

# Potrzeby ludzi starszych i stopień ich zaspokojenia

**Zdzisław Czajka**

Instytut Pracy i Spraw Socjalnych

## Wprowadzenie

Od wielu lat postępuje stopniowe starzenie się społeczeństwa polskiego – w ciągu ostatnich dziesięciu lat odsetek osób powyżej 60 roku życia zwiększył się o 4,2 %: z 21,5% w 2013 r. do 25,7% w 2021. Ludzie w wieku 65+ stanowili 18,9%, a w wieku powyżej 85 lat 4,4% ogółu ludności Polski<sup>1</sup>. Ponieważ osoby te wymagają większej troski i różnych form pomocy społecznej niż młodsze pokolenia, a z drugiej strony mają inne potrzeby i oczekiwania, konieczne jest bardziej szczegółowe poznanie ich kondycji i miejsca w społeczeństwie. Od wielu lat badania sytuacji osób starszych realizuje wiele instytucji (m.in. GUS) oraz ośrodków naukowych. Zaspokojenie potrzeb jest niezbędne dla prawidłowego funkcjonowania człowieka, zachowania równowagi psychicznej i utrzymania określonej pozycji w środowisku<sup>2</sup>.

W potocznych opiniach nadanie jakiejś grupie określenia *ludzie starsi* zależy od wieku osoby oceniającej, a i dolna *granica senioralna* przesuwana się wraz z upływem lat. „Dla ludzi młodych, w wieku 20-25 lat, ludzie starsi to osoby powyżej 40 roku życia, ale wiele osób w wieku 60 lat nie zalicza siebie do seniorów. Na taką opinię wpływa poprawa stanu ich zdrowia oraz zmiana trybu życia i związane z tym dobre samopoczucie i zadowolenie z życia. Współcześnie samopoczucie wielu osób w wieku 65+ o dobrym zdrowiu jest znacznie lepsze, niż wskazuje na to ich PESEL. Również badacze zajmujący się osobami starszymi uwzględniają zróżnicowanie związane z wiekiem i stosują różne podziały. Niektórzy wyodrębniają wczesną starość (60-74 lata) oraz późną starość (75-89 lat); inni starość początkową (60-69 lat), wiek przejściowy (70-74 lata), starość zaawansowaną (75-84 lata) oraz starość nieodłączną (85 lat)”<sup>3</sup>. W niniejszej ekspertyzie przyjęto cezurę powyżej 60 lat, a więc w przypadku kobiet oznacza to grupę formalnie nieaktywną zawodowo.

Celem ekspertyzy jest analiza czynników wpływających na zakres potrzeb ludzi starszych, wraz z oceną na tle potrzeb osób młodszych i aktywnych zawodowo oraz poziom zadowolenia z ich zaspokojenia. W ekspertyzie zaakcentowano zróżnicowanie potrzeb, gdyż powszechnie przedstawia się je jako jednolite. Tymczasem są one bardzo zróżnicowane, podobnie jak potrzeby ludzi młodszych. W krótkiej ekspertyzie trudno wszystkie uwzględnić i opisać, dlatego zaprezentowano potrzeby najbardziej typowe, występujące najczęściej.

Postawiono hipotezę, że zakres potrzeb ludzi starszych niewiele różni się od potrzeb osób młodszych, ale inna jest ich struktura i znaczenie. Ludzie starsi mają też mniejsze wymagania i oczekiwania, dlatego bardziej niż młodzi są zadowoleni z zaspokojenia potrzeb. Ekspertyzę oparto na literaturze przedmiotu, badaniach prowadzonych wśród osób starszych, w tym GUS, CBOS, PolSenior2 (obejmujących

<sup>1</sup> GUS, *Sytuacja osób starszych w Polsce w 2021 roku*, Białystok 2022.

<sup>2</sup> N.G. Pikula, *Poczucie sensu życia osób starszych*, Kraków 2016, s. 34-35.

<sup>3</sup> Tamże.

ponad 5 tys. osób powyżej 60 lat) i SHARE. Wykorzystano także wiedzę autora oraz inne informacje pozyskane od osób starszych. W tekście zastosowano metodę analizy literatury i wyników badań opublikowanych, nie prowadzono badań własnych.

### **Klasyfikacja potrzeb ludzi starszych w ujęciu teoretycznym**

Badania nad różnymi aspektami życia człowieka oraz jego motywacją do realizacji różnych celów i potrzeb prowadzone są od co najmniej stu lat. W ich wyniku dokonano różnych podziałów potrzeb, ale najbardziej znana jest tzw. piramida potrzeb stworzona przez amerykańskiego badacza, Abrahama Maslowa. Jego teoria potrzeb stała się podstawą dla badań innych specjalistów, którzy dokonali różnych klasyfikacji potrzeb. Chociaż badania nad potrzebami człowieka prowadzono w ramach badań nad czynnikami motywującymi pracowników do pracy, są one także punktem odniesienia do analizy potrzeb ludzi starszych.

Zdaniem badaczy problemu w okresie starości występują wszystkie potrzeby uwzględnione przez A. Maslowa, jednak ich ranga i znaczenie są inne niż u ludzi młodszych, aktywnych zawodowo i zaczynających realizację różnych celów osobistych i zawodowych.

Istnieje zgodność wielu badaczy co do najważniejszych potrzeb ludzi starszych. Wyróżnia się więc: potrzebę bezpieczeństwa (głównie dbanie o swoje zdrowie i warunki bytowe), przynależności społecznej, i związanej z tym akceptacją środowiskową (w tym rodzinną, utrzymywanie relacji towarzyskich), oraz potrzebę szacunku. Potrzeby przynależności społecznej i więzi emocjonalnej zwiększają poczucie własnej wartości, którą wcześniej dawała praca zawodowa, oraz poczucie sensu życia<sup>4</sup>. Ludzie starsi poświęcają znacznie więcej uwagi swojemu zdrowiu niż osoby młodsze, nawet osoby o dobrym samopoczuciu często korzystają z porad lekarzy rodzinnych i specjalistów (w przychodniach większość pacjentów stanowią osoby starsze)<sup>5</sup>.

Abraham Maslow wyróżnił sześć grup potrzeb każdego człowieka: *biologiczne (życiowe), bezpieczeństwa, przynależności, uznania i samorealizacji*. Ich kolejność nie jest przypadkowa, lecz określa hierarchię (stąd nazwa piramida potrzeb) dążenia człowieka do realizacji celów i zaspokajania kolejnych potrzeb<sup>6</sup>. Człowiek może działać w kierunku zaspokojenia kilku potrzeb jednocześnie. Niżej przedstawiono potrzeby osób starszych w ramach określonych przez A. Maslowa.

Potrzeby biologiczne, niezależnie od wieku człowieka, muszą być zaspokajane codziennie, gdyż decydują o podstawowej egzystencji: wyżywieniu, mieszkaniu i zdrowiu. Występują jednak różnice w potrzebach biologicznych osób starszych i młodszych. Potwierdzają to informacje pochodzące z badania budżetów

<sup>4</sup> M. Kawińska, *Potrzeby seniorów w obszarze aktywności społecznej*, „Polityka Społeczna” 2022, nr 9.

<sup>5</sup> Tamże; N.G. Pikuła, dz. cyt., s. 35.

<sup>6</sup> Z. Sekuła, *Motywowanie do pracy. Teorie i instrumenty*, Warszawa 2008, s. 19.

gospodarstw domowych przez GUS, które bardziej szczegółowo przedstawiono w dalszej części ekspertyzy.

Kolejną potrzebą, wiążącą się z poprzednią, jest bezpieczeństwo oznaczające dla osób starszych głównie stabilizację warunków życia. Ta grupa potrzeb jest zaspokajana m.in. przez godziwy poziom emerytury i innych dochodów i świadczeń socjalnych oraz system ochrony zdrowia. Bezpieczeństwo warunków życia emerytów wprowadza spokój emocjonalny, ułatwiający realizację innych potrzeb i celów życiowych, dlatego może być siłą napędową różnych form aktywności społecznej. Natomiast brak bezpiecznych warunków życia może skłaniać osoby starsze do aktywności zwiększającej bezpieczeństwo materialne, m.in. przez podejmowanie różnych prac (stała lub dorywcza praca w zawodzie, odpłatna pomoc w opiece nad dziećmi, sprzedaż własnych produktów z działki itp.). Niektórzy badacze wśród tej grupy potrzeb wymieniają także bezpieczeństwo fizyczne i psychiczne<sup>7</sup>.

Kolejną grupą potrzeb, bardzo ważnych wśród emerytów (zdaniem wielu badaczy ważniejszych niż u ludzi młodych) są potrzeby społecznej przynależności. Polegają one na utrzymywaniu kontaktów z rodziną, znajomymi z pracy i sąsiadami, a także nawiązywaniu nowych kontaktów z innymi emerytami przy okazji różnych spotkań, m.in. religijnych, turystycznych, sportowych, charytatywnych, klubowych. Niezaspokojenie tych potrzeb oznacza dla osób starszych samotność, wyobcowanie w środowisku, a niekiedy poczucie bycia zbędnym. Dotyczy to szczególnie osób nieposiadających dorosłych dzieci i wnuków. Osoby, które mają dzieci i wnuki, mieszkające w tej samej miejscowości, bardzo często poświęcają im wiele czasu, udzielając pomocy w różnej formie, dzięki czemu nie odczuwają samotności.

Z potrzebą społecznej przynależności łączy się potrzeba uznania w środowisku. Chociaż każdy człowiek pragnie być doceniany i szanowany w swojej rodzinie i otoczeniu, to jednak nie wszystkie osoby starsze zwracają na to uwagę. Zależy to głównie od cech ich charakteru oraz rodzaju pracy w okresie aktywności zawodowej. Osoby starsze, zajmujące stanowiska kierownicze lub samodzielne w okresie pracy zawodowej, po przejściu na emeryturę chętniej angażują się społecznie i pragną zaistnieć w nowym środowisku.

Potrzeba uznania wymieniana jest także przez pracujących emerytów, a także przez osoby starsze działające w klubach i stowarzyszeniach. Badania wskazują, że seniorzy pobierający emeryturę i pracujący zawodowo, wśród czynników wpływających na przedłużenie aktywności zawodowej wymieniają m.in. możliwość rozwoju nowych umiejętności (44% mężczyzn i 48% kobiet), uznanie przez pracodawcę oraz adekwatne do pracy wynagrodzenie (większość badanych seniorów była z niego zadowolona)<sup>8</sup>.

---

<sup>7</sup> N.G. Piкуła, dz. cyt., s. 36.

<sup>8</sup> A. Chłóń-Domińczak, *Analityczny raport uzupełniający nr 3. Polacy po pięćdziesiątce: praca i emerytura*, Centrum Analiz Ekonomicznych, Warszawa 2017.

Niektórzy badacze z potrzebą uznania łączą potrzebę użyteczności, która przejawia się w aktywności zawodowej lub społecznej. Natomiast jeszcze inni wymieniają odrębną potrzebę satysfakcji życiowej, która oznacza zadowolenie z przynależności do danego środowiska (czyli uznanie) oraz adaptację do nowych warunków życiowych i nowych realiów otoczenia<sup>9</sup>. Jednak potrzeba uznania u większości osób starszych łączy się z relacjami rodzinnymi. Chociaż na ogół rodzice pomagają swoim dorosłym dzieciom i wnukom bezinteresownie, cieszą się, gdy ich pomoc oraz wkład w kształtowanie relacji rodzinnych i podtrzymywanie tradycji są doceniane.

Ostatnia grupa potrzeb w ramach piramidy A. Masłowa dotyczy samorealizacji człowieka w życiu zawodowym i prywatnym. Może przejawiać się aktywnością, samodzielnością, doradzaniem innym, niesieniem pomocy, możliwością zgłaszania pomysłów<sup>10</sup>. Ta grupa potrzeb jest ważna przede wszystkim dla ludzi młodszych, będących w okresie aktywności zawodowej i rodzinnej. Może także występować u niektórych osób starszych, mających jeszcze ambicje zawodowe, społeczne lub polityczne. Jednak dla większości osób starszych potrzeby te nie są ważne.

Oprócz potrzeb wymienionych przez A. Masłowa, niektórzy badacze wyodrębniają jeszcze potrzebę niezależności. Polega ona na zapewnieniu sobie samodzielności w środowisku lub rodzinie, samodzielnych warunków bytu oraz niezależności ekonomicznej/finansowej<sup>11</sup>. Warto w związku z tym przypomnieć dość powszechną maksymę ludzi starszych o konieczności zapewnienia sobie w okresie pracy zawodowej *godziwych warunków życia na starość*. Wielu gromadzi przez wiele lat oszczędności, aby po zakończeniu pracy nie być zależnym od innych członków rodziny lub pomocy społecznej. Wiele osób starszych *woli mieć odpowiednie środki finansowe, aby nawet rodzinie pomagać, niż czekać na pomoc w trudnych sytuacjach*. Osoby starsze na ogół nie chcą też mieszkać wspólnie z dziećmi lub wnukami (nawet jeśli mają bardzo dobre warunki), niektórzy zostawiają im większe mieszkania, a sami poszukują mniejszych.

W klasyfikacji potrzeb, także ludzi starszych, wyodrębnia się także potrzeby o charakterze materialnym, dla zaspokojenia których konieczne jest posiadanie odpowiednich środków finansowych, oraz o charakterze niematerialnym, społecznym, wymagające kontaktów międzyludzkich. Potrzeby ludzkie można też podzielić na mające charakter stały i zmienny. Wiele potrzeb zmiennych zależy od różnych uwarunkowań i czynników, w tym od otoczenia społecznego, w którym żyje osoba starsza, polityki państwa itp.<sup>12</sup>

---

<sup>9</sup> N.G. Piкуła, dz. cyt., s. 36.

<sup>10</sup> Z. Sekuła, dz. cyt., s. 22.

<sup>11</sup> N.G. Piкуła, dz. cyt., s. 36.

<sup>12</sup> P. Błędowski, J. Chudek, T. Grodzicki, M. Gruchała, M. Mossakowska, A. Wiącek, T. Zdrojewski, *Wyzwania dla polityki zdrowotnej i społecznej. Geneza projektów badawczych PolSenior1 i PolSenior2*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021, s. 24-25.

## Czynniki wpływające na zakres potrzeb

Badacze problemu wymieniają różne czynniki wpływające na zakres potrzeb ludzi starszych. Ponieważ każdy człowiek żyje w innych uwarunkowaniach wewnętrznych i zewnętrznych (wpływ otoczenia), ma inne potrzeby lub inną ich strukturę. Do najważniejszych uwarunkowań potrzeb należą: płeć, wiek, poziom wykształcenia, sytuacja rodzinna, sytuacja dochodowa, aktywność zawodowa, stan zdrowia, a także miejsce zamieszkania (środowisko, w którym działa i żyje dana osoba). Wśród tych czynników najważniejszy jest stan zdrowia oraz sytuacja dochodowa<sup>13</sup>. Ponadto niektórzy badacze wymieniają czynniki określające jakość życia, które także wiążą się z potrzebami. Zaliczają do nich: sprawność fizyczną (witalność), emocjonalność, radzenie sobie na płaszczyźnie społecznej i intelektualnej, zadowolenie z życia, pasje oraz racjonalne gospodarowanie dysponowanym czasem wolnym<sup>14</sup>. Niewiele różnią się one od czynników wymienianych przez innych badaczy, a także przez autora ekspertyzy.

### Stan zdrowia

Najważniejszym czynnikiem decydującym o większości potrzeb seniorów jest stan zdrowia. Dobre zdrowie umożliwia aktywność fizyczną i umysłową, a więc także zawodową, decyduje też o dobrym samopoczuciu, a więc wpływa na możliwości zaspokojenia różnych potrzeb. Pogorszenie stanu zdrowia lub choroba przewlekła zmusza seniora do rezygnacji z wielu potrzeb i koncentracji na jednej, związanej z leczeniem i pokonaniem choroby. Różne badania, prowadzone od wielu lat przez GUS wśród osób powyżej 60 roku życia, potwierdzają stopniową poprawę stanu zdrowia tej grupy społeczeństwa polskiego. Kondycja fizyczna seniorów stopniowo poprawia się, w stosunku do 2016 r. odsetek oceniających kondycję jako złą zmalał o 9,8 pp., a oceniających ją jako bardzo złą o 5,3 pp., natomiast o 10,8 pp. wzrósł odsetek osób oceniających kondycję fizyczną jako dobrą. Na tej podstawie można ocenić, że wzrasta liczba osób starszych, których stan zdrowia pozwala na różne formy aktywności, które zaspokajają ich określone potrzeby.

Według badania warunków życia przez GUS w 2021 r. 5,4% emerytów oceniło stan swojego zdrowia jako bardzo dobry, 32,3% jako dobry, 42,6% jako przeciętny, a tylko 16,1% jako zły oraz 3,6% jako bardzo zły<sup>15</sup>. Zły stan zdrowia i związane z nim zalecenia lekarzy były powodem nieuczestniczenia prawie 18% badanych w aktywności fizycznej i rekreacyjno-sportowej, natomiast wśród osób niepodejmujących

<sup>13</sup> A. Szybalska, H. Kujawska-Danecka, E. Biernat, M. Mossakowska, *Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce zamieszkania*, w: *Badanie...*, dz. cyt.

<sup>14</sup> N.G. Pikuła, dz. cyt., s. 30.

<sup>15</sup> GUS, *Sytuacja...*, dz. cyt., s. 28.

tej aktywności prawie 65% wskazało na zły stan zdrowia<sup>16</sup>. Badania GUS potwierdzają też wpływ zmian stanu zdrowia na aktywność fizyczną w miarę starzenia się. Tylko 1,7% osób w wieku 60-69 lat i 0,9% powyżej 70 lat oceniło swoją sprawność fizyczną jako bardzo dobrą, odpowiednio 25,2 i 16,4% jako dobrą, 11,6 i 27,1% jako złą oraz 1,8 i 4,8% jako bardzo złą<sup>17</sup>.

Jeszcze lepiej ocenili stan swojego zdrowia seniorzy, badani w 2019 r. w projekcie PolSenior2. Wśród osób w wieku 60-64 lata 69% oceniło stan zdrowia jako dobry, w wieku 65-69 lat ten odsetek wynosił 63%, w wieku 70-74 lata – 55,8%, w wieku 75-79 lat – 40%, w wieku 80-84 lata – 42,6%. Dopiero powyżej 85 roku życia większość badanych (58,3%) oceniło stan swojego zdrowia jako przeciętny, a 30,4% jako dobry<sup>18</sup>. Badani potwierdzili też zależność potrzeb opiekuńczych od stanu zdrowia. Oceniający najgorzej stan swojego zdrowia znacznie częściej potrzebowali opieki innych osób niż osoby oceniające stan zdrowia jako dobry. Ponad 75% najgorzej oceniających wymagało stałej opieki lub kilka razy dziennie<sup>19</sup>.

### Aktywność zawodowa

Od stanu zdrowia osób starszych w dużym stopniu zależy także ich aktywność zawodowa, a ta z kolei determinuje niektóre potrzeby. Można mówić o wzajemnej zależności między aktywnością i potrzebami człowieka. Praca lub inna pożyteczna działalność na rzecz społeczeństwa lub konkretnej organizacji może wyzwać nowe potrzeby. Pracujący kończący 60 lat (kobiety) i 65 lat (mężczyźni) zgodnie z przepisami powinni przechodzić na emeryturę, jednak wielu z nich chce dalej pracować. Wśród seniorów 60+, badanych w projekcie PolSenior2 w końcu 2019 r., chęć podjęcia pracy po przejściu na emeryturę deklarowało 44,7% osób wieku 60-64 lata, 46,2% w wieku 65-69 lat, 42% w wieku 70-74 lata oraz 37% w wieku 75-79 lat<sup>20</sup>.

Zamierzający dalej pracować, jako najważniejszy powód nie podawali wynagrodzenia<sup>21</sup>, lecz pozytywny stosunek pracodawcy, relacje w pracy, możliwość pracy w niepełnym wymiarze oraz możliwość świadczenia części pracy zdalnie. Można więc uznać, że dalsza praca zawodowa osób powyżej 60 roku życia nie ma podłoża materialnego (zwiększenie dochodów), lecz społeczne (zachowanie kontaktów społecznych i docenienie przez pracodawcę)<sup>22</sup>.

---

<sup>16</sup> Tamże, s. 60.

<sup>17</sup> Tamże, s. 56-57.

<sup>18</sup> A. Szybalska, A. Hajduk, H. Kujawska-Danecka, M. Mossakowska, *Samoocena stanu zdrowia*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 765, 767.

<sup>19</sup> P. Błędowski, *Potrzeby opiekuńcze*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 924.

<sup>20</sup> P. Szukalski, *Aktywność zawodowa*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 895.

<sup>21</sup> Bardzo wielu emerytów podejmuje pracę zarobkową ze względów ekonomicznych, aby zwiększyć dochody przy niskiej emeryturze, brak jednak informacji, jaki stanowią odsetek ogółu pracujących emerytów.

<sup>22</sup> P. Szukalski, J. Wiktorowicz, *Nowi biedni emeryci*, Warszawa 2023 (w druku); P. Szukalski, *Aktywność zawodowa*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 896.



W sprawie możliwości pracy po przejściu na emeryturę wypowiedzieli się także tzw. nowi biedni emeryci (NBE) i potencjalni nowi biedni emeryci (PNBE), w trakcie badań przeprowadzonych w 2021 r. Prawie połowa deklarowała kontynuowanie pracy, z tym że wśród PNBE zdecydowanie chcieliby pracować 14%, raczej chcieliby 36%, raczej nie chcieliby pracować 14% i zdecydowanie nie chcieliby pracować tylko 6%, natomiast 69% NBE i PNBE chcieliby pracować, jeśli zdrowie pozwoli. Kontynuowanie pracy częściej deklarowały osoby samotne niż żyjące w związkach. Podobny odsetek badanych w ramach Barometru Rynku Pracy (55%) chciałby kontynuować pracę po osiągnięciu wieku emerytalnego<sup>23</sup>.

Jednak pracujących jest znacznie mniej niż chętnych, a ich odsetek maleje w miarę starzenia się. Według danych ZUS w grudniu 2021 r. pracowało tylko 13,4% ogółu emerytów<sup>24</sup>. Najliczniejszą grupę wśród ogółu pracujących w wieku 60-89 lat stanowiły osoby w wieku 60-64 lata (32,2%) oraz w wieku 65-69 lat (40%), odsetek starszych był znacznie niższy, osoby w wieku 70-74 lata stanowiły 20,5%, w wieku 75-79 lat tylko 5,4%, a w wieku 80-84 lata zaledwie 1,6%<sup>25</sup>.

Z punktu widzenia potrzeb, osoby zbliżające się do ustawowego wieku emerytalnego można podzielić na dwie grupy – do jednej można zaliczyć pragnących dalej pracować zawodowo (najchętniej u dotychczasowego pracodawcy), a do drugiej czekających z niecierpliwością na dzień zakończenia pracy. Do pierwszej grupy należą głównie pracownicy na stanowiskach nierobotniczych, a do drugiej na robotniczych. Potrzeby jednych i drugich, zwłaszcza w pierwszym okresie po przejściu na emeryturę, różnią się.

Przypomnijmy, że praca na wielu stanowiskach nierobotniczych, w tym kierowniczych, wypełniała nie tylko osiem godzin, gdyż angażowała umysł po pracy, była często przedmiotem rozmów z rodziną i znajomymi. Dlatego pierwsze dni pobytu na emeryturze bywają dla tych osób szokiem, wymagają przestawienia trybu życia, zmiany harmonogramu dnia. W pierwszych tygodniach dawni pracownicy mają zbyt dużo czasu wolnego, nie zawsze wiedzą, jak go zagospodarować. Dlatego rytm życia początkujących emerytów staje się spokojniejszy. Zanim przemyślą i ustalą program realizacji celów i nowych potrzeb, więcej czasu przeznaczają na potrzeby fizjologiczne i odpoczynek. Z badań w ramach PolSenior2 wynika, że przeciętnie osoby powyżej 65 roku życia (niepracujące) przeznaczają na potrzeby fizjologiczne oraz na higienę osobistą połowę dnia, na odpoczynek jedną czwartą dnia, a na wykonywanie różnych obowiązków jedną piątą<sup>26</sup>. Nie dotyczy to oczywiście wszystkich osób starszych.

---

<sup>23</sup> P. Szukalski, J. Wiktorowicz, dz. cyt., s. 210-211.

<sup>24</sup> ZUS, *Pracujący emeryci w 2021 roku*, [www.zus.gov.pl](http://www.zus.gov.pl) (dostęp 15.10.2023).

<sup>25</sup> GUS, *Budżety gospodarstw domowych w 2021 roku*, Warszawa 2022, s. 29.

<sup>26</sup> A. Szybalska, H. Kujawska-Danecka, E. Biernat, M. Mossakowska, *Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce zamieszkania*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 931.



Badani, w ramach projektu SHARE w 2015 r. w grupie osób 50+, za najważniejsze motywy kontynuacji zatrudnienia po przejściu na emeryturę, uznali: docenienie ich pracy przez pracodawcę (69,8% wskazań), uznanie przez współpracowników (63%), możliwość rozwoju nowych kompetencji (48,5% wskazań) oraz wynagrodzenie adekwatne do wartości wykonywanej pracy (41,1%)<sup>27</sup>.

Natomiast pracownicy czekający niecierpliwie na zakończenie pracy i przejście na emeryturę mają inne potrzeby, związane najczęściej z zainteresowaniami, hobby lub rodziną. Wiele z tych osób podkreśla, że *w okresie pracy zawodowej nie mieli czasu, aby się skoncentrować na zainteresowaniach i realizacji własnych celów z nimi związanych*, lub że życie nie polega tylko na pracy zawodowej. Do najbardziej popularnych zainteresowań tej grupy należą: uprawa działki lub ogródka przydomowego, turystyka, pomoc dzieciom i wnukom, prace związane z prowadzeniem domu (głównie kobiety). Wśród NBE, którzy nie chcą pracować po osiągnięciu wieku emerytalnego, 66% kobiet i 11% mężczyzn wskazało na chęć zajmowania się domem<sup>28</sup>.

Ich niechęć do kontynuowania pracy zawodowej łączy się przeważnie z trudnymi lub niebezpiecznymi dla zdrowia warunkami środowiska pracy, niemiłą atmosferą lub trudną współpracą z pracodawcą. Wśród osób niezadowolonych ze swojej pracy, badanych w projekcie SHARE, 86% miało obawy o stan swojego zdrowia, a 71,5% wskazało na nadmierne obciążenie pracą<sup>29</sup>.

## Dochody

Kolejnym, bardzo ważnym czynnikiem wpływającym na zakres potrzeb i możliwości ich zaspokojenia, są dochody. Przejście na emeryturę łączy się ze znacznym ich zmniejszeniem. Wśród seniorów badanych w projekcie PolSenior2, dla 85% głównym lub jedynym źródłem dochodów jest emerytura, w tym dla 88,5% emerytura pracownicza. Tylko około 11% badanych miało dochody z pracy, 0,5% otrzymywało zasiłek z pomocy społecznej, 1,4% korzystało z pomocy innych osób, a 8,2% miało dochody z renty<sup>30</sup>. Podobną strukturę dochodów osób starszych potwierdzają badania GUS. W 2021 r. w strukturze dochodów emerytów 83,4% stanowiły świadczenia emerytalne, 11,2% dochody z pracy najemnej, 2,7% z pracy na własny rachunek oraz 0,4% z gospodarstwa rolniczego<sup>31</sup>.

Przy ocenie wpływu emerytur na zaspokojenie potrzeb osób starszych trzeba też uwzględnić duże zróżnicowanie świadczeń. Przeciętna emerytura z ZUS

<sup>27</sup> A. Chłoń-Domińczak, *Analityczny raport...*, dz. cyt., s. 15.

<sup>28</sup> P. Szukalski, J. Wiktorowicz, dz. cyt., s. 203, 210.

<sup>29</sup> A. Chłoń-Domińczak, *Analityczny raport...*, dz. cyt., s. 15.

<sup>30</sup> P. Błędowski, *Sytuacja materialna*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 853.

<sup>31</sup> GUS, *Budżety...*, dz. cyt., s. 33-34.

w marcu 2021 r. wynosiła 2544 zł (2127 zł kobiety i 3184 zł mężczyźni), połowa otrzymywała emerytury do wysokości 2244 zł, 5,6% poniżej 1122 zł, a 20% wyższe od 3366 zł. Znacznie wyższe przeciętne emerytury otrzymywali sędziowie i prokuratorzy (4570 zł), funkcjonariusze MSWiA (4198 zł) oraz żołnierze zawodowi (4203 zł)<sup>32</sup>.

W ostatnich latach rośnie liczba osób pobierających emerytury niższe od minimalnej. W 2020 r. było ich 310,1 tys., a w 2022 r. 365,3 tys. Ich udział w liczbie wypłacanych emerytur wzrósł z 4,2% w grudniu 2011 r. do 9,6% w grudniu 2022 r. Wśród NBE 80,2% stanowiły kobiety. Przeciętna pierwsza emerytura w 2022 r. tych osób wynosiła 890 zł dla kobiet i 793 zł dla mężczyzn<sup>33</sup>. Dane te potwierdzają powszechną opinię o gorszej sytuacji materialnej emerytów w stosunku do pracowników: dochody bardzo wielu z nich nie pozwalają nie tylko na zaspokojenie potrzeb wyższego rzędu, ale nawet na pełne zaspokojenie potrzeb związanych z egzystencją<sup>34</sup>.

Aby zrozumieć, w jakim stopniu poziom dochodów emerytów i rencistów może wpływać na ograniczenie ich potrzeb, porównano je z dochodami (wynagrodzeniami) pracowników. Przeciętne emerytury są znacznie niższe od dochodów pracowników i bardzo zróżnicowane.

W 2021 r. przeciętna emerytura wypłacana przez ZUS stanowiła 55% przeciętnego wynagrodzenia i w ostatnich 15 latach zmniejszyła się o 9 pp., a emerytura rolnicza wypłacana przez KRUS stanowiła tylko 29% przeciętnego wynagrodzenia (w 2006 r. 40,9%)<sup>35</sup>.

Trzeba jeszcze zwrócić uwagę na nierówności w relacjach między emeryturami i wynagrodzeniami kobiet i mężczyzn, które trzeba brać pod uwagę przy ocenie potrzeb osób starszych. Znacznie niższe przeciętne emerytury kobiet nie mają większego wpływu na zakres potrzeb, jeśli seniorka żyje z mężem. Natomiast mają duży wpływ w przypadku życia samotnego (prowadzenia gospodarstwa jednoosobowego). Często informują o takich przypadkach media. Tymczasem w gospodarstwach jednoosobowych 65+ przeważają kobiety, co oznacza, że część z nich nie ma wystarczających środków nawet na zaspokojenie podstawowych potrzeb związanych z wyżywieniem i mieszkaniem. O trudnościach w zaspokojeniu potrzeb świadczy zadłużenie gospodarstw domowych osób starszych. Zadłużenie w kredycie konsumpcyjnym miało w 2021 r. 18,6% osób w wieku 60+, wynosiło ono 18,7 tys. zł na jednego kredytobiorcę, natomiast zadłużenie w kredycie hipotecznym na jednego kredytobiorcę wynosiło 83,8 tys. zł<sup>36</sup>.

---

<sup>32</sup> GUS, *Emerytury i renty w 2021 roku*, Warszawa 2021, s. 18-19, 22.

<sup>33</sup> P. Szukalski, J. Wiktorowicz, dz. cyt., s. 26.

<sup>34</sup> GUS, *Budżety...*, dz. cyt., s. 153.

<sup>35</sup> Tamże, s. 24.

<sup>36</sup> GUS, *Emerytury...*, dz. cyt., s. 37.

## Struktura wydatków

Gorsze możliwości realizacji potrzeb o charakterze materialnym przez osoby starsze potwierdzają też relacje między dochodami i wydatkami. W 2021 r. przeciętne dochody w gospodarstwach domowych emerytów stanowiły 56,1%, a rencistów tylko 40,7% dochodów w gospodarstwach pracowników<sup>37</sup>. Różnice w dochodach są także widoczne w wydatkach. Na jedną osobę w przeciętnym dochodzie rozporządzalnym w gospodarstwach bez osób powyżej 60 roku życia stanowiły 63,9%, natomiast w gospodarstwach osób 60+ 71,2%, w tym w gospodarstwach jednoosobowych 79,6%, a w dwuosobowych 66,4%<sup>38</sup>. Najwyższy udział wydatków w dochodach mają renciści (79,7%) oraz emeryci (69,6%) – wobec 63% w gospodarstwach pracowników<sup>39</sup>.

Tabela 1. Struktura przeciętnych wydatków na jedną osobę w gospodarstwach emerytów i rencistów na tle gospodarstw pracowników w 2021 r.

Rodzaje wydatków	Pracownicy	Emeryci	Renciści
Wydatki ogółem w zł	1290	1459	1305
Towary i usługi ogółem:	96,6	94,9	95,8
• żywność i napoje bezalkoholowe	25,6	28,5	30,3
• napoje alkoholowe i wyroby tytoniowe	2,7	2,8	3,1
• odzież i obuwie	4,9	2,5	2,3
• użytkowanie mieszkania i nośniki energii	17,7	22,9	23,5
• prowadzenie gospodarstwa domowego i jego wyposażenie	5,7	5	5,2
• wydatki związane z dbaniem o zdrowie	4,6	8,7	8
Transport/ komunikacja	10,7	6	4,3
Łączność/telekomunikacja	4,9	4,6	4,8
Rekreacja i kultura	6,3	4,7	4,3
Restauracje i hotele	4,4	2,6	3
Kształcenie/dokształcanie	1,4	0,1	–
Pozostałe wydatki	10,9	11,4	10,8

Źródło: GUS, *Budżety gospodarstw domowych w 2021 roku*, Warszawa 2022, s. 156-157.

Strukturę przeciętnych wydatków na jedną osobę w gospodarstwach emerytów i rencistów na tle gospodarstw pracowników prezentuje tabela 1. Uwagę mogą zwrócić niższe wydatki w gospodarstwach pracowniczych w porównaniu z pozostałymi. Otóż są one efektem większej przeciętnej liczby osób w gospodarstwach pracowniczych (3) niż w emeryckich (1,77) i rencistów (1,65) oraz większej liczby osób będących na wspólnym utrzymaniu (odpowiednio 2,83, 1,74 i 1,62)<sup>40</sup>.

<sup>37</sup> GUS, *Budżety...*, dz. cyt., s. 38.

<sup>38</sup> Tamże, s. 53.

<sup>39</sup> Tamże, s. 28.

<sup>40</sup> Tamże, s. 153-154.

W wydatkach największy udział ma żywność i napoje bezalkoholowe (26,4%) oraz utrzymanie mieszkania (23,5%), a następnie zdrowie (8,6%), transport, rekreacja i kultura (6%), używki (2,8%), odzież i obuwie (2,5%). Niewielką część wydatków (przeciętnie 3%) osoby starsze przeznaczają na pomoc dla rodziny oraz innych osób, o której informowano wyżej<sup>41</sup>.

Poprawie sytuacji materialnej osób starszych utrzymujących się ze świadczeń emerytalnych służą też różne programy emerytalne, oferowane pracownikom przez pracodawców. Wielu pracodawców wpłaca swoim pracownikom comiesięczne kwoty na fundusze emerytalne. Bogatsze firmy oferują też świadczenia socjalne, wypłacane przeważnie z okazji świąt Bożego Narodzenia oraz wakacji i urlopów.

Emeryci mają świadomość mniejszych dochodów, dlatego często, rezygnując z potrzeb materialnych, wykazują większe zainteresowanie lub koncentrację na potrzebach niematerialnych, niewymagających środków finansowych. Według badania SHARE, prowadzonego w 2015 r. w kilku krajach UE, w tym w Polsce, około 30% emerytów często rezygnuje z rzeczy, które chcieliby robić, natomiast około 60% czasami lub często musi z nich zrezygnować<sup>42</sup>. Podobnie swoje możliwości realizacji potrzeb o charakterze materialnym ocenili badani seniorzy w projekcie PolSenior2. Według 19,7% badanych rodziny emeryckie *żyją bardzo oszczędnie, aby odłożyć na poważniejsze zakupy* (czyli zaspokojenie innych potrzeb), 54,2% *żyje oszczędnie, ale wystarcza na wszystko*, a tylko 18,8% *wystarcza na wszystko, bez specjalnego oszczędzania*. Wśród seniorów o najniższych dochodach część nie mogła wykupić wszystkich leków: takie osoby wśród badanych kobiet stanowiły 13,5%, a wśród mężczyzn 8,1%<sup>43</sup>.

Mimo trudniejszej sytuacji materialnej na tle osób młodszych, seniorzy utrzymujący się z emerytury są optymistycznie nastawieni do życia i pozytywnie oceniają swoją sytuację materialną, o czym szerzej na końcu ekspertyzy.

## Miejsce zamieszkania

Kolejnym czynnikiem wpływającym na rodzaj potrzeb ludzi starszych jest miejsce zamieszkania, inne potrzeby mają żyjący w miastach oraz na wsiach. Ludzie starsi w miastach mają większe potrzeby społeczne i kulturalne, natomiast na wsiach potrzeby koncentrują się głównie na kontaktach z rodziną oraz sąsiadami i znajomymi. Mieszkańcy miast częściej uczestniczą w imprezach specjalnie dla nich organizowanych, korzystają z zajęć i spotkań w klubach osiedlowych oraz kołach seniora, a także uczestniczą w szkoleniach, kursach, wolontariacie, spotkaniach okolicznościowych, a nawet uniwersytetach trzeciego wieku. Wśród badanych przez

<sup>41</sup> Tamże, s. 25-26.

<sup>42</sup> A. Chłoń-Domińczak, *Analityczny...*, dz. cyt., 30.

<sup>43</sup> P. Błędowski, *Sytuacja materialna*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 856.

CBOS w 2022 r. 17% osób w wieku 65+ było zaangażowanych w organizacjach obywatelskich w jednej dziedzinie (nieco więcej niż badanych w młodszym wieku, np. 14% w przedziale 45-54 lata), natomiast średni poziom zaangażowania w pracę tych organizacji był niewiele niższy od zaangażowania młodszych (1,09 wobec 1,57 osób w wieku 36-54 lata, czyli okresie największej aktywności zawodowej)<sup>44</sup>. Również seniorzy badani przez UKSW potwierdzili korzystanie z różnych form wsparcia i pozytywnie ocenili działalność organizacji na rzecz osób starszych<sup>45</sup>.

Na ograniczenie lub rezygnację z niektórych potrzeb mieszkańców wsi wpływają w dużym stopniu trudności komunikacyjne<sup>46</sup>. W większości wsi nie istnieją placówki kulturalne (kina, kluby, domy kultury), a także kościoły, co ogranicza kontakty osób starszych z innymi. Dlatego dla wielu jedynym kontaktem jest rodzina i sąsiedzi. Osoby starsze mieszkające na wsi często narzekają na izolację społeczną. Wśród mieszkańców wsi potrzeby zależą także od wykonywanego zawodu. Inne mają seniorzy rolnicy, a inne seniorzy wykonujący w okresie aktywności zawody pozarolnicze. Prawdopodobnie dlatego lepiej swoją sytuację materialną i poziom zadowolenia oceniają mieszkający w miastach (44,5% ocen dobrych) niż na wsiach (33,6% ocen dobrych)<sup>47</sup>. Generalnie stan zaspokojenia większości potrzeb ludzi starszych mieszkających na wsiach jest niższy od mieszkających w miastach.

## Sytuacja rodzinna

Kolejnym czynnikiem wyznaczającym rodzaj potrzeb ludzi starszych jest sytuacja rodzinna. Inne potrzeby mają osoby samotne (posiadające dzieci i wnuki oraz nieposiadające ich), inne posiadające współmałżonka (oraz dzieci i wnuki lub ich nieposiadające).

Większość potrzeb wiąże się z pomocą rodzinie (dorosłym dzieciom i wnukom), co ma szczególnie duże znaczenie w rodzinach wielodzietnych. Połowa badanych w 2015 r. w projekcie SHARE pomagała w opiece nad wnukami, w tym 36% regularnie raz w tygodniu<sup>48</sup>.

Z badania prowadzonego w ramach projektu PolSenior2 wynika, że 20% seniorów 65+ żyje samotnie, 40,6% w związkach małżeńskich, 11% stanowią małżonkowie żyjący z dorosłymi dziećmi, 8,6% małżonkowie z dziećmi i wnukami, a 7,3% to samotni seniorzy z dziećmi<sup>49</sup>. Około 92% seniorów w wieku 60+ ma co najmniej jedno żyjące dziecko, prawie połowa ma dwoje dzieci, a około 23% troje żyjących

<sup>44</sup> CBOS, *Aktywność w organizacjach obywatelskich*, Komunikat z badań nr 41/2022.

<sup>45</sup> M. Kawińska, dz. cyt.

<sup>46</sup> Tamże.

<sup>47</sup> GUS, *Sytuacja...*, dz. cyt., s. 41.

<sup>48</sup> A. Chłoń-Domińczak, *Portret pokolenia 50+. Główne wyniki 7. rundy badania „SHARE: 50+ w Europie”*, Warszawa 2021, s. 17-18.

<sup>49</sup> B. Szatur-Jaworska, *Sytuacja rodzinna i więzi rodzinne, w: Badanie...*, dz. cyt., s. 873.

dzieci<sup>50</sup>. Wśród seniorów badanych w projekcie PolSenior2 we wszystkich formach spędzania czasu wolnego bardziej aktywne były osoby pozostające w związkach małżeńskich niż stanu wolnego<sup>51</sup>.

Sytuacja rodzinna różni się między seniorami mieszkającymi w mieście i na wsi. Na wsi częściej niż w mieście seniorzy mieszkają wspólnie (w jednym domu) z dorosłymi dziećmi i dorastającymi wnukami. Wśród badanych osób starszych, mieszkających na wsi, prawie 74% mieszka z małżonkiem, 60% z dziećmi, a 33% z wnukami. Natomiast w miastach 81-86% mieszkało z małżonkiem (w zależności od wielkości miasta), 24-38% z dziećmi i 7-15% z wnukami.

Potrzeby związane z pomocą rodzinie zależą od częstotliwości kontaktów. Wśród badanych w projekcie PolSenior2 z rodzinami dorosłych dzieci spotykało się częściej niż raz w miesiącu 77%, prawie 57% spotykało się z wnukami, a 30% z rodzeństwem. W dobie telefonów komórkowych i internetu kontakty te są bardzo częste. Prawie 75% kontaktuje się z dziećmi telefonicznie przynajmniej raz w tygodniu, prawie 39% kontaktuje się z wnukami i ich małżonkami oraz prawnukami, a 35% z rodzeństwem. Natomiast przez internet przynajmniej raz w tygodniu kontaktuje się z dziećmi 19% osób badanych, a z wnukami lub prawnukami 7,3%<sup>52</sup>. Potrzeby osób samotnych (w większości kobiet), posiadających dorosłe dzieci i wnuki, nie różnią się zbytnio od potrzeb seniorów żyjących w związku małżeńskim i posiadających dzieci i wnuki. Dzieci emerytów, pracujące i wychowujące potomstwo, potrzebują pomocy swoich rodziców, zwłaszcza w okresie przedszkolnym oraz w pierwszym okresie szkolnym. Pomoc ta jest związana bardzo często z trudnościami w uzyskaniu miejsca w żłobku i przedszkolu oraz z kosztem pobytu w tych placówkach.

Pomoc dorosłym dzieciom w wychowaniu wnuków ma głównie aspekty pozytywne: pomniejsza wydatki (opłaty za żłobek lub przedszkole) oraz zapewnia wysoki poziom opieki nad wnukami, umacnia także więzi i tradycje rodzinne. Wiele młodych matek nie wyobraża sobie powierzenia opieki nad małym dzieckiem (do trzech lat) obcej opiekunce. Babcie i dziadkowie pełnią więc dwie role: opiekunów wnuków i osób wzmacniających więzi i tradycje rodzinne. Przy okazji opieki nad wnukami przekazują różne zwyczaje obrzędowe oraz kulinarne. Wielu seniorom taka rola w okresie dorastania wnuków wypełnia praktycznie cały dzień. Nie mają już czasu na inne zainteresowania i związane z nimi potrzeby, poza religijnymi.

---

<sup>50</sup> Tamże, s. 869.

<sup>51</sup> A. Szybalska, H. Kujawska-Danecka, E. Biernat, M. Mossakowska, *Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce zamieszkania*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 945.

<sup>52</sup> B. Szatur-Jaworska, *Sytuacja rodzinna i więzi rodzinne*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 875-877.

## Wykształcenie

Bardzo duży wpływ na zakres i rodzaje potrzeb osób starszych ma poziom i rodzaj wykształcenia. Wpływa ono na sposób życia, zainteresowania, sposób spędzania wolnego czasu, a nawet strukturę żywienia. Między potrzebami osób starszych z wykształceniem podstawowym i zasadniczym zawodowym a wyższym występują bardzo duże różnice. Potwierdzają to różne badania, w tym GUS. W 2021 r. wśród seniorów w wieku 60-74 lata ponad jedna trzecia (34,5%) nigdy nie korzystała z internetu, ale wśród osób z wykształceniem podstawowym i gimnazjalnym takich osób było 71,5%, a wśród posiadających wykształcenie wyższe tylko 2,5%<sup>53</sup>.

Wśród badanych w projekcie PolSenior2 czytanie książek deklarowało 34% kobiet i tylko 12% mężczyzn z wykształceniem podstawowym i gimnazjalnym oraz 91% kobiet i 80% mężczyzn z wykształceniem wyższym. W działalności społecznej uczestniczyło 4,3% badanych z wykształceniem podstawowym i gimnazjalnym oraz 25% z wyższym; do kina, teatru i na koncerty chodziło odpowiednio 4,7% i 69,6%<sup>54</sup>. Osoby starsze z wykształceniem wyższym, mieszkające w miastach, mające dobrą sytuację materialną i pozostające w związku małżeńskim częściej niż pozostałe uczestniczą w wydarzeniach kulturalnych, bywają w kawiarniach i restauracjach, a nawet częściej korzystają z internetu<sup>55</sup>.

## Warunki bytowe

Kolejnym czynnikiem kształtującym potrzeby osób starszych, szczególnie kobiet, są warunki bytowe. Kobiety znacznie częściej niż mężczyźni zajmują się doglądaniem mieszkania/domu, jego wyposażeniem w odpowiednie meble i inne akcesoria oraz balkonem (który u niektórych seniorów staje się ogrodem). Tym zajęciom poświęcają bardzo wiele czasu. Według powszechnej opinii większość osób w wieku 60+, przebywających na emeryturze lub rencie, żyje w mniej komfortowych warunkach od osób młodszych i aktywnych zawodowo. Osoby starsze, których dzieci usamodzielnili się, po przejściu na emeryturę dokonują zamiany większych mieszkań na mniejsze, często z powodów finansowych, ale także z poczucia samotności (w dużym mieszkaniu lub domu starsza osoba lub nawet małżonkowie czują się bardziej samotni). Jednak w przeliczeniu na osobę emeryci i renciści mają większą powierzchnię mieszkań niż pracownicy. Według badania budżetów gospodarstw domowych przez GUS w 2021 r. emeryci dysponują 41,2 mkw., renciści 40,9 mkw.,

---

<sup>53</sup> GUS, *Sytuacja...*, dz. cyt., s. 65.

<sup>54</sup> A. Szybalska, H. Kujawska-Danecka, E. Biernat, M. Mossakowska, *Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce zamieszkania*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 937-939.

<sup>55</sup> Tamże, s. 959.



zaś pracownicy tylko 26,2 mkw. Tak duże różnice spowodowane są mniejszą liczbą osób w gospodarstwach emerytów i rencistów<sup>56</sup>.

Przy omawianiu warunków bytowych, które mogą wpływać na zakres potrzeb lub wyzwać nowe, należy wspomnieć o wyposażeniu gospodarstw osób starszych w odpowiednie urządzenia. Należą do nich z pewnością komputery oraz rowery i samochody. Ich brak we współczesnym świecie utrudnia realizację niektórych potrzeb (np. korzystanie z gier komputerowych, śledzenie wydarzeń sportowych i politycznych, turystykę własnym transportem, wycieczki rowerowe). Wyposażenie gospodarstw emerytów i rencistów jest pod tym względem gorsze w porównaniu z pracowniczymi. Komputer osobisty posiadało 90,5% badanych w 2021 r. przez GUS gospodarstw pracowników, a tylko 47,4% emeryckich i 42,4% rencistów, natomiast dostęp do internetu miało odpowiednio 97,1%, 66,2% oraz 62%. Rower posiadało 68,8% gospodarstw pracowników, 46,8% emerytów i 46,1% rencistów, natomiast samochód osobowy posiadało 84,7% pracowników, 49,5% emerytów i tylko 33,8% gospodarstw rencistów<sup>57</sup>.

### Postęp techniczny

Wśród czynników wpływających na zakres potrzeb trzeba jeszcze wymienić postęp techniczny, szczególnie w zakresie elektroniki. Pod jego wpływem od wielu lat następuje zmiana stylu życia osób starszych. Jak już wyżej sygnalizowano, współcześni seniorzy są lepiej wykształceni, posiadają umiejętności związane z obsługą urządzeń elektronicznych, korzystają z mediów społecznościowych i komunikacji przez pocztę elektroniczną. Sprzyja to ujawnianiu się potrzeb związanych z aktywnością i partycypacją społeczną<sup>58</sup>.

### Polityka socjalna państwa

Potrzeby ludzi starszych mogą być też kształtowane przez odpowiednią politykę socjalną państwa, w ramach której seniorzy otrzymują różne ułatwienia i świadczenia, związane głównie z pomocą społeczną i ochroną zdrowia (określone w przepisach i programach rządowych), które zwiększają ich poziom dochodów. Przykładem może być wprowadzenie przez rząd PiS tzw. trzynastej, a nawet czternastej emerytury dla wszystkich w jednakowej wysokości<sup>59</sup>. Osoby starsze, będące dawnymi pracownikami, szczególnie dużych i bogatych przedsiębiorstw, a także instytucji

---

<sup>56</sup> GUS, *Budżety...*, dz. cyt., s. 61.

<sup>57</sup> Tamże, s. 170-171.

<sup>58</sup> P. Błądowski, J. Chudek, T. Grodzicki, M. Gruchała, M. Mossakowska, A. Wiącek, T. Zdrojewski, *Wyzwania dla polityki zdrowotnej i społecznej. Geneza projektów badawczych PolSenior i PolSenior2*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 24.

<sup>59</sup> Problem ten pominięto, gdyż zostanie omówiony w innej ekspertyzie.

publicznych, otrzymują także różne świadczenia socjalne, wynikające z zakładowych regulaminów socjalnych oraz innych przepisów. Świadczenia te mogą także rozwijać lub wspomagać realizację niektórych potrzeb ludzi starszych.

## Rodzaje potrzeb ludzi starszych

Analizując potrzeby ludzi starszych, trzeba pamiętać, że zmieniają się one wraz z wiekiem, a różnica między najmłodszymi (60 lat) i najstarszymi (ponad 90 lat) seniorami wynosi ponad 30 lat. Z różnych informacji wykorzystanych w ekspertyzie wynika, że w miarę starzenia się potrzeby człowieka stopniowo zmieniają się oraz zmniejszają. Nawet osoby bardzo aktywne fizycznie i zawodowo, w wieku 65-70 lat mające zbliżone potrzeby do ludzi młodszych, po przekroczeniu 80 lub 85 roku życia stopniowo z niektórych potrzeb rezygnują, często nawet nie zdając sobie z tego sprawy. Natomiast dla większości osób powyżej 90 lat potrzeby ograniczają się do wyżywienia i troski o zdrowie, standard warunków mieszkaniowych już nie jest ważny. Dla ponad 44% badanych przez GUS w 2021 r. osób powyżej 60 roku życia wiek był powodem nieuczestniczenia w aktywności ruchowej<sup>60</sup>.

Ze względu na różnorodność potrzeb ludzi starszych i duże ich zróżnicowanie, spowodowane wyżej omówionymi czynnikami, nie sposób dokładnie omówić wszystkich w krótkiej ekspertyzie. Dlatego niżej zaprezentowano zakres potrzeb występujących u osób powyżej 60 roku życia, uczestniczących w badaniach CBOS oraz badaniach PolSenior2. Dokonano też szerszego omówienia kilku najważniejszych w ich życiu potrzeb.

Seniorzy badani przez CBOS w 2009 r. wskazali następujące zainteresowania i potrzeby: czytanie książek i prasy (89% badanych), oglądanie telewizji (87%), uczestnictwo w życiu rodzinnym, w tym opieka nad wnukami (83%), wsparcie dzieci i pomoc w prowadzeniu ich gospodarstwa domowego (80%), podróżowanie po kraju (67%), uprawianie sportu (67%), podróże zagraniczne (57%), praca na działce i w ogrodzie (63%), angażowanie się w działalność społeczną (46%), uczestnictwo w życiu kulturalnym (46%), nauka języka obcego (24%), podnoszenie kwalifikacji (17%)<sup>61</sup>.

Nieco inne zainteresowania wskazali seniorzy badani w 2019 r. w projekcie PolSenior2. Do najważniejszych zaliczyli: spotkania z rodziną i znajomymi (91,3%), uczestnictwo w uroczystościach religijnych (76,8%), wczasy, wyjazdy i wycieczki turystyczne (38,2%), pracę na działce (31,7%), chodzenie do kawiarni lub restauracji (30,6%), chodzenie do teatru, kina i na koncerty (30%)<sup>62</sup>. Na niektóre z wymienionych

---

<sup>60</sup> GUS, *Sytuacja...*, dz. cyt., s. 60.

<sup>61</sup> A. Szybalska, H. Kujawska-Danecka, E. Biernat, M. Mossakowska, *Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce zamieszkania*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 932.

<sup>62</sup> Tamże, s. 935.

zainteresowań wpływ miały możliwości finansowe, np. w wycieczkach kilkudniowych uczestniczyło 25,3% oceniających swoją sytuację finansową jako dobrą i tylko 4,8% oceniających ją jako złą, a w wycieczkach wielogodzinnych odpowiednio 27% i 11,7%<sup>63</sup>. Informacja ta potwierdza wyrażoną wcześniej opinię, że zaspokajanie potrzeb materialnych wymaga zaangażowania odpowiednich środków finansowych.

Wśród osób starszych bardzo ważne są potrzeby opiekuńcze (m.in. pomoc w codziennych czynnościach). Wzrastają one także wraz z wiekiem, co potwierdzają m.in. badania ponad 5 tys. osób w wieku 60+ w ramach projektu PolSenior2 w 2019 r., przedstawione w tabeli 2.

Tabela 2. Potrzeby opiekuńcze ludzi starszych w zależności od wieku w 2019 r.

Wiek badanych	Odsetek badanych	
	Kobiety	Mężczyźni
60-64 lata	9,8	6
65-69 lat	11,7	11,6
70-74 lata	12,5	17
75-79 lat	28,2	21,7
80-84 lata	47,1	28,1
85-89 lat	70,7	52,4
90 +	84,5	70,9

Źródło: P. Błędowski, *Potrzeby opiekuńcze*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021, s. 917, 920.

Z tabeli wynika także, że potrzeby te częściej odczuwają kobiety niż mężczyźni. Wiąże się to z wysiłkiem fizycznym związanym z prowadzeniem gospodarstwa domowego i zaopatrzeniem w różne produkty. Wśród badanych potrzebujących opieki lub pomocy 54,1% kobiet oraz 58,1% mężczyzn potrzebowało pomocy stałej lub kilka razy dziennie. Potrzeba pomocy opiekuńczej zależy od stanu zdrowia oraz od tego, czy osoba starsza mieszka sama, czy z rodziną, oraz na wsi czy w mieście.

Wśród potrzebujących stałej opieki 82,1% badanych żyło w gospodarstwach jedno- i dwuosobowych. Wśród oceniających źle stan swojego zdrowia zdecydowanie potrzebowało pomocy 43,6%, a wśród oceniających dobrze tylko 3,9%, natomiast odpowiednio 7,7% oraz 51,8% zdecydowanie nie potrzebowało pomocy. Odsetek korzystających z różnych świadczeń pomocy społecznej w dużych miastach był trzykrotnie wyższy od mieszkających na wsi<sup>64</sup>. Według badania GUS, w 2021 r. w placówkach pomocy społecznej zapewniających całodobową opiekę, osoby powyżej 60 roku życia stanowiły 98,3% mieszkańców, w rodzinnych domach pomocy 89,2%, a w DPS tylko 2,9%<sup>65</sup>. Natomiast wśród osób w wieku 55+, badanych przez CBOS

<sup>63</sup> Tamże, s. 953.

<sup>64</sup> P. Błędowski, *Potrzeby opiekuńcze*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 917, 920, 924.

<sup>65</sup> GUS, *Sytuacja...*, dz. cyt., s. 54.

w 2019 r., 85% nie potrzebowało pomocy w załatwianiu spraw i prowadzeniu gospodarstwa domowego<sup>66</sup>.

Pomoc opiekuńczą osoby starsze otrzymują głównie od członków rodziny (91%), a tylko niewielki odsetek (5,7%) od opiekunów OPS, sąsiadów i przyjaciół (9,9%) oraz osób obcych (11%)<sup>67</sup>. Jednak w ostatnich 10 latach udział rodziny w udzielaniu pomocy opiekuńczej zmniejszył się: z 93,5% do 91%<sup>68</sup>. Potwierdziły to także badania CBOS z 2019 r.: najczęściej seniorów otrzymało pomoc od dzieci (69%), współmałżonka (47%), rodzeństwa (26%), sąsiadów (26%) i wnuków (22%). Znacznie mniej osób otrzymało pomoc od pielęgniarki środowiskowej (11%) i opiekunki z OPS (10%)<sup>69</sup>. Natomiast jeśli chodzi o stopień zaspokojenia potrzeb opiekuńczych, to z badań PolSenior2 wynika, że seniorzy byli na ogół zadowoleni z otrzymywanej pomocy opiekuńczej. Od 71% do 92% (w zależności od wieku i miejsca zamieszkania) wymagających tej pomocy otrzymało ją zgodnie z oczekiwaniami<sup>70</sup>.

Wśród potrzeb osób starszych bardzo ważne miejsce zajmują także te związane z wyznawaniem wiary. Zarówno powszechna opinia, jak i różne badania potwierdzają, że osoby starsze są bardziej zaangażowane religijnie niż młodsze. Wśród seniorów 60+ badanych w 2022 r. przez CBOS osoby wierzące stanowiły 93,7% (najwyższy odsetek wśród wszystkich grup wiekowych), praktykujący regularnie 53% (także najwyższy odsetek), a niepraktykujący 16,7% (najmniej wśród wszystkich grup)<sup>71</sup>. Potrzeby związane z religijnością przejawiają się w systematycznym uczestniczeniu w uroczystościach religijnych, nie tylko w niedziele i święta kościelne (wielu ludzi starszych uczestniczy w mszach we wszystkie niedziele i święta), ale także w dni powszednie. Na porannych, niedzielnych mszach świętych dominują osoby powyżej 60 roku życia, a w niektórych nabożeństwach w dni powszednie uczestniczą wyłącznie oni, w tym głównie kobiety, które są bardziej religijne od mężczyzn.

Różnice w religijności między osobami powyżej 65 roku życia oraz w wieku 25-34 lata pokazuje szczegółowo tabela 3.

---

<sup>66</sup> CBOS, *Jakiej pomocy potrzebują osoby starsze i kto im jej udziela*, Komunikat z badań nr 116/2019.

<sup>67</sup> P. Błędowski, *Potrzeby opiekuńcze*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 921.

<sup>68</sup> Tamże, s. 926.

<sup>69</sup> CBOS, *Jakiej pomocy...*, dz. cyt.

<sup>70</sup> P. Błędowski, *Potrzeby opiekuńcze*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 924.

<sup>71</sup> CBOS, *Polski pejzaż religijny – z dalekiego planu*, Komunikat z badań nr 89/2022.

Tabela 3. Uczestnictwo seniorów w praktykach religijnych na tle osób w wieku 25-34 lata

Rodzaje praktyk religijnych	Odsetek w grupach wiekowych		
	25-34 lata	65-74 lata	75 i więcej
Stosunek do religii:			
• głęboko wierzący	7	16,1	28,9
• wierzący	66,5	69,1	60,7
Uczestnictwo w mszach i innych nabożeństwach:			
• codziennie lub kilka razy w tygodniu	2,2	6,4	9,5
• raz w tygodniu	34	55	54,7
• tylko z okazji świąt	36,7	20,1	18
Częstotliwość modlitwy:			
• kilka razy w ciągu dnia	3,1	10,1	24
• codziennie lub prawie codziennie	20,4	48,5	51
• co najmniej raz w tygodniu	32,8	21,8	13,8
Poczucie związku z parafią:			
• bardzo silny	16	30,3	41
• raczej związany	36,8	46	41,5
• zupełnie niezwiązany	20,8	9,4	6,2

Źródło: GUS, *Życie religijne w Polsce. Wyniki badania spójności społecznej 2018*, [www.stat.gov.pl](http://www.stat.gov.pl) (dostęp 25.10.2023), s. 2-6.

Znacznie większą religijność osób starszych, powyżej 65 roku życia, w stosunku do osób znacznie młodszych, można tłumaczyć brakiem aktywności zawodowej i dysponowaniem znacznie dłuższym czasem wolnym. Uczestnictwo w różnych uroczystościach religijnych, pomoc w pracach w kościele, a także modlitwa wypełniają niektórym osobom starszym znaczną część dnia. Można więc bez większej pomyłki ocenić, że dla części tych osób potrzeby religijne są ważniejsze od innych potrzeb.

Częste praktyki religijne przyczyniają się także do silniejszych związków z parafią i zaangażowania w różne prace na rzecz kościoła i parafii (w zależności od aktywności proboszcza), a także do nawiązywania kontaktów. Wśród przyjaciół i znajomych osób w wieku 65+, badanych w 2022 r. przez CBOS, przeważały zaangażowane religijnie i praktykujące. Stanowiły 51,8% i był to najwyższy odsetek takich przyjaciół wśród wszystkich grup wiekowych (w wieku 25-34 lata stanowiły tylko 24,3%, a w wieku 45-54 lata 35,9%)<sup>72</sup>. Wynika z tego, że ważnym miejscem dla nawiązywania kontaktów towarzyskich osób starszych są kościoły i uroczystości religijne.

Pragniemy zwrócić także uwagę na potrzeby kulturalne, odczuwane głównie przez seniorów mieszkających w większych miastach, gdzie działają różne placówki kultury. Ze względu na więcej wolnego w niektórych imprezach kulturalnych dominują seniorzy. Według cytowanych już badań GUS, w 2021 r. osoby powyżej 60 roku życia stanowiły 17,2% ogólnej liczby czytelników zarejestrowanych w bibliotekach;

<sup>72</sup> CBOS, *Polski pejzaż religijny – z bliższego planu*, Komunikat z badań nr 91/2022.

33,8% ogólnej liczby członków kół, klubów i różnych sekcji w centrach, ośrodkach i domach kultury oraz świetlicach oraz 21% w różnej działalności artystycznej organizowanej przez ww. ośrodki. W niektórych województwach osoby w wieku powyżej 60 lat stanowiły w granicach 30-50% ogółu członków działalności kulturalnej, np. w woj. kujawsko-pomorskim było to 49,8% ogólnej liczby członków kół, klubów i sekcji w tym województwie, a woj. dolnośląskim 29,3% wśród członków działalności artystycznej<sup>73</sup>.

Współcześnie, jak już wyżej wspomniano, bardzo wiele potrzeb związanych jest z internetem, który daje różne możliwości w zakresie informacji, rozrywki i usług. W największym stopniu korzystają z niego ludzie młodzi i w średnim wieku (w 2021 r. 94,8% osób w wieku 16-59 lat), ale udział seniorów stopniowo wzrasta. W 2021 r. z internetu korzystało 57,6% badanych osób powyżej 60 roku życia – o 6,2% więcej w stosunku do roku poprzedniego, natomiast w wieku 65-74 lata ten wskaźnik wynosił 49,5%<sup>74</sup>. Internet, jak powszechnie wiadomo, ułatwia życie, umożliwia załatwienie różnych spraw bez wychodzenia z domu, w tym robienie zakupów, co jest istotne dla osób starszych. Wśród osób w wieku 60-74 lata najczęściej (45,9%) wykorzystywało internet do pozyskiwania informacji o wydarzeniach w kraju i na świecie; 38,2% do informacji o towarach i usługach; 34,6% do informacji o swoim zdrowiu na tle informacji medycznych; 33,3% do kontaktów mailowych z rodziną i znajomymi; 24,8% do usług bankowości elektronicznej; 24,3% do zakupów towarów i usług; 21,8% do serwisów społecznościowych oraz 21,8% do usług administracji publicznej<sup>75</sup>. Powyższe informacje o wykorzystywaniu internetu przez osoby starsze w ułatwianiu sobie codziennego życia pokazują, że jest to dla nich coraz ważniejsze narzędzie do zaspokajania potrzeb.

Od wielu lat, w związku z opinią lekarzy o pozytywnym wpływie aktywności fizycznej na stan zdrowia, szczególnie osób w starszym wieku, a także informacjami prezentowanymi w mediach, wzrasta zainteresowanie różnymi formami tej aktywności. Dla niektórych osób, nie tylko w starszym wieku, aktywność fizyczna (biegi, spacer, jazda na rowerze) jest potrzebą, gdyż weszła do codziennych czynności. Z badań wynika, że najbardziej popularną wśród seniorów jest jazda na rowerze. W 2021 r. korzystało z niej prawie 61% badanych mężczyzn i 42% kobiet. Kolejne formy aktywności to: ogólnorozwojowe zajęcia ruchowe, z których korzystało 38,4% mężczyzn i 47,4% kobiet, pływanie (odpowiednio 23,7% i 14,4%), aerobik i fitness (6,1% i 21,3%) oraz wędkarstwo (10,3% i 0,9%)<sup>76</sup>. Aktywność fizyczna zależy od różnych przesłanek, dla 57,6% badanych mężczyzn i 40,4% kobiet najważniejszymi są przyjemność i rozrywka oraz zdrowie lub zalecenie lekarza (dla około 46%

---

<sup>73</sup> GUS, *Sytuacja...*, dz. cyt., s. 63.

<sup>74</sup> Tamże, s. 65.

<sup>75</sup> Tamże.

<sup>76</sup> Tamże, s. 58.

mężczyzn i 55% kobiet). Nieco mniej respondentów wskazuje utrzymanie dobrej kondycji fizycznej i właściwej sylwetki (odpowiednio 33,7% oraz 40,7%), a najmniej na spotkania ze znajomymi (5% i 6,2%)<sup>77</sup>. Powyższe badania potwierdzają zróżnicowanie potrzeb według płci.

Na ogół przy prezentacji potrzeb ludzi starszych nie zwraca się uwagi na te związane z żywieniem. Tymczasem, jak wynika z badań budżetów gospodarstw domowych, struktura spożycia produktów żywnościowych emerytów i rencistów różni się od struktury spożycia w gospodarstwach pracowniczych (tabela 4). Wynika z niej, że przeciętnie emeryci i renciści spożywają więcej żywności niż pracownicy (wbrew powszechnej opinii). Trzeba zakładać, że musi to odpowiednio więcej kosztować (por. tabela 1), co przy mniejszych dochodach niż w gospodarstwach pracowniczych może oznaczać rezygnację z innych, mniej ważnych potrzeb o charakterze materialnym.

Tabela 4. Różnice w spożyciu produktów żywnościowych na jedną osobę miesięcznie w gospodarstwach emerytów i rencistów na tle gospodarstw pracowniczych w 2021 r.

Rodzaje produktów żywnościowych	Gospodarstwa domowe		
	pracownicy	emeryci	renciści
Pieczywo w kg	2,47	3,35	3,56
Mięso w kg	4,51	6,62	6,69
Wędliny w kg	1,78	2,43	2,52
Mleko w litrach	2,75	3,28	3,59
Sery i twarogi	0,93	1,15	1,05
Jaja w sztukach	9,77	14,23	14,24
Oleje i tłuszcze	0,92	1,39	1,35
Owoce w kg	3,62	5,26	4,77
Warzywa w kg	6,74	9,87	9,5

Źródło: GUS, *Budżety gospodarstw domowych w 2021 roku*, Warszawa 2022, s. 160-163.

W związku z zaspokajaniem potrzeb, należy wspomnieć także o pomocy udzielanej przez seniorów swoim dzieciom i wnukom. To zaspokojenie ważnej potrzeby o charakterze społecznym, związanej z warunkami bytowymi i rozwojem rodziny. Problem ten omówiono szerzej w części dotyczącej czynników wpływających na zakres potrzeb. Wielu seniorów, posiadających dobrą sytuację materialną stara się pomagać nie tylko w wychowaniu wnuków, ale także w bieżących wydatkach swoich rodzin. Z badania PolSenior2 wynika, że 32% udzielało rodzinie pomocy finansowej, 33% pomocy dzieciom w prowadzeniu domu, około 28% zajmowało się opieką i pielęgnacją w okresie choroby, 20% pomagało w załatwianiu spraw urzędowych, a 45% udzielało rodzinie wsparcia psychicznego w różnych trudnych sytuacjach<sup>78</sup>.

<sup>77</sup> Tamże, s. 59.

<sup>78</sup> B. Szatur-Jaworska, *Sytuacja rodzinna i więzi rodzinne*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 878.



Badani seniorzy z kontaktów z najbliższą rodziną byli zadowoleni, 41% oceniło je bardzo dobrze, 45,3% dobrze, natomiast 9,4% *tak sobie, różnie bywa*, a tylko 4,3% nie było z nich zadowolonych<sup>79</sup>. Niezadowolenie może być spowodowane nadmiernym obciążeniem seniorów w pomocy rodzinie – zdarza się, że babcie nie mają czasu na realizację innych potrzeb.

### **Samoocena poziomu zaspokojenia potrzeb i jakości życia**

Ponieważ poziom zaspokojenia potrzeb decyduje o jakości życia, jako miarę tego zaspokojenia można przyjąć poziom jakości życia. Od drugiej połowy XX w. kategorię jakości życia wprowadzono do nauk medycznych, a następnie do społecznych i humanistycznych. Jakość życia (a pośrednio także zaspokojenie potrzeb) zależy nie tylko od sytuacji materialnej człowieka i od opinii środowiska, w którym człowiek żyje, decydują o niej także cechy osobowości (nie wszyscy zwracają na to uwagę), a także doświadczenie życiowe i kontrolowanie świadomości<sup>80</sup>. Nie ma jednak obiektywnych miar oceny jakości życia i zaspokojenia potrzeb. Każdy człowiek, ze względu na omówione wyżej różne uwarunkowania, ocenia je inaczej, ma też inny punkt odniesienia.

Dlatego badacze zajmujący się analizą i oceną jakości życia i zaspokojeniem potrzeb wykorzystują badania ankietowe, zawierające pytania z gotowymi wariantami odpowiedzi oraz dodatkowe otwarte. W ekspertyzie do oceny poziomu zaspokojenia potrzeb ludzi starszych wykorzystano opinie uzyskane w trakcie badań CBOS, budżetów gospodarstw domowych przez GUS oraz PolSenior2. Prawie 42% seniorów ocenia wspomniany poziom jako dobry lub raczej dobry (natomiast wśród osób młodszych, bez osób 60+, taką ocenę wystawia 60,6% badanych), 51% ocenia swoją sytuację jako przeciętną (35,5% bez osób 60+), natomiast tylko 7,4% jako złą lub raczej złą (3,9% bez 60+)<sup>81</sup>. Na tle osób młodszych seniorzy oceniają swoją sytuację życiową gorzej. Na tę ocenę mają wpływ różne czynniki. Swoją sytuację nieco lepiej oceniają seniorzy w gospodarstwach 2-osobowych (52,8% dobrze lub raczej dobrze) niż w jednoosobowych (32%). Znacznie gorzej oceniają sytuację osoby utrzymujące się z rent, tylko niecała czwarta część (23%) ocenia ją dobrze lub raczej dobrze, natomiast 17,1% źle lub raczej źle<sup>82</sup>.

Natomiast zadowolenie z życia<sup>83</sup> osób w wieku 65+ jest niewiele niższe od deklaracji osób młodszych (mimo trudniejszych warunków życia i gorszego stanu zdrowia). Wśród seniorów badanych przez CBOS w grudniu 2022 r. 72% było

---

<sup>79</sup> Tamże, s. 881.

<sup>80</sup> N.G. Piкуła, dz. cyt., s. 29.

<sup>81</sup> GUS, *Sytuacja...*, dz. cyt., s. 41.

<sup>82</sup> Tamże, s. 27, 41.

<sup>83</sup> W zadowoleniu z życia trzeba uwzględnić także zaspokojenie potrzeb, gdyż w znacznym stopniu o nim decyduje.

zadowolonych, 25% średnio zadowolonych, a tylko 3% niezadowolonych. Natomiast wśród wszystkich badanych najczęściej zadowolonych było w wieku 35-44 lata (83%) oraz 25-34 lata (80%). Najwięcej seniorów było zadowolonych z relacji z przyjaciółmi (ponad 2/3 badanych) oraz ze stanu swojego zdrowia (58%). Natomiast ze swoich warunków materialnych bardzo zadowolonych było tylko 13%, a raczej zadowolonych 48%. Natomiast wśród seniorów posiadających dzieci 88% było z nich zadowolonych<sup>84</sup>.

Podobnie pozytywnie ocenili jakość swojego życia seniorzy (5810 osób, w tym 3057 kobiet i 2930 mężczyzn), badani w 2019 r. w projekcie PolSenior2. Prezentuje to tabela 5.

Tabela 5. Ocena jakości życia przez osoby starsze badane w projekcie PolSenior2

Elementy jakości życia/zadowolenia	Odsetek badanych				
	bardzo dobra	dobra	przeciętna	zła	bardzo zła
Ogólna ocena jakości życia	13,7	59,9	23,1	2,4	0,9
Zadowolenie ze stanu zdrowia	7,4	55	26,4	10,3	1
Zadowolenie z siebie	16,7	61,8	17,8	3,3	0,5
Zadowolenie ze sprawności fizycznej	19,4	57,6	14,6	6,9	1,5
Zadowolenie z osobistych relacji	21,3	64,8	11,3	2,3	0,4
Zadowolenie z wykorzystania czasu	15,9	59,9	19,8	3,8	0,7
Zadowolenie z kontrolowania swoich działań	28,2	42,6	20,6	6,5	2,2
Możliwość realizacji zamierzonych celów	15	44,2	26,9	9,4	4,4
Poziom dochodu wystarczający na zaspokojenie własnych potrzeb	11,3	30	37	12,7	9
Zadowolenie z poczucia bliskiej przyjaźni	22,9	53	18	5	1,2

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: B. Tobiasz-Adamczyk, *Jakość życia*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021, s. 1000-1001.

Z tabeli wynika, że większość seniorów była zadowolona z poziomu swojego życia oraz z realizacji zamierzonych celów i potrzeb. Prawie 60% oceniło jakość swojego życia dobrze, a 13,7% bardzo dobrze, odpowiedź ani dobrze, ani źle wybrało 23,1%, a tylko 3,3% źle. Jak wcześniej wskazano, szczególnie u osób starszych duży wpływ na zadowolenie z życia ma stan zdrowia. Ze stanu swojego zdrowia było zadowolonych 62,4% badanych, a niezadowolenie wyraziło 11,3%. Większość badanych (61,8%) była także zadowolona z siebie, ze swoich przyjaciół (75%), z wykonywania codziennych czynności i obowiązków (77%), a 75,8% z dobrze wykorzystanego czasu wolnego<sup>85</sup>.

<sup>84</sup> CBOS, *Zadowolenie z życia w roku 2022*, Komunikat z badań nr 5/2023.

<sup>85</sup> B. Tobiasz-Adamczyk, *Jakość życia*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 999.

Możliwość dalszego realizowania zamierzonych celów całkowicie lub w większości wskazało 60% badanych w projekcie PolSenior2, umiarkowane możliwości realizacji celów 26,9%, tylko 4,4% nie widziało żadnych możliwości. Również swoją sytuację materialną badani ocenili pozytywnie: 11,3 % ma dochody spełniające ich oczekiwania, 30% posiada dochody pozwalające na zaspokojenie większości potrzeb, 37% na umiarkowane zaspokojenie potrzeb, 12,7% miało ograniczone możliwości zaspokojenia potrzeb, tylko 9% badanych nie miało takich możliwości<sup>86</sup>.

Ponieważ wśród potrzeb osób starszych bardzo ważną rolę odgrywa troska o zdrowie, a więc świadczenia w ramach opieki medycznej, w tabeli 6 zaprezentowano poziom zadowolenia badanych w projekcie PolSenior2 z tej opieki w okresie jednego roku poprzedzającego badanie. Aby potwierdzić wpływ wieku na poziom zadowolenia z opieki medycznej, podano oceny w grupach wiekowych od 60 lat do ponad 90.

Tabela 6. Poziom zadowolenia badanych w PolSenior2 z otrzymanej opieki medycznej

Grupy wiekowe	Odsetek badanych				
	bardzo zadowolony	raczej zadowolony	raczej niezadowolony	bardzo niezadowolony	trudno powiedzieć
60-64	16,8	60,6	7,5	2	13,2
65-69	16,6	64,5	6,9	1,4	10,6
70-74	16,8	61,9	7,8	2,6	11
75-79	16,3	66,5	6	1,5	9,8
80-84	16,5	65,8	7	2,1	8,6
85-89	14,5	63,7	6	2	13,9
90+	12,0	59,3	4,6	2,3	21,8
Kobiety	17,1	63,3	7,4	1,7	10,6
Mężczyźni	15,5	62,8	6,6	2,1	13,1

Źródło: Opracowanie własne na podstawie: B. Tobiasz-Adamczyk, A. Gałaś, T. Jędrzejczyk, A. Wojtecka, T. Grodzicki, *Dostępność i poziom satysfakcji z usług medycznych*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021, s. 1028.

Z tabeli 5 wynika, że w porównaniu z innymi elementami jakości życia poziom opieki medycznej oceniono podobnie. Około 80% badanych, niezależnie od wieku, było z niej bardzo lub raczej zadowolonych. Może to oznaczać, że wymagania w zakresie opieki nie zmieniają się wraz z wiekiem. Różnica w ocenie pozytywnej (bardzo i raczej zadowolony) między seniorami najmłodszymi i najstarszymi wynosi tylko 6,1 pp. Nie ma też większej różnicy między oceną kobiet i mężczyzn. Różne stopnie niezadowolenia wyraziło tylko 10% badanych, z tym że największe niezadowolenie było wśród seniorów z dużych miast, a najmniejsze u mieszkających na

<sup>86</sup> Tamże, s. 1002.

wsi<sup>87</sup>. Przy dość powszechnym niezadowoleniu pacjentów z usług publicznej służby zdrowia, prezentowanym w mediach, ocena seniorów wypada pozytywnie i potwierdza wyrażoną wcześniej w ekspertyzie opinię, że seniorzy łagodniej oceniają poziom realizacji swoich potrzeb.

Warto też przytoczyć samoocenę sytuacji materialnej przez emerytów, rencistów i pracowników, badanych w 2021 r. przez GUS w ramach badania budżetów gospodarstw domowych. Jak już wcześniej wskazano, sytuacja materialna wpływa na możliwości realizacji wielu potrzeb o charakterze materialnym. Pokazuje to tabela 7. Wynika z niej, że osoby starsze, a więc emeryci i renciści swoją sytuację materialną oceniają znacznie gorzej od pracowników. W ocenach dobrych i raczej dobrych różnica wynosi 18,5 pp., zaś raczej źle oceniło swoją sytuację trzykrotnie więcej emerytów i siedmiokrotnie więcej rencistów od pracowników. Również zaspokojenie wszystkich potrzeb najgorzej ocenili emeryci i renciści<sup>88</sup>.

Tabela 7. Ocena sytuacji materialnej przez emerytów i rencistów na tle pracowników w 2021 r.

Ocena sytuacji	Pracownicy	Emeryci	Renciści
Dobra	30	18,8	8,5
Raczej dobra	30,3	23	14,9
Przeciętna	37,3	51	59,5
Raczej zła	2,1	6,1	14,4

Źródło: GUS, *Budżety gospodarstw domowych w 2021 roku*, Warszawa 2022, s. 179.

## Podsumowanie

W wyniku analizy wyników różnych badań dotyczących potrzeb ludzi starszych zweryfikowano pozytywnie założenia postawione w hipotezie. Z prezentowanego w ekspertyzie problemu wynika, że potrzeby ludzi starszych są bardziej zróżnicowane, wbrew powszechnej opinii, że są podobne do siebie. Mimo iż potrzeby te mieszczą się w grupach potrzeb określonych przez Abrahama Masłowa, ich struktura oraz znaczenie dla osób starszych są inne w porównaniu z ludźmi młodszymi. O różnicy tej w znacznym stopniu decyduje brak aktywności zawodowej większości osób powyżej 65 roku życia. Muszą one zagospodarować dużo wolnego czasu poprzez podejmowanie różnych działań, które umożliwiają realizację nowych celów życiowych, w tym potrzeb. Aktywność zawodowa oraz związane z nią obowiązki podporządkowują bowiem życie osobiste i rodzinne pracy zawodowej, ograniczając zakres potrzeb z tym związanych.

<sup>87</sup> B. Tobiasz-Adamczyk, A. Gałaś, T. Jędrzejczyk, A. Wojtecka, T. Grodzicki, *Dostępność i poziom satysfakcji z usług medycznych*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 1027, 1030.

<sup>88</sup> GUS, *Budżety...*, dz. cyt., 61, 70.

Zakres potrzeb i możliwość ich realizacji zależą od bardzo wielu czynników, szczegółowo omówionych w ekspertyzie. Niektóre z nich nie są doceniane w powszechnej ocenie potrzeb ludzi starszych, a nawet w badaniach. Powodują jednak bardzo duże zróżnicowanie potrzeb, większe niż wśród ludzi młodych. Wyniki badań, wykorzystane w ekspertyzie, pokazują, że instytucje oraz opiekunowie zajmujący się osobami starszymi, chcąc ułatwić im zaspokojenie potrzeb, muszą poznać te czynniki oraz oczekiwania seniorów.

Z ekspertyzy wynika także bardzo ważny wniosek, szczególnie dla instytucji i innych organizacji zajmujących się osobami starszymi: seniorzy łagodniej od ludzi młodszych oceniają stopień zaspokojenia swoich potrzeb. Mimo trudniejszej sytuacji materialnej i warunków bytowych większość jest zadowolona z zakresu i jakości zaspokajania swoich potrzeb. Z przedstawionych w ekspertyzie informacji i opinii o potrzebach seniorów wynika, że osoby starsze przywiązują wagę do innych aspektów życia niż osoby młodsze, są bardziej zadowolone ze swoich dokonań, relacji społecznych, szczególnie w rodzinie i lepiej oceniają swoje samopoczucie<sup>89</sup>.

## Bibliografia

- Błądowski P., *Potrzeby opiekuńcze*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błądowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- Błądowski P., *Sytuacja materialna*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błądowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- Błądowski P., Chudek J., Grodzicki T., Gruchała M., Mossakowska M., Wiącek A., Zdrojewski T., *Wyzwania dla polityki zdrowotnej i społecznej. Geneza projektów badawczych PolSenior1 i PolSenior2*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błądowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- CBOS, *Zadowolenie z życia w roku 2022*, Komunikat z badań nr 5/2023.
- CBOS, *Aktywność w organizacjach obywatelskich*, Komunikat z badań nr 41/2022.
- CBOS, *Polski pejzaż religijny – z dalekiego planu*, Komunikat z badań nr 89/2022.
- CBOS, *Polski pejzaż religijny – z bliższego planu*, Komunikat z badań nr 91/2022.
- CBOS, *Jakiej pomocy potrzebują osoby starsze i kto im jej udziela*, Komunikat z badań nr 116/2019.
- Chłoń-Domińczak, A., *Portret pokolenia 50+. Główne wyniki 7. rundy badania „SHARE: 50+ w Europie”*, Warszawa 2021.
- Chłoń-Domińczak A., *Analityczny raport uzupełniający nr 3. Polacy po pięćdziesiątce: praca i emerytura*, Centrum Analiz Ekonomicznych, Warszawa 2017.
- GUS, *Sytuacja osób starszych w Polsce w 2021 roku*, Białystok 2022.
- GUS, *Budżety gospodarstw domowych w 2021 roku*, Warszawa 2022.
- GUS, *Emerytury i renty w 2021 roku*, Warszawa 2021.
- GUS, *Życie religijne w Polsce. Wyniki badania spójności społecznej 2018*, [www.stat.gov.pl](http://www.stat.gov.pl) (dostęp 25.10.2023).

<sup>89</sup> B. Tobiasz-Adamczyk, *Jakość życia*, w: *Badanie...*, dz. cyt., s. 997.

- Kawińska, M., *Potrzeby seniorów w obszarze aktywności społecznej*, „Polityka Społeczna” 2022, nr 9.
- Pikuła, N.G., *Poczucie sensu życia osób starszych*, Kraków 2016.
- Sekuła, Z., *Motywowanie do pracy. Teorie i instrumenty*, Warszawa 2008.
- Szatur-Jaworska B., *Sytuacja rodzinna i więzi rodzinne*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- SHARE, *Pokolenie 50+ w Polsce i Europie: aktywność, stan zdrowia, warunki pracy, relacje między-pokoleniowe i wykluczenie*, <https://share5oplus/wyniki-badań/publikacje> (dostęp 12.09.2023).
- Szukalski P., Wiktorowicz J., *Nowi biedni emeryci*, Warszawa 2023 (w druku).
- Szukalski P., *Aktywność zawodowa*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- Szybalska A., Kujawska-Danecka H., Biernat E., Mossakowska M., *Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce zamieszkania*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- Szybalska A., Hajduk A., Kujawska-Danecka H., Mossakowska M., *Samoocena stanu zdrowia*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- Tobiasz-Adamczyk B., *Jakość życia*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- Tobiasz-Adamczyk, B., Gałaś, A., Jędrzejczyk, T., Wojtecka, A., Grodzicki, T., *Dostępność i poziom satysfakcji z usług medycznych*, w: *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, Gdańsk 2021.
- ZUS, *Pracujący emeryci w 2021 roku*, [www.zus.gov.pl](http://www.zus.gov.pl) (dostęp 15.10.2023).