Rocznik Demograficzny. Stan i struktura ludności*, Warszawa 2014. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/roczniki-statystyczne/roczniki-statystyczne/rocznik-demograficzny-2014,3,8.html>.
- GUS, *Stan i struktura ludności oraz ruch naturalny w przekroju terytorialnym w 2014 r. Stan w dniu 31 XII*, Departament Badań Demograficznych i Rynku Pracy i Departament Badań Społecznych i Warunków Życia, Warszawa 2015. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/ludnosc-stand-i-struktura-ludnosci-oraz-ruch-naturalny-w-przekroju-terytorialnym-stand-w-dniu-31-xii-2014-r-,6,17.html>.
- GUS, Departament Pracy i Warunków Życia, *Kształcenie dorosłych 2011*, Warszawa 2013. http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/WZ_ksztalcenie_doroslych.pdf.
- GUS, Departament Badań Społecznych i Warunków Życia, *Emerytury i renty w 2012*, Warszawa 2013. http://old.stat.gov.pl/gus/definicje_PLK_HTML.htm?id=POJ-3089.htm.
- GUS, *Metodologia badań budżetów gospodarstw domowych*, Warszawa. http://old.stat.gov.pl/gus/definicje_PLK_HTML.htm?id=POJ-106.htm.
- GUS, Portal informacyjny: http://old.stat.gov.pl/gus/definicje_PLK_HTML.htm?id=POJ-3089.htm.
- GUS, *Wolontariat w organizacjach i inne formy pracy niezarobkowej poza gospodarstwem domowym 2011*, Warszawa 2012. http://stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/GS_wolontariat_i_inne_formy_pracy_niezarobk_2011.pdf.
- GUS, *Roczne wskaźniki makroekonomiczne*, Rynek Pracy GUS. <http://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/rynek-pracy/>.
- http://kadry.infor.pl/kadry/ubezpieczenia/emerytury_i_renty/672270,Emerytury-i-renty-obowiazki-pracodawcy.html.
- A Memorandum on LifeLong Learning*, Commission Staff Working Paper, Commission of the European Communities, Brussels 30.10.2001. http://tvu.acs.si/dokumenti/LLLmemorandum_Oct2000.pdf.
- Między alienacją a adaptacją: Polacy w wieku 50+ wobec Internetu*. Raport Otwarcia Koalicji „Dojrzałość w sieci”, przygotowany pod kierunkiem dr. Dominika Batorskiego z inicjatywy i dzięki wsparciu UPC Polska. Warszawa 2010. http://dojrzaloscwsi.pl/tl_files/pliki/Raport_Otwarcia.pdf.
- Narodowa Strategia Integracji Społecznej dla Polski*, Zespół Zadaniowy do Spraw Reintegracji Społecznej, Ministerstwa Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2003. <http://www.mpips.gov.pl/userfiles/File/mps/NSIS.pdf>.
- Ogólnopolska Federacja Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wieku. <http://www.utw.pl/index.php?id=11>.
- Rozporządzeniu Ministra Edukacji i Nauki w sprawie uzyskania i uzupełniania przez osoby dorosłe wiedzy ogólnej, umiejętności i kwalifikacji zawodowych w formach pozaszkolnych, Dz.U. z 2006 r. nr 31, poz. 216. <http://isap.sejm.gov.pl/DetailsServlet?id=W DU20060310216>.

- Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2012–2013. http://www.mpips.gov.pl/gfx/mpips/userfiles/_public/1_NOWA%20STRONA/Seniorzy/Program%20ASOS%202014-2020.pdf.
- Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu, *Wolontariat seniorów w województwie mazowieckim*, Warszawa 2012. http://bibliotekawolontariatu.pl/wp-content/uploads/diag_wol_seniorzy_mazowsze_skrot.pdf.
- Strategia Rozwoju Kapitału Ludzkiego 2020*, Warszawa 2013. <http://www.mpips.gov.pl/praca/strategie-i-dokumenty-programowe/strategia-rozwoju-kapitalu-ludzkiego-srkl--projekt-z-31072012-r/>.
- Szarfenberg R., *Problemy definicyjne zjawiska wykluczenia*, Raport Grupy nr 2 Zespołu Zadaniowego ds. Reintegracji Społecznej, Ministerstwo Gospodarki, Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa 2003. <http://rszarf.ips.uw.edu.pl/pdf/SWdodatek.pdf>.
- Szukalski P., *Aktywne starzenie się od utopii do działania*. <http://repozytorium.uni.lodz.pl:8080/xmlui/bitstream/handle/11089/5385/Od%20problemu%20i%20wsparcia.pdf?sequence=1&isAllowed=y>pdf.
- World Population Ageing, 2009*, New York 2010, United Nations. http://www.un.org/esa/population/publications/wpp2009/Publication_complete.pdf.
- Założenia Długofalowej Polityki Senioralnej w Polsce na lat 2014–2020*, Uchwała nr 238 Rady Ministrów z dnia 24 grudnia 2014 r., Warszawa 2014. <http://senior.gov.pl/source/ZDPS%2014-02-04%20%20Monitor%20Polski.pdf>.
- Zespół Obserwatorium Integracji Społecznej w Regionalnym Ośrodku Polityki Społecznej w Lublinie, Raport *Instytucje wobec potrzeb osób starszych*, www.obserwatorium.rops.lubelskie.pl.
- ZUS, Portal statystyczny, Emerytury. <http://www.psz.zus.pl/Default.aspx>. Data dostępu 26.11.2014.
- Zakład Ubezpieczeń Społecznych, Baza wiedzy. <http://zus.pl/default.asp?p=4&id=190>. Data dostępu 4.11.2014.
- Zakład Ubezpieczeń Społecznych, *Ważniejsze informacje z zakresu ubezpieczeń społecznych 2013*, Warszawa 2014. <http://zus.pl/files/Ważniejsze%20informacje%20z%20zakresu%20ubezpieczeń%20społecznych%202014%20r.pdf>.

Spis tabel, wykresów i schematów

Tab. 1. Dochody netto gospodarstw domowych według grupy społeczno-ekonomicznej i typu aktywności ekonomicznej (luty/marzec 2013 r.). Źródło: J. Czapiński, T. Panek, <i>Diagnoza Społeczna 2013. Warunki i jakość życia Polaków</i> , Rada Monitoringu Społecznego, Warszawa 2013	13
Tab. 2. Udział poszczególnych grup wiekowych w ogólnej populacji Polaków w przedziale czasowym 1990–2013. Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych GUS, <i>Rocznik Demograficzny 2014</i>	17
Tab. 3. Przeciętne trwanie życia w latach. Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych GUS, <i>Statystyka Międzynarodowa</i> , http://stat.gov.pl/statystyka-miedzynarodowa/porownania-miedzynarodowe/tablice-o-krajach-wedlug-tematow/terytorium-i-ludnosc/	18
Tab. 4. Poświęcanie wolnego czasu na dobrowolną i nieodpłatną pomoc lub pracę na rzecz innych w ciągu ostatnich 12 miesięcy. Źródło: Opracowanie na podstawie CBOS, <i>Aktywność społeczna Polaków 2014</i>	25
Tab. 5. Osoby w wieku 18–69 lat według uczestnictwa w kształceniu formalnym, pozaformalnym i nieformalnym, 2011 rok. Źródło: opracowanie własne na podstawie GUS <i>Kształcenie dorosłych 2011</i>	29
Tab. 6. Udział w kształceniu w wieku 50–69 lat według płci, 2011 rok. Źródło: Opracowanie własne na podstawie GUS, <i>Kształcenie dorosłych 2011</i>	29
Tab. 7. Osoby w wieku 50–69 lat uczestniczące w kształceniu formalnym, pozaformalnym i nieformalnym według płci i wykształcenia, 2011 rok. Źródło: GUS, <i>Kształcenie dorosłych 2011</i>	32
Tab. 8. Miesięczny dochód netto na 1 osobę w gospodarstwach domowych w latach 2000–2012. Źródło: Opracowanie na podstawie GUS, <i>Tablice przeglądowe za lata 2000–2012 – Przeciętne miesięczne dochody na 1 osobę w gospodarstwach domowych</i> ..	38
Tab. 9. Miesięczna liczba osób pobierających świadczenia emerytalno-rentowe. Źródło: Opracowanie na podstawie danych Zakładu Ubezpieczeń Społecznych, <i>Ważniejsze informacje z zakresu ubezpieczeń społecznych 2013</i> , Warszawa 2014	39
Tab. 10. Liczba osób pobierających emerytury wypłacane przez ZUS według płci i wieku – stan w grudniu 2013 r. Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych ZUS, <i>Portal statystyczny ZUS, Emerytury</i> , http://www.psz.zus.pl/Default.aspx	39
Tab. 11. Próba badawcza według podgrup wiekowych. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	48

Tab. 12. Próba wg wykonywanych zawodów. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	53
Tab. 13. Przyczyny myślenia o emeryturze. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	61
Tab. 14. Opinia na temat budowania pozytywnego wizerunku emerytury w subpopulacji emerytów. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL ...	62
Tab. 15. Ocena jakości życia po przejściu na emeryturę w pięciu obszarach. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	64
Tab. 16. Skojarzenia związane z emeryturą – grupa pracujących. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	65
Tab. 17. Przyczyny przygotowywania się/planowania emerytury – grupa pracujących. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	66
Tab. 18. Podjęcie przygotowania do przejścia na emeryturę wg grup wiekowych – grupa emerytów. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL ...	72
Tab. 19. Działania oferowane przez pracodawców w celu wsparcia przygotowania do emerytury – grupa emeryci. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	78
Tab. 20. Podjęcie przygotowania do przejścia na emeryturę wg grup wiekowych – grupa pracujących. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL ..	80
Tab. 21. Sposoby przygotowywania się do emerytury – grupa pracujący. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	81
Tab. 22. Usługi proponowane przez pracodawcę w celu stopniowego wejścia pracownika w okres emerytalny. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	83
Tab. 23. Oferowane przez pracodawcę usługi wspierające tworzenie planu emerytalnego i finansowego przygotowania do emerytury. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	83
Tab. 24. Poświęcanie wolnego czasu na dobrowolną i nieodpłatną pomoc lub pracę na rzecz innych w ciągu ostatnich 12 miesięcy. Źródło: Opracowanie własne na podstawie CBOS <i>Aktywność społeczna Polaków</i> , 2014	92
Tab. 25. Formy nauczania preferowane na szkoleniach. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	96
Tab. 26. Korzystanie z nowych technologii – grupa emerytów. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	96
Tab. 27. Opinia na temat konieczności podjęcia przygotowań do emerytury – pracujący. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	97
Tab. 28. Sposoby przygotowywania się do emerytury – grupa pracujący. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	98
Tab. 29. Usługi wspomagające przygotowanie planu emerytalnego – pracujący. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	107
Tab. 30. Działania wspomagające stopniowe przejście na emeryturę oferowane przez pracodawców – pracujący. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	108
Tab. 31. Wiedza na temat oferty edukacyjnej mającej na celu przygotowanie do emerytury w miejscu zamieszkania – emeryci. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	110
Tab. 32. Wizyty lekarskie po przejściu na emeryturę. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	111

Tab. 33. Zazywanie leków i potrzeba wsparcia psychologicznego. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	111
Tab. 34. Wiedza na temat oferty edukacyjnej mającej na celu przygotowanie do emerytury w miejscu zamieszkania – pracujący. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	112
Tab. 35. Chęć uczestnictwa w zajęciach edukacyjnych przygotowujących do emerytury – pracujący. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	112
Wykres 1. Bilans przyrostu rzeczywistego w Polsce w latach 1946–2013. Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych GUS, <i>Rocznik Demograficzny 2014</i>	16
Wykres 2. Katalog zalet wolontariuszy seniorów. Źródło: Opracowanie na podstawie badania „Wolontariat seniorów w województwie mazowieckim” zleconego przez Stowarzyszenie Centrum Wolontariatu w 2012 roku	27
Wykres 3. Kształcenie w systemie pozaformalnym według grup wiekowych w 2011 roku. Źródło: opracowanie własne na podstawie danych GUS, <i>Kształcenie dorosłych 2011</i>	30
Wykres 4. Wskaźniki zatrudnienia osób starszych według płci w latach 2000–2013. Źródło: Opracowanie własne na podstawie rocznych wskaźników makroekonomicznych GUS, <i>Rynek Pracy</i> , stan na 30.10.2014	35
Wykres 5. Wskaźniki zatrudnienia ogółem według płci w latach 2000–2013. Źródło: Opracowanie własne na podstawie rocznych wskaźników makroekonomicznych GUS, <i>Rynek Pracy</i> , stan na 30.10.2014	36
Wykres 6. Średni wiek dezaktywacji zawodowej w latach 2000–2013. Źródło: Opracowanie własne na podstawie rocznych wskaźników makroekonomicznych GUS, <i>Rynek Pracy</i> , stan na dzień 30.10.2014	37
Wykres 7. Proces wyrównywania wieku emerytalnego mężczyzn i kobiet do 67 roku życia. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wskaźników makroekonomicznych GUS	37
Wykres 8. Próba badawcza wg płci. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	49
Wykres 9. Próba badawcza wg stanu aktywności na rynku pracy. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	50
Wykres 10. Próba badawcza wg wykształcenia. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	52
Wykres 11. Próba badawcza wg wielkości miejscowości zamieszkania. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	54
Wykres 12. Ocena przyszłej sytuacji emerytów. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	57
Wykres 12. Konieczność przygotowania się do emerytury. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	58
Wykres 14. Skojarzenia związane ze starością. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	60
Wykres 15. Sposoby budowania pozytywnego wizerunku emerytury. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	67
Wykres 16. Konieczność planowania/przygotowania się do emerytury. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	69
Wykres 17. Ile czasu zajęło ci przystosowanie się do nowej sytuacji po zakończeniu pracy? Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	73

Wykres 18. Czas potrzebnego na przygotowywanie się do przejścia na emeryturę. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	74
Wykres 19. Sposoby przygotowywania się do emerytury – emeryci i pracujący. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	76
Wykres 20. Preferowane sposoby przygotowywania się do emerytury – porównanie obu subpopulacji. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL ..	82
Wykres 21. Podmioty odpowiedzialne i współodpowiedzialne za przygotowanie do emerytury. Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	85
Wykres 22. Jakie obszary tematyczne uważasz za najważniejsze w swoim własnym przygotowaniu do emerytury? Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	86
Wykres 23. Jakie działania podejmujesz, by być aktywnym? Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL	89
Wykres 24. Osoby pracujące społecznie według grup wiekowych. Źródło: Opracowanie własne na podstawie danych GUS, 2012	92
Wykres 25. Jaką formę nauczania preferowałbyś na szkoleniach przygotowujących do emerytury? Źródło: Opracowanie własne na podstawie wyników badań BALL ..	101
 Schemat 1. Formy podnoszenia kwalifikacji. Źródło: E. Kryńska (red.), <i>Kształcenie ustawiczne pracowników</i> , MPiPS Departament Rynku Pracy, Warszawa 2008	33
Schemat 2. Przykłady pierwotnych strategii kontroli zachowań w powiązaniu z przyjętą postawą wobec starości. Źródło: Opracowanie własne na podstawie: S. Steuden, <i>Psychologia starzenia się i starości</i> , Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa 2014	79

Aneks.

Treść przeprowadzonych ankiet

Ankieta została opracowana przez zespół programu BALL w dwóch wersjach: dla emerytów oraz dla osób pracujących w wieku 50+, w identycznej formie dla wszystkich krajów uczestniczących w projekcie. Przeprowadzono ją równolegle w Islandii, Hiszpanii i Polsce w okresie od lutego do maja 2015 r.

Ankieta dla osób na emeryturze

Podstawowe dane socjodemograficzne – profil ankietowanego

1. Płeć [kobieta | mężczyzna].
2. Wiek [poniżej 50 | 50–54 | 55–59 | 60–64 | 65–69 | 70–74 | 75–79 | powyżej 80].
3. Kraj [Islandia | Polska | Hiszpania].
4. Miejsce zamieszkania (wg liczby mieszkańców) [1–1 000 | 1 001–10 000 | 10 001–100 000 | powyżej 100 000].
5. Wykształcenie [nieukończzone podstawowe | podstawowe | średnie | wyższe | podyplomowe, doktorat].
6. Obecna sytuacja [w okresie przedemerytalnym | na emeryturze].
7. W jakim wieku przeszedłeś na emeryturę? [].
8. Emerytura [dobrowolna | przymusowa | objęta planem dostosowania].
9. Sytuacja mieszkaniowa [sam/sama | z dzieckiem/dziećmi | ze współmałżonkiem/partnerem | w ośrodku wsparcia, mieszkaniu chronionym | w domu opieki].
10. Jaką pracę wykonywałeś/wykonujesz przez większość swojego życia zawodowego? [przedstawiciel władz publicznych, wyższy urzędnik, kierownik | specjalista z dziedziny sztuki, nauki, technologii, informatyki, nauk humanistycznych, edukacji | technik lub inny średni personel, wyspecjalizowane usługi | pracownik biurowy, urzędnik | pracownik usług, sprzedawca | rolnik, ogrodnik, leśnik, rybak | robotnik przemysłowy, rzemieślnik | operator lub monter maszyn i urządzeń, kierowca pojazdów | pracownik wykonujący prace proste, nie wymagające

kwalifikacji | osoba zajmująca się domem, pracami w gospodarstwie domowym | pozostałe].

11. Czy kiedykolwiek pracowałeś na odpowiedzialnym kierowniczym stanowisku? [tak | nie].

Postrzeganie emerytury i stosunek do niej

12. Jak sądzisz, jaka będzie sytuacja przyszłych pokoleń emerytów w stosunkach obecnej? [lepiej | gorzej | taka sama].
13. Które z następujących pojęć kojarzy Ci się z emeryturą? [autonomia | czas wolny | pomaganie rodzinie | możliwości | spełnianie marzeń | uczenie się | aktywność | zły stan zdrowia | nuda | uzależnienie od innych | samotność | bieda | żadne z wymienionych | nie wiem].
14. Co sprawiło, że zacząłeś myśleć o przygotowywaniu się/planowaniu emerytury? [byłem znudzony pracą | chciałem robić coś innego | chciałem robić coś nowego | chciałem pracować w zmniejszonym wymiarze godzin | moja sytuacja życiowa (dzieci wyszły z domu, dużo wolnego czasu itp.) | moje umiejętności/talent/wykształcenie nie były dostatecznie wykorzystywane przez pracodawcę | chciałem mieć czas na pielęgnowanie moich hobby | żadne z wymienionych].
15. Czy uważasz, że stosunek ludzi do emerytury powinien zostać zmieniony na bardziej pozytywny? [tak, poprzez wyeksponowanie kompetencji i doświadczenia emerytów dając im zatrudnienie | tak, poprzez kampanie marketingowe | tak, poprzez prawodawstwo państwowe | tak, w inny sposób | nie].
16. Czy uważasz, że planowanie/przygotowanie się do emerytury jest konieczne? [tak | nie].
17. Czy będąc na emeryturze wspierasz finansowo swoją rodzinę (za wyjątkiem małżonka/partnera)? [tak | nie].
18. Czy potrzebujesz wsparcia finansowego rodziny będąc na emeryturze? [tak | nie].
19. Ile czasu zajęło Ci przystosowanie się do nowej sytuacji po zakończeniu pracy? [3 miesiące | 6 miesięcy | 1 rok | 3 lata | jeszcze się nie przystosowałem].
20. Jak oceniasz jakość życia po przejściu na emeryturę, w porównaniu do życia jakiego miałeś, będąc czynnym zawodowo? Podgrupy odpowiedzi: zdrowie fizyczne; zdrowie psychiczne; relacje rodzinne; relacje społeczne; zasoby finansowe [lepiej | tak samo | gorzej].

Stopień przygotowania do emerytury

21. Czy uważasz, że specjalne przygotowanie do emerytury jest ważne dla dobrego samopoczucia/szczęścia emeryta? [tak, bardzo ważne | tak, raczej ważne | nie | nie wiem].
22. Czy odczuwasz, że szybkie zmiany technologiczne miały wpływ na Twoje przygotowanie się do emerytury? [tak | nie | nie wiem].
23. W jakim wieku zacząłeś się przygotowywać do emerytury? [45–49 | 50–54 | 55–59 | 60–64 | 65–69 | powyżej 70 | nie przygotowywałem się].
24. Ludzie mogą się przygotowywać do emerytury na wiele sposobów. Zaznacz opcje, które dotyczą Ciebie. [zmieniłem zakres obowiązków i podjąłem łatwiejszą

pracę | uczestniczyłem w kursie samoświadomości/ doradztwie indywidualnym by stworzyć sobie własną politykę emerytalną | negocjowałem z pracodawcą, by pracować dłużej niż ustawowy wiek emerytalny | uczestniczyłem w kursie dotyczącym przygotowania do emerytury | pracowałem w niepełnym wymiarze godzin | żadne z wymienionych].

25. Czy Twój pracodawca zaproponował Ci którąś z możliwości wymienionych poniżej? Jeśli tak, proszę zaznaczyć właściwe. [zmieniłem zakres obowiązków i podjąłem łatwiejszą pracę | uczestniczyłem w kursie samoświadomości/doradztwie indywidualnym by stworzyć sobie własną politykę emerytalną | negocjowałem z pracodawcą, by pracować dłużej niż ustawowy wiek emerytalny | uczestniczyłem w kursie dotyczącym przygotowania do emerytury | pracowałem w niepełnym wymiarze godzin | żadne z wymienionych | nie, nie przedstawiono mi żadnej oferty].

Finanse – stopień przygotowania do emerytury

26. Czy Twój były pracodawca lub osoby zarządzające planem emerytalnym w Twoim miejscu pracy, zaproponowały Tobie którąś z niżej wymienionych usług, by pomóc Ci w przygotowaniu planu emerytalnego oraz przygotowaniu finansowym do emerytury? [roczne sprawozdanie na temat planu emerytalnego | blogi lub forum sponsorowane przez pracodawcę | kursy internetowe dotyczące planowania emerytury | spotkania indywidualne ze specjalistą by omówić plan emerytury | seminaria o tym, jak zaoszczędzić na emeryturę | wirtualne spotkania dotyczące świadczeń emerytalnych | materiały szkoleniowe | strona internetowa pracodawcy bądź instytucji zarządzającej planem emerytur | żadne z wymienionych | nie wiem | nie zaproponowano mi żadnej pomocy ani usług].
27. Które z następujących usług zostały zaproponowane przez Twojego pracodawcę, by pomóc pracownikom wejść w okres emerytalny w sposób stopniowy? [doradztwo finansowe | pomoc medyczna oferowana przez pracodawcę podczas trwania emerytury | zmiana pracy na bardziej odpowiednią dla seniorów/starszych pracowników (np. praca mniej stresująca, lżejsza fizycznie) | przekwalifikowanie zawodowe | plany emerytalne, które pozwalają pracować po przekroczeniu ustawowego wieku emerytalnego | możliwość przejścia z pracy na pełny etat do pracy w niepełnym wymiarze godzin | żadne z wymienionych | nie wiem | nie zaproponowano mi żadnej pomocy].

Uczenie się – stopień przygotowania do emerytury

28. Czy sądzisz, że przygotowanie się do emerytury jest konieczne? [tak | nie].
29. Jeśli odpowiedziałeś TAK, to czy Ty przygotowywałeś się do emerytury? [tak | nie].
30. Jak przygotowywałeś się do emerytury? [kursy przygotowujące do emerytury | w grupie | w pracy | indywidualne porady od emerytów, rodziny, przyjaciół | samodzielnie | konsultacje u specjalisty | czytanie literatury tematycznej | nie przygotowywałem się].
31. Jak sądzisz, kto powinien wspierać Cię w przygotowywaniu się do emerytury? [pracodawca | każdy powinien się sam przygotować | organizacje pozarządowe |

administracja publiczna (opieka społeczna, służba zdrowia...) | związek zawodowy | nie wiem | żadne z wymienionych].

32. Ile czasu przed przejściem na emeryturę to przygotowanie powinno być gotowe i dostępne? [3 miesiące | 6 miesięcy | 1 rok | 3 lata | więcej niż 3 lata].

Rozwój osobisty – stopień przygotowania do emerytury

33. Czy sądzisz, że przygotowanie do emerytury ułatwiło Ci integrację społeczną po przejściu na emeryturę? [tak | nie].
34. Jakie obszary tematyczne uważasz za najważniejsze w swoim własnym przygotowaniu do emerytury? [ekonomia | inteligencja emocjonalna | rodzina i relacje społeczne | zdrowie | technologie informatyczne i komunikacyjne | wypoczynek i kultura | prawa i obowiązki | zarządzanie czasem].
35. Kto powinien organizować przygotowanie do emerytury? [pracodawca | każdy samodzielnie | organizacje pozarządowe | prywatna inicjatywa | administracja publiczna (opieka społeczna, służba zdrowia...) | związek zawodowy | nie wiem | żadne z wymienionych].

Aktywna emerytura – stopień przygotowania do emerytury

36. Czy wiesz, jakie korzyści płyną z przygotowania się do aktywnego starzenia się? [tak | nie].
37. Jakie działania podejmujesz, by być aktywnym na emeryturze? [edukacja formalna | działanie w stowarzyszeniach | ćwiczenia fizyczne | podróże | wolontariat | warsztaty, kursy (np. komputerowe, językowe, zdrowotne itp.) | żadne z wymienionych].
38. Czy znane ci są miejsca, w pobliżu Twojego miejsca zamieszkania, które zajmują się organizacją zajęć edukacyjnych mających na celu przygotowanie się do emerytury? [tak | nie].
39. Czy byłeś u lekarza z powodu przejścia na emeryturę? [tak | nie].
40. Czy bierzesz obecnie jakieś leki, których nie brałeś przed przejściem na emeryturę? [tak | nie].
41. Czy potrzebowałeś/potrzebujesz pomocy psychologa po przejściu na emeryturę? [tak | nie | nie wiem].

Opieka społeczna – stopień przygotowania do emerytury

42. Jeśli po przejściu na emeryturę nastąpiło pogorszenie Twojej niezależności osobistej, czy otrzymałeś wsparcie od opieki społecznej w swojej miejscowości? [tak | nie].
43. Czy wiadomo Ci, czy opieka społeczna w Twojej miejscowości wspiera przygotowywanie się do emerytury? [tak | nie].

Preferowana forma działań edukacyjnych

44. Jaką formę nauczania preferowałbyś na szkoleniach? [kurs | doradztwo osobiste/coaching | nauczanie przez internet | uczenie się od aktywnych emerytów | uczenie się od emerytów].

45. Czy korzystasz z komputera lub innych urządzeń technicznych? [tak | nie].
46. Czy masz dostęp do internetu? [tak | nie].
47. Czy przygotowanie do emerytury w formie kursów internetowych byłoby dla Ciebie dogodne? [tak | nie | nie wiem].

Ankieta dla pracujących

Podstawowe dane socjodemograficzne – profil ankietowanego

1. Płeć [kobieta | mężczyzna].
2. Wiek [poniżej 50 | 50–54 | 55–59 | 60–64 | 65–69 | powyżej 70].
3. Kraj [Islandia | Polska | Hiszpania].
4. Miejsce zamieszkania (wg liczby mieszkańców) [1–1 000 | 1 001–10 000 | 10 001–100 000 | powyżej 100 000].
5. Wykształcenie [nieukończone podstawowe | podstawowe | średnie | wyższe | podyplomowe, doktorat].
6. Obecna sytuacja zawodowa [bezrobotny | zatrudniony | prowadzący działalność].
7. Sytuacja mieszkaniowa [sam/sama | z dzieckiem/dziećmi | z rodzicem/rodzicami | ze współmałżonkiem/partnerem].
8. Jaką pracę wykonywałeś/wykonujesz przez większość swojego życia zawodowego? [przedstawiciel władz publicznych, wyższy urzędnik, kierownik | specjalista z dziedziny sztuki, nauki, technologii, informatyki, nauk humanistycznych, edukacji | technik lub inny średni personel, wyspecjalizowane usługi | pracownik biurowy, urzędnik | pracownik usług, sprzedawca | rolnik, ogrodnik, leśnik, rybak | robotnik przemysłowy, rzemieślnik | operator lub monter maszyn i urządzeń, kierowca pojazdów | pracownik wykonujący prace proste, nie wymagające kwalifikacji | osoba zajmująca się domem, pracami w gospodarstwie domowym | inne].
9. Czy kiedykolwiek pracowałeś na odpowiedzialnym stanowisku kierowniczym? [tak | nie].

Postrzeganie emerytury i stosunek do niej

10. Jak sądzisz, jaka będzie sytuacja przyszłych pokoleń emerytów w stosunkach obecnej? [lepsza | gorsza | taka sama].
11. Które z następujących pojęć kojarzy Ci się z emeryturą? [autonomia | czas wolny | pomaganie rodzinie | możliwości | spełnianie marzeń | uczenie się | aktywność | zły stan zdrowia | nuda | uzależnienie od innych | samotność | bieda | żadne z wymienionych | nie wiem].
12. Jak uważasz, co mogłoby sprawić, że zaczniesz myśleć o przygotowywaniu się/planowaniu emerytury? [znudzenie pracą | chęć robienia czegoś innego | chęć robienia czegoś nowego | chęć pracy w zmniejszonym wymiarze godzin | moja sytuacja życiowa (dzieci wyszły z domu, dużo wolnego czasu itp.) | moje umiejętności/talent/wykształcenie nie są dostatecznie wykorzystywane przez pracodawcę | chęć posiadania czasu na pielęgnowanie moich hobby | żadne z wymienionych].

13. Czy uważasz, że stosunek ludzi do emerytury powinien zostać zmieniony na bardziej pozytywny? [tak, poprzez wyeksponowanie kompetencji i doświadczenia emerytów dając im zatrudnienie | tak, poprzez kampanie marketingowe | tak, poprzez prawodawstwo państwowe | tak, w inny sposób | nie].
14. Czy uważasz, że planowanie/przygotowanie się do emerytury jest konieczne? [tak | nie | nie wiem].
15. Jak sądzisz, czy będąc na emeryturze będziesz musiał wspierać finansowo swoją rodzinę (za wyjątkiem małżonka/partnera)? [tak | nie | nie wiem].
16. Jak sądzisz, czy będąc na emeryturze będziesz potrzebować wsparcia finansowego rodziny? [tak | nie | nie wiem].

Stopień przygotowania do emerytury

17. Czy uważasz, że specjalne przygotowanie do emerytury jest ważne dla dobrego samopoczucia/szczęścia emeryta? [tak, bardzo ważne | tak, raczej ważne | nie | nie wiem].
18. Czy czujesz, że szybkie zmiany technologiczne wpłyną na Twoje przygotowanie się do emerytury? [tak | nie | nie wiem].
19. Jak sądzisz, w jakim wieku zaczniesz się przygotowywać do emerytury? [45-49 | 50-54 | 55-59 | 60-64 | 65-69 | powyżej 70 | nie zamierzam się przygotowywać].
20. Ludzie mogą się przygotowywać do emerytury na wiele sposobów. Zaznacz opcje, które uważasz za najbardziej odpowiednie. [zmiana zakresu obowiązków i podjęcie łatwiejszej pracy | uczestnictwo w kursie samoświadomości/doradztwie indywidualnym by stworzyć sobie własną politykę emerytalną | prowadzenie negocjacji z pracodawcą, by pracować dłużej niż ustawowy wiek emerytalny | udział w kursie dotyczącym przygotowania do emerytury | praca w niepełnym wymiarze godzin | żadne z wymienionych].
21. Czy Twój pracodawca oferuje którąś z możliwości wymienionych poniżej? Jeśli tak, proszę zaznaczyć właściwe. [zmiana zakresu obowiązku i podjęcie łatwiejszej pracy | uczestnictwo w kursie samoświadomości/doradztwie indywidualnym by stworzyć sobie własną politykę emerytalną | prowadzenie negocjacji z pracodawcą, by pracować dłużej niż ustawowy wiek emerytalny | udział w kursie dotyczącym przygotowania do emerytury | praca w niepełnym wymiarze godzin | żadne z wymienionych | nie, nie przedstawiono mi żadnej oferty].

Finanse – stopień przygotowania do emerytury

22. Czy Twój obecny pracodawca lub osoby zarządzające planem emerytur u pracodawcy, zaproponowały ci którąś z niżej wymienionych usług, by pomóc przygotować Twój plan emerytalny oraz przygotować się finansowo do emerytury? [roczne sprawozdanie na temat planu emerytalnego | blogi lub forum sponsorowane przez pracodawcę | kursy internetowe dotyczące planowania emerytury | spotkania indywidualne ze specjalistą by omówić plan emerytury | seminaria o tym, jak zaoszczędzić na emeryturę | wirtualne spotkania dotyczące świadczeń emerytalnych | materiały szkoleniowe | strona internetowa pracodawcy bądź instytucji zarządzającej planem emerytur | żadne z wymienionych | nie wiem | nie zaproponowano mi żadnej usługi].

23. Którą z następujących usług, jeśli istnieją, proponuje Twój pracodawca, by pomóc pracownikom wejść w okres emerytalny w sposób stopniowy? [doradztwo finansowe | pomoc medyczna oferowana przez pracodawcę podczas trwania emerytury | zmiana pracy na bardziej odpowiednią dla seniorów/starszych pracowników (np. praca mniej stresująca, lżejsza fizycznie) | przekwalifikowanie zawodowe | plany emerytalne, które pozwalają pracować po przekroczeniu ustawowego wieku emerytalnego | możliwość przejścia z pracy na pełny etat do pracy w niepełnym wymiarze godzin | żadne z wymienionych | nie wiem | nie zaproponowano mi żadnej pomocy].

Uczenie się – stopień przygotowania do emerytury

24. Czy sądzisz, że przygotowanie się do emerytury jest konieczne? [tak | nie].
25. Jeżeli odpowiedziałeś TAK, to czy Ty zamierzasz się przygotowywać do emerytury? [tak | nie].
26. Jeśli odpowiedziałeś tak, jak sądzisz, w jaki sposób będziesz się najprawdopodobniej przygotowywać do emerytury? [kursy przygotowujące do emerytury | w grupie | w pracy | indywidualne porady od emerytów, rodziny, przyjaciół | samodzielnie | konsultacje u specjalisty | czytanie literatury tematycznej].
27. Jak sądzisz, kto powinien wspierać Cię w przygotowywaniu się do emerytury? [pracodawca | każdy powinien się sam przygotować | organizacje pozarządowe | administracja publiczna (opieka społeczna, służba zdrowia...) | związek zawodowy | nie wiem | żadne z wymienionych].
28. Ile czasu przed przejściem na emeryturę to przygotowanie powinno być gotowe i dostępne? [3 miesiące | 6 miesięcy | 1 rok | 3 lata | więcej niż 3 lata].

Rozwój osobisty – stopień przygotowania do emerytury

29. Czy sądzisz, że przygotowanie do emerytury ułatwi Ci integrację społeczną po przejściu na emeryturę? [tak | nie].
30. Jakie obszary tematyczne uważasz za najważniejsze w Twoim własnym przygotowaniu do emerytury? [ekonomia | inteligencja emocjonalna | rodzina i relacje społeczne | zdrowie | technologie informatyczne i komunikacyjne | wypoczynek i kultura | prawa i obowiązki | zarządzanie czasem].
31. Kto powinien organizować przygotowanie do emerytury? [pracodawca | każdy samodzielnie | organizacje pozarządowe | prywatna inicjatywa | administracja publiczna (opieka społeczna, służba zdrowia...) | związek zawodowy | nie wiem | żadne z wymienionych].

Aktywna emerytura – stopień przygotowania do emerytury

32. Czy wiesz, jakie korzyści płyną z przygotowania się do aktywnego starzenia się? [tak | nie].
33. Jakie działania podejmujesz, by być aktywnym na emeryturze? [edukacja formalna | działanie w stowarzyszeniach | ćwiczenia fizyczne | podróże | wolontariat | warsztaty, kursy (np. komputerowe, językowe, zdrowotne itp.) | żadne z wymienionych].

34. Czy znane ci są miejsca, w pobliżu Twojego miejsca zamieszkania, które zajmują się organizacją zajęć edukacyjnych mających na celu przygotowanie się do emerytury? [tak | nie].
35. Jeśli tak, czy chciałbyś uczestniczyć w zajęciach edukacyjnych, które przygotowują do emerytury? [tak | nie].

Opieka społeczna – stopień przygotowania do emerytury

36. Czy wiadomo Ci, czy pomoc społeczna w Twojej miejscowości wspiera przygotowywanie się do emerytury? [tak | nie].

Preferowana forma działań mających na celu przygotowanie do emerytury

37. Jaka formę nauczania wybrałbyś na szkoleniach przygotowujących do emerytury? [kurs | doradztwo osobiste/coaching | nauczanie przez internet | uczenie się od aktywnych emerytów].
38. Czy korzystasz z komputera lub innych urządzeń technicznych? [tak | nie].
39. Czy masz dostęp do internetu? [tak | nie].
40. Czy przygotowanie do emerytury w formie kursów internetowych byłoby dla Ciebie dogodne? [tak | nie | nie wiem].