

UNIwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego
w Warszawie

Wydział Społeczno-Ekonomiczny

Magda Ostrowska

Numer albumu: 3972

Socjologia

**WOLONTARIAT NA RZECZ SENIORÓW – MOTYWY
I DZIAŁANIA. STUDIUM SOCJOLOGICZNE NA
PRZYKŁADZIE STOWARZYSZENIA
„MALI BRACIA UBOGICH”**

Praca doktorska

Promotor:

ks. prof. dr hab. Sławomir H. Zaręba

Promotor pomocniczy:

dr Martyna Kawińska

Warszawa 2023

Spis treści

| | |
|--|------------|
| Wstęp | 5 |
| Rozdział I Społeczna idea wolontariatu w Polsce i na świecie | 10 |
| 1.1. Idea wolontariatu w perspektywie teoretycznej..... | 10 |
| 1.1.1. Wolontariat w działaniach trzeciego sektora..... | 20 |
| 1.2. Historia wolontariatu na świecie..... | 22 |
| 1.3. Historia wolontariatu w Polsce..... | 28 |
| 1.4. Stan dotychczasowych badań..... | 37 |
| 1.5. Profil wolontariusza i motyw jego działań..... | 45 |
| Rozdział II Starość w ujęciu społecznym | 51 |
| 2.1. Starość i starzenie się w kontekście uwarunkowań społecznych, demograficznych i religijnych..... | 51 |
| 2.2. Jakość życia i potrzeby seniorów..... | 60 |
| 2.2.1. Ageizm – dyskryminacja ze względu na wiek..... | 71 |
| 2.2.2. Seniorzy wobec pandemii (izolacja i poczucie osamotnienia)..... | 74 |
| 2.3. Kryzysy w starości..... | 78 |
| Rozdział III Społeczne teorie starzenia się | 86 |
| 3.1. Starość i starzenie się w klasycznych teoriach socjologicznych..... | 86 |
| 3.1.1. Podejście behawiorystyczne – teoria wymiany według G. Homansa..... | 99 |
| 3.1.2. Podejście dialektyczne – teoria wymiany według P. Blau’a..... | 104 |
| 3.2. Współczesne teorie starości..... | 108 |
| 3.2.1 Biologiczne teorie starzenia się i starości..... | 111 |
| 3.2.2 Społeczne i psychologiczne teorie starzenia się i starości..... | 114 |
| Rozdział IV Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” jako przykład organizacji non profit świadczącej wolontariat na rzecz osób starszych | 122 |
| 4.1. Idea Stowarzyszenia..... | 122 |
| 4.2. Program działalności Stowarzyszenia w Polsce..... | 128 |
| 4.3. Program działalności Stowarzyszenia w innych krajach..... | 140 |
| Rozdział V Metodologia badań własnych | 153 |
| 5.1. Projektowanie badania jakościowego..... | 153 |
| 5.2. Cel i przedmiot badania..... | 156 |
| 5.3. Problemy i zmienne badawcze..... | 158 |
| 5.4. Metoda badawcza..... | 160 |
| 5.5. Charakterystyka badanej zbiorowości..... | 162 |

| | |
|--|------------|
| Rozdział VI Wolontariat na rzecz seniorów – perspektywa badań własnych..... | 166 |
| 6.1. Motywy działań wolontarystycznych..... | 166 |
| 6.2. Działania na rzecz seniorów i wyzwania dla wolontariuszy | 183 |
| 6.3. Rozwój i wsparcie wolontariuszy ze strony Stowarzyszenia..... | 200 |
| 6.3.1. Lider wolontariatu – nowa forma wsparcia wolontariuszy mbU | 210 |
| Zakończenie | 215 |
| Bibliografia | 220 |
| Akty prawne | 236 |
| Netografia | 237 |
| Aneks | 243 |
| Załącznik 1 – Kwestionariusz Indywidualnego Wywiadu Pogłębionego (IDI) | 243 |
| Załącznik 2 – Zaproszenie do udziału w badaniu | 245 |
| Spis wykresów, tabel, map i rysunków | 246 |

WSTĘP

Wśród ludzkich zachowań, są takie, które szczególnie warto wyróżniać i aprobować. Niewątpliwie należą do nich działania wolontarystyczne, bo choć pomaganie wydaje się być czymś oczywistym, to stałe działanie w ramach organizacji pozarządowej jest rzadkim zjawiskiem. Najczęściej ludzie pomagają swoim najbliższym, przyjaciołom czy sąsiadom czyli osobom, które dobrze znają i mają z nimi stały kontakt. Jednak pomaganie obcym jest zupełnie innym rodzajem ludzkiej pomocniczości. Taki wolontariat wymaga większej obowiązkowości, umiejętnego zarządzania swoim czasem, dużej ilości chęci do działania oraz otwartości na pomoc innym, często nieznanym. Nawet działania na rzecz środowiska naturalnego czy zwierząt, wymagają wyjścia poza to, co jest dobrze znane i wygodne. Wolontariat wymaga czasami wyjścia poza swoją strefę komfortu, jednak jednocześnie może być piękną przygodą w życiu.

Wolontariat jest swoistym fenomenem społecznym, który choć jest przedmiotem licznych dociekań naukowych, to ze względu na swoją wielowymiarowość i różne rodzaje, pozostawia obszary wymagające głębszej analizy. Ma on długą historię, a jego początki upatruje się w idei filantropii rozwijanej w starożytnej Grecji i Rzymie oraz idei dobroczynności chrześcijańskiej, do których nawiązuje się również współcześnie. Jednak wolontariat jest pojęciem znacznie szerszym niż filantropia czy dobroczynność, ponieważ są one zorientowane bezpośrednio na człowieka i koncentrują się na działaniach doraźnych, czyli z obszaru pomocy społecznej. Natomiast wolontariat obejmuje niemal wszystkie dziedziny życia społecznego oraz działania na rzecz środowiska naturalnego, np. opiekę nad zwierzętami czy ochronę i zwiększanie wartości dóbr służących człowiekowi w myśl idei zrównoważonego rozwoju [zob. Kromolnicka, 2008: 219; Górecki, 2013b: 82].

Zaangażowanie w wolontariat odbierane jest jako pozytywna postawa, jednak jak wynika z danych GUS z 2022 r. zaangażowanie w wolontariat wśród osób w wieku 15-89 lat wynosiło 28,4%, natomiast ten świadczony w ramach instytucji/organizacji jedynie 5% [zob. GUS, 2022: 1]. Jest też wiele obszarów, w których pomoc wolontariuszy jest nieoceniona, a jednym z nich jest m. in. działanie na rzecz osób starszych, bo jak wynika z danych, wśród organizacji systematycznie prowadzących działania na rzecz osób fizycznych w 2020 r., w przypadku 57,1% organizacji,

odbiorcami działań były dzieci i młodzież, zaś osoby starsze – 28,6%, przy czym seniorzy mogą być jedną z wielu grup objętych działaniem [por. Goś-Wójcicka, 2022: 51].

Z szerokiej gamy typów wolontariatu, zainteresowanie badawcze autorki skupiło się na wolontariacie na rzecz seniorów. Uznawany jest za pewną niszę wśród działań wolontarystycznych, gdyż aktualne badania Głównego Urzędu Statystycznego, Centrum Badania Opinii Społecznej czy innych ośrodków badawczych, podejmując temat wolontariatu, w znacznej mierze skupiają się na ogólnym przedstawieniu zaangażowania w wolontariat. Na gruncie naukowym, popularnym obszarem jest wolontariat świadczony przez młodzież lub coraz popularniejszy, ze względu na zjawisko starzejącego się społeczeństwa – wolontariat świadczony przez osoby starsze. Jednocześnie dostrzeżono, iż brakuje badań, które koncentrowałyby się na wolontariacie na rzecz seniorów. Wolontariat ten dedykowany jest osobom starszym, które często cierpią z powodu samotności, gdy ich bliscy nierzadko już odeszli. Bywa też, że relacje rodzinne są chłodne lub po prostu kontakty z rodziną i znajomymi nie zaspokajają ich potrzeby kontaktu z drugim człowiekiem. Nie można bagatelizować tego problemu, szczególnie biorąc pod uwagę to, iż w Polsce mamy starzejące się społeczeństwo i dlatego tak ważne jest znalezienie sposobu na złagodzenie samotności będącym problemem społecznym. Pewnego rodzaju remedium jest działanie Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”, szczególnie bliskie autorce, ponieważ od 8 grudnia 2014 r. jest w nim wolontariuszką. To osobiste doświadczenie pracy z seniorem oraz otwartość Dyrekcji i zespołu pracowników, a także świadomość, że napisana dysertacja będzie zawierała wartościową wiedzę dla Stowarzyszenia, były podstawą do rozpoczęcia prac, mających na celu rozpoznanie naukowe tej problematyki.

Ze względu na poruszane kwestie, w pracy połączono zagadnienia dotyczące wolontariatu oraz starości. Podstawą do poszukiwań badawczych były liczne opracowania z dziedziny socjologii, jednakże aby ukazać poruszane problemy w szerszym kontekście korzystano również z literatury psychologicznej, gerontologicznej oraz pedagogicznej.

Zdecydowano się na przeprowadzanie badań wśród wolontariuszy konkretnego Stowarzyszenia, ponieważ jest to wyjątkowa organizacja, o czym będzie mowa w dalszej części dysertacji. W Polsce funkcjonują stowarzyszenia i fundacje, które działają na rzecz seniorów, ale nie jest to ich jedyna grupa odbiorców lub też pomoc ogranicza się do wsparcia finansowego, natomiast to co wyróżnia Stowarzyszenie „mali bracia

Ubogich” to całkowite skupienie swojej działalności na samotnych seniorach. Stowarzyszenie ma bardzo rozwinięty wolontariat towarzyszący oraz działania zorientowane na budowanie relacji.

Celem badawczym pracy jest:

- przedstawienie społecznych idei wolontariatu oraz jego historii;
- przybliżenie wybranych problemów osób starszych, uwzględniając kontekst uwarunkowań demograficznych i społecznych, a także czynniki wpływające na ich jakość życia;
- przedstawienie motywacji wolontariuszy do podejmowania i kontynuowania wolontariatu na rzecz seniorów;
- ukazanie, jak działania wolontariackie dedykowane osobom starszym kształtują obraz starości;
- przedstawienie korzyści płynących ze świadczenia wolontariatu na rzecz seniorów.

Na etapie konceptualizacji problemu badawczego autorce towarzyszyły następujące pytania badawcze:

1. Co motywuje wolontariuszy do rozpoczęcia pracy na rzecz osób starszych?
2. Co motywuje wolontariuszy do kontynuowania świadczonego wolontariatu na rzecz seniorów?
3. Jak działania na rzecz seniorów kształtują poglądy na proces starzenia i obraz swojej starości? Jak wolontariusze postrzegają starość?
4. Czy zaangażowanie w wolontariat na rzecz seniorów wpływa na budowanie pozytywnego obrazu starości i starzenia się?
5. Czy wolontariusze dostrzegają zmiany w funkcjonowaniu Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” na przestrzeni czasu?
6. Jakie korzyści niesie za sobą świadczenie wolontariatu na rzecz seniorów?
7. Jakie problemy występują podczas świadczenia wolontariatu na rzecz osób starszych?
8. Jak wolontariusze oceniają Stowarzyszenie pod względem organizacji i wsparcia wolontariuszy?

W pracy wykorzystano bogatą literaturę przedmiotu, szczególnie istotne były prace Barbary Szatur-Jaworskiej, Ewy Leś, Małgorzaty i Jerzego Halickich, a także Georga Homansa i Petera Blau’a oraz liczne raporty polskich i zagranicznych

podmiotów badawczych. Treść została wzbogacona również o informacje dostępne na stronach internetowych zagranicznych oddziałów Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” oraz innych organizacji korzystających ze wsparcia wolontariuszy.

Dysertacja składa się z dwóch części, teoretycznej (rozdziały I-IV) oraz empirycznej (rozdziały V-VI). W pierwszym rozdziale autorka wyjaśniła czym jest wolontariat i altruizm, powołując się na literaturę przedmiotu oraz akty prawne. Szerzej opisano tu sylwetkę wolontariusza, rodzaje wolontariatu i umiejscowiono go w strukturze trzeciego sektora. Ważną częścią tego rozdziału jest nakreślenie historii wolontariatu na świecie oraz w Polsce, a zwińczenie stanowi przedstawienie wyników dotychczasowych badań nad wolontariatem oraz profilem wolontariusza i jego motywami.

W drugim rozdziale zaprezentowano problematykę dotyczącą starości i starzenia się oraz opisano je w kontekście uwarunkowań społecznych i demograficznych, przedstawiono między innymi problemy związane z ustaleniem momentu wkraczania w wiek starczy, zjawisko starzejącego się społeczeństwa, jego skalę i konsekwencje. Obraz seniorów uzupełniono przedstawieniem potrzeb i oceny jakości życia tej grupy społecznej, przy czym szczególną uwagę zwrócono na problem ageizmu. Na koniec ukazano kryzysy z jakimi mierzą się osoby w ostatniej fazie życia oraz ideę pozytywnego starzenia się jako sposobu na łagodniejsze przeżywanie tych kryzysów.

Z kolei w trzecim rozdziale zestawiono starość i starzenie się z klasycznymi teoriami socjologicznymi, takimi jak strukturalny funkcjonalizm, symboliczny interakcjonizm, fenomenologia społeczna, teoria konfliktu czy teoria wymiany. Spośród nich dokładniej przedstawiono założenia teorii wymiany według G. Homansa oraz P. Blau'a, ponieważ autorka uznała za zasadne zastosowanie tej właśnie teorii w kontekście prowadzonych badań, rozumiejąc wolontariat jako wymianę dóbr niematerialnych. Drugą część rozdziału stanowi przybliżenie współczesnych teorii starości, zaczynając od przedstawienia klasyfikacji postaw wobec własnej starości, po wybrane biologiczne, psychologiczne oraz społeczne teorie starzenia się i starości.

Opisanie działalności Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” zawarto w rozdziale czwartym. Pokróćce przedstawiono podstawy prawne do jego działania oraz główne założenia i cele jakie sobie wyznaczyło. Ponadto, zaprezentowano jego historię oraz akcje organizowane przez oddziały w Polsce i zagranicą. W piątym rozdziale przedstawiono metodologię zastosowaną w badaniu przeprowadzonym przez autorkę dysertacji. Zawarto w nim kluczowe pojęcia i założenia takie jak cel i przedmiot badania,

problemy, wskaźniki i zmienne badawcze. Ponadto scharakteryzowano badaną zbiorowość i opisano przebieg całego badania.

Rozdział szósty jest analizą zrealizowanych własnych badań jakościowych, w ramach których autorka przeprowadziła wywiady indywidualne z wolontariuszami Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”, dzięki czemu możliwe jest zwiększenie wiedzy na temat wolontariatu na rzecz seniorów i osób się w niego angażujących. Jednak to badanie może mieć również praktyczny wymiar, gdyż może zwrócić uwagę na obszary, które wymagają modyfikacji w samej strukturze, ale także wskazać na mocne strony Stowarzyszenia, które mogą okazać się przydatne w dalszej promocji organizacji. W przeprowadzonym badaniu skoncentrowano się wokół kwestii dotyczących motywacji oraz działań wolontariuszy, co też wynika z tytułu niniejszej dysertacji. Zdecydowano się na badanie jakościowe, ponieważ ten rodzaj badań pozwala na odkrywanie obszarów, które nie wybrzmiałyby, gdyby ograniczono się do metod ilościowych. Oprócz tego, autorka nie chciała ograniczać się do zdobywania informacji o tym, czy dane zjawisko zachodzi, ale też poznać jego przyczyny. Zwieńczeniem pracy są wnioski z przeprowadzonego badania.

ROZDZIAŁ I

SPOŁECZNA IDEA WOLONTARIATU W POLSCE I NA ŚWIECIE

Wolontariat stanowi ważny element kształtujący społeczeństwo w różnych aspektach życia. Ubogaca, daje możliwości i szanse odbiorcom, jak i samym wolontariuszom. Choć na kształtowanie się postaw prospołecznych oraz zaangażowanie w akcje i działania na rzecz innych, niewątpliwym wpływ ma proces kształtowania się wolontariatu w naszym kraju, w tym czas I i II wojny światowej oraz zmiany ustroju państwa, to współcześnie jest on coraz bardziej promowany, do czego zachęcają liczne akcje społeczne promujące ideę wolontariatu.

1.1. Idea wolontariatu w perspektywie teoretycznej

Pojęcie wolontariatu, choć wydaje się być powszechnie znanym, posiada wiele definicji. Samo słowo pochodzi z języka łacińskiego – *voluntas* i oznacza „dobra wola, dobrowolność”. Zdaniem A. Kanios [2008: 46-47] wolontariatem można nazwać różnorodny ruch społeczny zakładający dobrowolność, ale i ustawiczność w podejmowanych działaniach na rzecz innych. Ponadto, takie postępowanie jest uważane za jedno z najbardziej przyzwoitych i poprawnych postaw człowieka oraz szlachetne i wartościowe dzieło ludzkiego ducha. Z. Tokarski [2008: 127] podkreślił, że zakres pojęcia wolontariat wykracza poza ramy pracy społecznej, ponieważ obejmuje także podejmowanie aktywności, która ma na celu zdobywanie doświadczenia, a w konsekwencji znalezienie stałej pracy.

Wolontariat jest silnie związany z pojęciem altruizmu, które wprowadził A. Comte i rozumiany jest jako postawa prospołeczna, której cechą jest dbanie o dobro innych i gotowość do udzielania pomocy, choćby kosztem własnego życia [zob. Olechnicki, Załęcki, 2000: 17]. Jest to działanie świadome oraz celowe, które ma służyć innym poprzez podtrzymywanie, ochronę i rozwój interesów pojedynczych osób lub grup społecznych. Jednocześnie ta ofiarność i poświęcenie nie powinna doprowadzić do zatracenia samego siebie i wyrządzenia krzywdy osobie niosącej pomoc, ani do narzucania się i wyręczania osoby, której chce się pomóc, bo może to skutkować poczuciem upokorzenia, zakłopotania, a w efekcie, odrzuceniem pomocy. Takie przypadki nazywane są patologią altruizmu lub pseudoaltruizmem [por. Roguska, 2010: 31]. Chociaż M. K. Mlicki [1992: 102], definiuje je jako działanie spowodowane

etycznymi pobudkami, za które nie oczekuje się odwzajemnienia, w literaturze zdarza się kwestionowanie istnienia czysto altruistycznych zachowań, co argumentuje się uzyskiwaniem przez pomagającą jednostkę chociażby wdzięczności czy poczucia bycia potrzebnym [zob. Pacholski, Słaboń, 2010: 12]. W nawiązaniu do tego powstało pojęcie altruizmu zwrotnego (inaczej: odwzajemnionego, recyprokalnego), czyli zachowań altruistycznych opierających się na oczekiwaniu na wynagrodzenie jednostki za jej poświęcenie [por. Olechnicki, Załęcki, 2000: 17]. J. Karyłowski [1982: 82] wyróżnił dwa typy altruizmu:

- motywowany endocentrycznie, czyli wewnątrznie – opiera się on na wewnętrznych oczekiwaniach pomagającego, takich jak zwiększenie samoakceptacji, zadowolenie z samego siebie, poprawa złego samopoczucia, pozbycie się uczucia poczucia winy z powodu braku zaangażowania w działania na rzecz potrzebujących;
- motywowany egzocentrycznie, czyli zewnątrznie – tu działanie jest podejmowane z myślą o potrzebującym, to on stanowi centrum motywacji.

Zdarza się, że w literaturze popularnonaukowej słowo „wolontaryzm” jest błędnie używane jako synonim słowa „wolontariat”. Należy pamiętać, że wolontaryzm to skłonność do podkreślania istnienia w ludzkiej psychice woli oraz pojmowaniu jej jako siły napędowej ludzkich zachowań [por. Encyklopedia Powszechna PWN (t. 4), 1976: 710]. Natomiast w naukach filozoficznych jest to pogląd, który za jedyny czynnik, kształtujący poznanie oraz rzeczywistość (przedmiot poznania) uznaje wolę ludzką [zob. Tokarski (red.), 1980: 811]. Starsze pokolenia mogą pamiętać także już nieaktualne znaczenie słowa „wolontariat”, które oznaczało rodzaj stażu lub praktyki dla lekarzy zdobywających specjalizację w szpitalu, za które nie otrzymywali wynagrodzenia [por. Szymczak (red.), 1985: 750], wolontariuszem nazywano także ochotnika w wojsku [zob. Tokarski (red.), 1980: 810].

Wolontariat, choć wywodzi się z filantropii, obecnie nie jest tożsamy z aktywnością o charakterze filantropijnym, np. przekazywaniem darowizn na rzecz organizacji, ograniczeniem udziału w akcji charytatywnej do wysłania SMS-a. To także nie jest członkostwo w organizacji – działanie w partii politycznej, zespole ludowym czy kółku rolniczym albo pomoc w ramach obowiązków rodzinnych czy zawodowych (np. pomoc rodzinie, dyżury radnych). Niewłaściwym jest także potoczne nazywanie wolontariatem niskopłatnej pracy [por. Górecki, 2013a: 84].

Międzynarodowa Federacja Stowarzyszeń Czerwonego Krzyża i Czerwonego Półksiężycy uznaje za wolontariusza osobę, która robi więcej niż powinna, bo wychodzi ponad obowiązki dnia codziennego oraz płatne zajęcia i nie liczy na wynagrodzenie finansowe albo nagrodę, lecz pomaga w różny sposób środowisku i jest z siebie zadowolona [por. Kanios, 2008: 47]. Natomiast M. Załuska [1996: 95] zdefiniowała wolontariusza jako osobę pracującą na rzecz innych bez otrzymywania za to wynagrodzenia, motywowaną chęcią poznania zawodu, akceptującą zasady obowiązujące w danej placówce oraz szanującą przyzwyczajenia i osobowość jednostek, którym pomaga.

W związku z wielorakością definicji oraz koniecznością ujednoczenia i unormowania prawnego wolontariatu, powstała w Polsce Ustawa o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie, według której „wolontariusz” to osoba, która „ochoczo i bez wynagrodzenia wykonuje świadczenia na zasadach określonych w ustawie” [Ustawa o pożytku publicznym i o wolontariacie, 2003], na rzecz:

- organizacji pozarządowych w zakresie ich działalności statutowej, w szczególności w zakresie działalności pożytku publicznego;
- jednostek organizacyjnych, które podlegają organom administracji publicznej albo nadzorowanych przez te organy;
- organów administracji publicznej;
- podmiotów leczniczych w rozumieniu przepisów o działalności leczniczej w zakresie wykonywanej przez nie działalności leczniczej.

Z wyłączeniem działalności gospodarczej prowadzonej przez te jednostki [tamże].

Znacznie szersze ujęcie wolontariatu zawarto w decyzji Rady Unii Europejskiej ustanawiającej 2011 rok Europejskim Rokiem Wolontariatu Propagującego Aktywność Obywatelską, ponieważ uwzględniono specyfikę sytuacji wszystkich państw członkowskich, dlatego dyrektywy odnosiły się do wolontariatu rozumianego jako działania ochotnicze, zarówno formalne, nieformalne, jak i spontaniczne, które człowiek podejmuje z własnej woli, wyboru i powodów, bez otrzymywania wynagrodzenia. Działania te przynoszą korzyści wolontariuszowi, społecznościom i całemu społeczeństwu. Wolontariat jest narzędziem stosowanym przez osoby fizyczne i organizacje do rozwiązywania problemów i zaspokajania potrzeb, jednocześnie nie zastępuje fachowej pracy (z gratyfikacją finansową), jedynie stanowi wartość dodaną dla społeczeństwa [zob. Górecki, 2013a: 83-84]. Wolontariusz musi być świadomy, że jego

działania są dobrowolne, bezinteresowne, podejmowane są bezpośrednio oraz mają znamiona systematyczności i ciągłości [por. Gawroński, 1999: 226].

Działalność wolontarystyczna w Polsce jest regulowana przez kilka aktów prawnych, większość z nich po prostu wskazuje na możliwość korzystania z pracy wolontariuszy, jednak bardziej szczegółowe wytyczne zawarte są we wspomnianej wcześniej Ustawie o działalności pożytku publicznym i o wolontariacie z 2003 r., gdzie w art. 44 zawarto informację, iż zakres, sposób oraz czas wykonywania zadań powierzonych wolontariuszowi muszą zostać określone w porozumieniu z korzystającym. Porozumienie to powinno zawierać także informację o możliwości jego rozwiązania, zaś jeżeli wolontariusz zażąda pisemnej treści porozumienia, korzystający ma obowiązek takowy sporządzić. Na prośbę wolontariusza korzystający może wystawić pisemną opinię o świadczeniach wykonywanych przez wolontariusza, a jeśli świadczenia wykonywane przez wolontariusza trwają okres dłuższy niż 30 dni, porozumienie między stronami powinno być sporządzone na piśmie. Kwestie dotyczące porozumienia, których nie reguluje ta ustawa są rozwiązywane zgodnie z przepisami Kodeksu Cywilnego [zob. Ustawa o pożytku publicznym i o wolontariacie, 2003]. Szczegółowy opis, tego kto może zostać wolontariuszem w placówce objętej rozporządzeniem, zawarto w Rozporządzeniu Ministra Edukacji Narodowej z dnia 1 lutego 2013 r. w sprawie szczegółowych zasad działania publicznych poradni psychologiczno-pedagogicznych, w tym publicznych poradni specjalistycznych¹ oraz Rozporządzeniu Ministra Polityki Społecznej z dnia 14 lutego 2005 r. w sprawie placówek opiekuńczo-wychowawczych².

¹ § 17. 1. Pomoc dzieciom i młodzieży może być udzielana w poradniach także przez wolontariuszy, którzy wspierają realizację zadań z zakresu pomocy psychologiczno-pedagogicznej świadczonej przez poradnię. 2. Wolontariuszem w poradni może być osoba pełnoletnia, która nie była skazana za umyślne przestępstwo i przeciwko której nie toczy się postępowanie karne, oraz przestrzega zasad, o których mowa w ust. 3 i 5. 3. Dyrektor poradni informuje wolontariusza o specyfice pracy poradni i konieczności zachowania tajemnicy w sprawach dotyczących dzieci i młodzieży, rodziców i nauczycieli korzystających z pomocy poradni.

4. Dyrektor poradni zawiera z wolontariuszem porozumienie określające: 1) zakres, sposób i czas wykonywania przez wolontariusza zadań; 2) czas trwania porozumienia; 3) zobowiązanie wolontariusza do wykonywania zadań we współpracy ze specjalistami, o których mowa w § 15; 4) zobowiązanie wolontariusza do nieujawniania informacji dotyczących dzieci i młodzieży, rodziców i nauczycieli korzystających z pomocy poradni; 5) postanowienie o możliwości rozwiązania porozumienia.

5. Wolontariusz wykonuje zadania określone w porozumieniu we współpracy ze specjalistami, o których mowa w § 15, oraz pod nadzorem dyrektora poradni lub wyznaczonej przez niego osoby

² § 21. 1. Działalność placówki opiekuńczo-wychowawczej może być uzupełniana wykonywaniem przez wolontariuszy świadczeń odpowiadających świadczeniom pracy, których celem jest w szczególności:

1) rozszerzenie zakresu opieki nad dzieckiem w placówce opiekuńczo-wychowawczej; 2) wsparcie pracy wychowawców przez organizowanie kół zainteresowań i rozwijanie indywidualnych zdolności dzieci.

2. Wolontariuszem w placówce opiekuńczo-wychowawczej może być osoba:

W związku z tym, iż porozumienie ma charakter umowy cywilnoprawnej, wolontariusz może odpowiadać za niewykonanie albo wykonanie w nienależyty sposób swoich zobowiązań lub dopuszczenie się czynu niedozwolonego. Odpowiedzialność za szkody jakie wyrządzi wolontariusz jest regulowana przez przepisy Kodeksu Cywilnego (art. 429) i może ją ponosić organizacja podpisująca umowę z wolontariuszem, a w niektórych przypadkach także np. pracodawca, który organizuje wolontariat pracowniczy³.

Wolontariuszem może zostać niemal każdy. Nie wyklucza się m. in. osób bezrobotnych, bo nie koliduje to z posiadaniem statusu bezrobotnego i możliwością pobierania zasiłków; cudzoziemców, ponieważ bycie wolontariuszem nie jest świadczeniem pracy albo usług, więc pozwolenie na pracę nie jest konieczne, a także małoletnich, czyli osób, które nie ukończyły 18. roku życia, ale wymagana jest zgoda rodziców lub opiekunów prawnych [por. Bobek, Żołędowska, 2011: 2]. Ważne są jednakże umiejętności osoby, która pragnie pomagać innym jako wolontariusz i wypełniać swoje zadania z jak najlepszym skutkiem. Mimo iż nie istnieje osobowość bardziej altruistyczna, to osoby, które chętniej pomagają są bardziej empatyczne [por. Wojciszke, 2002: 335-336]. Wolontariusza powinny cechować:

- umiejętność nawiązywania kontaktu – ważna jest otwartość względem nowo poznanej osoby, zrozumienie drugiej osoby i w razie potrzeby, udzielenie jej pomocy. To także opanowanie niewerbalnego okazania drugiej osobie zainteresowania, pozytywne nastawienie oraz umiejętne wybranie czasu, miejsca i warunków na spotkanie;
- umiejętność komunikowania się – skuteczna wymiana myśli między dwiema osobami, pozwalająca na lepsze poznanie i efektywniejszą pomoc. Przejawem

1) pełnoletnia; 2) która oświadczy, że jest niekarana; 3) poinformowana przez dyrektora placówki opiekuńczo-wychowawczej o specyfice pracy wychowawczej i konieczności zachowania tajemnicy w sprawach dotyczących dzieci znajdujących się w tej placówce; 4) ubezpieczona przez dyrektora placówki opiekuńczo-wychowawczej od odpowiedzialności cywilnej za szkody powstałe podczas pracy.

3. Wolontariusz wykonuje świadczenia odpowiadające świadczeniu pracy pod nadzorem dyrektora placówki opiekuńczo-wychowawczej lub wyznaczonego przez niego wychowawcy.

4. Porozumienie, które zawiera dyrektor placówki opiekuńczo-wychowawczej z wolontariuszem, określa: 1) zakres, sposób i czas wykonywania przez wolontariusza świadczeń; 2) zobowiązanie wolontariusza do działania w porozumieniu z osobami, o których mowa w ust. 3; 3) zobowiązanie wolontariusza do zachowania tajemnicy w sprawach dotyczących dzieci znajdujących się w placówce opiekuńczo-wychowawczej; 4) postanowienie o możliwości jego rozwiązania.

5. Na prośbę wolontariusza dyrektor placówki opiekuńczo-wychowawczej wydaje mu pisemną opinię o wykonywaniu świadczeń odpowiadających świadczeniu pracy na rzecz tej placówki.

³ <http://wolontariat.org.pl/prawo/ubezpieczenie-wolontariusza/ubezpieczenie-od-odpowiedzialnoscicywilnej-oc/> [dostęp: 02.01.2021].

tego jest m.in. klarowne wyrażanie swoich myśli i uczuć oraz taktowne reagowanie na wypowiedzi lub sygnały drugiej osoby;

- umiejętność słuchania – pozwala na lepsze zrozumienie problemu drugiej osoby oraz daje podopiecznemu możliwość odreagowania negatywnych emocji;
- umiejętność bycia tolerancyjnym – okazywanie szacunku wobec poglądów drugiej osoby pozwala na stworzenie swobody wyrażania myśli przez podopiecznego;
- umiejętność dawania poczucia bezpieczeństwa – umiejętność ta jest silnie związana z poprzednią, gdyż opiera się na tolerancji i szacunku dla drugiej osoby, które dają jej poczucie bezpieczeństwa;
- umiejętność ujawniania emocji – ukazuje wolontariusza jako osobę szczerą i empatyczną; to okazywanie emocji adekwatnych do sytuacji pomaga pogłębić relację między wolontariuszem a osobą, której pomaga;
- umiejętność niesienia pomocy w rozwiązywaniu określonych problemów – angażowanie się w pomoc, kiedy posiadane przez wolontariusza umiejętności lub kompetencje na to pozwalają, w sytuacji, kiedy podopieczny wyraża taką potrzebę lub wolontariusz dostrzega taką potrzebę; w przypadku, kiedy podopieczny w jakiś sposób doznaje cierpienia [zob. Balawajder, 1996: 49-53].

Osoby, które podjęły się wolontariatu są zobowiązane do przestrzegania Kodeksu Etycznego Wolontariusza. Każda organizacja angażująca wolontariuszy może stworzyć swój indywidualny kodeks, natomiast najpowszechniejszy jest ten sformułowany przez Centrum Wolontariatu, z którego wynika, iż wolontariusz zobowiązuje się do: wypełnienia każdego zadania związanego z rolą wolontariusza; nieskładania obietnic, których nie będzie w stanie dotrzymać; zgłaszania koordynatorowi przypadków, kiedy nie będzie w stanie wykonać zadania; zachowania dyskrecji w przypadku prywatnych spraw oraz unikania zachowań, które ktoś może źle zrozumieć; bycia otwartym na nowe pomysły; działania w zespole; bycia osobą, na której inni mogą polegać; zadawania pytań w sytuacjach, kiedy czegoś nie rozumie; wykorzystywania możliwości do uczenia się nowych rzeczy od innych i poznawania nowych osób; niekrytykowania zachowań, które nie są zrozumiałe; uczestnictwa w obowiązkowych spotkaniach; chętnego uczenia się, które jest konieczne, aby dobrze wykonywać swoje zadania; dobrego wykonywania

swojej pracy, które da wolontariuszowi satysfakcję; starania się być dobrym wolontariuszem Centrum Wolontariatu⁴.

W literaturze wyróżnia się różne rodzaje wolontariatu, w zależności od przyjętego kryterium. Ze względu na społeczną podstawę funkcjonowania można wyróżnić wolontariat formalny i nieformalny. Wolontariat nieformalny zakłada brak pośrednictwa instytucji lub organizacji przy podejmowaniu działań, np. bezpośrednia pomoc osobom potrzebującym. Wolontariat formalny wymaga nawiązania współpracy z organizacją/instytucją, taką jak stowarzyszenie, fundacja, parafia, gmina, szpital itp. Wolontariusz konsultuje podejmowane działania i odpowiada przed instytucją za ich wykonywanie.

Kolejnym kryterium jest liczba osób zaangażowana w wolontariat, gdzie działania wolontariackie dzieli się na indywidualne i grupowe. Wolontariat indywidualny najczęściej polega na pomocy osobom prywatnym w ich domach np. osobom z niepełnosprawnościami lub osobom starszym. Zazwyczaj taki wolontariusz nie jest związany z żadną instytucją, a rolę przełożonego pełni osoba potrzebująca. Wyjątek stanowią sytuacje, kiedy nad podopiecznym sprawuje opiekę jakaś instytucja np. Ośrodek Pomocy Społecznej. Wolontariat grupowy (lub zespołowy) podejmują osoby indywidualne lub małe grupy osób z różnych środowisk, które łączą się tworząc większą grupę i rozpoczynają działania wspólnie. Wartością dodaną tego rodzaju wolontariatu jest wymiana doświadczeń między wolontariuszami, wzajemne uzupełnianie swoich kompetencji oraz możliwość zastępowania się w trakcie wypełniania obowiązków, co daje poczucie stabilności, bezpieczeństwa i umożliwia rozładowanie napięć [por. Górecki, 2013a: 94-95].

Kryterium jest również zakres i intensywność podejmowanych przez wolontariusza działań. Na tej podstawie wyróżnia się wolontariat stały i akcyjny. Ten pierwszy wiąże się z regularną, długoterminową współpracą z wybraną organizacją, w tym przypadku najczęściej ma miejsce podpisanie porozumienia o wykonywaniu świadczeń wolontariackich. Dla stałych wolontariuszy praktykuje się organizowanie szkoleń oraz imprez okolicznościowych. Wolontariat akcyjny określany jest natomiast jako krótkoterminowy, okazjonalny, spontaniczny, nieregularny. Może to być jednorazowa pomoc, np. osobie, która uległa wypadkowi lub też cykliczna, której

⁴ <http://wolontariat.org.pl/wolontariusze/krok-6-jak-byc-dobrym-wolontariuszem/> [dostęp: 11.07.2020].

przykładem jest zbiórka żywności w okresie świąt Bożego Narodzenia lub Wielkanocy, czy Wielka Orkiestra Świątecznej Pomocy [zob. Moroń, 2009: 46; Górecki, 2013a: 95].

M. Załuska [1996: 95-96] analizując stopień zaangażowania podzieliła wolontariuszy na trzy typy:

- działacze okazjoniści – osoby podejmujące działania pod wpływem impulsu, włączają się w pojedyncze akcje;
- działacze średniodystansowcy – traktują podejmowane działania jako tymczasowe, które zakończą po określonym wcześniej czasie lub osiągnięciu zamierzonego celu np. zdobyciu doświadczenia albo pisemnego zaświadczenia za udział w wolontariacie;
- działacze permanentni – osoby, dla których pomaganie jest sensem życia, daje im poczucie spełnienia i staje się postawą życiową.

Ze względu na terytorium, na którym działa wolontariusz możemy wyróżnić także wolontariat krajowy i zagraniczny. Pierwszy odbywa się tylko na terenie danego kraju i angażuje jego obywateli, natomiast zagraniczny zorientowany jest na międzynarodową wymianę wolontariuszy np. misje, workcampy. W literaturze można spotkać również wolontariat wirtualny (świadczony za pomocą Internetu albo telefonu) oraz wolontariat osobisty, który polega na nawiązaniu bezpośredniego kontaktu z innymi ludźmi [por. Filipiak, 2004: 61; Szluz, 2017: 105].

Wraz z rozwojem wolontariatu, zwiększają się także obszary, na których jest on realizowany i współcześnie wolontariusze działają w ramach wszystkich dziedzin życia społecznego. Działania wolontarystyczne są wykorzystywane w obszarze pomocy społecznej, zwłaszcza na rzecz dzieci, młodzieży oraz osób wykluczonych społecznie, następnie jako pomoc osobom z niepełnosprawnościami, na rzecz osób, które cierpią lub znajdują się w stanie terminalnym. Oprócz tego występują działania w obszarze sportu, kultury, edukacji, na rzecz demokracji i rozwoju lokalnego np.: działania mające poprawić sytuację mniejszości narodowych, działania proekologiczne, na rzecz zwierząt oraz wspieranie ruchu samopomocowego wybranych organizacji [zob. Dobrzański, 2009: 48; Kromolicka, 2008: 223].

Dokładny zakres podejmowanych czynności zależy od działalności konkretnej instytucji lub organizacji angażującej wolontariuszy. Każda z nich indywidualnie określa w jakich obszarach może zlecić działania wolontariuszowi, np. Miejski Ośrodek Pomocy Społecznej w Płocku, poszukuje wolontariuszy zainteresowanych pracą w świetlicach środowiskowych, gdzie mogą pomagać przy odrabianiu lekcji czy nauce obsługi

komputera, udzielaniem korepetycji, prowadzeniem zajęć ruchowych i zabaw, ale również pomaganiem osobom bezrobotnym w poszukiwaniu pracy, wykonywaniem prac administracyjnych, współtworzeniem stron internetowych (zbieranie materiałów, pisanie artykułów), czytaniem książek/gazet, pomocą w załatwieniu spraw wymagających wyjścia z domu/ mieszkania czy pracach porządkowych osobom z niepełnosprawnościami lub starszym, wykonywaniem niewielkich prac fizycznych np. przy przeprowadzkach, remontach, organizowaniem zbiórek na rzecz schronisk dla zwierząt czy też wspieraniem psychicznym osób uzależnionych lub chorych wraz z ich rodzinami⁵. Natomiast Hospicjum Sióstr Felicjanek im. bł. Hanny Chrzanowskiej w Warszawie poszukuje wolontariuszy medycznych, którzy po wcześniejszym przeszkoleniu będą pomagali w pielęgnowaniu chorych, towarzyszyli pacjentowi i jego bliskim w codziennych czynnościach np. zakupach, oglądaniu telewizji, przygotowywaniu posiłków. Wolontariusz angażuje się w organizację pacjentowi czasu wolnego poprzez wspólne rozmowy, spacer, modlitwę czy terapię zajęciową. Osoby, których celem nie jest praca bezpośrednio z pacjentem, mogą zostać wolontariuszami akcyjnymi zaangażowanymi w różne akcje promocyjne, zbieranie funduszy (np. udział w kwestach z puszką, organizowanie zbiórek), pracę w ogrodzie czy pomoc biurową⁶.

Innego rodzaju aktywność wolontariacka jest proponowana przez Instytut Badań Organizacji Kultury, czyli stowarzyszenie, którego celem jest wspieranie sektora kultury poprzez prowadzenie badań, organizację konferencji, dzielenie się wiedzą i wspieranie procesów zarządczych w organizacjach kultury. Wolontariusz ma możliwość zaangażować się w projekt badawczo-rozwojowy na rzecz muzeum pamięci, gdzie będzie m. in. współpracował podczas projektowania badania diagnostycznego, jego koncepcji oraz narzędzi badawczych, opracowywania raportu z tego badania, tworzenia projektu strategicznego czy dokumentu końcowego (strategii muzeum)⁷.

Według S. Gawrońskiego wolontariat to fundament społeczeństwa, „jest nieodzowny, nie możemy się już bez niego obejść, nie tylko ze względu na oferowane usługi tym, którzy ich potrzebują, ale przede wszystkim ze względu na kulturę i wartości, jakie sobą przedstawia” [Gawroński, 1999: 25-26]. Wolontariat świadczy o dojrzałości obywatelskiej, dostrzeganiu problemów słabszych jednostek, uczy odpowiedzialności

⁵ <http://mosplock.eu/www/p,124,co-moze-robic-wolontariusz> [dostęp: 01.08.2020].

⁶ *Żyjemy dzisiaj - ZOSTAŃ NASZYM WOLONTARIUSZEM*, <https://hospicjumfelicjanek.pl/wolontariat/> [dostęp: 01.08.2023].

⁷ *Poszukujemy wolontariusza/wolontariuszki do realizacji projektu badawczo-rozwojowego*, <https://www.ibok.org.pl/2023/02/wolontariusze-2/> [dostęp: 01.08.2023].

nie tylko za siebie, ale także otaczające środowisko, które wymaga pracy i zaangażowania jako wolontariusz. Natomiast fundamentalnymi zadaniami wolontariatu jest:

1. stymulowanie instytucji publicznych oraz domaganie się praw dla najsłabszych – to państwo powinno zagwarantować tym osobom opiekę, a wolontariusze pełnią rolę osób sprawdzających jak ono wypełnia swoje zadanie;
2. wyprzedzanie odpowiedzi państwa na potrzeby – to wolontariusze jako pierwsi dostrzegają problemy jakie występują na danym obszarze oraz ostrzega o ich wystąpieniu np. wzrost liczby osób z problemami alkoholowymi;
3. tworzenie odmiennej świadomości u osób, które wcześniej nie martwiły się trudną sytuacją innych ludzi – poprawa moralności i poczucia obywatelskości w społeczeństwie;
4. integrowanie służb publicznych;
5. ukazywanie służby jako sens człowieczeństwa [por. Gawroński, 1999: 26-27].

Wyróżnić można również funkcje wolontariatu w podziale na funkcje autokreacyjne (wychowawcza, integracyjne, afiliacyjna, aksjologiczno-normatywna oraz ekspresyjna) i ogólnospołeczne (innowacyjna, pomocowa, normalizacyjna, lobbingsowa, ekonomiczna i rzecznictwa interesów obywateli). Funkcje autokreacyjne wiążą się z technikami uczenia się poprzez doświadczenie – to proces, w którym nabywa się wiedzę o sobie i świecie poprzez bezpośrednie albo pośrednie uczestniczenie w konkretnych zdarzeniach. Natomiast funkcje ogólnospołeczne swoją genezę mają w doktrynach demokratycznego państwa i społeczeństwa obywatelskiego [zob. Górecki, 2013a: 225-236].

Spółeczeństwo zaangażowane w wolontariat to społeczeństwo dojrzałe, posiadające umiejętność dostrzegania problemów dotyczących innych ludzi oraz wspólnego szukania rozwiązań i niesienia pomocy. To społeczeństwo świadome swojej mocy sprawczej, które nie czeka wyłącznie na działanie ze strony instytucji państwowych. Rola wolontariuszy jest na tyle duża, iż została uwzględniona przez liczne akty prawne. Wolontariat nie tylko oddziałuje pozytywnie na występujące patologiczne zjawiska, ale wpływa na rozwój samych wolontariuszy, a takie podejście do świadczenia pomocy wolontariuszy sprawia, że dalsze promowanie oraz zwiększanie wiedzy na temat wolontariatu są niezbędne.

1.1.1. Wolontariat w działaniach trzeciego sektora

Działania wolontarystyczne są związane głównie z trzecim sektorem. Pierwszy sektor to rynek, na którym prywatne są zarówno podmioty jak i cele. Drugi sektor to rząd, a więc podmioty i cele są publiczne, natomiast trzeci sektor to społeczeństwo obywatelskie, w którym podmioty są prywatne, a cele publiczne. Można wyróżnić także czwarty sektor, czyli korupcję, gdzie podmioty są publiczne, zaś cele prywatne [zob. Szacki, 1997: 54]. Początki pojęcia trzeciego sektora określa się na przełom lat 70. i 80. XX w., kiedy strategia pluralizmu instytucjonalnego zdominowała ówczesnie funkcjonujący model liberalnej polityki społecznej. Polegała ona na udzielaniu wsparcia organizacjom niezależnym od państwa, stanowiła trzeci rodzaj instytucji, zaraz obok rynku i państwa, które przyczyniały się do zaspokajania potrzeb społeczeństwa. Wtedy w piśmiennictwie brytyjskim oraz amerykańskim pojawił się termin „trzeci sektor” po raz pierwszy. W literaturze polskiej natomiast jest on najczęściej ściśle związany z organizacjami pozarządowymi, choć zdarzają się przypadki włączania do niego również nowej spółdzielczości socjalnej czy spółdzielczości tradycyjnej [por. Leś, 2013: 17].

Wśród osób, które tworzą i działają w organizacjach pozarządowych można wyróżnić członków, wolontariuszy, osoby funkcyjne oraz pracowników, choć zdarza się, że jedna osoba pełni więcej niż jedną z tych ról. Spośród wymienionych, jedynie pracownicy otrzymują za swoją pracę gratyfikację finansową. Wolontariusz nie ma obowiązku być członkiem organizacji, może działać na rzecz podmiotów nieposiadających członków (np. fundacje), a będąc członkiem stowarzyszenia zgodnie z prawem może na jego rzecz wykonywać prace w ramach wolontariatu. Kwestie rozróżniania zadań przypisanych każdej z funkcji reguluje wewnętrzny status organizacji [zob. Moroń, 2012: 124, 128].

Trzeci sektor w Europie jest ogromną siłą gospodarczą, która wyprzedza pod względem siły roboczej wiele głównych gałęzi przemysłu. Według danych od 2014 r. szacuje się, że trzeci sektor w Europie zatrudnia 28,3 mln ekwiwalentów pełnego czasu pracy (opłacani pracownicy oraz wolontariusze) w 28 krajach Unii Europejskiej i Norwegii, co sprawia, że stanowi niespełna 13% europejskiej siły roboczej. Jest to istotne, ponieważ każda branża stanowiąca 5% zatrudnienia w kraju, jest uważana za znaczącą branżę. Ponadto, w przeliczeniu na pełne etaty wolontariusze to 15 mln pracowników, co wynosi 55% siły roboczej. Trzeci sektor oraz wolontariat tworzą

„zasoby odnawialne”, które służą do rozwiązywania problemów społecznych oraz gospodarczych, a także angażowania obywateli w okresie, gdy występują trudności wywierające presję na budżecie państwa lub luka w wiedzy obywateli wiążąca się z brakiem informacji, tożsamości czy dostępności⁸.

W Polsce, jak wynika z badań Głównego Urzędu Statystycznego 90,2% zarejestrowanych organizacji pozarządowych zadeklarowała, że w 2016 r. korzystała z pracy nieodpłatnej. Wśród podmiotów korzystających z pracy społecznej najczęściej były to ochotnicze straże pożarne (96%), następnie stowarzyszenia sportowe (92,5%), a także organizacje i stowarzyszenia społeczne oraz koła łowieckie (po 92%). Organizacje pożytku publicznego również korzystały z pracy społecznej, odsetek ten wynosił 93,4%. Ze wsparcia wolontariuszy korzystały również fundacje (84,9%), organizacje samorządu gospodarczego oraz zawodowego (78,1%) i społeczne podmioty wyznaniowe (41,8%). Organizacje non-profit, które zostały zarejestrowane i potwierdziły korzystanie z pracy społecznej wykazały, że łącznie korzystały ze wsparcia 3,2 mln wolontariuszy. Natomiast najwięcej wolontariuszy pracowało w ramach stowarzyszeń i organizacji społecznych (83% - 2,7 mln z 3,2 mln) oraz fundacji (13,2%) [zob. GUS, Urząd Statystyczny w Krakowie, 2018: 75].

Spośród wszystkich działaczy, 25,3% stanowili członkowie organizacji ogółem, którzy w ciągu ostatniego roku minimum raz zaangażowali się w pomoc społeczną. Najbardziej aktywni byli członkowie nierejestrowanych organizacji przyparafialnych – 81,8%, kół łowieckich – 66,4%, ochotniczych straży pożarnych – 43,8% i kółek rolniczych – 35,4%. Z badania wynika, iż 1/3 wolontariuszy stanowiły kobiety, wysoki udział wolontariuszy zaobserwowano w podmiotach wyznaniowych – 67,4%, organizacjach pożytku publicznego – 59,6% i fundacjach – 58,2% [por. tamże: 80].

Aby lepiej zrozumieć ideę wolontariatu warto przybliżyć jego historię na świecie oraz w Polsce, ponieważ choć współczesny wolontariat ma określone ramy definicyjne i regulacje prawne, to nie zawsze tak było. Mimo iż dobroczynność wydaje się być czymś oczywistym, to wolontariat ma dosyć ciekawą genezę.

⁸ *Final Report Summary - THIRD SECTOR IMPACT (The Contribution of the Third Sector to Europe's Socio-economic Development)*, <https://cordis.europa.eu/project/id/613034/reporting/pl> [dostęp: 15.01.2021].

1.2. Historia wolontariatu na świecie

Choć samo pojęcie „wolontariat” jest pojęciem stosunkowo młodym, to działania, które dzisiaj można nazwać wolontarystycznymi mają bardzo długą historię. Jak to zostało zaznaczone na wstępie, źródeł wolontariatu dopatruje się w idei filantropii, która zaczęła się rozwijać w starożytnej Grecji i Rzymie oraz w chrześcijańskiej idei dobroczynności wobec osób potrzebujących, ubogich lub chorych [por. Kromolicka, 2008: 219]. Pojęcie filantropia z języka greckiego – *philanthropos*, oznacza „kochający ludzkość”, dlatego filantropami uczeni nazywali osoby miłujące ludzkie usposobienie, wspierające, walczące o ludzkość i niosące im pomoc. Za wzór i pierwszego filantropa uznaje się Prometeusza [zob. Bremner, 2000: 4; Leś, 2001: 17].

Mitologia dla ludzi żyjących w starożytności stanowiła wyjaśnienie i wskazówki dotyczące postępowania, a postaci w niej zawarte były uznawane nierzadko za wzory do naśladowania [zob. Radwan-Pragłowski, Frysztacki, 1996: 13]. To właśnie Prometeusz stworzył człowieka, którym się opiekował, ponieważ człowiek był początkowo słaby. Tytan wykradł dla ludzi ogień, nauczył ich jak używać ognia, rzemiosł i sztuk. Ponadto przechytrzył Zeusa sprawiając, iż ludzie mieli składać w ofierze bogom kości i tłuszcz zwierząt, nie zaś najlepszą część mięsa, za co został srogo ukarany. Przewinienie sprawiło, iż Zeus rozkazał, aby przykuto go do skały Kaukazu, gdzie codziennie przylatywał orzeł i wyjadał mu wątrobę, która każdego dnia odrastała. Dodatkowo otaczała go tylko pustka i cisza, nie dane mu było zobaczyć żadnego człowieka. Prometeusz cierpiał przez miłość do ludzi. Dał im wiedzę o otaczającym ich świecie, nauczył budować i tworzyć, kiedy siać i zbierać plony, nauczył liczyć i pisać, oswoił zwierzęta, aby mogły pomóc na roli, dał lekarstwa. To on sprawił, że człowiek zaczął panować nad światem [por. Parandowski, 1972: 50-53].

Po raz pierwszy wyraz *philanthropou* pojawił się w zaleceniu „zaniechania usposobienia miłującego ludzi”, które w tragedii „Prometeusz skowany” Ajschylosa, Zeus skierował do Pitagorasa. Mit o Prometeuszu jest tak ważny z trzech powodów. Pierwszym z nich jest to, że filantropia miała obejmować wszystkich ludzi, bez względu na pochodzenie. Ponadto w tym micie zawarta jest nauka, aby pomagać innym poprzez dzielenie się z nimi wiedzą. Trzecim powodem jest przekazanie, iż słusznym jest bezgraniczne poświęcenie siebie w imię miłości do bliźnich, nawet jeżeli wymagać to będzie poświęcenia swojego życia [por. Radwan-Pragłowski, Frysztacki, 1996: 13-14].

Zdaniem Arystotelesa, filantropia grecka była wynikiem naturalnej społecznej skłonności ludzi oraz życia człowieka we wspólnocie. Dopiero osoba, która miłowała bliźnich stawała się człowiekiem w pełni, a miłowanie to powinno przejawiać się we wszystkich aspektach życia społecznego danej wspólnoty. I choć filozofowie nie byli filantropami, to niewątpliwie przyczynili się do rozpowszechniania myśli filantropijnej. Zadaniem filozofów było głównie dochodzenie do mądrości, która była związana z rozumem, natomiast filantropia wiąże się z sercem. Ponadto filantropia pociąga za sobą pewne działania społeczne, których nie podejmowali filozofowie [zob. tamże: 26-28].

Wyodrębniono nurt filantropii religijnej, nazywanej również dobroczynnością, która z łaciny *charitativus*, oznaczała chrześcijańskie miłosierdzie wobec osób ubogich [zob. Leś, 2000: 33]. Dobroczynność ta była ściśle związana z nauką Kościoła i nawiązywała do przypowieści o Miłosiernym Samarytaninie oraz nauki Jezusa Chrystusa mówiących, iż miłość do bliźniego jest powołaniem każdego człowieka i należy pomagać potrzebującym.

Za prekursora działań wolontarystycznych we współczesnym rozumieniu tego pojęcia uznawany jest Pierre Ceresole, szwajcarski inżynier i pacyfista, który w 1920 r. zainicjował pierwszy obóz dla młodych ludzi pochodzących z różnych krajów Europy, na którym mieli odbudować, zniszczone podczas wojny, domostwa w Esme (wioska w pobliżu Verdum). Celem było także stworzenie atmosfery pojednania i braterstwa wśród osób ze skonfliktowanych ze sobą krajów. Pierre Ceresole założył także organizację pozarządową Service Civil International (SCI) [por. Bejma, 2012: 24-25]. Początkowo organizacja zajmowała się niesieniem pomocy na obszarach dotkniętych klęskami żywiołowymi, ale od 1931 r. wdrażano projekty wolontariackie również z innych obszarów, np. pomocy rozwojowej w Indiach lub projekty społeczne w Walii. Podczas hiszpańskiej wojny domowej udzielano wsparcia dzieciom uchodźców, a podczas wojny o niepodległość w Algierii opiekowano się sierotami⁹.

Historia wolontariatu na świecie jest bardzo zróżnicowana w zależności od kraju, czego powodem są różnice historyczne, polityczne oraz kulturowe między państwami. W Unii Europejskiej są kraje z długoletnią tradycją wolontarystyczną oraz dobrze rozwiniętym sektorem wolontariatu, jak np. Wielka Brytania czy Holandia, ale też państwa słabo rozwinięte pod tym względem, jak Rumunia, Bułgaria. Wolontariat jest także różnie definiowany w zależności od kraju, co również wpływa na wygląd historii

⁹ *Our History*, <https://sci.ngo/about-us/our-history/> [dostęp: 12.01.2021].

dobroczynności. Wolontariat we Francji ma swoje korzenie w średniowieczu i łączy się z istnieniem cechów i innych organów pośredniczących, które istniały w ramach Ancien Régime. Podobnie długą tradycję wolontariatu i aktywnego obywatelstwa ma Szwecja, gdyż sięga XVII wieku. Wolontariat kościelny zorientowany na społeczności lokalne ma długą tradycję w większości krajów europejskich. We Włoszech do XIX w. wolontariat był głównie związany z instytucjami religijnymi, które angażowały się w działalność charytatywną w zakresie pomocy społecznej i zdrowia. Przełomem dla większości krajów europejskich był także kryzys państwa opiekuńczego. W następstwie narastających trudności władz publicznych i problemie z zaspokajaniem potrzeb społeczeństwa, pojawił się nowy rodzaj organizacji. Organizacje te działały głównie na poziomie lokalnym, próbując rozwiązać konkretne problemy przy ograniczonych zasobach finansowych i możliwościach¹⁰.

Wyższy poziom zaangażowania w wolontariat prezentują kraje o długiej tradycji demokratycznej. Mają one lepiej rozwinięte społeczeństwo obywatelskie oraz większą ilość organizacji non-profit. Kraje, które mają w swojej historii okres ustroju komunistycznego odznaczają się znacznie niższym poziomem zaangażowania w działania wolontarystyczne, a do takich krajów można zaliczyć np. Węgry czy Polskę. Jest to związane z okresem likwidacji lub blokowania działania stowarzyszeń oraz wprowadzeniu prac przymusowych¹¹. Dla lepszego zobrazowania zostaną poniżej przytoczone przykłady rozwoju działań wolontarystycznych w Wielkiej Brytanii, Niemczech, Stanach Zjednoczonych oraz Rosji.

Wielka Brytania może poszczycić się długą historią działań wolontarystycznych, gdyż jej początki dostrzega się w XV w., kiedy organizacje kościelne prowadziły akcje zorientowane na pomoc sąsiedzką mieszkańcom danej miejscowości lub parafii. Później pojawiły się grupy świeckie: w XIX w. działaniami dobroczynnymi szczególnie odznaczali się reformatorzy, wśród których można wymienić założyciela pierwszego sierocińca z 1870 r., Thomasa Barnardo czy Williama Bootha, który założył Armię Zbawienia w 1865 r. Większość organizacji, które powstawały w tym okresie skupiały się na pomocy osobom znajdującym się w trudnej sytuacji spowodowanej Rewolucją Przemysłową [por. Kanios, 2008: 58; Janeczek, 1996: 15].

¹⁰ GHK, *Volunteering in the European Union*, Educational, Audiovisual & Culture Executive Agency (EAC-EA), Directorate General Education and Culture (DG EAC), 2010, Brussels, https://ec.europa.eu/citizenship/pdf/doc1018_en.pdf [dostęp: 03.01.2021].

¹¹ Tamże.

Powstanie państwowej i profesjonalnej pomocy społecznej spowolniło rozwój wolontariatu, jednak po pewnym czasie dostrzeżono, że nie jest to system na tyle wydolny, żeby zaspokoić potrzeby wszystkich potrzebujących, więc na nowo zaczęto doceniać pracę wolontariuszy i uważać ich zaangażowanie za uzupełnienie misji instytucji państwowych. To w konsekwencji doprowadziło do tzw. *volunteer boom* w latach 60. XX w., a okres ten nazywany jest również złotym wiekiem wolontariatu. Zaczęły powstawać organizacje typowo wolontarystyczne, pojawiały się także publikacje dotyczące problematyki wolontariatu. Wolontariusze podejmowali szeroki zakres działań o różnym zasięgu, a wśród najpopularniejszych organizacji można wymienić Volunteer Centre UK, który reprezentuje Wielką Brytanię na szczeblu międzynarodowym, prowadzi badania statystyczne oraz zajmuje się promocją wolontariatu w kraju. Inne organizacje to, np. National Association of Volunteer Bureaux (sieć biur wolontariatu) czy National Council for Voluntary Organisations (NCVO) będąca placówką koordynującą prace wolontarystyczne [zob. Janeczek, 1996: 15-16].

Wolontariat jest bardzo wspierany przez Rząd Wielkiej Brytanii, który traktuje go jako element wsparcia polityki społecznej. To było widoczne zwłaszcza w późnych latach 70. i 80. XX w., kiedy odnotowywano wzrost bezrobocia i w latach 80. powstały programy państwowe, które zachęcały do podnoszenia swoich umiejętności poprzez pracę wolontarystyczną, a także zmniejszanie negatywnych skutków psychicznych wywołanych utratą pracy. Ponadto, jest to jedyny kraj w Europie, który utworzył specjalny wydział zajmujący się działalnością stowarzyszeń wolontarystycznych w ramach Ministerstwa Spraw Wewnętrznych [por. tamże: 16-17]. Współcześnie wolontariat w Wielkiej Brytanii cieszy się dużą popularnością. Jak wynika z badań Office for National Statistic w 2015 r., wskaźnik uczestnictwa w wolontariacie w ciągu roku wynosił 42% dla kobiet i 41% dla mężczyzn. Najbardziej zaangażowaną grupą, były osoby w wieku 16-24 lata, osiągający najwyższy wynik zarówno pod względem uczestnictwa (51%), jak i średniego czasu spędzonego na wolontariacie (17 minut dziennie w ciągu roku) [por. ONS, 2017: 2].

W przypadku Niemiec początek wolontariatu datuje się na 1788 r., a pierwszym dokumentem, który regulował pracę wolontariuszy był Hamburski Regulamin dla Ubogich zawierający podział miast i gmin na obszary (okręgi), w których działali wolontariusze. Natomiast początek wolontariatu we współczesnym znaczeniu tego terminu wyznaczył w 1853 r. Regulamin dla Ubogich w Elberfeld, czyli tzw. System Elberfeld, który miał wpływ na dalszy rozwój wolontariatu [zob. Kanios, 2008: 56-57].

Jednocześnie ze względu na zasadę pomocniczości i kontrolowaną politycznie partycypację obywateli, pojęcie wolontariatu ma nieco inną konotację w Niemczech niż w innych krajach. Pojęcia *ehrenamt* oraz *ehrenamtliche Tätigkeit* podkreślają znaczenie działalności honorowej oraz pracy.

Po II wojnie światowej Niemcy zostały podzielone na Republikę Federalną Niemiec oraz Niemiecką Republikę Demokratyczną, a podział ten trwający 40 lat nie był bez znaczenia dla rozwoju dobroczynności, ponieważ były istotne różnice między dwoma nowopowstałymi państwami, chociażby panujące w nich ustroje polityczne. W NRD praca wolontarystyczna była wykorzystywana jako środek kontroli politycznej oraz sposób infiltrowania niemieckiego społeczeństwa, kiedy w RFN pomocniczość stanowiła podstawę polityki społecznej. Zjednoczenie Niemiec i przyjęcie systemu funkcjonującego w RFN, w 1990 r., dało szansę na rozwój wolontariatu. Przyznano pulę pieniędzy z budżetu państwa na rozwój infrastruktury dla wolontariatu w regionach, gdzie nie miał możliwości wcześniej funkcjonować. Z czasem zaczęły się rozwijać centra oraz programy wolontariackie, powstała również Komisja Badawcza ds. Przyszłości Aktywności Obywatelskiej powołana przez Parlament, która w 2002 r. przedstawiła raport zawierający projekt działań promujących wolontariat¹². Współcześnie zaangażowanie w wolontariat w Niemczech jest na poziomie 41,5% wśród kobiet oraz 45,7% u mężczyzn, natomiast biorąc pod uwagę wiek, najaktywniejszą grupą są osoby 14-19 lat (52,3%), następnie osoby w wieku 20-24 lata (48,4%) [por. Simonson, Vogel, Tesch-Römer, 2017: 14].

Dla Amerykanów dobroczynność i relacje społeczne mają szczególne znaczenie, a pomaganie potrzebującym w ich dzielnicach czy parafiach jest silnie zakorzenione w amerykańskim stylu życia. Różnorodność amerykańskiego społeczeństwa pod względem pochodzenia czy religii również miała na to wpływ¹³. Pierwsza ochotnicza remiza strażacka została założona w 1736 r. przez Benjamina Franklina. W XIX w. nastąpił rozwój ruchu na rzecz reform społecznych zorientowany na kwestiach takich jak ubóstwo, wstrzemięźliwość, prawa kobiet czy zniesienie niewolnictwa, które zmobilizowały nowe pokolenie, wcześniej niezaangażowane w życie obywatelskie, w tym kobiety i młodzież. Doprowadziło to do powstania instytucji utworzonych

¹² GHK, *Study on Volunteering in the European Union. Country Report Germany: National report – Germany*, https://ec.europa.eu/citizenship/pdf/national_report_de_en.pdf [dostęp: 13.01.2021], ss. 1-3.

¹³ Young R. D., *Volunteerism: Benefits, Incidence, Organizational Models, and Participation in the Public Sector*, <http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.545.8713&rep=rep1&type=pdf> [dostęp: 23.01.2021].

głównie, aby połączyć nową siłę ochotniczą z usługami społecznymi m. in. YMCA, Amerykańskiego Czerwonego Krzyża i Zjednoczonej Drogi¹⁴.

Według badań z 2017 r., przeprowadzonych przez AmeriCorps, 30,3% Amerykanów działa wolontarystycznie za pośrednictwem organizacji. Wolontariusze inwestują w budowanie społeczności. Robią coś dobrego dla społeczności lokalnej trzykrotnie częściej oraz wyświadczają przysługę sąsiadom prawie dwukrotnie częściej niż osoby nie będące wolontariuszami. W latach 2002-2017 Amerykanie przepracowali 120 miliardów godzin na ochotnika, a ich wartość szacuje się na 2,8 biliona dolarów¹⁵.

Początek wolontariatu w Rosji jest silnie związany z moralnymi tradycjami prawosławia, w którym istotna jest idea pracy na chwałę Bożą. W czasach rządów księcia Jarosława I Mądrego tworzone szkoły dla sierot za zbierane w wioskach jałmużny. Władcy również byli zaangażowani w działalność dobroczynną, caryca Katarzyna II Wielka czy Maria Fjorowna Romanow były inicjatorkami wielu instytucji charytatywnych, które stały się podwalinami rosyjskiej opieki społecznej. Caryca Katarzyna II wprowadziła w życie ideę „oświeconej miłości”, której przykładem był stworzony z myślą o kształceniu dziewcząt, Instytut Smolny [zob. Shtark, Komova, Anisimov, 2015: 177].

Na rozwój wolontariatu miało również wpływ rozwarstwienie społeczeństwa po reformach cara Piotra I Wielkiego, kiedy wykształcona mniejszość społeczeństwa odczuwała swoją historyczną winę w stosunku do uciskanej mniejszości ignoranckiej. W XVIII w. pod patronatem cara powstały także pierwsze stowarzyszenia filantropijne. Wojna rosyjsko-turecka także spowodowała wzrost zapotrzebowania na działania dobroczynne. Pod koniec lat 70. XIX w. zakonnice z klasztoru św. Mikołaja zostały pierwszymi na świecie siostrami miłosierdzia, które z własnej woli ruszyły na front by pomagać walczącym, opatrując im rany. Po wybuchu rewolucji październikowej w 1917 r. wszystkie organizacje pozarządowe zostały przejęte przez władze państwowe. Ostatnią organizacją angażującą wolontariuszy był rosyjski oddział Międzynarodowego Czerwonego Krzyża, który zlikwidowano w latach 30. XX w. [por. tamże: 178].

Wolontariat jako zjawisko społeczne pojawił się we współczesnej Rosji w latach 80. XX w., Jego podstawę stanowiły wytyczne dla „restrukturyzacji” oraz „reklamy” ogłoszone przez rząd ZSRR. Warunki społeczne i ekonomiczne dały możliwość podjęcia

¹⁴ Dreyfus S. N., *Volunteerism and US Civil Society*, 2018, https://ssir.org/articles/entry/volunteerism_and_us_civil_society [dostęp: 24.01.2021].

¹⁵ <https://www.nationalservice.gov/serve/via/research> [dostęp: 23.01.2021].

działań wolontariackich w różnych obszarach wymagających wsparcia. W 1990 r. powstała Ustawa o stowarzyszeniach publicznych, która była długo wyczekiwana podstawą prawną [por. Gorlova, 2019: 196]. Jednak wolontariat w Rosji nie jest zbyt popularny, kryzys gospodarczy w XXI w. spowodował, że państwo zostało zmuszone do zmniejszenia wydatków socjalnych, a w konsekwencji nie jest w stanie pełnić roli jedyne podmiotu zaangażowanego w politykę społeczną. Jest to szansa na zwiększenie pozycji i znaczenia dla działań wolontarystycznych, które mogą wypełnić tę lukę [zob. Shtark, Komova, Anisimov, 2015: 181].

Zaangażowania w wolontariat na świecie nie sposób opisać jedną spójną historią bez uwzględniania specyfiki każdego z państw, ponieważ każdy kraj doświadczył indywidualnych wydarzeń historycznych, które miały wpływ na kształtowanie się dobroczynności, a następnie wolontariatu. Czynnikiem, które spowolniły ten rozwój w wielu krajach był ustrój komunistyczny, doświadczenie wojny czy rewolucji.

1.3. Historia wolontariatu w Polsce

Działania wolontarystyczne w Polsce mają długą historię, a ich początki historycy wiążą bezpośrednio z wiarą chrześcijańską i przyjęciem katolickiego chrztu w 966 r. przez Mieszka I. Do tego czasu mieszkańcy Polski skupieni byli na życiu plemiennym, a pomoc ograniczali do swojej rodziny, przyjaciół i najbliższych sąsiadów. Dopiero wpływ idei chrześcijańskiej dobroczynności rozszerzył zakres działań na rzecz drugiego człowieka [por. Leś, Nałęcz, Wygnański, 2000: 2; Moroń, 2009: 101]. W myśl wartości przekazywanych przez duchowieństwo, należało troszczyć się o biednych i potrzebujących, aby być dobrym chrześcijaninem oraz osiągnąć zbawienie.

Działania o charakterze charytatywnym podejmowali jednak głównie władcy i Kościół katolicki. Tworzyli oni fundacje i szpitale skupiające się na pomocy potrzebującym. Jedną z pierwszych fundacji charytatywnych w Polsce powstała w średniowieczu dzięki darowiźnie księcia Władysława Hermana, który w ten sposób okazał wdzięczność za potomka płci męskiej. Natomiast pierwszy szpital powstał na górze Sobótce w 1108 r. dzięki wsparciu Piotra Własta. Później został on przeniesiony do Wrocławia, gdzie istniał do XVIII wieku. W kolejnych latach powstawały następne fundacje szpitalne, np. opactwo cysterskie ze szpitalem w Jędrzejowie (1152 r.) ufundowane przez arcybiskupa gnieźnieńskiego, szpital przy kościele św. Michała

w Poznaniu (1170 r.) ufundowany przez Mieszka Starego, szpital dla górników w Sławkowie (1203 r.) wybudowany dzięki biskupowi krakowskiemu i wiele innych. Szpitale te były miejscami, gdzie połączono funkcję hospicjum dla nieuleczalnie chorych osób, przytułku dla opuszczonych oraz zakładu leczniczego. Mogli się w nich schronić ubodzy i pielgrzymi, starcy oraz osierocone dzieci. Prowadzono tam punkty żywienia dzieci oraz gospody dla ubogich [zob. Kępski, 1993: 22-23; Leś, 2001: 19-20].

Okres wzmożonego rozwoju szpitali i niesienia pomocy wszystkim ubogim się skończył, kiedy król Polski – Jan Olbracht, w 1496 r. wydał statut, w którym została uregulowana kwestia nadzoru nad ubogimi. Od tej pory funkcjonowały „kontyngenty żebracze”, tzn. dopuszczalna liczba żebrzących. Podzielono ubogich na tych, którzy są godni pomocy (niedołężni, dzieci czy chorzy) oraz niegodni udzielania im pomocy, czyli zdolnych do pracy. Ci ostatni byli stopniowo obejmowani kontrolą ze strony instytucji publicznych.

Przełomowym punktem w historii dobroczynności była Reformacja, która na Zachodzie oprócz poddania dyskusji doktryn i praktyk w Kościele katolickim, w tym krytykę „sprzedawania odpustów” (będące istotnym źródłem dochodów dla duchowieństwa), przyniosła również przekazanie szpitali wraz z ich zasobami finansowymi pod nadzór państwa. Jednakże w Polsce nie wywołała ona istotnych zmian, szpitale i fundacje nadal były zaopiekowane przez Kościół katolicki, a próba stworzenia zorganizowanej opieki publicznej zakończyła się niepowodzeniem. Natomiast okres kontrreformacji po soborze trydenckim (1545-1563) i jego uchwały jeszcze bardziej wzmocniły pozycje biskupów, którzy sprawowali pieczę nad działalnością charytatywną [por. Leś, 2001: 22-24].

Ważną postacią dla rozwoju polskiej dobroczynności jest Piotr Skarga, który założył w Krakowie Bractwo Miłosierdzia (1584 r.), Bank Pobożny oraz Skrzynkę św. Mikołaja. Bank Pobożny zajmował się udzielaniem małych bezprocentowych pożyczek pod zastaw. Pozwalało to najbiedniejszej ludności uniknąć zadłużenia z wysokim procentem u Żydów. Skrzynka św. Mikołaja przeznaczała swoje fundusze na posagi dla biednych panien, co niejednokrotnie chroniło panny przed upadkiem moralnym. Natomiast Bractwo Miłosierdzia zajmowało się udzielaniem pomocy materialnej osobom ubogim, chorym i żebrakom na dużą skalę. Swoje fundusze pozyskiwało podczas kwest charytatywnych oraz składek członkowskich, zaś do grona członków Bractwa należały wybitne jednostki jak np. król Zygmunt III Waza [zob. Góralski, 1973: 25].

Duże znaczenie dla wyglądu dobroczynności na terenach Polski miał fakt, iż Polska była krajem bardzo zróżnicowanym pod względem religijnym oraz etnicznym, więc motywacja do podejmowania działań na rzecz drugiego człowieka nie miała podłoża jedynie w idei chrześcijańskiego miłosierdzia, ale także nauczaniu islamu, prawosławia czy judaizmu. Impulsem do działań dobroczynnych w kościele prawosławnym była decyzja synodu biskupów z 1594 r., według której bractwa cerkiewne i władcy rusczy mieli prowadzić przytułki dla ubogich oraz szkoły. W przypadku wyznawców islamu dobroczynność jest uważana za obowiązek każdego wyznawcy, a jej podstawą są modlitwa i jałmużna. Na terenie Polski ludność tego wyznania nie była zbyt liczna, tworzyli ją głównie Tatarzy. Nie była to ludność zamożna i nie prowadzili oni własnego szpitala, stąd ich możliwości pomocy materialnej na rzecz innych były ograniczone. Skupiali się oni raczej na pomocy krewnym [por. Leś, 2001: 28-30].

W judaizmie dobroczynność również jest jedną z powinności człowieka jakie zakłada religia. Żydzi swoje działania kierują głównie, aby wesprzeć potrzebujących, pomóc duszom zmarłych osób oraz zapewnić harmonię na świecie. Jednocześnie skupiają się na pomocy członkom swojej wspólnoty wyznaniowej. Pieniądze na cele charytatywne były pozyskiwane, np. z wynajmowania miejsc w świątyni, ofiarności indywidualnych osób, opłat sądowych czy z opłaty za zaszczyt czytania Tory. W większych polskich gminach Żydzi zakładali bractwa dobroczynności, które zajmowały się pomocą chorym i zbliżającym się do kresu życia, a także angażowali się w pomoc przy przygotowaniu pogrzebów [zob. tamże].

Znaczne zwiększenie zapotrzebowania na pomoc charytatywną na terenach Polski odnotowano w XVII i pierwszej połowie XVIII wieku, kiedy miała miejsce głęboka depresja gospodarcza. Dużym ciosem były także wojna polsko-szwedzka i najazdy tatarskie. Działania dobroczynne mające zinstytucjonalizowaną postać skupiały się na działaniach opiekuńczych i oświacie realizowanych przez Kościół katolicki, gminy wyznaniowe i bractwa filantropijne. Natomiast druga połowa XVIII w. i rozwijająca się idea Oświecenia sprawiła, że postrzegano dobroczynność jako zachowanie wynikające z miłości do istoty ludzkiej, nie zaś jak do tej pory z miłości do Boga. Ze względu na duże zapotrzebowanie na siłę roboczą spowodowaną rozwojem manufaktur, co niosło za sobą zmiany w funkcjonowaniu gospodarki, doraźnie pomagano najbardziej potrzebującym, zaś tym którzy byli zdolni do pracy – pomagano poprzez znajdowanie pracy. W efekcie powstał przymus pracy, który miał być remedium

na ubóstwo, a ludzi zaczęto segregować na zdolnych do pracy lub niezdolnych [zob. Leś, 2001: 31, 37; Góralski, 1973: 17].

W czasach panowania króla Stanisława Augusta dostrzeżono nadmiar osób żebrzących i proszących o pomoc, dlatego sejm w 1773-1775 powołał specjalną Komisję Szpitalną, która działając zgodnie z założeniem, iż zbyt duża liczba osób żebrzących i jednocześnie zdolnych do pracy powoduje, że pomoc nie trafia do naprawdę potrzebujących. W tym celu wprowadzono pozwolenia na żebranie, które wydawała komisja, w której skład wchodził cyrulik lub lekarz. Takie pozwolenie było wydawane na okres roku i tylko na określony teren. Jeżeli żebrak nie posiadał pozwolenia groziła mu chłosta i skonfiskowanie tego co wyżebrał, natomiast chorzy i starzy żebracy mieli być umieszczani w szpitalach. Takie metody jednak nie przyniosły zamierzonego spadku liczby osób ubogich, więc Komisja została zniesiona w 1780 r. Próbowano zmniejszyć ich liczebność za pomocą Komisji Policji, która w 1791 r. w Warszawie zorganizowała obławę na żebraków. Wszystkich złapanych poddano badaniu lekarskiemu i według zaleceń odpowiednio: odwieziono do szpitala, prochowni lub wcześniej przygotowanych domów. Jednakże działanie tej Komisji nie przyniosło wymiernych skutków – nie we wszystkich miastach akcja przebiegła sprawnie z powodu braku odpowiednich funduszy [por. tamże: 17-18, 21-22].

Ważnym wydarzeniem dla rozwoju polskiej dobroczynności w XIX w. była działalność Warszawskiego Towarzystwa Dobroczynności, które powstało w 1814 r. z inicjatywy Zofii Zamojskiej. W pierwszym spotkaniu wzięli udział m.in. sekretarz generalny Izby Edukacyjnej – Józef Lipiński, Julian Ursyn Niemcewicz czy Maria z Czartoryskich Wirtemberska. Członkowie płacili składkę wynoszącą 72 zł na rok i z czasem liczba członków rosła. Na początku działalności, WTD podzielono na dwa wydziały, pierwszy zajmował się dostarczaniem rzeczy pierwszej potrzeby, zaś drugi – leczeniem chorych, pomocą w położach oraz szczepieniem na ospę [por. Kępski, 1993: 63-65]. Ponadto, wśród licznych aktywności można wymienić, m. in. prowadzenie tanich kuchni, kas groszowych i oszczędnościowych czy przytułków dla osób z różnych grup zawodowych np. literatów, nauczycieli. Szczególną troską WTD zostali objęci najmłodsi – sieroty, podrzutki. Zapewniano im elementarną edukację. Jednych przyuczano do konkretnych zawodów, a zdolniejszych posłano do szkół średnich. Po ukończeniu edukacji dbano o zapewnienie im zatrudnienia lub udzielano pożyczek na założenie własnego miejsca pracy. To Warszawskie Towarzystwo Dobroczynności założyło na

terenie Królestwa Polskiego pierwszą ochronę dla dzieci będących w wieku przedszkolnym [zob. Markiewiczowa, 2016: 641].

Działalność dobroczynną zorientowaną na młodsze pokolenie praktykował także Henryk Jordan, który zbierał fundusze na wyposażenie szpitali dziecięcych oraz tworzenie domów dla podrzutków czy zakładów opieki nad niemowlętami, zainicjował sieci lekarzy szkolnych. Był on także twórcą pierwszego w Europie ogólnodostępnego parku zabaw, który powstał na Błoniach Krakowskich, w 1889 r. nazwanego Parkiem Miejskim im. dra Henryka Jordana. Dzieci korzystające z parku miały do dyspozycji sale do gier, korty tenisowe, pawilony i prace zabaw z drabinkami, kładkami, drążkami czy równoważnikami. To wszystko miało zachęcić dzieci do aktywności fizycznej, a w efekcie poprawić ich sprawność [por. Szylar, 2015: 17, 20].

Pod koniec XIX w. powstało także Towarzystwo Kolonii Letnich dla Ubogiej i Słabowitej Działwy Warszawy, której inicjatorem był Stanisław Markiewicz. Organizacja ta, dzięki funduszom prywatnym, organizowała letni wypoczynek dla dzieci z niezamożnych rodzin. Warszawskie Towarzystwo Higieniczne przyczyniło się do rozwoju działalności opiekuńczej nad dziećmi. Z jego inicjatywy powstały dwie istotne instytucje oświatowe: Instytut Higieny Dziecięcej, który zajmował się organizacją poradnictwa w zakresie higieny oraz wychowania dzieci, kursów z pielęgnacji niemowląt i małych dzieci, a także organizacją pomocy lekarskiej. Drugą inicjatywą były ogrody im. Wilhelma Raua, gdzie prowadzono działalność wychowawczą i rekreacyjną [zob. Leś, 2001: 64].

Na początku XX w., a dokładnie w 1908 r. Kazimierz Jeżewski zainicjował powstanie Towarzystwa Gniazd Sierocych, które podczas swojego funkcjonowania w latach 1909-1949 opiekowało się ponad 100 tys. wychowankami [por. Brenk, 2017: 531]. Inicjatywa polegała na tym, że pod opiekę gospodarza rolnego wraz z żoną i dziećmi trafiało dziesięć sierot do 16. roku życia i stwarzano im w miarę możliwości rodzinne warunki. Uczono je podstawowych rzeczy, zapewniano edukację oraz pracę, tak aby każde gospodarstwo z czasem stało się samowystarczalne finansowo [zob. Towarzystwo Gniazd Sierocych, 1921: 6, 16].

Sytuacja w jakiej znaleźli się Polacy w XIX w. i wiążąca się z tym walka o niepodległość, represje oraz umieszczenie w więzieniach więźniów politycznych spowodowały zmianę postrzegania osadzonych. Zaczęto pomagać tym więźniom, a przykładem organizacji działającej na ich rzecz był Patronat Opieki nad Więźniami – tajna organizacja kobieca założona w 1863 r. we Włocławku. Zaangażowane kobiety

zanosiły więźniom jedzenie, organizowały obuwie i odzież dla osób wysłanych na katorgę. Dostrzeżono, że zarówno osadzeni, jak i ich rodziny potrzebują także pomocy prawnej, a w te działania angażowali się głównie adwokaci. W 1907 r. uzyskano pozwolenie na powstanie Patronatu Opieki nad Uwolnionymi z Więzień, który zajmował się pomocą rodzinom więźniów, profilaktyką oraz problemem resocjalizacji. Ponieważ instytucja ta nie mogła mieć charakteru politycznego, część z osób angażujących się w jej działania, pomagała więźniom nielegalnie, formalnie nie będąc jej członkami [zob. Zbyszewska, 1983: 20-21, 28-29].

Wybuch I wojny światowej spowodował skupienie się na działaniach zbrojnych oraz pomocy w nich poszkodowanym. Powstawały wtedy głównie inicjatywy ukierunkowane na pomoc ofiarom wojny. Jedną z nich był Biskupi Komitet Pomocy dla Dotkniętych Klęską Wojny założony w 1915 r., której inicjatorem był biskup Adam S. Sapieha, zaś kolejnym założony przez Ignacego J. Paderewskiego oraz Henryka Sienkiewicza w 1915 r., Komitet Generalny Pomocy Ofiarom Wojny w Polsce, mający swoją siedzibę w Szwajcarii, w Vevey, który zajmował się głównie organizacją wsparcia finansowego [por. Leś, 2001: 73]. Oprócz tego na obszarze całego Królestwa Polskiego w miastach, a następnie na wsiach zaczęły tworzyć się Komitety Obywatelskie, które zajmowały się działalnością dobroczynną na określonych terenach. Z czasem okazało się, że niezbędne na czas wojny jest połączenie tych miejscowych komitetów w jeden Centralny Komitet Obywatelski [zob. Grabski, Żabko-Potapowicz, 1932: 12]. Okres I wojny światowej ukierunkował działania organizacji dobroczynnych na werbowanie oraz szkolenie ochotniczych kadr sanitarnych, tworzenie na tyłach armii i froncie punktów opatrunkowych, a także prowadzenie szpitali [por. Szymonczek, 2016: 22].

Koniec wojny przyniósł niepodległość i nowe wyzwania dla polskiego społeczeństwa. Wprowadzono system ubezpieczeń społecznych i podstawowe potrzeby życiowe osób potrzebujących miały być zaspokajane z funduszy publicznych, jednak rola dobroczynności wcale nie zmalała [por. Leś, 2001: 82], a wręcz pojawiła się konieczność uregulowania kwestii formalnych stowarzyszeń. Z tego powodu w 1919 r. został wydany tymczasowy dekret o stowarzyszeniach (Dz. Pr. P. P. 1919 nr 3 poz. 88), który został uchylony dopiero 13 lat później, kiedy wprowadzono w życie rozporządzenie Prezydenta Rzeczypospolitej – Prawo o stowarzyszeniach z 1932 r. (Dz. U. 1932 nr 94 poz. 808), zawierające przepisy informujące o tym, iż stowarzyszenia to dobrowolne i trwałe zrzeszenia, których cele są niezarobkowe. Jednocześnie cel, ustrój

oraz działalność stowarzyszenia nie mogły być niezgodne z prawem, ani zagrażające spokojowi i bezpieczeństwu publicznemu.

Odnotowano znaczne zwiększenie liczby organizacji humanitarnych, które chciały działać na rzecz polskiej armii, która dopiero się tworzyła. Choć organizacje powiązane z Czerwonym Krzyżem istniały na terenie ziem polskich już wcześniej, bo w latach 1882-1894 działały m.in. Towarzystwo Czerwonego Krzyża, Samodzielny Oddział Czerwonego Krzyża w Wielkopolsce, Towarzystwo Pomocy Więźniom i Emigrantom Politycznym Czerwony Krzyż czy Warszawski Polski Komitet Pomocy Sanitarnej, zaś w 1902 r. powołano Krajowy Związek Czerwony Krzyż, to formalnie Polski Czerwony Krzyż (wówczas Tymczasowy Komitet Polskiego Towarzystwa Czerwonego Krzyża) powstał dopiero 20 stycznia 1919 r. Zadaniem PCK była pomoc organizacjom państwowym w działaniach mających na celu zaspokajanie podstawowych potrzeb ludzi z zakresu opieki oraz oświaty zdrowotnej, zapobiegania chorobom czy pomocy ofiarom klęsk żywiołowych. Ponadto, organizacja miała rozpowszechniać treść prawa humanitarnego, zaś na polu międzynarodowym pomagać ofiarom wojen [por. Abramek, 2001: 76-77; Szymoniczek, 2016: 22-23]. Natomiast w 1929 r. powołano w Poznaniu Instytut Caritas, który zajął miejsce Związku Caritas założonego w 1897 r. w Niemczech. Instytut Caritas pełnił funkcję reprezentacyjną Caritas krajowego przed władzami państwa, a także Caritas Catholica, jednak wybuch wojny spowodował przerwanie podjętych wcześniej działań¹⁶.

Wybuch II wojny światowej spowodował, że organizacje społeczne, które znajdowały się na ziemiach wcielonych do III Rzeszy zostały uznane za nielegalne, a te znajdujące się na obszarze Generalnego Gubernatorstwa działały do lipca 1940 r. Na ziemiach przejętych przez Rzeszę odebrano osobowość prawną Kościołowi, a działania samopomocy społecznej zarówno ze strony organizacji świeckich, jak i religijnych były prowadzone jedynie w konspiracji i zorientowane na pomocy ludziom wysiedlonym z przejętych terenów oraz pomocy żołnierzom z Powstania Warszawskiego, którzy zostali wysłani do obozów jenieckich. Władze niemieckie powołały Radę Główną Opiekuńczą, której celem było połączenie wszystkich organizacji dobroczynnych w Generalnym Gubernatorstwie, aby realizowano ogólną opiekę społeczną, pozyskiwano środki oraz wspierano instytucje opieki społecznej. Ponadto, jedną z nielicznych organizacji dobroczynnych niewłączonych do RGO był Polski Czerwony

¹⁶ <http://wroclaw.caritas.pl/2016/09/06/poczatki-dzialalnosci/> [dostęp: 4.01.2021].

Krzyż, jednak z czasem władze hitlerowskie ograniczały kompetencje PCK faworyzując RGO. Jednocześnie pojawiało się coraz więcej osób z ziemiaństwa oraz arystokracji, które pomagały potrzebującym poprzez przyjmowanie ich pod swój dach i utrzymywanie [zob. Leś, 2001: 91-97].

Po zakończeniu II wojny światowej i nastaniu ustroju komunistycznego w Polsce działania dobroczynne przestały mieć możliwość nie tylko rozwoju, ale także możliwość istnienia. Władze komunistyczne swoim działaniem zniekształciły pojęcie filantropii i zabarwiły je pejoratywnym skojarzeniem z burżuazyjnym reliktem oraz szczodrością na pokaz. Stopniowo likwidowano niezależne organizacje i instytucje oraz przejmowano zgromadzone przez nie fundusze. Część z organizacji, które uznano za pokrewne, przymusowo scalano w jedną oraz narzucano im statuty, akty wewnętrzne, a w efekcie pozbawiano wcześniejsze władze statutowe ich funkcji i na ich miejsca trafiały osoby powiązane z partią rządzącą [por. Leś, 2001: 99-102]. Oficjalnie w Polsce Ludowej organizacje oprócz swoich praktycznych zadań miały również uświadamiać ideowo i wychowywać, powinny podtrzymywać pamięć o polskich bohaterach [por. Wągrowski, 1948: 33], jednak w rzeczywistości wypaczono ideę dobroczynności, zniechęcono do podejmowania działań wolontarystycznych oraz spowodowano zahamowanie rozwoju wolontariatu.

Ponowną nadzieję i szansę na rozwój przyniósł rok 1989, kiedy miejsce miały obrady Okrągłego Stołu i nastąpiła zmiana ustroju na demokratyczny. Wolontariat ponownie zaczął być postrzegany jako niezbędne narzędzie do poprawy funkcjonowania społeczeństwa. Stowarzyszenia i inne organizacje charytatywne, które zostały zdelegalizowane w trakcie wojny lub przez władze komunistyczne mogły się reaktywować, stworzono też podwaliny na powstanie nowych stowarzyszeń. Sygnałem, jak ważny jest to obszar było wydanie Ustawy z dnia 7 kwietnia 1989 r. – Prawo o stowarzyszeniach (Dz. U. 1989 Nr 20 poz. 104), która we wstępie zawiera informację, iż powstała „w celu stworzenia warunków do pełnej realizacji gwarantowanej przepisami Konstytucji wolności zrzeszania się zgodnie z Powszechną Deklaracją Praw Człowieka i Międzynarodowym Paktem Praw Obywatelskich i Politycznych, umożliwienia obywatelom równego, bez względu na przekonania, prawa czynnego uczestniczenia w życiu publicznym i wyrażania zróżnicowanych poglądów oraz realizacji indywidualnych zainteresowań, a także uwzględniając tradycje i powszechnie uznawany dorobek ruchu stowarzyszeniowego” [Prawo o stowarzyszeniach, 1989].

W obszarze działań charytatywnych znaczenie miała także Ustawa z dnia 17 maja 1989 r. o stosunku Państwa do Kościoła Katolickiego w Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej (Dz. U. Nr 29, poz. 154), która pozwoliła Kościołowi na swobodę, również w działaniach charytatywnych. To spowodowało m.in. wznowienie działalności Caritas Polska w 1990 r., powołano Caritas w Zakonie Bonifratów, diecezjach o obrządku greko-katolickim oraz diecezji polowej. Stopniowo powstawało coraz więcej inicjatyw dobroczynnych ze strony instytucji kościelnych, parafii, zakonów i różnych ruchów kościelnych, co świadczyło o pokonaniu kolejnych barier po zmianie ustroju oraz przystosowywanie się do nowych warunków [por. Koral, Skorowski, 1999: 151].

Wolność uzyskana przez demokrację wpłynęła na rozwój wielu świeckich organizacji. Lata 90. XX w. to okres, kiedy zaczęto używać pojęcia wolontariat we współczesnym rozumieniu tego słowa. W 1993 r. powstało Centrum Wolontariatu z siedzibą w Warszawie. Współcześnie pod tą nazwą kryją się wszystkie instytucje i organizacje, które promują akcje charytatywne i dobroczynność oraz przygotowują wolontariuszy, placówki publiczne i organizacje non-profit do współpracy. Centra Wolontariatu są pośrednikami pomiędzy wolontariuszami a potencjalnymi odbiorcami ich działań, co bardzo ułatwia komunikację¹⁷. W 1993 r. miał miejsce także pierwszy finał Wielkiej Orkiestry Świątecznej Pomocy, która zajmuje się zbieraniem pieniędzy na sprzęt medyczny taki jak inkubatory, defibrylatory czy respiratory¹⁸.

Kolejnym krokiem było powstanie Ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. 2003 nr 96 poz. 873), która szczegółowo zajęła się definiowaniem i regulacjami dotyczącymi wolontariuszy i zasad realizowania wolontariatu. Zawarto w niej ogólne prawa i obowiązki wolontariuszy. Znaczące było zaangażowanie Polski w kampanię związaną z ogłoszeniem przez Organizację Narodów Zjednoczonych, a następnie Radę Unii Europejskiej roku 2011 Europejskim Rokiem Wolontariatu. Kampania ta miała na celu działać na rzecz tworzenia sprzyjającego otoczenia pracy wolontarystycznej w UE, podnoszenie świadomości na temat wartości i znaczenia wolontariatu, wspieranie organizatorów wolontariatu w poprawianiu jakości zajęć wolontariuszy oraz rozpoznawanie działań wolontarystycznych spośród innych aktywności [zob. Angermann, Sittermann, 2010: 13-14].

¹⁷ <http://wolontariat.org.pl/wiedza/wolontariat-w-polsce/> [dostęp: 12.01.2021].

¹⁸ <https://www.wosp.org.pl/final/historia-finalow#sectionHead108> [dostęp: 12.01.2021].

O tym, jak duże znaczenie ma rozwój wolontariatu świadczyć może także powstanie Korpusu Solidarności – rządowy program wspierania i rozwoju wolontariatu długoterminowego na lata 2018-2030. Głównym założeniem programu jest udzielanie wsparcia dla rozwoju społeczeństwa obywatelskiego przez systemowe i długookresowe wspieranie wolontariuszy, koordynatorów wolontariatu, placówek organizujących wolontariat oraz ich otoczenia, a ponadto zwiększanie znaczenia wolontariatu długoterminowego. Realizacja programu ma, między innymi, zacieśniać więzi w wspólnotach lokalnych, zwiększyć liczbę osób zaangażowanych w wolontariat długotrwały, czy stworzyć platformę, która umożliwi wymianę doświadczeń między podmiotami organizującymi wolontariat, a w efekcie zwiększy ich kompetencje¹⁹.

Długa tradycja działań dobroczynnych na terenie Polski świadczyć może o tym, iż Polacy potrafią się wspierać w sytuacjach trudnych czy kryzysowych. Zaburzeniem tego rozwoju niewątpliwie były obie wojny światowe, a kolejnym ciosem, ustrój komunistyczny, który nie tylko doprowadził wiele dobrze funkcjonujących organizacji do likwidacji, ale także spaczył postrzeganie dobroczynności i filantropii posługując się propagandą. Szansą na rozwój wolontariatu są nowe pokolenia, pełne entuzjazmu i wolne od negatywnego obrazu wolontariatu z czasów PRL.

1.4. Stan dotychczasowych badań

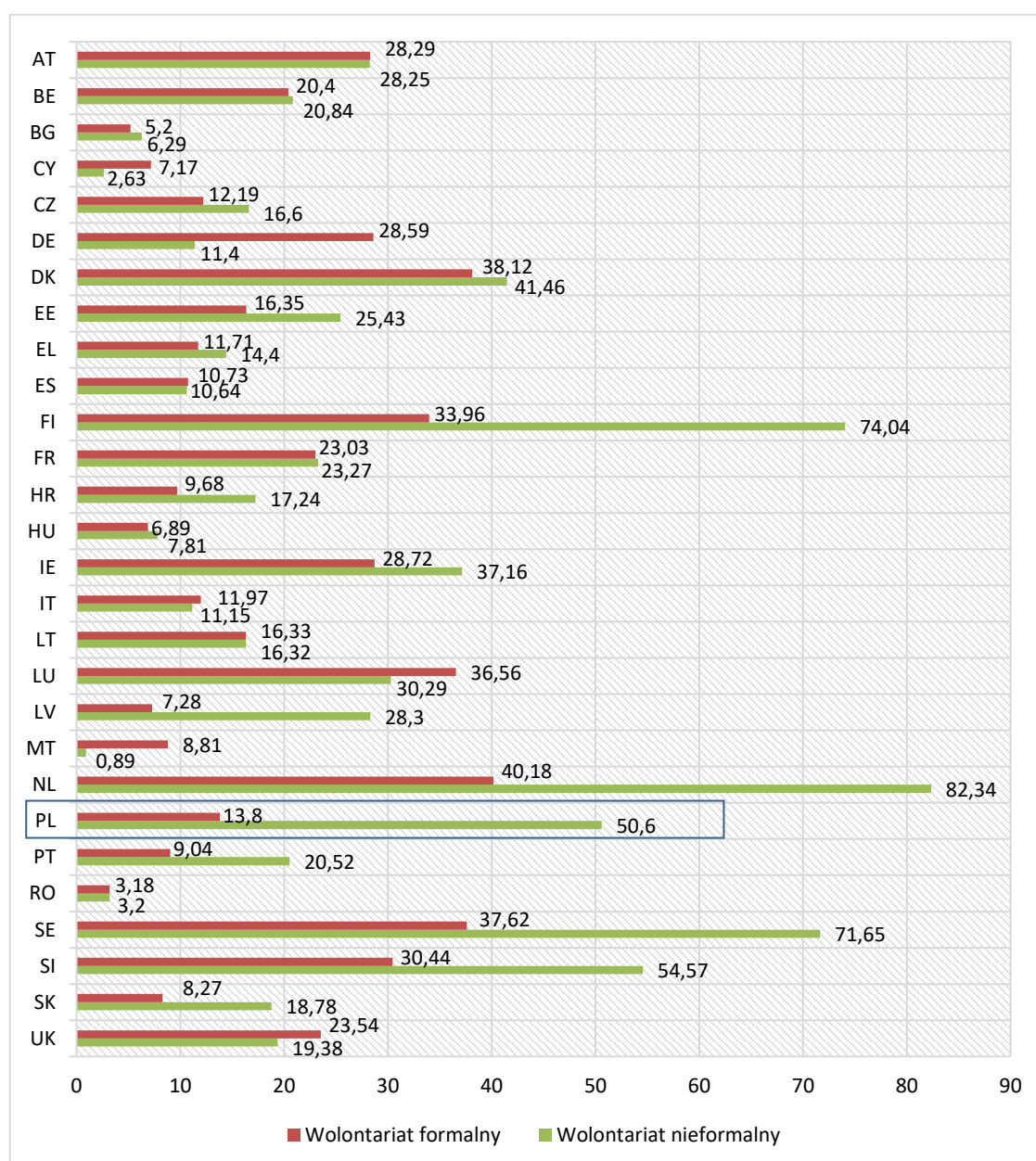
Poziom zaangażowania w działania wolontarystyczne na skalę europejską najlepiej ukazują badania Eurostatu, natomiast na gruncie polskim badania na reprezentatywnych grupach zostało przeprowadzone przez Centrum Badania Opinii Społecznej oraz Główny Urząd Statystyczny. Według badań Eurostatu w 2015 r. w ciągu ostatnich 12 miesięcy od przeprowadzanego badania, działania wolontarystyczne²⁰ o charakterze formalnym podjęło 19,3% osób z UE, zaś nieformalnym 22,2%. Największym zaangażowaniem wykazali się mieszkańcy Holandii (40,3% – wolontariat formalny), następnie Danii (38,1%), Szwecji (37,6%), Luksemburga (36,6%) i Finlandii

¹⁹<https://www.gov.pl/web/pozytek/korpus-solidarnosci--program-wspierania-i-rozwoju-wolontariatu-dlugoterminowego-na-lata-2018-2030> [dostęp: 14.01.2021], ss. 7-9.

²⁰ W badaniu Eurostatu za wolontariat formalny uznano zorganizowane działania organizacji, klubu lub grupy formalnej, w tym pracę bez wynagrodzenia na rzecz organizacji charytatywnej lub religijnej. Natomiast wolontariat nieformalny to pomoc innym osobom, w tym członkom rodziny, z którymi nie mieszka się w jednym gospodarstwie domowym, np. poprzez sprzątanie, gotowanie, opiekowanie się osobami, robienie zakupów, pomoc zwierzętom oraz inne działania podejmowane dobrowolnie, jak np. sprzątanie plaży.

(34%). Jednocześnie najmniejszy odsetek zaangażowania odnotowano w Rumunii (wolontariat formalny – 3,2%). Wolontariat nieformalny cieszy się w UE dużo większym zaangażowaniem. Największe zaangażowanie odnotowano w Holandii (82,3%), Finlandii (74%) i Szwecji (71,6%), zaś najmniejsze w Rumunii (3,2%), na Cyprze (2,6%) i Malcie (0,9%).

Wykres 1. Poziom zaangażowania w wolontariat formalny i nieformalny w państwach UE-28 w 2015 r. [dane w %]



Źródło: Eurostat 2015, ec.europa.eu [dostęp: 14.07.2020].

W UE-28 największe zaangażowanie w wolontariat odnotowano w grupie wiekowej 65-74 lata (wolontariat formalny – 21,3%, wolontariat nieformalny – 23,9%), zaś najmniejsze w najstarszej, czyli 75 lat i więcej (formalny – 13,9%, nieformalny – 13,3%). Na drugim i trzecim miejscu uplasowały się osoby w wieku 16-24 lata (wolontariat formalny – 20,6%, wolontariat nieformalny – 22,5%) oraz w wieku 25-64 lata (formalny – 19,5%, nieformalny – 23,3%). Dane w podziale ze względu na płeć wolontariuszy nie wskazują na istotne różnice. W 28 państwach UE mężczyźni wykazywali się nieco wyższym zaangażowaniem w wolontariat formalny, zaś kobiety – w wolontariat nieformalny [por. Eurostat 2015].

Polska w tym badaniu uplasowała się na 5 miejscu z wynikiem 50,6% w przypadku zaangażowania w wolontariat nieformalny i na 15 miejscu (13,8%) – jeżeli chodzi o wolontariat formalny. Jednakże dane te oznaczono jako naznaczone niską niezawodnością [zob. Eurostat 2015], dlatego bardziej zasadne będzie odniesienie się do badań przeprowadzonych przez CBOS i GUS.

Centrum Badania Opinii Społecznej cyklicznie bada doświadczenia i aktywności Polaków, w tym działania dobroczynne. Jak wynika z badania z 2018 roku, 70% dorosłych Polaków skłania się ku altruistycznemu podejściu i uważa, iż obecnie należy być bardziej wrażliwym i gotowym do pomocy innym osobom. Jednocześnie 64% osób zadeklarowało, iż kiedykolwiek nieodpłatnie i dobrowolnie pracowało na rzecz swojego środowiska, osiedla, kościoła, wsi/miasta lub pracowało społecznie na rzecz potrzebujących. Natomiast taką pomoc w ciągu ostatniego roku od przeprowadzanego badania świadczyło jedynie 23% [por. Głowacki, CBOS 2018: 1-4]. W 2019 r. 73% respondentów zadeklarowało przekazywanie pieniędzy na cele dobroczynne, 59% – przekazywanie rzeczy np. książek, ubrań na cele dobroczynne, 23% – przeznaczenie własnej pracy/usług na cele dobroczynne, zaś 7% pracowało jako wolontariusze [zob. Bożewicz, CBOS 2020: 3].

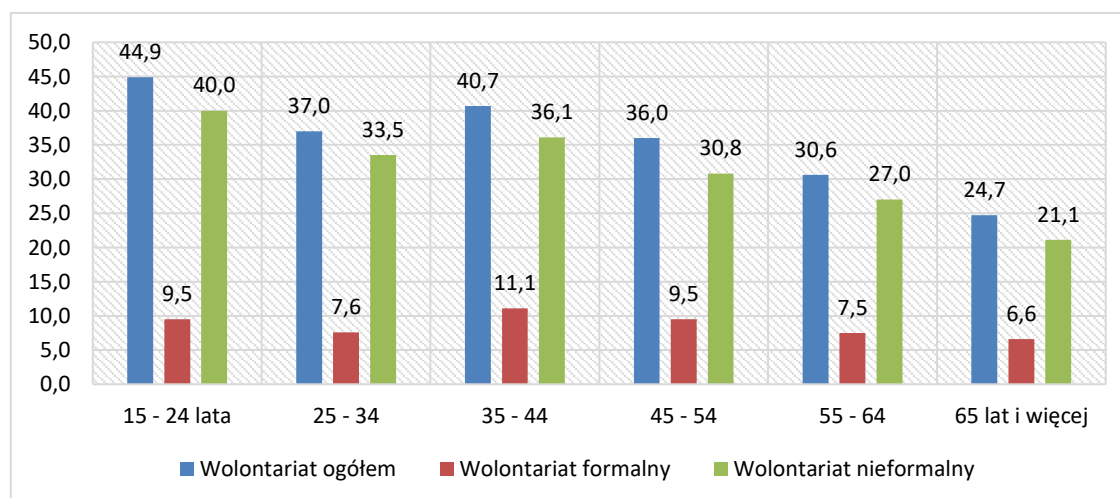
Badania przeprowadzone przez Główny Urząd Statystyczny²¹ w porównaniu do CBOS rozszerzyły grupę badaną do osób w wieku 15 lat i więcej (w CBOS były to osoby od 18 roku życia). W 2016 r. w ciągu 4 tygodni przed przeprowadzeniem wywiadu zaangażowanie w wolontariat (formalny lub nieformalny) zadeklarowało 10,8 mln osób

²¹ GUS na potrzeby badania przyjął następującą definicję wolontariatu: „aktywność podejmowana dobrowolnie i bez wynagrodzenia mająca na celu przyniesienie korzyści osobom lub grupie osób spoza gospodarstwa domowego (wyłączając rodzinę wolontariusza), może również być wykonywany na rzecz społeczeństwa, środowiska naturalnego, konkretnej miejscowości lub społeczności” [Knapp, GUS 2016: 9].

(35%) zamieszkujących Polskę. Osoby te pracując wolontarystycznie w 2015 r. wypracowały łącznie 1 mln godzin, co stanowi równowartość ponad 565 tys. etatów przeliczeniowych, czyli 3,9% wyrażonej w etatach przeciętnej liczby pracujących osób w Polsce, gdyby oprócz płatnej pracy uwzględniano również wolontariat. Znaczna część (62,5%) działań wolontarystycznych była świadczona na rzecz przyjaciół, znajomych albo sąsiadów, co stanowiło 353 tys. etatów przeliczeniowych. Praca w ramach organizacji non-profit wynosiła 21,9%. Na mniejszą skalę angażowano się w pracę na rzecz społeczeństwa / środowiska naturalnego (5,4% – ponad 30 tys. etatów), na rzecz nieznajomych osób (5,1% - 29 tys. etatów) oraz prace w ramach sektora publicznego (3,6%) [por. Knapp, GUS 2016: 15-16, 19].

Na poziom zaangażowania w wolontariat miały wpływ wykształcenie i wiek wolontariuszy. Większe zaangażowanie w wolontariat dostrzegalne było u osób z wyższym wykształceniem. Przy podziale na wiek, największym zaangażowaniem odznaczały się osoby w wieku 15-24 lat (44,9%), na co może wpływać większa ilość wolnego czasu oraz chęć zdobycia doświadczenia zawodowego. Następnie, 40,7% stanowiły osoby w wieku 35-44 lata, które najczęściej znajdowały się w stabilnej sytuacji rodzinnej i zawodowej. Mniejsze zaangażowanie, którym charakteryzowała się grupa osób w wieku 25-34 lat (37%), wiąże się ze skupieniem na rozwoju kariery oraz zakładaniem rodzin, charakterystycznym dla tego okresu życia. Natomiast najmniejszym zaangażowaniem w wolontariat odznaczała się grupa osób 65+ (25%).

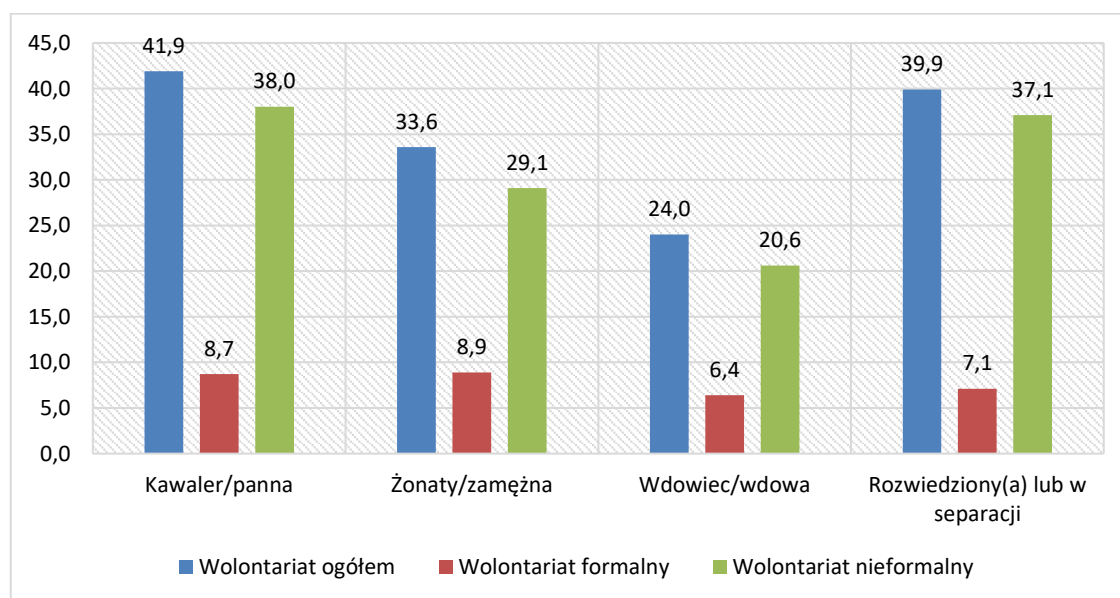
Wykres 2. Poziom zaangażowania w wolontariat formalny i nieformalny w Polsce w 2016 r. wg wieku [dane w %]



Źródło: GUS, *Wolontariat w 2016 r.*, tablica 1.1.

Wolontariuszami częściej były osoby stanu wolnego – kawalerowie/panny (41,9%) i osoby mieszkające z dzieckiem (37,7%), ponadto mężczyźni (36,1%) oraz mieszkańcy miast (35,7%). Podejmowanie prac w ramach wolontariatu zadeklarowało 26,3% osób, które posiadały orzeczenie o niepełnosprawności. Zajęcia jakimi zajmowali się wolontariusze w ciągu 4 tygodni od badania to w 25,3% zadania z kategorii „specjaliści z dziedzin społecznych i prawa”, do których należało m.in. wsparcie psychiczne, rozmowy terapeutyczne, propagowanie wiedzy, działalność artystyczna, udzielanie informacji i porad prawnych, organizowanie imprez sportowych czy promocja wolontariatu [zob. Knapp, GUS 2016: 10-11].

Wykres 3. Poziom zaangażowania w wolontariat formalny i nieformalny w Polsce w 2016 r. wg stanu cywilnego [dane w %]



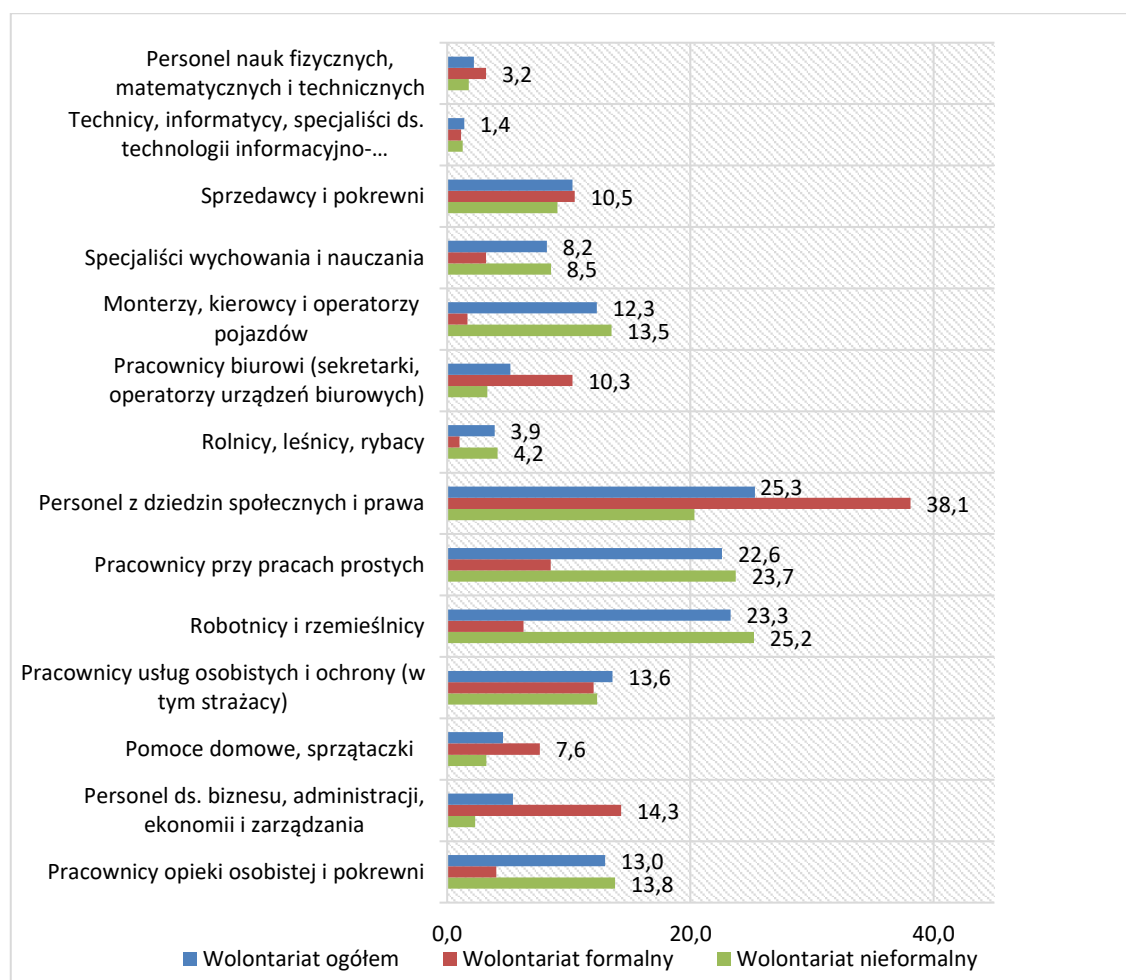
Źródło: GUS, *Wolontariat w 2016 r.*, tablica 1.2.

Średni czas, jaki osoby badane poświęcały na wolontariat w ciągu 4 tygodni poprzedzających wywiad, wynosił niespełna 8 godzin. Połowa osób poświęciła na pracę w wolontariacie maksymalnie 4 godziny, zaś najczęściej wskazywanym czasem były 2 godziny. Na ilość czasu poświęcanego na wolontariat ma wpływ wiek oraz wykształcenie. Zaobserwowano, iż im starsi i bardziej wykształceni są wolontariusze, tym więcej czasu poświęcają na wolontariat. Zależność od płci wskazała, że kobiety poświęcają średnio nieco więcej czasu na wolontariat niż mężczyźni (kobiety – 8 godzin, mężczyźni – nieco ponad 7 godzin). Więcej czasu poświęcały również osoby, które nie zamieszkują z dziećmi – ponad 8 godzin. Mimo większej ilości osób angażujących się

w wolontariat indywidualny niż w ramach organizacji lub instytucji, to osoby te poświęcały przeciętnie mniej czasu na wolontariat (wolontariat indywidualny – 7 godzin, formalny – 8 godzin) [tamże: 13-14].

Udział w wolontariacie formalnym w ciągu 4 tygodni poprzedzających wywiad zadeklarowało 2,3 mln osób w wieku 15 i więcej lat zamieszkujących teren Polski, czyli 8,5%. Osoby te wspierały głównie sektor non-profit (2,4 mln osób – 7,9%), rzadziej sektor publiczny (0,4 mln – 1,2%). Wolontariusze przeznaczyły na swoją pracę średnio 8 godzin w ciągu miesiąca poprzedzającego badanie, jednak mediana wynosiła ok. 4 godzin, zaś dominanta 2 godziny. Najwięcej czasu poświęcały na wolontariat osoby zaangażowane w pracę na rzecz stowarzyszeń, fundacji itp. – 8 godzin, następnie na rzecz organizacji religijnych i kościołów – 7 godzin, jednak we wszystkich tych przypadkach mediana i dominanta wynosiły odpowiednio 4 i 2 godziny.

Wykres 4. Rodzaj wykonywanej pracy w wolontariacie formalnym i nieformalnym w Polsce w 2016 r. [dane w %]



Źródło: GUS, *Wolontariat w 2016 r.*, tablica 1.14.

W wolontariat formalny swoje zaangażowanie częściej deklarowały kobiety (9,1%; mężczyźni – 7,9%). W prace wolontarystyczne w ramach organizacji religijnych oraz jednostek sektora publicznej częściej angażowały się kobiety (odpowiednio 3,5% i 1,6%), natomiast mężczyźni byli bardziej zaangażowani w wolontariat na rzecz stowarzyszeń, fundacji itp. (mężczyźni – 4,4%; kobiety – 3,6%). Do zadań częściej wykonywanych przez kobiety należały prace domowe, sprzątanie (29%; wśród mężczyzn 7,9%), osoby związane z dziedzinami społecznymi i prawem (43,5%; mężczyźni – 41,3%), zaś mężczyźni dominowali wśród osób wykonujących prace dla robotników i rzemieślników (13,5%; kobiety – 1%) oraz jako sprzedawcy i zawody pokrewne (12,6%; kobiety – 8,5%).

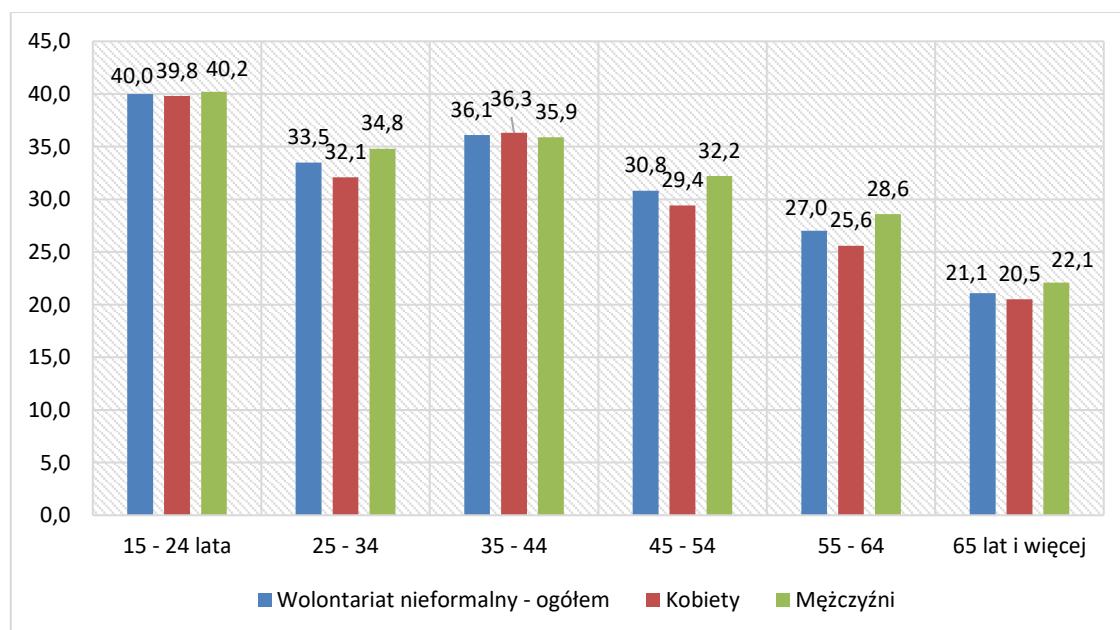
Uwzględniając wiek jako zmienną, najbardziej zaangażowaną grupą są osoby w wieku 35-44 lata (11,1%: kobiety 13,1%, mężczyźni 9,2%), natomiast najmniej osoby 65+ (6,6%). Ponadto w ramach organizacji i instytucji, wolontariat świadczyły także osoby z orzeczeniem o niepełnosprawności, które stanowiły 6,5%. Osoby te częściej świadczyły wolontariat w organizacjach społecznych, np. stowarzyszeniach, fundacjach (2,8%) niż w organizacjach kościelnych (2,4%). Biorąc pod uwagę stan cywilny, najaktywniejszą grupą są osoby w związkach małżeńskich (8,9%) oraz kawalerowie/panny (8,7%). Jednocześnie to grupa kawalerów/panien poświęcała na wolontariat formalny najwięcej czasu – średnio 9 godzin. W wolontariat formalny większym zaangażowaniem wykazały się osoby posiadające dzieci. Osoby zamieszkujące co najmniej z jednym dzieckiem w wieku do 15. roku życia stanowiły 9,7%. Pod względem statusu społeczno-zawodowego, najbardziej zaangażowane były osoby aktywne zawodowo (9,6%), jednocześnie częściej były to osoby pracujące w niepełnym wymiarze godzin (15,1%) niż na pełnym etacie (9,1%).

W wolontariat formalny częściej angażują się osoby z wyższym wykształceniem (13,8%), średnio poświęcają one także najwięcej czasu ze wszystkich grup podzielonych ze względu na wykształcenie (10 godzin). Bardziej zaangażowani okazali się mieszkańcy miast powyżej 100 tys. mieszkańców (10%). Istotne zróżnicowanie ze względu na płeć odnotowano wyłącznie na wsi, gdzie większe zaangażowanie deklarowały kobiety (9,8%, mężczyźni – 6,2%) [tamże: 21-28].

Inaczej sytuacja wygląda w przypadku wolontariatu indywidualnego, w który zaangażowanie zadeklarowało 9,5 mln osób mieszkających w Polsce (30,9%). Wolontariat ten świadczony jest głównie na rzecz przyjaciół, znajomych i sąsiadów (27,6%), znacznie rzadziej na rzecz nieznanomych czy środowiska naturalnego. O ile płeć

nie różnicowała istotnie populacji osób świadczących ten rodzaj wolontariatu, to przy podziale na grupy wiekowe dostrzec można, iż najbardziej zaangażowaną grupą były osoby w wieku 15-24 lata (40%), jednak te osoby przeznaczają na to najmniej czasu (średnio 6 godzin). Dostrzegalny jest również spadek zaangażowania każdej kolejnej grupy wiekowej od 45. roku życia. Najmniejsze zaangażowanie zadeklarowali seniorzy (21,1%), jednocześnie przeznaczali oni na wolontariat średnio 8 godzin.

Wykres 5. Poziom zaangażowania w wolontariat nieformalny w Polsce w 2016 r. [dane w %]



Źródło: GUS, *Wolontariat w 2016 r.*, tablica 1.1.

W wolontariat indywidualny częściej angażowali się kawalerowie/panny (38%) oraz osoby rozwiedzione/w separacji (37,1%), zaś najmniejszym zainteresowaniem – wdowy/wdowcy (20,6%), którzy jednocześnie poświęcali na niego najwięcej czasu (średnio 8 godzin). Ponadto podczas analizy wyników można zauważyć, iż udział w wolontariacie indywidualnym jest większy wraz ze wzrostem poziomu wykształcenia [zob. Knapp, GUS 2016: 34-41].

Tabela 1. Średni czas, mediana i dominanta (w ciągu 4 tygodni poprzedzających badanie) w Polsce w 2016 r. [dane w godzinach]

| | | średnia | mediana | dominanta |
|--------------------------------|-----------|---------|---------|-----------|
| Wolontariat (ogółem) | ogółem | 7,7 | 4 | 2 |
| | kobiety | 8,0 | 4 | 2 |
| | mężczyźni | 7,3 | 4 | 2 |
| Wolontariat formalny | ogółem | 8,1 | 4 | 2 |
| | kobiety | 8,2 | 4 | 2 |
| | mężczyźni | 8,1 | 4 | 2 |
| Wolontariat nieformalny | ogółem | 6,5 | 4 | 2 |
| | kobiety | 6,7 | 4 | 2 |
| | mężczyźni | 6,3 | 4 | 1 |

Zródło: GUS, *Wolontariat w 2016 r.*, tablica 2.1.

Wybuch pandemii Covid-19 i ogłoszenie stanu zagrożenia epidemicznego w marcu 2020 r. spowodował, iż w okresie marzec-sierpień 2020 r. 14,1% organizacji pozarządowych podejmowało nadprogramowe działania związane z pandemią, głównie z zakresu usług społecznych – 63,3%, bądź wsparcia materialnego – 40,7%. Ponadto, wsparcie finansowe i rzeczowe, przekazane w tym okresie przez organizacje, osiągnęło wartość 383,3 mln zł [por. GUS, 2020d: 1].

Jak pokazują badania, Polacy najczęściej angażują się w pomoc na rzecz bliskich osób. Działania wolontarystyczne w organizacjach i instytucjach podejmowane są znacznie rzadziej i nie są one wystarczająco powszechne. Niepokojące są również wstępne dane z badania GUS z 2022 r., z których wynika, iż w I kwartale 2022 r. zaangażowanie w wolontariat wśród osób w wieku 15-89 lat wynosiło 28,4%, w tym świadczonego w ramach instytucji/organizacji – 5% [zob. GUS, 2022: 1], co oznacza spadek w porównaniu do 2016 r. odpowiednio o 6,6 i 3,5 punktu procentowego, dlatego tym bardziej należy podejmować dalsze działania w kierunku promowania wolontariatu.

1.5. Profil wolontariusza i motywy jego działań

Opisując zaangażowanie w wolontariat w Polsce zarysował się pewien obraz wolontariusza pod względem jego wieku czy płci. Wolontariuszy różni ważny element

jakim jest motywacja do podejmowania działań dobroczynnych. Ze względu na różnorodność charakterów, sytuacji życiowych czy wyznawanych wartości te motywy są różne. Niektóre osoby chcą poprzez swoje zaangażowanie rozwinąć umiejętności, które wykorzystają w późniejszej pracy zawodowej, inni chcą w ten sposób wypełnić swoje religijne powinności czy uzyskać aprobatę jakiejś społeczności, jednak to co łączy wszystkich wolontariuszy to poświęcanie swojego czasu oraz bezinteresowność [zob. Pulińska, 2012: 25; Szluz, 2012: 170].

E. G. Clary oraz jego współpracownicy na podstawie swoich badań stworzyli model motywacji wyróżniający sześć czynników. Podstawową zasadą jest poszukiwanie przez przyszłych wolontariuszy zajęcia, które będzie zaspokajało ich potrzeby i dawało satysfakcję. Pierwszym motywem są wyznawane wartości (*values*), a pomaganie jest sposobem na wyrażenie wartości takich jak humanitaryzm lub działanie na ich podstawie. Motyw zrozumienia (*understanding*) odnosi się do tego, że wolontariusz stara się dowiedzieć więcej o świecie lub ćwiczyć umiejętności, które mogą być niewykorzystywane w momencie niepodjęcia pracy wolontarystycznej. Trzecim motywem jest wzmocnienie (*enhancement*), czyli skupienie na rozwoju psychicznym oraz wzmacnianie pozytywnego obrazu swojej osoby. Motyw kariery (*career*) związany jest z potrzebą zdobywania doświadczenia zawodowego oraz rozwijania umiejętności przydatnych w potencjalnej pracy zawodowej. Motywy społeczne (*social*) pomagają wolontariuszowi wzmocnić relacje międzyludzkie oraz lepiej odnaleźć się w społeczeństwie. Ostatnie są motywy obronne (*protective*) – jednostka zostaje wolontariuszem, aby zmniejszyć negatywne odczucia np. poczucie winy czy problemy w życiu osobistym [por. Clary, Snyder, 1999: 157; Kroplewski, Kulik i in., 2015: 49]. Natomiast zdaniem J. Reykowskiego motywacja prospołeczna powstaje, kiedy występuje motywacja do tego, aby chronić obiekt społeczny przed zagrożeniem albo działa na jego korzyść poprzez pomnażanie dobra, czyli powstaje pragnienie tworzenia dobra społecznego [zob. Reykowski, 1986: 41].

Można wyróżnić motywy osobiste, które występują, kiedy jednostka podejmuje działania, aby zrealizować swoje egoistyczne cele, zdobyć korzyści czy poczuć się wyróżnionym lub ważnym. Motywy społeczne to skupienie się na problemach innych osób i dążenie do niesienia im pomocy, zaspokajania ich potrzeb, natomiast motywy rzeczowe wiążą się z podejmowaniem czynności dla czerpania z niej przyjemności lub satysfakcji (z wykonywania samej czynności lub z faktu doskonalenia się w niej) [zob. Gołąb, 1976: 137].

Wolontariat jest również szansą na pokonanie ograniczeń psychicznych i fizycznych osób, które są zagrożone wykluczeniem społecznym, czyli m.in. bezrobotni, osoby z niepełnosprawnością czy seniorzy. Może być to dla nich sposób na zaspokojenie potrzeby zrozumienia otaczającego świata, realizację pasji albo forma terapii, ponieważ wolontariat ma pozytywny wpływ na zdrowie psychiczne i fizyczny poprzez obniżanie poziomu stresu, wzmocnienie poczucia sensu życia czy poczucie satysfakcji z wykonywanych prac. Wolontariat aktywizuje jednostkę społecznie, wzmacnia poczucie odpowiedzialności za los innych osób i chęć pomocy słabszym, a co za tym idzie motywacją do podjęcia takiej aktywności jest chęć zmiany swojego dotychczasowego życia [zob. Lubrańska, Zawira, 2017: 163; Sobolewska-Popko, 2012: 352].

Motywacją do angażowania się w wolontariat są także potrzeby duchowo-religijne, czyli związane z nakazami wyznawanej religii. Dla chrześcijan inspiracją może być historia miłosiernego Samarytanina, jednak wiele dzieł chrześcijańskiego miłosierdzia zaliczyć można do pierwowzorów dla wolontariatu. Religijność ułatwia podejmować działania altruistyczne oraz działać na rzecz innych osób, np. poprzez wolontariat. Członkowie wspólnoty są zachęceni do zachowań dobroczynnych, podkreślany jest związek pomocy bliźniemu z bliskością Boga [por. Krakowiak, 2013: 171]. Jak wynika chociażby z badań CBOS „Dobroczynność w Polsce” z 2015 r. występuje związek między deklarowaną religijnością a zaangażowaniem w działania prospołeczne. Najbardziej zaangażowane w wolontariat są osoby z wyższym wykształceniem, o wyższych dochodach i uczestniczące w praktykach religijnych kilka razy w tygodniu oraz niewykwalifikowani robotnicy, średni personel zawodowy, mieszkańcy większych miast i osoby w wieku 35-54 lat [zob. Boguszewski, CBOS, 2016: 4]. Motywacją do podejmowania działań wolontarystycznych może być także poczucie ludzkiej solidarności, która powoduje wewnętrzną potrzebę niesienia pomocy oraz inspiracje humanistyczne – znalezienie sensu życia, działanie w imię szczytnego celu [zob. Krakowiak, 2013: 172].

O zaangażowaniu w wolontariat może decydować również wizerunek wolontariusza i wolontariatu panujący w danym społeczeństwie. Wśród Polaków i Polek panuje przekonanie, że wolontariat ma wymiar mocno etyczny. Dominuje silna idealizacja i podkreślanie wartości moralnych pracy wolontarystycznej oraz jej wymiar emocjonalny i duchowy. Jest on też często wiązany z wymogiem bycia osobą odpowiedzialną, konsekwentną w działaniu i systematyczną, a ponadto przygotowaną na

długotrwałe zobowiązanie i dysponującą dużą ilością czasu wolnego, co powoduje barierę w podejmowaniu tego rodzaju działań, chociaż młodsze pokolenia rzadziej wiążą wolontariat z działaniem długookresowym. Wolontariat jest to poświęcenie, np. własnego komfortu, ponieważ nierzadko wiąże się z obcowaniem z problemami i cierpieniem innych osób, a przez to może wydawać się trudny i zbyt męczący. Występuje również przekonanie, że wolontariat jest dla ludzi wyjątkowych, z powołaniem do poświęcania siebie oraz znoszenia trudów, które wiążą się z pomocą innym oraz posiadających wyjątkową wiedzę i kompetencje. Takie podejście sprawia, że pojawia się obraz wolontariusza-herosa, jednocześnie tworząc wolontariat zajęciem „nie dla każdego”. Przeprowadzone badania pokazały także, że choć Polacy łączą wolontariat z czynnością, która może dawać satysfakcję, to korzyści są niezbyt przekonujące. W dalszym ciągu są osoby, które uważają wolontariat za wyzysk, choć ten stereotyp słabnie wśród młodszego pokolenia [por. Adamiak, 2014: 29-32].

Wizerunek wolontariusza jest bardzo pozytywny, choć też jednocześnie jest on idealizowany. Wolontariusz jest często uważany za osobę pełną entuzjazmu, energiczną oraz posiadającą dużo wolnego czasu i wewnętrzną harmonię, która przejawia się jako spokojne usposobienie, ale to także osoba odpowiedzialna, zdecydowana i pewna siebie. Idealny wolontariusz to także osoba skromna, pełna dobroci, empatii i działająca dla dobra innych, a nie dla pochwał. Wolontariusz to osoba uśmiechnięta, ciepła i miła. Jednocześnie młodsze pokolenie widzi w nich narzędzia do wykonywania darmowej pracy, którym tylko wykonuje się polecenia [tamże: 33-35].

Niewątpliwie w pracy z wolontariuszem bardzo ważny jest system motywacyjny, który w odróżnieniu od systemu dotyczącego pracownika etatowego, jest zorientowany na motywowanie pozafinansowe. Poradniki dotyczące tego, jak pracować z wolontariuszem zwracają szczególną uwagę na to, aby unikać motywacji negatywnej, np. groźenia zakończeniem współpracy. Ten rodzaj motywacji dopuszczalny jest jedynie w ostateczności, kiedy jest to przypadek trudnego wolontariusza i zmiana jego postępowania jest niezbędna, aby kontynuować współpracę. Wśród pożądanych motywatorów pozafinansowych stosowanych wobec wolontariuszy można wyróżnić m.in. narzędzia pozwalające rozwijać się wolontariuszowi (szkolenia, stopniowe przydzielanie trudniejszych zadań), proponowanie udziału w spotkaniach integrujących zespół organizacji, dobra atmosfera w miejscu pracy, docenianie i korzystanie z doświadczenia i wiedzy wolontariusza, wysyłanie kartek okolicznościowych, pamiętanie o Międzynarodowym Dniu Wolontariusza, udzielanie wolontariuszowi

informacji na temat jego pracy, przekazywanie podziękowań oraz docenianie postępów i sukcesów [zob. Rustecki (red.), 2014: 32-34].

Z badania dotyczącego zaangażowania społecznego Polek i Polaków, realizowanego w 2013 r. przez Stowarzyszenie Klon/Jawor wśród osób aktywnych społecznie wynika, iż najczęściej motywacją są korzyści psychologiczne, w tym chęć poczucia się potrzebnym i przydatnym innym (wskazane przez 51% badanych), nieco mniej osób (46%) angażuje się, ponieważ odczuwa przyjemność z podejmowania tego rodzaju aktywności. Kolejnym motywatorem są wartości oraz normy społeczne, gdyż niespełna połowa respondentów (46%) uważała, że po prostu należy pomagać innym, zaś dwóch na pięciu badanych jest zdania, że człowiek musi być pożyteczny. Są osoby, które podejmują aktywność społeczną, ponieważ warto współdziałać z innymi (28%) lub dążą do tego by świat za ich sprawą stał się lepszy (24%). Motywacją jest również brak obojętności wobec problemów społecznych (23%) bądź brak zgody na obecność cierpienia innych osób czy niesprawiedliwości.

Relacje społeczne i towarzyskie także są istotne przy podejmowaniu aktywności społecznych. Podczas badania 30% osób zadeklarowało, że podejmuje takie działania, aby zyskać szacunek lub sympatię. Taki sam odsetek respondentów robi to, ponieważ oczekuje wzajemności i jest nastawiona na otrzymanie pomocy, kiedy sami będą jej potrzebować. Dla 28% jest to szansa na bycie w grupie i nawiązywanie nowych kontaktów. Możliwość zdobycia doświadczenia zawodowego i życiowego jest istotna dla 28%, zaś fakt, że podejmowane działania mogą przydać się w przyszłości im lub ich bliskim motywuje 23% badanych. Ponadto, 17% uważa, że to co robią pomaga im rozwiązać ich własne problemy. Działanie na rzecz innych może być spowodowane także pasją albo oportunistycznym. Pasja wiąże się z postrzeganiem wolontariatu jako sposobu na ciekawe spędzenie czasu (28%) lub realizowanie swoich zainteresowań (18%). Oportunizm przejawia się poprzez podejmowanie aktywności, bo znajomi też podejmują takie działania (18%) lub z powodu braku asertywności (18%) [zob. Adamiak, 2014: 47-49].

Wolontariat niewątpliwie odbierany jest jako coś pozytywnego, jednak nadal mało osób chętnie angażuje się w działanie w ramach organizacji, które są w stanie efektywnie wykorzystywać potencjał ochotników. Jest też wiele obszarów, w których pomoc wolontariuszy jest nieoceniona, a jednym z nich jest m. in. działanie na rzecz osób starszych, bo jak wynika z danych GUS, wśród organizacji systematycznie prowadzących działania na rzecz osób fizycznych, w 2020 r., w przypadku 57,1%

organizacji, odbiorcami ich działań były dzieci i młodzież, zaś osoby starsze – 28,6% [por. Goś-Wójcicka, 2022: 51].

ROZDZIAŁ II

STAROŚĆ W UJĘCIU SPOŁECZNYM

Życie człowieka można podzielić na różne etapy, których zwieńczeniem jest okres starości. To czas będący podsumowaniem dotychczasowej egzystencji, obfitujący w charakterystyczne dla siebie problemy i rozterki, zarówno dla samych seniorów, jak i instytucji, z uwagi na występujące w Polsce zjawisko starzejącego się społeczeństwa. Starość jest wyzwaniem na wielu płaszczyznach, dlatego eksplorowanie tej problematyki jest tak ważne dla wielu badaczy.

2.1. Starość i starzenie się w kontekście uwarunkowań społecznych, demograficznych i religijnych

Starość i starzenie się są pojęciami bardzo złożonymi oraz niejednoznacznymi. Na przestrzeni lat specjaliści z różnych dziedzin, zarówno nauk medycznych, jak i społecznych, podejmowali dyskusje nad nimi, a definicje zmieniano. Na przykład, początkowo niektórzy gerontolodzy uważali, że „starzenie się” w ogóle nie oznacza procesu, a jedynie opisuje mieszankę nieszczęśliwych wyników, ponieważ gdy człowiek się starzeje, jest bardziej podatny na większość chorób, więc oznacza to, że starszy człowiek jest coraz bardziej dotknięty jedną lub więcej powszechnymi chorobami, aż w końcu zostaje przez nie pokonany. W tej konstrukcji jedyną różnicą między starą a młodą osobą jest to, że ta pierwsza jest bardziej chora. Jeśli zdarzy się, że nie będzie chory, będzie identyczny z młodym człowiekiem. Można uznać rozmyte krawędzie pojęcia „choroba”, nie uznając tej koncepcji starzenia się za przekonującą, gdyż z jednej strony ignoruje argument Arystotelesa – zmieniającą się w cyklu życia równowagę między wyobraźnią a wiedzą, zmianę, której nie da się opisać, bez wielkiej semantycznej przemocy, jako formę choroby. Po drugie, pomysł, że „starzenie się” oznacza jedynie rosnącą częstotliwość chorób, ignoruje formę fizycznej i psychicznej zmiany, która, choć trafnie scharakteryzowana jako oznaczająca spadek zdolności, ponownie nie jest trafnie uznawana za wyłącznie występowanie choroby [zob. Posner, 1995: 17-18].

Zdaniem J. Piotrowskiego [1986: 15] starzenie się jest właściwe dla ontogenezy ludzkiego organizmu, to proces zmian zachodzących w ustroju człowieka na przestrzeni całego jego życia, który przejawia się osłabieniem funkcji organów wewnętrznych w późniejszych latach życia, a następnie doprowadza do śmierci. Starzenie się jest

zjawiskiem naturalnym, nieodwracalnym i nieuniknionym. Zmienia się metabolizm oraz właściwości fizykochemiczne komórek, co powoduje upośledzenie zdolności do samoregulacji i regeneracji, a także zmiany czynnościowe i morfologiczne tkanek i narządów [zob. Zych, 2017: 466]. Starość niewątpliwie jest jednym z elementów, z których składa się cykl życia człowieka, a w takim ujęciu jest to zjawisko o biologicznym charakterze [por. Rosset, 1967: 11].

Starość można definiować jako nieunikniony efekt procesu starzenia, kiedy to zachodzące procesy psychologiczne, biologiczne oraz społeczne zaczynają na siebie nawzajem oddziaływać, w konsekwencji doprowadzając do zaburzenia równowagi psychologicznej i biologicznej, przy jednoczesnym braku możliwości przeciwdziałania temu procesowi. Jest to końcowy okres procesu starzenia się człowieka, po którym następuje śmierć. Starość można rozumieć również jako okres życia następujący po okresie wieku dojrzałego i jest pojęciem statycznym, w przeciwieństwie do „starzenia się”, które jest pojęciem dynamicznym [zob. Zych, 2017: 330].

Socjologowie mogą definiować populację osób starszych jako pokolenie, kategorię społeczną oraz grupę społeczno-zawodową. Seniorzy tworzą jedno pokolenie, ponieważ są zbiorowością, która doświadczyła tych samych wydarzeń historycznych, reagowali na te same wyzwania oraz zostali wychowani na podobnych wzorcach, a to ukształtowało ich poglądy, wartości i wytworzyło poczucie wspólnoty i solidarności. Kategoria społeczna rozumiana jest jako zbiór osób, które łączy podobieństwo pod względem wybranej cechy będącej istotną społecznie. Osoby te są świadome swojej odrębności i traktują tę cechę, jako istotny element tożsamości. Cechą, która wyróżnia osoby starsze jest wiek oraz specyficzne źródło utrzymania jakim jest emerytura. Z powodu dużej różnorodności wewnętrznej seniorów, ze względu na kwalifikacje, wykształcenie, status materialny czy wykonywany wcześniej zawód, trudno jest jednoznacznie traktować ich jako grupę społeczno-zawodową. Mogą oni jednak stanowić podgrupę bierną zawodowo, ponieważ wraz z uczniami/studentami, bezrobotnymi, rencistami i gospodyniami domowymi, tworzą grupę osób biernych zawodowo [por. Sztompka, 2020: 136 i 224; Kotlarska-Michalska, 2000: 148]. P. Błędowski [2012: 42] wyróżniając subpopulację seniorów skupił się na jej czterech głównych cechach: pogorszeniu stanu zdrowia, spadku dochodów, feminizacji oraz singularyzacji, czyli powadzeniu 1-osobowych gospodarstw domowych.

Wejście w okres starości następuje po przekroczeniu tzw. „progu starości”, co łączy się z potrzebą wskazania wydarzenia, które będzie oznaczało rozpoczęcie fazy

starości. Nauki zajmujące się zagadnieniami związanymi ze starością i starzeniem się, posługując się różnymi miernikami, wyodrębniły wiek biologiczny, psychiczny, demograficzny, ekonomiczny, socjalny (prawny) oraz społeczny. Wiek biologiczny określa ogólny stan sprawności organizmu i jego żywotności [por. Szatur-Jaworska, 2000: 34]. Wiek starczy wiąże się ze znacznym zanikiem czynnych komórek narządów, przyczyną tego jest przeważająca ilość obumierających komórek nad nowo wytworzonymi, a to prowadzi do powstawania luk, które są wypełniane przez tkankę łączną. Narządy zmniejszają się i „marszczą”, co ma miejsce również w układzie kostno-stawowym, przez co całe ciało się zmniejsza, człowiek starszy staje się niższy i traci na wadze (wyjątkiem jest sytuacja, kiedy osoba starsza ma nadwagę co maskuje ten proces). Starzenie biologiczne przyspieszają różne szkodliwe czynniki i uzależnienia, takie jak stres czy palenie papierosów [zob. Wiśniewska-Roszkowska, 1989: 16].

Wiek psychiczny jest oceniany na podstawie badań sprawności zmysłów, funkcji intelektualnych albo zdolności przystosowywania się jednostki. Obniżenie tych zdolności jest cechą charakterystyczną dla starzenia się, jednocześnie różne tempo degradacji między jednostkami, sprawia, że wyznaczenie jednego wieku starości uwzględniającego ten aspekt jest niezmiernie trudne. Odwołanie się do samooceny wieku przez jednostkę również nie daje jednoznacznego kryterium. Naturalnym zjawiskiem jest osłabienie pamięci, wolniejsze reagowanie na bodźce psychiczne, zmienne nastroje, czasami zawężenie czy osłabienie wcześniejszych zainteresowań [por. Szatur-Jaworska, 2000: 36; Wiśniewska-Roszkowska, 1989: 31]. Natomiast wiek demograficzny to liczba przeżytych lat i mogłoby się wydawać, iż to kryterium pozwoli na jednolite ustalenie granicy między wiekiem dojrzałym a starością, jednakże są kręgi kulturowe, gdzie nie zawsze oblicza się wiek kalendarzowy jednostek. Kolejnym powodem jest brak zgodności, co do proponowanych progów starości w naukach przyrodniczych, bo wiele propozycji nadal zostaje podważonych. Demografowie próbujący wyznaczyć ten wiek, korzystają nie tylko z wiedzy przyrodniczej, ale również socjologicznej czy psychologicznej, jednak z powodu licznych różnic w tempie starzenia biologicznego, psychicznego i społecznego, takie próby również nie przyniosły efektu. Ponadto wydłużający się średni czas trwania życia, a zatem i każdej z jego faz powoduje ciągle przesuwanie progu starości [por. Firlit-Fesnak, Szatur-Jaworska, 1995: 45; Szatur-Jaworska, 2000: 34-35].

Wiek ekonomiczny związany jest z miejscem jakie jednostka zajmuje w społecznym podziale pracy, dlatego występuje podział na wiek przedprodukcyjny,

produkcyjny i poprodukcyjny. Starość wiąże się z zanikaniem aktywności ekonomicznej i ograniczeniem jej jedynie do własnego gospodarstwa domowego [por. Szatur-Jaworska, 2000: 37]. Wiek socjalny, inaczej nazywany prawnym, oznacza uzyskanie uprawnień do pobierania emerytury oraz wycofywanie się z aktywności na dotychczasowych stanowiskach. Tu problematyczna staje się niejednorodna możliwość rozpoczęcia przejścia na emeryturę, są osoby przechodzące na nią wcześniej, występują także zawody takie jak np. służby mundurowe, które nabywają uprawnienia po 25 latach służby. Wiek społeczny wiąże się ze zmianami w pełnionych rolach społecznych, osoba starsza przestaje pełnić np. rolę pracownika, ale może zacząć pełnić rolę babci/dziadka czy emeryta. Starzenie się społeczne uwzględnia oczekiwania społeczeństwa wobec seniora względem ról jakie pełni, ale również jego statusu, sposobu komunikacji czy stylu życia [zob. Zych, 2007: 168].

Taka rozbieżność w postrzeganiu granicy starości oraz potrzeba ustalenia symbolicznej (umownej) granicy oznaczającej przejście do grupy osób starszych spowodowało, iż WHO ustaliło jednostkowy początek starości na moment ukończenia 60. roku życia, natomiast ONZ uznało za niego ukończenie 65 lat [zob. Wawrzyniak, 2015: 43]. Dodatkowo WHO wyodrębniło dodatkowy podział samej grupy osób starszych na: 60-74 lat (*young old* - młodzi starzy), 75-89 lat (*old old* - starzy starzy) oraz osoby 90+ (*the oldest old, long life* - długowieczni) [por. Kijak, Szarota, 2013: 14]. Natomiast J. Kocemba podzielił ludzkie życie na cztery okresy:

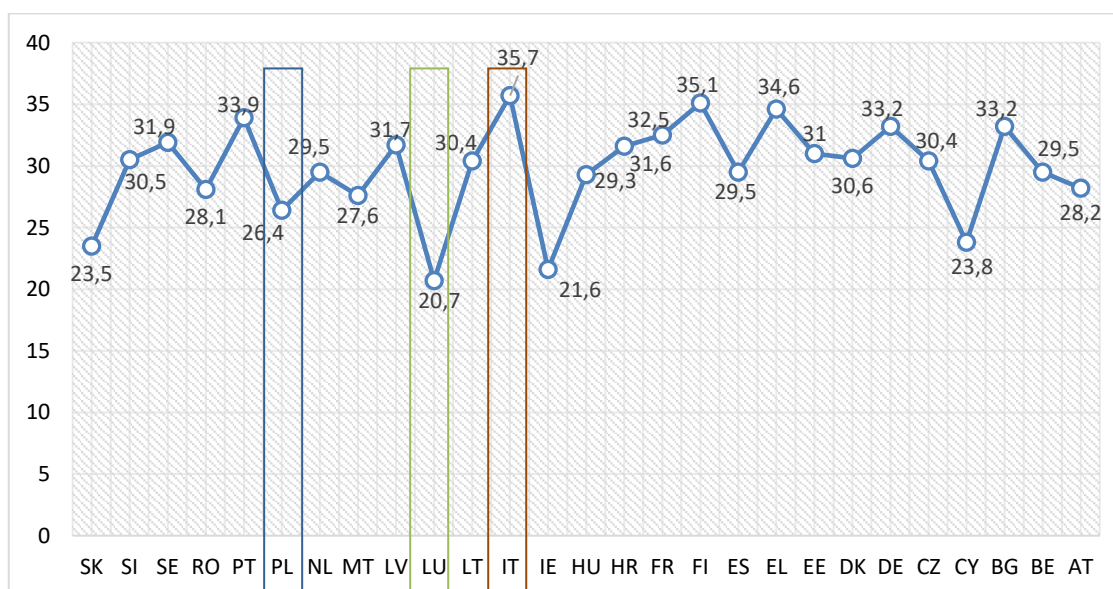
- okres poznawania świata i przygotowywania się do spełniania swoich ról biologicznych, społecznych oraz zawodowych (do ok. 30 roku życia),
- okres twórczy (30-60 r.ż.),
- okres starości, podzielony na: a) wczesną starość tzw. III wiek (60-75 r. ż.), b) starość dojrzałą (75-90 r. ż.),
- okres długowieczności (wiek sędziwy; zaczyna się po 90. roku życia i trwa do śmierci) [zob. Kocemba, 2000: 108].

Według danych Eurostatu szacowana liczba ludności w Unii Europejskiej w 2019 r. wynosiła 446,8 miliona, z czego osoby w wieku 65 lat i więcej stanowiły 20,3%. Odnotowano wzrost odsetka seniorów o 0,3 punktu procentowego w stosunku do roku 2018 oraz wzrost o 2,9 punktu procentowego w porównaniu do roku 2009. Porównując państwa członkowskie największy udział osób starszych w społeczeństwie odnotowano

we Włoszech (22,8%), Grecji (22%), Finlandii i Portugalii (po 21,8%), zaś najniższy w Irlandii (14,1%) oraz Luksemburgu (14,4%) [por. Eurostat 2020].

To, jak kształtuje się współczesne społeczeństwo może zobrazować m. in. wskaźnik obciążenia demograficznego, który określa poziom wsparcia jakie ludność w wieku produkcyjnym udziela osobom starszym lub młodszym. W 2019 r. współczynnik obciążenia demograficznego seniorami dla 27 krajów członkowskich Unii Europejskiej wynosił 31,4%, a to oznacza, iż na każdą osobę w wieku 65+ przypadały jedynie nieco ponad trzy osoby będące w wieku produkcyjnym. Natomiast zestawienie odsetka osób w wieku przedprodukcyjnym oraz poprodukcyjnym do osób w wieku produkcyjnym daje całkowity współczynnik obciążenia demograficznego. W 2019 r. wynosił on 54,9%, czyli na każdą osobę w wieku nieprodukcyjnym przypadały dwie osoby w wieku produkcyjnym. Najwyższy całkowity współczynnik obciążenia demograficznego odnotowano we Francji (61,5%), a najniższy w Luksemburgu (43,8%). Na przestrzeni lat, w Unii Europejskiej, dostrzegalna jest tendencja wzrostowa zarówno dla całkowitego współczynnika obciążenia demograficznego, jak też współczynnika obciążenia demograficznego osobami starszymi. Ten ostatni w 2009 r. wynosił 26%, co oznacza wzrost o 5,4 punktu procentowego w porównaniu do roku 2019.

Wykres 6. Współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi w UE-27 w 2019 r. [dane w %]



Źródło: Eurostat (2020), *Struktura ludności i starzenie się społeczeństwa*, https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Population_structure_and_ageing/pl#Mediana_wieku_jest_najwy.C5.BCsza_we_W.C5.82oszech [dostęp: 12.03.2021].

Według prognoz, liczba ludności UE-27 około 2026 r. będzie wynosiła ok. 449,3 mln osób, następnie liczba ta będzie stopniowo spadała do poziomu 416,1 mln osób w roku 2100. Nadchodzące dziesięciolecia cechować będzie dalszy wzrost liczby seniorów, a starzeniu będzie podlegać nie tylko społeczeństwo jako całość, ale także populacja seniorów będzie zawierała coraz więcej osób bardzo starych. Przewidywany odsetek osób w wieku 65 i więcej lat będzie wynosił 31,3% w 2100 r., co będzie stanowiło wzrost o 9,1 punktu procentowego w porównaniu do roku 2019, natomiast odsetek osób 80+ do liczby ludności Unii Europejskiej wzrośnie z 5,8% w 2019 r. do 14,6% w roku 2100. Takie zmiany w strukturze społeczeństwa spowodują wzrost całkowitego współczynnika obciążenia demograficznego do 82,6% w roku 2100 [zob. tamże].

W roku 2022 liczba mieszkańców Polski wynosiła 37766,3 tys., co oznacza, iż nadal utrzymywał się trend spadkowy i była to liczba mniejsza o 141,4 tys. w porównaniu do 2021 r. Jednakże poza zmniejszaniem się liczby ludności, widoczne było również postępujące zmiany zachodzące w strukturze wieku, wynikające ze starzenia się społeczeństwa [zob. Cierniak-Piotrowska, Dąbrowska, Stelmach, 2023: 14]. Starzenie się społeczeństwa jest zjawiskiem polegającym na przesuwaniu proporcji między liczbą osób w wieku poprodukcyjnym a osób w wieku produkcyjnym (aktywnych zawodowo) [por. Sztompka 2020: 293]. Według miary ONZ, przekroczenie wskaźnika liczby osób w wieku 65 i więcej lat w ogólnej liczbie ludności na poziomie 7% oraz osób powyżej 60. roku życia na poziomie 12% według miary Rosseta, oznacza przekroczenie prognozy starości demograficznej, w konsekwencji czego obecnie nie ma na świecie społeczeństw nazywanych „młodymi” [zob. Wawrzyniak, 2015: 43].

P. Szukalski [2008b: 33] wymienia trzy główne przyczyny starzenia się społeczeństwa, są nimi: przemiany w sferze umieralności, rozrodczości oraz wzrost migracji. Mówiąc o zmianach w rozrodczości mamy na myśli odraczenie oraz ograniczanie decyzji o posiadaniu potomstwa, które ma miejsce od końca lat 80. XX w., co spowodowało spadek liczby dzieci i młodzieży, jednocześnie zwiększając relatywne znaczenie osób starszych. Współczynnik dzietności teoretycznej, czyli miara, która informuje o średniej liczbie dzieci rodzonych przez kobietę, jeszcze w roku 1990 wynosiła 2, natomiast w 2018 na terenach wiejskich 1,45, zaś w miastach 1,42. Jednakże dopiero współczynnik dzietności na poziomie 2,1 jest w stanie zapewnić utrzymanie się liczby ludności na stałym poziomie przez dłuższy okres w przypadku krajów o względnie niskim poziomie śmiertelności oraz długim przeciętnym trwaniu życia

noworodków [por. Ochocki, 2009: 76; GUS 2019: 18]. Wpływ na ograniczanie prokreacji ma m.in. wydłużony okres edukacji, zwiększająca się powszechność stylu życia opierającego się na konsumpcjonizmie, wysoka aktywność zawodowa wśród kobiet, a także brak poczucia stabilizacji ekonomiczno-społecznej [zob. Kawińska, 2016: 28].

Zmiany w sferze umieralności polegają na wydłużaniu się trwania życia, przy czym wzrost ten dokonuje się głównie przez wydłużenie okresu starości [por. Szukalski, 2008b: 33]. Według danych GUS, w 2019 r. przewidywane przeciętne dalsze życie nowonarodzonego dziecka płci żeńskiej wynosiło 81,8 roku, zaś płci męskiej – 74,1 r. Odnotowuje się wzrost tego wskaźnika, w porównaniu z rokiem 2005, w przypadku kobiet o 2,4, a mężczyzn 3,3. Choć to dla mężczyzn przewiduje się krótsze trwanie życia, to jednocześnie w porównaniu do kobiet przeżywają oni większą część swojego życia bez niepełnosprawności. W 2019 r. oczekiwane dalsze trwanie życia w zdrowiu, dla mężczyzn w wieku 60 lat wynosiło 10,3 roku (53,4% dalszego trwania życia), natomiast dla kobiet – 11,4 roku (47,1% dalszego trwania życia) [por. GUS, 2020c: 27-28].

Na tempo starzenia się społeczeństwa wpływają również migracje, choć trudno jest szczegółowo ocenić ten wpływ. Chodzi tutaj głównie o migracje zagraniczne, które nasiliły się po przystąpieniu Polski do Unii Europejskiej w 2004 r., co ułatwiło przemieszczanie się między krajami członkowskimi i ułatwiało podejmowanie pracy za granicą. Migracje odgrywają ważną rolę, ponieważ emigrantami są głównie osoby młode, a po pewnym czasie ich dzieci powodują wzrost liczby osób młodych w kraju, do którego emigrowali [zob. Szukalski, 2008b: 35-36].

Starzenie się społeczeństwa ma wpływ niemal na wszystkie dziedziny życia społeczno-ekonomicznego. Wśród konsekwencji można wymienić zmniejszanie się potencjału opiekuńczego rodziny, a ze względu na konieczność wypłacania większej ilości świadczeń – zwiększenie obciążenia systemu emerytalnego. Można wymienić wzrost zapotrzebowania na usługi pomocy społecznej, z których korzystać będą szczególnie osoby w okresie późnej starości. Więcej osób będzie potrzebowało pomocy medycznej, ale także materialnej i z zakresu pracy socjalnej, co zwiększy koszty ochrony zdrowia, pomocy środowiskowej oraz opieki instytucjonalnej, np. Domy Pomocy Społecznej [zob. Pędich, 1996: 13-14; Szweda-Lewandowska, 2012: 28].

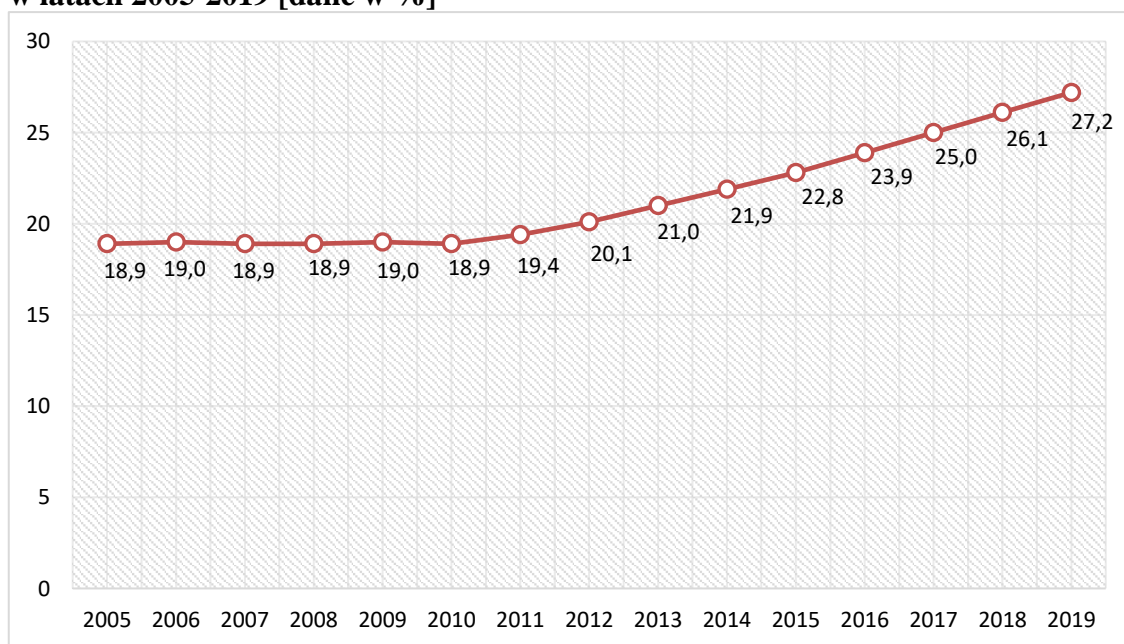
Jednym z poważnych problemów ekonomicznych powstałych z powodu starzenia się społeczeństwa jest rosnąca trudność podziału bieżącego strumienia usług oraz dóbr, powstających w procesie gospodarczym. Następuje zmniejszenie zasobów

siły roboczej, co spowoduje zmniejszenie wpływów do budżetu państwa z podatków oraz zwiększenie obciążenia fiskalnego osób w wieku produkcyjnym. Może nastąpić również niedobór pracowników z niektórych branż, zwłaszcza wykwalifikowanych opiekunów osób z niepełnosprawnością i osób starszych oraz lekarzy geriatrów [por. Ochocki, 2019: 60; Szweda-Lewandowska, 2012: 28-29].

W 2019 r. liczba osób w wieku 60 lat i więcej wynosiła 9703,7 tys. (25,3% polskiego społeczeństwa). Dla porównania w 2005 r. udział seniorów wynosił 17,2%, zaś w 2015 r. – 22,9%. W tym roku najliczniejszą grupę osób starszych stanowiły osoby w wieku 60-64 lata (ich udział wynosił 28,4% w ogólnej liczbie seniorów), zaś najmniej liczną osoby w wieku 85 lat i więcej (8,4%). Jednakże mimo przewagi młodszych osób starszych wśród całej populacji seniorów, od 2013 r. ich udział stale maleje, a taka tendencja może wskazywać na to, iż Polska niebawem doświadczy zjawiska podwójnego starzenia się ludności – oprócz ogólnego wzrostu liczby osób starszych, występuje również wzrost udziału najstarszych seniorów w strukturze wieku osób starszych [por. GUS, 2020c: 21 i 23].

W Polsce odnotowuje się również wzrost wskaźnika obciążenia demograficznego osobami starszymi (osoby, które ukończyły 65. rok życia przypadające na 100 osób w wieku 15-64 lata). W 2019 r. wynosił on 27,2, jednak dynamiczny wzrost tego wskaźnika zaczęto odnotowywać od 2011 r. [zob. tamże: 23].

Wykres 7. Współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi w Polsce w latach 2005-2019 [dane w %]



Źródło: GUS (2020), Sytuacja osób starszych w Polsce w 2019 r.

W polskim społeczeństwie przeważają kobiety. W 2019 r. na 100 mężczyzn przypadało 107 kobiet (stanowiły 51,6% ogółu społeczeństwa), natomiast w grupie seniorów (60+) współczynnik feminizacji jest jeszcze wyższy, ponieważ wynosi 139 kobiet na 100 mężczyzn (kobiety stanowiły 58,1% osób w wieku 60 i więcej lat). Wraz z wiekiem współczynnik ten wzrasta, co jest efektem nadumieralności mężczyzn [zob. GUS 2020c: 25].

Wzrost liczby seniorów przyczynił się do powstania tzw. srebrnej gospodarki (z ang. *silver economy*). To, czym jest można rozumieć na dwa sposoby. Po pierwsze, polega ona na ewoluowaniu gospodarki w kierunku gospodarki zorientowanej na potrzeby osób starszych bez interwencyjnego charakteru. Natomiast drugie znaczenie pokazuje szansę na wykorzystanie starzenia się ludności do takiego kształtowania rozwoju gospodarki, aby zmiana struktury potrzeb społeczeństwa i wzrost ich aktywności, stały się źródłem postępu oraz wzrostu gospodarczego. W tym przypadku uwaga jest skoncentrowana zarówno na potrzebach i popycie osób starszych, jak i cechach tej grupy, które mogłyby zostać wykorzystane do ich wyższej samodzielności i aktywizacji. Według ekspertów i osób propagujących srebrną gospodarkę, populacja osób starszych w przyszłości będzie zupełnie inną populacją niż seniorzy we wcześniejszych okresach. Pod względem struktury społecznej będzie ona bardziej mobilna i lepiej wykształcona. Seniorzy w przyszłości mogą być bardziej aktywni jako producenci, pracownicy i konsumenci [por. Golinowska, 2012: 135]. Jest to istotne, ponieważ szybko starzejąca się populacja stanowi bezprecedensowe wyzwanie dla gospodarki, która nie będzie w stanie zaspokoić potrzeb specyficznych dla osób starszych – dostosowanych do ich poziomu samodzielności, stanu zdrowia, zasobów finansowych czy wizerunku współczesnego odbiegającego od stereotypowego „biednego starca”. Przez wiele dziesięcioleci koncentrowano się na konsumentach w wieku od 15 do 40 lat. W niektórych przypadkach, takich jak rynek motoryzacyjny premium, bankowość, nieruchomości, dobra luksusowe, rozrywka i opieka zdrowotna, ważną rolę odegrała również grupa 40-60 lat, jednakże srebrna gospodarka dotyczy grupy 60+ [por. Kawińska, 2017: 87; Lippert, 2011: 161-162].

Według prognozy GUS w 2030 r. liczba ludności w wieku 60+ będzie wynosiła 10,8 mln, w 2040 – 12,3 mln, zaś w 2050 r. – 13,7 mln, co będzie świadczyło o wzroście w porównaniu do roku 2019 odpowiednio o 11,1%, 26,3% i 40,4%. W prognozowanym okresie nadal będzie przeważała liczba kobiet, również wśród seniorów, w 2030 r. współczynnik feminizacji wśród osób starszych będzie wynosił 135 kobiet na 100

mężczyzn, zaś w 2050 – 122. Przewiduje się także zmiany w populacji osób w wieku 60+ w wyróżnionych grupach wieku. W 2050 r. tylko w grupie osób 60-64 lata nie nastąpi zwiększenie liczebności w porównaniu do roku 2019, natomiast największy wzrost nastąpi w grupie najstarszej (85 lat i więcej), gdyż przewiduje się ponad 2,5-krotny wzrost w porównaniu do 2019 r. Obserwowalne będą również zmiany w strukturze płci, kiedy udział kobiet w populacji seniorów w 2019 r. wynosił 58,1%, to według prognozy, w 2050 r. będzie wynosił 55% i spadek ten będzie dotyczył wszystkich grup wiekowych. Te zmiany będą spowodowane przewidywanym spadkiem nadumieralności mężczyzn [por. GUS, 2020c: 32-35].

Spojrzenie na starość z perspektywy socjologicznej, to zdaniem A. Kotlarskiej-Michalskiej [2000: 148]. skupienie się na: a) cechach charakterystycznych pokolenia ludzi starszych, b) miejscu seniorów w społeczeństwie, c) miejscu osób starszych w rodzinie, d) sytuacji seniorów na rynku pracy, e) potrzebach społecznych osób starszych, f) procesie wycofywania się z pełnienia określonych ról społecznych, g) pełnieniu nowych ról społecznych, charakterystycznych dla okresu starości, h) wartościach uznawanych za ważne dla starszego pokolenia, i) samotności i osamotnieniu dotyczące osoby starsze oraz j) sposobach życia w domach pomocy społecznej. Jak pokazują przedstawione statystyki, działania zorientowane na osoby starsze będą coraz bardziej znaczące. Rosnąca liczba seniorów będzie stanowiła wyzwanie zarówno dla instytucji pomocy społecznej, jak i dla całego społeczeństwa.

2.2. Jakość życia i potrzeby seniorów

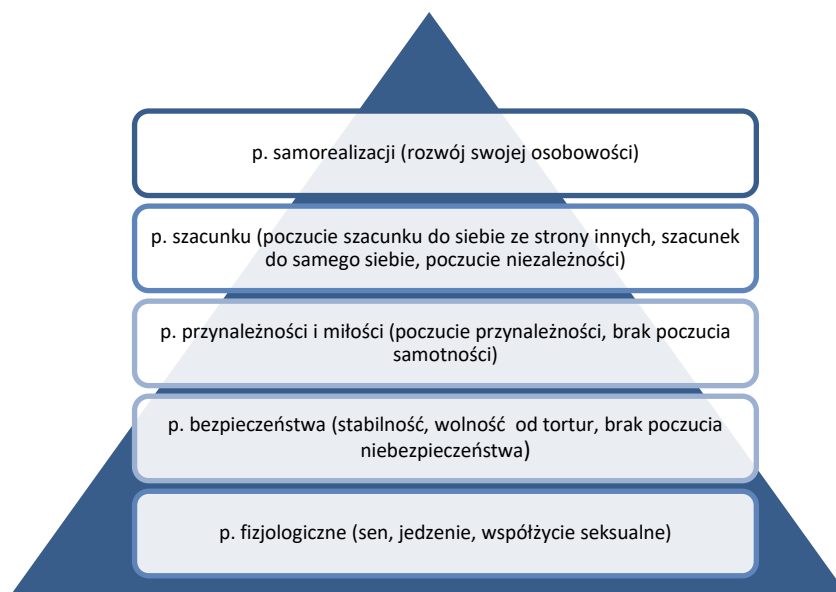
Opisując życie codzienne współczesnych seniorów należy zwrócić uwagę na ocenę jakości życia oraz poziom zaspokajania potrzeb charakterystycznych dla tej grupy. Polski socjolog, J. Szczepański, przed laty, w nawiązaniu do najogólniejszej definicji potrzeb stwierdził, iż istotą potrzeb jest pewien brak, który narusza zdolność funkcjonowania człowieka w danym obszarze [zob. Szczepański, 1978: 1080]. Natomiast szerzej, potrzeba to stan, w którym odczuwa się brak czegoś co wiąże się ze strukturą organizmu, indywidualnym doświadczeniem i miejscem w społeczeństwie, jednocześnie będąc niezbędnym do utrzymania go przy życiu, umożliwiającym rozwój, wypełnianie ról społecznych czy zachowanie ciągłości gatunku [zob. Encyklopedia Powszechna PWN, 1975: 663]. T. Kocowski [1979: 26] zaproponował zdefiniowanie potrzeby jako:

- a) aktualnego stanu człowieka albo jego organizmu, który nie spełnia określonych warunków;
- b) subiektywnego odczuwania niezaspokojenia lub też braku pożądaných warunków lub przedmiotów;
- c) trwałej właściwości jednostek, która polega na tym, iż jeżeli człowiek nie spełni określonych warunków, nie może osiągnąć bądź utrzymać ważnych celów albo stanów.

Definicje te różnią się od siebie podejściem subiektywnym lub obiektywnym, jednocześnie potrzeby ludzkie są trudne do zobiektywizowania oraz zmienne w przestrzeni i czasie. Nie zawsze można też potrzeby subiektywne i obiektywne traktować rozłącznie np. potrzeba ochrony zdrowia może być różnie odczuwana w zależności od płci, wieku czy statusu społecznego. Zdarza się, że osoba chora nie zawsze odczuwa potrzebę regularnego monitorowania swojego stanu i korzystania z usług medycznych, kiedy inna osoba będzie to robiła systematycznie [por. Frąckiewicz, 1985: 140-141; Kocowski, 1979: 26].

Jedną z najpopularniejszych klasyfikacji potrzeb przedstawił psycholog humanistyczny, A. Maslow. W 1954 r. po raz pierwszy opublikował książkę pt. „Motivation and Personality”, w której przedstawił swoją teorię o tym, jak ludzie zaspokajają różne potrzeby osobiste. Opierając się na swoich obserwacjach postulował, że istnieje ogólny wzorzec rozpoznawania potrzeb i kolejności ich zaspokajania. Jego teoria zakłada, że dana osoba nie może rozpoznać lub realizować kolejnej wyższej potrzeby w hierarchii, dopóki jej lub jego obecnie rozpoznana potrzeba nie została w znacznym stopniu lub całkowicie zaspokojona. Hierarchię potrzeb Maslowa najczęściej przedstawia się jako piramidę z potrzebami fizjologicznymi na szerokiej podstawie i potrzebą samorealizacji na wąskim szczycie, a realizację potrzeb rozpoczyna się właśnie od podstawy piramidy [por. Gawel, 1996: 1-2].

Rysunek 1. Piramida potrzeb podstawowych według A. Maslowa



Źródło: Maslow A. (2006), *Motywacja i osobowość* (tłum. Radzicki J.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, s. 62-71.

Szerszą gamę potrzeb zaproponował wspomniany wcześniej T. Kocowski, który wyróżnił 34 grupy potrzeb. Taki podział pozwala na dokładniejszą ocenę poziomu ich zaspokojenia dla zróżnicowanych grup społecznych czy jednostek. Wyróżnione potrzeby to: pokarmowe, ekologiczne, zdrowotne, bezpieczeństwa, reprodukcji, wypoczynku, opieki, mieszkaniowe, odzieżowe, dydaktyczne (przekazywanie informacji oraz nauka wybranych umiejętności), wychowawcze, integracji, przynależności, łączności (wypracowanie skutecznych sposobów komunikacji pomiędzy członkami danej grupy), kooperacji (wypracowanie skutecznego systemu współpracy w grupie), normatywne, socjalizacji, konformizmu, demokratyzmu, uczestnictwa, informacyjne, zorganizowania, instrumentalne, swobody, lokomocji, praworządności, sprawnościowe, samorealizacji, organizacji osobowości, erotyczne, estetyczne, aktywnej rekreacji, ludyczne i innowacji [zob. Kocowski, 1979: 43-45].

Podziału potrzeb osób starszych, które są uzależnione od pomocy innych osób dokonał T. H. Brubaker. Wyróżnił on potrzeby finansowe, fizyczne oraz społeczno-emocjonalne. Potrzeby finansowe wiążą się z uzależnieniem dochodów seniora od jednego źródła, które nie zmienia swojej wartości na przestrzeni lat. Potrzeby fizyczne są związane ze spadkiem sprawności oraz możliwością wystąpienia niepełnosprawności, zwłaszcza u osób w późnej starości. To doprowadza często do konieczności korzystania z pomocy w wykonywaniu codziennych czynności, tj. gotowanie, sprzątanie czy

utrzymywanie higieny osobistej. Natomiast potrzeby społeczno-emocjonalne wiążą się z podtrzymywaniem kontaktów międzyludzkich zarówno z rodziną, sąsiadami, jak i szerzej, ze środowiskiem lokalnym [zob. Brubaker, 1987: 13-14; Błędowski 2002: 93].

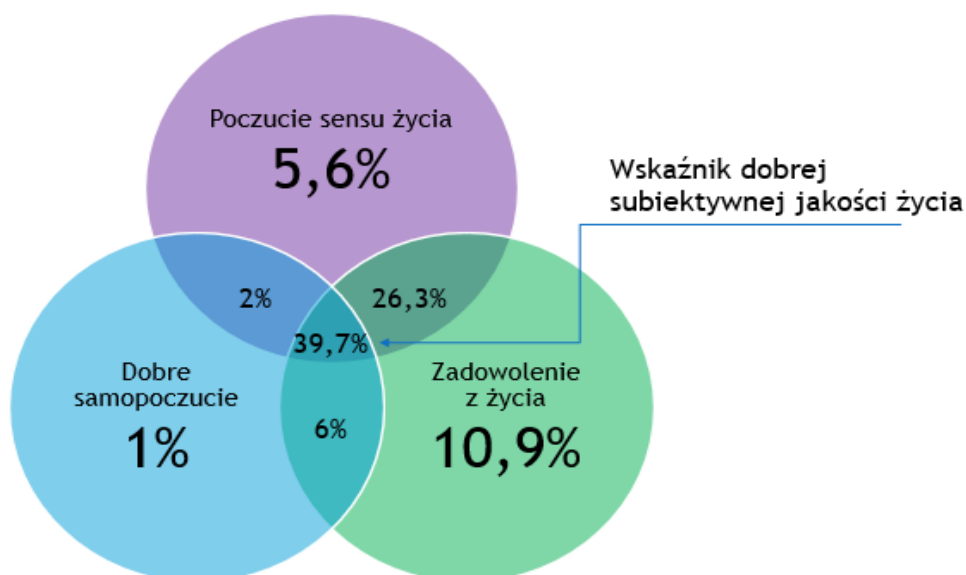
Realizacja potrzeb każdego człowieka wpływa na ocenę jakości życia. Samo to pojęcie można rozumieć jako dobrostan albo generalną ocenę własnego życia (z ang. *quality of life*), co stanowi przedmiot badań, zwłaszcza nauk społecznych. WHO zdefiniowało to pojęcie jako postrzeganie przez jednostkę swojej pozycji w kontekście systemów wartości oraz kultury, w których żyje, a także w odniesieniu do swoich oczekiwań, celów, standardów i obaw. Jest to szeroko ujęta koncepcja, na którą wpływa stan psychiczny, relacje społeczne, zdrowie fizyczne, osobiste przekonania, poziom niezależności i związek z istotnymi elementami środowiska [por. WHO, 1997: 1]. Ocenę jakości życia można dokonać bazując na subiektywnych ocenach osób badanych, a fenomen badań o tej tematyce rozpoczął się w Stanach Zjednoczonych w latach 50. XX w., jednak wtedy był związany głównie z psychologią kliniczną, gdzie dobrostan rozumiano jako brak choroby [por. Brycz, 2018: 57].

Badanie jakości życia stawia badaczy przed trudnym zadaniem, gdyż do tej pory nie powstała jedna i ogólnie obowiązująca domena (obszary badań), według której należałoby badać jakość życia. Dotychczasowe badania i wybór kryteriów w tym zakresie może być wskazówką dla dalszych badań, np. Zespół Zadaniowy ds. Wielowymiarowego Pomiaru Jakości Życia w swoim raporcie zaproponował skupienie się na dziewięciu obszarach: zdrowiu, warunkach materialnych, aktywności ekonomicznej i warunkach pracy, edukacji, jakości państwa i podstawowych prawach, czasie wolnym i relacjach społecznych, jakości środowiska, w którym mieszka jednostka, bezpieczeństwie osobistym i ekonomicznym oraz subiektywnym dobrostanie [por. Panek, 2017: 17].

Wiele badań socjologicznych jak i psychologicznych odnoszących się do jakości życia, porusza kwestię zadowolenia z życia i traktuje to kryterium za bardzo ważne, zwłaszcza w okresie starości, kiedy człowiek doświadcza wielu zmian. Oczywistym jest, że na to kryterium wpływa wiele czynników [por. Synak, 1987: 88-89]. Pewien obraz oceny jakości życia może dać złożony wskaźnik dobrej subiektywnej jakości życia. Wskaźnik ten jest definiowany jako odsetek osób w wieku co najmniej 16 lat, które jednocześnie: były zadowolone ze swojego życia (respondenci zadeklarowali, że ogólnie rzecz biorąc są zadowoleni albo bardzo zadowoleni ze swojego życia), cechowało je dobre samopoczucie (rozumiane jako stan emocjonalny dotyczący sytuacji bieżącej

respondenta, ale może być też zależne od wydarzeń, które wydarzyły się w przeszłości) oraz miały poczucie sensu życia (respondenci zgadzali się albo zdecydowanie się zgadzali ze stwierdzeniem, że to czym się zajmują w życiu ma sens). Badanie spójności społecznej wykazało, że przy przyjętych kryteriach pomiaru, w 2018 r. 91% osób w wieku 16 i więcej lat doświadczyło co najmniej jednego pozytywnego aspektu dobrobytu subiektywnego z trzech uwzględnionych w analizie. Natomiast wśród wszystkich respondentów niemal 18% zadeklarowała, że pozytywne odczucia dotyczyły tylko jednego aspektu. Najczęściej było to ogólne zadowolenie z życia (11%), zaś najrzadziej dobre samopoczucie w okresie 4 tygodni poprzedzających badanie (1%) [zob. GUS, 2020a: 247 i 252].

Wykres 8. Symptomy dobrobytu subiektywnego w 2018 r. wśród osób w wieku 16 i więcej lat – sposób nakładania się symptomów

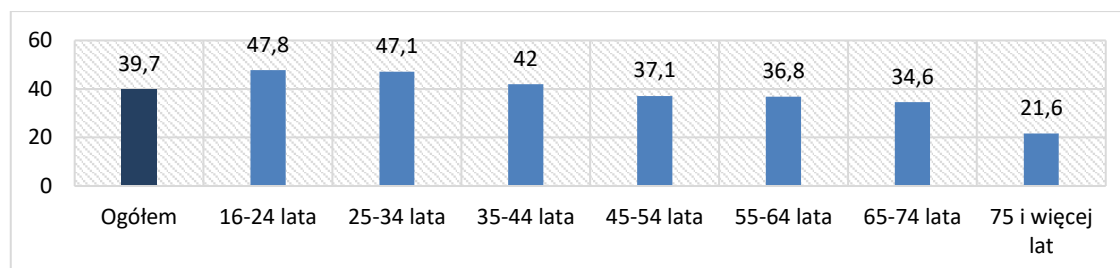


Źródło: GUS (2020), *Jakość życia i kapitał społeczny w Polsce. Wyniki badania spójności społecznej 2018*, Warszawa, s. 252.

U jednej trzeciej społeczeństwa wystąpiły dwa pozytywne aspekty dobrobytu. Względnie najczęściej dotyczyło to osób, które były zarówno zadowolone z życia, jak i miały poczucie sensu życia (26,3%). Dobre samopoczucie oraz zadowolenie ze swojego życia jednocześnie odczuwało 6%, zaś poczucie sensu życia i dobre samopoczucie zadeklarowało 2% badanych. Kumulacja trzech aspektów subiektywnego dobrobytu w 2018 r. została zaobserwowana u 39,7% Polaków, którzy ukończyli co najmniej 16

roku życia, co oznacza wzrost wskaźnika w porównaniu do 2015 r. o 4 punkty procentowe [por. tamże: 252-253].

Wykres 9. Złożony wskaźnik dobrej subiektywnej jakości życia wśród osób w wieku 16 i więcej lat w 2018 r. w podziale na wiek respondentów [dane w %]



Źródło: GUS (2020), *Jakość życia i kapitał społeczny w Polsce. Wyniki badania spójności społecznej 2018*, Warszawa, s. 254.

Najwyższą wartość złożonego wskaźnika dobrobytu subiektywnej jakości życia w 2018 r. zaobserwowano w najmłodszych grupach wieku. Ponadto, wskaźnik ten maleje wraz z wiekiem, osiągając najniższą wartość w grupie 75+ (21,6%) i jest ona ponad dwukrotnie mniejsza niż w grupie najmłodszej (16-24 lata). Analizując różnice pod względem aktywności ekonomicznej, można dostrzec, iż relatywnie najczęściej wszystkie trzy symptomy występują wśród osób pracujących – 48,8% wśród rolników indywidualnych, 43,8% wśród pracowników najemnych i 43,7% wśród osób pracujących na własny rachunek. Natomiast najniższy wskaźnik odnotowano wśród rencistów (21,4%) oraz emerytów rolniczych (24%) [por. tamże: 253].

Wśród czynników wpływających na ocenę jakości życia niewątpliwie znaczny wpływ ma zdrowie. Samo pojęcie zdrowia można potocznie rozumieć jako dobre funkcjonowanie, poczucie siły i witalności, brak bólu i niepełnosprawności. Bycie zdrowym oznacza posiadanie umiejętności pracy, radzenia sobie w życiu codziennym i cieszenia się życiem. Liczne badania empiryczne pokazują, że zdrowie uważane jest za jedną z największych wartości w życiu człowieka. Jednak zjawiska, które są bardzo dobrze znane, mogą być trudne do scharakteryzowania i zdefiniowania w ścisły sposób. Pojęcia zdrowia i choroby, a także pojęcia z nimi związane są bardzo trudne do uchwycenia i sprecyzowania [zob. Nordenfelt, 1993: 83].

Stan zdrowia seniorów zależy od wielu czynników, do których zaliczyć można poziom wykształcenia, status materialny, preferencje w kwestii stylu życia, dostępność i możliwość korzystania z usług medycznych, rehabilitacyjnych, higienicznych

i socjalnych. Wraz z rosnącym odsetkiem osób starszych, rośnie również liczba seniorów cierpiących na wielochorobowość (większa liczba tzw. zespołów geriatrycznych, czyli równoległe występowanie kilku chorób) [por. Szarota, 2004: 38-39]. Jak wynika z badań przeprowadzonych w ramach projektu PolSenior2, wielochorobowość dotyczy 69,3% seniorów w wieku 60-64 lata i wzrasta wraz z wiekiem, osiągając 91% wśród seniorów w wieku 85-89 lat. Ponadto mediana występujących chorób w populacji seniorów wynosi 3 i rośnie u seniorów powyżej 75 roku życia. Najczęściej zgłaszanymi schorzeniami były choroby układu krążenia (72,3%; w tym nadciśnienie – 63,3%), choroby endokrynologiczno-metaboliczne (68,7%) oraz problemy geriatryczne (59,4%; w tym problemy z pamięcią – 36,7%, nietrzymanie moczu – 29,6%) [zob. Gryglewska i in., 2021: 723, 726-727, 733]. Jednocześnie jak wynika z analizy wskaźnika samooceny stanu zdrowia (SRH), który również zastosowano w projekcie PolSenior2, 57,5% osób starszych jest zadowolonych ze swojego zdrowia, 38,8% uważa je za przeciętne, zaś 3,7% deklaruje jako złe. Najlepiej swoje zdrowie oceniają młodszy seniorzy (w grupie 60-64 lata, dobry stan zdrowia zadeklarowało 69% seniorów), zaś najgorzej najstarsi (swoją stan zdrowia jako dobry określiło 30,4% seniorów w wieku 85-89 lat). Na samoocenę stanu zdrowia ma wpływ poziom wykształcenia oraz region zamieszkania. Wyższy SRH zaobserwowano u osób z wyższym wykształceniem, a także u osób mieszkających w województwie mazowieckim i regionie południowo-zachodnim, natomiast niższy wśród osób z co najwyżej wykształceniem podstawowym oraz z regionu wschodniego [por. Szybalska i in., 2021: 771-773].

Kolejnym ważnym czynnikiem wpływającym na jakość życia osób starszych, który warto szerzej omówić jest sytuacja materialna, która warunkuje stopień zaspokojenia innych potrzeb życiowych i bezpośrednio wpływa na dobrobyt subiektywny. Oceniając sytuację materialną GUS wziął pod uwagę dochody respondentów, warunki życia, stan wyposażenia gospodarstw domowych w przedmioty użytku codziennego oraz umiejętność radzenia sobie z zarządzaniem budżetem domowym. W 2018 r. wśród osób w wieku 65+, 28% prowadziło gospodarstwa jednoosobowe, a pozostałe osoby były częścią gospodarstw wieloosobowych (połowa z tych osób była w gospodarstwach dwuosobowych). Wśród badanych 8 na 10 seniorów było w gospodarstwie domowym, którego głową rodziny wg kryterium ekonomicznego była osoba w wieku 65 i więcej lat, a około $\frac{3}{4}$ osób starszych było członkiem gospodarstwa domowego (jedno- lub wieloosobowego), w którym głównym źródłem

dochodu była emerytura (ok. 68%) albo renta (ok. 6%). Natomiast co piąty senior – w gospodarstwach, gdzie utrzymywano się z pracy najemnej [zob. GUS, 2020b: 17-18].

Część z seniorów doświadczała niskiego standardu mieszkania, ok. 8% badanych osób starszych mieszkało w miejscu bez łazienki/ustępu albo bieżącej wody. Wśród tych osób pojawiły się też takie, które nie mogły pozwolić sobie na zaspokojenie podstawowych potrzeb jak kupno odpowiedniego pożywienia. Ok. 4% spośród osób w wieku 65+ żyło w gospodarstwie domowym, w którym nie było możliwości, aby co drugi dzień zjeść pełnowartościowy posiłek (z mięsem, rybą albo wegetariańskim odpowiednikiem) bądź w którym rezygnowano z jedzenia świeżych warzyw i owoców z powodu braku funduszy. Ogółem, w 2018 r., zadowolenie ze swojej sytuacji materialnej zadeklarowało niespełna 38% osób starszych (ok. 43% mężczyzn i 34% kobiet), wyżej oceniali ją seniorzy z gospodarstw wieloosobowych (40%), mieszkający w miastach (42% z większych miast, 41% z pozostałych miast). W przypadku, kiedy w analizach pominięto aspekt dochodowy, to zadowolenie z warunków do życia deklarowało ok. 62% seniorów [por. tamże: 21, 28].

Ważnym aspektem, który wpływa na ocenę jakości życia seniorów są ich relacje z rodziną. Według badania GUS w 2018 r. ok. 93% osób w wieku 65 i więcej lat posiadało co najmniej jedno dziecko (zaliczane tu były dzieci biologiczne, adoptowane oraz pasierbowie), przy czym 28% utrzymywało kontakt z jednym dzieckiem, ok. 34% z dwójką, a 24% z co najmniej trójką potomstwa, które zamieszkiwały poza gospodarstwem domowym seniora. W przypadku rodzeństwa, w tym przybranego, 79% osób starszych zadeklarowało, że ma przynajmniej jednego żyjącego brata albo siostrę, przy czym w przypadku 77% seniorów ich rodzeństwo mieszkało w innym gospodarstwie domowym. Niemal 30% osób w wieku 65+ spotykało się ze swoim rodzeństwem co najmniej 2-3 razy w miesiącu, a niespełna 13% - mniej więcej raz w miesiącu. Dużą wartością dla osób starszych są relacje z młodszym pokoleniem, jakie tworzą ich wnuki oraz prawnuki. W 2018 r., 83% seniorów posiadało wnuki albo prawnuki, które nie zamieszkiwały wspólnego gospodarstwa domowego. Z badań wynika, że 3 na 5 seniorów spotykało się ze swoimi wnukami/prawnukami z dużą regularnością, bo nie rzadziej niż 2-3 razy w miesiącu, z czego niemal 33% seniorów – kilka razy w ciągu tygodnia. Spotkania z najmłodszym pokoleniem odbywały się tylko w formie bezpośredniej, ale duże znaczenie miały także środki komunikacji takie jak telefon, mail czy poczta tradycyjna [zob. tamże: 69-72].

Sieć kontaktów społecznych jest podtrzymywana przez seniorów również poprzez relacje ze znajomymi, przyjaciółmi, kolegami oraz sąsiadami. Choć są one istotne w różnym stopniu, od bycia podstawą stosunków międzyludzkich, do całkowicie marginalnego znaczenia. Niespełna jedna trzecia osób w wieku 65 i więcej lat zadeklarowała, że prawie w ogóle albo w ogóle nie spotyka się z przyjaciółmi lub znajomymi w celach towarzyskich, a ponad 12% spotykało się rzadziej niż kilka razy w roku. Jednocześnie prawie 24% seniorów spotykało się ze znajomymi i przyjaciółmi nie rzadziej niż 2-3 razy w miesiącu. W przypadku relacji z sąsiadami, 84% seniorów miało w swoim sąsiedztwie osoby, z którymi nie utrzymywali bliższych kontaktów, ale zawsze się witali ze sobą i dochodziło do krótkich rozmów. Częstą praktyką, bo w przypadku 6 na 10 seniorów, było świadczenie sobie przysług np. pożyczania jakiegoś przedmiotu albo kupienia czegoś w sklepie [por. tamże: 73-75].

Tabela 2. Częstotliwość spotkań towarzyskich osób w wieku 65 lat i więcej w 2018 r. w Polsce [dane w %]

| Częstotliwość spotkań | Grupa odbiorców | | | |
|---|---------------------|---------------|-----------|--------------|
| | Z dorosłymi dziećmi | Z rodzeństwem | Z wnukami | Ze znajomymi |
| Kilka razy w tygodniu albo częściej | 38,0 | 8,9 | 32,6 | 6,7 |
| Nie rzadziej niż 2-3 razy w miesiącu, ale nie częściej niż raz w tygodniu | 31,9 | 20,7 | 26,9 | 17,0 |
| Mniej więcej raz w miesiącu | 6,0 | 12,6 | 8,3 | 11,2 |
| Kilka razy w roku | 6,8 | 22,0 | 10,6 | 20,1 |
| Rzadziej niż kilka razy w roku / prawie w ogóle / w ogóle | 2,7 | 12,2 | 4,0 | 12,3 |
| Nie mam takich | 14,4 | 23,0 | 17,2 | 32,7 |
| Suma | 100,0 | 100,0 | 100,0 | 100,0 |

Źródło: GUS (2020b), *Jakość życia osób starszych w Polsce*, Warszawa, ss. 70-73.

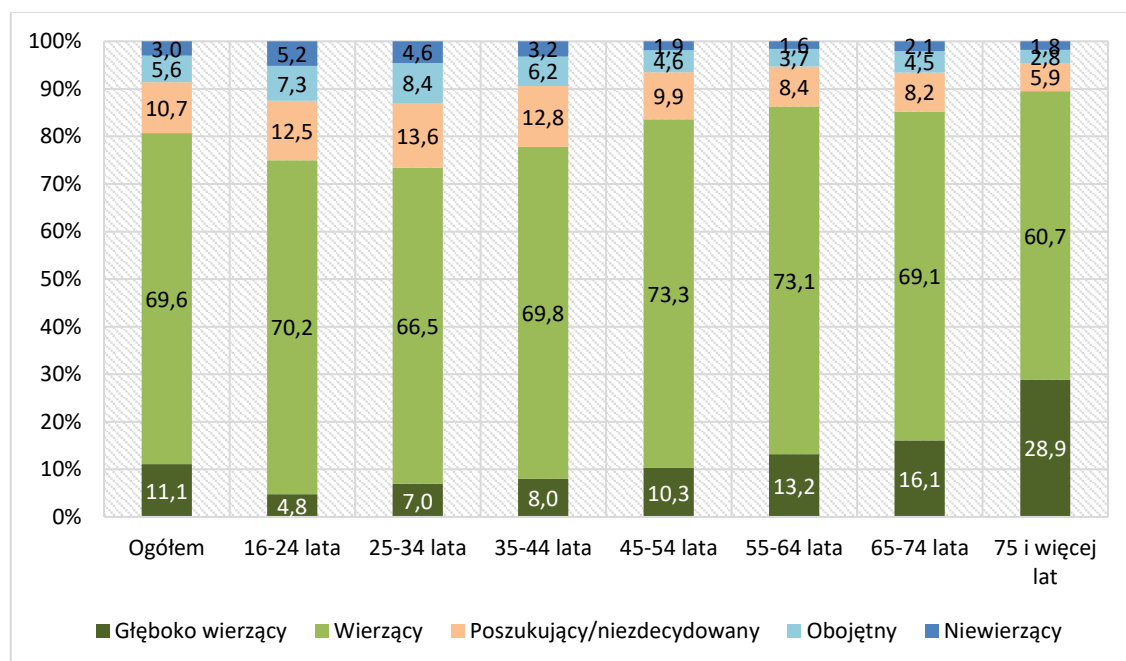
W przypadku, kiedy seniorzy potrzebowaliby pomocy kogoś, np. podczas choroby, wtedy w pierwszej kolejności liczyliby na wsparcie ze strony współmałżonka/partnera życiowego – 46%, a także dzieci/wnuków – 42%. Zdecydowanie rzadziej zwracaliby się do sąsiadów (4%), rodzeństwa (3%) albo przyjaciół i znajomych (2%). Pomoc ze strony instytucji jak pomoc społeczna lub zatrudnienie kogoś obcego nie cieszyły się wśród seniorów popularnością. Możliwe, że większe zainteresowanie tych wariantów pojawiłoby się w przypadku choroby długoterminowej lub poważnych nieudolności. Badanie z 2018 r. pokazało, że wraz z wiekiem seniorów rośnie znaczenie dzieci/wnuków jako najważniejszego źródła wsparcia, kiedy występują problemy dnia codziennego dla starszej osoby, zaś maleje znaczenie małżonka/partnera. Rośnie również znaczenie sąsiadów jako grupy, do której można się zwrócić o pomoc. To do nich zwracali się seniorzy z gospodarstw jednoosobowych w pierwszej kolejności (11% osób starszych). Wśród samotnie gospodarujących seniorów sąsiedzi zajęli drugie miejsce, zaraz po dzieciach lub wnukach (65%), w rankingu najważniejszych potencjalnych źródeł wsparcia. Na trzecim miejscu pojawiło się rodzeństwo (8%). Inaczej wygląda to u osób starszych w gospodarstwach domowych składających się z minimum dwóch osób, gdzie seniorzy pomocy oczekiwaliby niemal tylko od członków rodziny (64% od partnera albo małżonka, 33% od dzieci albo wnuków) [zob. tamże: 77-78].

Czynnikiem, który wpływa na przeżywanie starości jest również religijność. Jest to ważny element życia seniorów, ponieważ religijność można określić jako dynamiczny proces, zmieniający się w ciągu całego życia człowieka. Może ona przebiegać w dwóch kierunkach, ku pogłębieniu lub spłyceniu, czy nawet obojętności i braku wiary [por. Zaręba, 2009: 320]. W nowoczesnych i ponowoczesnych społeczeństwach dostrzegalna jest postępująca marginalizacja religii, mniejsze przywiązanie do wartości duchowych oraz praktyk religijnych. Osoby żyjące w społeczeństwach postindustrialnych stają się coraz bardziej obojętne wobec tradycyjnych instytucji religijnych i ich przywódców, jednak zapotrzebowanie na doświadczenia religijne są zróżnicowane [zob. Zaręba, Mariański, 2021: 15-16], czego przykładem może być grupa społeczna jaką są osoby starsze.

To właśnie na tym etapie życia, osoby częściej podejmują aktywność religijną. Jest to spowodowane świadomością zbliżającej się śmierci, potrzebą poczucia bliskości Boga czy wspólnoty, która może dać poczucie bezpieczeństwa i użyteczności. Bycie częścią społeczności połączonej wiarą może pomóc szczególnie osobom dotkniętym

chorobami, które w trudnym czasie mogą łatwiej zrozumieć, jak ważne jest pogodzenie się z tym, czego doświadczają. Choć nie każdy senior ma możliwość uczestniczenia w obrządkach religijnych, np. ze względu na stan zdrowia, to jednak może on praktykować modlitwę w swoim domu czy być bardziej refleksyjnym, ponieważ praktyki religijne przyczyniają się do prawidłowego postrzegania siebie i swojego życia [por. Kochan, 2009: 141; Ulman, 2017: 200].

Wykres 10. Stosunek do wiary religijnej wśród osób w wieku 16 i więcej lat w 2018 r. w Polsce wg wieku [dane w %]



Źródło: GUS (2018), *Życie religijne w Polsce 18.12.2018 r. Wyniki Badania spójności społecznej 2018*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/inne-opracowania/wyznania-religijne/zycie-religijne-w-polsce-wyniki-badania-spojnosci-spoecznej-2018,8,1.html> [dostęp: 12.09.2023], s. 2.

Jak wynika z badań GUS 80,7% mieszkańców Polski zadeklarowało, iż jest osobami wierzącymi lub głęboko wierzącymi, zaś jedynie 3% – osobami niewierzącymi. Widoczną tendencją jest rosnący wraz z wiekiem odsetek osób wierzących i głęboko wierzących. W przypadku najstarszych grup jest to odpowiednio 85,2% wśród osób w wieku 65-74 lata oraz 89,6% wśród osób 75+. Ponadto w najstarszej grupie blisko 1/3 stanowią osoby głęboko wierzące. W obszarze, jakim jest uczestnictwo we mszach oraz nabożeństwach, a także częstotliwości modlitwy, seniorzy również stanowią najliczniejszą grupę. Z danych wynika, iż 9,5% osób w wieku 75 i więcej lat uczestniczy we mszach i nabożeństwach codziennie lub częściej niż raz w tygodniu, natomiast raz

w tygodniu uczestniczy 54,7% seniorów 75+ oraz 55,3% osób w wieku 65-74 lata. Podobnie wygląda sytuacja z częstotliwością modlitwy, z tym, że seniorzy 75+ znacznie częściej modlą się kilka razy dziennie (23,9%), kiedy w grupie osób 65-74 lat jest to 10,1% [por. GUS, 2018: 2-5].

Osoby starsze częściej też deklarują poczucie związku ze swoją parafią, kościołem lokalnym czy zborem. W 2018 r. deklarowało go 65,9% mieszkańców Polski (w tym 21,8% było bardzo silnie związanych), natomiast wśród seniorów jest to odpowiednio 76,2% wśród osób 65-74 lat oraz 82,5% wśród seniorów 75+, przy czym 41% seniorów najstarszej grupy była bardzo silnie związana ze swoją wspólnotą [zob. tamże: 6].

Seniorzy są grupą, która mocno odczuwa wszelkie niedogodności. Dotknięci spadkiem dochodu, pogarszającym się stanem zdrowia oraz zmianami zachodzącymi w sieciach kontaktów społecznych, muszą zmagać się z wyzwaniami dnia codziennego. Przyniesione dane pokazały obszary, w których warto wspierać osoby starsze, jednak zagadnieniem, które warto szerzej omówić, ponieważ ma niewątpliwy wpływ na przeżywanie i postrzeganie starości przez same osoby starsze, jest zjawisko ageizmu. Omówiony zostanie również wpływ pandemii Covid-19 na poczucie osamotnienia wśród seniorów.

2.2.1. Ageizm – dyskryminacja ze względu na wiek

Za twórcę pojęcia „ageizm” uznaje się Roberta N. Butlera. Był on pierwszym szefem amerykańskiego National Institute on Aging. W 1969 r. publicznie nazwał ten problem społeczny i zdefiniował jako proces polegający na tworzeniu stereotypów oraz dyskryminowaniu osób w powodu starszego wieku [por. Palmore, 1999: 4]. Dla lepszego zrozumienia problemu warto zagłębić się w to, czym jest stereotypizacja oraz dyskryminacja, do których odniósł się Butler w swojej definicji.

J. C. Brigham zdefiniował stereotypizację jako uogólnienie na temat jakiejś grupy, które zawiera zbiór cech, co jest postrzegane przez zewnętrznego obserwatora jako nieuzasadnione. Przy czym ta konieczność oceny przez obserwatora i uznanie przez niego, że uogólnienie jest nieuzasadnione, jest dosyć kontrowersyjnym zagadnieniem. Inną definicję, choć uznawaną za nazbyt szeroką, zaproponowali D. L. Hamilton i T. K. Trolier, którzy za stereotyp uznali strukturę poznawczą zawierającą przekonania, wiedzę oraz oczekiwania obserwatora względem określonej grupy osób. Natomiast

R. D. Ashmore i F. K. Del Boca zdefiniowali je jako zespół przekonań dotyczący cech pewnej grupy osób [por. Nelson, 2003: 26-27].

Dyskryminacja to działania niesprawiedliwe, długotrwałe i systematyczne, które bezpośrednio ograniczają możliwość zaspokojenia potrzeb, a także osiągnięcia wartości cenionych w określonej kulturze przez konkretne jednostki, grupy bądź zbiorowości. Dyskryminowana grupa zazwyczaj posiada cechy, dzięki którym łatwo można ją odróżnić od pozostałych członków społeczności. Można wyróżnić dyskryminację bezpośrednią oraz pośrednią. Dyskryminacja bezpośrednia to działania zamierzone, których celem jest ograniczenie określonym jednostkom lub grupom dostępu do środków pozwalających na zaspokojenie potrzeb oraz osiągnięcie pozycji pozwalającej je zaspokoić, zaś dyskryminacja pośrednia to działania nieintencjonalne, lecz wywołujące dyskryminujące konsekwencje [zob. Szarfenberg, 2002: 38].

W literaturze wyróżniono pięć głównych rodzajów dyskryminacji osób starszych i osób z niepełnosprawnością: a) dystansowanie się, czyli unikanie utrzymywania bliższych relacji z osobami starszymi i chorymi; b) delegitymizacja – przepisy albo rozporządzenia, które zaliczają określone jednostki do negatywnej kategorii grupowej mającej odebrane wybrane prawa; c) dewaluowanie – głoszenie nieprzychylnych opinii o określonej grupie społecznej, co często jest połączone z pogardą w stosunku do niej; d) segregacja – wyłączanie jednostki albo grupy ze społeczeństwa, izolowanie jej; e) eksterminacja – uznawana za najokrutniejszy rodzaj dyskryminacji, ponieważ zakłada zniszczenie określonej grupy osób [zob. Sygulska, 2017: 62].

Do przyczyn występowania dyskryminacji osób starszych można zaliczyć funkcjonowanie negatywnych stereotypów na temat ludzi starszych, brak odpowiedniej wiedzy o starzeniu się i potrzebach w wieku starczym w mediach, wśród profesjonalistów czy mocodawców, dynamika przemian technologicznych i cywilizacyjnych, rywalizacja między starszymi a młodszymi osobami na rynku pracy i w obszarze transferów społecznych np. o świadczenia finansowe lub usługi. Unormowania w systemie zabezpieczenia społecznego oraz rynku pracy tworzą sprzyjające warunki do „wypychania” osób starszych z rynku pracy. Kolejną przyczyną są normy społeczne, które zakładają przywiązywanie większej wagi do opieki nad młodszym pokoleniem, co często jest wzmacniane przez rozwiązania instytucjonalne. Sposób funkcjonowania służby zdrowia, czyli uznawanie osoby starszej za drogiego i problematycznego pacjenta, przestrzeń publiczna niedostosowana do potrzeb osób starszych, ale także dosyć słaba pozycja seniorów jako konsumentów, także przyczyniają

się do powstawania zachowań dyskryminacyjnych. Ponadto osoby starsze posiadają cechy charakterystyczne dla tej fazy życia, np. pogorszenie stanu zdrowia, zwiększające się ryzyko zależności od pomocy osób trzecich, a obecną kohortę osób starszych tworzą przeważnie osoby, które doświadczyły niższego poziomu wykształcenia oraz są to w większości kobiety [por. Szatur-Jaworska, 2005: 75].

R. N. Butler [1980: 8] podkreślał, że ageizm, podobnie jak seksizm czy rasizm, posiada swoje specyficzne znaczenie, które jest szczególnie ważne zwłaszcza dla socjologów (zarówno używających tych definicji podczas badań, jak i próbujących udoskonalić definicje). Jego zdaniem istnieją trzy aspekty ageizmu:

1. uprzedzenia w stosunku do starości, procesu starzenia i osób starszych;
2. dyskryminowanie osób starszych, szczególnie w zakresie zatrudnienia, ale również podczas pełnienia innych ról społecznych przez seniora;
3. polityka i praktyki instytucjonalne, które swoim działaniem utrwalają stereotypowe postrzeganie osób starszych, czym podważają ich godność osobistą i zmniejszają możliwości na satysfakcjonujące życie seniorów.

Zarówno postawy, zachowania dyskryminacyjne, przekonania, jak i praktyki instytucjonalne są ze sobą powiązane i wzmacniają się nawzajem. Wymienione aspekty przyczyniły się do zmiany starości się z naturalnego procesu w problem społeczny, którego konsekwencje ponoszą seniorzy.

Natomiast E. B. Palmore [1999: 4] ujął ageizm znacznie szczyżej, ponieważ uznał go za wszelkie uprzedzenie wobec osób z określonej grupy wiekowej. Tak rozumiana definicja oznacza, że nie tylko osoby starsze mogą być dyskryminowane ze względu na wiek. P. Szukalski [2009: 61] poddaje krytyce takie ujęcie ageizmu jako zbyt szerokie, ponieważ dostrzega on sytuacje kiedy nierówne traktowanie osób ze względu na wiek jest w pełni usprawiedliwione. Jako przykłady podał łagodniejsze obchodzenie się z małoletnimi sprawcami przestępstw (takie osoby są często niedojrzałe emocjonalnie i intelektualnie, przez co nie zawsze są świadome konsekwencji swoich czynów) oraz nierówne traktowanie osób wykupujących polisy na życie, gdzie stosuje się zasadę sprawiedliwości aktuarialnej. Bazując na innych definicjach, stworzył własną roboczą definicję ageizmu uznając go jako „zestaw przekonań, uprzedzeń i stereotypów mających swe podstawy w biologicznym zróżnicowaniu ludzi, związanym z procesem starzenia się, które dotyczą kompetencji i potrzeb osób w zależności od ich chronologicznego wieku. Wiek kalendarzowy używany jest zatem do wyodrębnienia grup, których dostęp do różnorodnych zasobów społecznych podlega systematycznej

kontroli. Ów proces kontroli nazywany jest dyskryminowaniem (negatywnym bądź pozytywnym)” [Szukalski, 2008a: 157].

Za podstawę stosowania praktyk ageistowskich można uznać dwa przekonania, o homogeniczności populacji osób w starszym wieku oraz o silnym i powszechnym związku między wiekiem człowieka a jego sprawnością fizyczną i stanem zdrowia, co ułatwia posługiwanie się stereotypami [por. tamże: 156]. Można wyróżnić dwie postaci ageizmu: negatywną i pozytywną. Negatywne uprzedzenia i stereotypy dotyczące osoby starsze często dotyczą tego, jakoby były mniej kompetentne i zdolne do wykonywania pewnych czynności manualnych, poznawczych lub emocjonalnych, zaś pozytywne wiążą się z przypisywaniem jednostkom szczególnych umiejętności, tj. mądrości życiowej lub życzliwości. Pewnym paradoksem jest to, że negatywne stereotypy mogą prowadzić do pozytywnej dyskryminacji, kiedy seniorzy są postrzegani jako grupa, którą należy traktować ze szczególną troską, wręcz w sposób uprzywilejowany [zob. Szukalski, 2009: 62].

2.2.2. Seniorzy wobec pandemii (izolacja i poczucie osamotnienia)

W kontekście starości człowieka nierzadko pojawia się problem samotności i osamotnienia. Pojęcia te, choć wydawać by się mogło, są podobne, to nie oznaczają tego samego. Samotnością najczęściej nazywamy stan, który człowiek wybiera świadomie i nie oznacza on zamykania się na świat zewnętrzny. Osoba samotna może być uważana za wnikliwszego obserwatora życia innych osób, może dostrzec rzeczy, które innym umykają podczas codziennych obowiązków. Samotność pobudza do refleksji, zadumy nad swoim życiem, zaś osamotnienie nie jest kwestią wyboru [zob. Tarnogórski, 1988: 4]. Zdaniem Cz. Tarnogórskiego „człowiek samotny nie musi być osamotniony. Ale może być osamotniony, nie żyjąc samotnie. Samotność, najczęściej, z upływem czasu nabiera innych treści, odcieni i klimatów. Może też ciążyć jak osamotnienie, nawet wtedy, gdy człowiek ją świadomie wybrał” [tamże: 5]. Samotność jest bardzo złożonym i wieloaspektowym, psychospołecznym doświadczeniem człowieka, może mieć różne postaci oraz natężenie. Można je opisać jako nieprzyjemne uczucie, które pojawia się w wyniku niezgodności między oczekiwaniami a rzeczywistością. To stan emocjonalny, w którym człowiek ma świadomość izolacji od innych ludzi. Samotność może pojawić się po stracie bliskiej osoby i oczekiwaniu na kogoś, kto zapełni pustkę [por. Rembowski, 1992: 33].

Wśród rodzajów samotności można wyróżnić: samotność społeczną (wynika z braku więzi społecznych lub przynależności do jakiejś wspólnoty), samotność personalną (jest efektem braku związków intymnych i personalnych, co prowadzi do izolacji jednostki), samotność komunikacyjną (wynik niskiego poziomu dojrzałości społecznej oraz problemów w odbieraniu sygnałów od innych ludzi, zarówno werbalnych, jak i niewerbalnych) oraz samotność kulturowa (przejawia się izolacją od życia społecznego, kultury społeczności) [zob. Stochmiałek, 2005: 32].

Samotność w szczególny sposób dotyka osoby starsze, które przez różne czynniki mogą czuć się wyeliminowane z życia społecznego poprzez ograniczenie lub zerwanie procesu komunikacji z innymi ludźmi. Badacze wśród przyczyn samotności seniorów wymieniają: a) czynniki geopolityczne, kiedy występują negatywne skutki zmiany miejsca zamieszkania osoby starszej, np. na dom pomocy społecznej czy dom spokojnej starości, co powoduje tęsknotę za domem rodzinnym, sąsiadami i znajomymi; b) samotność kulturową, również dotycząca osób po przeprowadzce do DPS, kiedy muszą zmierzyć się z koniecznością zmiany swoich dotychczasowych przyzwyczajeń i zaburzeniem wcześniejszego trybu życia, praktyk religijnych czy tradycji; c) bariery językowe spowodowane pojawiającymi się trudnościami z wyrażaniem myśli, artykułowaniem słów; d) samotny styl życia, czyli ograniczanie kontaktów towarzyskich i pozostawanie „z boku” w grupie ludzi, którzy ją otaczają; e) samotność będąca wynikiem choroby – wywołana przez poczucie odosobnienia i otaczania się obcymi ludźmi (np. personelem medycznym, z którym nie są związani uczuciowo) lub ograniczeniem możliwości przemieszczania się i odwiedzania innych osób/uczestnictwa w spotkaniach towarzyskich; f) utratę bliskich osób, czyli niezależnie od seniora opuszczenie przez drugą osobę w wyniku śmierci lub zakończenie związku; g) świadomość zbliżającej się śmierci, powodująca rezygnację i wyłączenie się z życia towarzyskiego [por. tamże: 37-38].

Za czynnik zwiększający poczucie samotności można uznać pandemię Covid-19. Za symboliczny początek występowania tego wirusa w Polsce uznaje się 4 marca 2020 r., kiedy wykryto pierwszy przypadek chorej osoby, natomiast oficjalny początek pandemii łączy się z wystąpieniem premiera M. Morawieckiego i opublikowania rozporządzenia Ministra Zdrowia w sprawie ogłoszenia na obszarze RP stanu epidemii (20 marca 2020 r.). Pierwsze obostrzenia dotyczyły konieczności odwołania wszystkich imprez masowych, później zamknięto szkoły i uczelnie, które przeszły na nauczanie zdalne, zamknięto także instytucje kultury. Dalsze restrykcje dotyczyły ograniczenia

poruszania się tylko w niezbędnych sytuacjach, czyli do lekarza, na zakupy czy na spacer z psem. Wprowadzono także obowiązkowe zasłanianie nosa i ust w miejscach publicznych. Mimo podejmowanych działań jedną z konsekwencji pandemii jest powstający dług zdrowotny, tzn. nadumieralność wynikająca z opóźnionej diagnostyki oraz późnego wdrożenia leczenia. W wyniku pandemii średnie trwanie życia Polaków w 2020 r. skróciło się o 1,3 roku w porównaniu z 2019 r., a szczególne znaczenie ma tutaj zwiększona umieralność seniorów, prawdopodobnie wynikająca z niewystarczającego dostosowania systemu ochrony zdrowia do starzenia się ludności [por. Kubiski, Szweda-Lewandowska, 2022: 14-16].

Innymi konsekwencjami pandemii są występujące zaburzenia psychiczne, które objawiają się paniką, stanami niepokoju, zaburzeniami obsesyjnymi związanymi z zaleceniami dezynfekcji, mycia, które mogą zostać wyolbrzymione, a w efekcie przybrać szkodliwą formę. Obsesji może podlegać także nadmierne analizowanie swojego stanu zdrowia – kaszlu, duszności czy temperatury ciała, czy poddawanie się wątpliwym poradom pseudolekarzy i znachorów. Czynnikiem wzmacniającym obsesję może być pozytywny wynik testu na obecność Covid-19 u danej osoby lub u jego członka rodziny, co może spowodować rozwój objawów ostrego zaburzenia stresowego [zob. Heitzman, 2020: 189]. To, jak ważny jest to obszar pokazują dane, z których wynika, iż podczas pandemii, w Hongkongu zaobserwowano wzrost liczby samobójstw wśród osób w wieku 65+, co było spowodowane obawami przez zarażeniem, ogólny lękiem, poczuciem, że jest się ciężarem dla najbliższych, stresem psychicznym oraz izolacją społeczną [por. Rybarczyk, Koweszko, 2022: 188].

Z badań przeprowadzonych w Polsce wynika, iż aby chronić się przed koronawirusem 74% osób starszych ograniczyło kontakty osobiste, w tym z bliskimi i krewnymi. Niespełna 90% seniorów utrzymywało z rodziną i przyjaciółmi kontakt telefoniczny, zaś 41% spotykało się z nimi osobiście. Szczególną uwagę zwrócono na fakt, iż niespełna 5% osób w wieku 75+ (ok. 140 tys. osób) nie utrzymywało kontaktu z rodziną oraz przyjaciółmi. Seniorzy zostali zapytani o to, czy mają wokół siebie dostateczną liczbę osób, które mogą prosić o pomoc bez skrupowania, na co 84,7% odpowiedziało pozytywnie, a niemal 10% nie zgodziło się z tym stwierdzeniem. Podobne proporcje otrzymano w odpowiedzi na pytanie o satysfakcję z relacji z innymi osobami – 83,3% zgodziło się z tym stwierdzeniem, a 9,5% zaprzeczyło. Wynika z tego, że 4 na 5 seniorów jest zadowolonych ze swojego kręgu znajomych i przyjaciół, zaś 1 osoba na 10 wykazuje niezadowolenie ze swojej sytuacji. Według badania brak możliwości

otrzymania wsparcia zadeklarowało 18% osób w wieku 80+ (7% „zdecydowanie się nie zgadzam” oraz 11% „raczej się nie zgadzam”). Badani zostali poproszeni również o określenie na skali poczucie osamotnienia²² i wynika z tego, iż 2,4% badanych jest osobami skrajnie osamotnionymi, 4,4% jest osobami bardzo osamotnionymi (7-9 pkt), zaś 15,6% odczuwa umiarkowane poczucie osamotnienia (4-6 pkt), co oznacza, iż 77,6% seniorów nie czuje się osamotniona [zob. Kubiski, Szweda-Lewandowska, 2022: 24-25, 31-33].

Osoby starsze zostały zapytane również o to, czy czuły się osamotnione w ciągu ostatniego tygodnia, na co 82,1% odpowiedziało, że czuły się osamotnione rzadko lub wcale, a 4,3% odczuwały osamotnienie przez krótki czas (1-2 dni). Na dalsze monitorowanie sytuacji zasługują osoby, które czują się osamotnione w umiarkowanym stopniu (3-4 dni) – 9,3% oraz prawie stale czują się osamotnione (5-7dni) – 4,3%. Jednocześnie częściej osamotnienie deklarowali starsi seniorzy, 23% osób w wieku 80 lat i więcej odczuwało umiarkowane albo prawie stałe osamotnienie. Niewątpliwie można mówić o swego rodzaju kumulacji czynników, które wzmacniają poczucie osamotnienia oraz izolację społeczną, w wyniku czego mamy do czynienia z wykluczeniem osób starszych. Jak wynika z przeprowadzonego badania co dwudziesty senior w Polsce jest osamotniony, a kolejne 10-15% to osoby zagrożone osamotnieniem. Choć wydaje się, że problem osamotnienia nie jest duży, to patrząc na to, iż populacja osób w wieku 60 i więcej lat liczy ok. 10 mln osób, to osób odczuwających osamotnienie i brak wsparcia jest ok. 500 tys., zaś kolejny milion jest zagrożony taką sytuacją [por. tamże: 33-34].

Poczucie osamotnienia jest jednym z wielu kryzysów, które mogą dotknąć osoby w wieku senioralnym i wpływać na przeżywanie przez nich tego etapu życia. Starość bowiem stawia przed seniorami wiele nowych wyzwań, z którymi muszą się zmagać. Jednocześnie, większa wiedza na ich temat może przyczynić się do lepszego radzenia sobie z nimi w przyszłości.

²² Badani oceniali na skali: 0-4, gdzie „zdecydowanie się nie zgadzam” to 4 pkt, „raczej się nie zgadzam” – 3 pkt, postawa neutralna – 2 pkt, „raczej się zgadzam” – 1 pkt, „zdecydowanie się zgadzam” – 0 pkt. Za skrajne osamotnienie uznano wyniki 10-12 pkt.

2.3. Kryzysy w starości

Nowe sytuacje w życiu każdego człowieka mogą przyczynić się do zmiany postrzegania jego samego, swojej sytuacji czy patrzenia na przyszłość, a zwłaszcza okoliczności, które teoretycy osobowości nazywają kryzysami. Kryzysami nazywa się okresy przełomu, momenty rozstrzygające czy punkty zwrotne w życiu człowieka. Można wyróżnić dwa rodzaje kryzysów: kryzysy rozwojowe, czyli sytuacje wynikające z natury procesu socjalizacji np. pójście dziecka do szkoły, zawarcie związku małżeńskiego/przyjęcie święcenia kapłańskiego czy objęcie wysokiego stanowiska w pracy oraz kryzysy sytuacyjne, które wiążą się z nieprzewidzianą wcześniej sytuacją np. nagła choroba lub śmierć bliskiej osoby, utrata pracy. Bez względu na to, o którym kryzysie mowa, istotne jest to, z jaką postawą otoczenia zderzy się jednostka po kryzysowym wydarzeniu. Jeżeli doświadczy życzliwości, zrozumienia i otrzyma wsparcie, może nastąpić pozytywny rozwój osobowości [por. Dyczewski, 1994: 80; Słownik wyrazów obcych, 1995: 617].

Sytuacjami kryzysowymi, z którymi mierzą się osoby w starszym wieku są m. in. przejście na emeryturę, obniżenie statusu społecznego i utrata prestiżu, pogorszenie stanu zdrowia, obniżenie poczucia własnej atrakcyjności, śmierć bliskiej osoby, opuszczenie domu rodzinnego przez dorosłe dzieci, poczucie samotności i osamotnienia, zmiana miejsca zamieszkania (np. przeprowadzka do Domu Pomocy Społecznej), poczucie bezużyteczności, świadomość zbliżającej się śmierci. Kryzysy te najczęściej przebiegają w czterech sferach: emocjonalnej (strach, poczucie winy lub krzywdy), biologicznej (objawy fizjologiczne oraz somatyczne tj. wymioty, pocenie się, częstomocz), zachowania (brak możliwości dalszego pełnienia ról społecznych, nietypowe zachowania, izolowanie się od innych, agresja, nałogi) oraz poznawczej (problemy z podejmowaniem decyzji i rozwiązywaniem dylematów dnia codziennego [zob. Szatur-Jaworska, 2000: 48; Szatur-Jaworska, Błędowski, Dziegielewska, 2006: 67 i 72].

Przejście na emeryturę lub rentę powoduje, że człowiek, który przez wiele lat pracował zawodowo, traci zajmowane wcześniej stanowisko oraz związane z nim przywileje i obowiązki, zaczyna ograniczanie lub zrywanie kontaktów społecznych z kolegami z pracy. Zmniejsza się również jego dochód oraz prestiż społeczny. Ta sytuacja wywołuje poczucie rezygnacji i ograniczenia, brak w niej nastawienia na dalsze działanie. Nieco łagodniej przejście na emeryturę przechodzą kobiety, które mogą przejść na nią wcześniej, będąc osobami w pełni sprawnymi i zdolnymi do pełnienia

wielu funkcji w domu lub poza nim, np. częściej przejmują rolę opiekuna nad wnukami. Jednocześnie może pojawić się poczucie nadmiernej ilości wolnego czasu, bezczynności, a w efekcie poczucia bezradności, zdenerwowania i niezadowolenia z nowej sytuacji [zob. Dyczewski, 1994: 81-82].

Choć przejście na emeryturę najczęściej kojarzone jest z jednorazowym wydarzeniem, to zdaniem R.C. Atchley'a przejście na emeryturę jest procesem, który obejmuje siedem faz, chociaż nie każdy człowiek będzie musiał przejść je wszystkie. Wyróżnił on następujące fazy:

- 1) faza oddalona w czasie – dotyczy osób w średnim wieku, kiedy zajęci pracą zawodową, jedynie czasami mają mgliste myśli na temat emerytury, wtedy nie przygotowują się do emerytury lub robią to w ograniczonym zakresie;
- 2) faza przedemerytalna – okres zbliżania się do wieku emerytalnego, wtedy emerytura jest przedmiotem myśli i przyszłych planów;
- 3) faza miesiąca miodowego – przejście na emeryturę wiąże się z uczuciami nadziei i przyjemności, wcześniejsze plany mogą zostać zrealizowane;
- 4) faza rozczarowania – faza ta ma miejsce, kiedy zajęcia podejmowane podczas emerytury okazują się niesatysfakcjonujące, występują rozbieżności pomiędzy oczekiwaniami a rzeczywistym wyglądem życia na emeryturze, seniorzy odczuwają rozczarowanie;
- 5) faza zmiany kierunku – następuje po fazie rozczarowania, kiedy seniorzy akceptują rzeczywistość życia na emeryturze oraz zastanawiają się nad możliwymi alternatywami i rozwiązaniami;
- 6) faza stabilizacji – osoby na emeryturze wypracowują pewną rutynę i sposób zachowania na emeryturze, mając pełną świadomość co do swoich ograniczeń i możliwości. W tej fazie senior wydaje się być najlepiej przystosowany do pełnienia roli emeryta;
- 7) faza końcowa – ma miejsce, kiedy osoba starsza przestaje być emerytem, może być to spowodowane ponownym wejściem na rynek pracy i zawieszeniem pobierania emerytury lub doznaniem urazu lub chorobą, a w konsekwencji brakiem samodzielności i zmiany pobieranego świadczenia z emerytury na rentę lub zasiłek.

Fazy te mogą występować w różnej kolejności i formie w zależności od osoby, jej cech osobowości, doświadczeń czy wieku i powodów przejścia na emeryturę. Jednak schemat zaproponowany przez R.C. Atchley'a pomaga zrozumieć przed jakimi

zadaniami rozwojowymi staje człowiek zmieniający rolę osoby pracującej na rolę emeryta [por. Birch, Malim, 2001: 151-153]

Naturalnym zjawiskiem dla procesu starzenia jest pogarszający się stan zdrowia. Przez utratę zdrowia będącą czynnikiem kryzysogennym można uznać wystąpienie choroby, niepełnosprawności oraz utratę atrakcyjnego wyglądu lub kondycji fizycznej, kiedy występują pierwsze zmarszczki lub siwe włosy. Osłabienie sił fizyczny i psychicznych są naturalnym objawem starzenia się organizmu. Ponadto nie każda choroba może prowadzić do wystąpienia kryzysu. Aby chorobę można było uznać za kryzysogenną musi wystąpić jedna z przyczyn:

- stopień ciężkości choroby – na odczucia osoby starszej może wpłynąć już samo rozpoznanie i nazwanie choroby, co skłania ją do nadania znaczenia i wagi chorobie. Na zachowanie chorego wpływa także postrzeganie danej choroby przez niego oraz możliwości leczenia;
- konsekwencje społeczno-ekonomiczne – choroba może wpłynąć negatywnie na sytuację finansową zarówno samego chorego, jak też jego rodziny;
- reakcje i postawy wobec choroby – w zależności od cech charakteru i doświadczeń chory przed zachorowaniem mógł postrzegać daną chorobę w różny sposób, co wiąże się z reakcją na usłyszaną diagnozę;
- interpretacja i znaczenie – w zależności od sposobu myślenia chorego na temat choroby, czy uważa swoją chorobę za przeszkodę, stratę dotychczasowych możliwości czy też jako wartość, korzyść lub nowe doświadczenie, z którym należy się zmierzyć;
- ograniczenie lub brak możliwości wypełniania ról społecznych – w przypadku ról ważnych dla osoby starszej może powodować silniejsze reakcje;
- postawy innych osób wobec choroby i chorego – ważną rolę odgrywają relacje pacjent-lekarz oraz stosunki rodzinne. W przypadku postawy pełnej życzliwości, wyrozumiałości i wsparcia, ryzyko kryzysu jest mniejsze [por. Szatur-Jaworska, Błędowski, Dziegielewska, 2006: 75; Adamczak, 1985: 62-63].

Choroba może spowodować, że zdiagnozowana osoba straci chęć życia, będzie pełna rezygnacji, rozpaczy albo pełna zapału do walki o swoje zdrowie, będzie dążyła do przezwyciężenia cierpienia i stymulowała się do dalszego rozwoju. Postawa chorego wpływa na dalszą jego pracę z personelem medycznym, ale też na relacje z rodziną i przyjaciółmi. Ważne jest to, aby te relacje opierały się na realistycznej koncepcji

choroby tzn. bez lekceważenia zagrożeń związanych z wystąpieniem choroby, ale także pozwalającej na walkę z chorobą, ponieważ tylko taka postawa pozwoli choremu walczyć z chorobą i podejmować działania, które będą sprzyjały zdrowieniu [zob. Szatur-Jaworska, Błędowski, Dzięgielewska, 2006: 75-76].

Śmierć bliskiej osoby jest bardzo traumatycznym przeżyciem. Kiedy mowa o śmierci współmałżonka dodatkowo łączy się to ze zjawiskiem wdowieństwa. Z powodu dłuższego średniego życia kobiet, to one częściej przeżywają ten kryzys. Strata partnera jest trudna nie tylko ze względów emocjonalnych czy osobistych, ale także z powodów społecznych, ponieważ małżonek jest „naturalnym” wspierającym, na którym polega się gdy potrzebne są pomoc i wsparcie, co jest szczególnie istotne dla starszego pokolenia [por. Wawrzyniak, 2014: 27].

Na podstawie obserwacji reakcji osób, które straciły bliskiego krewnego wywnioskowano, że w ciągu tygodni i miesięcy ich reakcje zwykle przechodzą przez kolejne fazy. Nie są one jednoznaczne i każda osoba może oscylować przez pewien czas między dowolnymi dwiema z nich. Można jednak dostrzec ogólną tendencję. J. Bowlby [1980: 84] wyróżnił cztery następujące fazy: 1) faza odrętwienia (zwykle trwa od kilku godzin do tygodnia i może zostać przerwana przez wybuchy intensywnego cierpienia i/lub gniewu); 2) faza tęsknoty i poszukiwania utraconej osoby (zwykle trwa kilka miesięcy, a czasem nawet przez lata); 3) faza dezorganizacji i rozpacz; 4) faza większego lub mniejszego stopnia reorganizacji. Reakcje na utratę, ze szczególnym uwzględnieniem sposobu, w jaki zakończony przez śmierć, związek nadal odgrywa centralną rolę w życiu emocjonalnym osoby w żałobie, z reguły ulega powolnej zmianie formy w miarę upływu miesięcy. Ta ciągła relacja wyjaśnia tęsknotę i poszukiwanie, a także gniew, dominujące w drugiej fazie, oraz rozpacz i późniejszą akceptację straty jako nieodwracalnej, które pojawiają się, gdy faza trzecia i czwarta przechodzą pomyślnie.

W okresie żałoby, osoba nią dotknięta może odczuwać emocjonalny dystans w stosunku do innych osób, poczucie niezrozumienia, nierzeczywistości sytuacji oraz pełnej koncentracji na zmarłym. Wystąpić może także poczucie winy, wyolbrzymianie swoich wad, oskarżanie samego siebie o możliwe zaniedbania. W relacjach interpersonalnych następuje ochłodzenie stosunków, drażliwość, gniew, poczucie, że inne osoby przeszkadzają. Wrogość, np. w stosunku do lekarzy pozostaje najczęściej na poziomie emocji, żałobnik nie podejmuje żadnych działań w kierunku innych osób. Przeżycie żałoby prowadzić może również do zmiany dotychczasowego stylu życia.

Sposób przeżywania żałoby może być różny w zależności od cech charakteru danej osoby, jak też stopnia zażyłości ze zmarłą osobą [por. Pilecka, 2004: 109].

Kolejny kryzys dotyczy osób, które pełniły rolę rodzica, kiedy dzieci opuszczają dom rodzinny, aby założyć własną rodzinę i się usamodzielnic. Ten etap życia nazywany jest również okresem „pustego gniazda” lub fazą postparentalną. Wiąże się z koniecznością wypracowania nowego sposobu funkcjonowania we dwoje między małżonkami, a zmiana sytuacji może wzmocnić lub osłabić ich więź. Na początku tego okresu wsparcie finansowe dla dzieci może ulec zmniejszeniu, jednak wraz z pojawianiem się na świecie wnuków – nakłady finansowe mogą się zwiększać [zob. Szatur-Jaworska, Błędowski, Dzięgielewska, 2006: 79]. Opuszczenie domu przez dzieci wywołuje różne emocje. Z jednej strony rodzice przez jakiś czas mają poczucie wyzwolenia i wolności, z drugiej czują się samotni i zbędni. Im wyższy poziom intymności i wzajemności między mężem a żoną, tym łagodniej przechodzą tę fazę. Jeśli między partnerami występuje wrogość, która wcześniej została przeniesiona na dzieci albo na elementy zewnętrzne małżeństwa, najprawdopodobniej po opuszczeniu domu przez dzieci, konflikt pojawi się ponownie, gdy para zacznie spędzać ze sobą więcej czasu. Może nastąpić również uświadomienie sobie, że małżonkowie nie mają zbyt wiele wspólnego ze sobą poza dziećmi. Gdy dzieci odchodzą, wiele kobiet zaczyna rozważać powrót na rynek pracy [por. Clelland, Chaytors, 1981: 1828].

S. Zalewska [2012: 333-335] opisała szerzej zjawisko nazywane syndromem pustego gniazda, które wiąże się z obniżeniem poczucia dobrostanu małżonków, naruszeniem równowagi panującej dotychczas w systemie rodzinnym. Rodzinę można porównać do systemu połączonych naczyń, przez co zaburzenie jednej z relacji w rodzinie ma wpływ na pogorszenie lub inne zmiany w relacjach pozostałych członków. Małżonkowie najczęściej starają się powrócić do wcześniejszego, sztywnego systemu funkcjonowania, mimo zachodzącej zmiany, zaś dzieci często chcą budować go w oparciu o nowe zasady. Te sprzeczności mogą wywołać syndrom opuszczonego gniazda. Syndrom ten może być również efektem nierozwiązanego konfliktu rodzinnego. Konflikt występuje, kiedy ścierają się dążenia rodziców do utrzymywania silnej bliskości z dziećmi oraz dążenia dzieci do swojej autonomii i usamodzielnienia, a dodatkowo konflikt staje się coraz ostrzejszy i nie wypracowuje się kompromisu. Syndrom można dostrzec, kiedy rodzice dążą do maksymalizowania własnych zysków, czyli kierują się działaniem mającym, według ich kalkulacji, przynieść duże korzyści, w myśl zasady, że czas i siły jakie włożyli w opiekę nad dziećmi powinna się przełożyć na opiekę nad

starszymi rodzicami, kiedy będą jej potrzebowali. W momencie, kiedy dziecko opuszcza dom pojawiają się obawy o niespełnieniu tej zależności i próby opóźnienia usamodzielnienia dziecka. Syndrom to także ograniczenie aktywności społecznej. Może być efektem percepcji roli rodzicielskiej, ponieważ o ile rola małżonka i rodzica w okresie wychowywania dzieci są jasno określone, to w okresie postparentalnym, już tej jasności nie ma, co wywołuje często zagubienie, dezorientację. Osoby korzystają również ze wzorców, które stosowali podczas wcześniejszych etapów rozwoju. Jednakże niezadowolenie z podejmowanych działań doprowadzić może do poczucia winy i frustracji.

Trudnością dla wielu seniorów jest obniżająca się samodzielność w tym okresie życia oraz większa zależność od innych osób, zwłaszcza wśród osób w późnej starości. Ten proces mogą przyspieszyć występowanie takich chorób jak udar mózgu, nowotwory, uszkodzenia narządów ruchu itp., które zwiększają zapotrzebowanie na pomoc i wsparcie ze strony innych osób, a w konsekwencji może doprowadzić do konieczności zmiany zamieszkania seniora, jeżeli wcześniej mieszkał on sam lub ze współmałżonkiem, który nie jest w stanie podjąć się dalszej opieki [por. Steuden, 2011: 26]. Niezależnie od tego czy osoby starsze przeprowadzają się do domu pomocy społecznej lub jednego z dorosłych dzieci, zmiana miejsca zamieszkania wiąże się z zerwaniem dotychczasowych kontaktów sąsiedzkich i koleżeńskich oraz utratą pozycji społecznej, na którą wcześniej pracowała osoba starsza. Ponadto seniorzy prezentują różny stopień adaptacji do życia w domu pomocy społecznej. Osoby, które posiadają rodzinę, a mimo to zamieszkały w DPS mogą odczuwać poczucie odrzucenia przez członków rodziny, dlatego zwykle lepiej adaptują się osoby samotne. Ocena nowej sytuacji zależy od warunków bytowych w jakich wcześniej żyli seniorzy, gdyż zdarza się, że we własnych domach były one gorsze. Znaczenie ma również dobór współmieszkańców oraz umiejętność personelu do łagodzenia konfliktów pomiędzy mieszkańcami. W przypadku przeprowadzenia się do dorosłego dziecka seniorzy mierzą się z innymi problemami, a mianowicie są zmuszeni do rezygnacji z pełnienia roli „głowy rodziny”, przystosowania się do nowego stylu życia jaki panuje w nowym domu (szczególnie gdy jest to przeprowadzka ze wsi do miasta lub odwrotnie), posiadają mniej obowiązków niż wcześniej. Jednocześnie mogą wystąpić na tych polach liczne konflikty również międzypokoleniowe [por. Szatur-Jaworska, 2000: 50-51].

Ostatnią poruszaną przyczyną kryzysu w okresie starości jest świadomość zbliżającej się śmierci, która nabiera swojej intensywności w tej fazie życia.

Doświadczenie śmierci towarzyszy seniorom wraz z odchodzeniem ich rówieśników, ale też bliskich osób i znajomych, co potęguje rozmyślenia o własnym końcu życia. Wtedy najczęściej występuje rozpamiętywanie wydarzeń z przeszłości, dokonywanie bilansu życia i szukanie sensu życia. W zależności od uczuć jakie temu towarzyszą, czy senior jest zadowolony z biegu swojego życia, czy odczuwa poczucie żalu, wstydu lub winy, to wpływa na to czy i jak przebiegać będzie kryzys seniora, zwłaszcza kiedy wystąpi on z innymi czynnikami kryzysogennymi. Brak zadowolenia ze swojego życia, nieuporządkowana przeszłość lub poczucie winy wobec innych może wywołać strach przed śmiercią i przeżywanie starości w poczuciu dużego dyskomfortu psychicznego [por. Straś-Romanowska 2007: 284-287].

Sposobem na zapobiegnięcie lub złagodzenie/skrócenie kryzysu psychicznego w wieku starczym może być wcześniejsze przygotowanie seniorów na problemy, które mogą ich spotkać, co wiąże się z powstaniem idei „pomyślnego starzenia się”. Termin powstał pod koniec XX w. i stał się jedną z podstawowych kategorii gerontologii. Pierwsze prace, które dotyczyły tego zagadnienia powstały w latach 40. na Uniwersytecie Chicagowskim, gdzie naukowcy zaczęli badania nad społecznym i osobistym przystosowaniem się człowieka do starości. Tradycję takich badań kontynuowano w ramach studiów o dorosłości prowadzonych w Kansas City. Wśród poglądów na pomyślnie starzenie się warto wymienić ujęcie C.D. Ryff, która twierdziła, iż nie ma jednej teorii, która dostarczałaby wystarczające informacje (bazę informacyjną) do stworzenia definicji pozytywnego starzenia. Skłaniała się ku podejściu, iż jedyny użyteczny model może zostać stworzony poprzez połączenie wielu perspektyw teoretycznych, na podstawie, których wyróżniła sześć wymiarów pozytywnego funkcjonowania w starości: samoakceptacji, pozytywnych relacji z innymi, autonomii, panowania nad środowiskiem, posiadania celu w życiu oraz rozwój osobisty [zob. Halicki, 2010: 18, 28-31].

J. W. Rowe i R.L. Kahn [1997: 433] na podstawie swoich badań przeprowadzonych w latach 90. XX w. przedstawili model pomyślnego starzenia się, który obejmował trzy główne elementy: 1) unikanie chorób i związanych z nimi niepełnosprawności, 2) wysoką zdolność funkcjonalną – poznawczą i fizyczną oraz 3) aktywne zaangażowanie w życie. Wszystkie trzy elementy są względne, a związek między nimi jest do pewnego stopnia hierarchiczny. Pomyślnie starzenie się to coś więcej niż brak choroby czy utrzymanie zdolności funkcjonalnych. Oba są ważnymi składnikami udanego starzenia się, ale to ich połączenie z aktywnym zaangażowaniem

w życie najpełniej reprezentuje koncepcję udanego starzenia się. Aktywne zaangażowanie w życie przybiera wiele form, najbardziej interesujące dla naukowców są dwie – relacje międzyludzkie i aktywność produktywna. Relacje interpersonalne obejmują kontakty i transakcje z innymi ludźmi, wymianę informacji, wsparcie emocjonalne i bezpośrednią pomoc, zaś działalność jest produktywna, jeśli tworzy wartość społeczną, niezależnie od tego, czy jest finansowana.

Na polskim gruncie warto zwrócić uwagę na koncepcję przygotowania do starości (lub wychowania do starości) przedstawioną przez A. Kamińskiego [1978: 359], który uważał, iż polega ona na pomaganiu jednostkom nabywać zainteresowania, umiejętności i aspiracje, które pomogą po przejściu na emeryturę, w kontynuowaniu życia tak, aby wydłużyć młodość i podejmować satysfakcjonujące aktywności. Za największych „wrogów” osoby starszej uznał on osamotnienie potęgowane poprzez poczucie samotności wynikające często z rozluźnienia relacji z dziećmi, które założyły swoje rodziny, kolegami z pracy, kiedy przeszło się na emeryturę czy sąsiadami, kiedy stan zdrowia lub zasoby finansowe nie pozwalają na komfortową gościnność. Potęgować to może również śmierć współmałżonka. Wrogiem staje się też brak zainteresowania otaczającym światem i ludźmi, przez co rzeczywistość staje się nijaka i pusta oraz „rozangażowywanie się” społeczne i uczuciowe, czyli całkowite obojętnienie jednostki, zerwanie wcześniej rozluźniających się już relacji z bliskimi, znajomymi i instytucjami, co prowadzi do obumierania duchowego. Aby zapobiec temu, należy już od najmłodszych lat budzić w sobie zamiłowanie do pracy użytecznej i ceniej, budzić i utrzymywać zainteresowania pozaposobiste, akceptację starości oraz ciągle wychowywanie (tzn. nie należy zaprzestawać rozwoju i podejmowania aktywności po przejściu na emeryturę) [zob. Kamiński, 1972: 314-317].

Osoby starsze są narażone na liczne kryzysy, które w znacznej mierze są nieuniknione, gdyż trudno zapobiec śmierci bliskiej osoby czy usamodzielnieniu się dzieci, jednak warto propagować przytoczone metody łagodzenia tych kryzysów. Idea „pozytywnego starzenia się” odpowiada w pewien sposób na potrzeby seniorów, jednak co istotne, należy działać stosunkowo wcześnie, aby osoby wchodzące w wiek starczy były przygotowane na czekające je zmiany i wyzwania.

ROZDZIAŁ III

SPOŁECZNE TEORIE STARZENIA SIĘ

Socjologia to nauka bogata w teorie, jednakże do wyjaśnienia zjawisk poruszanych w dysertacji przede wszystkim wykorzystano teorie wymiany społecznej. W jej ujęciu autorka zdecydowała się na zbadanie wolontariatu świadczonego na rzecz osób starszych, w tym podejścia wolontariuszy do starości. Bazując na propozycjach wybitnych naukowców, podjęto próbę połączenia głównych teorii starości z teoriami socjologicznymi. Dla lepszego ukazania problematyki, często zachodzi potrzeba odniesienia się do wybranych teorii starości i starzenia się, zarówno tych biologicznych, psychologicznych, jak i społecznych.

3.1. Starość i starzenie się w klasycznych teoriach socjologicznych

Badając zagadnienia związane ze starością i starzeniem się, nie powinno się pomijać ujęcia tych zjawisk w teoriach socjologicznych. Samo słowo „teoria” pochodzące z języka greckiego (*theoria*) początkowo oznaczało „rozważania”, „pogląd”, a w późniejszym czasie „poznanie”. Teorie formułowały ogólne zasady i poszukiwały przyczyn, a wśród rodzajów teorii wyróżnia się m.in. teorie naukowe, których podstawową funkcją jest wyjaśnienie oraz przewidywanie faktów. Za wyjaśnienie można uznać znalezienie odpowiednich hipotez, które dają możliwość odpowiedzenia na pytanie „dlaczego?” wobec badanych zjawisk, zaś przewidywanie to sformułowanie zdania o nieznanym jeszcze zjawisku na podstawie znanych przesłanek [zob. Woleński, 2002: 177 i 182]. Socjologia jest jednocześnie nauką teoretyczną i empiryczną, co oznacza, iż buduje teorie, które niejednokrotnie poddaje testowaniu na podstawie adekwatnych danych. Choć na przestrzeni lat powstawały abstrakcyjne teorie, których nie udało się zbadać empirycznie, bądź zgromadzić dane, których nie zinterpretowano teoretycznie, co doprowadziło do podziału na socjologów zajmujących się wyłącznie teoriami lub badaniami empirycznymi [por. Szmátka, 2002: 212], niemniej w dysertacji dokonano wyboru teorii socjologicznej, którą wykorzystano podczas przeprowadzonych badań własnych. Takie rozwiązanie da poczucie wnikliwszego zbadania relacji wolontariuszy i podopiecznych oraz przedstawienie wybranych aspektów działań wolontarystycznych. Teoria pozwoli również na uporządkowanie wiedzy i znalezienie odpowiedzi na stawiane pytania badawcze.

Nauką o osobach starszych, która łączy badania medyczne, biologiczne, psychologiczne i społeczne jest gerontologia, ponadto jest ona też dyscypliną naukową starającą się ukazać wszystkie uwarunkowania aktywności seniorów, nie określając przy tym z góry czy mowa o rozwijaniu aktywności czy obniżaniu jej pod wpływem wieku. Ze względu na interdyscyplinarny charakter gerontologii, obszar zainteresowań badawczy gerontologów również jest bardzo szeroki. Dostrzegalny jest także rozwój dyscypliny z gerontologii ogólnej do różnicowej, która coraz silniej podkreślałaby indywidualny charakter starzenia się i obraz starości, uwarunkowany licznymi czynnikami w tym, historii życia jednostki [por. Susułowska, 1989: 9 i 19]. Szczególnie istotnym dla dysertacji odgałęzieniem gerontologii jest gerontologia społeczna, którą niektórzy badacze uznają za tożsamą z socjologią starości. Niewątpliwie czerpie ona z wielu dyscyplin budując swoje teorie, jednocześnie w literaturze można spotkać się z próbami zestawienia tych teorii z klasycznymi teoriami socjologicznymi. Jako przykład takiej próby można przytoczyć podział wg V. Bengsona i P. Passutha:

- strukturalny funkcjonalizm – teoria wycofania, teoria stratyfikacji wiekowej, teoria modernizacji, teoria biegu życia;
- symboliczny interakcjonizm – teoria aktywności, teoria subkultury, teoria załamania społecznego (kompetencji);
- teoria wymiany – teoria wymiany;
- fenomenologia społeczna – fenomenologia społeczna;
- marksizm – teoria ekonomii politycznej wieku [por. Halicki, 2006: 258].

Na polskim gruncie socjologicznym podziału dokonał B. Synak [2002: 145-147]:

- strukturalny funkcjonalizm – teoria wyłączenia, teoria aktywności, teoria kontynuacji, teoria stratyfikacji, teoria podkultury, teoria politycznej ekonomii starości;
- symboliczny interakcjonizm – teoria wymiany, teoria naznaczania społecznego;
- inne – teoria biegu życia, teoria modernizacji.

W niniejszej dysertacji również podjęto próbę stworzenia podziału teorii starzenia się w ujęciu socjologicznym. Wyróżniono 10 głównych teorii starzenia się i starości, w których można znaleźć odniesienia do klasycznych teorii socjologicznych, co przedstawiono w tabeli nr 3.

Tabela 3. Teorie starzenia się w ujęciu socjologicznym

| Główne teorie socjologiczne | Główne teorie starzenia się |
|------------------------------------|--------------------------------------|
| strukturalny funkcjonalizm | teoria aktywności |
| | teoria wyłączenia |
| | teoria kontynuacji |
| | teoria stratyfikacji wiekowej |
| | teoria modernizacji |
| | teoria biegu życia |
| symboliczny interakcjonizm | teoria subkultury |
| | teoria naznaczania społecznego |
| fenomenologia społeczna | teoria fenomenologiczna |
| teoria konfliktu | teoria politycznej ekonomii starości |
| teoria wymiany | teoria wymiany |

Źródło: Opracowanie własne.

Strukturalny funkcjonalizm silnie związany jest z pojęciem bytu społecznego (wprowadzonego przez A. Comte'a i H. Spencera), np. organizacji lub społeczeństwa, które może być postrzegane jako organizm. Analogicznie, tak jak organizm żywy, tak system społeczny jest złożony z elementów, gdzie wszystkie przyczyniają się do prawidłowego funkcjonowania całości. Patrzenie na społeczeństwo jako na system społeczny w tym ujęciu zakłada poszukiwanie funkcji jakie pełnią poszczególne składniki [por. Babbie, 2005: 61]. Punktem wyjścia dla funkcjonalistów było przyjęcie przedmiotu analizy, nie w oparciu o konkretne jednostki, lecz powtarzalne zjawiska pojawiające się w każdej zbiorowości ludzkiej, tj. normy, role społeczne czy struktury [zob. Zaręba, Choczyński, 2014: 68]. Częścią społeczeństwa, na które zwrócono szczególną uwagę, są osoby starsze, dlatego wśród teorii starzenia się wymieniono te, które odnoszą się do roli i zadań pełnionych przez seniorów w społeczeństwie. Należą do nich teorie: aktywności, wyłączenia, kontynuacji, stratyfikacji wiekowej, modernizacji oraz biegu życia.

Teoria aktywności stworzona przez R. S. Cavana i jej współpracowników zakłada, iż proces starzenia się jest zjawiskiem społecznym, który wiąże się z gromadzeniem napięć związanych z koncepcją obrazu samego siebie powstających wraz ze zmianami w pełnieniu ról społecznych i sugeruje zachowanie możliwie jak największej aktywności do końca życia. W związku z tym np. zaprzestanie aktywności

ruchowej powoduje zmiany strukturalne, które przyspieszają proces starzenia się [por. Zych, 1995: 37]. Natomiast J. Rembowski podkreślił, że aktywność jest potrzebą społeczną i psychiczną człowieka niezależnie od wieku, dlatego osoby starsze odczuwają zadowolenie, jeżeli podejmują się zachowań zastępczych po zaprzestaniu pełnienia roli pierwotnej. Poczucie satysfakcji jest bezpośrednio skorelowane z zachowaniem aktywności w wieku średnim [zob. Rembowski, 1984: 33]. Aktywność podejmowana przez seniora jest związana z określonym statusem społecznym i prestiżem, co wpływa na poziom samooceny jednostki. Osoby starsze, które żyją aktywnie, odczuwają większą satysfakcję ze swojego życia, darzą siebie wyższym szacunkiem, częściej oceniają swoje życie jako szczęśliwe niż osoby żyjące mniej dynamicznie [por. Timoszyk-Tomczak, Bugajska, 2012: 70].

Opierając się na swoich obserwacjach, za teorią aktywności, opowiedziała się także Ch. Bühler będąca przedstawicielką psychologii humanistycznej. Doszła ona do wniosku, iż trzeba brać pod uwagę podstawową tendencję kulturową, której podlegają wszyscy ludzie, mianowicie – przypisywaniu wartości podejmowaniu aktywności, ponieważ aktywność jest uznawana za wartość cenioną społecznie. Ponadto, współczesny człowiek czuje się najbardziej komfortowo, gdy żyje w rytmie praca – czas wolny, w związku z czym należy tworzyć okazje do aktywności i działalności osób starszych będących sensownymi społecznie. Wizja zbliżającej się śmierci wymusza na seniorach podejmowanie rozważań nad sensem życia i śmierci, co nie wiąże się z poziomem podejmowanej wcześniej aktywności [zob. Zych, 1995: 38].

Wydaje się, że teoria aktywności daje możliwość rozwoju starszym osobom w dłuższej perspektywie, ponieważ człowiek zorientowany na podejmowanie aktywności częściej wyznacza sobie cele i planuje swoje działanie. W sytuacji, kiedy jest to zgodne z jego potrzebami i tworzy spójny obraz samego siebie, to nacisk na bycie aktywnym ze strony społeczeństwa nie jest odczuwany zbyt mocno. Natomiast w przypadku podejmowania działań niezgodnych ze swoimi wewnętrznymi przekonaniem, a wybieranych jedynie w celu spełniania oczekiwań innych, nie mając na nie siły lub ochoty, stwarza się realne zagrożenie dla rozwoju tych jednostek. Dotyczy to w dużej mierze osób, które z powodu złego stanu zdrowia lub bardzo zaawansowanego wieku nie są w stanie udźwignąć roli aktywnej osoby. Dostrzegalny jest deterministyczny charakter tej teorii, ponieważ zakłada ona, iż człowiek jest zobowiązany do bycia aktywnym społecznie, jeśli chce być akceptowanym. Jednocześnie teoria nie wyjaśnia, jak człowiek ma sobie poradzić, kiedy nie może

uczestniczyć w życiu społecznym z powodu ograniczeń zdrowotnych, społecznych czy ekonomicznych, co jest pewną słabością tej teorii [por. Timoszyk-Tomczak, Bugajska, 2012: 70-71].

W opozycji do teorii aktywności stoi teoria wyłączenia (lub wycofywania się, „niezaangażowania”) stworzona przez E. Cummings i W.E. Henry’ego. Teoria ta opiera się na założeniu, iż wycofywanie się jest charakterystyczne dla osób starszych. Ludzie w podeszłym wieku znacznie ograniczają swoją aktywność, zaś ich więzi społeczne rozluźniają się i słabną. Zjawisko społecznego wycofywania się seniorów tłumaczone jest jako naturalne dążenie do utrzymania równowagi w społeczeństwie oraz ustępowania z miejsc pracy na rzecz młodszego pokolenia. Na tej podstawie E. Cummings wraz ze współpracownikami sformułowała następujące hipotezy odnoszące się do procesu wyłączenia się seniorów: a) wraz z wiekiem zmniejsza się poziom i różnorodność interakcji; b) zachodzące zmiany są związane ze zmianami percepcji świata społecznego i następuje zawężanie przestrzeni życiowej osób starszych; c) w okresie starości stopniowo maleje zainteresowanie życiem społecznym, natomiast coraz większego znaczenia nabiera zainteresowanie samym sobą, występuje też obojętność w stosunku do różnego rodzaju spraw życiowych [por. Zych, 1995: 39].

Do przyczyn społecznego izolowania i ograniczania interakcji osób starszych z resztą społeczeństwa można zaliczyć m.in. pragnienie jednostki, aby odsunąć się z życia społecznego oraz równoległe odsuwanie się społeczności od osób starszych, zmiana pełnionych ról społecznych, brak pomysłu na dalsze życie, występowanie chorób, poczucie frustracji i zmęczenia psychicznego jednostek [zob. Rembowski, 1984: 34]. Teoria wyłączenia się ludzi starszych zakłada, iż wycofywanie się jest pozytywnym stanem, który prowadzi do polepszenia psychicznego dobrostanu. Jest on promowany przez instytucje społeczne jako działający z korzyścią dla jednostek, jak i całego systemu społecznego [por. Timoszyk-Tomczak, Bugajska, 2012: 72].

Zarówno teoria wyłączenia, jak i aktywności kształtowały przekonanie o tym, iż starość jest problemem społecznym, natomiast starzenie się powoduje oderwanie od zdobytych doświadczeń życiowych i zdarzeń sprzed wejścia w fazę starości. Obie teorie zakładają pewną skrajność – człowiek starszy może wyłączyć się z życia społecznego albo być jego aktywnym uczestnikiem, ma do wyboru całkowitą bierność lub aktywność i to wszystko w myśl podporządkowania się oczekiwaniom społeczeństwa [zob. tamże: 73].

Inne podejście do starości zaproponowano w teorii kontynuacji (lub ciągłości) autorstwa R.C. Atchleya. Senior wraz z wiekiem nie rozwija w sobie całkowicie nowego podejścia do życia, ponieważ starość to kontynuacja wzorów aktywności, które jednostka posiadała przez całe swoje życie, jedynie podlegającym niewielkim modyfikacjom w przypadku zmiany stanu zdrowia albo sytuacji społeczno-ekonomicznej. Satysfakcja z życia może być osiągnięta przez seniora wtedy, gdy posiada on spójną osobowość pozwalającą na kontynuowanie aktywności według wzoru z młodszych lat, czyli osoba aktywna społecznie w średnim wieku będzie odczuwała szczęście, jeśli jako senior również będzie aktywna. Teoria zakłada, że seniorzy nie zmieniają swojego podejścia po wejściu w fazę starości i jednocześnie nie wyjaśnia, co w przypadku wystąpienia niespodziewanych okoliczności, takich jak utrata dochodów lub choroba. Teoria ta jest krytykowana za ograniczone podejście do możliwości zmian i adaptowania się seniorów pod wpływem nowych doświadczeń w starości [zob. tamże: 76].

Teoria stratyfikacji wiekowej jest związana z pracą M. W. Riley, a jej głównym założeniem jest to, iż społeczeństwo składa się z różnych grup wieku, co stało się istotnym założeniem z perspektywy teoretycznej podczas powstawania socjologii starzenia się. W tej teorii zwraca się szczególną uwagę na różnice dochodu, władzy, prestiżu, świadomości klasowej czy społecznej ruchliwości. Klasy wieku dzielą się na wymiary: trwania wieku oraz historyczny, a jednostki przynależą do konkretnej grupy w zależności od długości swojego życia. Osoby z konkretnej grupy wieku łączy uczestnictwo w ogólnej historii biologicznej, wspólne doświadczenia w zakresie pełnionych ról (np. ucznia, matki/ojca) i podobne doświadczenia w przyszłości. Wymiar historyczny dotyczy grup wieku jako konkretnej kohorty albo generacji, kiedy osoby żyjące w danym okresie tworzą grupę, gdyż przeżyli te same wydarzenia historyczne, jak wojny czy katastrofy ekologiczne, co może różnie wpłynąć na życie jednostek w zależności od ich pozycji w ciągu życia [por. Tryfan, 1993: 32].

To teoria stratyfikacji wieku dostarczyła najważniejszym nurtom socjologicznym narzędzia do badań nad starością, zwłaszcza w obszarze demografii i stratyfikacji społecznej. Podkreślane jest także istnienie znaczących różnic w grupie seniorów w zależności od charakterystyki ich kohort urodzenia, co jednak nie oznacza, że ta teoria nie posiada pewnych ograniczeń, mianowicie pojawia się pokusa do bezrefleksyjnego określania osób za pomocą kategorii wieku chronologicznego oraz pomijania

subiektywnego wymiaru wieku. Było to związane z ignorowaniem wewnętrznego zróżnicowania członków danej kohorty [zob. Halicki, 2006: 260].

Zgodnie z teorią modernizacji, która odnosi się do makrostrukturalnych warunków życia seniorów w różnych obszarach społecznych i kulturowych, dostrzegalne jest tutaj spojrzenie funkcjonalistyczne, związane z sugerowaniem, iż status seniorów wynika z ich stosunku do rozwiniętego systemu ról społecznych, a role w społeczeństwie zmieniają się w zależności od poziomu industrializacji. Według teorii modernizacji status osób starszych jest odwrotnie proporcjonalny do stopnia modernizacji (industrializacji) społeczeństwa, ponieważ to modernizacja przyczyniła się do obniżenia statusu seniorów poprzez powstawanie nowych zawodów, szybki rozwój środków masowego przekazu oraz powszechnej oświaty, a także wysoki odsetek ludzi w podeszłym wieku [por. Halicki, 2006: 259, Synak, 2002: 146]. Wysoki status seniorów w prymitywnych społeczeństwach wiąże się z występowaniem w tych społeczeństwach większego szacunku dla przodków, który zdecydowanie silniej występuje w społeczeństwach rolniczych i niepiśmiennych niż w zurbanizowanych. Wysoko rozwinięte społeczeństwa dążą do zmniejszania znaczenia roli seniorów, przy jednoczesnej tendencji do uwalniania jednostek od obowiązków i zajęć na rzecz osób starszych, mamy do czynienia z sytuacją, w której seniorzy nie mogą liczyć na wsparcie najbliższych [zob. Tryfan, 1993: 37-38].

Choć teoria biegu życia nie jest ściśle związana z naukami socjologicznymi, to można ją luźno powiązać z funkcjonalizmem strukturalnym, ponieważ porusza problematykę wpływu norm społecznych na kształtowanie ludzkich zachowań. Wśród jej głównych założeń można wymienić: a) starzenie się przebiega od narodzin do śmierci, b) starzenie się obejmuje procesy biologiczne, psychologiczne i społeczne, c) czynniki historyczno-kohortowe kształtują doświadczanie starości [por. Halicki, 2006: 260]. Niektórzy z badaczy opowiadają się za analizowaniem biegu ludzkiego życia na poziomie makrostruktur i biorąc pod uwagę zmiany strukturalne, demograficzne oraz kulturowe. Inni skupiają się na subiektywnych doświadczeniach jednostki, niemniej znaczenie biegu życia wiąże się z istotą jakie społeczeństwo nadaje upływowi czasu biologicznego i kulturowo przypisanymi dla nich rolami społecznymi [zob. Synak, 2002: 146].

W teoriach starzenia się, takich jak teoria subkultury oraz teoria naznaczania społecznego, można odnaleźć nawiązania do symbolicznego interakcjonizmu, który ma długą tradycję analizowania procesów komunikacji społecznej, wpływających na kształt

jaźni dialogowej w przestrzeni działań zbiorowych i życia osobistego w przestrzeni publicznej, a także wyznacza najważniejsze kierunki badań nad symbolicznym uformowaniem społeczeństwa. Istotne jest w tym zagadnienie funkcjonowania znaczeń w kontekście społecznym, zwłaszcza sytuacje wzajemnego oddziaływania jednostek. To komunikacja kształtuje działania społeczne [por. Hałas, 2006: 13 i 15]. Interakcja społeczna jest postrzegana jako coś oczywistego i w socjologii często jest traktowana jako medium, umożliwiające przestawienie się czynników sprawczych wobec zachowania, aby mogły przynieść skutek w postaci danego zachowania. Zazwyczaj schemat socjologiczny przypisuje zachowania czynnikom takim jak status, pozycja, wartości, normy, nakazy społeczne, wymagania systemu społecznego, sankcje, a wyjaśnienie czynników w tych kategoriach jest dostateczne i nie uwzględnia interakcji społecznej [zob. Blumer, 2007: 9-10].

Teoria subkultury zaproponowana przez A. M. Rose'a mówi o tym, że seniorzy tworzą własną subkulturę (subkulturę starości), która powstała w wyniku występowania wykluczenia normatywnego oraz strukturalnego ludzi starszych. Seniorzy są świadomi tego, że występujące na wielu płaszczyznach życia deprivacje, są doświadczane przez nich zbiorowo, gdyż należą do konkretnej kategorii społecznej postrzeganej jako „gorsza”. Świadomość wspólnoty w doznawaniu wykluczenia odgrywa ważną rolę w procesie tworzenia poczucia odrębności pokoleniowej seniorów [por. Niezabitowski, 2018: 298]. Osoby starsze w ramach swojej subkultury kreują wartości i normy charakterystyczne dla ich grupy, integrują się ze sobą i cechują się wspólnymi zainteresowaniami i poglądami. Oprócz marginalizacji, powodem tworzenia subkultury starości, może być występowanie więzi wspólnotowych opierających się na przyjaźni, podobnych potrzebach czy aktywnościach. W takim przypadku podstawą powstania subkultury jest postęp medycyny i lepsze warunki życia, czego efektem jest dłuższe życie i względnie dobry stan zdrowia, co pozwala na podejmowanie aktywności typowych dla osób w podeszłym wieku i angażowanie się w kształtowanie odrębnej kultury oraz możliwość odczuwania wspólnoty z rówieśnikami [zob. Halicki, 2006: 263, Wawrzyniak, 2015b: 38].

Wspólne elementy z interakcjonizmem symbolicznym można odnaleźć także w teorii naznaczania społecznego²³, która została zaadaptowana do badań na podstawie kategorii „syndromu społecznego załamania”. Teoria zaproponowana przez J. A.

²³ W literaturze można spotkać tę teorię także pod nazwą: teoria społecznych kompetencji i społecznego załamania.

Kuypersa i V. Bengtsona potwierdzała podatność seniorów na mechanizm naznaczania społecznego. Wspomniany wcześniej syndrom dotyczy procesu, w którym człowiek podatny na zranienia psychiczne odbiera ze strony środowiska negatywne komunikaty, co następnie przenosi na wizję samego siebie, w efekcie tworząc spiralę negatywnego sprzężenia zwrotnego. Seniorzy stają się podatni na zranienia, kiedy tracą role społeczne, doświadczają kryzysów związanych ze zdrowiem lub negatywnych stereotypów związanych z procesem starzenia. Etykietowanie seniorów jako zależnych czy z mniejszymi kwalifikacjami, przyczynia się do przyjmowania przez nich postrzegania siebie jako osoby niekompetentnej czy chorej. Spirala negatywnego sprzężenia zwrotnego może jednak zostać odwrócona poprzez syndrom rekonstrukcji społecznej, kiedy środowisko jest świadome interakcji z jednostką i podejmuje działania, dzięki którym senior może wykorzystywać swoje kompetencje poprawiające funkcjonowanie rodziny [por. Synak, 2002: 146, Halicki, 2006: 262-263].

Fenomenologia społeczna jest kolejnym nurtem, w którym teorie starzenia się odnajdą zastosowanie, choć w tym przypadku nazywanym po prostu teorią fenomenologiczną. Fenomenologia społeczna skupia się na badaniu procesów społecznego konstruowania rzeczy, nie zaś na tym czy są one realne. Mimo iż koncentruje się na definicyjnej naturze życia społecznego, to jednak bardziej podejmuje problematykę użycia wiedzy i języka jako głównego elementu codzienności. W kontekście starzenia się i starości, teoria fenomenologiczna bada występujące sytuacje oraz podstawowe cechy doświadczeń powiązanych ze starzeniem. Ponadto, w podejściu fenomenologicznym proces starzenia się jest indywidualizowany, jednostka jest postrzegana jako samodzielnie określająca i wyznaczająca swój obraz starości. Jednak nie jest to równoznaczne z tym, iż każda osoba ma swoje spojrzenie na starość, a to spojrzenie jest tworzone w trakcie interakcji z innymi osobami i każda osoba jest aktywnym uczestnikiem procesu tworzenia swojego obrazu starości. Istotnym jest, aby badacz wykazał się wystarczającą wrażliwością na wszelkie okoliczności, w których jednostki pokazują albo potwierdzają znaczenie procesu starzenia się [zob. Halicki, 2006: 264, Tryfan, 1993: 35].

Teoria politycznej ekonomii starości powstała podczas kryzysu światowego w latach 70. XX w. oraz związanych z tym problemem, z ponownym podziałem wydatków na cele socjalne. Te trudności wpłynęły na upolitycznienie socjologicznych teorii starości i umiejscowiły ten nurt między teorią konfliktu (socjologia) a ekonomią polityczną (marksizm) [por. Czekanowski, 2012: 80]. Teoria konfliktu szczególnie nacisk

kładzie na zagadnienia dotyczące władzy, walki i nierówności, zaś społeczeństwo uznaje za zbudowane z różnorodnych grup próbujących zrealizować swoje interesy. Istnienie potencjalnego konfliktu jest spotęgowane przez odmiennosc ich interesów [zob. Giddens, 2010: 41]. Starość w tym ujęciu postrzegana jest jako zjawisko strukturalne, które jest efektem polityki społecznej realizowanej przez państwo, a pozycja seniorów jest zależna od sposobu reagowania władzy na sytuację gospodarczą i polityczną kraju [por. Czekanowski, 2012: 80]. Dlatego problemy dotyczące seniorów należy badać uwzględniając kontekst roli państwa, gospodarki światowej, sytuacji na rynku pracy, podziału rasowego, klasowego, wieku i płci. Współczesne społeczeństwo ogranicza ludziom starszym dostęp do licznych dóbr, obniża ich pozycję społeczną i dochód, co przyczynia się do nadania seniorom statusu osób zależnych [zob. Synak, 2002: 145].

Teoria wymiany posiada dosyć długą historię w socjologii oraz liczne odmiany, które niekiedy nie miały ze sobą zbyt wiele wspólnego poza uznaniem wymiany, jako podstawowego faktu społecznego, jednak rozumianego w różny sposób. Pojawiła się także potrzeba dookreślenia jej jako teorii wymiany w wersji indywidualistycznej, a teoria ta była innym sposobem odchodzenia od funkcjonalizmu. Jednocześnie teoria wymiany powstała niezależnie od tamtej tradycji i po latach coraz częściej się do niej odwoływano. Dopuszcza się też możliwość dokonania rekonstrukcji tej teorii, uwzględniając wszystkie odgałęzienia i teorie. Za teorię wymiany, która powstała jako bezpośrednia reakcja na socjologiczny funkcjonalizm, zdaniem Szackiego, można uznać teorię stworzoną przez G. C. Homansa, P. M. Blaua i kilku innych autorów [por. Szacki, 2012: 838]. Teoria ta zostanie omówiona znacznie szerzej niż pozostałe, ponieważ to właśnie ona zostanie wykorzystana w badaniach własnych.

Teoria wymiany społecznej zawiera idee zaczerpnięte z behawioryzmu psychologicznego oraz utylitarystycznej ekonomii. Podstawową własnością ogółu społecznego, dla teoretyków tej teorii, jest wymiana dóbr pomiędzy aktorami, których motywacją w stosunkach międzyludzkich jest potrzeba otrzymywania korzyści i nagród [zob. Turner, 2006: 301]. Kiedy klasyczna teoria wymiany osadzona w ekonomii opiera się na odwołaniu do podziału pracy i moralności człowieka, to teoria wymiany w antropologii odwołuje się do potrzeb egzystencjonalnych, społecznych, intelektualnych i moralnych jednostki, a także do jej społecznych możliwości zaspokajania tychże potrzeb [por. Szczepański, Śliz, Wojtkun, 2014: 110].

Przyjmując założenia zawarte w teoriach wymiany, odnoszące się do interakcji, można poruszyć problematykę starzenia się i starości. Subiektywne doświadczenia

seniorów mogą bowiem pokazać, jakimi wartościami wymiennymi dysponują. Są to wartości nad którymi pracowali przez całe swoje życie albo zaczęli nad nimi pracować w okresie starości, jak też samą przyszłość osób starszych można uznać za przedmiot wymiany. Człowiek może zostać zachęcony do wchodzenia w interakcje bądź ich podtrzymywania ze starszymi osobami dobrami materialnymi lub duchowymi, które posiada senior. Osoba starsza ma możliwość kierowania swoim życiem w taki sposób, aby gromadzić jak najwięcej dóbr oraz zasobów. Przykładem takiej wymiany jest przepisanie domu/mieszkania w zamian za opiekę, odwrócony kredyt hipoteczny czy podejmowanie się opieki nad wnukami. Działaniami zinstytucjonalizowanymi opartymi na teorii wymiany jest wolontariat, zarówno ten świadczony na rzecz seniorów, jak i podejmowany przez seniorów na rzecz innych [zob. Timoszyk-Tomczak, Bugajska, 2012: 89].

Za pierwszego uczonego analizującego instytucję społeczną z perspektywy koncepcji wymiany, uznaje się szkockiego antropologa społecznego – Jamesa George’a Frazera (1854-1941). Zajmował się on badaniem społeczności pierwotnych pod kątem różnorodności instytucji małżeństwa i pokrewieństwa [por. tamże]. Opisał wymiany wśród australijskich aborygenów zachodzące w celu zawarcia małżeństwa, kiedy to dwiema najczęstszymi formami barteru na rynku małżeńskim była wymiana córek i sióstr. Ten zwyczaj wymiany sióstr był tak powszechny wśród tej społeczności, że w niektórych plemionach mężczyźni, którzy nie mieli sióstr do zaoferowania w zamian, prawie nie mieli jakiegokolwiek szansy na zawarcie małżeństwa [por. Frazer, 1919: 202-203]. Badania przeprowadzone przez Frazera doprowadziły go do wniosku, że podstawą tworzenia i utrwalania wzorów kulturowych są materialne i ekonomiczne motywy działania jednostek, ponieważ kiedy podejmują się wymiany ich celem jest zaspokojenie podstawowych potrzeb materialnych. Choć na gruncie socjologicznym część współczesnych teorii wymiany, opiera się na podobnej do stworzonej przez Frazera koncepcji organizacji społecznej, jednak jego wyjaśnienia spotkały się z dużą krytyką ze strony innych antropologów, a w szczególności Malinowskiego oraz Lévi-Straussa [zob. Turner, 2006: 287].

Polski antropolog, Bronisław Malinowski (1884-1942), opisując wymianę, wyszedł poza strukturę wymiany materialnej i podczas badania ludów zamieszkujących Wyspy Trobriandzkie odróżnił wymianę materialną (ekonomiczną) od wymiany niematerialnej (symbolicznej). Antropolog doszedł do takich wniosków, kiedy obserwował system wymian *kula*, będący zamkniętym układem stosunków wymiany

w społecznościach zamieszkujących rozległy krąg wysp. W tym zamkniętym obwodzie dominowała wymiana dwóch przedmiotów – naszyjników i naramienników. Każdej wymianie między tubylcami towarzyszyła wymiana naramienników na naszyjnik, a tę wymianę uznano za symboliczną i ugruntowującą sieć stosunków społecznych. W obrębie *kula* mogły być przeprowadzane wymiany materialne, jednak Malinowski ceremonialną wymianę naszyjników i tarcz naramiennych uznał za podstawową funkcję *kula* [por. Szczepański, Śliz, Wojtkun, 2014: 111; Turner, 2006: 289]. Potwierdzeniem takiego wniosku, jest zaobserwowanie, iż w tej wymianie nie ma motywu osobistej korzyści, nie występuje także zwiększenie ilości rzeczy użytkowych u którejś ze stron wymiany. Ponadto, związek między stronami wymiany w *kula* cechuje stałość i trwa on całe życie [zob. Malinowski, 1981: 127 i 241].

W interpretacji teorii wymiany Malinowskiego można dostrzec szczególnie nacisk na potrzeby psychiczne jednostki, jednakże w opozycji do takiego podejścia stawał Claude Lévi-Strauss (1908-2009). Ten francuski antropolog, ściśle związany z tradycją strukturalistyczną, odrzucił utylitarystyczną konceptualizację wymiany [por. Turner, 2006: 291-292; Baert, Carreira da Silva, 2013: 27]. Zdaniem Lévi-Straussa wymiana jest specyficznym zjawiskiem wynikającym ze specyfiki gatunku ludzkiego, czyli z jego kultury. Ponadto, ma ona charakter ponadjednostkowy, bo choć to w każdej jednostce tkwią bezpośrednie pobudki do wymiany, to wymiana, podobnie jak inne zjawiska kulturowe, polega na wystąpieniu komunikacji między ludźmi, a więc powstania systemu relacji, w którym przedmioty stają się znakami i jako tak rozumiane, są wymieniane między jednostkami. Takie ujęcie wymiany sprawia, że stanowisko Lévi-Straussa jest uznawane za antypsychologiczne, antyekonomiczne i antyewolucjonistyczne. Dostrzec to też można w jego krytyce interpretacji wymiany małżeńskiej Frazera, gdyż co prawda, dostrzegł w tym procederze wymianę, jednak dokonał na tej podstawie zupełnie innej interpretacji, zarzucając Frazerowi m.in., że przez uznawanie wymiany za instytucję wyłącznie materialną, nie dostrzegł on różnicy między kuzynostwem równoległym a przeciwległym, która faktycznie nie ma znaczenia czysto ekonomicznego. Antropolog ten patrzy na wymianę matrymonialną łącząc ją z traktowaniem zjawisk całościowo i uwzględnieniem różnych poziomów wymiany będących uniwersum komunikowania. Dodał też, że w każdym społeczeństwie ta komunikacja odbywa się na co najmniej trzech poziomach: a) krążenia dóbr i usług, b) krążenia kobiet, c) krążenia przekazów. Reguła małżeństwa i pokrewieństwa wyznaczają kolejny typ komunikacji, czyli krążenia genów między fenotypami [zob.

Kempny, 1988: 117-118 i 128]. Według Frazera wymiana nie miała służyć jedynie do zdobywania dóbr materialnych, ale jej główną funkcją było rozdawanie, któremu towarzyszyły wzajemne zobowiązania, będące skutkiem normatywnego i aksjologicznego budowania konstrukcji społecznej rzeczywistości [por. Szczepański, Śliz, Wojtkun, 2014: 113].

Kwestię wymiany poruszył również G. Simmel [1997: 40-41], który dostrzegął w niej formę życia i warunek wartości ekonomicznej. Uważał, że codzienność składa się z ciągłego otrzymywania i tracenia treści życiowych, co jest postrzegane jako wymiana, kiedy człowiek zamienia jedno na drugie. Dzielenie się swoimi spostrzeżeniami w dyskusji, nie powoduje, że człowiekowi ich ubywa, oferowanie otoczeniu swojej osobowości i przyjmowanie jej od innych, nie powoduje zmniejszenia posiadania przez uczestników wymiany. W wymianie ekonomicznej, niezależnie od tego czy odnosi się do pracy, rzeczy czy siły roboczej ulokowanej w rzeczy, zawsze oznacza ofiarowanie pewnego dobra, nawet w sytuacji, gdy efektem końcowym będzie jej pomnożenie. Ponadto, wartość dóbr jest zmienna i wiąże się z indywidualnymi potrzebami i odczuciami, a na określenie dobra jako cenne mają wpływ wzory społeczne i kulturowe. Jednocześnie wartość przedmiotu jest proporcjonalna do rzadkości przedmiotu i siły odczuwanej potrzeby posiadania jej. Zdarza się, iż wymiany wiążą się z próbą manipulowania sytuacją, aby wydawało się, że dobro nie jest tak potrzebne lub jest mniej dostępne, stąd towarzyszące wymianie wewnętrzne napięcie, mogące czasami powodować np. konflikt. Posiadanie danego przedmiotu powoduje zmniejszenie jego wartości oraz zwiększenie wartości mniej dostępnych dóbr. Oprócz tego, wymiana ma miejsce wtedy, gdy każda ze stron ocenia oddawany przedmiot jako mniej cenni niż otrzymywany. Stronami wymiany mogą być jednostki lub zbiorowości, które podlegają opisanym wcześniej procesom. Jeżeli przedmiot wymiany można użyć do wielu typów wymiany, to jego posiadać ma większe możliwości wyboru i władzę [por. Turner, 2006: 299].

Wymiana ekonomiczna jest jedną z odmian tej ogólniejszej formy społecznej. W sytuacji, kiedy to pieniądze stają się podstawowym środkiem ustalania wartości dóbr, zmianom ulegają dynamika i właściwości stosunków społecznych. Kryterium monetarne wpływa na inne kryteria wartościowania jak estetyczne czy logiczne, co jest długofalową tendencją ewolucji społeczeństwa i jest jednocześnie przyczyną i skutkiem roli pieniądza jako pośrednika w wymianie. Pieniądz, który miał ułatwić wymianę i zaspokajanie

podstawowych potrzeb, spowodował zmiany stosunków społecznych [zob. tamże: 299-300].

Największy przełom dla opisu procesu wymiany zawdzięczamy Homansowi oraz Blauowi, którzy spojrzeli na wymianę znacznie szerzej. Choć zaprezentowali różne ujęcia, Homans – behawiorystyczną, zaś Blau – dialektyczną, to z każdego z nich można czerpać podstawy do badania relacji wolontariusz-podopieczny, w której aspekt wymiany dóbr stanowi ważny element.

3.1.1. Podejście behawiorystyczne – teoria wymiany według G. Homansa

Amerykański socjolog, George Caspar Homans (1910-1989), prawdopodobnie w największym stopniu spośród teoretyków tworzących w jego czasach, połączył teorię socjologiczną z procesami wymiany [zob. Turner, 2006: 301]. Za zaletę teorii wymiany uznał, że może ona zbliżyć socjologię do ekonomii, ponieważ wymiana oparta na wartościach ekonomicznych, przeprowadzana w szczególnych okolicznościach i z najbardziej użyteczną, bo określoną liczbowo miarą wartości, jest najbardziej pożądana. Jego zdaniem interakcja między osobami jest wymianą dóbr materialnych i niematerialnych i jest to jedna z najstarszych teorii zachowań społecznych, której ludzie wciąż używają na co dzień do interpretowania własnego zachowania [zob. Homans, 1958: 597-598]. Za podstawowy element zachowań społecznych uznał działania jednostek, zaś tym działaniom nadał pełną funkcję wypląt [por. Homans, 2006: 73].

Homans w swojej teorii wyjaśnił zachowania społeczne i formy organizacji społecznej wywołane interakcjami społecznymi, pokazując, w jaki sposób zachowanie A wzmacniało zachowanie B (w sytuacji, kiedy występuje dwustronna relacja między zjawiskami A i B) oraz w jaki sposób zachowanie B wzmacniało zachowanie A. Była to wyraźna podstawa do kontynuowania interakcji społecznych wyjaśniona na poziomie subinstytucjonalnym. Za podane przyjęto istniejące normy, reguły, uwarunkowania historyczne i konstrukcyjne. Warto dodać, że przedmiotem zainteresowania Homansa były zachowania społeczne, które pojawiły się w wyniku społecznych procesów wzajemnego wzmacniania się lub ich brak, bo relacje mogły również zakończyć się na podstawie niepowodzenia wzmocnienia [zob. Cook, Rice, 2006: 54].

Funkcjonałści za wzmocnienie uznawali normy oraz wzory zachowań, jednak Homans zaznaczył, że norma nie przymusza jednostki do konkretnego zachowania automatycznie, tylko podporządkowuje się ona normie wtedy, gdy uzna to za korzystne

[por. Szacki, 2012: 839; Homans, 1967: 60]. Ponadto, za elementarny problem dla socjologa uznał sformułowanie propozycji dotyczących zmienności wartości i kosztów dla każdego człowieka oraz jego rozkładem częstotliwości zachowań wśród alternatyw, gdzie wartości w sensie matematycznym przyjmowane przez te zmienne dla jednego człowieka określają częściowo jakie wartości mają dla drugiego człowieka [zob. Homans, 1958: 599]. Homans opisując swoją teorię rozumiał zasadność elementarnej ekonomii mówiącej, iż ludzie racjonalnie kalkulują konsekwencje swoich działań na rynku i starają się osiągać jak największe korzyści materialne z podejmowanych transakcji, przy czym zachowania człowieka ekonomicznego są silnie materialistyczne i antyspołeczne w tym dążeniu do osiągnięcia bogactwa, nawet kosztem relacji z rodziną i bliskimi. Jednak w swojej teorii przyjął, że aby podstawowe założenie ekonomiczne mogło wyjaśnić zachowania ludzkie, niezbędne było zaproponowanie zmian idących w czterech kierunkach: a) człowiek nie w każdej sytuacji stara się osiągnąć maksymalne korzyści, może on jedynie poszukiwać w wymianie pewnych korzyści; b) człowiek nie zawsze dokonuje racjonalnych lub dalekosiężnych kalkulacji podczas wymiany; c) wymianie podlegają nie tylko przedmioty materialne czy pieniądze, ale także takie dobra jak miłość, szacunek, uczucie czy uznanie²⁴; d) rynek wymiany nie ma postaci wydzielonego obszaru między ludźmi, ponieważ wszystkie interakcje skutkują wymianą nagród i kar oraz osiągania korzyści [por. Turner, 2006: 303].

Homans był przekonany, iż zastosowanie zasad psychologicznych (szczególnie odwoływał się do obserwacji B. F. Skinnera) i ekonomicznych może wyjaśnić ludzkie zachowania prostych i złożonych układów grupowych [zob. Turner, 2006: 303]. Na tej podstawie sformułował on główne twierdzenia wymiany społecznej:

1. twierdzenie o sukcesie – im częściej działanie jednostki jest nagradzane, tym większe prawdopodobieństwo, że podejmie ona to działanie ponownie;
2. twierdzenie o bodźcu – jeśli w przeszłości wystąpienie określonego bodźca albo zespołu bodźców skutkowało otrzymaniem nagrody, to im bardziej aktualny bodziec jest podobny do tego występującego w przeszłości, tym większe jest prawdopodobieństwo, iż jednostka podejmie takie samo lub podobne działanie;
3. twierdzenie o wartości – im bardziej wartościowe dla jednostki jest konkretne działanie, tym większe prawdopodobieństwo, iż będzie je podejmowała ponownie;

²⁴ Warto zaznaczyć, iż według Homansa wszystko mogło posiadać wartość, ponieważ wszystko mogło być uznane przez jednostkę za nagrodę (lub nagrodę negatywną, czyli karę) [por. Tittenbrun, 1981: 191].

4. twierdzenie o deprywacji-nasyceciu – im częściej w nieodległej przeszłości jednostka otrzymywała daną nagrodę, tym mniejszą wartość ma ona dla niej za każdym kolejnym razem;
5. twierdzenie o frustracji-agresji – jeśli działanie jednostki nie skutkuje otrzymaniem nagrody, której oczekiwała albo jednostka otrzymuje karę, której się nie spodziewała, to jej reakcją jest gniew, ponadto w gniewie efekty zachowania agresywnego staną się zachowaniami nagradzanymi;
6. twierdzenie o racjonalności – jednostka dokonuje kalkulacji i mając do wyboru między różnymi wariantami działań, wybierze takie, które według jej obserwacji, mają większą wartość rezultatu pomnożoną przez prawdopodobieństwo otrzymania, zgodnie ze wzorem: działanie = wartość x prawdopodobieństwo [por. Homans, 2006: 74-81, Turner, 2006: 304-305].

Zarówno twierdzenie o sukcesie, jak i inne, są prawdopodobne tylko w przybliżeniu. Zakładają one, że jeśli działanie, które zostało nagrodzone jeden raz i przestanie być nagradzane ponownie, to prawdopodobieństwo ponownego wykonania tego działania spada do zera. To zjawisko jest nazywane przez psychologów *wygaszeniem*. Jednocześnie w twierdzeniu nie ma precyzyjnie określonego czasu w jakim następuje to wygaszenie i wpływ na jego przebieg mają wzory uzyskiwania pożądanej nagrody. Inną zależnością jest ta mówiąca, iż działanie regularnie nagradzane, które nagle przestanie być nagradzane, wygaśnie wcześniej niż działanie, które było nagradzane nieregularnie. Twierdzenie o bodźcu, również nie precyzuje związku czasowego pomiędzy działaniem a bodźcem. Jeśli oryginalny bodziec pokrywa się czasowo z nagradzaniem działaniem, to w ten sposób może się zwiększyć jego skuteczność w wywoływaniu kolejnych działań niż gdyby pojawiły się w innym momencie [por. Homans, 2006: 74-78].

Twierdzenia o sukcesie i wartości mogą być rozpatrywane razem. Badacze społeczni skłonni są przyjmować, iż jedyną rzeczą, która warunkuje podjęcie działania jest motywacja jednostki, np. chęć otrzymania nagrody, zaspokojenie potrzeb (to jest nazywane wartością). Jednocześnie jednostki może przestać podejmować działania, mimo odczuwania potrzeby otrzymania nagrody, jeśli zdarzyły się sytuacje, w których nie otrzymała oczekiwanej nagrody za podjęte działanie. Wartości są względne, dlatego wielkość nagrody należy zawsze odnosić do nagrody alternatywnej, którą można otrzymać wykonując alternatywne działanie. To pozwala człowiekowi na porównanie nagród oraz samodzielłą ocenę i wybór. Twierdzenie o deprywacji-nasyceciu

w szczególny sposób skupia się na „niedawnej przeszłości”, gdyż istnieją nagrody, którymi jednostka może się nasycić jedynie na pewien czas. Jednocześnie otrzymywanie notorycznie tej samej nagrody powoduje zwiększenie zainteresowania alternatywnymi nagrodami i urozmaiceniem otrzymywanych dóbr. Natomiast twierdzenie o frustracji-agresji ma zastosowanie, kiedy jednostka zamiast oczekiwanej satysfakcji po wykonanym działaniu odczuwa gniew i frustrację. Z połączenia tych twierdzeń wynika, że jeśli działanie człowieka jest odpowiednio nagradzane, to powstaną warunki do zaprzestania wykonywania działania. Oprócz tego, jeżeli jednostka ma ciągle podejmować próby otrzymania nagrody, to musi odnosić sukcesy na tyle często, aby zaspokoić swoje potrzeby częściowo, a nie w całości. Wszystkie te twierdzenia są prawdziwe, dlatego powinny być stosowane do wyjaśniania każdej cechy zachowania albo wskazywania, dlaczego w danych warunkach jedno bądź więcej z nich nie ma zastosowania [zob. tamże: 78-81].

Na podstawie eksperymentu, Homans, określił rodzaje *wzmacniania* i uważał, że jeśli jednostka uzna, iż członkowie grupy mogą dać jej wiele, to ona również jest skłonna dać im od siebie odpowiednio dużo. Z tego samego powodu, jeśli grupa może dać jej niewielką wartość, nie będzie gotowa, aby dać jej zbyt wiele. Osoby, które wiele dają innym, starają się wiele od nich uzyskać, a osoby, które wiele otrzymują od innych, są pod presją, aby im wiele dać. Ten proces wpływu ma tendencję do działania dążącego do równowagi w wymianach. Dla osoby zaangażowanej w wymianę to, co daje, może być dla niej kosztem, tak jak to, co otrzymuje, może być nagrodą, a jej zachowanie zmienia się mniej, gdy zysk (nagroda) dąży do maksimum. Są przypadki, gdy jednostka nie tylko szuka dla siebie maksimum, ale stara się o to, aby nikt w jej grupie nie zarabiał więcej niż ona. Koszt i wartość tego, co daje i tego, co otrzymuje, różnią się w zależności od ilości tego, co daje i otrzymuje. Drugim rodzajem możliwego wzmocnienia jest to, co socjolog nazwał „zachowaniem osobistej integralności”, które podmiot uzyskuje przez trzymanie się własnej opinii w obliczu niezgody z grupą [zob. Homans, 1958: 602 i 606].

W sytuacji, gdy nagrody są alternatywami, przedstawił znane założenie z ekonomii, że koszt określonego działania jest odpowiednikiem utraconej wartości alternatywy, a następnie dodał jej definicję: $Zysk = Nagroda - Koszt$. Jeśli zysk zostanie zdefiniowany jako nagroda pomniejszona o koszt, a koszt jako utracona wartość, to zakładał, że są pewne dowody na to, iż zmiana zachowania jest największa, gdy postrzegany zysk jest najmniejszy. Nie stanowi to bezpośredniej demonstracji, że zmiana w zachowaniu jest najmniejsza, gdy zysk jest największy, ale jeśli kiedykolwiek

zachowanie człowieka przyniosło równowagę nagrody i kosztów, zmienił on swoje zachowanie, odbiegając od tego, co przyniosło mu, w danych okolicznościach, mniejszy zysk. Równie dobrze może nadejść czas, kiedy jego zachowanie się nie zmieni. Oznacza to, że zachowanie człowieka ustabilizuje się na pewien czas. Jeśli dotyczyło to każdego członka grupy, to grupa miała równowagę w organizacji społecznej [por. Homans, 1958: 602-603].

Autorzy analizujący teorię Homansa poddawali ją krytyce. Wśród zarzutów można wymienić to, że Homans stosuje opisy z psychologii behawioralnej, aby nakreślić to co sam postrzega, przez co pomija wiele zmiennych. Podaje twierdzenia, ale nie wyjaśnia, dlaczego dane zjawiska występują np. tworząc tezę, iż ludzie są skłonni do nagradzania umiejętności pisania i czytania, nie wyjaśnia przyczyny tego nagradzania. J.H. Turner uznał, iż Homans w ten sposób nie udzielił odpowiedzi na pytanie, która najbardziej interesuje socjologa, czyli co spowodowało, że ludzie są skłonni do nagradzania umiejętności pisania i czytania, a jedynie stwierdził, że są skłonni to czynić. Brak wyjaśnienia, dlaczego ludzie uważają pewne zachowania za wartościowe i godne nagrodzenia, jest dużą wadą tej teorii, jednak sam Homans odnosząc się do tego zarzutu podkreślił, że jego schemat dedukcyjny jest przykładem lub szkicem ilustrującym, który pomija wiele szczegółów. Ponadto zdaniem Homansa, żadna teoria nie jest w stanie wyjaśnić wszystkiego, więc zasadnym jest pomijanie pewnych kwestii i uznania ich za „dane”, co daje przybliżone wyjaśnienie. Uważał za niedorzeczne oczekiwanie, iż teoria może lub musi wyjaśnić wszystkie warunki. Zwłaszcza, gdy teorie dedukcyjne z założenia wyjaśniają ograniczoną liczbę zjawisk [zob. Turner, 2006: 307].

Teoria Homansa ma jednak swoje wady, a zdaniem K. Cook i E. Rice'a podlega ona krytyce z dwóch głównych powodów: była zbyt redukcjonistyczna, czyli opiera się na zasadach psychologii jako podstawy zjawisk socjologicznych oraz w analizie subinstytucjonalnego poziomu zachowań społecznych bagatelizuje znaczenie instytucjonalne a także procesy i struktury społeczne, które wyłaniają się z interakcji społecznych [zob. Cook, Rice, 2006: 54]. Natomiast J. Tittenbrun analizując teorię wymiany, dostrzegł charakterystyczny sposób teoretyzowania przez Homansa, mianowicie niemal dla każdego stanu rzeczy, do którego odnoszona jest teoria wymiany oraz dla każdej zależności stwierdzanej w ramach tej teorii, można bez problemu znaleźć kontrprzykład, odwrotną zależność bądź sprzeczny stan rzeczy. Można tę teorię uznać wręcz za niebanalną, ponieważ potwierdzają ją sprzeczne ze sobą fakty, zaś wiedza jakiej dostarcza pozostaje w granicach myślenia potocznego i pre naukowego. Ponadto, nie

pozwala na odtworzenie rzeczywistego zakresu wiedzy człowieka o społeczeństwie. Zarzutem dla teorii wymiany jest obejmowanie swoim zakresem wąskiego aspektu ludzkich doświadczeń z zakresu zachowań w społeczeństwie i tłumaczenie ich poziomem opłacalności [por. Tittenbrun, 1981: 193 i 196]. Ten zarzut pojawiać się będzie wielokrotnie w analizach innych badaczy i naukowców poruszających zagadnienia związane z teorią wymiany, m.in. przez cytowanego już Turnera.

Patrząc na człowieka jedynie przez pryzmat teorii wymiany kreuje nam się obraz istoty niezwykle interesownej, kalkulującej, która kieruje się w swoim życiu osobistymi korzyściami i analizującą, jakie zachowania mogą przynieść jej największe zyski, jednocześnie odczuwające przyjemność, kiedy osiągają minimalne straty ze swojej strony [zob. tamże: 197]. I choć teoria wymiany Homansa nie jest pozbawiona wad, to kwestia wzmacniania zachowań ludzkich podczas wymiany jest warta zbadania w połączeniu z dobroczynnością i świadczeniem wolontariatu. Ciekawe jest też podkreślane przez Homansa dążenie człowieka do osiągnięcia bogactwa, nawet kosztem relacji z innymi, ponieważ wolontariat i pomaganie innym może być uznawane za źródło bogactwa duchowego.

3.1.2. Podejście dialektyczne – teoria wymiany według P. Blau’a

Peter Michael Blau (1918-2002) – amerykański socjolog, podejmując problematykę teorii wymiany społecznej odszedł od silnego nawiązywania do teorii behawiorystycznych, krytykując zbyt wąskie zawężanie przez nie ludzkiego zachowania, kiedy on sam uważał, że człowiek zasługuje na szersze spojrzenie, prowadzące do podejścia dialektycznego [por. Szczepański, Śliz, Wojtkun, 2014: 119]. Przyjął zdecydowanie bardziej ekonomiczny i utylitarny pogląd na zachowanie człowieka. Kluczowe rozróżnienie między tymi dwoma szerokimi perspektywami polegało na tym, czy podmiot patrzy w przyszłość, czy w przeszłość, decydując o tym, jak postępować. Utylitaryzm jest zorientowany na przyszłość. Ludzie są postrzegani jako działający w kategoriach oczekiwanych nagród, które przynoszą im korzyści i mają tendencję do wybierania alternatywnego sposobu działania, który maksymalizuje korzyści. Teorie wzmocnienia spoglądają wstecz, a aktorzy doceniają to, co przynosiło im satysfakcję w przeszłości. Teoria wymiany na poziomie mikro w pracach Blau’a jest słabo rozwinięta, chociaż jest to jedna z pierwszych prób zastosowania utylitaryzmu wywodzącego się z ekonomii do zachowań społecznych. Blau postrzegał wymianę

społeczną jako proces o centralnym znaczeniu w życiu społecznym i leżący u podstaw relacji między jednostkami i grupami [zob. Cook, Rice, 2006: 55].

Zdaniem Blau'a podstawą koncepcji wymiany było to, że osoba, która świadczyła drugiej osobie wartościowe usługi nakładała na nią pewne zobowiązanie – ta osoba również musiała wyświadczyć jej przysługę. Główną rolę pełniły tu zewnętrzne korzyści, nie zaś nagrody wpisane w relację, pomimo tego, iż wartość i znaczenie wymienianych towarów społecznych nie zawsze są zależne od relacji między stronami wymiany [zob. Blau, 2009: 98]. Ponadto „jeżeli obie jednostki cenią to, co otrzymują od siebie, skłonne są wyświadczyć więcej przysług, by zapewnić drugiej stronie motywację do tego, aby również zwiększyła ilość swoich przysług, a także, by uniknąć zadłużenia. Tym niemniej, ponieważ obie otrzymują coraz więcej wsparcia, którego początkowo tak bardzo potrzebowały, ich zapotrzebowanie na dalsze wsparcie zwykle spada” [tamże].

Choć Blau nie zestawił swoich zasad wymiany analogicznie do tych przedstawionych przez Homansa, to jednak Turner podjął próbę przedstawienia ich w sposób syntetyczny wzorując się na pracach, wspomnianych już, Homansa, Malinowskiego czy Lévi-Straussa:

1. zasada racjonalności – oczekiwanie coraz większych korzyści jednostek od siebie nawzajem podczas wykonywania określonych czynności, powoduje zwiększenie prawdopodobieństwa wykonywania tych czynności w przyszłości;
2. zasada wzajemności – a) częstsze wymienianie wzajemnych nagród między jednostkami powoduje wzrost prawdopodobieństwa, że pojawią się wzajemne obowiązki kierujące dalszymi wymianami; b) im bardziej jednostka narusza wzajemne obowiązki podczas wymiany, tym częściej osoby pokrzywdzone będą skłonne do stosowania kar (lub sankcji negatywnych) wobec strony naruszającej przyjętą normę wzajemności;
3. zasada sprawiedliwości – a) im większa stabilność stosunków wymiany, tym większe jest prawdopodobieństwo, że będą rządzone zgodnie z normami sprawiedliwej wymiany; b) im bardziej naruszana będzie zasada sprawiedliwej wymiany, tym częściej osoby pokrzywdzone będą skłonne do stosowania kar (lub sankcji negatywnych) wobec strony naruszającej przyjętą normę;
4. zasada użyteczności krańcowej – im więcej spodziewanych nagród człowiek otrzyma za podejmowanie określonej czynności, tym mniejszą wartość ma dla niego ta czynność i zmniejsza się prawdopodobieństwo, że w przyszłości ponownie ją podejmie;

5. zasada nierównowagi – większa stabilność i równowaga określonego rodzaju stosunków wymiany pomiędzy jednostkami powoduje większe prawdopodobieństwo, że inne stosunki wymiany będą niestabilne i nie zrównoważone [zob. Turner, 2006: 312].

Wymiana społeczna jest definiowana przez Blau'a jako dobrowolne działania ludzi, których motywacją jest oczekiwanie odwzajemnienia, jakie mają nieść za sobą działania i zwykle rzeczywiście je przynoszą [por. Blau, 2009: 100]. Dostrzegał wszechobecność tego zjawiska, jednak był przeciwny traktowaniu wszystkich zjawisk społecznych jako wymiany. Uważał, że wtedy może ono stracić swoje specyficzne znaczenie, dlatego starał się uczynić to pojęcie bardziej restryktywnym wyłączając poza jego ramy pewne kategorie działań człowieka. Aby to osiągnąć stawał w opozycji do wymiany ekonomicznej, zaś z działań człowieka będących częścią wymiany społecznej wyłączył działania altruistyczne i wykonywane pod przymusem [zob. Kempny, 1988: 80-81], ponieważ dostosowanie się do nacisków społecznych niosło ze sobą zazwyczaj wymianę pośrednią. Człowiek wpłaca pieniądze na cele charytatywne nie dla tego, że chce otrzymać wdzięczność odbiorców, których nigdy nie spotka osobiście, ale po to, aby otrzymać aprobatę osób ze swojego otoczenia, które również uczestniczą w tych akcjach charytatywnych. Dobra materialne są wymieniane na podziw i społeczną aprobatę, mimo iż odbiorcy dóbr i osoby udzielające aprobaty, nie są tymi samymi osobami [por. Blau, 2009: 100].

Wymiana społeczna w znacznym stopniu różni się do wymiany ekonomicznej, co podkreśla socjolog, czego kluczowym wyznacznikiem jest to, że wymiana społeczna niesie za sobą nieokreślone zobowiązania. Kiedy wymiana ekonomiczna najczęściej precyzyjnie określa przedmiot i wielkość rzeczy podlegających wymianie, to w wymianie społecznej występuje odwrotna sytuacja – kiedy jednostka wyświadcza przysługę drugiej jednostce, to mimo istnienia ogólnego społecznego oczekiwania, że odwdzięczy się ona w przyszłości, to jednak charakter odwzajemnienia nie jest jasno określony. Oprócz tego na proces wymiany społecznej wpływają różne warunki, np. charakter i etap rozwoju relacji między stronami wymiany, koszty ponoszone przez jednostki, rodzaj korzyści jakie podlegają wymianie czy też kontekst społeczny [zob. tamże: 100-101 i 104].

Nagrodą, na którą warto zwrócić szczególną uwagę, są więzi społeczne. Ludzie w większości lubią pomagać oraz wyświadczać przysługi innym i tego pomagania nie ograniczają tylko do przyjaciół, ale też obejmują znajomych czy obce osoby. Takie

przysługi sprawiają, że ludzie są wdzięczni, a te wyrazy wdzięczności stanowią nagrody społeczne czyniące pomaganie przyjemnym (to uczucie jest potęgowane, gdy wdzięczność i uznanie zostaną okazane publicznie, co przyczynia się do przekonania społeczeństwa, że pomagający jest osobą pomocną i szlachetną). Oprócz tego, funkcjonuje przekonanie, że jeden dobry uczynek zasługuje na odwzajemnienie również dobrem, zaś osoba, która nie odwzajemni przysługi uznawana jest za niewdzięczną, i to ten zarzut wskazuje, jak oczekiwana jest wzajemność w relacjach. Jest to pewnego rodzaju sankcja społeczna, która ma zachęcić do pamiętania o odwzajemnianiu dobroci. Ludzie, aby czynić innym dobro i np. pomóc współtowarzyszom, są w stanie narażać się na kłopoty. Zasada ta nie wyklucza, że istnieją jednostki pracujące bezinteresownie na rzecz innych osób, nie myśląc o żadnej nagrodzie za swoje działania, jednak są to, zdaniem Blau'a, pojedyncze przypadki. Znacznie częściej, żeby czynić dobro, ludzie potrzebują zachęty np. w formie społecznego potwierdzenia, że nie jest się egoistą [por. Blau, 1992: 232-233].

Powstają także sytuacje, w których jedna strona potrzebuje czegoś od drugiej, a nie ma nic do zaoferowania w zamian. Mimo iż osoba może czuć, że wystarczającym wynagrodzeniem jest wdzięczność, jednak nie może oczekiwać, że ta pomoc będzie udzielana regularnie (z wykluczeniem związku, który jest atrakcyjny sam w sobie, gdzie jedynym oczekiwanym odwzajemnieniem przez stronę jest kontynuowanie relacji). Jednostka potrzebująca stałej pomocy od drugiego uczestnika wymiany, a nie posiadająca niczego do zaoferowania, może wybrać jedno z rozwiązań: zmuszanie drugiej strony do pomocy, uzyskanie pomocy z innych źródeł bądź znalezienie sposobu na samodzielne wykonanie zadań. Jeśli jednak nie chce lub nie może wybrać żadnej z tych możliwości, musi wtedy podporządkować się drugiej stronie, a w konsekwencji wynagrodzeniem dla niej jest udzielenie zgody na władzę nad sobą. Ta gotowość do spełniania żądań innej jednostki jest uznawana za ogólną nagrodę społeczną, gdyż dawanie władzy jest środkiem stosowanym do osiągnięcia różnych celów, podobnie jak pieniądze. To oznacza, że procesy wymiany przyczyniają się do zróżnicowania władzy [zob. tamże: 238-239]. Istotnym elementem teorii wymiany Blau'a jest zwrócenie uwagi na więzi społeczne traktowane jako nagroda w procesie wymiany oraz kwestie oczekiwań odwzajemnienia dobroci. Zagadnienia te będą poruszane w badaniach przeprowadzonych przez autorkę, ponieważ są one ściśle związane z działaniami wolontarystycznymi, podobnie jak zbadane zostaną także potrzeby zachęty czy formy społecznego zachęcania.

3.2. Współczesne teorie starości

Starość od wieków fascynowała uczonych, dlatego nie jest niczym niezwykłym podejmowanie prób wyjaśnienia tego zjawiska oraz badanie postaw i zachowań osób, które osiągnęły wiek starczy. Ta badawcza dociekliwość niewątpliwie przyczyniła się do powstania licznych teorii i koncepcji starości. Teorie te można uporządkować według wymiarów życia osób starszych. Choć seniorzy biorą czynny udział w wielu wymiarach życia, jak np. kultura, to dla zachowania przejrzystości, zostaną one podzielone w najprostszy sposób, czyli na biologiczne, społeczne oraz psychologiczne [zob. Hebda, Biela, 2015: 50]. Proces adaptacji do starości jest trudny i złożony, ponieważ na jego przebieg ma wpływ wiele indywidualnych i społecznych czynników. Zmiany pojawiające się w życiu osób starszych wymagają przystosowania się do nowych okoliczności i jest to spotęgowane dużym zakresem zmian, gdyż nie tylko na płaszczyźnie biologicznej, ale także psychologicznej, społecznej, kulturowej czy obyczajowej. Z tego powodu warto poruszyć kwestię postaw wobec starości, silnie związanych z charakterem, temperamentem, osobowością, doświadczeniami życiowymi, stanem zdrowia czy pozytywnymi i negatywnymi przeżyciami [por. Wawrzyniak, 2015a: 64-65].

D. B. Bromley [1969: 132-140] na podstawie wyników badań przeprowadzonych przez S. Reichard i jej współpracowników wyróżnił pięć typów postaw wobec własnej starości, tworząc je nawiązywał do problemów osób starszych i sposobów ich rozwiązywania:

- postawa konstruktywna – osoba starsza przeżywa dobrą starość, jest pozytywnie nastawiona do świata i nowych wyzwań, cechuje ją pogoda ducha, dobry humor, jest tolerancyjna. Taka osoba potrafi czerpać satysfakcję z ostatniej fazy życia i jest pogodzona z wizją zbliżającej się śmierci. Kontakty z innymi ludźmi ocenia pozytywnie, może liczyć na pomoc ze strony otoczenia, ale i w miarę możliwości służy pomocą i działa na rzecz środowiska. Na ogół są to osoby w dobrej kondycji zdrowotnej;
- postawa zależności – senior jest osobą bierną, uległą i zależną od innych, chętnie rezygnuje z aktywności zawodowej. Jest typem domatora, któremu życie rodzinne daje poczucie bezpieczeństwa. Liczy na wsparcie i pomoc ze strony innych osób. Jest zrównoważony, jednak potrzebuje oparcia ze strony otoczenia, aby pozytywnie przeżywać starość;

- postawa obronna – osoby, które ją przyjmują są chłodne, przesadnie opanowane, zazwyczaj skupiają się na aktywności zawodowej, którą starają się podejmować jak najdłużej, aby być w pełni samodzielni i niezależni. Nie pozwalają innym ludziom na poznanie trapiących ich myśli i uczuć. Starość odbierają negatywnie, jednocześnie odrzucają wszelką pomoc;
- postawa wrogości wobec otoczenia – osoby te nie akceptują starości, są agresywne, podejrzliwe, obwiniają innych za swoje niepowodzenia, są skłonne do prowokowania konfliktów. Starają się podtrzymać aktywność zawodową jak najdłużej, gdyż słabość i zależność od innych wywołują w nich odrazę. Są skłonni do izolowania się od otoczenia;
- postawa wrogości wobec samego siebie – seniorzy przyjmujący taką postawę są pełni pesymizmu, czują się samotni i zbędni, cechuje ich brak inicjatywy i pasywność. Brak im pasji, a życie rodzinne oceniają negatywnie lub ambiwalentnie. Śmierć odbierają jako wybawienie kończące nieszczęśliwe życie. Na polskim gruncie badawczym warto wspomnieć o klasyfikacji zaproponowanej przez J. Staręgę-Piasek [1982: 140-141], która wyróżniła pięć postaw:

- aktywny-zachowawczy – dotyczy osoby, która chce, aby życie pozostało na poziomie z wcześniejszych lat, jest aktywna i samodzielna, dopóki stan zdrowia jej na to pozwala;
- aktywny-sabaryta – senior ostatnią fazę życia planuje spędzić na odpoczynku, ale też podróżach i aktywnościach, na które wcześniej brakowało mu czasu;
- typ rodzinny – przypadki, kiedy rodzina jest dla osoby starszej wartością najwyższą, skupia się na pomocy członkom rodziny, co jednocześnie sprawia mu przyjemność;
- zagrożony – osoba starsza jest pełna obaw o swoją przyszłość, boi się samotności, ponadto cechuje ją brak zaradności i potrzeba bycia zaopiekowanym;
- pasywny-sabaryta – senior, który nie chce mieć żadnych obowiązków, uważa, iż należy mu się opieka ze strony państwa, ponieważ on już wystarczająco dużo pracował w swoim życiu.

Nieco inny podział przedstawiła O. Czerniawska [2011: 158-159; 1998: 19-24], która wymieniła następujące style życia przyjmowane przez seniorów po przejściu na emeryturę:

- styl rodzinny – ma różne warianty i może polegać na prowadzeniu gospodarstwa domowego przez małżeństwo emerytów, pomaganiu dzieciom, wnukom czy prawnukom (jeżeli są). Może to być też opieka nad schorowanymi członkami rodziny – rodzicami, rodzeństwem. To właśnie opieka zajmuje większość czasu osoby starszej i staje się jej obowiązkiem, co prowadzi do zmniejszenia poczucia swobody i wolności, jednocześnie dając poczucie, że spełnia się obowiązek wobec bliskich;
- styl rekreacyjny (lub styl polnego konika) – polega na wypełnianiu wolnego czasu zajęciami, które sprawiają seniorowi przyjemność, może to być np. uprawianie kwiatów, praca na działce. Ten styl pozwala na połączenie możliwości podziwiania piękna otaczającej przyrody z pracą i aktywnością fizyczną;
- styl przedłużania aktywności zawodowej – styl, w którym seniorzy starają się nie zmieniać poziomu swojej aktywności nawet po przejściu na emeryturę. Taką możliwość dają np. własne działalności gospodarcze czy gospodarstwa rolne, które formalnie należąc do dzieci seniorów, są zarządzane przez starsze pokolenie;
- styl społeczny – osoby starsze angażują się w działalność organizacji społecznych, zostają wolontariuszami lub biorą czynny udział w życiu parafii albo stowarzyszenia politycznego;
- styl całkowicie bierny – senior przebywa głównie w swoim domu/mieszkanu, opuszczając go wyłącznie w wyjątkowych sytuacjach np. uroczystość rodzinna. Powodem przyjęcia takiego stylu może być choroba i trudności w pokonywaniu barier architektonicznych lub bariery psychiczne – niechęć do ludzi, poczucie bezpieczeństwa wyłącznie w swoim domu;
- styl związany z pobożnością – religijność stanowi ważną część życia seniora, uczestniczy on w nabożeństwach, procesjach, spotkaniach wspólnoty. Może być to kontynuacja zaangażowania religijnego z poprzednich faz życia lub też efekt nawrócenia osoby w starszym wieku;
- styl wynikający z posiadania ogródka działkowego (lub styl działkowca) – posiadanie uprawy na działce powoduje konieczność nadzorowania i pracy fizycznej. W przypadku osób, które ze względu na zły stan zdrowia nie mogą się nią sami zajmować, wynajmują pracownika lub angażują swoje dzieci, wnuki.

Działka traktowana jest jako teren pozwalający na wspólne spędzanie czasu, ale też źródło dochodu, gdyż część seniorów sprzedaje plody ziemi, albo przygotowują domowe przetwory;

- styl domocentryczny – znajduje się on między aktywnością i biernością. Codziennosc seniorów jest skoncentrowana na działaniach w obrębie gospodarstwa domowego, spędzania czasu na oglądaniu telewizji, słuchaniu radia, przyjmowaniu rodziny i znajomych, opieką nad zwierzętami domowymi np. kotem, psem, rybkami.

Przedstawione typy postaw wobec własnej starości pokazują jak złożonym procesem jest przygotowanie do starości oraz samo jej przeżywanie. Tak szeroki wachlarz możliwości powoduje, że badania związane z zagadnieniami gerontologicznymi mają dużą wartość naukową.

3.2.1 Biologiczne teorie starzenia się i starości

Teorie biologiczne stanowią ważną część dywagacji na temat starości, ponieważ podejmują próbę wyjaśnienia, czym jest proces starzenia się i dlaczego występuje. Mnogość teorii niewątpliwie świadczy o złożoności tego zjawiska. Większość z nich stara się podchodzić do tematu z dużą dozą ostrożności i formułując opisy starości, opierać się na przeprowadzanych badaniach [zob. Hebda, Biela, 2015: 52]. Spośród licznych teorii biologicznych starzenia się przedstawione zostaną tu teorie energetyczna, witalistyczna, biomorfotyczna, cytologiczno-histologiczna, niedożywiania komórek tkankowych, hormonalna, fizykochemiczna, endokrynologiczna, samozatrucia się organizmu oraz kumulacji stresów. Choć biologiczne aspekty nie są elementem rozważań socjologicznych, jednak dla ukazania jak istotnym i złożonym etapem życia jest starość, warto przytoczyć kilka teorii z tego zakresu. Wybrano teorie, które pokazują jak różnorodne są obszary ludzkiego organizmu, w których szukano przyczyn starości, od utraty energii, przez zmiany hormonalne, aż po samozatrucie organizmu.

Autorem teorii energetycznej był niemiecki fizjolog, M. Rubner, który uważał organizm za układ fizykochemiczny, będący zdolnym do wyprodukowania określonej ilości energii, która przypadała na każdy kilogram wagi ciała, a kiedy zostaje ona wypełniona, ustrój starzeje się i następuje śmierć [zob. Leśniak, 1986: 85]. Podobną hipotezę wysnuł S.W. Żurkowski, który uważał, iż starość i śmierć komórek somatycznych jest spowodowana tym, że komórka żywa nie może dzielić się bez końca.

Ponadto, jego zdaniem, zmniejszenie energii dzielenia się komórki skutkuje jej naturalną śmiercią. Natomiast teoria witalistyczna zakłada istnienie „siły życiowej” będącej źródłem i przyczyną życia, jednocześnie, z czasem, ta siła się wyczerpuje, aż wreszcie następuje śmierć [por. Zych, 1995: 28].

M. Bürger, autor teorii biomorfotycznej, twierdził, iż człowiek w momencie powstania zarodka posiada w sobie zarodek śmierci, który już sam w sobie jest czynnikiem wywołującym starzenie się organizmu, i to on prowadzi do ciągłych zmian ustroju na płaszczyznach chemicznej, czynnościowej i morfologicznej, co nazwano biomorfozą. Zdaniem Bürgera starzenie się jest każdą nieodwracalną zmianą żyjącej substancji będącą funkcją czasu [zob. Bürger, 1965: 1-2]. Inne podejście do procesu starzenia się zaproponowano w teorii cytologiczno-histologicznej, której twórcy – G. R. Minot, P. Krenke i A.W. Nagorny, przyczyn starości dopatrywali się w różnicowaniu oraz stopniowej specjalizacji komórek i towarzyszącym temu gromadzeniu się w nich produktów, które z czasem upośledzają funkcje organizmu [por. Leśniak, 1986: 85].

Teoria niedożywiania komórek tkankowych, stworzona przez M. S. Mühlmanna tłumaczy starzenie się organizmu występującym starzeniem się komórek, które przylegają do siebie, a w efekcie zmniejszają swoją powierzchnię wchłaniania substancji odżywczych oraz tlenu, a w konsekwencji głodują [zob. tamże]. Podobny pogląd prezentował R. Peret, polski internista i gerontolog, który za najważniejszą przyczynę starzenia się uznawał zaburzenia występujące w przemianie materii w komórkach. Jego zdaniem tlen i dwutlenek węgla stanowią dwa kluczowe czynniki warunkujące istnienie żywego organizmu, zaś do prawidłowego funkcjonowania każdej komórki niezbędny jest odpowiedni stosunek ilościowy dwutlenku węgla i tlenu we krwi i tkankach. Wraz z wiekiem ten stosunek się zmienia – maleje odsetek tlenu, a rośnie odsetek dwutlenku węgla w krwi tętniczej. Ma to negatywny wpływ na organizm, który w połączeniu z coraz mniej sprawnymi błonami komórkowymi i zmianą właściwości fizykochemicznych tkanek powoduje, że w wieku starczym cały ustrój ma mniejszą zdolność do wykorzystywania tlenu dostarczanego przez płuca i skórę [zob. Zych, 1995: 30, Gumowska, 1969: 103].

Teoria hormonalna zaproponowana została przez Ch. E. Browna-Séquarda, E. Steinacha oraz S. Woronowa, którzy przyczyn starzenia się wszystkich narządów organizmów wyższych dopatrywali się w uwstecznieniu struktury oraz utracie funkcji wewnątrzwydzielniczych gruczołów płciowych. Badając swoją teorię i próbując odmłodzić organizm badacze prowadzili doświadczenia eksperymentalne. Ch. E.

Brown-Séquard (w 1889 r.) badał stosowanie wyciągu z jąder młodych świnek morskich, S. Woronow zastosował terapię substytucyjną i przeszczepił starym zwierzętom gruczoły płciowe pobrane od młodych zwierząt, natomiast E. Steinach (w 1920 r.) zlecił podwiązanie nasieniowodów mężczyznom, aby uzyskać efekt odmłodzenia. Inny pogląd podzielali przedstawiciele teorii fizykochemicznej, tacy jak S. Weiss czy L. Ružička, którzy uważali, że przyczyną starzenia się są zmiany w systemie koloidalnym plazmy komórkowej, zachodzące wraz z wiekiem. Natomiast zwolennicy endokrynologicznej koncepcji starzenia się, tacy jak A. Carrel, C. I. Parhon czy A. Aslan, prowadzili badania biochemiczne nad starzeniem się i hamującym je wpływem gruczołów wydzielania wewnętrznego. Osoby popierające tę koncepcję sądzą, iż proces starzenia się może zostać spowolniony i osłabiony dzięki terapii hormonalnej [por. Leśniak, 1986: 85, Zych, 1995: 31].

Teoria samozatrucia się wydaliniami flory bakteryjnej w jelicie grubym została zaproponowana przez I. I. Miecznikowa. Zdaniem rosyjskiego fizjologa proces starzenia się jest silnie związany z zatruciem jelitowym, trwającym przez okres całego życia. Podczas spożywania pokarmów, do żołądka i jelit wprowadza się tłuszcze, węglowodany i białka, których niestrawione resztki ulegają fermentacji gnilnej i wraz z biegiem lat toksyny i jady wytworzone przez bakterie gnilne zatrują organizm. Przez coraz większy problem z pozbywaniem się trucizn, organizm się starzeje. Inne spojrzenie zaproponował A. A. Bogomolec, formułując teorię samozatrucia się organizmu produktami własnej przemiany materii, w której uznał, iż za przyczynę starzenia się można przyjąć zaburzenia fizykochemiczne w starzejących się tkankach. Im starsze są tkanki, tym mniej wody w sobie zawierają, ponadto wraz z wiekiem gromadzi się w nich wiele odpadów przemiany materii. Oprócz tego w tkankach gromadzą się barwniki, np. lipofuscyna (nazywana również „barwnikiem starczym”) oraz trudno rozpuszczalne białka [zob. Gumowska, 1969: 52 i 61].

Zdaniem twórcy koncepcji kumulacji stresów H. Selye’a, proces starzenia się jest silnie związany ze stresem. Stres zdefiniował jako nieswoistą reakcję na różnego rodzaju żądania w jakimkolwiek momencie, zaś starzenie się to suma oddziaływania wszystkich stresów, jakich doświadczył organizm podczas całego życia, doprowadzając do „fazy wyczerpania” ogólnego zespołu przystosowania, inaczej spotęgowanym zjawiskiem starzenia się. Człowiek podczas swojego życia cały czas doświadcza różnego rodzaju stresów i chociaż starzenie się i stres są ze sobą powiązane, to nie są identyczne. Kiedy stres jest wynikiem frustracji lub bezowocnych działań powoduje powstawanie

nieodwracalnych chemicznych blizn, gromadzących się w organizmie i wystąpienie oznak starzenia się tkanek. H. Selye uznał, iż „normalne zużywanie” materii organizmu ludzkiego jest rezultatem stresu, a nagromadzenie zużytych części organizmu nazywa starzeniem [por. Selye, 1978: 89-90]. Stres często jest wynikiem oddziaływania środowiska na człowieka, w tym otoczenia społecznego, dlatego koncepcja kumulacji stresów Selye’a może zostać uznana za pomost łączący biologiczne i społeczne teorie i koncepcje starzenia się człowieka [zob. Zych, 1995: 36].

3.2.2 Społeczne i psychologiczne teorie starzenia się i starości

Spojrzenie na starzenie się i starość z psychologicznej perspektywy można odnaleźć w psychologii starości, która stała się odrębną subdyscypliną psychologii w latach 80. XX w. Zajmowała się problematyką osób starszych, a wraz z jej rozwojem realizowano coraz więcej badań w obszarze kompetencji, codziennej aktywności, spędzania czasu wolnego [por. Steuden, 2011: 13-15]. Ważnym obszarem dla psychologii starości jest kwestia rozwoju duchowego jednostki, wsparcia w kryzysach i wybrane wyzwania w starości, np. bilans życia, wdowieństwo czy lęk (w tym lęk przed śmiercią) [zob. Fabiś, Wawrzyniak, 2015: 16-17].

Teorie starzenia się, które dotyczą psychologicznego wymiaru życia człowieka, odwołują się do badań obejmujących zmiany jakie zachodzą w osobowości oraz inteligencji osób starszych. Poddają pod rozważania możliwe konsekwencje zachodzących zmian i poszukują rozwiązań mogących zredukować przyczyny i skutki procesu osłabienia pamięci i zainteresowań, ograniczonej aktywności i reakcji, zmienności nastroju lub podejmowania zachowań uznawanych przez społeczeństwo za niezgodne z normami [zob. Hebda, Biela, 2015: 52]. Teorie społeczne odnoszą się do częstotliwości i rodzaju interakcji jakie osoby starsze podejmują w odniesieniu do swojego otoczenia i odwrotnie. Szerokiej analizie podlega poziom aktywności społecznej i związane z tym perspektywy na dalsze lata życia seniora. Wśród mnogości społecznych i psychologicznych teorii starzenia się warto wymienić te, które cechuje największy uniwersalizm w podejściu do człowieka, m.in. teorię szkoły bońskiej, stresu starości, wysokich schodów, przypadków, odpowiedników, deprivacji, duplikatu, opanowania trwogi, osobowości, poznawczej teorii osobowości, zadań rozwojowych, psychospołecznej teorii osobowości oraz teorii gerotranscendencji.

W teorii szkoły bońskiej, której autorem był H. Thomae wraz ze współpracownikami, podstawą jest socjalizacja i przystosowanie osoby starszej, dążące do zmian w procesie integracji społecznej ludzi w podeszłym wieku. Teoria ta weryfikuje słuszność hipotezy badawczej mówiącej, iż starość nie jest spowodowana wyłącznie jedną zmienną jaką jest wiek metrykalny. Silniejszy (pozytywny lub negatywny) wpływ na człowieka ma natomiast obraz samego siebie, który wiąże się z wpływem wielu różnych zmiennych, takich jak cechy osobowości, zdrowie fizyczne i psychiczne czy aktywność życiowa. Teoria szkoły bońskiej w szczególny sposób podkreśla istotność prawidłowego funkcjonowania fizycznego i psychicznego seniora jako czynnika kształtującego interakcje społeczne [por. Zych, 1995: 40].

Teoria stresu starości, opisana przez B. Neugartena, R. Havighursta i S. Tobina, odnosi się do konieczności dostosowywania się człowieka do swoich możliwości oraz wymagań jakie wiążą się ze zmianami fizycznymi, kulturowymi, społecznymi czy ekonomicznymi, działającymi jak stresory. Stresory typowe dla okresu starości, np. utrata sprawności fizycznej, śmierć bliskiej osoby czy utrata pozycji zawodowej, kumulują się. W efekcie senior uczy się nowych zachowań, jednak ciągle powraca do znanych schematów [por. Kijak, 2013: 55, Wawrzyniak, 2015b: 31-32]. Inną propozycją jest teoria wysokich schodów obejmująca trzy modele: a) wybitny specjalista w konkretnej dziedzinie – posiadane kompetencje zawodowe przyczyniają się do osiągnięcia wysokiej pozycji społecznej, jednak tylko w jednej sferze życia, co może skutkować załamaniem i przyspieszeniem procesu starzenia po przejściu na emeryturę; b) osoba, która osiągnęła różny poziom kompetencji w różnych sferach życia – zanikanie zdolności i kompetencji przyczynia się do stopniowego zmniejszania aktywności; c) osoba kompetentna i aktywna w niewielkim stopniu – postępujące starzenie się nie stwarza zagrożenia dla aktywności i kompetencji seniora [zob. Hebda, Biela, 2015: 53].

Teoria przypadków i teoria odpowiedników często są opisywane łącznie, ponieważ obie są koncepcjami osobowości podkreślającymi istotę osobistych przeżyć z wcześniejszych lat, ich związek z relacjami, zachowaniami i przeżywaniem kolejnych lat życia. W teorii przypadków istotne jest, to jakie doświadczenia miały miejsce w ciągu życia jednostki, ich wpływ na rozwój i skumulowanie się, aby finalnie ukształtować postawę osoby wobec starości. Takimi doświadczeniami mogą być wydarzenia związane z rodziną, pracą bądź ilością kontaktów interpersonalnych lub zawarte przyjaźnie. Z badań wynika, iż osoby z wyższym IQ, posiadające rodzinę czy posiadające hobby są

bardziej pozytywnie nastawione do starości. Istotny jest również poziom zadowolenia ze swojego życia przed wkroczeniem w wiek starczy. Natomiast teoria odpowiedników koncentruje się na roli wczesnego rozwoju jako podłożu cech, które ujawniają się w starszym wieku. Kluczowe jest tu znaczenie charakteru rodziny, doświadczane uczucia w domu rodzinnym, choroby lub niedostatek. Jednocześnie pozytywne doświadczenia z okresu dzieciństwa oraz wczesnej dorosłości nie zapewniają całkowitej aprobaty dla starości, ponieważ ludzie w różny sposób reagują na spotykające ich trudności, mogą też inaczej interpretować i przeżywać spotykające ich doświadczenia [por. Wawrzyniak, 2015b: 31].

Teoria deprywacji opiera się na przypuszczeniu (nazywanym również hipotezą dojrzałości-degeneracji), że wraz z wiekiem zmniejsza się intelektualna zdolność do uczenia się. Teorię tę można uznać obecnie za przestarzałą, ponieważ założenie o ustępowaniu umiejętności intelektualnych w wieku starczym narzuca stereotypowe rozumienie starości, np. jako tożsame ze słabością, chorobą czy niesamodzielnością, co zostało zanegowane w najnowszych badaniach [zob. Zych, 1995: 36-37]. Inną wizję starości zaproponowano w teorii duplikatu, stworzonej przez J. Birrena. Według niej występują ukryte struktury zachowania ludzkiego, które są przenoszone z wcześniej zdobytych doświadczeń wchodzących w interakcje z aktualną sytuacją. Starzenie się postrzegane jest jako transformacja rozwoju organizmu na poziomie behawioralnym i biologicznym, co jest wyrażone analogicznie do duplikatu w ekologicznie zmiennych kontekstach. Możliwe jest zaobserwowanie wzorca zmian występujących wśród seniorów, które nie są tylko skutkami przeżytych wydarzeń, a na charakter starszego człowieka wpływ ma połączenie porządku opartego na biologii z duplikatem charakterystyk rozwoju będących obiektem selekcji [por. Halicki, 2006: 267].

Natomiast pod koniec lat 80. XX w., amerykańscy psycholodzy społeczni, J. Greenberg, S. Solomon i T. Pyszczynski, stworzyli teorię opanowania trwogi. Mimo iż, początkowo jej celem było wyjaśnienie, dlaczego samoocena jest ważna dla człowieka oraz jak bardzo potrzeba jest wiara, że wyznawany światopogląd kulturowy jest słuszny, to finalne wyniki z badań nad teorią sięgały głębiej. Autorzy tej teorii przyjęli, że jednostka ma instynkt samozachowawczy będący fundamentalnym regulatorem wszystkich motywów postępowania, jednocześnie nie wykluczając występowania innych celów życiowych, choć wszystkie one są związane z pragnieniem życia. Podczas zdobywania doświadczeń życiowych i obserwowania rzeczywistości u ludzi, pojawia się refleksja dotycząca słabości i przemijalności życia oraz

nieuniknionej śmierci. Ta świadomość śmiertelności powoduje w człowieku obezwładniające uczucie zagrożenia i lęku, których geneza znajduje się w instynkcie życia. Bezustanne doświadczanie takiego stanu przeszkadzałoby człowiekowi w codziennym funkcjonowaniu, dlatego konieczne było powstanie w procesie ewolucji, psychologicznych mechanizmów umożliwiających opanowanie trwogi. Teoria prezentuje dwa główne mechanizmy adaptacyjne, powodujące obniżenie lęku do poziomu akceptowalnego psychicznie – wiarą w słuszność światopoglądu kulturowego (w wymiarze społecznym) oraz samoocena (w wymiarze jednostkowym) [zob. Baka, 2004: 5-7].

Opisana przez B. Neugarten teoria osobowości zawiera klasyfikację postaw wobec starości i stanowi charakterystykę typów starzenia się. Bazująca na koncepcji zmiany w życiu dorosłej osoby, odnosi się do wydarzeń, kryzysów i zadań właściwych dla tej fazy oraz nieoczekiwanych wydarzeń, których efektem jest zmiana w koncepcji postrzegania samego siebie oraz tożsamości [por. Wawrzyniak, 2015b: 32]. Wyróżniono cztery główne typy osobowości, które zostały podzielono dodatkowo na wzorce:

1) osobowość zintegrowana:

- a) wzorzec reorganizatora – senior jest osobą kompetentną, angażuje się w liczne aktywności. Czuje się młodo i odrzuca myśl o starzeniu się, zastępuje utracone aktywności nowymi, po przejściu na emeryturę często poświęca czas na działania społeczne, na rzecz kościoła lub stowarzyszenia;
- b) wzorzec skupiony – osobę starszą cechuje wysoki poziom satysfakcji życiowej oraz średni poziom aktywności. Satysfakcję przynosi realizowanie się w jednej lub dwóch rolach społecznych;
- c) wzorzec niezaangażowany – następuje połączenie osobowości o wysokiej satysfakcji życiowej i niskim poziomem aktywności. Senior dobrowolnie rezygnuje z aktywności z powodu preferowania niezaangażowanego stylu życia, nie zaś konieczności narzuconej, np. przez problemy zdrowotne;

2) osobowość obronna (lub opancerzona):

- a) wzorzec powstrzymywania się – dotyczy osób, które postrzegają starzenie się jako zagrożenie i utrzymują wzorce typowe dla osób w średnim wieku;
- b) wzorzec duszącego się – senior broni się przed starzeniem, martwi się powstającymi deficytami, jednak radzi sobie z nimi dzięki budowaniu relacji społecznych i swojej energii. Charakterystyczna jest wysoka (lub średnia)

satysfakcja życiowa połączona z niską aktywnością w pełnieniu wybranych ról społecznych;

3) osobowość pasywno-zależna:

a) wzorzec szukający wspomagania – dotyczy osób o silnej potrzebie zależności, poszukujących reakcji innych osób. Łączy średni poziom satysfakcji życiowej i średni poziom aktywności. Prawidłowe funkcjonowanie jest możliwe, kiedy posiadane są 1-2 osoby, na których będą mogły polegać i zaspokoją ich emocjonalne potrzeby;

b) wzorzec apatyczny – średnia (lub niska) satysfakcja życiowa oraz niska aktywność, dominującą cechą osobowości jest pasywność;

4) osobowość niezintegrowana – dotyczy seniorów, którzy posiadają duże nieprawidłowości w funkcjonowaniu psychicznym, zakłócone procesy myślowe, nie potrafią panować nad emocjami. Charakterystyczne połączenie niskiego poziomu satysfakcji życiowej i niskiej aktywności [zob. Halicka, 2004: 338-340].

Poznawcza teoria osobowości została zaproponowana przez H. Thomae i skupiała się na psychodynamice starzenia. Główną kategorię w tej teorii stanowi percepcja, postrzeganie siebie i sytuacji. Zmiana zachowania człowieka nie byłaby uznawana za rezultat zmian obiektywnych, lecz subiektywnego odbioru tych zmian. Zmiany są oceniane z perspektywy oczekiwań i zainteresowań seniora. Przystosowanie się do zmian zachodzących w wyniku starzenia się, jest zależne od podtrzymania i reorganizacji balansu pomiędzy systemem motywacyjnym a poznawczym, czyli równowagi pomiędzy zaakceptowaniem siebie jako starego albo odrzucenie takiego odbioru. To stanowi jedno z podstawowych zadań rozwoju starszego człowieka według Thomae. Natomiast szerzej zadaniami rozwojowymi zajął się R. Havighurst, tworząc teorię zadań rozwojowych, zgodnie z którą zadania rozwojowe pojawiają się w określonej fazie życia człowieka i mają podłoże biologiczne, psychologiczne i kulturowe. Pozytywne rozwiązanie jednego z zadań wiąże się z poczuciem zadowolenia i może skutkować sukcesem w rozwiązaniu kolejnych zadań, natomiast niepowodzenie jest związane z odczuwaniem niezadowolenia, dezaprobatą społeczną oraz występowaniem trudności w przyszłości. Wyróżniono następujące stadia rozwojowe: a) niemowlęctwo i wczesne dzieciństwo, b) środkowe dzieciństwo, c) dorastanie, d) wczesna dorosłość, e) wiek średni oraz f) późna dorosłość. Charakterystyczne zadania rozwojowe, z którymi mierzą się osoby zaliczane do ostatniej grupy (60 lat i więcej) to zaakceptowanie swojego życia, przekierowanie swojej energii na nowe działania i role,

zaakceptowanie zachodzących zmian fizycznych wynikających z procesu starzenia się oraz wyrobienie swojego spojrzenia na kwestię śmierci [zob. Halicki, 2006: 265 i 269].

Inne podejście do osobowości zaproponował E. Erikson. W psychospołecznej teorii osobowości, uznał, iż każdej fazie życia odpowiada konkretny kryzys psychospołeczny i na podstawie swoich badań wyróżnił:

- okres niemowlęcy – podstawowa ufność lub podstawowa nieufność – nadzieja,
- wczesne dzieciństwo – autonomia lub wstyd i zwątpienie – wola,
- wiek zabawy – inicjatywa lub poczucie winy – stanowczość,
- wiek szkolny – pracowitość albo poczucie niższości – kompetencja,
- wiek dojrzewania – tożsamość lub rozproszenie tożsamości – wierność,
- wczesna dorosłość – intymność albo izolacja – miłość,
- dorosłość – generatywność lub stagnacja – troska,
- starość – integralność albo rozgoryczenie i rozpacz – mądrość [por. Erikson, 2002: 68-69].

Każde pozytywne rozwiązanie kryzysu prowadzi do rozwoju człowieka, natomiast niepowodzenie zahamowuje ten proces. Faza starości odnosi się do przeciwstawnych tendencji, czyli integralności oraz rozpacz, a życie postrzega się jako mające sens lub jako przepelnione poczuciem rozgoryczenia i bezsensu. Próba osiągnięcia integracji zakończona pomyślnie może doprowadzić do osiągnięcia mądrości. O ile zadania rozwojowe dla okresu niemowlęctwa są uniwersalne, to te realizowane w późnym wieku zależą od ogólnych reguł i osobistych doświadczeń człowieka. Współpracownica i żona Eriksona, Joan, rozwinęła teorię dodając dziewiąte stadium, w którym rozwiązanie kryzysów z poprzednich faz życia jest przeciwstawiane z procesem starzenia się. W późnym wieku wzrasta świadomość zachodzących zmian (fizycznych i psychicznych), a pojawiające się deficyty powodują, że senior może tracić wiarę w możliwość utrzymania swojej niezależności, co powoduje kryzys, który zawierają te same cechy [zob. Halicki, 2006: 266-267].

Niezwykle uniwersalną teorią, opisywaną zarówno przez socjologów, jak i psychologów, pedagogów i innych, jest teoria gerotranscendencji. Choć powstała ona na gruncie socjologii, opierając się o badania empiryczne, to nie jest ona tradycyjną teorią socjologiczną, gdyż nie odnosi się do starzenia grup lub pokoleń, a do indywidualnego procesu starzenia się [por. Timoszyk-Tomczak, 2017: 191]. Autorem teorii jest L. Tornstam, który tworząc ją bazował na badaniach własnych

przeprowadzonych na przełomie lat 70. i 80., pracach innych teoretyków oraz wcześniejszych teoriach C. Junga i E. Eriksona. Przeprowadzone analizy i podjęte interpretacje, stanowiące metarefleksję na temat teorii wycofania, doprowadziły do konkluzji, jakoby pobudzanie aktywności osób starszych, będącej czymś pozytywnym, jest jednak podrzędna w porównaniu do potrzeby oddalenia, czyli zdystansowania się od wybranych działań oraz od szerokich kontaktów międzyludzkich. Z badań autora wynikało, iż poziom samotności zmniejsza się wraz z przechodzeniem do każdej kolejnej grupy wiekowej, mimo iż następuje wtedy utrata pełnionych dotychczas ról społecznych oraz strata bliskich osób [por. Rajani, Jawaid, 2015, Brudek, 2016: 10].

W swoich pracach, L. Tornstam, uznawał starzenie się za naturalny proces rozwojowy, prowadzący do dojrzałości i mądrości, któremu towarzyszy stopniowa zmiana metaparadygmatu starzejącej się jednostki, nazwana przez Tornstama gerotranscendencją od „gero” – stary oraz „transcendencja” – wznoszenie się ponad [zob. Rajani, Jawaid, 2015]. Teoria ta porusza kwestie duchowości oraz szukania sensu w okresie starości. Jednocześnie rezygnowanie z prowadzonego wcześniej stylu życia uznawane jest za pozytywny aspekt będący elementem naturalnego rozwoju człowieka. Opisując cechy gerotranscendencji autor koncentrował się na wymiarach: kosmicznym, związanym z relacjami społecznymi i związanymi z *Ja*. Wymiar kosmiczny dotyczy zmian w widzeniu swojego miejsca na świecie i praw jakie rządzą wszechświatem. Zmienia się postrzeganie czasu, przestrzeni, życia czy śmierci. Senior może czuć radość bez towarzyszącego lęku przed śmiercią. Wymiar związany z relacjami społecznymi wiąże się z ponownym zdefiniowaniem siebie w relacjach międzyludzkich i podejścia do nich. Seniorzy wykazują się większą wybiórczością w kontaktach z innymi, wybierając relacje uznane przez nich za ważniejsze. Doświadczenie samotności staje się pociągającym aspektem. Oprócz tego, osoby starsze nie obawiają się utracenia pozycji i prestiżu, mają też poczucie bycia wystarczająco mądrymi i starymi, aby móc pozwolić sobie na robienie „głupich rzeczy”, co Tornstam nazwał wyzwoloną niewinnością. Wymiar związany z *Ja* to zmiana patrzenia na siebie (dominowanie patrzenia na siebie „z zewnątrz”), odkrywanie dotychczas ukrytych aspektów siebie, większa świadomość i brak przeświadczenia, że jest się w centrum wszechświata. Zmienia się także postrzeganie swojego ciała, osoba starsza przestaje się na nim skupiać, zaczyna też akceptować zmiany jakie zachodzą w tej sferze. Jednostka jest zorientowana na pomaganiu innym, wyzbywa się egoizmu na rzecz altruizmu [por. Timoszyk-Tomczak, 2017: 192-193].

Przedstawione teorie stanowią potwierdzenie założenia, iż starzenie się organizmów jest złożonym i budzącym duże zainteresowanie procesem. Ilość teorii biologicznych, które starają się przybliżyć i wyjaśnić nam skomplikowany przebieg starzenia oraz ich rozpiętość, można uznać za argument dla twierdzenia, iż starzenie się postępuje wielopłaszczyznowo. Natomiast teorie psychologiczne i społeczne ukazują nam obraz seniorów jako zbiorowości, która jest dosyć zróżnicowana wewnątrznie pod względem swojego zaangażowania społecznego, postrzegania starości czy patrzenia na swoje doświadczenia i samych siebie.

ROZDZIAŁ IV

STOWARZYSZENIE „MALI BRACIA UBOGICH” JAKO PRZYKŁAD ORGANIZACJI NON PROFIT ŚWIADCZĄCEJ WOLONTARIAT NA RZECZ OSÓB STARSZYCH

Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” (mbU) działające w Polsce, wpisuje się w realizację zaspokajania potrzeb seniorów, ponieważ próbuje złagodzić problem samotności, będący dużym obciążeniem w wieku starczym. Oddział warszawski tego Stowarzyszenia jest szczególnie bliski autorce dysertacji, ponieważ działa ona w nim jako wolontariuszka od grudnia 2014 r., co dało szansę na lepsze poznanie zarówno struktury organizacji, jak i osób z nią związanych, pracowników oraz niektórych wolontariuszy i podopiecznych. Treść niniejszego rozdziału oparto na ogólnodostępnych informacjach na stronach internetowych Stowarzyszenia działającego w Polsce i innych krajach, materiałach promocyjnych, informacjach przekazanych przez pracowników Stowarzyszenia i zaprezentowanych za ich zgodą oraz obserwacji uczestniczącej i doświadczeń autorki.

4.1. Idea Stowarzyszenia

Założycielem Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” był Armand Marquiset, wywodzący się z zamożnego domu. Po raz pierwszy zobaczył jakie konsekwencje niesie za sobą ubóstwo za sprawą swojej babki, Madame de Laumont. Kobieta, po śmierci jedyne go syna podczas I wojny światowej, stworzyła organizację charytatywną pomagającą rodzicom, którzy znaleźli się w trudnej sytuacji materialnej z powodu śmierci swoich synów na wojnie. Śmierć Madame de Laumont w 1930 r., miała na niego duży wpływ i przyczyniła się do obrania drogi życiowej pełnej poświęcenia dla potrzebujących²⁵. Powstanie idei Stowarzyszenia datuje się na 1939 r., a początki jej realizacji na 1946 r., kiedy Armand Marquiset założył we Francji „les petits frères des Pauvres”. Stowarzyszenie wtedy skupiało głównie młode osoby, które były gotowe pomagać najbardziej potrzebującym. Po II wojnie światowej tę grupę tworzyły przede wszystkim osoby starsze – samotne, opuszczone i bez szans na pomoc, dlatego to na tej grupie skupili się członkowie Stowarzyszenia. Pierwsi wolontariusze

²⁵ <https://www.petitsfreres.ca/en/about-us/history/> [dostęp: 28.12.2021].

„les petits frères des Pauvres” zajmowali się roznoszeniem jedzenia i węgla do osób biednych i starszych, jednakże to nie pomoc materialna była kluczowa, a budowanie relacji międzyludzkich poprzez towarzyszenie seniorom, a także umiejętne ich słuchanie, co zostało wyrażone w motcie Stowarzyszenia: „kwiaty przed chlebem”. To właśnie taka filozofia jest podstawą działań i rozwoju od początku jego powstania.

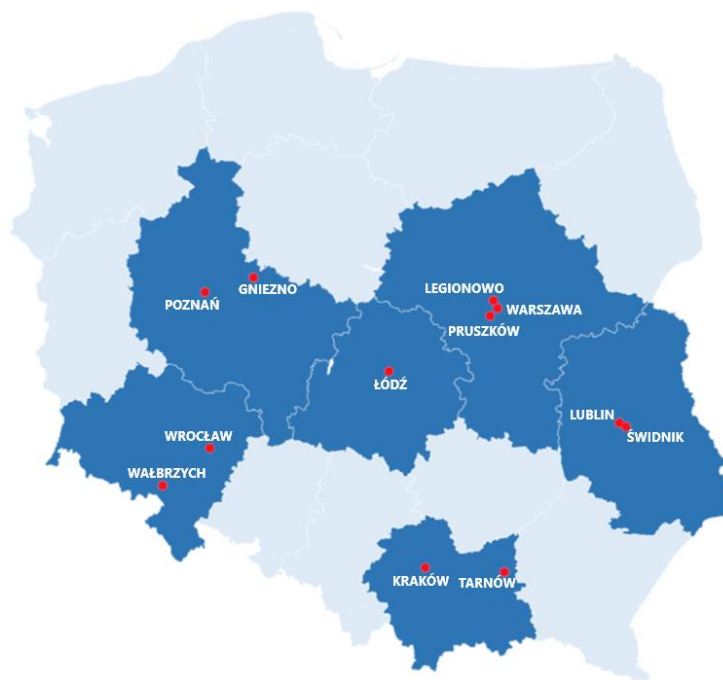
Wraz ze swoim rozwojem, Stowarzyszenie „les petits frères des Pauvres” zaczęło zajmować się alarmowaniem społeczeństwa oraz instytucji publicznych w kwestiach związanych z osobami starszymi. Posiada ono swoich reprezentantów w Age Platform, a także podejmuje temat warunków mieszkaniowych seniorów i relacji międzypokoleniowych. Wolontariusze we Francji towarzyszą również osobom umierającym i bezdomnym w podeszłym wieku.

Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” ma swoje oddziały w 10 krajach: Francji, Niemczech, Stanach Zjednoczonych, Kanadzie, Hiszpanii, Szwajcarii, Irlandii, Meksyku, Rumunii i oczywiście Polsce. Polskie Stowarzyszenie oficjalnie powstało 1 grudnia 2002 r., jednak jego początki sięgają lat wcześniejszych, kiedy polscy ochotnicy wyjeżdżali do Stowarzyszenia „les petits frères des Pauvres” we Francji, aby razem z innymi wolontariuszami pomagać francuskim seniorom, m.in. podczas pobytów wakacyjnych organizowanych w domach wakacyjnych „les petits frères des Pauvres”. Po zdobyciu doświadczenia za granicą, polscy wolontariusze postanowili stworzyć podobną organizację w kraju. W tym celu na przełomie listopada i grudnia 2002 r. zorganizowano seminarium pt. „Przerwijmy samotność tych, którzy w niej żyją”, w którym uczestniczyli polscy wolontariusze, wyjeżdżający wcześniej do francuskiego „les petits frères des Pauvres”, przedstawiciele Stowarzyszenia „les petits frères des Pauvres” z Francji i Międzynarodowej Federacji „les petits frères des Pauvres” oraz osoby, które na co dzień zajmowały się osobami starszymi przebywającymi w instytucjach. Seminarium zakończono ukonstytuowaniem się polskiego Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”, które od początku działało w Warszawie, Lublinie i Poznaniu. Mimo, iż Stowarzyszenie prowadziło swoje akcje już od tego czasu, to wpis do Krajowego Rejestru Sądowego (pod numerem: 0000160750) otrzymano pół roku później, bo 6 maja 2003 r., zaś status Organizacji Pożytku Publicznego nadano 29 maja 2006 r.²⁶ Stowarzyszenie obecnie posiada łącznie 12 oddziałów, ponieważ kolejne powstały w Pruszkowie (od 2017 r.), we Wrocławiu, Świdniku (od 2019 r.), Krakowie,

²⁶ <https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/historia-organizacji/> [dostęp: 10.01.2022].

Gnieźnie (od 2020 r.), Łodzi (od 2021 r.), Tarnowie (od 2022 r.), Legionowie oraz Wałbrzychu (od 2023 r.)²⁷

Mapa 1. Oddziały Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” w Polsce



Źródło: <https://www.malibracia.org.pl/20lat/#nasza-historia> [data dostępu: 17.08.2023].

Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” to samorządne, dobrowolne oraz trwałe zrzeszenie, które jako cel obrało rozwijanie i popularyzowanie postaw, inicjatyw i działań służących realizacji celu głównego, jakim jest świadczenie pomocy seniorom cierpiącym z powodu samotności oraz trudnej sytuacji życiowej. Aby zrealizować zamierzone cele Stowarzyszenie podejmuje odpłatne i nieodpłatne działania pożytku publicznego. W statucie określono je jako:

- a) organizowanie różnych form aktywności zbiorowych albo indywidualnych,
- b) podejmowanie współpracy z osobami fizycznymi oraz instytucjami w obszarze zbierania informacji oraz wymiany doświadczeń w ramach pomocy społecznej seniorom i osobom samotnym,
- c) pomoc organizacyjna, doradztwo, a także szkolenia dla członków i innych podmiotów interesujących się działalnością mbU,

²⁷ <https://www.malibracia.org.pl/20lat/#nasza-historia> [dostęp: 10.08.2023].

d) zachęcanie do przyjmowania postaw nakierowanych na działalność na rzecz seniorów i osób samotnych, zwłaszcza wśród młodzieży,

e) zachęcanie, organizowanie oraz prowadzenie akcji z zakresu edukacji przez całe życie,

f) budowanie oferty pomocowo-socjalnej skierowanej do osób starszych²⁸.

Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” działa na podstawie przepisów zawartych w Ustawie z dnia 7 kwietnia 1989 r. prawo o stowarzyszeniach (Dz. U. 1989 Nr 20 poz. 104 z późn. zm.) oraz przyjętego statutu. Na tej podstawie może być członkiem organizacji krajowych i międzynarodowych posiadających zbliżone cele działania. Swoim działaniem obejmuje obszar Polski, ale aby właściwie realizować swoje cele może prowadzić działalność również za granicą. Działalność Stowarzyszenia opiera się na pracy społecznej członków, ale jednocześnie może zatrudniać pracowników do prowadzenia swoich spraw. Korzystając z pracy wolontariuszy Stowarzyszenie działa w oparciu o przepisy Ustawy z dnia 24 kwietnia 2003 r. o działalności pożytku publicznego i o wolontariacie (Dz. U. 2003 Nr 96 poz. 873 z późn. zm.). W skład Stowarzyszenia wchodzi członkowie zwyczajni, wspierający i honorowi. Aby stać się członkiem kandydat musi posiadać dokumentację poświadczającą doświadczenie związane z realizowaniem celów bliskich Stowarzyszeniu tj. a) minimum 12-miesięczny staż wolontariacki w organizacjach non profit, b) minimum 12-miesięczny staż pracy w branży (jako pracownik socjalny, pracownik DPS, PCK itp.), c) odbycie szkolenia w tym zakresie. Decyzję o przyjęciu do grona członków podejmuje Zarząd Stowarzyszenia.

Na majątek Stowarzyszenia wpływa liczba otrzymywanych składek członkowskich, spadków, zapisów, darowizn, dotacji, grantów, dochodów z majątku mbU, subwencji, środków finansowych przekazanych z 1% podatku dochodowego od osób fizycznych, a także z odpłatnej działalności pożytku publicznego i ofiarności publicznej. Dochody pochodzące z majątku Stowarzyszenia w całości są przeznaczane na działalność statutową, natomiast te ze spadków, subwencji, darowizn czy zapisów mogą zostać wykorzystane do realizacji celów statutowych według uznania pod warunkiem, że ofiarodawca nie postanowił inaczej. Natomiast niedozwolone jest udzielanie pożyczek bądź zabezpieczanie zobowiązań majątkiem Stowarzyszenia na rzecz jego członków i pracowników (w tym ich małżonków, osób będących we

²⁸ <https://www.malibracia.org.pl/assets/Uploads/STATUT-mbU-13.05.2018.pdf> [dostęp: 20.12.2021].

wspólnym pożyciu bądź osób spokrewnionych lub spowinowaconych w linii prostej/linii bocznej do drugiego stopnia, a także osobami przysposobionymi, pod opieką albo kuratelą. Niedozwolone jest również przekazywanie majątku Stowarzyszenia członkom (w tym członkom organów), pracownikom ani osobom im bliskim na innych zasadach niż w stosunku do osób trzecich, zwłaszcza gdy ma to być przekazanie bezpłatne albo na preferencyjnych warunkach. Ponadto, nie wolno wykorzystywać majątku Stowarzyszenia na rzecz członków i pracowników wraz z ich bliskimi na innych zasadach niż w stosunku do osób trzecich (z wyjątkiem sytuacji, gdy jest to konieczne do realizacji głównego celu Stowarzyszenia. Nie wolno także dokonywać zakupu towarów albo usług od podmiotów, które są związane z członkami lub pracownikami Stowarzyszenia i ich bliskich, po wyższych cenach niż rynkowe lub na innych zasadach, niż w stosunku do osób trzecich²⁹.

Stowarzyszenie podejmując swoje działania kieruje się fundamentalnymi wartościami, takimi jak: poszanowanie godności każdego człowieka bez względu na jego pochodzenie, status społeczny, stan zdrowia psychicznego i fizycznego, a także prawo człowieka do wolności, wierności swoim przekonaniom czy braterstwa. Podejmuje również misję (określoną w Manifeście mbU), w której uwzględnia takie aspekty:

- jednoczenie – Stowarzyszenie umożliwia pracownikom, wolontariuszom oraz darczyńcom dzielenie się i przeżywanie wspomnianych wartości. „Mali bracia Ubogich” jednoczą się z osobami powyżej 60 r. ż. dotkniętymi samotnością i ubóstwem;
- życie w braterstwie – działanie Stowarzyszenia opiera się na relacji braterskiej, wymaga od członków otwartości wobec innych, odnawiania zerwanych więzi solidarności, a w efekcie pozwala na poznanie drugiego człowieka zarówno w wymiarze indywidualnym, jak i grupowym;
- poszukiwanie wartości życia – ofiarując swój czas oraz wsparcie wolontariuszy i pracowników, Stowarzyszenie podkreśla jak ważne są relacje międzyludzkie, dzielenie się smutkami i radościami, a także wspólne rozwiązywanie problemów dnia codziennego;
- czuwanie – troski i doświadczenia dzielone z seniorami wspieranymi przez Stowarzyszenie niosą za sobą poczucie odpowiedzialności, a co za tym idzie zobowiązują do zmiany sposobu postępowania i dostrzegania ludzi

²⁹ <https://www.malibracia.org.pl/assets/Uploads/STATUT-mbU-13.05.2018.pdf> [dostęp: 28.12.2021].

potrzebujących pomocy, szukania rozwiązań i sposobów przeciwdziałania. Czuwanie odnosi się do zachowania czujności i podejmowania prób zmiany społeczeństwa na bardziej przyjazne seniorom³⁰.

Działania podejmowane przez członków „małych braci Ubogich” stanowią odzwierciedlenie wartości i założeń misji Stowarzyszenia. W manifestie podkreślono, jak istotne jest bycie obok, wspólne działanie i dawanie świadectwa. Bycie blisko potrzebujących seniorów to stawanie się ich partnerami w rozmowie, pomoc w odkrywaniu ukrywanych pragnień, aspiracji czy umiejętności, respektowanie ich potrzeb, rozwoju i rytmu, to okazywanie szacunku i pozostawianie wolności wyboru. Wspólne działanie oznacza nawiązywanie kontaktu z rodziną, przyjaciółmi, a także sąsiadami podopiecznych. Dawanie świadectwa, to znaczy działać i informować o podjętych działaniach opinię publiczną i polityków, ponieważ to właśnie organizowane akcje, projekty i zajmowane stanowiska w kwestiach dotyczących osób starszych świadczą o całym Stowarzyszeniu.

Prawidłowe realizowanie wspólnych działań opiera się na przestrzeganiu Manifestu Stowarzyszenia przez wszystkich członków. Wolontariusze zobowiązują się do uczestniczenia w życiu „małych braci Ubogich”, dobrowolnym wypełnianiu podjętych się obowiązków, rozwijaniu swoich umiejętności interpersonalnych, aby lepiej wykonywać te zadania. Są też zobowiązani do zachowywania dyskrecji oraz przestrzegania Manifestu w ramach umowy o pracę, którą zawierają ze Stowarzyszeniem. Stowarzyszenie zobowiązuje się do rekrutowania wolontariuszy oraz przydzielania im zadań, przy uwzględnieniu ich umiejętności i preferencji, Stowarzyszenie powinno również jasno określić rolę każdego z wolontariuszy i koordynować ich działania, udzielać wsparcia, przeprowadzać szkolenia, dokonywać oceny doświadczeń i wspierać ich wymianę między wolontariuszami, a także regularnie oceniać podjęte przez nich działania i dostosowywać je do zmieniających się potrzeb i możliwości³¹.

Działania Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” są zgodne z Kodeksem Etycznym Forum 50+. Seniorzy XXI wieku. Forum to jest nieformalnym i otwartym związkiem, do którego należy kilkadziesiąt organizacji połączonych misją, jaką jest pozytywne wpływanie na poprawę jakości życia osób starszych w Polsce³². Natomiast

³⁰ <https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/manifest/> [dostęp: 12.01.2022].

³¹ Tamże.

³² <https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/kodeks-etyczny/> [dostęp: 10.01.2022].

sam kodeks etyczny został stworzony, by powstały jednolite reguły działań, pozwalające określić tożsamość koalicji oraz wspólny program działań zrzeszonych organizacji, pracować wspólnie nad standardami i z ideą wzmocnienia procesu integracji członków, informować opinię publiczną o postępowaniu i działaniach organizacji zrzeszonych. Członkostwo zobowiązuje do podejmowania działań z uwzględnieniem, że koalicja posiada wspólny kapitał zaufania. Członkostwo w koalicji stanowi „znak jakości” i to działania świadczą o jakości całej koalicji³³.

Kodeks etyczny zawiera etykę ujętą w kategorii ogólnych wartości. Są one wartościami, do których powinni odnosić się członkowie koalicji, ponieważ pomagają stworzyć kryteria etycznego i profesjonalnego postępowania. Wartości i zasady zawarte w kodeksie etycznym to: a) dobro wspólne, b) odpowiedzialność, c) rzetelność, d) jawność, e) legalizm, f) poszanowanie godności, praw i wolności człowieka, g) partnerstwo, h) rozliczalność oraz i) unikanie konfliktów interesów. Jawność wiąże się m.in. ze sporządzaniem finansowych oraz merytorycznych sprawozdań z działalności organizacji, która jest publikowana, a także udostępniana na życzenie. Ponadto, zasady korzystania z usług danej organizacji są przejrzyste, zrozumiałe i jawne. Natomiast rozliczalność odnosi się do wykorzystywania środków zgodnie ze statutem i wolą darczyńców, a organizacje posiadają klarowne i jawne procedury rozliczania się³⁴.

4.2. Program działalności Stowarzyszenia w Polsce

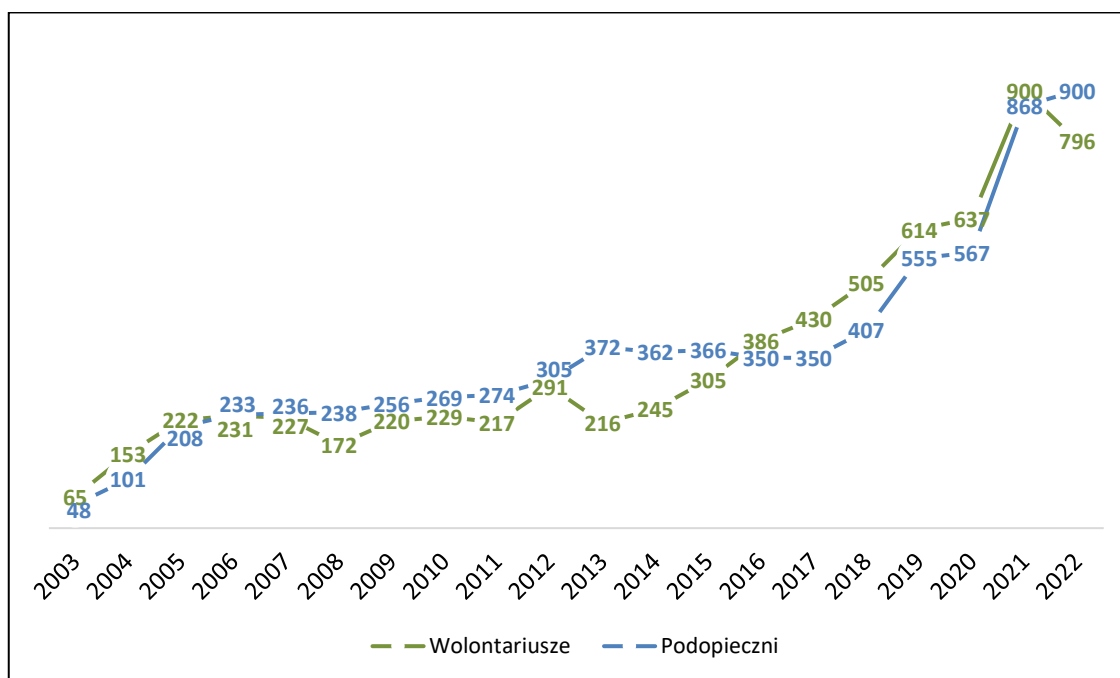
Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” w ramach swojej działalności podejmuje wiele akcji i projektów, aby dotrzeć do jak największej liczby odbiorców zmagających się z problemem samotności. Wśród nich można wyróżnić Program „Twoja obecność pomaga mi żyć (Obecność)”, czyli zorganizowany wolontariat towarzyszący, który polega na regularnym odwiedzaniu seniorów (podopiecznych Stowarzyszenia) w ich domach przez wolontariuszy. Taka forma wolontariatu pozwala na budowanie relacji opartych na zaufaniu i przyjaźni³⁵.

³³ <https://www.malibracia.org.pl/assets/AM/kodeks-etycznyFORUM50+.pdf> [dostęp: 12.01.2022].

³⁴ Tamże.

³⁵ <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/program-obecnosc/> [dostęp: 15.01.2022].

Wykres 11. Liczba wolontariuszy i podopiecznych Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” w Polsce w latach 2003-2022



Źródło: Sprawozdania merytoryczne z działalności Stowarzyszenia z lat 2003-2022.

W przypadku liczby podopiecznych jest ona głównie wzrostowa, z wyjątkiem lat 2014-2017 kiedy odnotowano mały spadek lub utrzymanie liczby seniorów, jednak należy wziąć pod uwagę, iż były to lata kiedy funkcjonowały 3 oddziały oraz fakt, iż śmiertelność podopiecznych wpływa na liczebność seniorów w mbU. W przypadku wolontariuszy, również dostrzegalna jest tendencja wzrostowa z niewielkimi wahaniami. Większy wzrost odnotowano od 2017 r., kiedy zaczęto otwierać kolejne oddziały Stowarzyszenia. Natomiast znaczny wzrost zarówno liczby wolontariuszy, jak i podopiecznych można dostrzec w 2021 r., czego powodem był wybuch pandemii Covid-19, co zwiększyło zapotrzebowanie na pomoc osobom starszym, szczególnie mocno odczuwającym negatywne skutki izolacji. Jednocześnie spadek liczby wolontariuszy w 2022 r. najprawdopodobniej wynika z poczucia, iż pandemia się kończy i rezygnację osób, dla których zaangażowanie było ściśle związane z zaspokajaniem potrzeb w tamtym czasie oraz wybuchem wojny w Ukrainie, co w niektórych przypadkach wiązało się ze zmianą odbiorców działań wolontarystycznych.

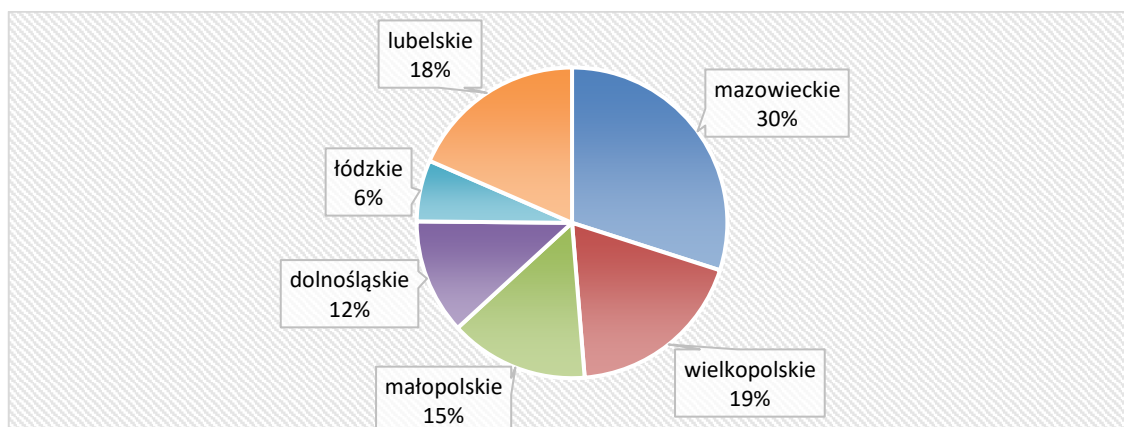
Tabela 4. Liczba wolontariuszy Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” we wszystkich miastach w Polsce na dzień 30.04.2022 r.

| Podział według płci | Podział według wieku* | Podział według stażu wolontariackiego |
|---|--|--|
| mężczyźni - 107 kobiety - 511 | do 25 r.ż. - 112 26-35 lat - 222 36-55 lat - 218 56-65 lat - 25 66 i więcej lat - 39 | 6 miesięcy - 186 7-12 miesięcy - 128 powyżej 12 miesięcy - 304 |
| ogółem - 618 wolontariuszy | | |
| *Brak danych przy dwóch osobach (brak daty urodzenia) | | |

Źródło: dane wewnętrzne Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”

Z danych Stowarzyszenia wynika, iż wolontariuszami mbU są głównie kobiety (82,7%) oraz osoby w wieku 26-55 lat, czyli aktywne zawodowo. Osoby młode (25 i mniej lat) stanowiły 18,1%, zaś seniorzy (w wieku 66+) – 6,3% wszystkich wolontariuszy. Nastawienie na budowanie długotrwałej relacji z seniorem znajduje odzwierciedlenie w długości stażu wolontariackiego, gdzie połowa wolontariuszy to osoby działające dłużej niż 12 miesięcy. Natomiast w przypadku miejsca zamieszkania, 2/3 wolontariuszy działa w województwach, gdzie znajdują się oddziały działające od początku działalności Stowarzyszenia w Polsce, jednakże wraz z otwieraniem oddziałów w nowych miastach, ten udział będzie się zmieniał w czasie.

Wykres 12. Miejsce zamieszkania wolontariuszy Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” w podziale na województwa w 2022 r.



Źródło: dane wewnętrzne Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”

Każdy z wolontariuszy podejmujących się odwiedzania seniora w jego domu ma przydzielonego jednego podopiecznego. Osoba, która chce zostać wolontariuszem wcześniej powinna zastanowić się, czy ma czas, który chce poświęcić innym, i jest gotowa by pomagać seniorom. Kandydat powinien określić, w jakim obszarze chce się zaangażować, czy jest zainteresowany odwiedzaniem podopiecznych w ich domach, czy chce organizować spotkania dla osób starszych, pomagać w transporcie na spotkania i akcje mbU, pomagać w organizacji albo czy ma jakiś inny pomysł na wsparcie Stowarzyszenia.

Pierwszym formalnym krokiem jest wypełnienie formularza zgłoszeniowego, dostępnego na stronie internetowej mbU, następnie ma miejsce rozmowa rekrutacyjna, którą przeprowadza przyszły koordynator wolontariusza, bo choć Stowarzyszenie nie określa ścisłych kryteriów, które musi spełnić aplikująca osoba, to jednak koordynator jest w stanie określić, czy dana osoba ma predyspozycje do pracy z seniorem. Jeżeli kandydat przejdzie ją pomyślnie, odbywa się szkolenie wprowadzające, na którym przekazane zostają informacje o tym, jak zapoczątkować i utrzymać pozytywną relację z seniorem, w nawiązaniu do misji i standardów „małych braci Ubogich”. Jednakże przekazane zostają ogólne informacje dotyczące zasad współpracy. Po ukończeniu szkolenia z wolontariuszem podpisywana zostaje umowa wolontariacka, zawierająca m.in. informacje o rodzaju świadczonej pracy, czasie trwania współpracy i minimalnej ilości czasu jaką wolontariusz będzie poświęcał na zadania. Jeżeli wolontariusz ma takie życzenie, to koordynator może wystawić zaświadczenie o odbytym wolontariacie³⁶.

Bardzo ważne jest zrozumienie celu wizyt wolontariusza u podopiecznego, którym jest wspólne spędzanie czasu. Ten czas powinien być przeznaczony na rozmowy, spacer. Można także wspólnie słuchać muzyki, oglądać zdjęcia. Spotkania wyglądają jak standardowe spotkania towarzyskie z przyjacielem/przyjaciółką. Są wolontariusze, którzy czytają swoim podopiecznym, wspólnie realizują swoje pasje i zainteresowania. Odwiedziny nie mają na celu zaspokojenia potrzeb usługowych, tj. wykonania zakupów czy sprzątnięcia. Czas trwania spotkań oraz ich częstotliwość zależą od indywidualnych ustaleń pomiędzy wolontariuszem a podopiecznym, przy uwzględnieniu możliwości wolontariusza oraz potrzeb i preferencji podopiecznego. Mimo wszystko oczekuje się od wolontariuszy regularnych odwiedzin u seniorów, które będą nie rzadsze niż raz w tygodniu i trwające co najmniej 2 godziny. Taka częstotliwość uznawana jest za

³⁶ <https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/jak-zostac-wolontariuszem/> [dostęp: 16.01.2022].

minimalny czas jaki należy poświęcić, aby było możliwe zbudowanie trwałej relacji między wolontariuszem a jego podopiecznym. Terminy spotkań są ustalane przez wolontariusza i podopiecznego, jednak dla łatwiejszej współpracy, przed połączeniem wolontariusza z konkretnym seniorem, pracownik Stowarzyszenia upewnia się, czy mają oni podobne preferencje i możliwości spotykania się.

Kiedy do grona podopiecznych dołącza senior, za każdym razem badane są jego zainteresowania, preferencje oraz oczekiwania względem przyszłego wolontariusza. Senior na tym etapie jest uczulany, że im bardziej precyzyjne są jego oczekiwania, tym dłużej może trwać znalezienie odpowiedniej osoby, jednak może być to sposób na lepsze dopasowanie wolontariusza. Pracownicy Stowarzyszenia zajmują się łączeniem wolontariusza z podopiecznym, uwzględniając preferencje obu stron, ale także temperament, dyspozycyjność czy miejsca zamieszkania, aby wolontariusz mógł bez problemu dojeżdżać do seniora. Pierwsze spotkanie wolontariusza z podopiecznym zawsze odbywa się w towarzystwie pracownika Stowarzyszenia, na kolejne umawiają się już samodzielnie. Później informują koordynatora wolontariatu o zasadach spotkań na jakie się umówili, np. czy będą to stałe dni tygodnia i godziny³⁷.

Podopieczni Stowarzyszenia w ramach Programu „Obecność”, oprócz odwiedzin wolontariusza, mogą uczestniczyć w spotkaniach międzypokoleniowych, spotkaniach świątecznych (bożonarodzeniowych oraz wielkanocnych), mają możliwość spędzenia razem czasu w wakacje – akcja „Wakacje jednego dnia”. Organizowane są również różne formy aktywności w większej grupie (Małe Inicjatywy Wolontariuszy) i seniorzy mogą także liczyć na doraźne wsparcie w wyjątkowych sytuacjach³⁸.

Wyjątkowym okresem każdego roku są święta Bożego Narodzenia i Wielkanoc, jednak jest to jednocześnie trudny czas dla samotnych seniorów. Akcja „Podaruj Wigilię” jest realizowana od 2004 r. Od tego czasu, co roku organizowane są spotkania świąteczne dla osób starszych i wolontariuszy, podczas których serwowane są tradycyjne potrawy. Stowarzyszenie dba również o bezpieczne dotarcie seniorów na miejsce spotkania, w tym zapewniany jest specjalistyczny transport dla osób poruszających się na wózkach inwalidzkich. Ciepła i serdeczna atmosfera wspólnego świętowania pozwalała cieszyć się tym wyjątkowym czasem. Podopieczni otrzymywali także upominki. W 2017 r. w spotkaniach wielkanocnym i bożonarodzeniowym wzięło udział

³⁷ <https://www.malibracia.org.pl/wolontariat/pytania-i-odpowiedzi/> [dostęp: 16.01.2022].

³⁸ <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/program-obecnosc/> [dostęp: 18.01.2022].

632 osoby oraz odwiedziono 124 seniorów, którzy nie mogli uczestniczyć w nich osobiście³⁹.

Wybuch pandemii Covid-19 na początku 2020 r. spowodował konieczność zmiany formy spotkań świątecznych z seniorami i aby zapewnić im maksymalne bezpieczeństwo przed zarażeniem wirusem, zamiast świętowania przy wspólnym stole, wolontariusze podczas świątecznych odwiedzin u swoich podopiecznych łączyli się on-line z innymi parami wolontariuszy i seniorów, co dało możliwość złożenia sobie życzeń, rozmów w większym gronie, a także wspólnego kolędowania w okresie Bożego Narodzenia. W 2021 r. w ramach akcji „Podaruj Wigilię” dostarczono seniorom 425 kolacji wigilijnych, 544 prezenty świąteczne oraz miały miejsce 234 świąteczne odwiedziny wolontariuszy. Natomiast podczas Wielkanocy dostarczono 320 zestawów cateringowych, 388 koszyczków wielkanocnych wraz z ozdobnymi poduszkami z napisem „Jesteście w naszych sercach”, odbyły się 124 świąteczne odwiedziny wolontariuszy.

Wycieczki w ramach akcji „Wakacje jednego dnia” przeprowadzane są w formie indywidualnych wyjazdów podopiecznego z wolontariuszem albo w małych grupach, liczących do 8 osób. Stowarzyszenie zapewniało transport, ubezpieczenie, środki ochronne oraz posiłki. Od 2020 r. „Wakacje jednego dnia”, w wielu przypadkach, były jedyną lub jedną z nielicznych okazji do wyjścia z domu dla przyjemności, a także spędzenia letniego czasu w gronie innych podopiecznych i wolontariuszy. W okresie największych obostrzeń z powodu pandemii, rezygnowano z wyjazdów bądź realizowano je w parach wolontariusz-podopieczny. W 2021 r. zorganizowano 110 wycieczek, w których wzięło udział 288 osób.

Małe inicjatywy wolontariuszy (MIW) pozwalają na budowanie szerszych relacji, w większym gronie niż wolontariusz-podopieczny. Projekt „Obecność” przewiduje realizację inicjatyw, będących małym cyklem wydarzeń trwającym do 3 miesięcy. Wystarczy, że wolontariusz przedstawi pomysł na inicjatywę swojemu koordynatorowi wolontariatu, a po jego akceptacji może zacząć realizację. Dotychczas w ramach MIW realizowano różne akcje, takie jak: wyjścia kulturalne (do muzeum, teatru, kina), spotkania kulinarne (wspólne przygotowywanie jedzenia, wyjścia do restauracji), spędzanie czasu w otoczeniu natury (ogniska, pikniki, wyjścia do ogrodów botanicznych lub parków), poznawanie miasta (udział w wycieczkach z przewodnikiem,

³⁹ *Raport z działalności 2017*, https://issuu.com/malibracia/docs/issuu_katalog_mbu_2018.compressed [dostęp: 18.01.2022].

dyskusjach, wykładach), cykl związany z rękodziełem (wykonywanie zdobień metodą *flower poundingu*, haft matematyczny). W 2021 r. 30 osób z całego Stowarzyszenia wzięło udział w 7 inicjatywach⁴⁰.

Kolejną akcją Stowarzyszenia jest Telefon Zaufania dla Osób Starszych, którego mottem jest hasło mówiące, iż troski dzielone z drugą osobą, maleją o połowę. Osoby starsze mogą dzwonić na numer 22 635 09 54, trzy dni w tygodniu w poniedziałki, środy i czwartki, w godzinach 17:00-20:00. Dodatkowo w środy w godzinach 14:00-16:00 prowadzony jest dyżur dotyczący choroby Alzheimera. Na infolinii pracują doświadczeni psychologowie, którzy z troską i należytą uwagą słuchają osób dzwoniących. Telefon Zaufania dedykowany jest głównie seniorom, osobom samotnym, potrzebującym wsparcia ze strony psychologa. Przyczynia się on do przeciwdziałania izolacji społecznej seniorów, pełni funkcję doradczą oraz informacyjną. Dodatkowo merytorycznym partnerem Telefonu Zaufania są specjaliści Polskiego Towarzystwa Psychologicznego⁴¹. W 2021 r. na stałe przy telefonach pracowało 4 psychologów i pełniono dyżur przez 557 godzin⁴².

Warszawski oddział Stowarzyszenia w latach 2008-2020 realizował program „Wsparcie. Świadomość. Godność”, Był on skierowany do seniorów, którzy ukończyli 80. rok życia. Projekt był współfinansowany przez Fundację „Pamięć, Odpowiedzialność i Przyszłość” wspierającą międzynarodowe projekty, których odbiorcami były osoby poszkodowane przez działania III Rzeszy. W ramach tego projektu nagrano wspomnienia osób starszych, a niektóre osoby uczestniczyły w sesji zdjęciowej z wolontariuszem uwieczniającym historię seniora⁴³. W to działanie, oprócz wolontariuszy mbU, zaangażował się Dom Spotkań z Historią w Warszawie. Seniorzy w ten sposób mogli ocalić od zapomnienia historie swojego życia i przekazać je następnym pokoleniom. W znacznej mierze opowiadania dotyczyły osobistych przeżyć z czasów okupacji niemieckiej, ale także historii opisujących codzienność, której doświadczyli przed i po II wojnie światowej. Stowarzyszenie i Dom Spotkań z Historią tworząc te nagrania, wzbogacili zasoby archiwów multimedialnych, umożliwili wszystkim zainteresowanym wysłuchanie i korzystanie z nich do celów naukowych oraz

⁴⁰ *Raport Roczny 2021 z działań Stowarzyszenia*, https://issuu.com/malibracia/docs/raportroczny2021_mbu [dostęp: 19.01.2022].

⁴¹ <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/telefon-zaufania-dla-osob-starszych/> [dostęp: 20.12.2021].

⁴² *Raport Roczny 2021 z działań Stowarzyszenia*, https://issuu.com/malibracia/docs/raportroczny2021_mbu [dostęp: 19.01.2022].

⁴³ <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/projekt-dla-osob-po-80-roku-zycia/> [dostęp: 20.01.2022].

kulturalnych. Oprócz nagrań wolontariusze pomagali przy archiwizacji źródeł materialnych poprzez wypożyczanie i kopiowanie czarno-białych zdjęć należących do seniorów, a także fotografowanie przedmiotów codziennego użytku posiadających dużą wartość historyczną. W ramach tej inicjatywy zrealizowano 24 wywiady z seniorami⁴⁴.

Związany z historią seniorów był również projekt „Dla Kombatanta”, który Stowarzyszenie we współpracy z Fundacją Cultura Memoriae realizowało w latach 2016-2018. Celem projektu było wspieranie kombatantów, a w szczególności żołnierzy Powstania Warszawskiego, poprzez pomoc w utrzymywaniu samodzielności i przeciwdziałanie ich osamotnieniu. W jego ramach zdiagnozowano problemy i potrzeby kombatantów mieszkających w Warszawie, zorganizowano spotkania integracyjne oraz szkolenia dla wolontariuszy przygotowujące do pracy z tymi seniorami, w wyniku czego ok. 40 kombatantów zostało otoczonych wsparciem i regularnymi wizytami wolontariuszy⁴⁵.

Szczególnym dniem w kalendarzu członków mbU jest 1 października, kiedy ma miejsce Międzynarodowy Dzień Osób Starszych. Święto to, zostało ustanowione przez Zgromadzenie Ogólne ONZ w 1990 r., aby zwrócić uwagę społeczeństwa na osoby starsze i wyzwania jakie czekają nas w przyszłości w związku ze starzeniem się społeczeństw. Ten dzień stwarza okazję do propagowania postulatów dotyczących pomocy na rzecz osób starszych, udzielania im odpowiedniego wsparcia i opieki zdrowotnej, zapobiegania osamotnieniu i postulowaniem za równym udziałem seniorów w rozwoju społecznym i kulturalnym. Dla Stowarzyszenia była to okazja do złożenia życzeń i podziękowań seniorom za dzielenie się swoją wiedzą i doświadczeniami życiowymi⁴⁶. W 2017 r. wolontariusze na ulicach Warszawy, Poznania i Lublina składali życzenia i wręczyli seniorom ponad 3500 kwiatów⁴⁷, zaś w 2021 r. wolontariusze i pracownicy wysłali ponad 600 kartek z życzeniami, w odpowiedzi na co otrzymano dziesiątki telefonów i wiadomości z wyrazami wdzięczności⁴⁸.

W ramach działań mbU realizowany jest również „Przystanek Alzheimer”, czyli inicjatywa zorientowana na wspieranie opiekunów osób z chorobami otępiennymi.

⁴⁴ <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/nagrywanie-wspomnien/> [dostęp: 20.01.2022].

⁴⁵ <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/dla-kombatanta/> [dostęp: 20.01.2022].

⁴⁶ *Raport Roczny 2021 z działań Stowarzyszenia*, https://issuu.com/malibracia/docs/raportroczny2021_mbu [dostęp: 23.01.2022].

⁴⁷ *Raport z działalności 2017*, https://issuu.com/malibracia/docs/issuu_katalog_mbu_2018.compressed [dostęp: 18.01.2022].

⁴⁸ *Raport Roczny 2021 z działań Stowarzyszenia*, https://issuu.com/malibracia/docs/raportroczny2021_mbu [dostęp: 23.01.2022].

Projekt zapoczątkowano w maju 2012 r., kiedy Stowarzyszenie mbU zorganizowało szkolenie poprowadzone przez dr Barbarę Romero (autorkę Terapii Stabilizującej Tożsamość dla osób z demencją oraz integracyjnego programu terapeutycznego skierowanego do osób z demencją i ich opiekunów) oraz Klause Wernera Pawletko (ówczesnego dyrektora niemieckiego odpowiednika Stowarzyszenia, czyli „Freunde alter Menschen e.V” w Berlinie). Podczas szkolenia K. Pawletko zaobserwował duży potencjał u uczestników, dlatego zachęcił ich do stworzenia grupy roboczej, która korzystałaby ze wsparcia merytorycznego Stowarzyszenia mbU. Na początku odbywały się robocze zebrania, które finalnie przybrały formę cyklicznych spotkań, odbywających się raz w miesiącu pod nazwą „Przystanek Alzheimer”. Liderem tej grupy został Piotr Czostkiewicz, aktywny uczestnik warsztatów prowadzonych przez dr B. Romero i K. Pawletko⁴⁹.

Grupa „Przystanek Alzheimer” pierwsze otwarte spotkanie zorganizowała w lipcu 2012 r., podczas którego uczestnicy mieli okazję wspólnie zastanowić się nad tym, na co jako opiekunowie mają wpływ, a na co nie. Zwrócili uwagę na różnice, w tym co było ważne dla chorego, kiedy był jeszcze zdrowy, a co jest ważne po diagnozie. To spotkanie było również okazją do wysłuchania opiekunów osób chorych i otrzymania informacji o tym, jakiego rodzaju pomocy potrzebują, jakie tematy ich interesują i czego chcieliby posłuchać na kolejnych spotkaniach, gdzie warto organizować spotkania i kogo zapraszać jako gości dzielących się wiedzą. W pierwszym roku działania grupie udało się zorganizować 12 spotkań otwartych. W październiku 2012 r. dzięki wsparciu mbU zorganizowano sześciogodzinne warsztaty prowadzone przez prof. dra hab. n. med. Tadeusza Parnowskiego, kierownika 2. Kliniki Psychiatrycznej w Instytucie Psychiatrii i Neurologii w Warszawie oraz członka Polskiej Koalicji Alzheimerowskiej, który przekazał najważniejsze informacje na temat choroby, jej leczenia i profilaktyki. Wśród innych gości znalazł się dr hab. Dariusz Stępkowski, prof. nadzw. Instytutu Biologii Doświadczalnej im. M. Nenckiego PAN oraz senator Mieczysław Augustyn, pełniący funkcję Przewodniczącego Parlamentarnego Zespołu ds. Osób Starszych oraz Przewodniczącego Komisji ds. Rodziny i Polityki Społecznej⁵⁰.

W 2014 r. „Przystanek Alzheimer” przyłączył się do obchodów Światowego Dnia Choroby Alzheimera (21 września), w ramach którego zorganizowano imprezę plenerową. Jej celem było integrowanie osób zdrowych z chorymi na Alzheimera i ich

⁴⁹ <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/przystanek-alzheimer/> [dostęp: 23.01.2022].

⁵⁰ <https://www.malibracia.org.pl/nasze-projekty/przystanek-alzheimer/> [dostęp: 23.01.2022].

rodzinami oraz zachęcenie opiekunów do wyjścia ze swoimi podopiecznymi i cieszenia się przyjaznym, zielonym otoczeniem. Obchody miały miejsce na osiedlu Jazdów w Warszawie i odbyły się w formie krótkich wykładów, dotyczących choroby Alzheimera i działań warsztatowo-terapeutycznych, prowadzonych przez specjalistów. Następne edycje były w latach 2015 i 2016.

W ramach „Przystanku Alzheimer” w 2015 r. zainicjowano pilotażowy projekt polegający na budowaniu grup samopomocowych dla seniorów, w tym osób z chorobą Alzheimera i innymi zespołami otępiennymi. Przygotowano kilkunastu liderów, którym powierzono tworzenie nowych punktów wsparcia dla osób opiekujących się chorymi na demencje oraz powstały 3 punkty konsultacyjne na Pradze Południe, Pradze Północ i w Rembertowie. Kontynuacja projektu pozwoliła na wzmacnianie liderów, wzmocnienie pomocy organizacyjnej i prawnej (niezbędnych przy tworzeniu punktów konsultacyjno-informacyjnych). Ważne było również utworzenie grupy wsparcia dla liderów/uczestników projektu, którzy zaczęli prowadzenie punktów. Projekt ten jest otwarty na podejmowanie współpracy z różnymi ośrodkami, ponadto daje konkretne narzędzia, wskazuje gdzie można szukać pomocy. Jego celem jest edukowanie i poprawianie sytuacji opiekunów zawodowych i rodzinnych, poprzez zwiększanie ich wiedzy i samoświadomości. Ten element edukacyjny jest kluczowy, ponieważ zorganizowane szkolenia zarówno z pielęgnacji chorego, jak i z możliwości terapii np. terapii muzyką czy tańcem, przeszkolenie z zakresu animacji czasu wolnego, prawa lub psychologii mają wpływ na przebieg choroby i opieki nad chorym⁵¹.

Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” chętnie nawiązuje współpracę również z firmami i zachęca do wzmacniania poczucia społecznej odpowiedzialności wśród pracowników, poprzez wprowadzanie programów działających na rzecz mbU. Formy współpracy są różne, dopasowane zarówno do możliwości i potrzeb firmy, jak i podopiecznych Stowarzyszenia. Przykładem takiej współpracy jest przygotowanie kampanii charytatywnych „Podaruj Wigilię” oraz „Cicha Noc” przez firmy Starcom Polska i BBDO Warszawa⁵², których celem było zebranie środków finansowych na zorganizowanie świąt dla podopiecznych mbU. Podczas kampanii przypomniano, że są samotni seniorzy, którzy potrzebują szczególnego wsparcia, w tym wesołym dla większości ludzi czasie. W rezultacie przekaz kampanii dotarł do kilku milionów osób,

⁵¹ Tamże.

⁵² Starcom Polska – dom mediowy; BBDO Warszawa – agencja strategiczno-kreatywna.

a kampania „Podaruj Wigilię” otrzymała srebrną statuetkę EFFIE 2017⁵³. Innym przykładem jest stworzenie przez Starcom Polska i Publicis Media filmu pt. „Co się liczy w święta?” z udziałem drużyny biegaczy firmy Publicis Media i jednej z podopiecznych mbU. Film ten został wysłany do jednostek partnerskich Publicis z zaproszeniem do dołączenia do zespołu biegaczy, zarejestrowania aktywności oraz przekazania sekund z biegu na tę akcję. W rezultacie zaangażowali się nie tylko pracownicy, ale również ich bliscy, znajomi i wolontariusze mbU, co dało wynik 530 osób i spowodowało, że zebrano 5,4 miliona sekund aktywności, będących równowartością darowizny w wysokości 50 tys. zł. Akcja niewątpliwie wpłynęła pozytywnie na wzrost wrażliwości społecznej oraz motywacji pracowników, ponadto zdobyła brązową statuetkę HX Awards.

Finansowe wspieranie Stowarzyszenia poprzez dobrowolne przeznaczanie niewielkiej części pensji również może być sposobem na zaangażowanie pracowników we wspieranie istotnych celów społecznych. W 2017 r. bank BNP Paribas wraz z mbU uruchomił tzw. Payroll dający możliwość odpisywania części pensji. Było to możliwe, ponieważ tego roku Stowarzyszenie wygrało głosowanie na Organizację Roku zorganizowane przez BNP Paribas, co spowodowało, że zostało partnerem programu Fundacji BNP Paribas „Wspieram cały rok”. W ramach tej akcji ponad 140 pracowników w okresie od września 2017 r. do grudnia 2018 r. zadeklarowało comiesięczne odpisywanie od swojej pensji wsparcia dla mbU. Dzięki temu Stowarzyszenie otrzymało wsparcie o wartości 60 tys. zł, zaś bank miał możliwość uruchomienia i sprawdzenia narzędzia do wygodnej filantropii indywidualnej. Wsparcia finansowego udzieliła także firma MetLife, która przekazała 30 tys. \$ na działanie i rozwój dwóch inicjatyw mbU: Telefonu Zaufania dla osób starszych oraz „Przystanku Alzheimer”.

Do bezpośredniego angażowania się pracowników na rzecz mbU zachęcił bank Citibank. Pracownicy zabierają podopiecznych warszawskiego oddziału Stowarzyszenia na wycieczki za miasto w ramach „wakacji jednego dnia”, ale także wychodzą ze swoimi pomysłami na nowe miejsca do odwiedzenia, przygotowują programy wycieczek, towarzyszą seniorom, pomagają w transporcie. Ta forma wolontariatu pozwala nie tylko wspierać podopiecznych Stowarzyszenia, ale także integruje pracowników banku. Natomiast agencja Ancymony Schulz w ramach nieodpłatnej pomocy na potrzeby akcji

⁵³ Effie Awards jest uznawany za największy konkurs marketingowy na świecie. Jego celem jest wyłonienie oraz nagrodzenie kampanii i rozwiązań marketingowych uznanych za najskuteczniejsze, a ich efektywność mierzona jest przez porównanie celów biznesowych sformułowanych przed projektem z wynikami jakie uzyskano po ich realizacji [źródło: <https://awards.effie.pl/o-ffie/>].

świątecznej „Podaruj Wigilię” przygotowała kampanię „Moc niewidzialności”. Odpowiadała ona za strategię, stworzenie koncepcji kreatywnej i realizację projektu. Film, który powstał w ramach tej akcji ukazywał zarówno prawdziwy obraz samotności osób starszych, jak i utwierdził odbiorców w przeświadczeniu, że każdy może zmienić święta osób samotnych. Agencja, w ramach kampanii 360°, prowadziła działania w Internecie, telewizji, prasie, radiu, OOH, zorganizowano także akcję z udziałem influencerów i celebrytów. Akcja była dużym sukcesem i sprawiła, że udało się zebrać wymaganą kwotę. Innego rodzaju wsparcie, w formie darowizny usługowej, okazała firma Marketing Master, która uruchomiła Wirtualnego Asystenta, który odpowiada na najczęściej pojawiające się pytania, informuje o aktualnych działaniach Stowarzyszenia i automatyzuje proces zgłaszania się nowych wolontariuszy i podopiecznych. Usługa ta pozwala na zautomatyzowanie komunikacji przez kanał jakim jest Facebook Messenger i znacznie odciąża pracowników⁵⁴.

Stowarzyszenie zachęca do regularnego wspierania jego działalności przez każdego człowieka, a według informacji zawartych na stronie mbU systematyczna wpłata kwoty 32 zł miesięcznie pozwala na zapewnienie regularnego wsparcia wolontariusza jednemu seniorowi. Z tej kwoty pokrywane są koszty herbaty i kawy na spotkania seniora z wolontariuszem, dojazdów wolontariusza do seniora (bilety komunikacji miejskiej), ubezpieczenia wolontariusza, prezentów i kwiatów z okazji urodzin lub imienin podopiecznych, przygotowania i prowadzenia wolontariuszy, obsługi telefonicznej i mailowej dla wolontariuszy i seniorów, doraźnej pomocy dla osób starszych w wyjątkowych sytuacjach oraz fachowej koordynacji Programu „Obecność”. Osoby wspierające ten Program stają się członkami Klubu Przyjaciół Osób Starszych. Oprócz przynależności do Klubu i niewymiernych korzyści z pomagania, członkowie otrzymują od Stowarzyszenia upominek powitalny, cykliczny biuletyn z aktualnościami Programu, zdjęciami i historiami seniorów, a także prezent-niespodziankę przy okazji podsumowania roku kalendarzowego⁵⁵.

Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” za swoje działania zostało już wielokrotnie wyróżnione i nagrodzone. Otrzymało statuetkę w konkursie „Drzewo Pokoleń”, którego celem jest wyselekcjonowanie i nagrodzenie inicjatyw wpływających na poprawę jakości życia seniorów. W 2017 r. Prezydent Miasta Lublin i Rada Seniorów Miasta Lublin odznaczyła lubelski oddział mbU certyfikatem „Miejsce przyjazne

⁵⁴ <https://www.malibracia.org.pl/wspolpraca-z-biznesem/partnerzy/> [dostęp: 24.01.2022].

⁵⁵ <https://www.obecnoscpomaga.pl/> [dostęp: 23.01.2022].

seniorom 2017”⁵⁶. Natomiast w 2021 r. zespół wolontariuszy z poznańskiego oddziału Stowarzyszenia został jednym z laureatów konkursu „Działania Godne Uwagi”, gdzie doceniono inicjatywę „Wakacje jednego dnia”. Konkurs ten jest organizowany przez Fundację NIWA Edukacja i Rozwój oraz Centrum PISOP, które nagradzały najciekawsze inicjatywy organizacji społecznych, wyróżniających się działaniem na rzecz społeczności lokalnych⁵⁷.

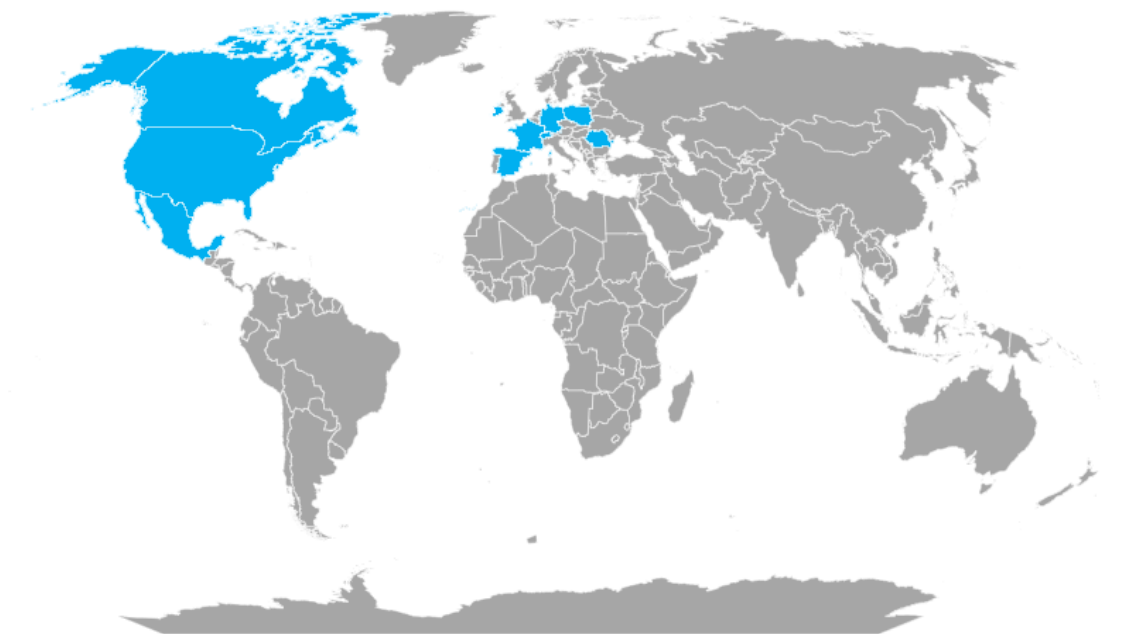
4.3. Program działalności Stowarzyszenia w innych krajach

Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” działa w 10 krajach i oprócz Polski oraz założycielskiej Francji jest także w Niemczech, Stanach Zjednoczonych, Kanadzie, Hiszpanii, Szwajcarii, Irlandii, Meksyku i Rumunii. Wszystkie te oddziały tworzą Międzynarodową Federację „Les Petits frères des Pauvres - Przyjaciele osób starszych”, którą łączy wspólna idea – pomaganie osobom starszym, które są samotne lub znajdują się w trudnej sytuacji. Działania Stowarzyszenia w tych krajach są bardzo podobne, a ich podstawą jest obecność w życiu podopiecznych poprzez wsparcie wolontariuszy bądź uczestnictwo w zajęciach grupowych organizowanych przez Stowarzyszenie, jednakże można wyróżnić kilka indywidualnych akcji, ponieważ Stowarzyszenia w zależności od kraju dysponują innym kapitałem społecznym, zasobami finansowymi i potrzebami.

⁵⁶ *Raport z działalności 2017*, https://issuu.com/malibracia/docs/issuu_katalog_mbu_2018.compressed [dostęp: 18.01.2022].

⁵⁷ *Raport Roczny 2021 z działań Stowarzyszenia*, https://issuu.com/malibracia/docs/raportroczny2021_mbu [dostęp: 23.01.2022].

Mapa 2. Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” na świecie



Źródło: <https://www.malibracia.org.pl/stowarzyszenie-dla-seniorow/historia-organizacji/> [dostęp: 23.01.2022].

Jak już wspomniano, Francja jest kolebką Stowarzyszenia „Les Petits Frères des Pauvres”. To w niej, podjęto się realizacji trzech głównych misji społecznych: towarzyszenia osobom starszym, działania zbiorowego oraz alarmowania. W 2020 r. we Francji działały 374 zespoły „Les Petits Frères des Pauvres” i 13802 wolontariuszy. Francuskie Stowarzyszenie składa się z 12 wspólnot regionalnych i ich zespołów, czyli autonomicznych jednostek wspieranych przez zespoły centrali. Jednocześnie każda z regionalnych placówek posiada swój plan działania, dostosowany do lokalnych możliwości i potrzeb⁵⁸. Stowarzyszenie posiada zespoły wsparcia mieszkaniowego zlokalizowane w Paryżu i na paryskich przedmieściach, w Lyonie, Lille i Marsylii⁵⁹ oraz zarządza 28 domami w ramach Petits Frères des Pauvres (PFP-AGE), w tym domami letniskowymi, w których przebywają seniorzy podczas akcji wakacyjnych⁶⁰.

Francuskie Stowarzyszenie bardzo podkreśla jak ważne są wakacje dla samotnych seniorów, ponieważ dają możliwości spędzenia czasu z innymi ludźmi, co ma pośredni wpływ na stan zdrowia, poprawę apetytu, a nawet zmniejszenie

⁵⁸ <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/qui-sommes-nous/association> [dostęp: 24.01.2022].

⁵⁹ <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/agir-contre-la-vulnerabilite/heberger-loger> [dostęp: 24.01.2022].

⁶⁰ <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/hebergement-personnes-agees> [dostęp: 24.01.2022].

zapotrzebowania na leki. W 2020 r. 1544 seniorów wzięło udział w zorganizowanym przez Stowarzyszenie wyjeździe wakacyjnym, trwającym co najmniej jeden dzień, zaś 918 seniorów skorzystało z pobytu wakacyjnego. Pobyty wakacyjne odbywają się w różnych lokalizacjach np. nad morzem lub w górach, choć są to również lokalne spotkania osób starszych, którzy nie mogą wyjechać bądź nie chcą tego robić. Wolontariusze dostosowują rodzaje aktywności i zajęć do ograniczeń psycho-ruchowych podopiecznych, co pozwala na wykorzystanie potencjałów wszystkich uczestników bez poczucia dyskomfortu. „Les Petits Frères des Pauvres” organizują również tematyczne pobyty wakacyjne, np. w Wissant, skupiający się na terapii z udziałem zwierząt domowych lub wizyty skupiające się na tematyce dobrego samopoczucia i relaksu⁶¹.

Oprócz wyjazdów, kluczowe jest odwiedzanie seniorów przez wolontariuszy w ich domach bądź instytucjach, w których przebywają. Uzupełnieniem tego są zajęcia prowadzone w Stowarzyszeniu, jak np. warsztaty manualne czy artystyczne, kurs ogrodnictwa lub lekka gimnastyka. Wolontariusze chętnie grają z seniorami w gry planszowe lub pamięciowe, starają się aby zajęcia były pełne zabawy i uśmiechu, ale też nie zabrakło w nich pobudzania kreatywności. Podopieczni wybranych oddziałów mogą wziąć udział w warsztatach wprowadzających do użytkowania narzędzi cyfrowych, gdyż posiadają one tablety przystosowane do ich potrzeb. Ma to na celu zmniejszenie wykluczenia cyfrowego, którego doświadczają szczególnie osoby starsze. W 2020 r. udział w zorganizowanych zajęciach i imprezach wzięło 2200 seniorów⁶².

Stowarzyszenie pomaga znaleźć dach nad głową osobom starszym, które tego potrzebują, niezależnie czy są to bezdomni, biedni czy znajdują się w trudnych warunkach mieszkaniowych. Zespoły złożone z pracowników i wolontariuszy „Les Petits Frères des Pauvres” oferują kompleksowe wsparcie tj. pomoc prawną, zakwaterowanie, wsparcie zdrowotne, społeczne, pomoc w zatrudnieniu czy ułatwiają dostęp do kultury, szkoleń. Jest to możliwe dzięki współpracy z partnerami medyczno-społecznymi i Ensemble Petits Frères des Pauvres. Stowarzyszenie ma możliwość udzielenia wsparcia materialnego potrzebującym, ponadto pomaga w znalezieniu zakwaterowania lub mieszkania, bądź też, kiedy nastąpi taka konieczność – udzielenia schronienia, zanim senior będzie zdolny do samodzielnego mieszkania. To pozwala na

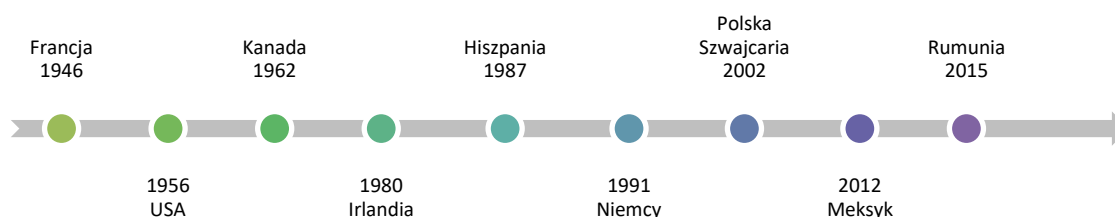
⁶¹ <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/organiser-activites-collectives/sejours-vacances> [dostęp: 25.01.2022].

⁶² <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/organiser-activites-collectives/activites-collectives> [dostęp: 25.01.2022].

tymczasową poprawę warunków życia potrzebującej osoby, ale też może przyczynić się do trwałych zmian w budowaniu jej życia. Podejście polegające na bezpośrednim dostępie do mieszkań jest częścią podejścia *housing first*, czyli polityki publicznej wspieranej przez służby państwowe. W 2020 r. „Les Petits Frères des Pauvres” dysponowało 397 niezależnymi miejscami noclegowymi na terenie całej Francji oraz miało 21 schronisk i mieszkań, dzięki czemu 1186 osób mogło skorzystać z bezpiecznego noclegu, zaś 1064 osoby otrzymały wsparcie mieszkaniowe⁶³. Stowarzyszenie może pomagać osobom w trudnej sytuacji materialnej przez kilka miesięcy lub nawet lat, aby wspólnie przejść przez trudny okres życia i dojść do pełnej stabilizacji sytuacji materialnej. Niektóre zespoły „Les Petits Frères des Pauvres” mogą bezpośrednio wspomagać finansowo lub zapewniać żywność najbardziej potrzebującym osobom. Kilka zespołów ze Stowarzyszenia rozdysponowało w 2020 r. ponad 8 ton żywności w paczkach żywnościowych jako posiłki dostarczane do domów itp., zaś na wsparcie finansowe przeznaczono tego roku ponad 1,9 mln € w ramach różnych form pomocy⁶⁴.

Szczególnie ważne dla „Les Petits Frères des Pauvres” jest informowanie i uwrażliwianie społeczeństwa na problemy seniorów. Przykładem tego może być przyłączenie się Stowarzyszenia do „planu fali upałów” realizowanego przez władze publiczne w 2004 r. Akcja polegała na działaniach informacyjno-prewencyjnych, na zwracaniu uwagi jakiej konsekwencji może mieć dla osób starszych brak odpowiedniej ochrony podczas wyjątkowo gorących dni⁶⁵.

Wykres 13. Historia Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” na świecie



Źródło: Raport z działalności Stowarzyszenia mali bracia Ubogich w 2022 roku, https://issuu.com/malibracia/docs/raport_roczny_2022 [dostęp: 10.05.2023].

⁶³ <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/agir-contre-la-vulnerabilite/heberger-logger> [dostęp: 25.01.2022].

⁶⁴ <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/agir-contre-la-vulnerabilite/aide-materielle> [dostęp: 25.01.2022].

⁶⁵ <https://www.petitsfreresdespauvres.fr/nos-actions/agir-contre-la-vulnerabilite/canicule> [dostęp: 25.01.2022].

Rosnąca liczba seniorów i potrzeba pomocy im spowodowała, że idea krzewiona we Francji za pośrednictwem wolontariuszy, przyczyniła się do powstania bliźniaczych organizacji w kolejnych krajach, znajdujących się w Europie i Ameryce Północnej. Drugim krajem, w którym powstało Stowarzyszenie „Little Brothers – Friends of the Elderly” są Stany Zjednoczone, gdzie w 1956 r. w Chicago otworzono pierwszy oddział. Obecnie w USA działa siedem oddziałów w: Minneapolis (1971), Bostonie (1979), Upper Michigan (1982), San Francisco (1990), Cincinnati (1997) oraz Nowym Jorku (2016). Stowarzyszenie działające w tym kraju realizuje podstawowe założenia „małych braci Ubogich” i zachęca do wspierania go np. poprzez uwzględnienie wybranego oddziału jako beneficjenta istniejącej polisy ubezpieczeniowej na życie lub kwalifikowanego planu emerytalnego, albo założenia nowej polisy ubezpieczeniowej na życie lub fundacji charytatywnej na rzecz jednego z oddziałów⁶⁶.

Z kolei kanadyjskie Stowarzyszenie „Les Petits Frères” (lub z ang. „Little Brothers”) powstało w Quebec w 1962 r. Obecnie tworzy silną organizację, obejmującą całą prowincję Quebec. Sieć oddanych wolontariuszy podzielona na 16 zespołów, jest obecna w 12 regionach całej prowincji. Stowarzyszenie posiada również domki wakacyjne w Oka i Lac Saint-Joseph, dzięki którym seniorzy mają jedyną w swoim rodzaju szansę, aby cieszyć się świeżym wiejskim powietrzem i poprawić sobie nastrój. Inicjatorem powstania Stowarzyszenia w Kanadzie był Hubert de Ravinel, który w oparciu o doświadczenia zdobyte we francuskim Stowarzyszeniu, kierował nim do 1977 r. Zespoły Stowarzyszenia działają w Sherbrooke (od 1986), Quebec City (1987), Saguenay (1998), Trois-Rivières (2002), Rimouski i Thetford Mines (2006), Laval (2012), Longueuil (2013), Lévis, Terrebonne i Montreal/Pointe-de-l'Île (2014), Lower Laurentians i Montreal/West Island (2015) oraz Montreal/Sud-Ouest (2017)⁶⁷.

Stowarzyszenie w tym kraju kieruje swoje działania do osób w wieku 75 i więcej lat, które czują się izolowane społecznie lub wykluczane, są wrażliwe, słabe oraz nie mają emocjonalnych więzi z rodziną lub osobami ze swojego otoczenia⁶⁸. „Les Petits Frères” oferuje rozbudowany program wolontariatu towarzyszącego, dzieląc go na:

- klasyczny – wolontariusz regularnie odwiedza seniora,
- w duecie – senior jest odwiedzany przez dwie osoby (może być to para, dwóch wolontariuszy lub przyjaciół itp.) razem lub na przemian,

⁶⁶ <http://littlebrothers.org/> [dostęp: 27.01.2022].

⁶⁷ <https://www.petitsfreres.ca/en/about-us/history/> [dostęp: 27.01.2022].

⁶⁸ <https://www.petitsfreres.ca/grands-amis/les-grands-amis/> [dostęp: 27.01.2022].

- jako rodzina – członkowie tej samej rodziny podejmują się regularnego odwiedzania seniora razem lub na przemian, mile widziane jest zapraszanie seniora do rodzinnych zajęć,
- przez telefon – zamiast osobistych odwiedzin u seniora, wolontariusz podejmuje się regularnego kontaktu przez telefon⁶⁹.

Ponadto, Stowarzyszenie realizuje Program „Wellness” przyczyniający się do poprawy jakości życia seniorów poprzez zakup przedmiotów, które zmieniają ich życie np. protez, okularów, aparatów słuchowych i dentystycznych, łóżek medycznych, wózków inwalidzkich, sprzętu AGD czy klimatyzatorów. Osoby starsze mogą również robić bezpłatne zakupy w „La Boutique des Petits Frères” w Montrealu należącym do Stowarzyszenia⁷⁰. Jest to sklep z używanymi rzeczami, który przywraca do użytku ofiarowane rzeczy. Część rzeczy jest przekazywana potrzebującym seniorom za symboliczne kwoty, działalność sklepu jest też sposobem na zintegrowanie społeczności lokalnej. Dochody jakie przynosi „La Boutique” są przeznaczane na rozwój Stowarzyszenia⁷¹.

Stowarzyszenie realizuje również program skierowany do osób z chorobami otępiennymi i ich rodzin. W każdą drugą środę miesiąca odbywa się „Cafés Alzheimer” – bezpłatny program stworzony we współpracy ze Stowarzyszeniem Alzheimerowskim w Montrealu. Podczas spotkań, pracownicy służby zdrowia prezentują aktualne informacje i doniesienia medyczne, uczą jak wspierać osoby dotknięte chorobą Alzheimera oraz dyskutują z uczestnikami⁷². Wyjątkowo trudnym wydarzeniem w pracy wolontariuszy i pracowników jest śmierć podopiecznego Stowarzyszenia. Ważne jest, aby osoba w momencie odejścia była otoczona miłością, dlatego w Stowarzyszeniu są zespoły złożone z wolontariuszy i pracowników przeszkolonych właśnie do towarzyszenia osobie w ostatniej drodze, i którzy czuwają przy umierającym. Co roku w każdym zespole „Les Petits Frères” odbywają się uroczystości ku pamięci zmarłych podopiecznych, zaś seniorzy, którzy nie mają miejsca, gdzie mogliby być pochowani bądź chcą spocząć razem z innymi „małymi braćmi Ubogich”, mogą zostać pochowani na jednej z parcel należących do Stowarzyszenia⁷³.

⁶⁹ <https://www.petitsfreres.ca/programmes/jumelage/> [dostęp: 27.01.2022].

⁷⁰ <https://www.petitsfreres.ca/programmes/mieux-etre-et-reves-daines/> [dostęp: 27.01.2022].

⁷¹ <https://www.petitsfreres.ca/boutiquepetitsfreres/mission-et-impact-dans-la-communaute/> [dostęp: 27.01.2022].

⁷² <https://www.petitsfreres.ca/programmes/alzheimer-et-deficits-cognitifs/> [dostęp: 28.01.2022].

⁷³ <https://www.petitsfreres.ca/programmes/accompagnement-de-fin-de-vie/> [dostęp: 28.01.2022].

W 1980 r., dzięki inicjatywie garstki wolontariuszy z Irlandii i Francji, założono irlandzkie Stowarzyszenie „Friends of the Elderly” w Dublinie. Jest to szczególnie kraj w historii działania Stowarzyszenia, ponieważ założyciel „Les Petits Frères des Pauvres” Armand Marquiset kochał Irlandię i przeprowadził się do niej będąc na emeryturze w 1973 r. Był on świadkiem powstawania organizacji w tym kraju i odwiedził ją w lutym 1981 r., niedługo przed swoją śmiercią. Założyciel „Les Petits Frères des Pauvres” został pochowany w Irlandii na Cruit Island w hrabstwie Donegal⁷⁴.

Wolontariusze „Friends of the Elderly” mogą angażować się w różne działania, takie jak odwiedzanie seniorów w domach, szpitalach, domach opieki (minimum raz w tygodniu na pół godziny), pomocy w organizacji zajęć w Klubie Towarzyskim czy kontakcie telefonicznym z seniorami. Udzielają również pomocy w transporcie osób starszych na wydarzenia, zaangażują się w pomoc w sklepie charytatywnym Stowarzyszenia, pomoc w realizacji programów skierowanych do szkół. Osoby z odpowiednimi kwalifikacjami dzielą się wiedzą z zakresu IT, procedur biurowych, marketingu lub mediów społecznościowych⁷⁵.

Stowarzyszenie jest mocno ukierunkowane na angażowanie i edukowanie młodych osób w zakresie starości i pracy z osobami starszymi. Realizują oni programy skierowane do szkół, które zwiększają wiedzę na temat procesu starzenia, pomagają lepiej zrozumieć wyzwania z jakimi zmierzają się seniorzy na co dzień i jak tworzyć społeczeństwo, które ich nie izoluje. Jednym z takich programów jest „Transition Year and CSPE Programmes”, który zapewnia wspólne spędzenie czasu młodych ludzi i seniorów, a zaplanowane zajęcia pozwalają uczniom docenić jak ważni w społeczeństwie są ludzie starsi, dowiadują się od nich jak wyglądało życie w Irlandii w latach 30., 40. czy 50., poznając ich historie i doświadczenia⁷⁶.

Kolejny program noszący nazwę „Młodzi Przyjaciele Osób Starszych” polega na przygotowaniu tzw. Kart Przyjaźni, czyli tworzeniu przez uczniów kartek wysyłanych do seniorów. Mogą się w nich znajdować życzenia urodzinowe, imieninowe, życzenia miłego dnia itp. Uczniowie mogą również tworzyć biografie osoby starszej – w tym celu młodzi ludzie są proszeni o rozmowę z seniorem i sporządzenie krótkiej biografii seniora. Po zakończeniu projektu uczestnicy są pytani, czy wiedza zdobyta podczas projektu zmieniła ich pogląd na starość i osoby starsze. W ramach tego projektu może

⁷⁴ <https://friendsoftheelderly.ie/about/history/> [dostęp: 30.01.2022].

⁷⁵ <https://friendsoftheelderly.ie/get-involved/volunteer/> [dostęp: 30.01.2022].

⁷⁶ <https://friendsoftheelderly.ie/get-involved/schools-programmes/> [dostęp: 30.01.2022].

odbyć się także wizyta w szkole „In My Day” kiedy nauczyciel zaprasza seniora należącego do społeczności lokalnej, aby porozmawiał z dziećmi i opowiedział o swoim życiu i doświadczeniach⁷⁷. W ramach projektu „CSPE” Stowarzyszenie przygotowało pakiet materiałów, aby w jak największym stopniu wesprzeć nauczycieli w promowaniu relacji międzypokoleniowych. Po zakończeniu każdego programu uczestnicy otrzymują certyfikaty, wydawane przez ambasadora „Friends of the Elderly”⁷⁸.

Wśród innych inicjatyw Stowarzyszenia można wyróżnić prowadzenie sklepu charytatywnego „Ritzy Rags from Paris”, w którym dostępne są ubrania sprowadzane z Paryża, a dochody z niego są przeznaczane na działania Stowarzyszenia⁷⁹. Stowarzyszenie oferuje też usługę „Przyjazne Telefony”, do czego wolontariusz jest wcześniej odpowiednio przeszkolony. Takie telefony odbywają się od poniedziałku do piątku w godzinach 11:00-16:00⁸⁰.

„Amigos de los Mayores” to Stowarzyszenie działające w Hiszpanii od 1987 r., kiedy to cztery osoby zainspirowane historią Armanda Marquiseta i chcące walczyć z niechcianą samotnością i izolacją społeczną seniorów, założyły w Barcelonie „Amics de la Gent Gran”. Następne delegacje pojawiły się w Walencji (2000), Saragossie (2017) oraz Madrycie (2020)⁸¹. Stowarzyszenie zajmuje się tworzeniem przyjaznych okolic, poprzez przyjaźnie i sąsiedzkie sieci wsparcia. Projekt ten zakłada umieszczenie osób starszych w centrum zainteresowań, proponując dzielnicom takie formy uczestnictwa obywateli, które byłyby dostosowane do rytmu życia seniorów⁸². Akcja „Szalik babci”, który łączy przyjaźń, rzemiosło i solidarność w jednym projekcie, stwarza przestrzeń do międzypokoleniowej wymiany wiedzy, wzmacnia poczucie wartości wśród osób starszych i pozwala na pozyskanie funduszy na rzecz Stowarzyszenia⁸³.

Stowarzyszenie stworzyło „Obserwatorium Samotności”, platformę do promowania badań stosowanych przeprowadzonych w „Amigos de los Mayores”, które mogą przyczynić się do wspierania programów społecznych i wolontariatu. Powstało ono w 2017 r., jako platforma do wymiany wiedzy na temat niechcianej samotności w Hiszpanii, w celu zrozumienia zmiennych, które wywołują samotność i pomagają

⁷⁷ <https://friendsoftheelderly.ie/get-involved/schools-programmes/primary-schools-programme/> [dostęp: 30.01.2022].

⁷⁸ <https://friendsoftheelderly.ie/get-involved/schools-programmes/cspe-action-project/> [dostęp: 30.01.2022].

⁷⁹ <https://friendsoftheelderly.ie/get-involved/support-our-charity-shop/> [dostęp: 04.02.2022].

⁸⁰ <https://friendsoftheelderly.ie/what-we-do/friendly-call-service/> [dostęp: 24.01.2022].

⁸¹ <http://www.amigosdelosmayores.org/es/historia> [dostęp: 05.02.2022].

⁸² <https://www.barriosamigos.org/> [dostęp: 05.02.2022].

⁸³ <http://www.amigosdelosmayores.org/es/lucha-contra-la-soledad> [dostęp: 05.02.2022].

opracować narzędzia wykorzystywane podczas szkoleń, dotyczących interwencji. W ramach tego projektu stworzono narzędzie, które ma służyć jako pomoc podczas telefonicznego wspierania wolontariuszy – Przewodnik telefoniczny w obliczu kryzysu Covid-19, ułatwiający przekazywanie podstawowych informacji o profilaktyce, zaleceniach obejmujących dobrostan psychiczny i proponowanie zaleceń dotyczących dynamizacji (propagowanie działań możliwych do przeprowadzenia przez telefon, które pozwalają na unikanie skupiania się na tematyce pandemii). Stowarzyszenie oferuje szkolenia dla administracji publicznej, podmiotów lokalnych i trzeciego sektora, a plany szkoleniowe są dopasowane do potrzeb odbiorców, jednak zazwyczaj opierają się na dwóch osiach tematycznych: 1) samotność jako złożone zjawisko społeczne i narzędzia interwencji oraz 2) wolontariat i towarzyszenie emocjonalne. „Amigos de los Mayores” często pełni funkcję doradczą podczas tworzenia usług i działań mających na celu zaradzenie samotności osób starszych, dlatego chętnie dzieli się przygotowanymi diagnozami potrzeb, planami działań i strategiami przeciwdziałania samotności, projektami usług, zasobów lub programów, a także towarzyszy w adaptowaniu istniejących już usług i zasobów⁸⁴.

Niemieckie Stowarzyszenie „Freunde alter Menschen e. V.” zostało założone w 1991 r. w Berlinie, kolejne zaś placówki pojawiły się w Kolonii (2008), Hamburgu (2014), Frankfurt nad Menem (2020) i Monachium (2021)⁸⁵. Stowarzyszenie kieruje swoje działania do osób, które ukończyły 75 lat, żyją w izolacji, mają problem z mobilnością, nie mają krewnych lub ich bliscy mieszkają za daleko, nie chcą lub nie mogą się nimi opiekować⁸⁶. Za główny cel „Freunde alter Menschen e. V.” obrało stworzenie możliwości do tworzenia więzi międzypokoleniowych, które mogą zapobiec osamotnieniu osób starszych. Ponadto inicjuje liczne projekty, zwraca uwagę na sytuację osób starszych i założyło pierwszą wspólnotę mieszkaniową dla osób z demencją.

Brak odpowiednich form zamieszkania dla osób z zespołami otępiennymi zrodziło potrzebę stworzenia alternatywnej formy opieki. To spowodowało, iż w 1996 r., jeszcze wtedy wolontariusz, Klaus Pawletko kierując się wolą polityczną Senackiego Departamentu Zdrowia i Spraw Socjalnych, wspierany przez pracowników ustawowych zakładów ubezpieczeń zdrowotnych, berlińskiego Towarzystwa Alzheimerowskiego oraz stowarzyszeń opiekuńczych, opracował koncepcję wspólnoty mieszkaniowej

⁸⁴ <https://amigosdelosmayores.org/es/observatorio-de-la-soledad> [dostęp: 05.02.2022].

⁸⁵ <https://www.famev.de/geschichte/> [dostęp: 07.02.2022].

⁸⁶ <https://www.famev.de/besuchspartnerschaften/> [dostęp: 09.02.2022].

z opieką ambulatoryjną dla osób cierpiących na demencję⁸⁷. Kolejnym wprowadzonym projektem jest „Sąsiedztwo pokoleniowe”, realizowanym w Hamburgu, pełniącym rolę zapobiegawczą. Jego zadaniem jest stworzenie międzypokoleniowych sieci znajomości, które będą stale wzmacniane, w efekcie czego powstaną dzielnice przyjazne dla osób starszych. Aby to osiągnąć raz w miesiącu organizowane są spotkania zacieśniające relacje, a wolontariusze aktywnie wspierają tworzenie się tych sieci. Dodatkowo wykorzystywana jest platforma internetowa koordynująca nawiązywanie kontaktów i ułatwiająca wymianę pomysłów i doświadczeń⁸⁸.

Niemieckie Stowarzyszenie w ramach kampanii #MachMitbeimWir („Dołącz do nas”) wprowadziło w sieci sklepów spożywczych „Edeka” w Hamburgu zasadę #Klönkorb, polegającą na tym, iż udając się do marketu i wybierając w nim niebieski koszyk osoba sygnalizuje, że jest otwarta na rozmowę z innymi osobami, przez co ma możliwość lepszego poznania swoich sąsiadów. Zorganizowano również kampanię listową, w której wzięli udział uczniowie liceum im. Hemingwaya w Berlinie. Napisali oni 26 listów do osób starszych, które z powodu Covid-19 żyją teraz jeszcze bardziej odosobnione⁸⁹.

Stowarzyszenie „Les petits frères des Pauvres” działające w Szwajcarii, choć oficjalnie dołączyło do Federacji „małych braci Ubogich” w 2002 r., to jego losy połączyły się ze Stowarzyszeniem już w 1956 r., kiedy Armand Marquiset po założeniu swojego Stowarzyszenia kupił dom w Rolle w Szwajcarii. Służył mu jako miejsce wypoczynku dla seniorów. W latach 1979-1997 Międzynarodowa Federacja miała tam swoją siedzibę. Po remontach przeprowadzonych w latach 1990 i 2000-2001 dom był przystosowany dla osób o ograniczonej sprawności ruchowej, a z czasem zaczęto przyjmować w nim na pobyty wakacyjne również osoby z instytucji szwajcarskich⁹⁰.

Działania Stowarzyszenia są skierowane do osób powyżej 50 r.ż., które cierpią z powodu wykluczenia, samotności lub ubóstwa. W ramach pomocy oferuje cotygodniowe spotkania przy wspólnym posiłku, wyjścia, zajęcia manualne itp. Wolontariusze mogą się sprawdzać podczas indywidualnych spotkań z seniorami, towarzyszyć im podczas spotkań grupowych, wykonywać zadania administracyjne,

⁸⁷ <https://www.famev.de/geschichte/> [dostęp: 09.02.2022].

⁸⁸ <https://www.famev.de/generation-nachbarschaft/> [dostęp: 09.02.2022].

⁸⁹ <https://www.famev.de/aktionen/> [dostęp: 09.02.2022].

⁹⁰ <https://www.petitsfreres.ch/notre-histoire> [dostęp: 10.02.2022].

pozyskiwać fundusze na rzecz Stowarzyszenia lub animować zajęcia tematyczne np. taneczne, ogrodnicze czy z rękodzieła⁹¹.

Działające w Meksyku Stowarzyszenie „Amigos de los Mayores – Mexico” powstało w 2012 r. dzięki inicjatywie wolontariuszy francuskiego Stowarzyszenia, przy wsparciu społeczności osiedla La Lagunilla w Cuernavaca (Morelos). Z czasem, działania Stowarzyszenia objęły cały stan Morelos⁹². Podopiecznym może zostać osoba, która skończyła 60 lat, ma zachowane zdolności poznawcze, jest samotna oraz w pełni akceptuje obecność wolontariuszy⁹³. Ważną częścią Stowarzyszenia są Domy Dienne dla osób starszych, które po przybyciu do nich mają zapewniony ciepły posiłek, następnie wykonują szereg ćwiczeń ruchowych i relaksacyjnych dostosowanych do stanu zdrowia. W ofercie są również zajęcia grupowe, np. wspólne granie w planszówki, układanie puzzli oraz rzemiosło – szycie, robienie rzeczy z makulatury. Senior wraca do domu taksówką lub w asyście wolontariusza⁹⁴.

Stowarzyszenie „Niciodată Singur - Prietenii Vârșnicilor” działające w Rumunii powstało w 2015 r., będące niejako pokłosiem programu opracowanego przez Fundację Księżniczki Małgorzaty Rumuńskiej w 2006 r., który miał wspierać osoby starsze dotknięte ubóstwem i izolacją społeczną. Późniejsza współpraca z francuskim „Les petits frères des Pauvres” dała zaangażowanym osobom nowe narzędzia do walki z samotnością⁹⁵. Obecnie Stowarzyszenie działa w Bukareszcie, Pitești, Constanța, Ploiești, Brăila i Târgoviște⁹⁶. Opieką Stowarzyszenia mogą zostać otoczone osoby w wieku 65 i więcej lat, które mieszkają samotnie lub przebywają w domach opieki, nie otrzymują bezpośredniego wsparcia ze strony rodziny i mają niskie dochody. Wsparcie jakie oferuje Stowarzyszenie ma bardzo praktyczny wymiar, ponieważ polega na pomocy w zakupach, zakupie leków, opłacaniu rachunków czy towarzyszeniu podczas wizyt u lekarza i spotkań organizowanych w siedzibie Stowarzyszenia. Podopieczni borykający się z problemami finansowymi, w zależności od sytuacji, mogą liczyć na stałe lub czasowe wsparcie, może ono mieć formę paczek żywnościowych, pomocy przy zakupie produktów medycznych, produktów sanitarnych, opału na zimę lub nawet spersonalizowanej pomocy pieniężnej⁹⁷.

⁹¹ <https://www.petitsfreres.ch/nos-besoins> [dostęp: 10.02.2022].

⁹² <https://mexico.amigosdelosmayores.org/historia> [dostęp: 13.02.2022].

⁹³ <https://mexico.amigosdelosmayores.org/avisanos> [dostęp: 13.02.2022].

⁹⁴ https://mexico.amigosdelosmayores.org/accion_social [dostęp: 13.02.2022].

⁹⁵ <https://niciodatasingur.ro/poveste/> [dostęp: 13.02.2022].

⁹⁶ <https://niciodatasingur.ro/semnaleaza-caz/> [dostęp: 13.02.2022].

⁹⁷ <https://niciodatasingur.ro/ce-facem/> [dostęp: 13.02.2022].

Stowarzyszenie działające w Rumunii, podobnie jak w Hiszpanii, podjęło się realizacji akcji „Szalik babci”, podczas którego seniorzy wraz z wolontariuszami wykonali unikatowe i ręcznie robione chusty i szaliki z naturalnej wełny. Były one do kupienia za minimalną darowiznę w wysokości 100 lei. W 2019 r. w tej akcji wzięło udział 36 samotnych seniorów i 42 wolontariuszy, dzięki czemu wykonano 369 szalików⁹⁸. Czas pandemii spowodował jednak zmiany w funkcjonowaniu Stowarzyszenia, w trakcie jej trwania wydano 6400 paczek z żywnością i podstawowymi produktami, przekazano 140 tys. lei w sprzęcie domowym, 4450 osób starszych zostało objęto pomocą⁹⁹. Ponadto 35 seniorów otrzymało tablety 3G wraz z miesięcznym połączeniem internetowym i specjalną instrukcją wyjaśniającą jak korzystać ze sprzętu i różnych aplikacji. Wolontariusze pomagali seniorom w tworzeniu kont, udzielali informacji na temat korzystania z WhatsAppa, Skype, przeglądania Internetu czy wysyłania maili¹⁰⁰.

Powyższy przegląd, charakterystyka i opis programów pokazują, że Stowarzyszenia we wszystkich krajach mierzą się z podobnymi problemami, chcą pomagać seniorom walczyć z ich samotnością i dotyczącym ich wykluczeniem społecznym. Dzięki wspólnej idei i sposobom radzenia sobie z samotności wypracowanym we francuskim Stowarzyszeniu „Les Petits Frères des Pauvres”, jego następcy działają w zbliżony sposób. Najczęściej Stowarzyszenia różnią się między sobą indywidualnymi akcjami, które powstały dzięki kreatywności konkretnych jednostek lub grup w danym kraju, lub zostały stworzone ze względu na zapotrzebowanie seniorów zamieszkujących konkretny obszar. Istotną różnicą między Stowarzyszeniami jest kryterium wieku w profilu podopiecznego, ponieważ we Francji i Szwajcarii z oferty mogą korzystać już osoby powyżej 50 r.ż., w Meksyku i Polsce – 60, Rumunii – 65, zaś w Niemczech czy Kanadzie – 75. Ta rozbieżność może wynikać z braku ustalenia globalnej granicy wieku, w którym człowiek jest określany jako senior oraz wewnętrznych ustaleń każdego z oddziałów Stowarzyszenia. Kolejną różnicą jest minimalny czas, jaki wolontariusz powinien poświęcić na indywidualne spotkania ze swoim podopiecznym. W Irlandii sugerowanym czasem jest raz w tygodniu na minimum pół godziny, w Polsce – minimum to 2 godziny, zaś większość oddziałów w ogóle nie wprowadza takiego wymogu. Nie zmienia to jednocześnie faktu, iż Stowarzyszenia

⁹⁸ <https://niciodatasingur.ro/fularul-de-la-bunica/> [dostęp: 17.02.2022].

⁹⁹ <https://niciodatasingur.ro/covid/> [dostęp: 17.02.2022].

¹⁰⁰ <https://niciodatasingur.ro/ramanem-conectati/> [dostęp: 17.02.2022].

działające w ramach Międzynarodowej Federacji „Les Petits Frères des Pauvres” tworzą dobroczynną „rodzinę”, która wzajemnie się wspiera i inspiruje.

ROZDZIAŁ V

METODOLOGIA BADAŃ WŁASNYCH

Ch. Frankfort-Nachmias i D. Nachmias [2001: 23, 61] uważają, że nauki społeczne, będące dyscypliną naukową, opierają się na dwóch głównych elementach – teoriach oraz badaniach empirycznych, dlatego badacze nauk społecznych działają na dwóch polach: świecie obserwacji i doświadczenia oraz świecie teorii, idei i modeli. Tworzenie logicznych połączeń pomiędzy tymi obszarami pozwala na realizowanie celu nauk społecznych, a za podstawowy cel nauki można uznać dostarczanie wiedzy, którą można zweryfikować. W zrealizowanych badaniach empirycznych skupiono się na metodzie jakościowej, która nie ogranicza się do liczbowego przedstawiania rzeczywistości, lecz pozwalają zagłębić się w interesujący dla badacza temat.

5.1. Projektowanie badania jakościowego

Wiedza pomaga wyjaśnić, przewidzieć oraz zrozumieć zjawiska empiryczne, które są uznane za interesujące. Może się ona przyczynić do poprawy kondycji ludzi. Naukowcy i badacze starają się wyjaśnić przyczynę występowania określonego zdarzenia albo zachowania, opierając się na empirycznych i systematycznych analizach wcześniejszych czynników wywołujących takie zachowania albo zdarzenia. Inaczej, wyjaśnianie to opis sytuacji, gdzie jedno zjawisko zostaje wyjaśnione za pomocą innego zjawiska, przy jednoczesnym odwołaniu się do praw ogólnych [por. Frankfort-Nachmias, Nachmias, 2001: 62]. Umiejętność przewidywania jest uznawana za kolejną kardynalną cechę myślenia naukowego, ponieważ kiedy wiedza nie jest wystarczająca, to przewidywanie jest niemożliwe. Opiera się ona na tezie: jeśli X powoduje Y, a wiadomo, że zaszedł X, to można przewidzieć, że zajdzie Y [zob. Juszczak, 2013: 18]. Trzeci cel nauki, czyli rozumienie, może być interpretowane na dwa sposoby jako oparte na empatii (*verstehen*) albo jako rozumienie predyktywne. Taki podział wynika z tego, iż przedmiotem badania w naukach społecznych jest człowiek, natomiast z drugiej strony przedstawiciele nauk społecznych są jednocześnie obserwatorami i częścią przedmiotu badawczego określonej dyscypliny [por. Frankfort-Nachmias, Nachmias, 2001: 27].

Badania naukowe pozwalają zdobywać nową wiedzę i rozwijać wybraną dziedzinę naukową, a aby to osiągnąć, należy sięgać po akceptowalną metodologię prowadzenia badań naukowych. Podejmując się badania rzeczywistości, które ma rangę

naukowości, badacz odwołuje się do pewnych założeń filozoficznych i przyjmuje założenie o istnieniu świata realnego, co wiąże się z 1) możliwością obserwowania tego świata w sposób systematyczny i porządkowania swoich spostrzeżeń, 2) zdolnością człowieka do tworzenia bytów, które nie istnieją w świecie realnym, ale są obiektami w świecie abstrakcji. Prowadząc badania inspirowane problemami występującymi w świecie realnym, najczęściej badacz odwołuje się do empirii oraz uzasadnień poprawności wniosków w jej nurcie. Podczas przenoszenia problemów na poziom abstrakcji, tworzony jest byt inny jakościowo i fenomeny myślowe, których łączenie oraz porządkowanie w całym toku rozumowania wymaga przyjęcia i zaakceptowania metodologii, będącej adekwatną dla wyodrębnionego obszaru poznawczego [zob. Krawczyk, 2016: 82].

Metodologia obejmuje wybory przypadków do badania, sposobu zbierania danych, form analizowania itd., w czasie, kiedy badacz planuje i przeprowadza badanie. To metodologia określa postępowanie podczas badania danego zjawiska. Metodologię badań społecznych można definiować szeroko jako np. ilościową, jakościową albo w nieco węższy sposób np. analizę konwersacyjną, teorię ugruntowaną. Podobnie jak teorie, nie ma możliwości, aby metodologie były prawdziwe albo fałszywe, można je jedynie określić jako bardziej lub mniej użyteczne [por. Silverman, 2012: 32]. Metodologia bazuje na wymianie obserwacji oraz uwagach krytycznych, dzięki czemu możliwe jest zinstytucjonalizowanie ogólnie akceptowanych procedur i reguł, a także stworzenie odpowiednich metod i technik badawczych. Wspomniany system procedur i reguł jest unifikacyjnym elementem metodologii naukowej, gdyż ustala normy, które tworzą standardy w badaniach oraz analizach naukowych. System reguł daje sposobność na komunikację, postęp naukowy i analizę krytyczną. Dzięki tym regułom wnioskowania możliwe jest wyprowadzenie rzetelnych wniosków z faktów zaobserwowanych przez badacza. Jednocześnie wsparciem dla tego wnioskowania są procedury logiczne będące zespołem twierdzeń wspomagających się wzajemnie [zob. Podgórski, 2007: 54-55].

W literaturze przedmiotu opisana została strategia badawcza polegająca na tym, iż najpierw powinna zostać sformułowana teoria, a następnie badacz może przystępować do badań empirycznych. Postępowanie w ten sposób nazywane jest strategią teorii przed badaniami, którą najsystematyczniej opracował Popper, twierdzący, że największe postępy w wiedzy występują w momencie, kiedy naukowcy tworzą idee, po czym starają się je odrzucić podczas prowadzenia badań empirycznych [por. Frankfort-Nachmias, Nachmias, 2001: 62]. W zrealizowanym badaniu również zastosowano tę strategię, gdy

po zapoznaniu się z założeniami klasycznych teorii socjologicznych, autorka zdecydowała się na odniesienie do teorii wymiany, ponieważ dostrzeżono w niej najwięcej analogii do badanego wolontariatu.

Autorka dysertacji przeprowadziła badanie jakościowe. Samo pojęcie „badania jakościowe” początkowo było używane jako swoista alternatywa dla badań ilościowych, jednak badania jakościowe mają długą historię w licznych dyscyplinach, w których badania społeczne były realizowane w sposób, który obecnie możemy określić jako jakościowy. Wraz z upływem czasu i rozwojem nauki, znaczenie tego pojęcia było coraz bardziej precyzyjne, jednocześnie nie definiowano go w formie negacji, jako badanie nie-ilościowe czy nie-standaryzowane, lecz zespół charakterystycznych dla niego cech. W badaniach jakościowych jako materiał empiryczny używa się tekstu zamiast liczb oraz nacisk kładzie się na punkt widzenia uczestnika badania, jego doświadczeniach, praktykach i wiedzy o przedmiocie badania [por. Flick, 2012: 22]. N. K. Denzin i Y. S. Lincoln [2009: 23] definiowali badania jakościowe jako usytuowaną aktywność umieszczającą obserwatora w świecie. Tworzą je materialne praktyki i zespoły interpretatywne, które powodują, że świat jest widzialny. Te praktyki zmieniają świat, przekształcają go w sensie reprezentacji, takich jak wywiady, nagrania, fotografie, notatki terenowe, rozmowy i własne uwagi. Badania jakościowe, na tym poziomie, to podejście do świata, które jest naturalistyczne i interpretatywne, co powoduje, że rzeczy są badane w ich naturalnym środowisku i badacze starają się nadać im sens albo zinterpretować zjawiska przy użyciu terminów używanych przez badane osoby.

Stosowanie badań jakościowych jest oparte na założeniu, iż niektóre problemy lepiej badać w formie pogłębionej analizy mniejszej ilości przypadków niż fragmentarycznie dużą ilość. Oprócz tego, niektóre obszary tematyczne lepiej się bada poprzez wnikliwsze zrozumienie rzeczywistości przez członków danej zbiorowości niż wykorzystując jedynie wcześniej przygotowany model teoretyczny, co zazwyczaj ma miejsce w badaniach ilościowych [por. Podgórski, 2007: 177-178]. Tak też było w przypadku badania przeprowadzonego przez autorkę, która zdecydowała się na badanie jakościowe, ponieważ uznała, że ten rodzaj badań pozwoli na odkrycie obszarów, które nie wybrzmiałyby, gdyby ograniczono się do ankiety. Nie chciano ograniczać się do zdobywania informacji o tym, czy dane zjawisko zachodzi, ale też poznać jego przyczyny. Na przykład, w przypadku doświadczenia trudnych sytuacji podczas świadczenia wolontariatu, badaczka dzięki zastosowanym metodom, mogła

dowiedzieć się jakie to były sytuacje, co je wywołało oraz jak została one rozwiązane (jeżeli do tego doszło).

5.2. Cel i przedmiot badania

Badania zawsze odnoszą się do określonych przedmiotów i aspektu, pod kątem którego będą prowadzone. Przedmiotem badań nazywa się zarówno obiekty w sensie dosłownym oraz zdarzenia i zjawiska, jakim one ulegają i w nawiązaniu do których badacz chce prowadzić badania. Przedmiotem badania mogą być, np. lekarze, robotnicy, pracownicy instytucji, zjawisko bezrobocia, postawy społeczne itp. [por. Maszke, 2008: 91].

Materiałem do badań w socjologii są grupy albo zbiorowości organizmów żywych, szczególnie pierwotne i wtórne grupy społeczne, jednostka w grupie, zbiorowości mieszkające na określonym terenie, a także zbiorowości współpracujące ze sobą (instytucje) traktowane jako całości. Za przedmioty badań socjologicznych uważa się:

- własności, właściwości, strukturę i skład grup oraz większych zbiorowości osób, relacje pomiędzy własnościami ludzi i ich grup w obrębie określonych właściwości;
- modyfikację własności zbiorowości i grup w obrębie konkretnych właściwości pod wpływem oddziaływania endogennego – władza oddziałuje na podwładnych, interakcje podwładnych oraz oddziaływania egzogenne występujące w otoczeniu określonej zbiorowości; zmiany struktury zbiorowości i grup społecznych. Zmiany w obszarze warunków socjalno-bytowych, świadomości społecznej, jakości życia, czy też zmiany w ich spojrzeniu na otoczenie, np. przekonania, poglądy, postawy polityczne, gospodarne, kulturowe i społeczne;
- własności oraz właściwości środowiska badanych zbiorowości albo grup ludzi, relacje pomiędzy własnościami badanej zbiorowości a własnościami otaczającego ich środowiska w ramach istotnych właściwości, struktura otoczenia;
- zmiany w składzie zbiorowości bądź grupy – horyzontalne migracje w przestrzeni oraz wertykalne ruchy społeczne w istniejącej hierarchii struktur społecznych;

- relacje pomiędzy grupami występujące jako wzajemne ustosunkowanie się zbiorowości lub grup ludzi;
- zmiany w relacjach międzygrupowych spowodowane przez działanie otoczenia [zob. Zimny, 2000: 172, 175-176].

Przedmiotem przeprowadzonego badania były motywy i działania wolontariuszy Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”, ich relacje z podopiecznymi, innymi wolontariuszami oraz organizacją. Jako przedmiot badania uznano również zmiany zachodzące w postrzeganiu tego wolontariatu, ale także doświadczenia wolontarystyczne zdobyte w innych podmiotach.

Określenie celu badawczego oznacza przedstawienie wszystkich zamiarów i intencji autora badania w jednym bądź kilku zdaniach. Konieczność sformułowania celu wynika z problemu badawczego i doprecyzowuje w szczegółowych pytaniach badawczych. Prawidłowe określenie celu w badaniu jakościowym powinno uwzględniać informacje o najistotniejszym zjawisku poddawanych badaniu, o miejscu badania i uczestnikach [por. Creswell, 2013: 131-132]. Badania mogą mieć różne cele i zwykle mają więcej niż jeden cel, natomiast E. Babbie wyróżnił trzy główne: eksplorację, opis i wyjaśnianie. Eksploracja polega na wprowadzeniu badacza w dany temat albo oswojeniu go z daną tematyką, co ma miejsce najczęściej, gdy badacz dopiero zaczyna poznawać daną dziedzinę albo poruszany temat jest dosyć nowy. Można wyróżnić trzy cele badań eksploracyjnych: a) zaspokojenie ciekawości badacza i jego chęci lepszego poznania przedmiotu, b) zbadanie czy jest możliwe szersze badanie podejmowanego tematu, c) wypracowanie metod, które będą używane w kolejnych badaniach. W wielu badaniach społecznych to opis wydarzenia lub sytuacji jest głównym celem. Zazwyczaj badacz obserwuje i zapisuje swoje obserwacje, jednocześnie warto zaznaczyć, iż obserwacja naukowa jest dokładniejsza i trafniejsza niż zwykły opis. Choć opis był pierwszym celem licznych badań jakościowych, to rzadko takie badania ograniczają się do samego opisu, ponieważ badaczy interesuje również to, dlaczego zaobserwowane zależności istnieją i jakie konsekwencje powodują. Natomiast cel jakim jest wyjaśnienie, pozwala na uzyskanie odpowiedzi na pytanie: dlaczego? Podczas, gdy badania opisowe odpowiadają na: co? gdzie? kiedy? jak? Wyodrębnienie trzech celów jest zasadne, jednak większość badań empirycznych zawiera elementy każdego z nich [zob. Babbie, 2005: 110-113].

Celem opisowym badania przeprowadzonego w ramach dysertacji jest uchwycenie specyfiki wolontariatu na rzecz osób starszych i uzyskanie odpowiedzi,

m.in. na pytania: Co robią wolontariusze w ramach podjętego wolontariatu? Jak wolontariusze Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” postrzegają starość i seniorów? W przypadku celu wyjaśniającego podjęto kwestię motywacji wolontariuszy pomagających osobom starszym: dlaczego zostali wolontariuszami? Dlaczego pomagają właśnie osobom starszym? Dlaczego mimo negatywnych doświadczeń nie rezygnują z działań wolontarystycznych? Poszukiwanie odpowiedzi na te pytania oprócz zdobycia ogólnej wiedzy na temat wolontariatu na rzecz seniorów i ukazania jego specyfiki, ma również aspekt praktyczny, ponieważ Stowarzyszenie może z nich skorzystać, aby lepiej zrozumieć swoich wolontariuszy czy poprawić działanie w obszarach, w których dostrzeżono pewne mankamenty.

5.3. Problemy i zmienne badawcze

W literaturze przedmiotu można się spotkać z twierdzeniem, że postęp w nauce w dużej mierze zależy od umiejętności stawiania pytań, czyli precyzowania problemów badawczych. Brak ich sformułowania może spowodować zagubienie badacza, ponieważ dookreślenie pozwala sprawniej działać w wybranym obszarze badawczym [zob. Łobocki, 2008: 21]. Na wybór problemu, często wpływ mają osobiste zainteresowania lub sprawy, które angażują badacza, co może wynikać z jego pracy, relacji osobistych, rodzinnej historii czy pochodzenia etnicznego [por. Frankfort-Nachmias, Nachmias, 2001: 304], co również ma miejsce w tym badaniu, gdyż jak już wcześniej wspomniano, autorka jest wolontariuszką w badanym Stowarzyszeniu.

Ważnym etapem w badaniu jest postawienie pytań badawczych, które określają problemy na etapie konceptualizacji. Znalezienie odpowiedzi na nie, można określić jako cel poznawczy. Każdy problem badawczy, to zadanie do rozwiązania, pytanie na które odpowiedź jeszcze nie jest znana lub trudno ją poznać, ale jest możliwa do poznania [zob. Zimny, 2000: 160, 162]. W badaniach jakościowych nie podaje się przypuszczeń (dokładnych oczekiwań) czy hipotez (przewidywań, w których uwzględniono zmienne oraz badania statystyczne), tylko pytania badawcze. Te pytania mogą występować w dwóch formach, jako pytanie główne oraz pytania dodatkowe, inaczej subpytania [por. Creswell, 2013: 147].

W rozprawie sformułowano następujące pytania badawcze, które przywołano we wstępie niniejszej dysertacji (patrz s. 7). Ogólnie można powiedzieć, iż dotyczą one pracy na rzecz osób starszych, motywacji, postrzegania osób starości, obserwacji

Stowarzyszenia, korzyści i problemów płynących z zaangażowania się na rzecz wolontariatu.

Kolejnym etapem jest opisanie zmiennych badawczych, które oznaczają pryncypialnie wybrane właściwości, cechy itp. danego zjawiska, procesu, rzeczy, relacji, która przybiera różne wartości w zależności od sytuacji czy przypadku. Nie posiada ona samodzielnego znaczenia, a jej zakres stosowalności może być bardziej lub mniej określony [zob. Olechnicki, Załęcki, 2000: 258-259]. Wyróżnia się kilka rodzajów zmiennych. W przypadku kryterium jakim jest wielkość zbioru, z którego zmienna czerpie wartości, można wyróżnić zmienne: dwuwartościowe (dychotomiczne) i wielowartościowe (politomiczne)¹⁰¹. Zmienne dychotomiczne przyjmują wyłącznie wartości ze zbioru dwuelementowego, np. płeć: mężczyzna i kobieta. Zmienne politomiczne analogicznie przyjmują wartości ze zbioru wieloelementowego [por. Brzeziński, 2012: 184-185].

W badaniu wykorzystano te zmienne wyłącznie w metryczce, dwuwartościowe w pytaniu o płeć, natomiast wielowartościowe w pytaniu o miasto/oddział Stowarzyszenia, w którym działają. Ze względu na cechy badanych przedmiotów oraz wartości jakie przyjmują, wyróżnia się zmienne ilościowe i jakościowe. Zmienne ilościowe dotyczą przedmiotów i zjawisk poddających się pomiarowi, w przeprowadzonym badaniu był to staż wolontariacki oraz wiek. Zmienne, których nie można poddać bezpośredniemu pomiarowi, natomiast można potwierdzić, że występują albo nie, nazywa się zmiennymi jakościowymi. Ich przykładem są motywacje do działania wolontarystycznego, doświadczenia czy postrzeganie starości, w których przypadku pomiar jest wyrażany w symbolach lub słowach, a nie liczbach.

W badaniu zastosowano 3 główne zmienne badawcze (jakościowe):

- motywacje wolontariuszy Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” – powód zaangażowania się w wolontariat; powód wyboru wolontariatu na rzecz seniorów; podejmowanie wolontariatu w innych organizacjach; motywacje do kontynuowania wolontariatu w mbU; korzyści z zaangażowania się w wolontariat; zalety wolontariatu na rzecz seniorów;
- kreowanie obrazu starości – postrzeganie starości i osób starszych; wizja własnej starości; relacja z podopiecznym; aktywności podejmowane podczas spotkań z seniorem;

¹⁰¹ Psychologowie często wyróżniają jeszcze zmienne trójwartościowe (trychotomiczne).

- Stowarzyszenie jako wsparcie wolontariatu – oczekiwania wobec wolontariatu w mbU; integracja z innymi wolontariuszami; uczestnictwo w szkoleniach i superwizjach proponowanych przez Stowarzyszenie; poczucie przynależności do Stowarzyszenia; propozycje zmian w Stowarzyszeniu; ocena sposobu promowania Stowarzyszenia mbU.

5.4. Metoda badawcza

Metodami badawczymi nazywa się określone techniki badawcze. Pojęcie to dotyczy zarówno technik ilościowych (np. korelacja statystyczne), jak i obserwacji, wywiadów, nagrywania czy transkrypcji. W zależności od wybranej teorii, metodologii, testowanych hipotez lub problemu badawczego mogą się różnić użytecznością. W związku z tym mogą być behawioryści faworyzujący metody ilościowe, choć na wczesnym etapie badania stosować będą badania jakościowe albo interakcyjniści szczególnie ceniący obserwację, ale stosujący metody ilościowe w sytuacji, kiedy poszukują wspólnego wzoru przenikającego ich dane [por. Silverman, 2012: 32]. Wybór metod badawczych przede wszystkim powinien być podporządkowany problematyce podejmowanej w badaniu, a wśród innych przesłanek w literaturze można znaleźć nakłady finansowe, czasu, czynnik ludzki oraz ograniczenia narzędzia [zob. Nowak, 2008: 47-48].

W badaniu wykorzystano wywiad oraz obserwację uczestniczącą. Autorka podczas swojego wieloletniego zaangażowania i doświadczenia wolontarystycznego w badanym Stowarzyszeniu, poznała jego strukturę oraz podejście osób w nim pracujących (w warszawskim oddziale), dodatkowo zastosowano metodę jaką jest wywiad, co z kolei pozwoliło na lepsze zrozumienie badanego tematu oraz pogłębienie obszarów dotychczas nieznanych lub niejasnych dla autorki. Wywiad jest definiowany jako rozmowa posiadająca określoną przez osobę prowadzącą strukturę i cel, to profesjonalna interakcja wykraczająca poza naturalną wymianę opinii, mająca miejsce w codziennej rozmowie. W wywiadzie istotne jest staranne zadawanie pytań i uważne słuchanie odpowiedzi, co ma doprowadzić do uzyskania szczegółowo sprawdzonej wiedzy, w badaniach jakościowych stanowi on przestrzeń konstrukcji wiedzy [zob. Kvale, 2010: 37].

W literaturze można znaleźć różne rodzaje wywiadów. Ze względu na jego charakter można wyróżnić jawny, ukryty i jawny nieformalny. Wywiad jawny występuje

wtedy, gdy badany ma świadomość, że udziela wywiadu, wyraża na to zgodę i jest ukierunkowywany przed rozmową lub w jej trakcie, tak aby mógł się przygotować. W przypadku wywiadu ukrytego badacz podczas rozmowy z osobą badaną dąży do uzyskania konkretnych informacji, ale nie uprzedza jej o celu rozmowy, natomiast wywiad jawny nieformalny ma miejsce, gdy badana osoba orientuje się, że jest z nią prowadzony wywiad, jednak nie jest poinformowana o jej właściwym przedmiocie. Ze względu na ilość osób, z którymi przeprowadzany jest wywiad, można go podzielić na indywidualny oraz zbiorowy. Podczas wywiadu indywidualnego badacz rozmawia tylko z jedną osobą, zaś w zbiorowym – z grupą osób [por. Podgórski, 2007: 195].

Ze względu na kolejność zadawanych pytań można wyróżnić wywiady standaryzowane oraz niestandaryzowane. Pytania są zadawane badanym w precyzyjnie określonej kolejności i takiej samej dla wszystkich, w przypadku wywiadów standaryzowanych, natomiast kiedy badacz podczas wywiadu sam decyduje o kolejności zadawania pytań, a ich układ może wynikać z kontekstu konkretnej rozmowy – mowa o wywiadzie niestandaryzowanym. Biorąc pod uwagę treść zadawanych pytań, wyróżnia się wywiady ustrukturyzowane oraz nieustrukturyzowane (swobodne). W wywiadach ustrukturyzowanych forma i język odpowiedzi są zakodowane w treści pytań, gdzie zadawane są pytania zamknięte, np. zaczynające się od „ile” i „czy”, podczas gdy w wywiadach nieustrukturyzowanych stosuje się pytania otwarte, zaczynające się, np. od „dlaczego” i „jak”. Jednocześnie wywiady mogą być ustrukturyzowane w różnym stopniu [zob. Gudkova, 2012: 113]. W badaniu do dysertacji zastosowano wywiad indywidualny, jawny, niestandaryzowany, częściowo ustrukturyzowany.

Narzędziem badawczym użytym w badaniu jest scenariusz wywiadu. Podczas pracy nad narzędziem ważne było, aby jego treść korespondowała z pytaniami badawczymi, gdyż pominięcie któregoś z aspektów uniemożliwiłoby uzyskanie odpowiedzi [zob. Stasik, Gendźwił, 2012: 12]. Narzędzie to zamieszczono w aneksie jako załącznik nr 1.

Każdy z przeprowadzonych wywiadów był nagrywany na dyktafon, na co wszystkie badane osoby wyraziły zgodę. Po zakończeniu przeprowadzania wywiadów, kolejnym etapem było sporządzenie transkrypcji. Transkrypcja to zmienianie z jednej formy w inną, przekształcanie. Dokładne spisywanie wywiadu powoduje powstanie hybrydy czy też sztucznego konstruktu, który nie ukazuje żywego języka wypowiedzi ani formalnego stylu treści pisanych. Transkrybowanie polega na przełożeniu języka mówionego na język pisany. Choć sam wywiad – jak podaje S. Kvale – to żywa

interakcja społeczna, podczas której znane są ton głosu, ekspresja czy dynamika rozmowy, to w przypadku osoby odczytującej transkrypcje te elementy są tracone, niemniej posiadanie transkrypcji ułatwia analizowanie zgromadzonego materiału [por. Kvale, 2010: 154-156]. Transkrypcję w tym badaniu sporządzała doktorantka, wspomagając się funkcją „Transcribe/Transkrybuj” dostępną w programie Word z pakietu Microsoft 365. Aby zapewnić rozmówcom anonimowość, zamiast imion, zostali oni w dalszej analizie nazwani według wzoru: Osoba_1, Osoba_2 itd. Natomiast ze względu na małą liczbę osób będących w Stowarzyszeniu liderami wolontariatu, części dotyczącej tej grupy, nie podawano informacji, z którym respondentem rozmawiano.

5.5. Charakterystyka badanej zbiorowości

Badanie zostało przeprowadzone w lutym i marcu 2023 r. Badaną zbiorowość stanowili wolontariusze aktywnie działający w Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich” na dzień badania. W badaniu wzięło udział 33 wolontariuszy – 20 kobiet oraz 13 mężczyzn, działających w jednym z 8 miast: Warszawie, Lublinie, Poznaniu, Pruszkowie, Wrocławiu, Krakowie, Gnieźnie oraz Łodzi. Były to osoby wykonujące różne zawody, pod względem wykształcenia 5 osób miało wykształcenie średnie, a 28 – wyższe.

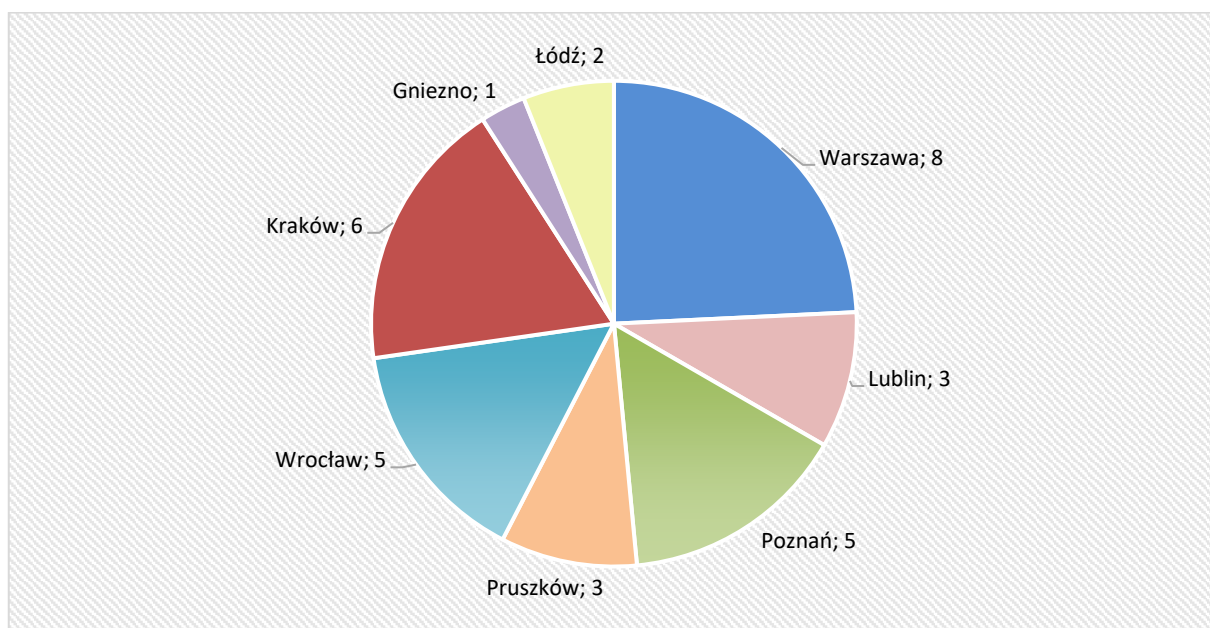
Celem doboru próby do wywiadów jest odnalezienie odpowiednich osób, czyli takich które posiadają wiedzę i doświadczenie umożliwiające osiągnięcie cel badania. W badaniach jakościowych najczęściej jest to dobór celowy. Osoby badane powinny być w stanie poddać refleksji swoje doświadczenia, potrafić je zwerbalizować oraz chcieć poświęcić swój czas na wywiad. Dobór może opierać się na dokładnie określonych kryteriach takich jak wiek, płeć, zawód czy też bardziej interakcyjne sposoby, np. szukanie osób z odpowiednim zasobem wiedzy na dany temat czy szukanie osób z różnym punktem widzenia. Najczęściej dobór próby do wywiadów opiera się na poszukiwaniu różnorodnych przypadków oraz doświadczeń, a czasami na odnajdywaniu zbliżonych do siebie przypadków, aby można było je porównać [por. Flick, 2012: 139-140]. Tak też było w przypadku przeprowadzonego badania. W związku z tym, iż badano wolontariuszy konkretnego Stowarzyszenia, istniała ściśle określona pula osób, które mogły wziąć w nim udział. Była to lista wolontariuszy działających w Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich” na terenie całej Polski. W tabeli 4 zaprezentowano statystyki

Stowarzyszenia przed rozpoczęciem badania, które posłużyły do opracowania wytycznych do doboru próby.

Poszukiwanie osób do badania rozpoczęto od kontaktu z wolontariuszami za pośrednictwem pani Dyrektor Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”, która wysłała maila z informacją o prowadzonym badaniu do wszystkich wolontariuszy mbU. W odpowiedzi na tą wiadomość osoby chętne do udzielenia wywiadu kontaktowały się już bezpośrednio z badaczką i pracownicy Stowarzyszenia nie byli informowani, które osoby biorą udział w badaniu (były pojedyncze przypadki, że wolontariusz sam informował koordynatora lub panią Dyrektor, że będzie brał udział w badaniu).

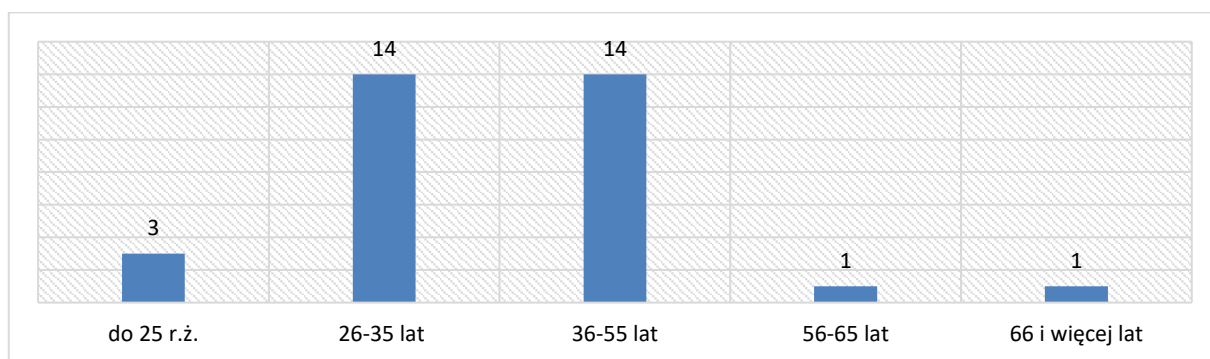
Podstawowym kryterium doboru próby, zastosowanym na początku badania, było znalezienie osób ze stażem wolontariackim nie krótszym niż 3 miesiące, podejmujących wolontariat z różnych miastach Polski. Badaczce zależało na zachowaniu zbliżonej struktury wieku respondentów do tej występującej w Stowarzyszeniu. W badaniu wzięły udział osoby, które się do niego dobrowolnie zgłosiły. Często już na etapie pierwszego kontaktu, zainteresowane osoby informowały o posiadanym doświadczeniu wolontariackim w innych organizacjach lub zmianach podopiecznego w trakcie działania w „małych braciach Ubogich”. Badaczce zależało, aby badaną grupę stanowiły osoby o różnych doświadczeniach wolontarystycznych oraz stażu w mbU.

Wykres 14. Miasta, w którym działają wolontariusze biorący udział w badaniu [liczba]



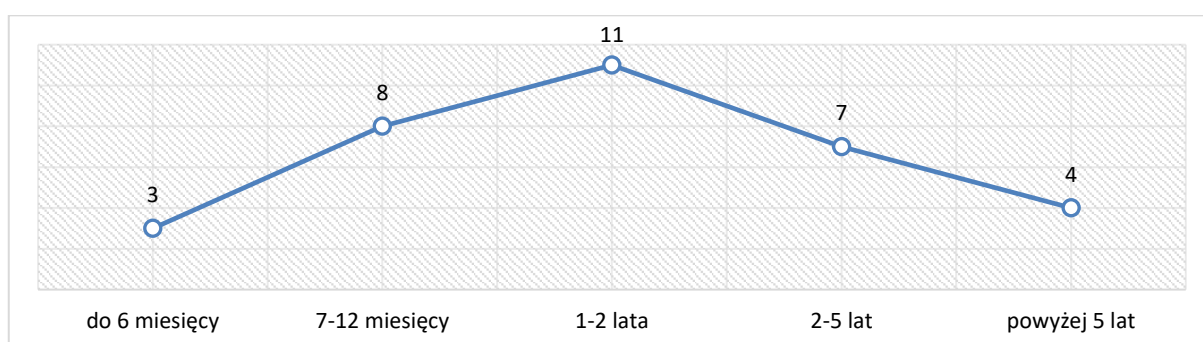
Źródło: własne dane.

Wykres 15. Wiek wolontariuszy biorących udział w badaniu [liczba]



Źródło: własne dane.

Wykres 16. Staż wolontariacki wolontariuszy biorących udział w badaniu [liczba]



Źródło: własne dane.

Badaną grupę finalnie stanowiło 31 wolontariuszy towarzyszących oraz 2 wolontariuszy akcyjnych, wśród tych osób sześć było liderami wolontariatu. Dominowały osoby z jednym podopiecznym/podopieczną, choć znalazła się też osoba, która miała dwójkę podopiecznych (kobietę i mężczyznę). Wśród klasycznych diad wolontariusz-senior w większości wolontariusz miał przydzieloną seniorkę (23 przypadków), znacznie rzadziej seniora (3 przypadki), co związane jest z przewagą liczebną kobiet w Stowarzyszeniu. Jest ich 676, kiedy mężczyzn jest jedynie 103¹⁰². W tym gronie znalazło się 15 par kobiecych, 10 par mieszanych oraz 1 para męska. Ponadto, 4 wolontariuszy nie miało aktualnie przydzielonego podopiecznego. Było to spowodowane śmiercią dotychczasowego podopiecznego/podopiecznej lub brak porozumienia i rezygnacja z dotychczasowej relacji.

Zgodnie z zasadą, iż miejsce, w którym przeprowadza się wywiad powinno być spokojne, ciche i odosobnione, czyli umożliwiające swobodną rozmowę [por. Lutyńska,

¹⁰² Dane aktualne na dzień 4.09.2023 r.

1972: 427], podczas prowadzonego badania, wywiady najczęściej odbywały się w kawiarniach, jednak zdarzały się przypadki, gdzie na prośbę rozmówcy wywiad miał miejsce w jego mieszkaniu, w parku lub siedzibie Stowarzyszenia. Autorka dostosowywała się do rozmówców chcąc, aby było to miejsce, gdzie rozmówca będzie się dobrze czuł i nie będzie obciążony koniecznością dojazdu w odległe miejsce, tzn. miejsce spotkania było w pobliżu miejsca zamieszkania lub pracy.

ROZDZIAŁ VI

WOLONTARIAT NA RZECZ SENIORÓW – PERSPEKTYWA BADAŃ WŁASNYCH

Poznanie perspektywy osób zaangażowanych w wolontariat na rzecz osób starszych pozwala na lepsze zrozumienie ich motywacji, przybliża charakter działań podejmowanych w organizacji oraz ukazuje obraz wyzwań z jakimi zmagają się w trakcie wolontariatu. Niewątpliwie, można dostrzec wymianę dóbr niematerialnych, która odbywa się na płaszczyznach wolontariusz-podopieczny oraz wolontariusz-Stowarzyszenie.

6.1. Motywy działań wolontarystycznych

Ludzie podejmujący się działań wolontarystycznych z założenia godzą się na to, że za swoją pracę nie otrzymają gratyfikacji finansowej, dlatego ważnym było zbadanie, co jest czynnikiem, który skłania te osoby do działania w wolontariacie. Jak wynika z badań, te motywacje mogą być różne. Jedną z nich jest posiadanie dużej ilości wolnego czasu, spowodowane rozpoczęciem studiów dających przestrzeń na dodatkowe zajęcia lub posiadaniem ustabilizowanego życia zawodowego i rodzinnego. Szczególnie w grupie osób w wieku 40 i więcej lat, duże znaczenie miała zmiana sytuacji życiowej związana z brakiem konieczności opieki nad dorastającymi dziećmi czy przejściem na emeryturę. Dodatkowa przestrzeń powodowała większą refleksyjność nad własnym życiem i dysponowanym czasem. Badani postrzegali wolontariat jako remedium na marazm i poczucie znudzenia, urozmaicenie ich dotychczasowego życia, będące atrakcyjnym sposobem spędzania czasu.

Po prostu ta myśl chodziła mi po głowie już od jakiegoś czasu. Wzięła się stąd, że może dlatego, że jestem coraz starsza. W którymś momencie człowiek ma takie swoje przemyślenia, prawda? Co w tym życiu osiągnął dobrego, złego i tak po prostu chciałam sprawdzić bardziej siebie. Chciałam wyjść poza strefę swojego komfortu, bo tak córka wyrosła, prawda, że nie ma małych dzieci, sporo wolnego czasu, no i chciałam tak naprawdę się przekonać czy będę w stanie zrobić coś od siebie dla kogoś więcej (Osoba _12).

Są też osoby, które postrzegały wolontariat jako wartość autoteliczną. Decydując się na niego, chcieli po prostu pomagać innym osobom. Ci rozmówcy posiadali pozytywny obraz wolontariusza jako osoby czyniącej dobro, zasługującej na uznanie i szacunek, a działań wolontarystycznych jako wpływających na otaczającą ich rzeczywistość i niosących ze sobą pozytywne skutki dla całego społeczeństwa. Jednocześnie podnosząc kwestię, że osoby, którym powiodło się w życiu lub mają coś do zaoferowania powinny „dawać siebie społeczeństwu” dla dobra ogółu.

Ja mam takie odczucie, że generalnie mnie się w życiu udało, i finansowo... nie mówię, że jestem krezusem, ale generalnie mam taką sytuację spokojną, stabilną, no i jestem świadoma tego, że nie wszystkim się to udało i po prostu, tak w ramach sprawiedliwości społecznej, czuję taką potrzebę oddania czegoś społeczeństwu (Osoba_3).

Rozpoczęcie wolontariatu wiązało się też z tym, iż działanie na rzecz innych sprawiało rozmówcom przyjemność. Podkreślali czerpanie satysfakcji i odczuwanie radości z pomagania innym, a zaspokojenie potrzeby pomagania odnajdywali właśnie poprzez zaangażowanie się w działania w ramach organizacji pozarządowych. Wśród wolontariuszy znalazły się też takie osoby, które wprost nazwały swoje motywacje egoistycznymi, związanymi z własną potrzebą bycia potrzebnym i ważnym dla drugiego człowieka.

Mam chyba coś takiego w sobie, po prostu jakąś taką osobowość, że potrzebuje uszczęśliwiać ludzi wokół i ja wtedy jestem szczęśliwsza, kiedy ludzie wokół są szczęśliwi, to jakaś taka wewnętrzna potrzeba, więc to się przez wolontariat chyba najłatwiej organizuje (Osoba_30).

Ten mój wolontariat jest dla siebie, a nie dlatego, że ktoś mi kiedyś... tylko dla siebie, żebym ruszyła się, żebym miała cel, o. (...) Mówię ci, to było cały czas na mnie skierowany, to było bardzo egoistyczne, ale zdrowe, jak się okazuje, że ja będę miała z kim wyjść, że ja poznam kawalek dzielnicy (Osoba_2).

Podejmowanie działań wolontarystycznych było motywowane także postrzeganiem siebie jako osoby o większej wrażliwości na krzywdę drugiego, empatii, tolerancji, ciekawości i otwartości na drugiego człowieka. To pokazuje, iż widzą siebie jako osoby o większych predyspozycjach do pracy z osobami potrzebującymi wsparcia i zrozumienia, a także wartościach moralnych. Wystąpiło podkreślanie wyjątkowości wolontariuszy, poprzez zaznaczanie, że nie każda osoba ma predyspozycje do pełnienia

takiej funkcji. Badani zestawiali siebie z innymi osobami nieangażującymi się w wolontariat. Uważali za bardziej obojętnych na krzywdę innych – w ten sposób tworzył im się obraz wolontariusza jako dobrego człowieka posiadającego misję. Wśród badanych w wieku 60 i więcej lat podkreśliło, że mają w sobie dużo litości i są osobami bardziej aktywnymi i pragnącymi od życia czegoś więcej niż ich rówieśnicy.

Gdzieś ciągle czułam, że mi brakuje takiej misji w tym, że brakowało mi takiego poczucia, że to co ja robię na tej uczelni, to komuś rzeczywiście jakąś fajną korzyść przynosi i wtedy zaczęłam myśleć o tym, żeby robić takie projekty, no właśnie z jakąś misją (Osoba_24).

Niejednokrotnie wolontariat miał pełnić też funkcję aktywizującą społecznie, ponieważ w badanej grupie byli wolontariusze, którzy po zmianie miejsca zamieszkania, to właśnie w wolontariacie dostrzegli sposób na poznawanie nowych osób. Chcieli połączyć pomaganie z odwiedzaniem ciekawych miejsc, poznawaniem nowych rozrywek. Dodatkową zaletą wolontariatu było stanie się częścią większej zbiorowości osób posiadających podobne wartości, co pozwalało na wypełnienie potrzeby przynależności.

Znając ogólne powody zainteresowania wolontariatem, zapytano respondentów, dlaczego wybrali właśnie wolontariat na rzecz seniorów. Jak się okazało, na ten wybór czasami miał wpływ przypadek – zobaczenie spotu Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” w Internecie czy w telewizji, który ich poruszył lub szukanie alternatywy dla wolontariatu, z którego byli niezadowoleni. Jednak znacznie częściej przyczyną było zainteresowanie seniorami i tematyką senioralną, ale znalazły się też osoby, które zawsze dobrze czuły się w towarzystwie osób starszych. Wpływ na to miały często relacje z dziadkami lub rodzicami w wieku senioralnym. Jak wynika z przytaczanych we wcześniejszych rozdziałach danych GUS, wnuki są jedną z bardziej aktywnych grup w sieci kontaktów społecznych osób starszych, a co za tym idzie, dziadkowie są ważnymi osobami w ich życiu. Z jednej strony respondenci sygnalizowali potrzebę rekompensaty braku dziadków, których nie mieli okazji nigdy poznać lub ci dziadkowie zmarli, kiedy badana osoba była dzieckiem, albo kontakt z nimi utrudniony przez rozwój choroby, co powoduje potrzebę posiadania „przyszywanego” dziadka lub babci. Z drugiej strony są osoby, które miały bardzo dobry kontakt z seniorami w swojej rodzinie, potrafiły zbudować z nimi dobre relacje, przez co uznawali, że będzie im łatwiej porozumieć się z osobami w podeszłym wieku. Na ten ostatni argument częściej wskazywały osoby

młodsze (do 35. roku życia), natomiast starsi wolontariusze wskazywali na poprawną relację ze starzejącymi się rodzicami.

Moja mama też jest taką osobą starszą, więc jakoś od zawsze mam szacunek i taką jakąś słabość do właśnie osób w podeszłym wieku, bo trochę też utożsamiam pewnie ich z mamą, w sensie, że we mnie emocje to wzbudza (Osoba_24).

No i jakoś mnie to, no to przyszedł do głowy ten pomysł, też ze względu jakoś na moich dziadków. Cieszę się, że oni są zaopiekowani i, że mamy dobry kontakt, ale wiem, że wielu ludzi nie ma, a też dla mnie osobiście samotność jest przerażająca (Osoba_9).

Ja zawsze miałam mega dobre relacje z moimi dziadkami, no i jak zmarli, to po prostu brakowało mi tak totalnie tego typu relacji z kimś starszym, nie z rówieśnikami, nie z ludźmi z pracy, nie z ludźmi którzy chcą od ciebie coś, różnych rzeczy tylko po prostu z ludźmi starszymi, którzy tak naprawdę jedyne czego potrzebują, to żebyś była przy nich i oni już są po prostu zadowoleni, więc stwierdziłam „dobra, spróbuję” i poszłam (Osoba_5).

Bardziej pragmatycznym powodem podejmowania wolontariatu była konieczność odbycia praktyk obowiązujących, m.in. studentów psychologii lub pedagogiki. Osoby te podkreślały, że wolontariat w organizacji takiej jak „mali bracia Ubogich”, pozwalał na praktyczne wykorzystanie wiedzy zdobywanej podczas studiów. Kontakt z osobami starszymi na tym etapie edukacji ułatwiał także podjęcie decyzji o przyszłej karierze zawodowej, czyli określeniu, czy w przyszłości rozmówca będzie chciał pracować właśnie z tą grupą społeczną.

Jestem studentem psychologii, właśnie to też zależało mi bardzo na znalezieniu jakiegoś takiego zajęcia już poniekąd związanego z moją przyszłą pracą, czyli z kontaktem z człowiekiem (Osoba_31).

Wśród badanych w wieku 40 i więcej lat, znalazły się osoby, które poprzez zaangażowanie w wolontariat chciały uspokoić swoje sumienie, ponieważ uważały, iż za mało czasu poświęciły swoim rodzicom, kiedy ci byli w podeszłym wieku, a z powodu śmierci, nie można było im tego wynagrodzić. Potrzeba oddania części swojego czasu i zaangażowania, pozwalała na złagodzenie poczucia winy. Choć jak zaznaczono, nie zawsze w pełni dawało uczucie odkupienia, to wpływało pozytywnie na samoocenę.

Inną przyczyną było poszukiwanie wolontariatu, który opierałby się na bezpośrednim kontakcie z drugim człowiekiem i budowaniu głębszej relacji. Zdaniem

wolontariuszy seniorzy są niedocenianą grupą społeczną i stanowią raczej margines działań wolontarystycznych, przez co budzą w nich dużo współczucia. Jednocześnie doceniają seniorów za ich wiedzę, doświadczenie i potencjał, który nie jest wykorzystywany, co powodowało spełnienie założenia osób, które poszukiwały wolontariatu będącego angażującym intelektualnie i emocjonalnie.

Chciałem spróbować wolontariatu, żeby być bliżej człowieka. I osoby starsze wydały mi się takim ciekawym tematem w kontekście Polski, szczególnie, gdzie myślę, że są w wielu kwestiach bardzo wykluczani i ich potencjał jest zmarnowany, to są często osoby wykształcone i mające rodziny. A wiele możliwe pozostawione, trochę czekające na śmierć. Ta wizja wydaje mi się bardzo przerażająca. Ta samotność to jest coś, czego ja sam się boję w przyszłości. (Osoba_21).

Chciałem uniknąć jakiejś takiej pracy czy opiekuńczej, czy zakupowej takiej realnie fizycznej, bardziej chciałem coś angażującego intelektualnie i emocjonalnie, więc dlatego stwierdziłem, że to jest coś dla mnie (Osoba_11).

Celem podejmowania wolontariatu nierzadko był samorozwój. Był on też traktowany jako nowe wyzwanie, pozwalające na poznawanie samego siebie, swoich ograniczeń i wychodzenie ze strefy komfortu. Postrzegano go jako sposób na rozwój kompetencji miękkich, które wolontariusze będą mogli wykorzystać w swoim życiu codziennym lub zawodowym. Można już w tym miejscu powiedzieć, że wolontariat wpływa na polepszenie kompetencji miękkich posiadanych przez wolontariuszy. Uczy lepszej komunikacji z innymi ludźmi, asertywności, panowania nad emocjami, wyznaczania i realizowania celów. Sprawia również, że wolontariusz ma poczucie sprawczości, wpływu na otaczającą go rzeczywistość poprzez swoje działanie.

No mimo wszystko chcę dać ten swój czas, chcę gdzieś tam spędzić z kimś czas nawiązywać relację, poznawać kogoś, ale też się gdzieś tam samemu rozwijać. W takim kontekście społecznym czy relacji. Wydaje mi się, że też mi dużo brakuje pod tym względem (Osoba_19).

Wolontariat towarzyszący realizowany przez Stowarzyszenie był postrzegany jako dobre rozwiązanie dla osób o introwertycznej osobowości, które chcą pomagać. Forma spotkań z jedną osobą była uznawana za odpowiednią, jednocześnie takie osoby, były skupione na tej relacji i niechętnie uczestniczyły w spotkaniach integracyjnych z innymi wolontariuszami. Za zaletę wolontariatu na rzecz seniorów była uznawana również przewidywalność rozumiana jako aktywność, o jasno określonych zasadach

oraz możliwość zaplanowania z podopiecznym stałego grafiku spotkań, np. ustalenie spotkań w konkretny dzień tygodnia.

W przypadku wolontariuszy akcyjnych motywacje w ogóle do podjęcia wolontariatu nie różnią się od pozostałych wolontariuszy, natomiast wybór okazjonalnego zaangażowania w działania w „małych braciach Ubogich” jest podyktowany osobistymi preferencjami do działań w większych grupach, gdyż praca z jednym seniorem uznawana była za zbyt mało angażującą i ciekawą. Innym powodem była zmiana zamieszkania na miejscowość oddaloną od miasta, gdzie działa mbU. Wolontariusz, który wcześniej miał przydzielonego seniora, przy braku możliwości dojeżdżania na spotkania z podopiecznym, nie chcąc rozstawać się ze Stowarzyszeniem zmienił formę wolontariatu, z czego był zadowolony, bo pomoc w organizacji spotkań dla większej ilości seniorów również była dla niego satysfakcjonująca, a jednocześnie wymagała mniejszej ilości wizyt w większym mieście.

Spośród badanych znaczna większość, bo 27 z 33 osób, przed dołączeniem do Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”, miała doświadczenia z wolontariatem w innych organizacjach. Te osoby miały możliwość działania w innych strukturach, co pozwoliło im na dokonanie porównania oraz ocenę na tej podstawie, co wyróżnia Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” spośród znanych im organizacji. Ponadto, część z badanych działała równocześnie w kilku organizacjach. Łączyli wolontariat towarzyszący w „małych braciach Ubogich” z wolontariatem akcyjnym na rzecz innych podmiotów.

Najpopularniejszymi miejscami okazały się Szlachetna Paczka (4 osoby) oraz Akademia Przyszłości (3 osoby). Były też takie osoby, które świadczyły przez pewien czas pomoc w Domach Dziecka, hospicjach, schroniskach dla bezdomnych, schroniskach dla zwierząt, Domach Pomocy Społecznej czy Domach Samotnej Matki. Kilka osób działało w ramach katolickich organizacji charytatywnych, jak np. Caritas, w tym przypadku wolontariat polegał na pracy fizycznej, rozładowywaniu i załadunku ciężarówek, noszeniu, sortowaniu darów (w okresie badania była to głównie pomoc na rzecz ofiar wojny w Ukrainie), Stowarzyszenie Przymierza Rodzin czy Salezjański Wolontariat Misyjny, w którym wolontariusz był przygotowywany do wyjazdu na misję. Wśród innych organizacji znalazły się te działające przy uczelniach, np. PCK, gdzie wolontariusz pomagał przy organizowaniu oddawania krwi oraz zbieraniu pieniędzy czy AIESEC¹⁰³, w której wolontariusze m.in. organizują konferencje i promują organizację.

¹⁰³ AIESEC to organizacja pozarządowa, której celem jest rozwijanie w młodych ludziach cech liderek poprzez zdobywanie doświadczenia podczas wolontariatów i praktyk zagranicznych. Jest prowadzona

Pojawiał się także udział w jednorazowych akcjach jak wolontariat na dworcu, związany właśnie z wojną w Ukrainie, gdzie pomaga się uchodźcom, czy wolontariat podczas wydarzeń kulturalnych, np. festiwali filmowych. Znalazły się osoby, które poza wolontariatem formalnym lub nieformalnym angażowały się w inne działania społeczne jak rady rodziców, zarządy wspólnoty mieszkaniowej, samorzady szkolne. Współpracę z wymienionymi organizacjami najczęściej kończono z powodu zmian w życiu prywatnym, braku czasu (spowodowanym koniecznością opieki nad innymi członkami rodziny, zbliżającą się maturą lub obroną pracy dyplomowej), poczucia braku możliwości dalszego rozwoju, zmiany miejsca zamieszkania lub przerwania projektu z powodu wybuchu pandemii Covid-19, który spowodował ograniczenia dla wolontariuszy działających w placówkach medycznych (najczęściej wolontariusze nie mogli już przychodzić do pacjentów). Wśród badanych odnajdujemy także osoby, które nie były zadowolone z tych wolontariatów, czuły niedosyt lub zbyt duże obciążenie psychiczne i fizyczne.

To nie wiem, czy na przykład się liczy jakaś praca w samorządzie na studiach. No to byłam przewodniczącą samorządu w pewnym momencie, więc w trakcie studiów działałam w tym, trochę w PCK, też w trakcie studiów gdzieś tam jakieś zbiórki, na przykład pieniędzy albo pomoc przy organizowaniu oddawania krwi na uczelni, czy gdzieś przy jakichś biegach też pomagałam jako wolontariusz, jak coś tam trzeba było podać, przynieść, pozamiatać jakieś takie drobne rzeczy. No generalnie trochę tego było gdzieś tam po troszku (Osoba_30).

W pewnym momencie już dochodzisz do ściany, w sensie, po pierwsze no 3 lata to jest dużo i jakby zdajesz sobie sprawę, że już wszystkiego się nauczyłaś i to było super w tej organizacji, że właśnie mogłaś być trochę jak w normalnej pracy. To znaczy my nie dostawaliśmy za to pieniędzy, ale uczyliśmy się zarządzać zespołem, uczyliśmy się organizować projekty, uczyliśmy się organizować eventy, więc jakby no te wiedzę, jak już zdobędziesz, to jakby tam nie ma już więcej czego się nauczyć, po prostu poczułam, że to już jest tyle, co jestem w stanie tam wyciągnąć stamtąd (Osoba_24).

Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” było alternatywą dla niektórych z tych organizacji. W przypadku Szlachetnej Paczki, świadczona była okazjonalna pomoc np. przy rozładunku paczek albo organizacja całego procesu, od wyboru rodziny, przez

przez młode osoby i opiera się na projektach wspierających realizację wymian międzynarodowych (<https://aiesec.pl/o-nas/> [dostęp:30.07.2023]).

zbieranie funduszy, kupowanie, pakowanie, koordynowanie aż po dostarczenie paczki rodzinie. Dostrzeżoną wadą tego wolontariatu była duża intensyfikacja pracy w krótkim okresie oraz obciążenie psychiczne. Natomiast wolontariusze Akademii Przyszłości, spędzali czas z dziećmi, aby pomóc im w nauce, np. języka polskiego, matematyki itp., na zasadzie jeden wolontariusz na jedno dziecko, raz w tygodniu na 1 godzinę. W przypadku tego wolontariatu problematyczny okazał się brak elastyczności czasu trwania tego wolontariatu (cykl był przewidziany na 1 rok szkolny i nie zalecało się przerywania pracy z dzieckiem w trakcie roku szkolnego). Były też osoby, które dostrzegały swój brak kompetencji w pracy z dzieckiem oraz odczuwały dyskomfort, kiedy przydzielone dziecko nie do końca im odpowiadało personalnie.

No jakby całość tego procesu, to jest o tyle fajne, że to był początek i koniec bardzo konkretny, no ale wymaga dużo czasu, w ciągu tych 3 miesięcy i jest dosyć trudne takie psychologicznie, ale pod innym względem, bo tam trudne było dla mnie wybieranie, która rodzina się nadaje a która nie, bo to naprawdę nie jest takie trywialne. Mamy jakies tam wytyczne jak ta Fundacja, kto powinien, tam jest jakby taka idea mądrej pomocy, że jeśli widzimy, że te paczki właśnie nie pomogą rodzinie wyjść z kryzysu tylko po prostu ona cały czas będzie zależna od pomocy, no to też to jest takie raczej, że średnio. No są wyjątki, ale no to powinna być taka pomoc, która pomoże być takim impulsem do wyjścia ze swojej sytuacji, więc no ciężko to ocenić naprawdę (Osoba _10).

Fajna idea, tylko że bardzo zależy od dziecka. Akurat uważam, że ten [chłopiec], z którym się spotykałam, on... ja czułam takie braki kompetencji, że on miał już na tyle problemy znaczy nie, że duże, no ale takie... myślę, że lepiej by sobie poradził pedagog, psycholog. (...) W kontraście polubiłam w mbU, ten wybór, że jest bardzo taki nacisk na to, żeby pasować do siebie i jeśli coś nie gra, no to można zrezygnować. No wiadomo, to jest też inność, z dzieckiem to, to jednak inaczej jak się zrezygnuje, to ono może poczuć się jakoś odrzucone. (Osoba_10).

Działanie na rzecz seniorów wydawało się wolontariuszom łatwiejszym wolontariatem pod względem emocjonalnym. Porównywali go do wolontariatu na rzecz chorych dzieci, w którym widzieli zbyt duże obciążenie psychiczne oraz obawiali się, że nie posiadają odpowiednich predyspozycji. Za zaletę Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” uznawano też brak wymogu posiadania specjalistycznych umiejętności, np. z zakresu medycyny. Osoby te nie były zainteresowane wolontariatem, który polegałby na opiece nad osobą leżącą, ponieważ obawiały się zbyt dużej odpowiedzialności za powierzoną osobę. Wybór wolontariatu w Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich” był też

w pojedynczych przypadkach spowodowany odrzuceniem innych opcji. Wolontariusze, którzy odrzucali wolontariat na rzecz zwierząt, argumentowali to lękiem przed zwierzętami (głównie psami), zbyt dużą wrażliwością na widok zwierząt w klatkach lub zbyt nudną formą działania. Nie zaobserwowano istotnego zróżnicowania między kobietami a mężczyznami, jakie działania wolontariusze uważali za zbyt obciążające psychicznie. Różnice, które wystąpiły między jednostkami, wynikały z ich cech osobowościowych i indywidualnych doświadczeń.

Nie do końca się czulam emocjonalnie gotowa do wolontariatu na przykład takiego, gdzie spotkałabym, na przykład chore dzieci, tu po prostu psychicznie raczej nie, bo ja jestem taką osobą, która bardzo szybko emocjonalnie reaguje. Wzruszam się, zaraz płacze (Osoba_12).

W schronisku dla psów, to raczej żeby wyprowadzać te psy na spacer, a ja potrzebuję takiego... to by było takie za nudne dla mnie, jeździć do schroniska i brać te psy na spacer i chodzić z nimi samotnie. Ja potrzebowałam takiej aktywności, żeby ja miała tą moc sprawczą (Osoba_20).

Zdarzyły się także przypadki, kiedy wybór Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” był związany z nieskutecznym aplikowaniem do innych organizacji pozarządowych, w sytuacjach, kiedy zostawali zignorowani albo odrzucono ich kandydaturę ze względu na wiek lub zbyt dużą liczbę chętnych. Były też przypadki, kiedy organizacja przeprowadzała rekrutację, np. wolontariuszy medycznych raz w roku, aby zorganizować jedno szkolenie. Natomiast w mbU, nie występują takie ograniczenia – nie odrzuca się kandydatur osób w starszym wieku, nie ma limitu wolontariuszy, a rekrutacja trwa cały rok i nowi wolontariusze są szkoleni na bieżąco.

W sumie to mój pierwszy pomysł, to była pomoc przy jakiś dzieciach i nawet napisałam wtedy w dwa miejsca oferując się jako wolontariusz. Do dzisiaj mi nie odpisali, właśnie wtedy, 2,5 roku temu (Osoba_30).

Miałam 60 lat i mi pani psycholog powiedziała, że wie pani, bo byłam w domu dziecka, chciałam być wolontariuszką dla dziecka, dla wnuka, bo moje wnuki były starsze wtedy, chodziły do szkoły. Powiedziano mi, że „no wie pani w tym wieku to... a jak pani umrze to dziecko znowu zostanie odrzucone”, ale ja mówię, że babcie prawdziwe też umierają, „no tak, ale to trauma” (Osoba_2).

Na podjęcie decyzji o podjęciu wolontariatu miały wpływ również pobudki religijne. Z przeprowadzonego badania wynika, że zarówno wśród kobiet, jak i mężczyzn

znalazły się osoby, które zadeklarowały podejmowanie działań wolontarystycznych w organizacjach religijnych, to jednak jedynie wśród mężczyzn były osoby, które wprost motywowały podejmowanie wolontariatu, ze względu na nakazy religijne, mówiące o konieczności niesienia pomocy potrzebującym. Natomiast kobiety częściej nawiązywały do idei „dobro powraca”, co może być spowodowane większym znaczeniem właśnie tej motywacji nad innymi.

Mam taką cichą nadzieję, że dobro wraca. Nie wiem, może to jest takie, może egoistyczne, może nie, ale mam taką po prostu cichą nadzieję, że rzeczywiście, jeżeli się pomaga drugiej osobie, to wiadomo, że ona jakby z tego najwięcej jakby korzysta i to jest jakby robione ku jej dobru, ale z drugiej strony mam po prostu taką nadzieję, że gdybym ja kiedyś znalazła się w jakiejś podobnej sytuacji, no to też byłyby osoby, które byłyby może w stanie mi pomóc (Osoba_25).

Chciałbym pokazać swoim zachowaniem, swoim życiem, że wiara też jest u mnie ważna (Osoba_26).

Niewielu z badanych wolontariuszy ma w swojej rodzinie osoby, które są zaangażowane w formalny wolontariat, są to pojedyncze przypadki zaangażowania w Caritas, Szlachetną Paczkę czy PCK. Natomiast ponad połowa z rozmówców zaznaczyła, iż choć ich bliscy nie są wolontariuszami, to jednak angażują się w pomoc sąsiedzką, pomoc na rzecz dalszej rodziny, działają we wspólnotach religijnych czy harcerstwie, wspierają też akcje charytatywne poprzez wpłacanie pieniędzy. Szczególnie podkreślana była prospołeczna postawa rodziców, która miała znaczenie dla rozmówców. Pozwala to wnioskować, iż bliski kontakt z osobami, które dają przykład niesienia bezinteresownej pomocy innym, zwiększa potrzebę powielania takiego zachowania przez młodsze pokolenie i naśladowanie takiego zachowania. Postawa prospołeczna miała znaczenie dla badanych i nie dostrzeżono istotnych różnic ze względu na płeć, wiek czy staż wolontariacki.

Moja mama często pomaga w różnych akcjach. Ona po prostu nie ma czasu na taki stały wolontariat, ale od kiedy pamiętam, od kiedy byłem mały, ona zawsze pomagała w jakichś takich powiedzmy, jednorazowych akcjach, czy to była jakaś paczka na święta dla dzieci z domów dziecka, czy chociażby niedawno z wojną, jak jest wojna na Ukrainie i są osoby z Ukrainy gdzieś tam właśnie w moim rodzinnym mieście, to też przygarnęła (Osoba_22).

Jakoś po prostu nauczyli mnie rodzice pomagać, że należy pomóc, tak mnie wychowali, więc zawsze starali się to mi pokazywać i ja chyba z domu rodzinnego to wyniosłam w jakiś sposób (Osoba_7).

Myślę sobie, że to gdzieś zawsze było w środku we mnie i przekazane trochę od rodziców, którzy mają dużo empatii w sobie, szczególnie ojciec i pomagał wszystkim, nie tylko rodzinie, ale też sąsiadom, ludziom dookoła, no i ja czułem, że to jest po prostu gdzieś w środku i chciałbym też innym pomagać (Osoba_21).

Jednocześnie wśród wolontariuszy, którzy założyli już rodziny, pojawiła się idea, dotycząca przekazywania prospołecznej postawy swoim dzieciom. Nie chcą jedynie mówić, jak powinno się postępować w życiu, ale także pokazywać. Chcą być wzorem dla młodszego pokolenia i na tym budować swój autorytet.

Zdaje mi się, że jest to też jakiś aspekt tej mojej pracy pokazać, nie mówić o tym co jak powinno wyglądać, tylko pokazać swoim życiem, co jest dla mnie ważne, co robię z wolnym czasem, no i w ten sposób wpłynąć na moje dzieci (Osoba_6).

W kręgu znajomych poziom zaangażowania jest na niskim poziomie. Choć są wolontariusze, którzy starają się zachęcić swoich znajomych, u których wyczuwają potencjał do pomagania, i zdarza się, że z pozytywnym skutkiem, bo znajomi angażują się w przygotowanie Szlachetnej Paczki, pomoc ofiarom wojny w Ukrainie, pomoc w organizacji zbiórek pieniędzy. To jednak wolontariusze czuli się wyjątkami pod tym względem wśród swoich znajomych.

Mam jedną znajomą, która jest wolontariuszką przy tej akcji oddawania szpiku. I pewnie jakąś jedną mam, która jest wolontariuszką w... takim ten... zajmuje się zwierzętami w schronisku, ale to są nieliczne przypadki (Osoba_24).

Okazuje się, że niemałe znaczenie ma także środowisko pracy, ponieważ zdarzają się miejsca, w których wolontariat jest bardzo pozytywnie postrzegany. Jednym z nich są szkoły, gdzie nauczyciele go promują i zachęcają swoich uczniów do takich działań. Z kolei ośmiu wolontariuszy zadeklarowało, iż w firmach, w których pracują jest rozwijana idea wolontariatu pracowniczego. Są to głównie korporacje, które pozwalają pracownikom na wybór organizacji, którym będą pomagali. Organizują projekty na rzecz dzieci lub zwierząt, jednak części z rozmówców udało się w ramach tego wolontariatu wesprzeć Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich”, które proponowali jako organizację, na rzecz której będą zbierane pieniądze. W niektórych firmach, pracownicy mają dodatkowe dni urlopu, które mogą wykorzystać na działania wolontarystyczne, choć

wolontariusze nie wykorzystywali ich na wolontariat w „małych braciach Ubogich”, co może wynikać z faktu, iż wolontariat ten ma elastyczną formę i nie wymusza konieczności spotkań w godzinach pracy.

Bardzo częste są zbiórki i wszyscy są do niej zachęceni. Robiliśmy na początku wojny, no to robiliśmy kiermasz, na rzecz Ukrainy, z licytacją. Jakąś tam poważną sumę żeśmy zebrali i jest sporo takich działań, no głównie są zachęcane dzieci, ale my też w sumie jesteśmy zachęceni jako dawanie przykładu, ale też, po prostu, to jest postrzegane jako wartościowe (Osoba_9).

Można sobie było wziąć jako wolne, ale pod tym warunkiem, że właśnie szło się zrobić coś dobrego, czyli albo szliśmy do takiego stowarzyszenia, które też tutaj działa przy krakowskich Dominikanach, którzy robią ozdoby świąteczne. Tam pomagaliśmy im robić anioły czy coś w tym stylu, albo organizacja jakiegoś takiego kiermaszu różnych rzeczy właśnie u nas w biurze. Dowolność zupełna. Teraz w firmie też mamy takie 2 czy 3 miesiące, gdzie właśnie ten wolontariat bardzo się aktywizuje i faktycznie przełożeni są bardzo tacy wyrozumiali, co do tego, że bierzesz pół dnia wolnego, bo jest jakaś inicjatywa, więc w tym roku też na przykład odmalowaliśmy ścianę w sierocińcu, ale jakby przeróżne takie inicjatywy, bo naprawdę tylko nasza gdzieś tam wyobraźnia, pomysł determinuje to co będziemy robić, więc tak, no to są bardziej takie aktywne inicjatywy niż zbieranie środków (Osoba_28).

Jednak w większości miejsc, pracodawcy w ogóle nie podejmują tematu wolontariatu lub przekazywane są tylko informacje o organizowanych zbiórkach pieniędzy. W pojedynczych przypadkach pracodawca posiadał własną fundację lub jedynie informował pracowników o przekazanych środkach na pomoc potrzebującym. Szczególnie osoby pracujące w sektorze publicznym podkreślały brak możliwości zaangażowania się w wolontariat pracowniczy czy promocję wolontariatu.

Zarówno osoby z doświadczeniem w innych organizacjach, jak i te rozpoczynające swoją przygodę z wolontariatem, aplikując do mbU były proszone o określenie swoich oczekiwań, wobec tego, czego doświadczą podczas wolontariatu oraz samego podopiecznego. Część z wolontariuszy swoje oczekiwania ograniczała do konieczności bliskiej lokalizacji podopiecznego, aby dojazdy do seniora nie zajmowały zbyt wiele czasu. Znalazły się też osoby, które preferowały osobę konkretnej płci, co było argumentowane większą swobodą w komunikacji i zrozumienia drugiej osoby. Jednak preferencja, dotycząca budowania relacji z podopiecznym płci męskiej, nie zawsze mogła zostać spełniona, ponieważ, jak wynika z danych Stowarzyszenia,

podopiecznymi są głównie kobiety. W tej sytuacji, koordynatorzy najczęściej proponowali kobietę i jeżeli spotkało się to z aprobatą wolontariusza, dochodziło do ich spotkania.

Były też osoby, które chciały, aby senior był sprawną fizycznie osobą, z którą można wychodzić na zewnątrz. Byli to wolontariusze nastawieni na to, że wolontariat będzie pozwalał na aktywne spędzanie czasu po pracy oraz nadrobienie zaległości w obszarze kulturalnym, takim jak wyjścia do kina lub teatru. Wpływ też na to miała osobowość seniora, a wolontariusz lepiej czuł się działając, gdyż statyczne spędzanie czasu uważał za zbyt męczące i demotywuujące.

Jestem osobą też taką aktywną trochę, że jeżeli by się zdarzyło, że taki podopieczny, który byłby chętny, żeby może gdzieś wychodzić albo może odwiedzać jakieś miejsca, jakieś nie wiem, kino, teatr, muzeum, cokolwiek, to że w sumie ja też bym była skłonna do tego, że moglibyśmy gdzieś wychodzić, że nie ma jakby problemu, ale to nie było tak, żebym ja z góry informowała, że ja nie chcę takiego, takiego, takiego podopiecznego, bo ja też nie wiedziałam, czego się spodziewać (Osoba_25).

Zrealizowane badanie wykazało, iż duże znaczenie miało odpowiednie dopasowanie wolontariusza z podopiecznym pod względem zainteresowań, światopoglądu i podejścia do życia. Wolontariusze mieli obawy, że senior może okazać się zbyt zatwardziały w swoich poglądach politycznych czy religijnych i będzie narzucał im swoje zdanie. W przypadku oczekiwań od podopiecznego, najczęściej wymieniano, iż musi to być osoba niepaląca. Pojawiały się też sugestie, że nie może to być osoba z niepełnosprawnością umysłową, zaburzeniami psychicznymi, obniżonym nastrojem. Wynikało to z obaw wolontariuszy, że nie posiadają odpowiedniej wiedzy i narzędzi do pracy z takimi osobami, ale także że będzie to dla nich zbyt obciążające psychicznie. Wolontariusze nastawieni na budowanie głębokiej relacji, zakładali, że z tymi seniorami nie będzie to możliwe, co było czynnikiem powodującym odrzucenie takiej propozycji podopiecznego. Inne wymienione sugestie dotyczyły osób posiadających kota, w przypadku wolontariusza uczulonego. W pojedynczych przypadkach od seniora oczekiwano akceptacji wizyt z psem, incydentalnych wizyt z dziećmi lub wizyt w określonych godzinach.

Wśród młodszej grupy wolontariuszy (do 35. roku życia) znalazły się osoby, które początkowo posiadały bardzo idealistyczną wizję wolontariatu towarzyszącego. Wyobrażali go sobie jako relację z seniorem opartą na przyjaźni lub też przypominającą

relację wnuka/wnuczki z dziadkiem/babcią, zaś sam senior miałby być dobrą i ciepłą osobą o ciekawej historii. Natomiast w przypadku wolontariuszy-seniorów pojawiło się oczekiwanie, że poprzez ten wolontariat zyskają koleżankę/kolegę do rozmów.

Wchodząc do Stowarzyszenia, patrzyłam na nie przez różowe okulary. Ja miałam wizję osób starszych, które tak bardzo wyczekują towarzystwa. Tak bardzo go pragną, że nasze stosunki, kiedy będziemy się już spotykać, mam bardzo przyjazne, że będziemy sobie wdzięczni za swoją obecność, że to nie będzie tak, że coś nam nie będzie pasować, że będą jakieś różnice światopoglądowe, które spowodują, że się będziemy źle czuć ze sobą. Nie myślałam o takich rzeczach. Uważałam, że jesteśmy w takiej sytuacji, szczególnie te osoby starsze, że będziemy się spotykać długo i szczęśliwie w przyjaźni (Osoba_18).

No ja to traktowałam tak, że nie mam dziadków, więc dla mnie to będzie taka babcia i tak jakbym miała taką relację z babcią, że chciałam właśnie, żeby mnie uczyła lepić pierogi, żebyśmy razem gdzieś wychodziły, że będę poświęcała jej właśnie taki czas, który bym poświęcała dziadkom gdybym ich miała. No chyba to tak już bardziej, takie miałam założenie, że to będzie taka moja babcia (Osoba_4).

Pierwszym etapem, kiedy nowi wolontariusze mogli zweryfikować swoje wyobrażenia i oczekiwania, był proces rekrutacji do Stowarzyszenia i szkolenie wprowadzające. To wtedy badani dowiadywali się, jakie są główne założenia tego wolontariatu, jakie działania wchodzą w zakres ich obowiązków, a czego nie wolno im robić. Osoba szkoląca informowała także z jakimi problemami mogą się spotkać podczas podejmowanych działań.

Poczytałam trochę zanim się zgłosiłam, później też przy podpisywaniu umowy [koordynatorka] mnie o wszystkim poinformowała. Jakby wiedziałam co jest w zakresie moich obowiązków a czego nie powinnam robić, zresztą odbyłam te wszystkie wstępne szkolenia, jakby na tym szkoleniu trochę mi się oczy otworzyły i stwierdziłam „ojej ci seniorzy to naprawdę mogą mieć różne pomysły, mogą w różny sposób próbować na nas wpłynąć, trochę nami manipulować i też trochę wymuszać niektóre z tych... no do swoich celów nas wykorzystywać jakby” (Osoba_8).

Później często oczekiwania potwierdzały się w praktyce i wolontariusz był zadowolony z budowanej relacji, nabierał większego przekonania do słuszności podjętych działań, rosło jego przywiązanie do organizacji, albo wręcz pozytywne zaskoczenie. Miało to miejsce zwłaszcza, kiedy wolontariusz nie miał zbyt

skonkretyzowanych oczekiwań względem podopiecznego. Jednocześnie zauważalna była tendencja, iż to wolontariusze płci męskiej częściej deklarowali, że przed rozpoczęciem wolontariatu nie mieli żadnych oczekiwań, byli otwarci na każdą osobę i nie wykluczali osób z niepełnosprawnościami czy leżących. Jednak oczekiwania też ulegały zmianie pod wpływem realnej pracy z seniorem. Zdarzały się sytuacje, kiedy po kontakcie z osobą starszą oczekiwania zaczęły się dopiero krystalizować.

Mam oczekiwania wobec tej relacji, ale one się wzięły z tego, jak one się dopiero stworzyły, jak już wiedziałam, jak to mniej więcej wygląda, więc no, mam takie oczekiwania, które mogą się spełnić, powiedzmy mniej więcej w sensie, no oczekuję od [podopiecznej], że będzie ze mną szczerą, że będzie też mnie jakoś wspierać (Osoba_10).

No gdzieś pewnie jak się człowiek zastanawia już i wyobraża przed przystąpieniem realnie do pracy, no to ma się tą wizję tego, że się pozna miłą, sympatyczną staruszkę, która trochę zastąpi babcię albo, że to będzie taka relacja prawie rodzinna, więc takie to było to pierwotne wyobrażenie, które mocno zostało zweryfikowane. (...) W sensie odbiegał mocno od moich tych pierwotnych idealistycznych wizji, jakby bardzo doceniam to, że już na etapie przygotowań do tego, żeby zacząć wolontariat, te cukierkowe wizje zostały nam mocno okrojone, więc jakby przygotowano nas do tego co może się wydarzyć, z czym możemy mieć problem, więc kiedy już jakby przystępowałem do tego realnie, kiedy już miałem poznać tą osobę, z którą się miałem spotykać się dalej, wiedziałem, że to nie wygląda tak jak sobie mogłem to wyobrażać (Osoba_11)

Myślałem, że po prostu będę się spotykał ze starszą osobą, sobie będziemy gadać, że pewnie będą jakieś wyzwania typu kwestie zdrowotne, jakieś narzekanie na to coś i że zobaczymy, ale trochę sobie wtedy nie zdawałem sprawy, że to będzie taka szkoła granic i asertywności (Osoba_16).

Wolontariusze nabierając doświadczenia, wiedzieli już czy taka forma relacji im odpowiada, czy jednak potrzebują zmian. Osoby, które miały więcej niż jednego podopiecznego w trakcie relacji z pierwszym seniorem, konkretyzowały swoje oczekiwania. Często dopiero wtedy się one pojawiały w opozycji do poprzednika, np. oczekiwanie, aby nowy podopieczny był bardziej otwarty na słuchanie, był sprawny fizycznie i chętny na aktywne spędzanie czasu albo miał określoną płć (np. po seniorce, wolontariusz chciałby mieć podopiecznego-mężczyznę).

Motywacje wolontariuszy do podjęcia wolontariatu na rzecz seniorów są ważne, natomiast warto również poznać ich motywacje do jego kontynuowania. Najczęściej

wskazywanym motywem było nawiązanie głębszej relacji z podopiecznym, kiedy senior stał się bliską osobą, czasami przyjacielem. Kluczowe okazało się poczucie, że jest się potrzebnym i ważnym dla tej osoby, że senior czeka na spotkanie.

W tej chwili z [podopieczną], to już jest taki poziom przyjaźni, tak bym powiedziała, więc jakbym formalnie się wypisała ze Stowarzyszenia, to prawdopodobnie... znaczy na pewno bym z nią utrzymywała kontakt w ten sam sposób. Czuję się już z nią związana po prostu (Osoba_9); ona liczy na to, że ja przyjdę... więc jasne, czasami są sytuacje, kiedy naprawdę nic się nie chce, a w sumie nie mam humoru. Jeszcze jak sobie myślę, że kurczę pewnie będzie znowu narzekanie, na przykład na ten stan zdrowia, no to mogłabym, nie wiem, porobić coś w pracy albo zrobić jakiś progres z moim językiem obcym i tak dalej. Sobie myślę, że ona po prostu na mnie liczy i to sprawia, że ja się ubieram i idę już do niej (Osoba_28).

Pozytywnie odbierane jest to, kiedy seniorzy okazują swoją wdzięczność i przywiązanie. Nie zawsze jest to zwerbalizowane, natomiast często wystarczy uśmiech, szczerza rozmowa, podekscytowanie jako reakcja na spotkanie, smutek podczas pożegnania, traktowanie wolontariusza jak członka rodziny czy przekazywanie do koordynatora, że jest się zadowolonym z otrzymywanego wsparcia. Dodatkową wartością jest ogromna wdzięczność seniorów. Badani wolontariusze przyznawali, że przyzwyczaili się do swoich podopiecznych i takiego trybu życia, w którym seniorzy są częścią ich codzienności.

Kilka razy powiedziała mi, że ja jestem pierwszą osobą, która wyciągnęła do niej rękę bezinteresownie, nie oczekując niczego w zamian, bo w jej przeszłości takie miała doświadczenia, że wszystko co robiła, gdzieś chowała się za tym cena, bo musiała wcześniej czy później za to zapłacić. Takiej pomocy szczerzej z serca (Osoba_21).

I dlaczego jestem ciągle? Bo trochę przyzwyczajenie, żeby być potrzebną (Osoba_2).

Okazuje się, że wolontariat na rzecz seniorów to też sposób na zdobycie nowej wiedzy, badani mogą nauczyć się czegoś od starszej osoby, poznać inne spojrzenie na rzeczywistość. W badanej grupie wolontariusze-mężczyźni podkreślali, że wartością jest dla nich kontakt z seniorem, który stanowi dla nich źródło wiedzy historycznej, nie będącej przekazem książkowym, a pełnej anegdot z życia rozmówcy i bazującej na jej własnych przeżyciach. Takie rozmowy są uznawane za bezpośredni kontakt z historią,

co potęguje świadomość, iż jest już coraz mniej seniorów pamiętających, np. czasy II wojny światowej czy okresu tuż po niej. Natomiast kobiety częściej wskazywały na potrzebę okazywania szacunku i zainteresowania seniorom, właśnie ze względu na ich przeżycia i doświadczenia ciężaru wydarzeń historycznych.

Pojawiało się też poczucie obowiązku, ponieważ niektórzy wolontariusze cenili w sobie sumienność. Porzucenie zajęcia, do którego się zobowiązali, było przez nich negatywnie odbierane, a ta cecha dominowała wśród wolontariuszy w średnim wieku 36-55 lat. Innymi motywatorami była duża nadzieja, że ich odwiedziny sprawiają przyjemność seniorowi czy odnalezienie w wolontariacie sposobu na odpoczynek od codziennych problemów.

Po prostu lubię spędzać czas z moją seniorką, to mnie motywuje. Sprawia mi to przyjemność, po prostu, że mogę przyjść sobie... możemy porozmawiać... tak mam te 2 godziny w tygodniu po prostu, gdzie nie patrzę w telefon, rozmawiam z nią, coś jej pomagam (Osoba_1).

Spotkania z seniorem mogą też być źródłem inspiracji do zmian w swoim życiu, większej refleksyjności nad swoją przyszłością. Zaobserwowano, iż w przypadku tej motywacji miała znaczenie długość relacji z seniorem. Dłuższa relacja pozwalająca na bliższe poznanie powodowała, iż senior był darzony większym zaufaniem i jego zdanie w różnych kwestiach, np. zdrowotnych, światopoglądowych czy relacji międzyludzkich, częściej było respektowane i miało wpływ na życie wolontariuszy.

Chyba właśnie to, że tak jakby chyba [podopieczny] właśnie dał jakąś taką inspirację. Właśnie, że to jest taka osoba z zasadami, z wartościami, że jest taki pozytywny, że czasami no szkoda, to ja mam jakieś takie, nie wiem... jakieś takie gorsze dni, bo na przykład tak się myśli o tym co się ma, żeby jakoś zrobić karierę, albo może będą jakieś pieniądze, jakieś lepsze życie. On ma taką prostotę w tym i że coś tego typu, że wszystko się da zorganizować na wszystko jeszcze czas, że jestem jeszcze młoda i jakąś taką mi daje, jakąś taką siłę. Paradoksalnie on. Czasami jest to taka wymiana (Osoba_33).

Motywacją do kontynuowania wolontariatu w „małych braciach Ubogich” jest sposób organizacji tego podmiotu. Pozytywne nastawienie i otwartość pracowników mbU, a także elastyczna forma wolontariatu pod względem czasu wykonywanych zadań. Za zaletę jest uznawane również możliwość ustawicznego rozwijania relacji oraz swoich kompetencji. Inną zaletą jest to, że efekty podejmowanych działań są od razu widoczne np. poprzez radość i zadowolenie seniora. Taka sytuacja powoduje, że relacja się

umacnia i nawet kiedy powodem do dołączenia do „małych braci Ubogich” były praktyki zawodowe, to rozwój relacji powoduje, że po ich odbyciu, wolontariusz zostaje w Stowarzyszeniu na dłużej.

Aktualnie jest to po prostu chęć, no przebywanie z tymi osobami i sprawienie, żeby się nie czuły samotnie po prostu, bo godziny tam już prawdopodobnie wyrobiliśmy albo wyrobimy niedługo, a ja sobie nie wyobrażam teraz, żeby ich zostawić, bo to by było po prostu zbyt trudne i dla mnie, i dla nich (Osoba_29).

Działania wolontarystyczne są postrzegane przez wolontariuszy jako pewnego rodzaju wymiana doświadczeń. Z jednej strony seniorzy dzielą się swoimi historiami, przemyśleniami i wiedzą, jednak wolontariusze (szczególnie z grupy do 35. roku życia) również chcą się dzielić swoją wiedzą np. na temat nowych technologii czy życia jakie prowadzą. Czerpią satysfakcję z bycia łącznikiem między seniorem a światem młodszego pokolenia.

6.2. Działania na rzecz seniorów i wyzwania dla wolontariuszy

Jedną z motywacji do podejmowania działań wolontarystycznych na rzecz osób starszych jest sama forma tego wolontariatu, dlatego warto przyjrzeć się jak on wygląda z perspektywy osób badanych. Ważnym momentem, zarówno dla wolontariuszy, jak i seniorów było pierwsze spotkanie, dosyć stresujące, bo zazwyczaj obu stronom zależało na dobrym zaprezentowaniu się. Na początku koordynator przedstawiał wolontariuszowi profil seniora, który był tworzony na podstawie przeprowadzonego wywiadu – zawierał informacje np. o niepełnosprawnościach, miejscu zamieszkania, nałogach czy obecności zwierząt. Jeżeli wolontariusz był zainteresowany daną osobą, umawiano go na pierwsze spotkanie. W niemal wszystkich przypadkach odbywało się to w miejscu zamieszkania seniora i w obecności koordynatora wolontariatu. Zdarzały się sytuacje, że już podczas pierwszego spotkania poruszana była kwestia oczekiwań, co do terminów czy godzin odwiedzin, ale też przedstawienie się oraz zaprezentowanie swoich zainteresowań. Przyjęło się, że pierwsze spotkanie jest krótkie, bo trwa zazwyczaj 30-40 minut w obecności koordynatora, który w przypadku wyrażenia takiej chęci, zostawia podopiecznego z wolontariuszem samych. Po takim spotkaniu wolontariusz określał się, czy chce kontynuować odwiedzanie właśnie tej osoby. Kiedy odpowiedź była pozytywna, wolontariusz i senior wymieniali się numerami telefonów. Warto dodać, że

są wolontariusze, którzy stwierdzali, że już na tym zapoznawczym spotkaniu znaleźli nie porozumienia z seniorem i byli pewni swojej decyzji.

To spotkanie było bardzo pozytywne, to znaczy już od razu zauważyłam, że moja [podopieczna] będzie bardzo gadatliwą osobą i wydaje mi się, że właśnie to jest taki typ osoby, która bardzo chce, żeby być wysłuchana i przez to, że ona może się podzielić tymi swoimi historiami, to to daje takie poczucie, że ktoś chce jej posłuchać, że ona w końcu może powiedzieć to, co jej tam leży na tej wątrobie, więc no wiedziałam, że moja rola tam będzie głównie takiego słuchacza i po prostu powiernika wszelkich problemów (Osoba_28).

Zaiskrzyło, znaczy podobało mi się jej poczucie humoru takie bezpośrednie (...) Więc podobało mi się to, że ona była nie tak stereotypowo, jakby wiesz, na przykład bardzo poważna, jakaś taka, tylko smutna. Miała jakieś swoje różne, oczywiście swoje jakieś tam, kwestie zdrowotne i tak dalej. Miała też bardzo, takie bym powiedział, ironiczne poczucie humoru i to mi się podobało (Osoba_16).

Od początku budowania relacji osobowość obu stron miała znaczenie, w tym podobne poczucie humoru, wspólne zainteresowania, ciekawa historia seniora. Jednak byli też wolontariusze, dla których najważniejsza była misja. W tym przypadku dopasowanie charakterologiczne z seniorem nie stanowiło kluczowej kwestii, przynajmniej na początku wolontariatu. Taka postawa był częściej spotykana wśród mężczyzn (bez względu na wiek) oraz kobiet w wieku 60 i więcej lat. Dodatkowo wolontariusze-seniorzy byli bardziej otwarci na rozpoczęcie i kontynuowanie relacji z „trudnymi przypadkami”, czyli seniorami, którzy często zmieniali wolontariuszy ze względu na swoje usposobienie i cechy charakteru. Kontynuują relację również w sytuacji, gdy nie jest ona dla nich do końca satysfakcjonująca. Taka postawa starszych wolontariuszy może świadczyć o ich większej wyrozumiałości i poczuciu misji, ale także przekonaniu, iż lepiej poradzą sobie z bardziej wymagającymi osobami niż młodszy i mniej doświadczony wolontariusze. Podkreślali przy tym swoją asertywność i bezpośrednie podejście do rozmówców.

Ja nie miałem takiego podejścia, że zobaczę na pierwszym spotkaniu, że albo to będzie to, albo to nie będzie to, że podczas spotkania zdecyduje, bo ja uważam, że to byłoby takie nie w porządku do tej osoby, że ja sobie, powiedzmy, wybieram podopieczną jak delikcje w sklepie, że albo te wezmę albo te wezmę. To jest relacja, to jest człowiek. Wiadomo, relacja się tworzy, ale gdyby były rzeczywiście jakieś na samym początku, jakieś takie mocne przeciwskazania, co

by mnie na przykład jakoś tam dystansowało albo tę osobę, to myślę, że to pewnie trzeba by było zmienić podopieczną, natomiast ja tutaj byłem otwarty (Osoba_32).

Ta pani nie jest taka, wiesz, moja krew, bo ona nie jest zainteresowana ani kinem, ani teatrem, ale rozmawiamy o wnukach, dzieciach. Nie satysfakcjonuje mnie jako mnie, że „ja wiesz widziałam coś tam, bo ja idę na przykład, a ty nie idziesz, ale ja ci opowiem”. Nie jest tym zainteresowana, nie do końca mnie to satysfakcjonuje, ale nie sprawia mi to przykrości (Osoba_2).

Na to, jak wyglądają spotkania z seniorami, największy wpływ miał ich stan zdrowia. Jeżeli występowały problemy z chodzeniem, to rzadziej decydowali się na wychodzenie ze swoich domów. Dodatkowym czynnikiem, zniechęcającym ich do tego była infrastruktura budynku, w którym mieszkali, czyli 4. piętro bez windy lub ostatnie piętro z windą dojeżdżającą tylko do przedostatniego. Czas spędzany w mieszkaniach/domach seniorów wypełniony był najczęściej rozmową przy kawie/herbacie, ale zdarzały się gry w karty, układanie puzzli, oglądanie telewizji, oglądanie starych zdjęć, słuchanie audycji radiowych. Byli też seniorzy, którzy spotykali się w mieszkaniu i tylko sporadycznie, przy ładniejszej pogodzie wychodzili na spacer po najbliższej okolicy.

[Podopieczna] bardzo potrzebuje pomocy przy spacerze, bo jest osobą z dysfunkcją chodzenia i ostatnio właśnie staramy się spędzać aktywnie na spacerze, więc ja przyjeżdżam na umówioną godzinę, [podopieczna] jest gotowa, zjeżdżamy windą, ona musi poruszać się o kulach, a ja jestem też taką asystą na wszelki wypadek, z wózkiem inwalidzkim z tyłu. No oczywiście trwa rozmowa o sprawach prywatnych, [podopieczna] jest zawsze bardzo zainteresowana moim życiem. Rozmawiamy o sprawach codziennych, o tym co nas otacza. Klasyczna rozmowa i spacer. Tak wyglądają nasze ostatnie spotkania (Osoba_6).

Szczególnie chętnie z takich spacerów korzystały osoby niewidome lub niedowidzące, które czuły się bezpieczniej, kiedy towarzyszyła im druga osoba. Pojawiły się jednostkowe przypadki, kiedy osoba starsza była nastawiona tylko na aktywne spędzanie czasu.

W ogóle to nie było siedzenia w mieszkaniu nigdy, bo [podopieczna] wyszła z założenia, że ona chce mieć wolontariusza, najlepiej mężczyznę, który będzie z nią wychodził na spacer. Będzie z nią chodził, spotykał się, to na siłownię taką na powietrzu czy na kijki (Osoba_19).

Są też osoby starsze, spragnione kontaktu z innymi ludźmi i przebywania w takich miejscach jak kawiarnie, kina, filharmonia, a w okresie zimowym jarmarki bożonarodzeniowe. Chętnie korzystające z organizowanych przez mbU atrakcji, „Wakacji jednego dnia”, spotkań z innymi parami wolontariusz-podopieczny, wyjazdów za miasto czy spotkań świątecznych. Zdarzały się przypadki, kiedy aktywne spędzanie czasu było związane ze sporządzoną „listą marzeń” seniora, dostosowaną do jego możliwości psycho-fizycznych, na której znajdowało się wyjście do konkretnego muzeum, odwiedzenie cmentarza czy bliskiej osoby. Wszyscy seniorzy, w tym ci, którzy nie wyrazili potrzeby posiadania wolontariusza towarzyszącego, mogą skorzystać z atrakcji proponowanych przez wolontariuszy akcyjnych, np. spotkań w większym gronie seniorów, zwiedzanie muzeów, wystaw, udział w warsztatach – niemal zawsze rodzaj atrakcji zależy od pomysłowości wolontariuszy i seniorów. Niemniej seniorów, którzy nie mają wolontariusza jest w Stowarzyszeniu mało, gdyż jedynie 10¹⁰⁴.

Mieliśmy okazję zorganizować małe inicjatywy wolontariuszy, mieliśmy taką fajną grupę. Naszym tematem przewodnim to było właśnie taka podróż kulinarna i wybieraliśmy się do restauracji z daniami, których założyliśmy, że nasi podopieczni niekoniecznie mieli okazję spróbować, prawda, no i trafiliśmy w sumie w dziesiątkę, bo faktycznie tak było, no więc podczas takich spotkań wiadomo, więc przynajmniej 3 podopiecznych, więc nawet uważamy to za taki nasz sukces, z tego powodu, że moja [podopieczna] i inna pani podopieczna zawiązały bardzo fajną relację wymieniły się telefonami. Kontaktują się ze sobą także to jest coś co jest fajne i na tym nam zależy. Jakby ja osobiście jestem tak nakierunkowana, że właśnie stawiamy na aktywizację. Jestem teraz na etapie wymyślania warsztatów różnych, jakiś takich zajęć bezpiecznych dla seniorów, takich na miarę ich możliwości a jednocześnie właśnie dających tą możliwość tej takiej integracji w mniejszych troszeczkę grupach czy podzespołach, bo wychodzę z założenia, że nawet jak będzie 5 czy 10 osób to zawsze z tej grupy jakaś jedna może komuś przypaść do gustu i już może wypełnić tą lukę, tą samotność tego podopiecznego (Osoba_12).

Część spotkań opiera się na regularnych odwiedzinach seniora, raz w tygodniu na ok. 2 godziny, choć są przypadki, kiedy spotkania są elastyczne, wynika to m.in. z rodzaju wykonywanej pracy zawodowej przez wolontariusza – wymagającej podróży lub pracy zmianowej. Zdarzały się sytuacje losowe, kiedy wolontariusz zgłaszał, że nie

¹⁰⁴ Dokładnie na 779 seniorów, 769 ma przydzielonego wolontariusza. Dane aktualne na dzień 4.09.2023 r.

będzie mógł odwiedzać seniora przez dłuższy czas, np. z powodu wyjazdu służbowego, podróży poślubnej czy choroby. Wtedy ustalano z seniorem czy potrzebuje jakiegoś zastępstwa na ten czas i jeżeli podopieczny wyrazi taką potrzebę Stowarzyszenie starało się rozwiązać ten problem. Najczęściej wtedy pomagali wolontariusze towarzyszący, którzy na dany moment nie posiadali podopiecznego lub wyrażali chęć odwiedzania drugiego seniora.

Specyficzną grupą podopiecznych są mieszkańcy Domów Pomocy Społecznej, które nawiązały współpracę ze Stowarzyszeniem „mali bracia Ubogich”. O zakwalifikowaniu się konkretnych seniorów do programu „Obecność” decyduje koordynator po wcześniejszym przeprowadzeniu wywiadu, przy czym największy wpływ na przyjęcie ma stan zdrowia seniora, który musi pozwalać na nawiązanie relacji z wolontariuszem. Podopieczni tych placówek to osoby – najczęściej z niepełnosprawnościami – na co dzień korzystają jedynie z zajęć oferowanych przez DPS. Natomiast chętnie wychodzą z wolontariuszami na spacer, często posiłkując się wózkami inwalidzkimi, a kiedy pogoda na to nie pozwala, spotkania mają miejsce w pokoju seniora lub wyznaczonym pomieszczeniu np. sali terapeutycznej, świetlicy. Jednak w przypadku tych placówek, wiele zależy od organizacji konkretnej jednostki zarówno pod względem architektonicznym, jak i personalnym.

Mimo że to jest DPS, to nie ma sensownego wyjścia na ogród. Trzeba dojść taką powierzchnią, która jest śliska, no i [podopieczny] się tego boi. Na wiosnę taki jest plan, ale niestety boję się, że może już nie dać rady, bo po prostu jego stan zdrowia się pogarsza, więc nie wiem. Spacer, to było coś regularnego na początku, że praktycznie za każdym razem, jeśli tylko nie lało jak z cebra, to chodziliśmy niezależnie w jaką pogodę, żeby się po prostu przejść, bo dla niego poza tym wyjściem do tej fundacji to, to było drugie wyjście w ciągu całego tygodnia, więc on nie wychodził poza tym z domu (Osoba_14).

Oprócz spotkań bezpośrednich *face to face*, ważnym punktem tego wolontariatu są spotkania świąteczne. Zwłaszcza wolontariusze akcyjni, którzy na stałe nie mają żadnego podopiecznego, mogą się wykazać pomagając przy organizacji tych wydarzeń, jak i towarzysząc seniorom, którzy nie posiadają swoich wolontariuszy. Wśród badanej grupy, 6 osób podkreśliło, że nie uczestniczą w tych spotkaniach z powodu złego stanu swoich podopiecznych lub choroby, która powoduje, że czuliby się niezręcznie.

[Podopieczna] ma coś takiego, że ona ma teraz bardzo słaby wzrok i ona się na przykład strasznie krępuje jeść przy kimś, bo na przykład nie widzi albo wyleje,

albo rozsypie coś i jakby przez to, na przykład ona nawet ze mną, ona tak pije herbatę, ale tak bardzo ostrożnie, natomiast jeść w ogóle nic nie chce, więc ja mam takie wrażenie, że też się pytaliśmy, że na Wigilię, że „może się zobaczyć z innymi?”, ona, że „nie” (Osoba_5).

Natomiast są seniorzy, dla których jest to ważne wydarzenie, uczczenie zbliżających się świąt i możliwością spędzenia czasu w większym gronie. To dzień, w którym można elegancko się ubrać czy porozmawiać o wspólnej historii. Jednocześnie niektórzy z wolontariuszy dostrzegają pewne niedogodności tych wydarzeń, jak wzmożony hałas, który przeszkadzał w komunikacji z osobami siedzącymi dalej i sugerują, że może być to powodem, dla którego część z seniorów nie bierze udziału w tych wydarzeniach.

Okazało się, że wszystkie te osoby starsze, które były na takich spotkaniach, pochodzą zza Buga, z terenów dawniej II Rzeczypospolitej, które są dzisiaj na Ukrainie albo w sumie na Litwie też, no to wiesz, no to, to wyzwoliło szereg różnych tematów. Skąd kto jest, co się tam jadło na Wigilię, przy okazji Wigilii i tak dalej, a więc on się tam świetnie odnajdywał (Osoba_14).

Wolontariusze, którzy zaczęli działać w Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich” jeszcze przed pandemią Covid-19 odczuli zmiany w relacji między nimi a swoimi podopiecznymi, ponieważ zgodnie z zaleceniami, w tamtym czasie nie mogli się normalnie widywać z seniorami, przez co kontakt był przeważnie tylko telefoniczny. Był to duży problem dla seniorów, którzy przebywali w DPSach. Placówki te zostały zamknięte dla odwiedzających, w tym również dla wolontariuszy. Oprócz tego, byli seniorzy, dla których rozmowa telefoniczna generowała duże problemy, np. osoby z chorobą Parkinsona miały problem z utrzymaniem telefonu w dłoni. To powodowało, że wolontariusz musiał wykazać się większą kreatywnością, aby relacja została podtrzymana. Jednym z takich przykładów może być wolontariusz, który nie mogąc się kontaktować telefonicznie, napisał do swojej podopiecznej list.

Na początku było ciężko no, bo bardzo stresowałyśmy się nie spotkaliśmy, właściwie też ze Stowarzyszenia nam nie pozwalali się spotykać, więc chyba w ogóle na jej życie to bardzo wpłynęło i na wszystkich życie takie zamknięcie, ale no potem po prostu jakoś się nauczyłyśmy w tym żyć, chyba funkcjonować w tym wszystkim. Tam stosowałyśmy jakieś tam środki zabezpieczenia i zaczęłam ją odwiedzać. Spotykałyśmy się normalnie, także po prostu jakoś się z tą sytuacją oswoiliśmy, ale na pewno było to trudne i bardzo trudne było to, że tutaj ten

element naszego wspólnego wychodzenia odpadł i to bardzo ciężko było coś wymyślić, co tu robić razem, bo no nie mogłyśmy właśnie ani do teatru, ani na żadne występy, no nigdzie po prostu się nie dało wyjść i tego nam bardzo brakowało, więc jakoś to tak wszystko no przysiadło i [podopieczna] była taka zrezygnowana. Takie to, no po prostu ciężki to był czas. Potem jak już się nauczyłyśmy, to właśnie jakieś spacerzy zaczęłyśmy (Osoba_4).

Wśród badanych osób znalazła się wolontariuszka, której wolontariat rozpoczął się podczas pandemii i od początku miała kontakt z seniorem tylko telefoniczny, przez co później z przyzwyczajenia relacja pozostała głównie w formie ok. 1-2 godzinnych rozmów telefonicznych. To z jednej strony sprawiło, że przyzwyczaiła się, do takiej formy kontaktu, jednak z drugiej nie do końca zaspokajało jej potrzebę kontaktu z drugą osobą.

Co ciekawe, wolontariusze postrzegają swoich podopiecznych jako wyjątkowych rozmówców, z których mogą brać przykład, jeżeli chodzi o posługiwanie się językiem polskim bez makaronizmów, kulturę czy odnoszenie się z szacunkiem do rozmówcy. Nierzadko są też pod wrażeniem zaradności swoich podopiecznych, którzy potrafią zorganizować sobie sieć wsparcia z zawodowych opiekunek, ale też wolontariuszy różnych organizacji, którzy pozwalali zaspokoić różne potrzeby. Zdarza się, że pozytywne emocje dostarczają same rozmowy z seniorem. Zaobserwowano też, że to młodsza grupa wolontariuszek (kobiety do 35. roku życia) częściej podkreślała mądrość życiową posiadaną przez seniorów, z której mogą czerpać wzorce.

To jest po prostu, samo w sobie często fascynujące i też emocjonujące w jakimś sensie, jeśli mówić o możliwość poznania tych różnych, takich często wręcz wojennych historii albo powojennych. Takich jak masz taką okazję, żeby zobaczyć po prostu jakieś takie praktyczne aspekty takiego życia. No trudno właśnie w PRL-u przez te wszystkie jakby czasy i tak dalej. Też skonfrontowanie trochę być może czasem swojej jakieś bańki, czy też takich swoich właśnie tych poglądów czy środowisk tych, gdzie ty jesteś z tym środowiskiem czy z tymi osobami, które mają, właściwie, też to jest ciekawe, więcej lat, ale też mogą mieć często zbliżone poglądy do twoich albo właśnie jakieś inne aspekty, też tych trudności, czy też takiego właśnie trochę praktycznego konfrontowania się z życiem w takim pewnym wieku, które jest samo w sobie trudne, nie takie, że to jest po prostu takie wzruszające i ciekawe często (Osoba_16).

Warto zwrócić uwagę na relacje seniorów z wolontariuszami, będącymi w podobnym wieku, ponieważ jak sami to podkreślają, ma ona nieco inny wymiar,

a poruszane tematy są inne niż z młodszymi osobami. Wolontariusze w wieku 60 i więcej lat byli bardziej bezpośredni w relacji, jednocześnie mogli w wyższym stopniu zrozumieć problemy dotyczące podopiecznego i konfrontować ich z posiadaną wiedzą np. na temat leków czy lekarzy.

Ja już mogę mówić, że „słuchaj, ty mi takich głupot nie opowiadaj, bo ja wiem, jak to jest” np. więc to jest inny poziom. Wam młodym nie wypada, czasem trzeba słuchać dla świętego spokoju, a ja czasem mogę powiedzieć, „no dobra”. To są inne relacje (...) wiesz, jeżeli masz empatię i umiesz słuchać to ludzie chcą gadać, także myślę, że my możemy na inne tematy porozmawiać „a pamiętasz jak to było w 80. roku, a pamiętasz to, ja pamiętam...” jak z [podopieczną] rozmawiamy, że „tego nie było, tamtego nie było, a szycie za...” a młodzi to po prostu, starsze osoby opowiadają jak to było, a wy młodzi słuchacie. A my wymieniamy poglądy. To jest na tej zasadzie, tak jak między młodymi, jak to było na randce czy gdzieś jak głupi, jakiś, coś tam... a starzy mają inne, że tak powiem, jak są jeszcze dzieci, to o dzieciach, wnukach, a jak nie ma, no to się rozmawia, jak to było, jak się było młode. To jest kwestia słuchania, to nie ma znaczenia, bo starsi ludzie chcą pogadać (Osoba_2).

W dalszej kolejności badani wolontariusze zostali poproszeni o wyjaśnienie, czym dla nich jest starość, co pozwoliło na stworzenie rozbudowanego opisu. Z zebranych wypowiedzi wynikało, że starość rozumiana była jako okres, w którym występują fizyczne i psychiczne zmiany organizmu, która jest czymś naturalnym i oczywistym. Wiąże się z liczbą przeżytych lat albo wydarzeniem, jakim jest przejście na emeryturę. Jest także czasem podsumowań i konsekwencją przyjętego stylu życia. Wolontariusze opisując starość odnosili się do dwóch grup seniorów – podopiecznych Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” oraz swoich dziadków (lub w przypadku starszych wolontariuszy, do rodziców w wieku senioralnym). Starość jaką widzieli u swoich podopiecznych jawiła im się jako pełna smutku, samotności, cierpienia, monotonii, wyobcowania, silnie związana z zależnością od innych ludzi oraz poczuciem straty.

Starość, to chyba przede wszystkim powolna utrata. Utrata bliskich, utrata czasu i utrata siebie, bo to jest powolne tracenie swoich sił życiowych, bo mimo wszystko, chyba organicznie to odbieram, że jednak powoli się wszystko sypie (Osoba_19).

Natomiast starość w nawiązaniu do seniorów z rodziny, była najczęściej związana z zaangażowaniem w życie rodzinne, stabilnością finansową oraz radosnym spędzaniem wolnego czasu, co zakłócało jedynie w pojedynczych przypadkach choroby lub smutek związany z przeżywaniem żałoby po stracie małżonka. Choć zdarzały się okresy przygnębienia lub choroby, to była postrzegana jako piękny czas zasłużonego odpoczynku i realizowania marzeń. Taka starość kojarzy się z wyciszeniem, spokojem, kiedy nie trzeba myśleć o pracy czy wychowywaniu małych dzieci.

Starość to jest piękna złota jesień polskiego życia tak się też mówi (...) generalnie patrzę na starość mojej babci, moich babć no to uważam, że ta starość jest piękna i miła, bo masz dużo czasu wolnego, no ale moje babcie właśnie są jeszcze powiedzmy zdrowotnie. Teraz jedna babcia, zdrowotnie, że daje radę sama jeszcze mieszkać, nie potrzebuje jakiejś tam pomocy, gdzieś tam razem wyjedziemy, pogadamy, pośmiejemy się, więc no właśnie w mojej wizji starości mam takie jakby 2 tory, wizja starości takiej ogólnej gdzie raczej jest na minusie i starości takiej właśnie mojej rodziny (Osoba_26).

Na przykład dla niektórych teoretyczna starość to jest czas, kiedy oni odżywają, bo niektórzy dopiero w tym wieku realizują swoje marzenia. Mają czas na to, że gdzieś tam już swoje odpracowali i teraz mogą się realizować, więc to też myślę, że jest wielowymiarowe (Osoba_23).

Wolontariusze-mężczyźni częściej niż ich koleżanki, starość opisywali jako obciążoną problemami finansowymi, problemami z zakupem leków, brakiem możliwości prywatnego korzystania z lekarzy specjalistów czy brakiem pieniędzy na atrakcje takie jak wyjazd wakacyjny, wyjście do teatru. Oprócz tego, częściej doceniali dojrzałość emocjonalną i poczucie humoru jakie posiadają osoby w wieku starszym. Natomiast kobiety zaznaczały, że niechętnie używają słowa „starość”. Wolą zastępować je np. zwrotem *silver generation*, podkreślając, że nie każdy może należeć do tej grupy. Według nich starość jest też związana z koniecznością podejmowania aktywności, takich jak organizowanie wizyt lekarskich oraz aktywności pobudzających ciało i umysł, również w tej fazie życia. Wolontariusze w wieku 26-59 lat podkreślali, iż starość jest też stanem ducha i można być osobą „starą mentalnie” nawet będąc biologicznie uznawanym na młodą osobę.

Nie każdy może należeć do tej generacji. Trzeba przebyć jakiś dystans w czasie, nie? Żeby mieć siwe włosy, więc określa to ludzi w pewnym wieku, ale nie mówię starość, nie lubię tego słowa. Ono mi się jakoś tak źle kojarzy. Ja mówię o tych

ludziach „podróżnicy w czasie”, no którzy mają duży dystans przebyty już za sobą, bo bardzo mi się nie podoba szufladkowanie tych ludzi. Ja się niestety spotykam z tym w mediach, w kulturze. Przez takie szufladkowanie uważam, że te osoby się same też szufladkują, uważając, że czegoś nie mogą robić, że czegoś im nie wypada zrobić (Osoba_18).

Wolontariusze w średnim wieku (30-59 lat) poddawali się przemyśleniu, że podczas śledzenia przekazów medialnych w społecznym odbiorze mamy do czynienia z pomijania starości lub „ucieczką” od tego tematu. Jednocześnie człowiek na każdym etapie swojego życia chce być młodszy.

Mam wrażenie, że wypieranie starości też trochę w kulturze następuje, przez te wszystkie botoksy, nie botoksy, też to się wszystko uwidacznia i tak dalej, często przyjmując taki dosyć karykaturalny, niezamierzony skądinąd, ale odwrotność zamierzonego skutek takich właśnie kiczowate czy karykaturalne. A ja uważam, że ze starością warto się pogodzić, bo ona i tak nastąpi (Osoba_16).

Ludzie w okolicach trzydziestki zaczynają mówić, że są tacy strasznie starzy i to jest strasznie przykre, bo to jest naprawdę daleko do starości jeszcze i takie wypominanie sobie, jakby nie wiem, jakby coś się takiego już działo, już się po prostu organizm sypie w wieku 30. lat na przykład jest takie trochę aż przygnębiające nie, że już sobie tak wypominamy, a kiedyś [podopieczną] zapytałam, jak już z perspektywy osoby, która ma ponad 80. lat, kiedy było najfajniej w życiu, jakby czuła się taka, że życie było najfajniejsze i mówiła mi, że tak 35-40 lat, że to był taki najlepszy moment. Ja jestem właśnie w tym momencie i to jest takie właśnie przykre, że nie doceniamy tego czasu, który mamy teraz, chociaż później z perspektywy już starszego człowieka tęsknimy właśnie za tym i takie tęsknię ciągle do tego, że, a w sumie to chciałabym mieć 5 lat mniej i całe życie chcieć mieć 5 lat mniej. No to takie trochę przykre, zamiast się cieszyć z tego czasu, który być może jest właśnie najlepszym czasem mojego życia, bo no taki starszy człowiek dopiero może to jakby docenić, że jednak było dobrze (Osoba_30).

Wolontariusze opisujący współczesnych seniorów podkreślali ich różnorodność, również ze względu na to, jak różnie może być przeżywany ten okres życia. Jednak jak wynika z badania, wolontariusze dzielili seniorów najczęściej na dwie grupy:

- a) aktywnych seniorów, otwartych na działanie, w dobrej kondycji fizycznej pozwalającej na aktywne spędzanie czasu, w dobrej i ciepłej relacji z członkami

rodziny, w dobrym kontakcie z sąsiadami. Są to też seniorzy, którzy realizują wyznaczone cele, spędzają czas na rzeczach, na które nie mieli wcześniej czasu,

b) samotnych seniorów, spędzających czas głównie w domu, którzy mają bardzo mało znajomych, nie mają rodziny lub mają z nią słaby kontakt.

Jednocześnie niezależnie od przynależności do którejś z tych grup, wolontariusze opisywali seniorów jako osoby spragnione kontaktu z drugim człowiekiem i poszukujące go w różny sposób, np. zaczynając rozmowę z przypadkowymi osobami na przystanku czy w sklepie. Młodszy wolontariusze (do 35. roku życia) częściej podkreślali, że seniorzy są otwarci na młodsze pokolenie, życzliwi i chętnie dzielący się swoim doświadczeniem, jednocześnie będąc ciekawym zmian technologicznych. Ponadto wybrzmiało, iż cenią ich za posiadanie większej woli życia.

Mi się wydaje, że to są osoby właśnie jak wcześniej też wspominałam, z innej gliny. I jakby oni mają coś, co my już kompletnie mi się wydaje, że zgubiliśmy i oni mają taką mega moc. Taką mega zdolność przetrwania, w sensie, że jak nam się coś dzieje albo młodym ludziom, albo wcześniejszym pokoleniom, to, że my potrzebujemy potem wsparcia psychologów albo jakoś tak się psychologicznie ratujemy, albo na przykład, że się mówi o jakimś takim bezstresowym podejściu do dzieci i w ogóle, a tak jakby to są osoby, które przeżyły wojnę i mimo wszystkiego oni mają jakieś takie... większą chęć życia tak naprawdę niż my czasami. I mi się wydaje, że właśnie oni też mają coś takiego, że nawet jak jest trudno, to się wszystko da, albo że po prostu jak trzeba było ze wszystkiego zrezygnować, albo się wszystko straciło, to trzeba zacząć od nowa i jakby to jest normalne. Jakoś tak, że ich w życiu też mało zaskoczy i są jakby tacy mocniejsi. No i, że mają takie wartości, których my w sumie już nie mamy, bo dla nas, jakby wszystko jakoś tak szybciej traci sens albo jest takie na szybko, a oni właśnie mają takie trwalsze, te wrodzone zasady, że tak naprawdę ich to jakoś tak trzyma przy życiu. A my tak naprawdę nie wiemy o czym oni mówią (Osoba_33).

Wolontariusze widzieli w nich marginalizowaną grupę społeczną, którą traktuje się stereotypowo. Jednocześnie oprócz wymienieniu zalet seniorów, takich jak pracowitość, wierność zasadom, inteligencja czy dobre serce, badane osoby wspominały również o wadach, jakie posiada starsze pokolenie. Kobiety częściej dostrzegały przejawy złośliwości, roszczeniowości i narzekania na innych. Natomiast męska część badanych – bezkrytyczność wobec swojej wiedzy.

Wydaje mi się, że z wiekiem człowiek coraz bardziej zawęża jednak swój ogląd, że to nie jest tak, że zyskuje mądrość i przez to, jakby otwiera oczy na nowy punkt

widzenia, nowe spojrzenia i widzi coś lepiej. Niestety, wydaje mi się, że jest na odwrót, ja się trochę boję w moim przypadku, że też tak będzie. To nie jest coś, że widzisz lepiej, bo jesteś mądrzejszy, tylko wydaje mi się, że widzisz gorzej, bo ci się wydaje, że jeśli coś przeżyłeś, to w każdym innym przypadku będzie tak w twoim życiu. Nie dostrzegając jakby, że często nie wiesz, co było, za tym też się stało w twoim życiu, w sensie co to spowodowało, bo człowiek jednak nie jest w stanie tego prześledzić. A ludzie starsi chyba tracą do tego dystans, są przekonani o tym, że jeśli coś im się udało, to jest to zasługą tego, co zrobili dobrze, a nie na przykład jakiś przypadkowych rzeczy i w związku z tym uważam, że jeśli ktoś nie robi tych dobrych rzeczy, które oni zrobili, to to się źle skończy (Osoba_14).

Jednocześnie badane osoby wyobrażając sobie swoją starość stawiali ją w opozycji do starości jaką mają ich podopieczni. Stawiając to za punkt odniesienia, opisywali, że chcieliby być seniorami cieszącymi się dobrym zdrowiem, sprawnymi fizycznie i psychicznie, niewymagającymi opieki innych osób, a także otoczonymi rodziną i znajomymi. Zauważono, że brak lęku przed wejściem w wiek starczy deklarowały głównie kobiety w wieku 26 i więcej lat oraz mężczyźni w wieku 36 i więcej lat. Natomiast mężczyźni w wieku do 35. roku życia częściej podkreślali, że jeszcze nie myślą o swojej starości i skupiają się na działaniach tu i teraz. Oprócz tego wolontariusze w wieku 36-59 lat deklarowali podejmowanie działań, które pozytywnie wpłyną na ich starość. Byli aktywni fizycznie, dbali o swoje zdrowie, byli świadomi czekających ich zmian w życiu i starali się do nich przygotować, również dbając o relacje z najbliższymi – szczególnie podkreślane przez osoby, których podopieczny był samotny z powodu konfliktów rodzinnych. Chcieli zachować pełną samodzielność, a po przejściu na emeryturę będą spędzać czas na realizowaniu swoich pasji i podróżach, będą miłymi i wesołymi osobami, pomagającymi innym.

Teraz już pracuję na to, żeby gdzieś tam nie fundować sobie na życzenie chorób w sensie nie palę, nigdy nie paliłam, nie pije alkoholu, zdrowo się odżywiam, więc jakby liczę na to, że to mi się na starość jakby zapunktuje (Osoba_24).

W sumie może trochę sobie wyobrażam, myślę że chciałabym być taką szaloną seniorką, w sensie chciałabym robić dużo rzeczy. Wychodzić często, gdzieś tam się spotykać, korzystać z różnych możliwości, nie wiem, jakiś kulturalnych na przykład chodzić do kina, chodzić do teatru (Osoba_8).

Też sytuacja [podopiecznej], jej wiele doświadczeń życiowych mnie nauczyło także, że warto gdzieś tam profilaktykę stosować w miarę możliwości. Myślę

sobie, że będę raczej... chciałabym być osobą otwartą i nie chciałabym się zamykać w sobie. Nie chciałabym siedzieć z 4 ścianach (Osoba_17).

Osoby w średnim wieku miały też na uwadze, gdzie będą mieszkać w podeszłym wieku, aby nie zostać uwięzionym np. na 4 piętrze bez windy. Były pojedyncze osoby, które zaczęły już oszczędzać pieniądze z myślą o starości. Aby nie mieć problemów finansowych po przejściu na emeryturę, rozważały też pracę na część etatu. Wolontariusze jako seniorzy chcieliby korzystać z wolnego czasu. Myśleli o swojej przyszłości idealistycznie – weseli, aktywni, cały czas rozwijający się kulturalnie, a przede wszystkim spełnieni.

Mam nadzieję, że będę osobą spełnioną i że będę mógł powiedzieć, że dużo rzeczy zrobiłem, powiem patetycznie, że dla świata, że coś, że będę miał poczucie, że dołożyłem coś, czego nie było wcześniej, co pomogło jakiś problem rozwiązać, ale obawiam się, że też mogę być osobą zgorzkniałą, której się to nie udało i która będzie na starość żałować, i też ta perspektywa wolności, i dużej ilości czasu nie zawsze jest dla mnie dobra, bo nie za bardzo potrafię sobie zorganizować czas poza pracą, i nie wiem czy zdołałbym po prostu z tego czasu korzystać, czy byłby tak jak dla moich dziadków kulą u nogi, po prostu (Osoba_29).

Zgodnie z założeniem, wolontariusze Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” mają jedynie towarzyszyć seniorom podczas spotkań indywidualnych lub w większej grupie, jednak mimo tak jasno określonych zasad, wolontariusze przyznają, że zdarza im się podejmować działania, które wykraczają poza ich obowiązki. Niektórzy zgadzają się na zrobienie drobnych zakupów w drodze na spotkanie, pomoc przy znalezieniu DPSu czy opiekunki, obranie ziemniaków, pomoc w przyjmowaniu leków czy podwiezienie do lekarza. Z analizy wywiadów wynika, że mężczyźni częściej mówili wprost o tym, że naruszają zasady regulaminu i mają tego świadomość, iż nie jest to aprobowane przez Stowarzyszenie, natomiast kobiety jedynie wspominają o zadaniach, które wykonują poza obowiązkami, jednak nie nazywają tego wprost łamaniem regulaminu. Można z tego wnioskować, iż mężczyźni częściej konfrontują się z zasadami i mają odwagę bezpośrednio wyrażać swoje stanowisko, nawet jeżeli nie jest zgodne z głównymi założeniami organizacji. Jednocześnie pojawia się duży problem, kiedy wolontariusze, którzy nie chcą wychodzić poza te ramy, są namawiani przez seniorów do robienia tego. Wolontariusze często odbierają to jako próby manipulacji i wykorzystania.

Charaktery naszych podopiecznych niejednokrotnie powodują to, że człowiek zaczyna wątpić, dlatego, że my sobie wszystkich staruszków tak wyobrażamy, że

oni są tacy kochani, tacy bezbronni tacy po prostu uradowani, jakby szczęśliwi i chłoną od nas po prostu oni są ... jakby to powiedzieć, niektórzy tacy faktycznie są, że są po prostu... za odrobinę naszego zainteresowania dadzą nam całe serce, ale to tylko tak wygląda, jakby jak w książkę czasem, jak w bajkach się czyta. Niestety my się spotykamy też z takimi charakterami tych naszych podopiecznych, że oni są roszczeniowi, mają żądania, oni są opryskliwi, nie są uprzejmi. Oni trafiają do programu, ale ja czasem odnoszę wrażenie, że trafiają z wyrachowania, bo my jako wolontariusze powinniśmy być asertywni (...) Po prostu musiałam się nauczyć stawiać granice dlatego, że właśnie w tych kontaktach niejednokrotnie jest tak, na przykładzie mojej podopiecznej, ona by chciała żebym była z nią cały czas, 24 na dobę (...) Oni nie zawsze to rozumieją, nie mówiąc już, że oczekują od nas prac pomocowych, więc są bardzo często zszokowani „no jak to, no masz samochód dlaczego mi tego nie przewieziesz?”, więc takie po prostu troszeczkę na zasadzie usług, bo „ja jestem sama biedna no to mi pomóż mi w ten sposób”. Nie potrafią nas zrozumieć i faktycznie wówczas jak dochodzi do takich sytuacji, że słyszymy przykre słowa, bo słyszymy (Osoba_12).

Wolontariusze zapytani o to czy podczas wolontariatu mieli jakieś trudne sytuacje, często odpowiadali przecząco, argumentując to tym, że relacje układały się poprawnie. Zdarzały się osoby, które nie miały przykrych sytuacji, ale obawiały się, że to oni nie spełnią oczekiwań podopiecznego, że nie wypełniają wystarczająco jego poczucia samotności, poświęcają mu za mało uwagi lub nie są wystarczająco dobrzy w tym co robią. Wolontariusze bardzo zaangażowani w dostarczanie nowych atrakcji swoim podopiecznym mieli obawy związane z tym, że to, co jest obecnie czymś wyjątkowym, stanie się monotonne i nudne. Sprawiało im przyjemność to co robili i jednocześnie obawiali się wypalenia i braku pomysłów.

Trudnym wydarzeniem była śmierć podopiecznego, po której najczęściej następowała przerwa od świadczenia wolontariatu. Stowarzyszenie w takich sytuacjach proponowało udział w superwizji lub spotkanie z psychologiem. Długość przerwy zależała wyłącznie od potrzeb wolontariusza, co dawało poczucie zaopiekowania, ale też otwartości i zrozumienia ze strony koordynatorów.

Zmarły te pierwsze [podopieczne], były to przykre sytuacje wiadomo, ale nie stwierdziłam, że dalej będę działać na rzecz stowarzyszenia, nie poddałam się, natomiast obawy czasami mam czy po prostu sprostam czy się nadam, czy ktoś jest zadowolony ze mnie także takie tylko właśnie odnośnie czy spełniam jego

oczekiwania może tak to są takie obawy dla mnie, a tak to innych nie mam (Osoba_7).

Do negatywnych aspektów wolontariatu na rzecz seniorów można zaliczyć przypadki, kiedy choroby seniora powodowały dyskomfort wolontariusza, czyli kiedy występują problemy ze słuchem, wolontariusz musi bardzo głośno mówić do seniora, wręcz prawie krzyknąć lub senior do wyjścia na zewnątrz potrzebuje użycia wózka, który jest ciężki i dźwiganie go powoduje, że nie każdy wolontariusz sobie z tym radzi. W przypadku takich podopiecznych zdarza się, że preferują wolontariusza-mężczyznę, jednak jak już sygnalizowano, mężczyzn w Stowarzyszeniu jest znacznie mniej i nie zawsze ta preferencja może zostać zrealizowana.

Trudności sprawiało wolontariuszom też słuchanie o bardzo przykrych wydarzeniach z życia seniora oraz początki choroby seniora, jakiej jak choroba Alzheimera czy Parkinsona, co wiązało się z zapominaniem, tendencjami do urojeń. To z kolei, w fazie końcowej, często nie tylko uniemożliwiało kontynuowanie relacji, ale także normalną komunikację z drugą osobą.

Kiedy już była [podopieczna] w takim kiepskim stanie, to gdzieś tam się zastanawiałem się czy w ogóle w tym momencie odwiedziny mają sens, jeśli nie wiem, czy ona w ogóle jest z nią jako taki kontakt, czy to w ogóle ma jakieś przełożenie może na nią, czy to w ogóle ma sens (Osoba_23).

Raczej ta rozmowa się opiera na takich kwestiach codziennych i czuję, że z mojej strony to jest bardziej taki wolontariat wspierający niż stricte nawiązujący taką relację opartą na przykład na zainteresowaniach (Osoba_31).

W kwestii trudności wymieniono też nieodbieranie telefonu przez seniora, odwoływanie umówionych spotkań w ostatniej chwili lub nieprzychodzenie na umówione wyjścia grupowe, różnice w poglądach, nieporozumienia, komentowanie decyzji wolontariusza. Męczące bywało również słuchanie ciągłego narzekania na stan zdrowia, rodzinę itp., czy brak ustalonego grafiku spotkań. Pojawiały się wątpliwości czy jest się odpowiednim wolontariuszem dla konkretnego seniora lub osoba starsza chciała, aby wolontariusz go zabawiał, co również budziło sprzeciw. Zdarzało się, że senior przekraczał granicę – dzwonił do wolontariusza o różnych porach, mimo ustalonej wcześniej zasady, kiedy można do siebie dzwonić.

Na razie jakby czuję, że jesteśmy w takiej partnerskiej relacji, aczkolwiek ostatnio jej się zwierzyłam z mojej jakiejś tam rodzinnej sytuacji, co nie wyszło na dobre,

bo później kręciła mi dziurę w brzuchu, bo próbowała na mnie wymusić pewne zachowania, co mi się nie spodobało, więc już chyba tego więcej nie zrobię (Osoba_24).

W przypadku wolontariuszy, których podopiecznymi były osoby przebywające w Domach Pomocy Społecznej, pojawiające się problemy dotyczyły relacji z pracownikami tych placówek i poczucia, że im przeszkadzają. To były bardzo subiektywne odczucia, jednak powodowały dyskomfort podczas świadczenia wolontariatu. Pojawiały się też problemy techniczne, takie jak niedziałająca winda, która uniemożliwiała wyjście na zewnątrz seniora, konieczność konsultowania wyjść z placówki z personelem, jak również były błędy w komunikacji między pracownikami placówki, np. nieprzekazanie informacji o planowanym wyjeździe seniora.

Zaczęłam mieć inne oczekiwania względem jakby DPSu i tam organizacji, bo był taki moment, że miałem wrażenie, że trochę jesteśmy tam nie to, że ignorowani, ale trochę jakby jesteśmy dodatkowym problemem tam. Dziewczyny psycholożki, w ogóle cała kadra robi tam kawał dobrej roboty i one są bardzo zapracowane. Czasami mam wrażenie, że jak przychodzimy i mamy różne gdzieś tam kwestie albo może organizujemy, a też nie wiemy jako wolontariusze wszystkiego, no to panie psycholożki się tak trochę, no mam wrażenie, że trochę byliśmy dodatkowym, jakby problemem do ogarnięcia przez pewien czas. No teraz się to jakoś poprawiło, ale po prostu mam wrażenie, że czasami ta struktura DPSu jest na tyle sztywna i na tyle napięta, że akurat oni się z nas za bardzo nie cieszą, znaczy cieszą się, ale jakby jest, to pewna kolejna rzecz, którą się musi ogarniać (Osoba_29).

Warto zaznaczyć, że są przypadki, kiedy dochodziło do zmiany wolontariusza lub podopiecznego. W badanej grupie najczęstszym powodem zmiany podopiecznego była jego śmierć. Inne przyczyny, to wystąpienie lub wysoki stopień zaawansowania choroby takiej jak demencja, która uniemożliwia prowadzenie normalnej rozmowy. Zdarzały się sytuacje, kiedy już podczas pierwszego spotkania okazywało się, że wolontariusz nie chce kontynuować wolontariatu z danym seniorem, ponieważ czuł się przytłoczony ilością treści przekazywaną przez seniora, brakiem umiejętności słuchania czy odmiennymi poglądami dotyczącymi osób innych narodowości i wyznań. Wiązało się to czasami z wyrzutami sumienia, kiedy podejmowano decyzję o zakończeniu relacji z podopiecznym (np. z powodu złego stanu zdrowia seniora). Jednocześnie warto zaznaczyć, to rozmówcy płci męskiej częściej doświadczali odrzucenia ze strony

potencjalnych podopiecznych po pierwszym lub drugim spotkaniu. Przy tej okazji otrzymywali informację, że osoba starsza preferuje jednak wolontariuszkę (mimo wcześniejszej zgody na wolontariusza-mężczyznę) lub niedobraniami charakterologicznymi.

Powodem zmiany podopiecznego okazywały się też czasami zbyt obciążające tematy poruszane przez osobę starszą. Lub też naruszanie zasad ustalonych przez mbU i próbowanie wymuszania na wolontariuszu usług, które wykaczały poza zakres jego obowiązków.

Na początku nam się dobrze rozmawiało, ale potem po prostu jakoś tak te tematy były dla mnie zbyt obciążające i była bardzo pesymistycznie nastawiona do wszystkiego, do życia, do związków, do małżeństw, do rodziny, a ja byłam w takim wieku, w którym było to wszystko przede mną, więc nie chciałam, żeby ktoś tak mnie nastawiał i poprosiłam o zmianę podopiecznej (Osoba_4).

Zmiana wolontariusza następowała również w sytuacji, gdy wolontariusz zrezygnował całkowicie z dalszego działania w Stowarzyszeniu z powodu braku czasu lub przeprowadzki do innego miasta. Były też przypadki, kiedy senior dochodził do wniosku, że nie odpowiada mu relacja z konkretną osobą, na przykład z uwagi na duże różnice poglądów. A wówczas prosił o nowego wolontariusza.

Była jakaś pani, która niby chciała kogoś mieć... ale jak spotkałyśmy się, to ona potem zrezygnowała, nie chciała ze mną. Niby się zgodziła, ale jak przyszłam, to powiedziała „wie pani, coś nie tego...”, widocznie coś jej się nie podobałam (Osoba_2).

Zdarzały się sytuacje, kiedy wolontariusze oceniali, że różnią się dosyć charakterologicznie od swoich podopiecznych, ale mimo to, można wypracować relację pełną szacunku, zaufania i konsekwentnie odwiedzać seniora.

Nie wiem, czy jest to związane, jakby z czasem trwania naszej współpracy, czy jakby charakterem i sposobem bycia mojej podopiecznej, ale mam wrażenie, że jest to też taka znajomość, taka trochę dystansowana w sensie, że pani jest bardzo wdzięczna, że ja przechodzę do niej, że spędzamy razem czas i ona się zawsze cieszy, ja oczywiście też, ale nie ma jeszcze mowy o jakiejś takiej mocnej zażyłości między nami (Osoba_25).

6.3. Rozwój i wsparcie wolontariuszy ze strony Stowarzyszenia

Jedną z płaszczyzn, na której mogą rozwijać się wolontariusze Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” są relacje interpersonalne. Organizacja stwarza warunki, które umożliwiają integrowanie się jej społeczności. Na podstawie badania własnego wyróżniono trzy podejścia do integrowania się z innymi wolontariuszami: a) entuzjaści integracji, b) otwarci na integrację oraz c) ograniczający wolontariat do kontaktu z podopiecznym. Najliczniejszą grupę tworzyli wolontariusze otwarci na integrację i są to osoby, które brały udział w spotkaniach integracyjnych, natomiast nie za każdym razem. Najczęściej świętowali wspólnie Dzień Wolontariusza czy poznawały innych na spotkaniach bożonarodzeniowych i wielkanocnych. Chętnie brały udział w „Wakacjach jednego dnia”, natomiast poznawanie innych wolontariuszy traktowały jako dodatek do tego wolontariatu. Po wstąpieniu do mbU z większym entuzjazmem podchodzili do tych spotkań, byli ciekawi jacy są pozostali wolontariusze i jak wyglądają te spotkania, traktując to jak możliwość wymiany doświadczeń. Natomiast zdarzało się, że nie brali udziału w niektórych wydarzeniach, argumentując to brakiem czasu w zaproponowanym terminie. Większe znaczenie miała dla nich relacja z koordynatorem niż z innymi wolontariuszami. Były też jednostkowe przypadki osób, które do udziału w tych spotkaniach zniechęca duża rotacja osób podczas spotkań, przez co trudniej nawiązać relacje.

Wolontariusze będący entuzjastami integracji to osoby, które uczestniczyły niemal we wszystkich spotkaniach. Były pozytywnie nastawione do poznawania nowych osób, zarówno w większych jak i mniejszych grupach. Uznawały to za dobrą okazję do wymiany doświadczeń czy odstresowania się.

Też poznałam innych super ludzi. I faktycznie podczas tych wydarzeń jest świetnie, jakby atmosfera jest super, możemy się też powymieniać różnymi doświadczeniami. Fakt, że mam nawet kilka takich kontaktów zapisanych gdzieś w telefonie, bo okazało się, że właśnie gdzieś tam kliknęło między mną a kimś innym, jakimś innym wolontariuszem, wolontariuszką, ale nie udało się jeszcze spotkać, jakby wiesz, między innymi takimi zobowiązaniami dnia codziennego, chociaż myślę, że jak czas pozwoli, to nie byłoby żadnego problemu z tym, żeby się spotkać tak zupełnie osobno, bo no fajnie ludzie są zaangażowani w tę inicjatywę (Osoba_28).

Natomiast w opozycji do tego podejścia znalazły się osoby, które nie czuły potrzeby poznawania i integrowania się z innymi wolontariuszami. Skupiały się na relacji z seniorem i jej chciały poświęcać uwagę. Dodatkowym bodźcem była sytuacja, kiedy podopieczny był osobą, która nie wychodziła z domu i nie mogła lub nie chciała nawiązywać kontaktu z innymi seniorami z mbU. Wolontariusze powoływali się też na brak czasu, inne obowiązki rodzinne lub zawodowe albo bycie introwertykami, którym odpowiada forma wolontariatu 1 na 1.

Ten wolontariat jest dla mnie bardziej po to, żeby być dla [podopiecznej] i z nią się spotykać, a tutaj ta wspólnota, no nie jest mi tak naprawdę do niczego potrzebna... no nie chcę powiedzieć, że do niczego, ale no mniej albo już mam kontakt z osobami, z którymi jakbym potrzebowałam pogadać, no i jak potrzebuję to też na te superwizje się zapisuję (Osoba_4).

Tak szczerze nie jestem za bardzo zainteresowana, albo nie mam czasu albo jakby... jak nie czuję się do końca jakby dla Stowarzyszenia, tak się bardziej czuję dla [podopiecznego]. (...) takie spotkanie z innymi wolontariuszami nie dałoby mi jakoś nic takiego szczególnego, tylko bardziej po prostu to spotkanie, jakby ja wiem, że jestem bardziej dla [podopiecznego], bo też nie czuję jakbyś potrzeby, żeby oni mi dawali, na przykład, żeby mi dawali jakieś rady, bo na przykład ten wolontariat jest ciężki, albo na przykład, że podopieczny ma jakąś ciężką sytuację. Jakby daje sobie z tym radę, dlatego też nie czuję jakiejś potrzeby, powiedzmy, nie wiem, integracji z innymi (Osoba_33).

Zdecydowana większość wolontariuszy (23 osoby) zadeklarowała, że identyfikują się ze Stowarzyszeniem i jego ideą, biorą udział w akcjach promujących mbU, sami informują o Stowarzyszeniu na swoich mediach społecznościowych, opowiadają o swoich działaniach rodzinie, znajomym, współpracownikom.

Jako wolontariusz, jako osoba współpracująca z mbU staram się nieść tą ideę w sposób werbalny jakiś, niezbyt nachalny, ale może ze 2 razy się zdarzyły akcje w mediach społecznościowych, niezbyt nachalnych, bo broń Boże, nie chcę wyjść na osobę, która się chełpi swoimi działaniami, wręcz przeciwnie, z tej strony wolałbym, żeby to z moich ust nigdy nie padało, ale czuję się też jakby przedstawicielem mbU (Osoba_6).

Są osoby, które rozwieszały plakaty w swoich miastach, przekazywały 1% podatku, a także odważyły się promować Stowarzyszenie w środkach masowego przekazu, np. brały udział w wywiadach radiowych. Wolontariusze czuli się częścią

wspólnoty, szczególnie podczas spotkań świątecznych czy integracyjnych. Zachęcali do wspierania, a w pracy, do tworzenia inicjatyw na rzecz mbU. Badanie wykazało, że wolontariuszom zależy na dobrym imieniu Stowarzyszenia, ponieważ czują, że należą do organizacji cieszącej się dobrymi wartościami.

Mam takie poczucie, że ja reprezentuję sobą to wszystko, jak to wygląda, czyli no gdzieś na mieście czy właśnie udostępnianie, czy opowiadanie o tym. Na przykład ja uważam, że w ogóle mówienie o tym też powoduje, że ludzie do tego dołączają i że to będzie bardziej nagłośnione, no i to jest taką reklamą, że gdzieś tam słyszysz, nagle ci się obije o uszy (Osoba_4)

Wiedzą, że mam podopieczną, jestem w takim Stowarzyszeniu, ci znajomi i ktoś tam poprosił o linka, bo ktoś jest zainteresowany, ktoś mówił „o, ja tam wpłacam, cały czas przelewam środki, to już wiem co robicie” i tak dalej, więc jakby można powiedzieć, że to mnie jakoś tak... może w tym momencie zdałem sobie z tego sprawę, że mnie to tak troszeczkę osadziło w roli takiego jakby reprezentanta, jakby też tego nie ukrywam, że jestem w Stowarzyszeniu, bo na przykład czy w moim CV czy na LinkedInie, ja to zaznaczam, że angażuje się w „małych braci”, jestem częścią „małych braci” i jestem tego świadom (Osoba_32).

Jakby jestem totalnie przekonana do tego co robią, że to jest super i bardzo bym chciała, żeby faktycznie to stowarzyszenie miało więcej uwagi, takiego wsparcia, bo wydaje mi się, że naprawdę, nawet oglądając te zdjęcia z tego spotkania świątecznego, widząc, że ktoś tam recytuje swoje wiersze, jakiś pan w ogóle maluje jakieś obrazki, które są zakładkami do książek, później je rozdaje wolontariuszom. To naprawdę jest dla nich mega ważne i wydaje mi się, że to przez to też dla nas powinno być mega ważne, bo są ludzie, którzy kurczą, no kształtowali to gdzie żyjemy, jacy jesteśmy i tak dalej, i tak dalej, i uważam, że naprawdę potrzebują więcej uwagi (Osoba_28).

Pozostałe osoby skupiały się wyłącznie na relacji z seniorem lub deklarowały ogólnie małe przywiązanie do Stowarzyszenia, ponieważ nie czuły takiej potrzeby albo miały problem ze związaniem się z większymi organizacjami. Mniejsza identyfikacja ze Stowarzyszeniem miała miejsce szczególnie, gdy senior funkcjonował w DPSie i wolontariusz miał częstszy kontakt z pracownikami placówki, niż mbU i powstające problemy również były rozwiązywane w obrębie DPSu.

W trakcie badania wolontariusze zostali poproszeni o określenie czego brakuje im w Stowarzyszeniu. Często wprost twierdzili, że nie potrzebują dodatkowych rzeczy i pozytywnie oceniają to, co robi mbU. Zaletą jest też organizacja wolontariatu. I często

nie potrafili określić, czego by jeszcze potrzebowali. Oceniają Stowarzyszenie jako aktywne pod względem dbania o wolontariusza, podkreślają, że mają koordynatorów wolontariatu, którzy dają wsparcie i pomoc, kiedy sygnalizowana jest taka potrzeba, tworzą przyjazną atmosferę, utrzymywane jest zainteresowanie i kontakt z wolontariuszem i seniorem.

Więc to jest też samo w sobie takie fajne, czyste i na przykład w mbU bardzo mi się podobają te zasady, że one są same w sobie takie właśnie przejrzyste określone (Osoba_16).

Koordinatorka, która jest ze mną, myślę, że gdybym miał jakiś problem, to mógłbym się zwrócić. Znaczy, zwróciłbym się do niej, ona już by wtedy pewnie pokierowała (Osoba_21).

Dodatkowo badane osoby pozytywnie oceniały system zbierania informacji o wolontariuszach i podopiecznych. Podkreślali, że koordynator brał pod uwagę ich wymagania i pozytywnie oceniali intuicję koordynatorów, jaką się wykazywali łącząc pary.

Tutaj zadziałał ten system zbierania informacji o naszych preferencjach i preferencjach podopiecznych, bo [podopieczny], ja myślałem, że skoro jest z DPSu, to nie będziemy aż tak szerokich zainteresowań i się okazało, że pomimo niepełnosprawności on na przykład chodził do kina, gdy mieszkał w centrum [miasta], gdy był młody, bo do kina było blisko, więc na kinie się zna niesamowicie. Też jest wielkim pasjonatem muzyki, tak jak ja zbiera winyle namiętnie i jakby interesuje go to bardzo, więc mamy też dużo po prostu tematów do rozmowy i to jest super, i to jest właśnie takie heart-warming, że pomimo 50 lat różnicy czy 40 paru pomimo w ogóle innej historii i jakby miejsce, a czasu, my się rozumiemy i czuję, że tam jest dużo podobieństwa i to jest naprawdę taka ciepła relacja, i to jest też niesamowite (Osoba_29).

Jedynym problemem zgłaszanym w tym obszarze był często zmieniający się koordynatorzy wolontariatu (szczególnie sygnalizowane przez osoby z Warszawy). Natomiast ogólne wsparcie ze strony organizacji było oceniane wysoko.

Dużą zaletą takiego wolontariatu jest to, jak pomyślany jest ten wolontariat, dobrze zorganizowany, jesteśmy też jako wolontariusze zaopiekowani, w sensie mamy, jeśli coś się dzieje, czegoś nie rozumiemy, mamy problem z podopieczną, to jest ta pomoc psychoterapeuty, psychologa. Są te superwizje, są szkolenia, więc nie jesteśmy jakby pozostawieni sami sobie z tym wszystkim, bo gdybym nie

miał możliwości superwizji, to nie mógłbym skonsultować tego, dlaczego podopieczna tak się zachowuje a nie inaczej (Osoba_32).

Zdaniem badanych osób ich podopieczni pozytywnie odbierali działania Stowarzyszenia i byli wdzięczni za wsparcie. Jedynie lekka krytyka pojawia się ze strony seniorów, którzy należeli do mbU od wielu lat, często pamiętając je jeszcze jak funkcjonowało będąc małym Stowarzyszeniem, do którego należało kilkudziesięciu seniorów, a nie jak obecnie – kilkuset. Pojawiał się argument „kiedyś było lepiej”, „wielkość paczek na święta się zmieniła”. Dodatkowo po pandemii nie wróciły jeszcze takie atrakcje dla seniorów w siedzibach mbU, które wypełniały im dzień. Choć to zmienia się wraz z powrotem do normalności po pandemii.

Jest bardzo zaskoczona i zadowolona, jak przyniosłam jej prezent bożonarodzeniowy, jak teraz właśnie pewnie coś przygotowuję na Wielkanoc, że bardzo docenia to, że jednak się o niej pamięta, że też to jest, że ona dostaje takie oficjalne zaproszenie na to spotkanie świąteczne, że tak bardzo starannie jest to wszystko robione, no i nie usłyszałam, żeby gdzieś tam narzekała na to (Osoba_28).

W przypadku szkoleń, obowiązkowe dla wszystkich wolontariuszy jest szkolenie wstępne, natomiast każde kolejne jest całkowicie dobrowolne. Z badanej grupy, 14 osób korzystało ze szkoleń, warsztatów lub superwizji. Rozmówcy byli zadowoleni ze szkolenia z użyciem symulatora starości (organizowane w różnych miastach), ponadto badane osoby uczestniczyły w zajęciach o tym jak przeżywać czas żałoby, jak rozpoznawać początki wybranych chorób u seniora, jak spędzać czas z seniorem, o asertywności czy z pierwszej pomocy przedmedycznej. Dobrze oceniana jest również superwizja, na której wolontariusze mogą podzielić się swoim problemem z innymi osobami. Zdarza się, że jest ona proponowana przez koordynatora po śmierci seniora.

Korzystam, są takie warsztaty też z psychologami na przykład, są warsztaty, są spotkania tak jak mówiłem już takie organizacyjne online, które też rozwiązują jakieś problemy, jeśli takowe napotkasz, bo żeby być wolontariuszem dobrym, to trzeba być też świadomym wolontariuszem, wiedzieć w jakim zakresie pomagasz i w jakim jesteś Stowarzyszeniu, i czego takie stowarzyszenie i podopieczni od ciebie oczekują to też jest istotne, bo najlepsza pomoc jest świadoma i cenna, jak najbardziej. Jeśli tylko mogę i mam czas, to korzystam z takich warsztatów (Osoba_13).

Problem jaki się pojawił w tym obszarze jest taki, że czasami wolontariusze zapisują się na szkolenia i nie przychodzą, zajmując miejsce innej osobie, która mogłaby wziąć udział. Zdarzała się incydentalna nieobecność psychologa/superwizora na spotkaniu. Zaś osoby, które zadeklarowały, że nie biorą udziału w szkoleniach czy superwizji, argumentowały to brakiem czasu lub po prostu nie czuły takiej potrzeby. Byli też wolontariusze (8 osób), którzy nie brali jeszcze udziału w dodatkowych szkoleniach lub superwizji, a byłiby nimi zainteresowani. Do tej pory im się to nie udawało ze względu na nieodpowiadające terminy spotkań lub ich tematykę.

Zrealizowane badanie dostarcza również informacji na temat potrzeb i oczekiwań wolontariuszy. W pojedynczych przypadkach wskazano na potrzebę częstszych spotkań integracyjnych oraz przekazywanie informacji o tym, którzy seniorzy zmarli. Chęć poznania, którzy z podopiecznych już odeszli wiąże się z długim stażem wolontariackim i znajomością znacznej ilości podopiecznych. To też dodatkowe uczczenie pamięci seniorów, którzy byli częścią „małych braci Ubogich”.

Może czego mi brakuje to to, że kiedyś była taka informacja zawsze, że ktoś tam odszedł w seniorów, nie wiem czy to RODO czy co innego zadziałało, że teraz już takie informacji nie ma, a ja jestem jeszcze takim wolontariuszem, których wiele osób pamięta. Tak więc myślę, że taka informacja mailowa, krótka, też by była jakimś takim wspomnieniem (...) O wielu osobach wiem, ale nie o wszystkich, nie ze wszystkimi mamy okazje utrzymywać ten kontakt, bo różnie to się układa, więc myślę, że to by było takie korzystne dla tych starszych wolontariuszy (Osoba_17).

Innym pomysłem zaproponowanym przez osobę z dłuższym stażem wolontariackim było wyróżnienie osób, którzy są wolontariuszami 5, 10 czy 15 lat np. podczas Dnia Wolontariusza, kiedy oprócz ogólnych życzeń dla wszystkich wolontariuszy mbU, te osoby mogłyby być dodatkowo docenione. Pojawiła się potrzeba większego wsparcia i informowania o możliwościach kontaktu z psychologiem szczególnie na początku wolontariatu czy też sprawniejszy kontakt z psychologiem, np. kontakt telefoniczny, zwłaszcza kiedy nie ma możliwości zapisania się na superwizję, bo limit miejsc został wyczerpany.

W zależności od miejsca zamieszkania, wolontariusze raczej dobrze oceniają wydarzenia organizowane dla seniorów przez gminy, jak chociażby Senioralia, podkreślając przy tym, że biorą w nich udział już aktywni seniorzy, w dobrej kondycji fizycznej, natomiast brakuje większej ilości zajęć organizowanych w siedzibie

Stowarzyszenia lub przez wolontariuszy akcyjnych, które powoli powracają po pandemii.

Na pewno brakuje takich spotkań tych seniorów, bo to ostatnio nawet właśnie moja podopieczna mi powiedziała, że kiedyś był, organizowane różnego rodzaju spotkania od miasta, czy na to jest z tego co widzę, ale są jakieś plakaty, no ale to są bardziej kierowane, wydaje mi się, do trochę młodszych osób niż ona i bardziej sprawnych, no bo to są jakieś potańcówki, bale karnawałowe, jakieś tego typu rzeczy i mówiła, że były też jakieś spotkania z autorami kiedyś, czy z jakimiś innymi osobami, takie rozmowy z ludźmi, a teraz właśnie już tego nie ma od pandemii i że brakuje jej czegoś takiego żeby mogła sobie pójść posłuchać porozmawiać (Osoba_1).

Jednocześnie wolontariusze widzieli duży potencjał w małych inicjatywach czy „Wakacjach jednego dnia”, które pozwalały na zabranie seniora do miejsca, którym byłby zainteresowany. W przypadku szkoleń pojawiły się nieliczne sugestie, że powinno być więcej szkoleń skupiających się na budowaniu zdrowej relacji z seniorem. Chcieliby się dowiedzieć jak zachęcić seniora do pewnych zmian, czy też aby szkolenia miały bardziej praktyczny wymiar np. dotyczyły relacji z seniorem z niepełnosprawnością.

Wolontariusze o dłuższym stażu wolontariackim (powyżej 3 lat) sygnalizowali również problem ze zmieniającą się strukturą mbU. Osoby te uważały, że w raz z rosnącym zasięgiem Stowarzyszenia i zwiększającą się liczbą podopiecznych i wolontariuszy, organizacja zaczyna mieć bardziej korporacyjny charakter, jeżeli chodzi o zarządzanie.

No mi się nie podoba jakby to co się teraz dzieje no, ale to jest moja ocena i mnie jako starego nazwijmy to wolontariusza nie podoba się to, że się nastawiają tylko na otwieranie nowych miast, nie dbają o tych podopiecznych tutaj, że jest to zrzucone w 100 procentach już teraz na wolontariusza. Wcześniej tak nie było. Jakby było takie wsparcie od nich i czułam... im w ogóle była taka więź pomiędzy mną a moim koordynatorem, teraz nie mam pojęcia kto jest moim koordynatorem, przynajmniej musisz się zastanowić chwilę żeby sobie przypomnieć jak się nazywa ta dziewczyna (Osoba_4).

Zmianą, która nie przypadła części wolontariuszy do gustu jest aplikacja na telefon „Strefa mbU”. 1/3 badanych oceniła ją jako przydatne narzędzie, w którym zaznaczają swoją obecność u seniora, traktują ją jako pewnego rodzaju dziennik lub jako swój obowiązek wobec Stowarzyszenia. Uważają, że zapisywanie się na warsztaty za jej

pośrednictwem jest wygodne i nie muszą szukać informacji w korespondencji mailowej, a sama aplikacja jest przejrzysta i to normalne, że organizacja posiada jakąś kontrolę nad wolontariuszami. Takie podejście dominowało wśród osób z krótszym stażem wolontariackim¹⁰⁵ w „małych braciach Ubogich”, którzy dołączając do niego wiedzieli, że będą korzystać z takiej aplikacji.

Myślę, że każda organizacja czy to jest charytatywna czy jakaś rządowa, czy obojętnie jaka, jakieś zasady muszą być i jakaś forma może nie kontroli, ale forma zgrania tego wszystkiego organizacyjnie musi być, więc dla mnie jak najbardziej jest na plus ta aplikacja, też dla mnie łatwiej jest potem na przykład wrócić do jakichś rzeczy, żeby sobie sprawdzić, kiedy był tam telefon czy tam spotkanie, co robiliśmy. Jest to takie podsumowujące. Ja też lubię organizować sobie różne rzeczy, więc dla mnie jak najbardziej bomba i w ogóle mi to nie przeszkadza (Osoba_22).

Pojawiła się również sugestia, że przydałyby się w aplikacji samouczki np. dotyczące rozliczania małych inicjatyw lub poradniki jak radzić sobie z konkretnymi problemami w relacji z seniorem. Znalazło się kilka osób, które korzystają z niej nieregularnie oraz takie, które kategorycznie tego odmawiają. Negatywny stosunek okazywali głównie wolontariusze w starszym wieku (60+) oraz ze stażem dłuższym niż 3 lata, co było spowodowane ogólnymi problemami z obsługą techniczną aplikacji mobilnych (nie tylko aplikacji mbU) przez starszych wolontariuszy. Uważali oni, że wystarczy komunikacja mailowa, że mają już za dużo aplikacji i zapominają do niej zaglądać, żeby sprawdzać czy nie pojawiły się nowe komunikaty. Niektóre z osób zniechęciły się po wystąpieniu problemów z zainstalowaniem aplikacji. Osoby z dłuższym stażem wolontariackim wyraziły swoją dezaprobatę, uważając to za zbyt ingerujące i kontrolujące. Wpływ na to miał fakt, iż zaczynali oni wolontariat, kiedy aplikacji nie było i przyzwyczaili się do takiego stanu rzeczy.

Mnie na przykład troszeczkę zmartwiły takie informacje, że ja jako wolontariusz muszę się logować w aplikacji i notować moje wizyty. Ja na początku miałam problemy techniczne z tą aplikacją, nie współpracowała z moją komórką, sobie ją darowałam. Potem nawet zaczęłam ją instalować, ale widać nie była mi pisana, bo strasznie mi to utrudniało korzystanie, nie wiem, może ona nie była dostosowana do Androida. W każdym razie ostatecznie odinstalowałam i stwierdziłam, że nie, taka forma mi nie odpowiada, bo jestem wolontariuszem

¹⁰⁵ Aplikację udostępniono wolontariuszom w październiku 2020 r.

z własnej potrzeby, jakby, ja nie robiłam tego dla punktów jakiś tam gdzieś do uczelni czy innych rzeczy, tylko robiłam to dla siebie, więc nie widziałam potrzeby tego zapisywania, notowania, no i też tak jakby przepływ informacji swego czasu też się dużo pogorszył (Osoba_17).

Zdaniem badanych, najlepszą metodą pozyskiwania nowych wolontariuszy jest bezpośrednia interakcja wolontariuszy z innymi osobami i zachęcanie ich do pomagania, jak powiedziała jedna z badanych. Warto promować Stowarzyszenie na eventach dla seniorów, np. z okazji Dnia Seniora, odwiedzać i nawiązywać współpracę z Domami Pomocy Społecznej czy z bibliotekami. Seniorów warto informować o istnieniu mbU przez telewizję, prasę lokalną czy radio, co aktualnie robi Stowarzyszenie. Dobrym sposobem jest też przekazywanie informacji o mbU przez podopiecznych.

Uważam, że taka reklama w telewizji jest trochę taka bezosobowa, że gdzieś to, tam co gdzieś, coś, ktoś, a jak ja przyjdę powiem, że „hej jestem ja wolontariuszką, jest podopieczna, że my naprawdę to robimy, ja naprawdę idę na tą Wigilię”, no i wtedy myślę, że to jest bardziej namacalne realne i chętnie pomogą (Osoba_4).

Na przykład, no tam poprzednia moja pani to ona знаła wszystkich staruszków w swoim bloku tak, i ona mogłaby na przykład, powiedziała może by się zgłosić no nie wiem, nie wiem czy takie „door to door” chodzenie nie wiem, nie zastanawiałam się nigdy nad tym, ale warto też zaangażować wydaje mi się, że tych podopiecznych i zadać im pytanie czy oni by nie słyszeli o jakiejś, bo ta moja poprzednia podopieczna to chyba nawet 2 czy 3 swoje sąsiadki wciągnęła. Powiedziała im i one tam zadzwoniły, wiem, że postarały się... czyli to jest dobry kanał, bo oni wiedzą tak ja wiem moje koleżanki, ja się starzeję z moimi koleżankami tak, i wiem która w jakiej jest kondycji, i wiem która, kiedy w momencie będzie potrzebna jakaś pomoc (Osoba_15).

Natomiast pozyskiwanie wolontariuszy, zdaniem badanych, powinno się odbywać przez media społecznościowe, na Facebooku, poprzez rozwieszanie plakatów, rozdawanie ulotek. Żeby pozyskać młodszych wolontariuszy można się otworzyć na Instagrama lub TikToka. Zaproponowano również promowanie wolontariatu wśród młodzieży licealnej czy studentów, w zakładach pracy, w formie reklamy w komunikacji miejskiej. Padła też propozycja, aby szukać nowych wolontariuszy w grupach przykościelnych czy domach kultury. Jak wynika z badania, znaczna część (21 osób) dowiedziała się o Stowarzyszeniu mbU z Internetu, głównie z postów i kampanii na

Facebooku, na portalach lokalnych. Do innych źródeł zaliczono rekomendacje znajomych i telewizję.

Wolontariat niewątpliwie wpłynął na życie wolontariuszy, dał im poczucie zadowolenia z siebie, zmienił ich sposób myślenia o starości i starszych osobach. Pozwolił wyłamać się ze stereotypowego myślenia i oswoić się ze starością, co było szczególnie podkreślane przez wolontariuszy w wieku 26-35 lat. Wolontariat w „małych braciach Ubogich” pozwolił także na zmiany w postrzeganiu osób starszych. Kiedy ten obraz starości był bardzo negatywny, bliższy kontakt z seniorem, pozwolił na złagodzenie lęku przed swoją starością.

Myślę, że jest to okazja do poznania ciekawej osoby, do oswojenia się ze starością. Do spojrzenia trochę też na swoje życie, czy ogólnie na świat z perspektywy osoby, która dużo przeżyła i dużo już wie. Czyli dużo jest korzyści dla takiego wolontariusza, takiej wiedzy i tego oswojenia (Osoba_9).

Dla mnie starość jest trochę taka przerażająca, może dzięki [podopiecznej] trochę ją odczarowałyśmy, że może wyglądać fajnie, może być to coś ciekawego, ale nadal jest to coś czego się trochę boję, bo ciało zaczyna ci odmawiać, chciałabyś a nie możesz, tak jak [podopieczna], ona wybiegła a ja ją muszę stopować, bo ja wiem, że za chwilę nie dobiegniemy tam gdzie idziemy, także, że po prostu no ciało no niedomaga, że tak powiem, potem no też głowa przestaje pracować więc jakby całe życie musisz ćwiczyć i pracować (Osoba_4).

Na pewno gdzieś po części otworzył mnie bardziej na sposób myślenia osób starszych, z demencją, wyłamał mnie z tego stereotypu. Nie mówię, że to już się dokonało tylko, że nawet widzę to w sposobie myślenia, że gdzieś zaczynam negować to, co kiedyś bym pomyślał, więc głównie sposób myślenia i też trochę takie czerpanie radości z takich najprostszych rzeczy po prostu, że nie wszystko musi być zrobione górnolotnie, nie każda rozmowa musi być nie wiadomo o czym, żeby przyniosła radość, i tego się gdzieś też uczę właśnie w rozmowach z panią Jadzią, że po prostu porozmawiam z nią o tym, co narysowała czy gdzieś tam jaki serial obejrzała w telewizorze, i że to daje jej tyle radości. Nie musi to być rozprawa w sensie życia (Osoba_31).

Wolontariat daje też poczucie sprawczości, że ma się wpływ na życie innych. Niektóre osoby czują, że przez kontakt z seniorami stali się jeszcze wrażliwsi na potrzeby osób starszych i bardziej wyrozumiali dla seniorów w komunikacji miejskiej czy sklepach. Wolontariat uczy pokory i kształtuje charakter, pozwala też przewartościować swoje priorytety. Wolontariuszom-seniorom działanie w mbU dostarczało nowego

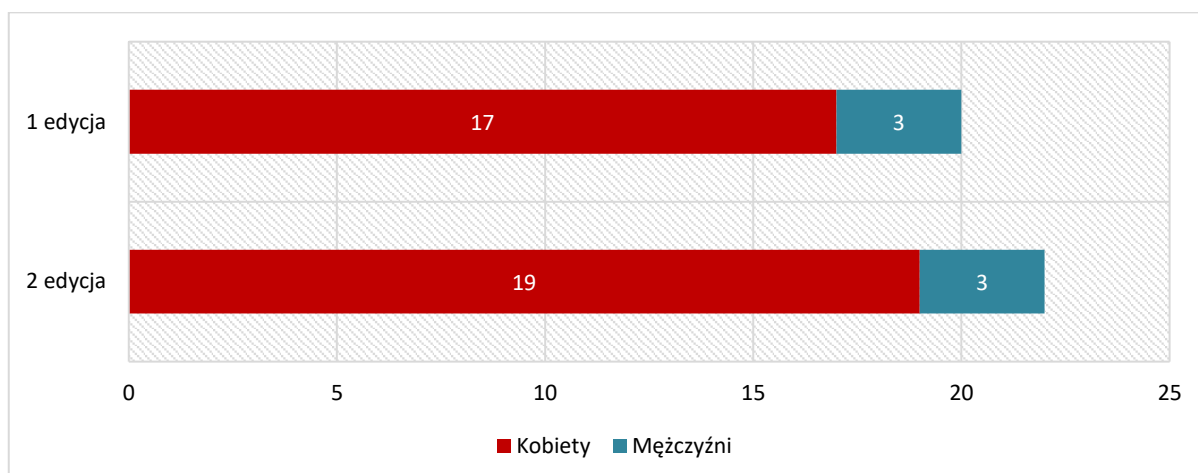
spojrzenia na młodsze pokolenie, odbierane jako pełne wrażliwości na proces starzenia się i empatii dla osób starszych. Zaś osoby w średnim wieku mogły spojrzeć na swoich rodziców z większą wyrozumiałością i zrozumieniem. W konsekwencji możliwa była poprawa ich relacji.

Nigdy tak nie patrzyłem pod takim kątem, choćby na moich rodziców starzejących się, którzy już są seniorami na emeryturze. Nigdy jakby tak nie patrzyłem właśnie jak patrzę teraz na to ich życie, gdzie dostrzegam też taką samotność, izolowanie. Dostrzegam taką zbieżność nawet choćby po szkoleniach, które mieliśmy. Widzę, że „kurczę, oni już gorzej słyszą, muszę inaczej się do nich zwracać”, mówię to, tak właśnie jest, jak mieliśmy na szkoleniach, wyraźniej, wolniej. To mi dało taką świadomość, że to nie jest tak, że oni są cały czas sprawni, że jest tak jak było, nie wiem, 20 lat temu, jak wtedy, gdy byłem nastolatkiem, to oni posunęli się latami i to ich życie inaczej wygląda. Mam więcej właśnie styczności przez ten wolontariat z osobami starszymi, z tymi tematami, to mi otwiera oczy na to jak starość może wyglądać, jak wygląda, jak próbować zrozumieć innych, którzy są w tym wieku (Osoba_32).

6.3.1. Lider wolontariatu – nowa forma wsparcia wolontariuszy mbU

Wśród badanych, sześć osób oprócz pełnienia roli wolontariuszy towarzyszących, była również liderami wolontariatu. Na początku badanie nie zakładało eksplorowania tego obszaru, jednak wybrzmiał on podczas prowadzonych wywiadów, dlatego autorka przyjrzała się temu zagadnieniu. Sam program „Lider wolontariatu mbU” miał dwie edycje, rekrutacja do pierwszej odbywała się w okresie kwiecień/maj 2022 r., zaś do drugiej równy rok później. Pomysł na ten projekt zrodził się z potrzeby znalezienia nowych rozwiązań usprawniających pracę w rozwijającym się Stowarzyszeniu. W związku z tym, poszukiwano osób, które będą otwarte na nowe wyzwania, komunikatywne i nastawione na współpracę. Zgodnie z założeniami projektu, lider wolontariatu miał realizować Program „Twoja obecność pomaga mi żyć” wspólnie z koordynatorem wolontariatu oraz zarządzać małym zespołem wolontariuszy (kilkunastoosobowym). Rekrutacja była otwarta dla wszystkich wolontariuszy, najpierw otrzymywali maila z podstawowymi informacjami o projekcie, następnie odbywały się spotkania z zainteresowanymi osobami.

Wykres 17. Liczba liderów wolontariatu w Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich”



Źródło: dane wewnętrzne Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”; stan na dzień 4.09.2023 r.

Według danych Stowarzyszenia, w całej organizacji działa 42 liderów wolontariatu, z czego 20 jest aktywnych od pierwszej edycji. Podobnie jak w strukturze wolontariuszy całego Stowarzyszenia, tu również przeważa liczba kobiet, które stanowią 86% wszystkich liderów. Rozmówcy byli uczestnikami pierwszej edycji programu, dlatego podzielili się swoimi uwagami, wiedząc, że program będzie najprawdopodobniej jeszcze modyfikowany. Zapytani o to, dlaczego podjęli się liderstwa, w większości motywowali to namową koordynatora wolontariatu, który doceniał ich zaangażowanie, pomysłowość i pozytywne nastawienie oraz wierzył, że poradzą sobie z dodatkowymi obowiązkami. Były jednostkowe przypadki namowy przez innego wolontariusza, z którym rozmówca miał dobry kontakt oraz samodzielne zgłoszenie się do programu po otrzymaniu informacji o rekrutacji. To pokazuje, jak duże znaczenie miał dobry kontakt koordynatora z wolontariuszami, ich zaangażowanie i umiejętności budowania relacji interpersonalnych. Użyta przez nich argumentacja spowodowała zaciekawienie realizowanym projektem, a na ostateczne podjęcie decyzji miały wpływ chęć pokonania swoich słabości i sprawdzenie się w nowej roli, ciekawość, możliwość podjęcia się nowych wyzwań, oraz duża ilość niespożytej energii i pomysłów, których nie można było wykorzystać w relacji z seniorem, np. z powodu jego barier fizycznych.

No i trochę przez jej[koordynatorki] namowę, trochę przez to, że stwierdziłem, że może to jest jakieś pokonanie swoich słabości w bezpiecznej przestrzeni takiej, że nikt mnie ostatecznie z tego nie oceni, nie zwolni ani nie ograniczy nagrodzenia, bo i tak go nie ma, więc ostatecznie nie mogło mnie spotkać nic złego, więc

podjąłem się tego właśnie tak jak wspominałem na początku trochę jako realizację gdzieś kolejnego projektu i tak, żeby przełamać swoje strachy.

Liderzy dostrzegają potencjał w tym programie, jednocześnie dość krytycznie odnoszą się do podejmowanych działań, które nie pokrywają się z początkowymi wyobrażeniami. Głównym zadaniem liderów jest integrowanie swojej grupy wolontariuszy, na co od początku byli optymistycznie nastawieni. Nawiązywali kontakt z przydzielonymi wolontariuszami, najpierw poprzez e-maila lub telefonicznie, kiedy przedstawiali się i opisywali swoją rolę.

To co było zamysłem tego projektu to, żeby w mniejszych grupach tych ludzi jakoś ze sobą bratać i samemu też poznawać tych ludzi, którzy zostali przydzieleni liderowi.

Stworzenie takich małych grup pozwalało na lepsze poznanie się nawzajem, organizowanie wspólnych inicjatyw, dzielenie się problemami lub wątpliwościami związanymi z realizowanym wolontariatem czy informacjami o szkoleniach, superwizji itp. Jednocześnie liderzy podkreślali, że nie zamykają się na kontakt z wolontariuszami spoza swojej grupy, gdyż zdarzają się przypadki łączonych spotkań grup leaderskich. Niemniej, najczęściej zgłaszanym problemem przez liderów był brak chęci przydzielonych wolontariuszy do integrowania się z innymi, niezrozumienie idei lidera, preferowanie bezpośredniego kontaktu z koordynatorem. Zdaniem rozmówców, wynika to z przyzwyczajenia wolontariuszy do kontaktowania się z koordynatorem, kiedy rozpoczynając wolontariat nie mieli przydzielonego lidera. Początkowa forma komunikacji ze Stowarzyszeniem mogła być dla nich łatwiejsza i uznawana za bardziej efektywną, ponieważ lider jest pośrednikiem, który może wydłużyć czas rozwiązywania problemu.

Innym problemem był brak dobrowolnego udziału w grupie z liderem na początku programu. Jak opisywali, osoby były przydzielane odgórnie, na podstawie lokalizacji, zgodnie z założeniem, że mają się częściej spotykać. W jednostkowym przypadku koordynator wybierając wolontariuszy starał się przydzielać osoby, które ich zdaniem są bardziej otwarte i chciałyby się częściej angażować w działania Stowarzyszenia. Dostrzec można tu, że to co sprawdziło się w przypadku rekrutowania liderów, nie miało miejsca przy wyborze osób do grup leaderskich. Wpływ na to mogły mieć brak doświadczenia oraz sprawdzanie różnych form doboru osób w grupach, jednak ta zastosowana metoda wymagała zmodyfikowania. Kolejne trudności wystąpiły

w obszarze komunikacji z przydzielonymi wolontariuszami, gdyż osoby te nie odpisywały na wysłane wiadomości, nie informowały o rezygnacji z wolontariatu, nie korzystały z ogólnodostępnych komunikatorów. Te sytuacje spowodowały w jednostkowych przypadkach pewne wątpliwości w liderach, co do zasadności tej roli.

Gdybyśmy były taką grupą, jakoś tam bardziej zżytą, to pewnie łatwiej byłoby też coś organizować, bo jakby wizja koordynatorki chyba była taka, że my będziemy jakieś te małe inicjatywy na przykład razem robić i na tym pierwszym spotkaniu, co się tam poznałyśmy z kilkoma, no to było tak, że dużo pomysłów, że tak było, to będziemy to tamto robić, tylko że ja nie chciałam im tak wymuszać tego robienia tylko myślałam, że będę takim pomocnikiem, że na przykład któraś coś chce, a ja tak trochę jakby to podkrecę, że zrobimy to razem i pomogę, ale to tak jakby w nich trochę to na chwilę się pojawiło, a później tak trochę przygastło, więc tak nie wiem czy można powiedzieć, że nadal jesteśmy tą grupką. No gdzieś tam jesteśmy niby zdefiniowane, ale póki co nic się nie dzieje, w tym kontekście.

Liderzy podkreślali jak ważny był dla nich kontakt w ramach projektu z koordynatorami, z którymi mają dobre relacje i czują się związani. Mają poczucie, że są wsparciem dla koordynatorów, ponieważ ułatwiają kontakt z wolontariuszami i postrzegają siebie jako łączników między koordynatorem a przypisanymi wolontariuszami. Mogą się z nimi podzielić pomysłami na nowe działania Stowarzyszenia, ale też wiedzą, że pracownicy Stowarzyszenia są otwarci na propozycje zmian w programie. Już na etapie szkoleń dostrzegli elastyczne podejście do podejmowanych tematów.

No było jedno szkolenie, które w trakcie trochę zmieniło temat. Bo chyba tym tematem było coś, coś jakby jakieś takie delegowanie zadań czy ustalanie zadań z tymi wolontariuszami. Większość z nas przyznała, że my jeszcze tak średnio jesteśmy w kontakcie z tymi naszymi wolontariuszami i jakie zadania w ogóle delegować, jak w ogóle nie znasz tych ludzi, że tak trochę to szkolenie było na jakiś inny etap tego wszystkiego, a my jesteśmy gdzieś tam jeszcze w zarodku, więc prowadząca tak jakby trochę przekierowała temat, że dobra, no to jak potrzebujecie i trochę czego innego, no to tak mi się trochę może cofnijmy i tak w sumie dostosowywali się do naszych potrzeb.

Bycie liderem jest całkowicie dobrowolne i rezygnacja z pełnienia tej roli jest możliwa w każdym momencie, jednak żaden z rozmówców nie zamierzał tego zrobić. Podejście koordynatorów do liderów było czynnikiem motywującym do kontynuowania działania w tym obszarze, jednak nie jedynym, gdyż pozytywnie było odbierane również

wzajemne wspieranie się liderów i organizowanie spotkań, podczas których mogą się dzielić swoimi przemyśleniami i starają się szukać rozwiązań napotykanym problemom. Ponadto, mimo wątpliwości i problemów, jakie wystąpiły na początku programu, liderzy otrzymują pozytywny odzew ze strony koordynatorów, którzy doceniają ich wsparcie i odczuwają zasadność kontynuowania tego programu. Informacje docierają również ze strony wolontariuszy.

Bardzo mi było miło jak jedna z moich dziewczyn mi napisała... ubrała w słowa dokładnie to co je to moje takie obawy, że się staramy i że nie ma reakcji, w ogóle, a ona mi napisała „my to widzimy i bardzo doceniamy, bardzo nas motywujesz nie potrafimy może jeszcze wyjść z poza, gdzieś tam”, ale mówi, że to dla nich dużo znaczy, ona się wypowiadała w liczbie mnogiej, to mnie zastanowiło na początku ale tak sobie pomyślałam być może przecież ja tego nie wiem inni wolontariusze też mogą mieć ze sobą kontakt, też się mogą znać i wspólnie w jakiś sposób się wspierać tylko po prostu ja o tym nie wiem, być może rzeczywiście gdzieś jest temat numer jeden, ale to było bardzo miłe że właśnie takie słowa do mnie doszły.

Na podstawie przeprowadzonych wywiadów można zauważyć, że osoby, które są liderami wolontariatu wyróżnia to, iż częściej odczuwają emocjonalnie przywiązanie do Stowarzyszenia i czują, że są jego reprezentantami, właśnie dzięki pełnionej roli. Wszyscy angażują się w promowanie Stowarzyszenia i zachęcają do wstąpienia do mbU zarówno obce osoby, jak i ze swojego otoczenia, podkreślając jego zalety. Liderzy są osobami, które chcą dalej rozwijać się wolontarystycznie i być w tym projekcie, ponieważ widząc otwartość Stowarzyszenia do wprowadzania zmian, są zmotywowani do dalszego uczestnictwa w nim. Choć ich wyobrażenia o swojej roli w programie nie zostały w pełni zrealizowane, to mają nadzieję, że w przyszłości będą mogli wspierać wolontariuszy, tak jak obecnie wspierają koordynatorów. Mimo pewnych problemów, projekt okazał się działaniem w dobrym kierunku, czego dowodem była rekrutacja do drugiej edycji.

ZAKOŃCZENIE

Wolontariat na rzecz seniorów jest interesującym obszarem badawczym, którego pogłębianie pozwala na zdobywanie wiedzy o ludziach, którzy nie skupiają się jedynie na sobie i swoich najbliższych, ale są otwarci na pomaganie innym. To niezwykle ważne, aby takie podejście było promowane, co może być łatwiejsze, dzięki stawianiu go w centrum zainteresowań naukowych. Zrealizowane badanie pozwala na sformułowanie następujących wniosków:

Wniosek 1. Motywacje wolontariuszy są złożonym zagadnieniem, dlatego nie sposób określić je w jednym zadaniu. Przeprowadzone badanie pozwoliło na skategoryzowanie motywacji wolontariuszy do rozpoczęcia pracy na rzecz osób starszych. Ma na to wpływ różna sytuacja życiowa, wyznawane wartości czy potrzeby. Aby usystematyzować ten podział posłużono się, przytaczaną wcześniej, typologią altruizmu stworzoną przez J. Karyłowskiego (patrz s. 11) i bazując na niej autorka podzieliła motywacje badanych wolontariuszy na wewnętrzne oraz zewnętrzne. Do motywacji wewnętrznych należą:

- a) poszukiwanie wolontariatu opartego na budowaniu relacji – rodzaj świadczonego wolontariatu, który pozwala na ograniczenie swojej aktywności do kontaktu interpersonalnego, natomiast nie wymaga specjalistycznej wiedzy np. z zakresu medycyny;
- b) chęć rozwoju – wolontariat pozwala na rozwijanie umiejętności, takich jak aktywne słuchanie, asertywność, ale też jest bodźcem do pogłębiania wiedzy na temat zdrowego stylu życia, profilaktyki czy sposobów leczenia chorób;
- c) chęć budowania pozytywnego obrazu samego siebie – angażowanie się w wolontariat pozwala na postrzeganie siebie jako osoby empatycznej, pomocnej czy tolerancyjnej oraz tworzenie takiego obrazu w środowisku, jako osoby zaangażowanej;
- d) chęć złagodzenia poczucia winy – wolontariusz, który ma poczucie winy wobec innych seniorów, dzięki działaniom wolontarystycznym może odczuwać ulgę i rekompensatę;
- e) poczucie wpływu na otaczającą rzeczywistość – wolontariat na rzecz seniorów może dać poczucie, że swoją obecnością wpływa się na życie podopiecznego;
- f) odbycie praktyk zawodowych – wolontariat ten pozwala na przygotowanie się do zawodu psychologa lub pedagoga (andragoga), pracującego w placówkach takich

jak Domy Pomocy Społecznej, gdzie w znacznej mierze mieszkańcami są osoby starsze;

- g) motywacja społeczna – chęć poznawania nowych osób w różnym wieku. Poza seniorem, wolontariusz ma możliwość integrowania się z innymi członkami Stowarzyszenia;
- h) zaspokajanie potrzeby przynależności – daje też poczucie należenia do określonej grupy;
- i) odczuwanie przyjemności z czynienia dobra – wolontariat pozytywnie wpływa na samopoczucie;
- j) postrzeganie wolontariatu jako wartości autotelicznej;
- k) postrzeganie wolontariatu jako pożyteczne dysponowanie swoim wolnym czasem;
- l) posiadanie prospołecznych wzorców w najbliższej rodzinie;
- m) zainteresowanie seniorami i tematyką senioralną – wolontariat pozwala na pogłębianie wiedzy z tego obszaru;
- n) wybór wolontariatu, który nie będzie za bardzo obciążający emocjonalnie;
- o) pobudki religijne – potrzeba realizowania nakazu czynienia dobra i pomocy potrzebującym związanych z nakazami wiary katolickiej.

Natomiast w przypadku motywacji zewnętrznych autorka wyróżniła:

- a) przeciwdziałanie samotności – poczucie, że podejmowane działania zmniejszają poczucie samotności przez seniora, przez co jego nastrój i komfort życia się poprawiają;
- b) pomoc na rzecz grupy marginalizowanej – seniorzy są postrzegani przez badanych jako grupa społeczna, która często jest pomijana w działaniach pomocowych oraz jej problemy są umniejszane.

Wniosek 2. Na motywację do kontynuowania świadczonego wolontariatu na rzecz seniorów największy wpływ miały osobiste doświadczenia z podopiecznym oraz współpraca z organizacją. Okazuje się, że wolontariusze Stowarzyszeniem „mali bracia Ubogich” nie rezygnują z działań w tej organizacji, ponieważ:

- a) zbudowana relacja z seniorem jest oparta na przywiązaniu, szacunku i sprawia przyjemność wolontariuszowi. Ponadto, ma on przeświadczenie, że jest się dobrze dobrany z seniorem pod względem charakterów;

- b) forma świadczonego wolontariatu spełniała ich oczekiwania – elastyczne podejście do godzin działania oraz możliwość budowania relacji tylko z jedną osobą (co jest zgodne z osobistymi preferencjami);
- c) pozytywne postrzeganie Stowarzyszenia – sposobu zarządzania wolontariuszami oraz działań podejmowanych na rzecz seniorów. Wolontariusze posiadający doświadczenie w innych organizacjach pozarządowych stawiają często mbU w opozycji do innych, które nie spełniły ich oczekiwań. Wolontariat w Stowarzyszeniu jest oceniany jako nie obciążający psychicznie ani fizycznie i nastawiony na relację;
- d) wsparcie ze strony Stowarzyszenia – mbU posiada narzędzia, którymi wspiera wolontariuszy, tj. superwizja, spotkania z psychologiem, warsztaty i szkolenia oraz kontakt z koordynatorami wolontariatu oceniany jako bardzo dobry;
- e) wolontariusze mają poczucie zaspokajania potrzeby samorozwoju;
- f) wolontariusze mają poczucie, że kiedy zobowiązali się do działań wolontarystycznych, to powinni je kontynuować, ponieważ uważają siebie za sumiennych i obowiązkowych.

Wniosek 3. Działanie w wolontariacie na rzecz seniorów wpływa na kształtowanie poglądów na proces starzenia i obraz swojej starości na dwa sposoby. Po pierwsze, podopieczni Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” są grupą odniesienia dla badanych. Poznając z jakimi problemami mierzą się seniorzy, jak wygląda codzienność samotnych osób, powoduje to większą mobilizację do podejmowania działań, które mają docelowo sprawić, że starość wolontariuszy będzie wyglądała zupełnie inaczej niż ich podopiecznych – kreując jednocześnie pozytywny obraz własnej starości. Po drugie, osoby, w momencie podejmowania się wolontariatu, swoje wyobrażenie o seniorach opierały na stereotypach lub wcześniej czuły lęk przed wejściem w wiek starczy, poprzez działanie w Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich”, mogli „odczarować starość” i zbudować jej pozytywny obraz. Wolontariusze niewątpliwie postrzegają starość jako zróżnicowany okres pod względem możliwości przeżywania go. Opisując życie osób starszych pojawiły się dwa dominujące obrazy starości – samotnej, nieaktywnej, obciążonej chorobami oraz wesołej, spędzanej w gronie najbliższych i aktywnej.

Wniosek 4. Zaangażowanie w wolontariat na rzecz seniorów jedynie częściowo wpływa na budowanie pozytywnego obrazu starości i starzenia się. Z jednej strony wolontariusze budując relację z seniorami dostrzegali zalety swoich rozmówców, np. inteligencję, wiedzę historyczną i życiową, życzliwość czy dobre serce. Jednocześnie

widzieli, że starość może być smutnym i trudnym okresem życia, obarczonym licznymi dysfunkcjami i ciągłym pragnieniem kontaktu z innymi ludźmi. To powoduje pewną niemożność określania starości jednoznacznie pozytywną.

Wniosek 5. Wolontariusze dostrzegają 3 główne zmiany w funkcjonowaniu Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”, jakie pojawiły się na przestrzeni czasu: ustawiczny rozwój Stowarzyszenia, zmiany wywołane przez pandemię Covid-19 oraz uruchomienie aplikacji „Strefa mbU”. Rozwój Stowarzyszenia rozumiany jako zwiększanie zasięgu działań (otwieranie oddziałów w kolejnych miastach), spowodował potrzebę większego angażowania się wolontariuszy w organizowanie atrakcji dla seniorów czy powstanie roli lidera wolontariatu. Pandemia Covid-19 czasowo ograniczyła funkcjonowanie Stowarzyszenia – uniemożliwiła organizowanie zajęć grupowych oraz zmniejszyła kontakt wolontariuszy z seniorami do rozmów telefonicznych. Jednak wraz z upływem czasu, sytuacja zaczyna wracać do tej, sprzed pandemii. Pojawienie się aplikacji wywołało niezadowolenie wśród wolontariuszy o stażu dłuższym niż 3 lata lub tych w podeszłym wieku, którzy działali przez dłuższy czas bez tego narzędzia, określając je jako zbędne i kontrolujące. Natomiast osoby, które miały do czynienia z nią od samego początku swojego wolontariatu, dostrzegały jej zasadność i uznawały za przydatne narzędzie do odnotowywania spotkań z podopiecznym i zapisywania się na szkolenia.

Wniosek 6. Z badania wynika, iż zasadnym jest postrzeganie wolontariatu na rzecz seniorów jako wymiany dóbr (patrz teoria wymiany G. Homansa i P. Blau'a). Respondenci dostrzegali, że z jednej strony oni poświęcają swój czas i pomagają osobom samotnym, jednocześnie czerpiąc z tego. Najczęściej wymienianymi korzyściami jakie otrzymują wolontariusze było zaspokojenie potrzeby samorozwoju i uwrażliwienie na problemy osób starszych, co nierzadko pozwalało na lepsze zrozumienie seniorów z rodziny. Kolejną korzyścią była możliwość psychicznego przygotowania się na własną starość, poprzez dbanie o swoje zdrowie oraz relacje z bliskimi, będąc jeszcze w młodszym wieku.

Wniosek 7. Wolontariusze doświadczają, podczas świadczenia wolontariatu na rzecz osób starszych problemów, takich jak próby manipulowania i wymuszania świadczenia usług opiekuńczych przez seniorów, doświadczenie śmierci podopiecznego, brak porozumienia spowodowany różnicami charakteru. Problematiczna jest również duża rotacja wśród koordynatorów wolontariatu, szczególnie w większych miastach.

Wniosek 8. Wolontariusze bardzo dobrze oceniają Stowarzyszenie pod względem organizacji i wsparcia. Uważają, że jest ono dobrze zorganizowane, posiada sprawnie funkcjonującą strukturę i narzędzia do wspierania wolontariuszy, zwłaszcza gdy doświadczają trudnych sytuacji podczas relacji z seniorem. Posiada także możliwość na kreatywne pomysły wolontariuszy, poprzez małe inicjatywy.

Wniosek 9. Wolontariusze Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” pozytywnie oceniają działania podejmowane na rzecz seniorów oraz promocję Stowarzyszenia. Czują się częścią tej organizacji, ponieważ popierają wartości, którymi kieruje się Stowarzyszenie, uważają je za szlachetne i chcą być łączeni z takimi działaniami. Ale to zjawisko jest silniejsze u wolontariuszy o dłuższym stażu wolontariackim.

Wniosek 10. Program „Lider wolontariatu mbU” jest postrzegany jako słuszna idea. Posiada on swoje mankamenty, jednak zaangażowani w niego wolontariusze postrzegają program jako posiadający potencjał i godny potrzeby rozwijania, ponieważ pracownicy Stowarzyszenia są otwarci na ich uwagi.

Powyższe wnioski wynikające z przeprowadzonego badania ukazują motywacje i działania wolontariuszy w ramach danej organizacji, co można potraktować jako wskazówki dla Stowarzyszenia. Jednocześnie, warto na koniec zaznaczyć, iż przeprowadzony proces badawczy nie zamyka pola badawczego, dlatego wydaje się zasadne przeprowadzenie dalszych eksploracji badawczych w tym zakresie.

BIBLIOGRAFIA

- Abramek Z. (2001), *Powstanie i działalność Polskiego Czerwonego Krzyża (1912-1951)*, Wyd. Polski Czerwony Krzyż Zarząd Okręgowy w Warszawie, Warszawa.
- Adamczak M. (1985), *Choroba i jej indywidualna koncepcja* [w:] Waligóra B. (red.) *Elementy psychologii klinicznej*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, Poznań, ss. 62-67.
- Adamiak P. (2014), *Zaangażowanie społeczne Polek i Polaków wolontariat, filantropia, 1% i wizerunek organizacji pozarządowych*, Stowarzyszenie Klon/Jawor, Warszawa.
- Angermann A., Sittermann B. (2010), *Volunteering in the European Union - An Overview. Working paper no. 2 of the Observatory for Sociopolitical Developments in Europe*, Institute for Social Work and Social Education (ISS), Berlin.
- Babbie E. (2005), *Badania społeczne w praktyce*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Baert P., Carreira da Silva F. (2013), *Teorie społeczne w XX wieku i dzisiaj* (tłum. Burdziej S.), Zakład Wydawniczy NOMOS, Kraków.
- Baka Ł. (2004), *Teoria opanowania trwogi i propozycja jej odniesienia do problematyki jakości życia*, „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie”, z. XII, ss. 5-27.
- Balawajder K. (1996), *Umiejętności interpersonalne w niesieniu pomocy innym* [w:] Popiołek K. (red.), *Psychologia pomocy. Wybrane zagadnienia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice, ss. 46-54.
- Bejma A. (2012), *Wolontariat w Polsce i w Europie Środkowo-Wschodniej. Prawo i praktyka*, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa.
- Birch A., Malim T. (2001), *Psychologia rozwojowa w zarysie. Od niemowlęctwa do dorosłości* (tłum. Łuczyński J., Olejnik M.), PWN, Warszawa.
- Blaui P. M. (1992), *Wymiana nagród społecznych* (tłum. Derczyński W., Zawadzka A.) [w:] Kempny M., Szmatka J. (red.), *Współczesne teorie wymiany społecznej. Zbiór tekstów*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, ss. 230-243.

- Blau P. M. (2009), *Wymiana i władza w życiu społecznym* (tłum. Psuty-Zajac A., Zajac P.), Zakład Wydawniczy NOMOS, Kraków.
- Blumer H. (2007), *Interakcjonizm symboliczny* (tłum. Woroniecka G.), Zakład Wydawniczy NOMOS, Kraków.
- Błądowski P. (2002), *Lokalna polityka społeczna wobec ludzi starych*, Oficyna Wydawnicza Szkoły Głównej Handlowej, Warszawa.
- Błądowski P. (2012), *Konsekwencje procesu demograficznego starzenia się ludności jako zadanie dla administracji publicznej* [w:] Błądowski P., Szatur-Jaworska B., Szweda-Lewandowska Z., Kubicki P., *Raport na temat sytuacji osób starszych w Polsce*, Instytut Pracy i Spraw Socjalnych, Warszawa, ss. 33-48.
- Bobek K., Żołędowska M. (2011), *O czym każdy wolontariusz wiedzieć powinien? Broszura Ministerstwa Pracy i Polityki Społecznej*, Ministerstwo Pracy i Polityki Społecznej, Warszawa.
- Bowlby J. (1980), *Attachment and Loss. Vol. III — Loss, sadness and depression*, Basic Books, A Member of the Perseus Books Group, New York.
- Bremner R. H. (2000), *Giving: Charity and Philanthropy in History*, Transaction Publishers, New Brunswick, New Jersey.
- Brenk M. (2017), *Działalność dobroczynna i filantropijna na ziemiach polskich w czasie niewoli narodowej. Zarys problematyki* [w:] Knocińska A., Frąckowiak P. (red.) *POMOC - WSPARCIE - RATOWNICTWO. O optymalizacji rozwoju i edukacji człowieka na różnych etapach życia*, Bogucki Wydawnictwo Naukowe, Poznań - Gniezno, ss. 525-537.
- Bromley D.B. (1969), *Psychologia starzenia się* (tłum. Zakrzewska Z.), PWN, Warszawa.
- Brubaker T. H. (1987), *The long-term care triad. The elderly, their families and bureaucracies* [w:] Brubaker T. H. (red.), *Aging, Health, and Family: Long-Term Care*, SAGE Publications, Newbury Park, ss. 12-22.
- Brudek P. (2016), *Larsa Tornstama teoria gerotranscendencji jako teoria pozytywnego starzenia się*, „Psychologia rozwojowa” t. 21, nr 4, ss. 9-25.

- Brycz H. (2018), *Jakość życia w rozumieniu nauk psychologicznych i nauk ekonomicznych* [w:] Dąbrowska A., Janoś-Kresło M., Kasprzak R., Mróz B. (red.), *Jakość życia, konsumpcja. Monografia dedykowana profesor Teresie Słaby*, Oficyna Wydawnicza SGH – Szkoła Główna Handlowa w Warszawie, Warszawa, ss. 57-66.
- Brzeziński J. (2012), *Metodologia badań psychologicznych*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Bürger M. (1965), *Biomorfoza i jej znaczenie w procesie starzenia się i stanach chorobowych*, Państwowy Zakład Wydawnictw Lekarskich, Warszawa.
- Butler R. N. (1980) *Ageism: A Foreword*, „Journal of Social Issues” vol. 36, no. 2., ss. 8-11.
- Clary E. G., Snyder M. (1999), *The Motivations to Volunteer: Theoretical and Practical Considerations*, „Current Directions in Psychological Science”, vol. 8, no 5, ss. 156-159.
- Cook K.S., Rice E. (2006), *Social Exchange Theory*, „Social Forces” 68(2), ss. 53-76.
- Creswell J.W. (2013), *Projektowanie badań naukowych. Metody jakościowe, ilościowe i mieszane* (tłum. Gilewicz J.), Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Czekanowski P. (2012), *Społeczne aspekty starzenia się ludności w Polsce. Perspektywa socjologii starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk.
- Czerniawska O. (1998), *Style życia ludzi starszych* [w:] Czerniawska O. (red.), *Style życia w starości*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź, ss. 17-26.
- Czerniawska O. (2011), *Nowe drogi w andragogice i gerontologii*, Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź.
- Denzin N.K., Lincoln Y.S. (2009), *Wprowadzenie. Dziedzina i praktyka badań jakościowych* [w:] Denzin N.K., Lincoln Y.S. (red.), *Metody badań jakościowych*, t. 1, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, ss. 19-62.
- Dobrzański K. (2009), *Istota, przesłanki i obszary działań wolontariatu*, „Zarządzanie Zasobami Ludzkimi”, nr 1, ss. 45-56.

Dyczewski L. (1994), *Ludzie starzy i starość w społeczeństwie i kulturze*, Redakcja Wydawnictwa Katolickiego Uniwersytetu Lubelskiego, Lublin.

Encyklopedia Powszechna PWN, t. 3, red. H. Bonecki, Definicja: potrzeba, Warszawa 1975, s. 663.

Encyklopedia Powszechna PWN, t. 4, red. R. Łąkowski, Definicja: woluntaryzm, Warszawa 1976, ss. 710-711.

Erikson E. H. (2002), *Dopełniony cykl życia*, (przeł. Gomola A.), Dom Wydawniczy Rebis, Poznań.

Fabiś A., Wawrzyniak J.K. (2015), *Definiowanie gerontologii i jej subdyscyplin* [w:] Fabiś A., Wawrzyniak J.K., Chabior A. *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków, ss. 13-18.

Filipiak B. (2004), *Drugi i trzeci sektor w realizacji zadań publicznych. Wybrane problemy teorii i praktyki*, Wyd. Wyższa Szkoła Integracji Europejskiej w Szczecinie, Szczecin.

Firlit-Fesnak G., Szatur-Jaworska B. (1995), Definicja: ludzie starzy [w:] *Leksykon pojęć socjalnych. Wybrane terminy z polskiej i niemieckiej polityki społecznej, pomocy społecznej i pracy socjalnej*, Dom Wydawniczy Elipsa, Warszawa, ss. 44-46.

Flick U. (2012), *Projektowanie badania jakościowego* (tłum. Tomanek P.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.

Frankfort-Nachmias Ch., Nachmias D. (2001), *Metody badawcze w naukach społecznych* (tłum. Hornowska E.), Zys i S-ka Wydawnictwo, Poznań.

Frazer J.G. (1919), *Folk-Loire in the Old Testament. Studies in Comparative Religion Legend and Law*, vol. II, Macmillan and Co., Limited, London.

Frąckiewicz L. (1985), *Karta praw człowieka starego*, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa.

Gawroński S. (1999), *Ochotnicy miłości bliźniego*, Biblioteka „Więzi”, Warszawa.

Gibbs G. (2011), *Analizowanie danych jakościowych* (tłum. Brzozowska-Brywczyńska M.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.

Giddens A. (2010), *Socjologia* (tłum. Szulżycka A.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.

Golinowska S. (2012), *Srebrna gospodarka-ekonomiczny wymiar procesu starzenia się populacji [w:] Strategie działania w starzejącym się społeczeństwie. Tezy i rekomendacje*, Rzecznik Praw Obywatelskich, Warszawa, ss. 134-147.

Gołąb A. (1976), *Ukierunkowanie osobowości [w:] Reykowski J. (red.), Osobowość a społeczne zachowanie się ludzi*, Książka i Wiedza, Warszawa, ss. 135-168.

Gorlova N. I. (2019), *Stanovleniye i razvitiye instituta volonterstva v Rossii: istoriya i sovremennost'*, Ministerstvo kul'tury Rossiyskoy Federatsii Rossiyskiy nauchno-issledovatel'skiy institut kul'turnogo i prirodnogo naslediya imeni D. S. Likhachova, Moskva. (ros.: Горлова Н. И. (2019), *Становление и развитие института волонтерства в России: история и современность*, Министерство культуры Российской Федерации Российский научно-исследовательский институт культурного и природного наследия имени Д. С. Лихачёва, Москва).

Góralski Z. (1973), *Działalność charytatywna w Polsce przedrozbiorowej*, PWN, Warszawa-Kraków.

Górecki M. (2013a), *Idea, instytucjonalizacja i funkcje wolontariatu*, Wydawnictwo Akademickie ŻAK, Warszawa.

Górecki M. (2013b), *Wolontariat - idea, organizacja, doświadczenia*, „Warmińsko-Mazurski Kwartalnik Naukowy, Nauki Społeczne”, nr 1, ss. 81-110.

Grabski W., Żabko-Potapowicz A. (1932), *Ratownictwo społeczne podczas wojny [w:] Handelsmann M. (red.), Polska w czasie wielkiej wojny (1914-1918). Historia społeczna*, t. 2, Towarzystwo Badania Zagadnień Międzynarodowych, Warszawa, ss. 1-207.

Gryglewska B., Grodzicki T., Mossakowska M., Wierucki Ł., Bandosz P., Zdrojewski T. (2021), *Zjawisko wielochorobowości [w:] Błędowski P., Grodzicki T., Mossakowska M., Zdrojewski T. (red.) PolSenior2. Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk, ss. 719-735.

- Gudkova S. (2012), *Wywiad w badaniach jakościowych* [w:] Jemieliński D. (red.), *Badania jakościowe. Metody i narzędzia*, t. 2, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, ss. 111-129.
- Gumowska I. (1969), *Życie bez starości*, Wiedza Powszechna, Warszawa.
- Halicka M. (2004), *Satysfakcja życiowa ludzi starszych. Studium teoretyczno-empiryczne*, Akademia Medyczna, Białystok.
- Halicki J. (2006), *Spoleczne teorie starzenia się* [w:] Halicka M., Halicki J. (red.), *Zostawić ślad na ziemi. Księga pamiątkowa dedykowana Profesorowi Wojciechowi Pędichowi w 80 rocznicę urodzin i 55 rocznicę pracy naukowej*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok, ss. 255-276.
- Halicki J. (2010), *Obrazy starości. Rysowanie przeżyciami seniorów*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok.
- Hałas E. (2006), *Interakcjonizm symboliczny. Społeczny kontekst znaczeń*, PWN, Warszawa.
- Hebda J., Biela A. (2015), *Znaczenie stereotypów i teorii starzenia się w postrzeganiu społecznym osób starszych*, „Edukacja Etyczna” nr 9, ss. 49-62.
- Heitzman J. (2020), *Wpływ pandemii COVID-19 na zdrowie psychiczne*, „Psychiatria Polska”, 54(2), ss. 187-198.
- Homans G. C. (1958), *Social behavior as exchange*, „American Journal of Sociology”, Vol. 63, No. 6, pp. 597-606.
- Homans G. C. (1967), *The Nature of Social Science*, Houghton Mifflin, New York.
- Homans G. C. (2006), *Podstawowe procesy społeczne* (tłum. Olbrycht J.) [w:] Jasińska-Kania A. i in. (red.), *Współczesne teorie socjologiczne*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa.
- Janeczek M. (1996), *Wolontariat w Wielkiej Brytanii* [w:] Wejcman Z. (red.), *Wolontariat – nowe spojrzenie na pracę społeczną*, Biuro Obsługi Ruchu Inicjatyw Samopomocowych Boris, Warszawa, ss. 15-19.

- Juszczak S. (2013), *Badania jakościowe w naukach społecznych. Szkice metodologiczne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice.
- Kamiński A. (1972), *Funkcje pedagogiki społecznej. Praca socjalna i kulturalna*, PWN, Warszawa.
- Kamiński A. (1978), *Studia i szkice pedagogiczne*. PWN, Warszawa.
- Kanios A. (2008), *Społeczne kompetencje studentów do pracy w wolontariacie*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin.
- Karyłowski J. (1982), *O dwóch typach altruizmu. Badania nad endo- i egzocentrycznymi źródłami podejmowania bezinteresownych działań na rzecz innych ludzi*, Zakład Narodowy im. Ossolinski, Wrocław.
- Kawińska M. (2017), *Ageing and the silver economy – challenges and opportunities for social policy in Poland*, „Economy and Sociology”, nr 3, ss. 84-91.
- Kawińska M. (2018), *Starzenie się społeczeństwa europejskiego – narzędzia pomiaru*, „Uniwersyteckie Czasopismo Socjologiczne”, 14(1), ss. 25-36.
- Kempny M. (1988), *Wymiana i społeczeństwo. Obraz rzeczywistości społecznej w ujęciu współczesnych socjologicznych i antropologicznych teorii wymiany*, Zakład Narodowy Imienia Ossolińskich, Wydawnictwo PAN, Wrocław.
- Kępski Cz. (1993), *Towarzystwa dobroczynności w Królestwie Polskim (1815-1914)*, Wydawnictwo Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej, Lublin.
- Kijak R. J. (2013), *Życie intymne ludzi starych* [w:] Kijak R.J., Szarota Z. (red.), *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa, ss. 52-76.
- Kijak R. J., Szarota Z. (2013), *Starość. Między diagnozą a działaniem*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa.
- Kocemba J. (2000), *Biologiczne wyznaczniki starości* [w:] Panek A., Szarota Z. (red.), *Zrozumieć starość*, Oficyna Wydawnicza Text, Kraków, ss. 107-110.

- Kocowski T. (1979), *Globalna koncepcja potrzeb ludzkich* [w:] *Rozwój społeczny – system światowy - potrzeby ludzkie. Problemy metodologiczne*, „Polska 2000”, PAN, Ossolineum, Wrocław, ss. 25-52.
- Kochan I. (2009), *Rola aktywności religijnej w adaptacji do starości*, „Rocznik Teologiczny”, nr 51, z. 1-2, ss. 133-144.
- Koral J., Skorowski H. (1999), *Kościół w Polsce wobec wyzwań socjalnych okresu transformacji*, „Saeculum Christianum: pismo historyczno-społeczne”, nr 6/1, ss. 143-159.
- Kotlarska-Michalska A. (2000), *Starość w aspekcie socjologicznym*, „Rocznik Socjologii Rodziny” t. XII, Poznań, ss. 147-159.
- Krakowiak P. (2013), *Edukacyjne funkcje wolontariatu i ich percepcja w nauczaniu Kościoła w XXI wieku*, „Pedagogia Christiana”, 2/32 (2013), ss. 163-184.
- Krawczyk S. (2016), *Pojęcia uniwersalne w badaniach naukowych*, Oficyna Wydawnicza Uniwersytetu Zielonogórskiego, Zielona Góra.
- Kromolicka B. (2008), Definicja: wolontariat [w:] *Encyklopedia Pedagogiczna XXI wieku*, t. VII, V-Ż, Wydawnictwo Akademickie „Żak”, Warszawa, ss. 218-230.
- Kroplewski Z, Kulik M. M., Rydzewska M., Szałachowski R., Szcześniak M., Timoszyk-Tomczak C. (2015), *Syntetyczny Model Motywacji Prospołecznych na przykładzie wolontariatu*, „Psychologia Wychowawcza”, nr7/2015, ss. 45-61.
- Kubicki P., Szweda-Lewandowska Z. (2022), *Wsparcie osób starszych w czasie pandemii. Raport z badania na temat sytuacji osób w wieku 60+ w czasie pandemii COVID-19 w Polsce*, Rzecznik Praw Obywatelskich, Warszawa.
- Kvale S. (2010), *Prowadzenie wywiadów* (tłum. Dziuban A.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Leś E. (2000), *Od filantropii do pomocniczości. Studium porównawcze rozwoju i działalności organizacji społecznych*, Dom Wydawniczy Elipsa, Warszawa.
- Leś E. (2001), *Zarys historii dobroczynności i filantropii w Polsce*, Prószyński i S-ka, Warszawa.

Leś E. (2013), *Organizacje non profit w nowej polityce społecznej w Polsce na tle europejskim*, Oficyna Wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa.

Leś E., Nałęcz S., Wygnański J. (2000), *Defining the Nonprofit Sector: Poland*, The Johns Hopkins University Center for Civil Society Studies, Baltimore, Maryland USA.

Leśniak J.R. (1986), hasło: *gerontologia* [w:] *Encyklopedia oświaty i kultury dorosłych*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław, Warszawa, Kraków, Gdańsk, Łódź, ss. 85-87.

Lippert S. (2011), *Silver pricing: satisfying needs is not enough – balancing value delivery and value extraction is key* [w:] Kohlbacher F., Herstatt C., *The silver market phenomenon. Marketing and innovation in the aging society*, Springer, Heidelberg, ss. 161-173.

Lubrańska A., Zawira E. (2017), *Motywy współczesnych wolontariuszy w aspekcie różnic pokoleniowych*, „Łódzkie Studia Teologiczne”, nr 26 (2017) 1, ss. 159-173.

Lutyńska K. (1972), *Miejsce przeprowadzania wywiadu i jego oddziaływanie* [w:] Gostkowski Z., Lutyński J. (red.), *Analizy i próby technik badawczych w socjologii*, t. IV, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wydawnictwo Polskiej Akademii Nauk, Wrocław, Warszawa, Kraków, Gdańsk, ss. 425-476.

Łobocki M. (2008), *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków.

Malinowski B. (1981), *Argonauci Zachodniego Pacyfiku: relacje o poczynaniach i przygodach krajowców z Nowej Gwinei* (tłum. Olszewska-Dyoniziak B., Szyrkiewicz S.), Wydawnictwo PWN, Warszawa.

Markiewiczowa H. (2016), *Działalność opiekuńcza na ziemiach polskich w XIX wieku na przykładzie Towarzystw Dobroczynności Wileńskiego i Warszawskiego*, „Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie”, XXV, ss. 635-644.

Maslow A. (2006), *Motywacja i osobowość* (tłum. Radzicki J.), Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.

Maszkę A. W. (2008), *Metody i techniki badań pedagogicznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rzeszowskiego, Rzeszów.

- Mlicki M. K. (1992), *Konflikty społeczne. Pułapki i dylematy działań zbiorowych*, IFiS PAN, Warszawa.
- Moroń D. (2009), *Wolontariat w trzecim sektorze: prawo i praktyka*, Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław.
- Moroń D. (2012), *Organizacje pozarządowe – fundament społeczeństwa obywatelskiego*, Wydawnictwo Uniwersytetu Wrocławskiego, Wrocław.
- Nelson T. D. (2003), *Psychologia uprzedzeń* (tłum. Nowak A.), Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, Gdańsk.
- Niezabitowski M. (2018), *Wykluczenie społeczne ludzi starszych – kilka uwag o socjologicznym ujęciu teoretycznych i praktycznych aspektów problematyki*, „Zeszyty Naukowe Politechniki Śląskiej. Seria: Organizacja i Zarządzanie” z. 123, ss. 291-312.
- Nowak S. (2008), *Metodologia badań społecznych*, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa.
- Ochocki A. (2009), *Ludność, edukacja, poziom życia – problemy globalne*, „Wiadomości Statystyczne. The Polish Statistician”, vol. 54, nr 8, ss. 75-88.
- Ochocki A. (2019), *Starzenie się ludności a redystrybucja dochodów*, „Wiadomości Statystyczne. The Polish Statistician”, vol. 64, nr 10, ss. 53-62.
- Olechnicki K., Załęcki P. (2000), *Słownik socjologiczny*, Wyd. Graffiti BC, Toruń.
- Pacholski M., Słaboń A. (2010), *Słownik pojęć socjologicznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego w Krakowie, Kraków.
- Palmore E. B. (1999), *Ageizm. Negative and Positive*, Springer Publishing Company, New York.
- Panek T. (2017), *Model pomiaru jakości życia* [w:] Frątczak E., Panek T., Słaby T. (red.), *Paradygmaty badawcze jakości życia w ekonomii zarządzaniu i psychologii*, Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu, Wrocław, ss.11-38.
- Parandowski J. (1972), *Mitologia. Wierzenia i podania Greków i Rzymian*, Czytelnik, Warszawa.

- Pędich W. (1996), *Ludzie starzy*, Wydawnictwo Centrum Rozwoju Służb Społecznych, Warszawa.
- Pilecka B. (2004), *Kryzys psychologiczny. Wybrane zagadnienia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
- Piotrowski J. (1986), *Gerontologia i geriatrya* [w:] *Encyklopedia seniora*, Wiedza Powszechna, Warszawa, ss. 15-19.
- Podgórski R. A. (2007), *Metodologia badań socjologicznych. Kompendium wiedzy metodologicznej dla studentów*, Oficyna Wydawnicza Branta, Bydgoszcz.
- Posner R. A. (1995), *Aging and old age*, University of Chicago Press, Chicago and London.
- Pulińska U. (2012), *Psychospołeczne uwarunkowania podejmowania działalności wolontariackiej*, „Warmińsko-Mazurki Kwartalnik Naukowy, Nauki Społeczne”, nr 2, ss. 23-40.
- Radwan-Pragłowski J., Frysztański K. (1996), *Społeczne dzieje pomocy człowiekowi: od filantropii greckiej do pracy socjalnej*, Interart, Warszawa.
- Rembowski J. (1984), *Psychologiczne problemy starzenia się człowieka*, PWN, Warszawa, Poznań.
- Rembowski J. (1992), *Samotność*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk.
- Reykowski J. (1986), *Motywacja, postawy prospołeczne a osobowość*, PWN, Warszawa.
- Roguska A. (2010), *Wolontariat – działania na rzecz jednostki i społeczeństwa* [w:] Danielak-Chomać M., Dobrowolska B., Roguska A. (red.), *Wolontariat w teorii i praktyce*, Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego w Siedlcach, Siedlce, ss. 27-48.
- Rosset E. (1967), *Ludzie starzy. Studium demograficzne*, Państwowe Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa.
- Rowe J. W., Kahn R. L. (1997), *Successful Aging*, “The Gerontologist”, vol. 37, no. 4, ss. 433-440.

Rustecki W. (red.) (2014), *Praktyczny poradnik współpracy z wolontariuszami*, Fundacja Pracownia Badań i Innowacji Społecznych Stocznia, Warszawa.

Selye H. (1978), *Stres okiełznany* (tłum. Zalewski T.), Państwowy Instytut Wydawniczy, Warszawa.

Shtark Ye. V., Komova N. V., Anisimov M. M. (2015), *Istoriya razvitiya volonterstva v rossii i za rubezhom: sotsial'no-filosofskiy analiz*, "Filosofiya obrazovaniya", № 5(62), 2015, ss. 174-184. (ros.: Штарк Е. В., Комова Н. В., Анисимов М. М., ИСТОРИЯ РАЗВИТИЯ ВОЛОНТЕРСТВА В РОССИИ И ЗА РУБЕЖОМ: СОЦИАЛЬНО-ФИЛОСОФСКИЙ АНАЛИЗ, Философия образования, № 5(62), 2015, ss. 174-184.)

Silverman D. (2012), *Interpretacja danych jakościowych. Metody analizy rozmowy, tekstu i interakcji* (tłum. Głowacka-Grajper M., Ostrowska J.), PWN, Warszawa.

Simmel G. (1997), *Filozofia pieniądza* (tłum. Przyłębski A.), Wydawnictwo Fundacji Humaniora, Poznań.

Simonson J., Vogel C., Tesch-Römer C., (2017) *Volunteering in Germany. Key Findings of the Fourth German Survey on Volunteering*, Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend Referat Öffentlichkeitsarbeit, Berlin.

Słownik Języka Polskiego PWN, t. 3, red. M. Szymczak, Definicja: wolontariat, Warszawa 1985, s. 750.

Słownik Wyrazów Obcych PWN, red. J. Tokarski, Definicje: wolontariusz; woluntaryzm, Warszawa 1980, ss. 810-811.

Słownik wyrazów obcych, Definicja: kryzys, PWN, Warszawa 1995, s. 617.

Sobolewska-Popko A. M. (2012), *Czy pomaganie mężczy? Jak skutecznie pomagać, nie zatracając siebie? (na podstawie pracy wolontariuszy)* [w:] Zbyrad T., Krempa B. (red.) *Pomoc jako zachowanie prospołeczne*, Wydawnictwo KUL, Lublin, ss. 349-358.

Staręga-Piasek J. (1982), *Sytuacja rodzinna i psychospołeczna* [w:] *Sytuacja życiowa osób starszych*, „Z Prac Zakładu Badań Statystyczno-Ekonomicznych”, z. 127, GUS, Warszawa, ss. 132-166.

- Stasik A., Gendźwił A. (2012), *Projektowania badania jakościowego* [w:] Jemielniak D. (red.), *Badania jakościowe. Podejście i teorie*, t. 1, Wydawnictwo Naukowe PWN, Warszawa, ss. 1-22.
- Studen S. (2011), *Psychologia starzenia się i starości*, PWN, Warszawa.
- Stochmiałek J. (2005), *Samotność oraz starość w świetle koncepcji jakości życia* [w:] Twardowska- Rajewska J. (red.), *Przeciw samotności*, Wydawnictwo Naukowe UAM, Poznań, ss. 29-46.
- Straś-Romanowska M. (2007), *Późna dorosłość. Wiek starzenia się* [w:] B. Harwas-Napierała, J. Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka*, t. 2, PWN, Warszawa, ss. 263-292.
- Susułowska M. (1989), *Psychologia starzenia się i starości*, PWN, Warszawa.
- Sygulska K. (2017), Definicja: ageizm i dyskryminacja [w:] Zych A. A. (red.), *Encyklopedia starości, starzenia się i niepełnosprawności*, t. 1, Wyd. Thesaurus Silesiae, Katowice, ss. 61-63.
- Synak B. (1987), *Młodzi emeryci*, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa.
- Synak B. (2002), Definicja: ludzie starzy [w:] *Encyklopedia socjologii*, t. 1, Oficyna Wydawnicza, Warszawa, ss. 144-149.
- Szacki J. (1997), *Ani księżę, ani kupiec: Obywatel. Idea społeczeństwa obywatelskiego w myśli współczesnej*, Wydawnictwo Znak, Kraków.
- Szacki J. (2012), *Historia myśli socjologicznej*, PWN, Warszawa.
- Szarfenberg R. (2002), Definicja: dyskryminacja [w:] Rysz-Kowalczyk B. (red.), *Leksykon polityki społecznej*, ASPRA-JR, Warszawa, ss. 38-39.
- Szarota Z. (2004), *Gerontologia społeczna i oświatowa. Zarys problematyki*, Wydawnictwo Naukowe Akademii Pedagogicznej, Kraków.
- Szatur-Jaworska B. (2000), *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*, ASPRA-JR, Warszawa.

Szatur-Jaworska B. (2005), *Dyskryminacja ludzi starszych ze względu na wiek w obszarze pomocy społecznej* [w:] Tokarz B. (red.) *Stop dyskryminacji ze względu na wiek*, Akademia Rozwoju Filantropii w Polsce, Warszawa, ss. 74-81.

Szatur-Jaworska B., Błędowski P., Dziegielewska M. (2006), *Podstawy gerontologii społecznej*, Oficyna wydawnicza ASPRA-JR, Warszawa.

Szczepański J. (1978), *Uwagi o socjologicznej analizie potrzeb*, „*Ekonomista*”, nr 5, ss. 1079-1090.

Szczepański M., Śliz A., Wojtkun J. (2014), *Teoria wymiany społecznej* [w:] Szczepański M., Śliz A. (red.), *Współczesne teorie społeczne: w kręgu ujęć paradygmatycznych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Opolskiego, Opole, ss. 107-141.

Szluz B. (2012), *Wolontariat studentów – współczesne wyzwania*, „*Studia Socialia Cracoviensia*” t. 4, nr 1 (6), ss. 163-181.

Szluz B. (2017), *Wolontariat jako zachowanie prospołeczne na przykładzie państw Półwyspu Iberyjskiego*, „*Seminare*”, t. 38, nr 1, ss. 101-110.

Szmatka J. (2002), Definicja: teoria w socjologii [w:] *Encyklopedia socjologii*, t. 4, Oficyna Wydawnicza, Warszawa, ss. 211-218.

Sztompka P. (2020), Definicje: kategoria społeczna; pokolenie; starzenie się ludności [w:] *Słownik socjologiczny 1000 pojęć*, Znak Horyzont, Kraków, ss. 136-137, 224, 293-294.

Szukalski P. (2008a), *Ageizm – dyskryminacja ze względu na wiek* [w:] Kowaleski J. T., Szukalski P. (red.), *Starzenie się ludności Polski – między demografią a gerontologią społeczną*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź, ss. 153-184.

Szukalski P. (2008b), *Polscy seniorzy w przyszłości* [w:] *Polska w obliczu starzenia się społeczeństwa. Diagnoza i prognoza działania*, Polska Akademia Nauk, Kancelaria PAN, Komitet Prognoz „Polska 2000 plus”, Warszawa, ss. 32-59.

Szukalski P. (2009), *Ageizm – przejawy indywidualne i instytucjonalne*, [w:] Halicka M., Halicki J., Sidorczyk A. (red.), *Człowiek dorosły i starszy w sytuacji przemocy*, Wydawnictwo Uniwersytetu w Białymstoku, Białystok, ss. 59-68.

Szweda-Lewandowska Z. (2012), *Starzenie się i starość – ogólna charakterystyka* [w:] Błądowski P., Szatur-Jaworska B., Szweda-Lewandowska Z., Kubicki P., *Raport na temat sytuacji osób starszych w Polsce*, Instytut Pracy i Spraw Socjalnych, Warszawa, ss. 15-32.

Szybalska A., Hajduk A., Kujawska-Danecka H., Mossakowska M. (2021), *Samoocena stanu zdrowia* [w:] Błądowski P., Grodzicki T., Mossakowska M., Zdrojewski T. (red.) *PolSenior2. Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk, ss. 761-777.

Szyklar A. (2015), *Ponadczasowość postulatów pedagogicznych Henryka Jordana*, „Kwartalnik Edukacyjny”, 2(81), ss. 14-30.

Szymoniczek J. (2016), *W cieniu wojny. Polski Czerwony Krzyż w latach 1945-1972*, Instytut Studiów Politycznych Polskiej Akademii Nauk, Warszawa.

Tarnogórski Cz. (1988), *Wobec samotności i osamotnienia* [w:] Szyszkowska M. (red.), *Samotność i osamotnienie*, Instytut Wydawniczy Związków Zawodowych, Warszawa, ss. 3-18.

Timoszyk-Tomczak C. (2017), *Teoria gerotranscendencji – jej potencjał i ograniczenia*, „Gerontologia Polska” 25, ss. 191-196.

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

Tittenbrun J. (1981), *Teoria wymiany społecznej George’a C. Homansa*, „Ruch prawniczy, ekonomiczny i socjologiczny”, rok XLIII, z. 2., ss. 187-203.

Tokarski Z. (2008), *Wolontariat w Polsce. Raport z badań w latach 2000-2003*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Humanistyczno-Ekonomicznej w Łodzi, Łódź.

Towarzystwo Gniazd Sierocych (1921), *Wzorowe wioski jako program działalności Towarzystwa Gniazd Sierocych*, Drukarnia L. Bogusławskiego, Warszawa.

Tryfan B. (1993), *Wiejska starość w Europie*, Polska Akademia Nauk, Instytut Rozwoju Wsi i Rolnictwa, Warszawa.

- Turner J. H. (2006), *Struktura teorii socjologicznej*, PWN, Warszawa.
- Ulman P. (2017), *Religijność osób starszych w Polsce. Wyniki badań statystycznych*, „Studia Socialia Cracoviensia”, nr 2(17), ss. 197-210.
- Wawrzyniak J. K. (2014), *Wymiar podmiotowy i społeczny starości* [w:] Chabior A., Fabiś A., Wawrzyniak J. K., *Starzenie się i starość w perspektywie pracy socjalnej*, Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich, Warszawa, ss. 19-29.
- Wawrzyniak J. K. (2015a), *Starzenie się i jego charakterystyka* [w:] Fabiś A., Wawrzyniak J.K., Chabior A. *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków, ss. 42-78.
- Wawrzyniak J. K. (2015b), *Teorie starzenia się i przystosowania do starości* [w:] Fabiś A., Wawrzyniak J. K., Chabior A., *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków, ss. 26-42.
- Wągrowski M. (1948), *Organizacje społeczne w Polsce Ludowej*, Wyd. Poradnik Społeczny, Warszawa.
- Wiśniewska-Roszkowska K. (1989), *Starość jako zadanie*, Instytut Wydawniczy Pax, Warszawa.
- Wojciszke B. (2002), *Człowiek wśród ludzi. Zarys psychologii społecznej*, Wydawnictwo Naukowe „Scholar”, Warszawa.
- Woleński J. (2002), Definicja: teoria [w:] *Encyklopedia socjologii*, t. 4, Oficyna Wydawnicza, Warszawa, ss. 177-185.
- Zalewska S. L. (2012), *Syndrom pustego gniazda. Małżeństwo i rodzicielstwo po usamodzielnieniu się dzieci*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Warszawa.
- Zaluska M. (1996), *Społeczne uwarunkowania angażowania się w działalność organizacji pozarządowych*, [w:] Zaluska M., Boczoń J. (red.), *Organizacje pozarządowe w społeczeństwie obywatelskim*, Interart, Warszawa, ss. 73-101.

Zaręba S. H. (2009), *Zróźnicowanie religijne i jego korelaty. Przykład polskiej młodzieży* [w:] Zaręba S. H. (red.), *Socjologia życia religijnego w Polsce*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Warszawa, ss. 316-338.

Zaręba S. H., Choczyński M. (2014), *Od klasycznej do współczesnej myśli socjologicznej. Skrypt dla doktorantów*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Warszawa.

Zaręba S. H., Mariański J. (2021), *Religia jako wartość w czasie pandemii. Analizy socjologiczne*, „Journal of Modern Science” t. 1/46, ss. 13–40.

Zbyszewska Z. (1983), *Ministerstwo Polskiej Biedy. Z dziejów Towarzystwa Opieki nad Więźniami „Patronat” w Warszawie 1909-1944*, Państwowy Instytut Wydawniczy, Gdańsk.

Zimny Z. (2000), *Metodologia badań społecznych. Wprowadzenie*, Wydawnictwo Wyższej Szkoły Pedagogicznej w Częstochowie, Częstochowa.

Zych A. A. (1995), *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Wydawnictwo Interart, Warszawa.

Zych A. A. (2007), Definicje: starzenie się socjalne; starzenie się społeczne [w:] *Leksykon gerontologii*, Oficyna Wydawnicza „Impuls”, Kraków, s. 168.

Zych A. A. (2017), Definicje: starość; starzenie się [w:] Zych A. A. (red.), *Encyklopedia starości, starzenia się i niepełnosprawności*, t. 3, Wyd. Thesaurus Silesiae, Katowice, ss. 330 i 466-468.

AKTY PRAWNE

Rozporządzenie Ministra Edukacji Narodowej z dnia 1 lutego 2013 r. w sprawie szczegółowych zasad działania publicznych poradni psychologiczno-pedagogicznych, w tym publicznych poradni specjalistycznych, Dz. U. 2013 poz. 199.

Rozporządzenie Prezydenta Rzeczypospolitej – Prawo o stowarzyszeniach z 1932 r., Dz. U. 1932 nr 94 poz. 808.

Rozporządzeniu Ministra Polityki Społecznej z dnia 14 lutego 2005 r. w sprawie placówek opiekuńczo-wychowawczych, Dz. U. 2005 nr 37 poz. 331.

Ustawa z 24 kwietnia 2003 r. o pożytku publicznym i o wolontariacie, Dz. U. z 2003 r. nr 96, poz. 873.

Ustawa z 7 kwietnia 1989 r. Prawo o stowarzyszeniach, Dz.U. 1989 nr 20 poz. 104.

NETOGRAFIA

Boguszewski R., *Dobroczynność w Polsce*, CBOS, https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2016/K_040_16.PDF, [dostęp: 13.01.2021].

Bożewicz M., *Aktywność i doświadczenia Polaków w 2019 roku*, CBOS, https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2020/K_017_20.PDF, [dostęp: 12.06.2020].

Bożewicz M., *Aktywność Polaków w organizacjach obywatelskich*, CBOS, https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2020/K_037_20.PDF, [dostęp: 13.06.2020].

Cierniak-Piotrowska M., Dąbrowska A., Stelmach K. (2023), *Ludność. Stan i struktura oraz ruch naturalny w przekroju terytorialnym w 2022 r. Stan w dniu 31 grudnia*, GUS, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/ludnosc-stand-i-struktura-ludnosc-i-raz-ruch-naturalny-w-przekroju-terytorialnym-w-2022-r-stand-w-dniu-30-czerwca-2022,6,33.html> [dostęp: 20.08.2023].

Clelland W., Chaytors G. (1981), *The role of family physicians in 'empty nest' transitions*, „Can Fam Physician” 27, ss. 1827–1830. <https://europepmc.org/article/med/21289838> [dostęp: 17.03.2021].

Dreyfus S. N. (2018), *Volunteerism and US Civil Society*, https://ssir.org/articles/entry/volunteerism_and_us_civil_society [dostęp: 24.01.2021].

Eurostat (2020), *Struktura ludności i starzenie się społeczeństwa*, https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Population_structure_and_ageing/pl#Mediana_wieku_jest_najwy.C5.BCsza_we_W.C5.82oszech [dostęp: 12.03.2021].

EUROSTAT, *Quality of life indicators - leisure and social interactions*, https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Quality_of_life_indicators_-

_leisure_and_social_interactions#Participation_in_voluntary_activities [dostęp: 13.05.2020]

EUROSTAT, *Social participation and integration statistics*, https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Social_participation_and_integration_statistics [dostęp: 12.05.2020]

Final Report Summary - THIRD SECTOR IMPACT (The Contribution of the Third Sector to Europe's Socio-economic Development), <https://cordis.europa.eu/project/id/613034/reporting/pl> [dostęp: 15.01.2021].

Gawel J. E. (1996), *Herzberg's Theory of Motivation and Maslow's Hierarchy of Needs*, "Practical Assessment, Research, and Evaluation", Volume 5, 1996-1997, <https://scholarworks.umass.edu/cgi/viewcontent.cgi?article=1066&context=pape> [dostęp: 14.06.2021].

GHK, *Study on Volunteering in the European Union. Country Report Germany: National report – Germany*, https://ec.europa.eu/citizenship/pdf/national_report_de_en.pdf [dostęp: 13.01.2021].

GHK, *Volunteering in the European Union*, Educational, Audiovisual & Culture Executive Agency (EAC-EA), Directorate General Education and Culture (DG EAC), 2010, Brussels, https://ec.europa.eu/citizenship/pdf/doc1018_en.pdf [dostęp: 03.01.2021].

Głowacki A., *Czy Polacy są altruistami?*, CBOS, https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2018/K_031_18.PDF, [dostęp: 12.06.2020].

Goś-Wójcicka K. (2018), *Sektor non-profit w 2016 r. Stowarzyszenia, fundacje, społeczne podmioty wyznaniowe, samorząd gospodarczy i zawodowy*, GUS, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/gospodarka-spoeczna-wolontariat/gospodarka-spoeczna-trzeci-sektor/sektor-non-profit-w-2016-r-,1,6.html> [dostęp: 15.03.2021].

Goś-Wójcicka K. (2022), *Sektor non-profit w 2020 r. Stowarzyszenia, fundacje, społeczne podmioty wyznaniowe, samorząd gospodarczy i zawodowy*, GUS, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/gospodarka-spoeczna-wolontariat/gospodarka-spoeczna-trzeci-sektor/sektor-non-profit-w-2020-r-stowarzyszenia-fundacje->

spoleczne-podmioty-wyznaniowe-samorzad-gospodarczy-i-zawodowy,1,8.html
[dostęp: 25.08.2023].

GUS (2018), *Życie religijne w Polsce 18.12.2018 r. Wyniki Badania spójności społecznej 2018*,
<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/inne-opracowania/wyznania-religijne/zycie-religijne-w-polsce-wyniki-badania-spojnosci-spoecznej-2018,8,1.html>
[dostęp: 12.09.2023].

GUS (2019), *Sytuacja demograficzna Polski do 2018 r. Tworzenie i rozpad rodzin*,
<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/ludnosc/ludnosc/sytuacja-demograficzna-polski-do-2018-roku-tworzenie-i-rozpad-rodzin,45,1.html> [dostęp: 12.03.2021].

GUS (2020a), *Jakość życia i kapitał społeczny w Polsce. Wyniki badania spójności społecznej 2018*,
<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/warunki-zycia/dochody-wydatki-i-warunki-zycia-ludnosci/jakosc-zycia-i-kapital-spoeczny-w-polsce-wyniki-badania-spojnosci-spoecznej-2018,4,3.html> [dostęp: 12.03.2021].

GUS (2020b), *Jakość życia osób starszych w Polsce*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/warunki-zycia/dochody-wydatki-i-warunki-zycia-ludnosci/jakosc-zycia-osob-starszych-w-polsce,26,2.html> [dostęp: 13.03.2021].

GUS (2020c), *Sytuacja osób starszych w Polsce w 2019 r.*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/osoby-starsze/osoby-starsze/sytuacja-osob-starszych-w-polsce-w-2019-roku,2,2.html> [dostęp: 12.03.2021].

GUS (2020d), *Organizacje non-profit w czasie epidemii COVID-19 (marzec - sierpień 2020)*,
<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/gospodarka-spoeczna-wolontariat/gospodarka-spoeczna-trzeci-sektor/organizacje-non-profit-w-czasie-epidemii-covid-19-marzec-sierpien-2020,20,1.html> [dostęp: 25.08.2023].

GUS (2022), *Wolontariat w 2022 r.*, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/gospodarka-spoeczna-wolontariat/wolontariat-i-praca-niezarobkowa-na-rzecz-innych/wolontariat-w-2022-r-,3,1.html> [dostęp: 25.08.2023].

GUS, Urząd Statystyczny w Krakowie (2018), *Sektor non-profit w 2016 r. Stowarzyszenia, fundacje, społeczne podmioty wyznaniowe, samorząd gospodarczy i zawodowy*,
<https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/gospodarka-spoeczna>

wolontariat/gospodarka-spoeczna-trzeci-sektor/sektor-non-profit-w-2016-r-,1,6.html [dostęp: 15.01.2021].

Knapp A. (red.) (2017), *Wolontariat w 2016 r.*, GUS, <https://stat.gov.pl/obszary-tematyczne/gospodarka-spoeczna-wolontariat/wolontariat-i-praca-niezarobkowa-na-rzecz-innych/wolontariat-w-2016-r-,1,3.html> [dostęp: 15.03.2021].

Nordenfelt L. (1993), *Quality of life, health and happiness*, Athenaeum Press, Avebury. <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:17056/FULLTEXT01.pdf> [dostęp: 12.05.2021].

ONS (2017), *Changes in the value and division of unpaid volunteering in the UK: 2000 to 2015. Analysis of changes in participation and time spent volunteering in the UK and estimates of the monetary value of formal volunteering, based upon the Community Life Survey (CLS) and time use surveys*, <https://www.ons.gov.uk/economy/nationalaccounts/satelliteaccounts/articles/changesinthevalueanddivisionofunpaidcareworkintheuk/2015> [dostęp: 24.01.2021].

Rajani F, Jawaid H. (2015), *Theory of Gerotranscendence: An Analysis*, „Austin Journal Psychiatry Behavioral Sciences” 2015; 2(1): 1035, <https://www.austinpublishinggroup.com/psychiatry-behavioral-sciences/fulltext/ajpbs-v2-id1035.php> [data dostępu: 8.12.2022].

Raport Roczny 2021 z działań Stowarzyszenia, https://issuu.com/malibracia/docs/raportroczny2021_mbu

Raport z działalności 2017, https://issuu.com/malibracia/docs/issuu_katalog_mbu_2018.compressed

Rybarczyk I., Koweszko T. (2022), *Zespół stresu pourazowego, ryzyko samobójcze, poczucie samotności oraz satysfakcja z życia u osób w ogólnej populacji w dobie pandemii COVID-19*, „Psychiatria”, 19(3), ss. 183-193. <https://journals.viamedica.pl/psychiatria/article/view/84071> [dostęp: 22.05.2023].

sci.ngo

WHO, *Measuring quality of life. The world health organization quality of life instruments (the whoqol-100 and the whoqol-bref)* [w:] *Programme on mental health*.

https://www.who.int/mental_health/media/68.pdf [dostęp: 23.09.2021].

www.amigosdelosmayores.org/es

www.barriosamigos.org

www.famev.de

www.friendsoftheelderly.ie

www.hospicjumfelicjanek.pl

www.ibok.org.pl

www.littlebrothers.org

www.malibracia.org.pl

www.mexico.amigosdelosmayores.org

www.mosplock.eu

www.nationalservice.gov

www.niciodatasingur.ro

www.obecnospomaga.pl

www.petitsfreres.ca

www.petitsfreres.ch

www.petitsfreresdespauvres.fr

www.wolontariat.org.pl

www.wosp.org.pl

www.wroclaw.caritas.pl

Young R. D., *Volunteerism: Benefits, Incidence, Organizational Models, and Participation in the Public Sector*,

<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.545.8713&rep=rep1&type=pdf> [dostęp: 23.01.2021].

Załącznik nr 1

Kwestionariusz Indywidualnego Wywiadu Pogłębionego (IDI)

Płeć: K/M

Wiek:

Oddział Stowarzyszenia (miasto):

Staż wolontariacki w Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich”:

Zadania w mbU: (np. wolontariusz towarzyszący, organizator zajęć grupowych itd.)

.....

Wykonywany zawód:

- I. Motywacje wolontariuszy Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich”
 - a. Dlaczego zdecydował(a) się Pan(i) na zaangażowanie w wolontariat?
 - b. Dlaczego wybrał(a) Pan(i) wolontariat na rzecz seniorów?
 - c. Skąd dowiedział(a) się Pan(i) o Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich”?
 - d. Czy miał(a) Pan(i) wcześniej doświadczenia z działaniami wolontarystycznymi?
 - e. Co motywuje Pana (Panią) do kontynuowania podjętego wolontariatu?
 - f. Co Pana (Pani) zdaniem jest największą zaletą wolontariatu (ogólnie)?
 - g. Jakie są największe zalety świadczenia wolontariatu na rzecz seniorów?
- II. Kreowanie obrazu starości
 - a. Proszę opisać historię poznania i znajomości z podopiecznym. Jak wyglądają spotkania z podopiecznym?
 - b. Jakby Pan(i) opisał(a) starość? Jak wygląda Pana (Pani) obraz osoby starszej? Jak opisał(a) by Pan(i) współczesnego seniora?
 - c. Jak wyobraża sobie Pan(i) siebie jako seniora (seniorkę)? Jak wyobraża sobie Pan(i) swoją starość?
- III. Perspektywy na przyszłość
 - a. Jak wyobrażał(a) sobie Pan(i) pracę wolontariusza przed wstąpieniem do „małych braci Ubogich”?
 - b. Jak z biegiem czasu zmieniły się Pana (Pani) oczekiwania wobec świadczonego wolontariatu? Czy jest Pan(i) zadowolony (zadowolona) z obecnej organizacji wolontariatu?

- c. Jak postrzega Pan(i) społeczność wolontariuszy? Czy angażuje się Pan(i) w życie tej społeczności? Jak integruje się Pan(i) z innymi wolontariuszami?
- d. Jak wyglądało zaangażowanie w wolontariat w Pan(i) otoczeniu (rodzina, przyjaciele itp.), zanim Pan(i) się zaangażował(a)?
- e. Gdyby mógł (mogła) Pan(i) zaproponować nowe działania na rzecz seniorów, co by to było?
- f. Jak Pana (Pani) zdaniem powinien być promowany wolontariat na rzecz osób starszych?

Załącznik nr 2 – Zaproszenie do udziału w badaniu

Droga Wolontariuszko, Drogi Wolontariuszu,

dziś nietypowo, bo piszę do Ciebie w imieniu Magdy, która jest wieloletnią wolontariuszką mbU. W ramach Programu OBECNOŚĆ, Magda, przez kilka dobrych lat odwiedzała panią Danutę, a od tego roku towarzyszy pani Hannie.

W imieniu Magdy proszę Cię o pomoc w przygotowaniu jej pracy dyplomowej o naszym stowarzyszeniu i wolontariacie.

Bardzo, bardzo gorąco zachęcam do podzielenia się z Magdą świadectwem Twojego wolontariatu.

Pomóżmy wspólnie Magdzie przygotować dobrą pracę na temat tego, co jest naszym wspólnym doświadczeniem - wolontariatu opartego na obecności w życiu naszych najstarszych przyjaciół.

Oddając głos Magdzie, z góry dziękuję każdej/każdemu z Was - łatwiej czynić dobro, gdy pomaga wielu.

Magda: *Obecnie mierzę się z napisaniem pracy dyplomowej w ramach, której chciałabym przeprowadzić wywiady indywidualne z wolontariuszami mbU, dlatego potrzebuję Waszej pomocy. Wywiady będą polegały na jednym spotkaniu, które potrwa ok. 1,5 godziny.*

Miejsce - będzie ustalane indywidualnie z chętną osobą, najprawdopodobniej spotkamy się w kawiarni, żeby przy okazji móc wypić kawę/herbatę.

Czas – najchętniej luty i marzec, a konkretne dni i godziny będziemy ustalali indywidualnie, będę się starała być jak najbardziej elastyczna.

Temat rozmowy - m.in. wolontariat, co o nim sądzicie, jakie są Wasze doświadczenia, przemyślenia itd.

Zależy mi na rozmowach z osobami - wolontariusz(k)ami z różnych miast i w różnym wieku.

Wywiady są anonimowe (czyli nigdzie nie będą podawane dane rozmówcy) i będą analizowane zbiorczo.

To jak? Pomożecie? Osoby zainteresowane proszę o kontakt mailowy na adres: ostrowska.magda@tlen.pl

Jeżeli macie jakieś pytania, piszcie śmiało.

Joanna Mielczarek

Dyrektor Stowarzyszenia

Stowarzyszenie mali bracia Ubogich

Spis wykresów

| | Strona |
|--|---------------|
| Wykres 1. Poziom zaangażowania w wolontariat formalny i nieformalny w państwach UE-28 w 2015 r. [dane w %] | 38 |
| Wykres 2. Poziom zaangażowania w wolontariat formalny i nieformalny w Polsce w 2016 r. wg wieku [dane w %] | 40 |
| Wykres 3. Poziom zaangażowania w wolontariat formalny i nieformalny w Polsce w 2016 r. wg stanu cywilnego [dane w %] | 41 |
| Wykres 4. Rodzaj wykonywanej pracy w wolontariacie formalnym i nieformalnym w Polsce w 2016 r. [dane w %] | 42 |
| Wykres 5. Poziom zaangażowania w wolontariat nieformalny w Polsce w 2016 r. [dane w %] | 44 |
| Wykres 6. Współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi w UE-27 w 2019 r. [dane w %] | 55 |
| Wykres 7. Współczynnik obciążenia demograficznego osobami starszymi w Polsce w latach 2005-2019 [dane w %] | 58 |
| Wykres 8. Symptomy dobrobytu subiektywnego w 2018 r. wśród osób w wieku 16 i więcej lat – sposób nakładania się symptomów | 64 |
| Wykres 9. Złożony wskaźnik dobrej subiektywnej jakości życia wśród osób w wieku 16 i więcej lat w 2018 r. w podziale na wiek respondentów [dane w %] | 65 |
| Wykres 10. Stosunek do wiary religijnej wśród osób w wieku 16 i więcej lat w 2018 r. w Polsce wg wieku [dane w %] | 70 |
| Wykres 11. Liczba wolontariuszy i podopiecznych Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” w Polsce w latach 2003-2022 | 129 |
| Wykres 12. Miejsce zamieszkania wolontariuszy Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” w podziale na województwa w 2022 r. | 130 |
| Wykres 13. Historia Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” na świecie | 143 |
| Wykres 14. Miasta, w którym działają wolontariusze biorący udział w badaniu [liczba] | 163 |
| Wykres 15. Wiek wolontariuszy biorących udział w badaniu [liczba] | 164 |
| Wykres 16. Staż wolontariacki wolontariuszy biorących udział w badaniu [liczba] | 164 |
| Wykres 17. Liczba liderów wolontariatu w Stowarzyszeniu „mali bracia Ubogich” | 211 |

Spis tabel

| | Strona |
|--|---------------|
| Tabela 1. Średni czas, mediana i dominanta (w ciągu 4 tygodni poprzedzających badanie) w Polsce w 2016 r. [dane w godzinach] | 45 |
| Tabela 2. Częstotliwość spotkań towarzyskich osób w wieku 65 lat i więcej w 2018 r. w Polsce [dane w %] | 68 |
| Tabela 3. Teorie starzenia się w ujęciu socjologicznym | 88 |
| Tabela 4. Liczba wolontariuszy Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” we wszystkich miastach w Polsce na dzień 30.04.2022 r. | 130 |

Spis map

| | Strona |
|--|---------------|
| Mapa 1. Oddziały Stowarzyszenia „mali bracia Ubogich” w Polsce | 124 |
| Mapa 2. Stowarzyszenie „mali bracia Ubogich” na świecie | 141 |

Spis rysunków

| | Strona |
|--|---------------|
| Rysunek 1. Piramida potrzeb podstawowych według A. Maslowa | 62 |