

Edukacja senioralna

Dr hab. Anna Fidelus

Uniwersytet Kardynała Stefana Wyszyńskiego w Warszawie

1. Wprowadzenie

Celem niniejszego artykułu jest pogładowa analiza stanu edukacji senioralnej w Polsce i wybranym kraju europejskim – Niemczech. Oba te państwa, choć różnią się pod względem historycznym, społecznym i kulturowym, stoją wobec wspólnego wyzwania: starzejącej się populacji. Dlatego też edukacja senioralna staje się istotnym elementem polityki publicznej, mającym na celu zapewnienie osobom starszym nie tylko lepszej jakości życia, ale także pełniejszego udziału w życiu społecznym i kulturalnym. W kontekście tego artykułu celem jest nie tylko przedstawienie aktualnego stanu edukacji senioralnej, ale także zidentyfikowanie wyzwań, przed którymi stoją oba systemy edukacyjne, oraz sformułowanie praktycznych rekomendacji na przyszłość. Znalezienie różnic w podejściu do edukacji senioralnej w Polsce i Niemczech pozwoli ukazać, w jaki sposób różne konteksty historyczne, polityczne i kulturowe wpłynęły na rozwój i obecny stan edukacji senioralnej w obu krajach. W Polsce edukacja senioralna rozwijała się głównie w kontekście postkomunistycznej transformacji ustrojowej, podczas gdy w Niemczech ewoluowała w ramach bardziej stabilnych i zróżnicowanych instytucji edukacyjnych. Porównanie to pozwala lepiej zrozumieć, jakie czynniki wpływają na kształtowanie polityk edukacyjnych skierowanych do seniorów w różnych krajach. Ważne jest zdiagnozowanie wyzwań stojących przed systemami edukacji senioralnej. Analiza będzie obejmować identyfikację głównych barier, zarówno wewnętrznych (takich jak zmiany poznawcze związane z wiekiem czy motywacje do uczenia się), jak i zewnętrznych (np. infrastrukturalne ograniczenia, brak dostępu do odpowiednich materiałów edukacyjnych). Wyzwania te mogą być różne w zależności od specyfiki danego kraju, dlatego ważne jest ich precyzyjne zdefiniowanie i zrozumienie. W Polsce może to być np. problem z integracją edukacji senioralnej w ramach istniejących struktur edukacyjnych, podczas gdy w Niemczech wyzwaniem może być dostosowanie programów edukacyjnych do coraz bardziej zróżnicowanej populacji seniorów. W artykule podjęto również próbę wypracowania innowacyjnych rozwiązań, które mogą zostać zaimplementowane w przyszłości, aby zwiększyć skuteczność edukacji senioralnej. W kontekście szybko zmieniających się technologii oraz rosnącego znaczenia uczenia się przez całe życie, kluczowe jest zidentyfikowanie nowoczesnych metod i narzędzi, które mogą poprawić efektywność edukacji senioralnej. Może to obejmować zastosowanie nowych technologii, takich jak e-learning, rozwój programów intergeneracyjnych, które łączą różne grupy wiekowe, oraz wprowadzenie bardziej spersonalizowanych form edukacji, które lepiej odpowiadają na indywidualne potrzeby seniorów.

Analiza będzie opierać się na przeglądzie literatury naukowej oraz badaniach empirycznych dotyczących programów edukacyjnych w Polsce i Niemczech. Ważnym elementem artykułu będzie także analiza istniejących raportów

międzynarodowych, takich jak te przygotowane przez OECD, Eurofound, GUS, które ukazują kontekst i porównanie z innymi krajami europejskimi, a także dostarczają danych z Polski. Celem jest dostarczenie kompleksowego obrazu aktualnych badań oraz formułowania polityk publicznych wspierających rozwój edukacji dla osób starszych. Artykuł ten ma na celu nie tylko zrozumienie obecnego stanu edukacji senioralnej, ale także zaproponowanie konkretnych działań, które mogą przyczynić się do poprawy jakości życia seniorów oraz ich aktywnego uczestnictwa w społeczeństwie. Rekomendacje sformułowane na podstawie przedkładanej analizy mogą mieć znaczenie praktyczne dla decydentów politycznych, edukatorów, liderów projektów oraz instytucji zajmujących się kształceniem osób starszych, a także dla samych seniorów, którzy coraz częściej poszukują możliwości dalszego rozwoju osobistego i społecznego.

2. Definicja i znaczenie edukacji senioralnej

Edukacja senioralna, zwana również edukacją osób starszych, jest istotnym elementem współczesnych systemów edukacyjnych i społecznych, szczególnie w kontekście starzejącej się populacji. Definiowana jako zbiór różnorodnych form i metod nauczania, które są specjalnie dostosowane do potrzeb osób w wieku zaawansowanym, edukacja senioralna obejmuje szeroki wachlarz działań edukacyjnych, skierowanych do osób, które nie uczestniczą już w tradycyjnych, formalnych strukturach edukacyjnych. W literaturze przedmiotu podkreśla się, że edukacja senioralna obejmuje trzy główne kategorie: edukację formalną, nieformalną i pozaformalną¹.

Edukacja formalna odnosi się do zorganizowanych i strukturalnych programów edukacyjnych, „Uczenie się formalne jest zwykle rozumiane jako uczenie się celowe i zaplanowane, które ma miejsce w ramach określonej organizacji i struktury (przed-szkole, szkoła podstawowa i średnia, uniwersytet, uczelnia techniczna, szkolenia w miejscu pracy). Może prowadzić do formalnego uznania (dyplom, certyfikat)”².

W przypadku seniorów przykładem rozwiązań w zakresie edukacji formalnej są m.in. kursy oferowane przez uniwersytety trzeciego wieku, różnego typu zajęcia i specjalistyczne programy dla seniorów prowadzone przez instytucje edukacyjne, także w ramach określonych projektów dedykowanych tym grupom społecznym. Te zajęcia mogą nawet kończyć się certyfikatem, zaświadczeniem lub innym rodzajem potwierdzenia.

Edukacja nieformalna lub uczenie się nieformalne to „uczenie się, które dzieje się w sposób ciągły i przypadkowy, poza systemem edukacji formalnej

¹ J. Halicki, *Edukacja seniorów: Teoria i praktyka*, Białystok 2010.

² Definicja podana za UNESCO, 2006.

i pozaformalnej”³. Jest to uczenie się poprzez określone działanie w codziennym życiu, w pracy, rodzinie, w czasie wolnym.

Edukacja pozaformalna (non-formal education) to zorganizowane działania edukacyjne, które nie odpowiadają definicji edukacji formalnej. Edukacja pozaformalna nie powoduje zmiany w poziomie wykształcenia. W odróżnieniu od uczenia się nieformalnego, edukacja pozaformalna powinna odbywać się z udziałem wykładowcy, instruktora lub nauczyciela, prowadząc zazwyczaj do zdobywania i poszerzania umiejętności w różnych dziedzinach życia zawodowego, społecznego, jak również kulturalnego⁴. Obejmuje ona szeroki zakres działań, które nie są formalnie zorganizowane, ale które prowadzą do rozwijania, wzmacniania i rozwoju umiejętności i wiedzy. To edukacja, która odbywa się w sposób zamierzony i zorganizowany, ale nie prowadzi do uzyskania formalnych kwalifikacji. Przykładem mogą być kluby dyskusyjne, zajęcia sportowe i warsztaty artystyczne, spotkania z ekspertami, różnorodne kursy, szkolenia i warsztaty organizowane przez stowarzyszenia, organizacje pozarządowe i lokalne społeczności, organizowane w domach kultury, świetlicach. Ta forma edukacji jest szczególnie ważna w sytuacji pozyskiwania wiedzy i kształtowania nowych umiejętności, które mogą wspierać seniorów w codziennym życiu, takich jak obsługa nowych technologii czy dbałość o zdrowie. Edukacja nieformalna, mimo że mniej strukturalna, odgrywa kluczową rolę w promowaniu aktywnego starzenia się, zapewniając seniorom przestrzeń do rozwoju osobistego i społecznego. M. Fordham wyodrębnił cztery podstawowe elementy kształcenia pozaformalnego:

- miejsce realizacji zajęć może być wyznaczone zarówno w obrębie instytucji edukacyjnych, jak i poza nimi;
- uczestnicy kształcenia pozaformalnego to osoby w różnym przedziale wiekowym, lecz o ściśle określonych potrzebach;
- program kształcenia pozaformalnego skoncentrowany jest na osiągnięciu określonych celów;
- organizacja i metody nauczania, przekazywanie wiedzy charakteryzują się elastycznością⁵.

Edukacja pozaformalna odbywa się na zasadzie dobrowolności, a odpowiedzialność za proces uczenia się pozostaje po stronie uczącego się. Ważną cechą tego systemu – istotną z perspektywy seniorów – jest zmienność ról. Każdy uczący się może przekazywać innym swoją wiedzę i umiejętności. Podobnie prowadzący określone zajęcia może uczyć się od uczestników procesu. W przypadku edukacji pozaformalnej korzystamy ze znaczenia roli grup samopomocowych w procesie uczenia się.

³ Tamże.

⁴ Por. GUS – pojęcia stosowane w statystyce publicznej.

⁵ P.E. Fordham, *Informal, non-formal and formal education programmes in YMCA George Williams College*, „ICE303 lifelong learning Unit 2”, London: YMCA George Williams College 1993.

Funkcje edukacji senioralnej

Edukacja senioralna pełni wiele funkcji społecznych, kulturalnych i zdrowotnych. Jednym z jej kluczowych celów jest poprawa jakości życia osób starszych poprzez stymulację intelektualną, która nie tylko pomaga w utrzymaniu sprawności umysłowej, ale także przeciwdziała różnym formom demencji oraz spowalnia procesy starzenia się mózgu. Poprzez aktywność społeczną, edukacja senioralna wspiera integrację seniorów z otoczeniem, zmniejszając ryzyko izolacji społecznej, która jest jednym z głównych problemów zdrowotnych i psychicznych w tej grupie wiekowej⁶.

Specyfika metod i treści w edukacji senioralnej

Współczesne podejście do edukacji senioralnej podkreśla również znaczenie dostosowania metod i treści edukacyjnych do specyficznych potrzeb seniorów, uwzględniając zmiany poznawcze, jakie naturalnie zachodzą z wiekiem. Zmniejszenie szybkości przetwarzania informacji, trudności z koncentracją czy pogarszająca się pamięć operacyjna to tylko niektóre z wyzwań, z którymi mierzą się seniorzy. W związku z tym programy edukacyjne dla osób starszych muszą być projektowane z myślą o tych specyficznych wymaganiach, oferując metody i techniki, które są bardziej interaktywne, powtarzalne i dostosowane do tempa uczenia się osób starszych⁷.

Motywacja i bariery w edukacji senioralnej

Również motywacje i bariery związane z uczestnictwem seniorów w edukacji różnią się od tych, które dotyczą młodszych grup wiekowych. Seniorzy często uczą się nie z powodu konieczności zawodowej, ale z potrzeby samorealizacji, chęci nawiązywania nowych kontaktów społecznych lub zainteresowania daną dziedziną wiedzy. Jednakże bariery, takie jak brak pewności siebie, lęk przed nowymi technologiami czy problemy zdrowotne, mogą znacząco ograniczać uczestnictwo w edukacji. Dlatego ważne jest, aby programy edukacyjne były nie tylko dostępne, ale także atrakcyjne i motywujące dla seniorów, co umożliwi im pełne wykorzystanie swojego potencjału.

W obliczu dynamicznie starzejącego się społeczeństwa edukacja senioralna staje się kluczowym elementem polityki społecznej i edukacyjnej, wspierając aktywne starzenie się oraz integrację społeczną osób starszych, a także promując ich zdrowie i dobrostan na późniejszych etapach życia.

⁶ M. Mazur, *Aktywność edukacyjna seniorów w Polsce*, Warszawa 2015.

⁷ A. Kozłowska, *Nowoczesne metody nauczania seniorów*, Warszawa 2018.

3. Historia i rozwój edukacji senioralnej

Historia edukacji senioralnej sięga początków XX wieku, kiedy społeczeństwa zaczęły dostrzegać rosnące potrzeby edukacyjne osób starszych, które nie były już aktywne zawodowo, ale nadal pragnęły uczestniczyć w życiu społecznym i kulturalnym. W pierwszej połowie XX wieku edukacja seniorów była głównie domeną organizacji społecznych i religijnych, które organizowały różnego rodzaju spotkania i kursy, mające na celu utrzymanie aktywności intelektualnej i społecznej osób starszych.

W miarę jak społeczeństwa stawały się bardziej świadome znaczenia aktywnego starzenia się, pojawiły się pierwsze programy edukacyjne skierowane specjalnie do seniorów. W latach 60. i 70. XX wieku, w odpowiedzi na rosnące zainteresowanie tematyką starzenia się, zaczęły pojawiać się bardziej zorganizowane inicjatywy edukacyjne, takie jak wykłady, kursy i warsztaty, które miały na celu przeciwdziałanie skutkom starzenia się, m.in. demencji i osamotnieniu. Te wczesne formy edukacji senioralnej miały charakter eksperymentalny i koncentrowały się głównie na aspektach zdrowotnych oraz podtrzymywaniu aktywności umysłowej.

Przełomowym momentem w historii edukacji senioralnej było powstanie pierwszych uniwersytetów trzeciego wieku (UTW) w latach 70. XX wieku. Pierwszy taki uniwersytet powstał w 1973 r. w Tuluzie we Francji, z inicjatywy profesora Pierre'a Vellas'a. Koncepcja UTW zakładała stworzenie przestrzeni edukacyjnej, w której osoby starsze mogłyby rozwijać swoje zainteresowania, nawiązywać nowe znajomości i uczestniczyć w życiu akademickim na równi z młodszymi uczestnikami. Uniwersytety trzeciego wieku szybko zyskały popularność i stały się modelem dla podobnych inicjatyw na całym świecie, promując ideę uczenia się przez całe życie i aktywnego starzenia się. Podstawą polityki uczenia się przez całe życie LLL (lifelong learning) jest rozwijanie kompetencji w sposób elastyczny, oparty na indywidualnym podejściu, w ramach edukacji formalnej, pozaformalnej i nieformalnego uczenia się⁸. W procesie tym dominuje koncentracja na osobie uczącej się, indywidualnym procesie uczenia się i jego efektach, które są rzetelnie oceniane i w sposób wiarygodny potwierdzane⁹. W przypadku edukacji senioralnej kwestia oceny i potwierdzania kompetencji pozostaje na drugim planie.

Należy zauważyć, że „polityka uczenia się przez całe życie odnosi się nie tylko do wąsko rozumianych umiejętności potrzebnych na rynku pracy i do kształcenia ustawicznego dorosłych. Opiera się na założeniu, że równie ważna jest spójność społeczna, wyrównywanie szans, a więc między innymi wczesna edukacja dzieci. Doceniana jest też wysoka jakość edukacji szkolnej i szkolnictwa wyższego, które

⁸ Por. *Perspektywa uczenia się przez całe życie*, Załącznik do uchwały nr 160/2013 Rady Ministrów z dnia 10 września 2013 roku, s. 26.

⁹ Por. tamże.

muszą zapewniać solidne wykształcenie ogólne (w tym tak zwane kluczowe kompetencje), jak i dobre przygotowanie do radzenia sobie na rynku pracy (zatrudnienie lub indywidualna aktywność gospodarcza), co wiąże się nierozzerwalnie z gotowością do stałego nabywania umiejętności, poszerzania wiedzy i rozwijania kompetencji społecznych”¹⁰.

Edukacja senioralna w Polsce

W Polsce rozwój edukacji senioralnej nabrał tempa po 1989 r., kiedy to zmiany ustrojowe otworzyły nowe możliwości dla rozwoju społeczeństwa obywatelskiego i organizacji pozarządowych. W okresie transformacji ustrojowej rosła liczba osób starszych zaczęła być postrzegana jako grupa społeczna wymagająca specjalnego wsparcia i oferty edukacyjnej. Początkowo edukacja seniorów w Polsce była inicjatywą oddolną, realizowaną przez organizacje społeczne, parafie, kluby seniora oraz lokalne instytucje kulturalne. Uniwersytety trzeciego wieku skupiają się na działalności edukacyjnej, aktywizującej i integracyjnej, prowadzonej w formie samopomocowej w lokalnych środowiskach (regionalnie).

Pierwszy UTW w Polsce został założony już 12 listopada 1975 r. w Warszawie przez profesor Halinę Szwarz. Jego głównym celem była aktywizacja psychiczna, fizyczna, intelektualna oraz integracja ludzi starszych poprzez edukację. Założycielce towarzyszyła idea „(...) by dodawać życia do lat, a nie tylko lat do życia”. UTW szybko rozprzestrzeniły się na terenie całego kraju, oferując szeroką gamę zajęć: od wykładów i seminariów po warsztaty artystyczne i kursy językowe. W 2013 r. w Polsce funkcjonowało ponad 450 uniwersytetów trzeciego wieku¹¹. Uniwersytety te w większości działają przy uczelniach, wpisując się w założenia modelu francuskiego, charakteryzującego się właśnie ścisłą współpracą z ośrodkami akademickimi, wysokim poziomem działalności dydaktycznej i naukowej, przy jednoczesnym zróżnicowaniu pod względem organizacyjnym. W roku akademickim 2021/2022 łącznie do UTW działających przy ośrodkach akademickich uczęszczało 86 609 osób¹². Słuchaczami UTW, bez względu na województwo, w zdecydowanej większości były kobiety. W roku akademickim 2021/2022 stanowiły one 83,8% ogółu słuchaczy. Kolejną cechą słuchaczy UTW był status emeryta, który zadeklarowało 88,6% osób. Biorąc pod uwagę wykształcenie, uczestnikami zajęć organizowanych przez UTW były głównie osoby z wykształceniem średnim (48,9% ogółu słuchaczy) i wyższym (35,3%)¹³.

¹⁰ *Perspektywa uczenia się przez całe życie*, dz. cyt., s. 26.

¹¹ Liczba UTW według bazy adresowej Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń UTW. Stan na dzień 15.06.2023.

¹² GUS, *Uniwersytety trzeciego wieku w roku akademickim 2021/2022. Informacje statystyczne*, Warszawa–Gdańsk 2023, s. 9.

¹³ *Analizy statystyczne. Sytuacja osób starszych w Polsce w 2022 roku*, Warszawa–Białystok 2023, s. 58.

UTW z powodzeniem funkcjonują też w miejscowościach oddalonych od ośrodków akademickich, reprezentując tym samym model brytyjski, oparty na samokształceniu i samopomocy seniorów, bez wsparcia ze strony uczelni.

Uniwersytety trzeciego wieku stały się nie tylko miejscem nauki, ale także miejscem integracji społecznej i aktywizacji seniorów, przeciwdziałając ich wykluczeniu społecznemu. W Polsce polityka senioralna zaczęła kłaść większy nacisk na edukację i aktywizację społeczną osób starszych, co znalazło odzwierciedlenie w programach oferowanych przez różne instytucje edukacyjne. Władze lokalne i samorządowe, a także organizacje pozarządowe zaczęły tworzyć programy wsparcia dla seniorów, w tym kursy językowe, komputerowe, szkolenia z zakresu zdrowia, a także zajęcia rekreacyjne i sportowe. W 2012 r. został przyjęty Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych na lata 2014–2020, który zakładał wsparcie inicjatyw edukacyjnych skierowanych do seniorów, co znacząco przyczyniło się do rozwoju tej formy edukacji w Polsce. W 2022 r. w bibliotekach publicznych odnotowano 888,8 tys. czytelników powyżej 60 roku życia, tj. o 7,6% więcej niż rok wcześniej. Udział osób starszych w ogólnej liczbie czytelników bibliotek publicznych wzrósł z 17,2% w 2021 r. do 17,5% w 2022 r. Najwyższy odsetek osób powyżej 60 roku życia w ogólnej liczbie czytelników, podobnie jak w roku poprzednim, odnotowano w województwie zachodniopomorskim (21,5%). Kolejne pod tym względem było województwo łódzkie, z udziałem wynoszącym 20%. Najniższy odsetek osób starszych w gronie czytelników bibliotek publicznych wystąpił w województwie małopolskim (14%) i podkarpackim (14,2%)¹⁴.

Osoby starsze korzystają również z różnych działań organizowanych przez centra, domy i ośrodki kultury oraz kluby i świetlice. Instytucje te zlokalizowane są praktycznie w każdej gminie. Oferują zajęcia i wydarzenia kulturalne skierowane do ludzi w różnym wieku, w tym również do osób starszych. Poprzez swoją szeroką ofertę aktywizują seniorów, rozwijają więzi społeczne oraz integrują lokalną społeczność. W 2022 r. 151,1 tys. osób w wieku powyżej 60 lat było członkami różnych kół, klubów lub sekcji w wyżej wymienionych instytucjach. Zdecydowaną większość stanowili mieszkańcy miast (76,8%). W porównaniu z rokiem poprzednim liczba seniorów korzystających z zajęć organizowanych przez koła (kluby lub sekcje) w centrach, domach i ośrodkach kultury, klubach i świetlicach zwiększyła się o 15,6%. Udział osób powyżej 60 roku życia w ogólnej liczbie członków kół, klubów, sekcji w wyżej wspomnianych instytucjach osiągnął poziom 33,2%. Rok wcześniej był on podobny i wynosił 33,8%. Uczestnictwo seniorów w kołach, klubach, sekcjach, domach i ośrodkach kultury, świetlicach jest zróżnicowane regionalnie. W 2022 r. najwyższy jego poziom odnotowano w województwie łódzkim (46%), najniższy zaś – w województwie dolnośląskim (25,8%)¹⁵.

¹⁴ Tamże.

¹⁵ Tamże.

W kontekście dyskusji o edukacji senioralnej nie sposób nie wspomnieć o niezwykle istotnym aspekcie, jakim jest konieczność utrzymania jak najdłużej aktywności zawodowej i społecznej seniorów. Potrzeba ta wynika z wprowadzonych zmian emerytalnych (60 lat kobiety, 65 lat mężczyźni). Liczba Polaków w wieku 60 lat i więcej cały czas rośnie. Na koniec 2022 r. na 37,8 mln mieszkańców Polski blisko 9,8 mln to osoby w wieku 60 lat i więcej, co stanowi 25,9%. Prognozy dotyczące liczby ludności na lata 2023–2060 świadczą o tym, że problem starzenia się polskiego społeczeństwa będzie narastał. Istotnym dopełnieniem są dane dotyczące dzietności w Polsce – te tendencje wskazują na konieczność edukacji, która pozwoli na „możliwie najdłuższe utrzymanie aktywności zawodowej i społecznej oraz zaspokojenie potrzeby bycia potrzebnym i utrzymania kontaktów społecznych, a także lepsze zaspokojenie typowych potrzeb dnia codziennego tej grupy osób związanych z obniżeniem sprawności fizycznej oraz potrzebą opieki – w sposób, który może się przyczynić do obciążenia tradycyjnych instytucji systemu zdrowia i pomocy społecznej”¹⁶.

W 2022 r., podobnie jak w latach poprzednich, najwięcej osób starszych uczęszczało do klubów seniora/universytetów trzeciego wieku, prowadzonych przez wyżej wspomniane instytucje. Członkowie tych klubów stanowili 61,5% ogółu członków kół, klubów, sekcji w wieku powyżej 60 lat. Dużą popularnością wśród seniorów cieszyły się również zajęcia turystyczne i sportowo-rekreacyjne, na które uczęszczało 12,7% członków tych instytucji w analizowanym wieku¹⁷.

W grupach artystycznych prowadzonych w centrach, domach i ośrodkach kultury, klubach i świetlicach w 2022 r. odnotowano 50,4 tys. uczestników powyżej 60 roku życia, co w porównaniu z rokiem poprzednim oznacza wzrost o 5,9% (w 2021 r. było ich 47,7 tys.). Udział osób starszych w ogólnej liczbie członków grup artystycznych osiągnął poziom 20,9%, tj. o 0,1 pp. mniej niż rok wcześniej. Najwyższy odsetek osób powyżej 60 roku życia wśród członków grup artystycznych wystąpił w województwie dolnośląskim (29,7%). Drugie pod tym względem było województwo świętokrzyskie (27,7%). Najniższy odsetek odnotowano w województwie małopolskim (15,1%), nieco wyższy w podkarpackim (16,0%) i pomorskim (16,8%)¹⁸. W 2022 r., podobnie jak w latach poprzednich, najwyższy udział osób starszych wystąpił w grupach wokalnych i chórach (40,3% ogółu ich członków) oraz w grupach folklorystycznych (35%). Najniższym odsetkiem osób starszych charakteryzowały się natomiast grupy taneczne (jedynie 4,9% ich członków to osoby w wieku powyżej 60 lat).

W miastach, wśród seniorów należących do grup artystycznych najwięcej uczęszczało na zajęcia grup wokalnych i chórów (40,6%). Na wsi zaś największą

¹⁶ GUS, *Uniwersytety trzeciego wieku w roku akademickim 2021/2022*, dz. cyt., s. 25.

¹⁷ Tamże, s. 59.

¹⁸ Tamże, s. 60.

popularnością wśród osób starszych cieszyły się grupy folklorystyczne, do których należała blisko połowa członków grup artystycznych w analizowanym wieku¹⁹.

Domy, ośrodki, centra kultury, kluby i świetlice prowadzą również różnego rodzaju kursy. W 2022 r. skorzystało z nich 10 tys. osób w wieku powyżej 60 roku życia, tj. o 7% więcej niż rok wcześniej. Absolwenci kursów w wieku powyżej 60 roku życia stanowili 16,2% ogółu absolwentów. W analizowanym roku największą popularnością wśród seniorów cieszyły się kursy komputerowe i języków obcych. Ukończyło je odpowiednio 2,3 tys. i 2,2 tys. osób powyżej 60 roku życia. W następnej kolejności, w analizowanej grupie wieku wybierane były kursy plastyczne i tańca, w przypadku których liczba absolwentów wyniosła 1,6 tys. i 1,4 tys. osób.

Osoby starsze aktywnie angażują się w wolontariat. W pierwszym kwartale 2022 r. 30,7% mieszkańców Polski w wieku 60–64 lata przynajmniej raz świadczyło wolontariat w ciągu czterech tygodni poprzedzających badanie. W grupie wieku 65–89 lat odsetek wolontariuszy wyniósł 20,3%. Osoby w wieku 60–89 lat stanowiły łącznie nieco ponad jedną czwartą wszystkich wolontariuszy działających w Polsce²⁰. Zaangażowanie w wolontariat było wyższe wśród kobiet niż wśród mężczyzn. W grupie wieku 60–64 lata przewaga kobiet nad mężczyznami zaangażowanymi w wolontariat wyniosła 5,3 pp. (33,2% kobiet i 27,9% mężczyzn świadczyło wolontariat). Wśród osób w wieku 65–89 lat różnica była mniejsza i wyniosła 1,4 pp. (20,9% kobiet wobec 19,5% mężczyzn). Wśród osób starszych, podobnie jak w przypadku innych grup wieku, zdecydowanie bardziej rozpowszechniony był wolontariat świadczony indywidualnie niż w ramach struktur zorganizowanych. W ciągu czterech tygodni poprzedzających realizację badania w wolontariat świadczony indywidualnie zaangażowało się ponad 5-krotnie więcej seniorów niż w pracę społeczną w organizacjach lub instytucjach²¹. Wolontariat indywidualny świadczyło 92,3% wolontariuszy w wieku 60–89 lat. Najczęściej odbiorcami bezpośredniej pomocy byli znajomi, przyjaciele lub sąsiedzi. W analizowanej grupie wieku 77,5% wolontariuszy działało na ich rzecz. Zdecydowanie mniej seniorów deklarowało poświęcanie czasu na wolontariat skierowany do osób nieznanym czy na rzecz środowiska naturalnego lub społeczności lokalnej (odpowiednio 15,2% i 8,7% wolontariuszy w wieku 60–89 lat). W strukturach organizacji i instytucji działało 17,9% wolontariuszy z grupy wieku 60–89 lat. W ramach stowarzyszeń i podobnych organizacji społecznych wolontariat świadczyło 5,5% ogółu wolontariuszy w analizowanej grupie wieku, a 8,7% działało w ramach kościołów, wspólnot lub organizacji religijnych.

We współczesnym świecie technologii cyfrowych bardzo ważną kwestią jest posiadanie umiejętności korzystania z internetu. W gronie osób starszych

¹⁹ Tamże.

²⁰ Tamże, s. 61.

²¹ Tamże.

obserwuje się systematyczny wzrost udziału osób korzystających z sieci. Zgodnie z wynikami *Badania wykorzystania technologii informacyjno-komunikacyjnych (ITC) w gospodarstwach domowych*, w 2022 r. z internetu korzystało (w ciągu ostatnich trzech miesięcy poprzedzających badanie) 61,1% osób w wieku 60–74 lata (60,2% kobiet i 62,2% mężczyzn). W stosunku do roku poprzedniego oznacza to wzrost udziału użytkowników sieci w analizowanej grupie wieku o 3,5 pp.

Udział ten kształtuje się nadal na dużo niższym poziomie w porównaniu do osób młodszych (w wieku 16–59 lat), wśród których z internetu korzystało 95,4%. W grupie wieku 60–74 lata regularnie (co najmniej raz w tygodniu) z internetu korzystało 58,8% osób, tj. o 4,8 pp. więcej niż rok wcześniej. W analizowanej populacji odsetek regularnych użytkowników internetu był nieco wyższy wśród mężczyzn niż wśród kobiet (59,7% wobec 58,1%). Częstotliwość korzystania z sieci cyfrowej zależy istotnie od poziomu wykształcenia. W 2022 r. wśród osób w wieku 60–74 lata z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym odsetek seniorów regularnie użytkujących internet osiągnął wartość 26%, podczas gdy w gronie osób z wykształceniem średnim wyniósł 55,8%, a wyższym – 90,6%. W 2022 r. wśród osób w wieku 60–74 lata udział osób, które nigdy nie korzystały z internetu zmalał do 29,9% (z 34,5% w roku poprzednim). Odsetek seniorów niekorzystających z internetu nieznacznie różnił się w gronie kobiet i mężczyzn (29,7% wobec 30%). Jego duże zróżnicowanie obserwuje się, biorąc pod uwagę wykształcenie. W grupie osób w wieku 60–74 lata z wykształceniem podstawowym lub gimnazjalnym aż 64,1% osób nigdy nie korzystało z internetu. Odsetek seniorów niekorzystających z internetu z wykształceniem średnim wyniósł 31,4%, a z wykształceniem wyższym – 3,4%²².

Edukacja senioralna w Niemczech

W Niemczech rozwój edukacji senioralnej przyspieszył po II wojnie światowej, kiedy to kwestia integracji społecznej osób starszych zaczęła zyskiwać na znaczeniu w kontekście odbudowy społecznej i gospodarczej kraju. Już w latach 50. XX wieku w Niemczech rozpoczęto organizację kursów i programów edukacyjnych, mających na celu aktywizację społeczną seniorów oraz przeciwdziałanie ich izolacji. Edukacja senioralna była postrzegana jako sposób na podtrzymywanie zdrowia psychicznego i fizycznego osób starszych, a także na włączenie ich do życia społecznego.

Systematyczna budowa instytucji edukacyjnych dla seniorów rozpoczęła się w latach 70. XX wieku, kiedy to podjęto szereg działań mających na celu rozwój infrastruktury edukacyjnej dostosowanej do potrzeb osób starszych. Niemieckie uniwersytety trzeciego wieku (Seniorenuniversitäten) oraz inne instytucje edukacyjne zaczęły oferować zróżnicowane programy obejmujące zarówno tradycyjne

²² Tamże.

kursy akademickie, jak i praktyczne warsztaty oraz zajęcia rekreacyjne. Oferta edukacyjna była dostosowana do różnorodnych potrzeb: od kursów językowych, przez szkolenia komputerowe, po zajęcia z zakresu zdrowia i fitnessu.

Kluczowym aspektem niemieckiej edukacji senioralnej jest jej orientacja na uczenie się przez całe życie (*Lebenslanges Lernen*). Koncepcja ta zakłada, że edukacja powinna być dostępna dla każdego, niezależnie od wieku, i że proces uczenia się powinien trwać przez całe życie. W Niemczech uczenie się przez całe życie jest wspierane przez szeroki wachlarz inicjatyw, w tym przez system edukacji dorosłych, który obejmuje także osoby starsze. Wsparcie ze strony państwa, jak również zaangażowanie organizacji pozarządowych i instytucji edukacyjnych, przyczyniło się do stworzenia zróżnicowanej i dostępnej oferty edukacyjnej dla seniorów, która odpowiada na ich potrzeby i wspiera ich aktywność społeczną.

Modele i teorie edukacji senioralnej

Edukacja senioralna, jako złożony i wieloaspektowy proces, opiera się na kilku kluczowych teoriach i modelach, które pomagają zrozumieć, jak osoby starsze uczą się w różnych kontekstach życiowych. Jednym z najważniejszych modeli jest teoria uczenia się przez całe życie (*lifelong learning*), która zakłada, że proces edukacyjny nie jest ograniczony do okresu młodości, lecz trwa przez całe życie, umożliwiając jednostkom ciągły rozwój osobisty i zawodowy. Teoria ta odgrywa szczególną rolę w kontekście edukacji senioralnej, gdyż podkreśla znaczenie ciągłego zaangażowania umysłu w nowe wyzwania, co może przyczynić się do poprawy jakości życia osób starszych oraz dłuższego utrzymania ich aktywności społecznej i intelektualnej²³.

Kolejną istotną teorią w obszarze edukacji senioralnej jest geragogika, która specjalizuje się w adaptacji metod dydaktycznych do specyficznych potrzeb psychofizycznych osób starszych. Geragogika wywodzi się z pedagogiki, lecz koncentruje się na edukacji osób w starszym wieku, uwzględniając zmiany poznawcze, motywacyjne oraz zdrowotne, jakie zachodzą w tej grupie wiekowej. Przykładowo: geragogika zwraca uwagę na konieczność stosowania bardziej elastycznych metod nauczania, które uwzględniają wolniejsze tempo przyswajania nowych informacji oraz większe zapotrzebowanie na powtarzanie i utrwalanie materiału²⁴.

Edukacja senioralna może być realizowana w różnych formach: formalnej – zorganizowanej w ramach instytucji edukacyjnych, takich jak uniwersytety trzeciego wieku; oraz nieformalnej i pozaformalnej – obejmującej inicjatywy realizowane przez wspólnoty lokalne, organizacje pozarządowe czy kluby seniora. Każda z tych form edukacji ma swoje unikalne cechy i korzyści. Edukacja formalna często oferuje strukturalne wsparcie, profesjonalną kadrę dydaktyczną oraz programy nauczania,

²³ D. Findeisen, *Bildung im Alter: Grundlagen und Praxis*. W. Bertelsmann Verlag 2011.

²⁴ J. Kade, W. Seitter, *Seniorenbildung: Eine Einführung*, Beltz Juventa 2012.

które są dokładnie planowane i realizowane. Natomiast edukacja nieformalna i pozaformalna jest zazwyczaj bardziej elastyczna, dostosowana do potrzeb lokalnej społeczności i często opiera się na inicjatywach oddolnych, co umożliwia większą personalizację procesu edukacyjnego.

Porównanie tych różnych podejść w edukacji senioralnej pozwala zrozumieć, jak mogą one wspierać aktywne starzenie się oraz zwiększać zaangażowanie społeczne seniorów. W kontekście aktywnego starzenia się kluczowe jest, aby modele edukacyjne były nie tylko dostosowane do specyficznych potrzeb osób starszych, ale również aby promowały ich udział w życiu społecznym oraz integrowały różne formy edukacji w sposób, który wspierałby rozwój osobisty i społeczny seniorów na każdym etapie ich życia.

Psychologiczne i socjologiczne aspekty uczenia się seniorów

Uczenie się w starszym wieku wiąże się z różnymi wyzwaniami, które wynikają z naturalnych procesów starzenia się organizmu. Jednym z najważniejszych wyzwań są zmiany poznawcze związane z wiekiem, takie jak spowolnienie przetwarzania informacji, pogorszenie pamięci krótkotrwałej oraz trudności z koncentracją. Choć te zmiany mogą wpływać na zdolność uczenia się, badania pokazują, że proces edukacyjny może być skutecznie dostosowany do potrzeb seniorów poprzez odpowiednie metody dydaktyczne i organizację zajęć²⁵. Na przykład stosowanie powtarzania, wizualizacji oraz praktycznych ćwiczeń może wspierać efektywność uczenia się osób starszych, mimo naturalnych ograniczeń związanych z wiekiem. Niewątpliwie należy pamiętać, że „uczenie się zawiera w sobie zmianę. Wiąże się ono z przyswajaniem sobie nawyków, wiedzy i postaw. Umożliwia ono jednostce dostosowanie się zarówno osobiste, jak i społeczne. Ponieważ koncepcja zmiany jest zawarta w koncepcji uczenia się, jakkolwiek zmiana w zachowaniu oznacza, że uczenie się trwa lub już się skończyło. Uczenie się, które występuje podczas procesu zmiany, może być określane jako «proces uczenia się»”²⁶.

Pomimo tych wyzwań, osoby starsze posiadają również liczne zasoby, które mogą wspierać proces uczenia się. Doświadczenie życiowe, zgromadzone przez lata, stanowi bogatą bazę wiedzy, którą seniorzy mogą wykorzystywać podczas nauki. Dodatkowo osoby starsze często posiadają silną motywację do nauki, wynikającą z potrzeby samorozwoju, pragnienia nadążania za zmianami społecznymi i technologicznymi, a także chęci utrzymania aktywności umysłowej i społecznej²⁷.

²⁵ J. Halicki, dz. cyt.

²⁶ Jest to definicja podana przez L.D. Crow i A. Crow w książce *Readings in Human Learning* (1963), cyt. za: *Edukacja dorosłych. Podręcznik akademicki*, red. M.S. Knowles, E.F. Holton, R.A. Swanson, Warszawa 2009, s. 23.

²⁷ M. Mazur, dz. cyt.

Spoleczne interakcje odgrywają kluczową rolę w motywowaniu seniorów do uczestnictwa w edukacji: „uczenie się jest zmianą zachodzącą w jednostce, spowodowaną interakcją z otoczeniem, która zaspokaja jej potrzeby i sprawia, że jest w stanie postępować z tym otoczeniem w sposób bardziej adekwatny”²⁸. Edukacja senioralna często jest połączona z możliwościami nawiązywania nowych kontaktów oraz podtrzymywania istniejących relacji społecznych, co jest niezwykle ważne dla przeciwdziałania izolacji społecznej. Zajęcia edukacyjne dla seniorów nie tylko rozwijają umiejętności i wiedzę, ale także wzmacniają więzi społeczne, co ma pozytywny wpływ na zdrowie psychiczne i ogólną jakość życia osób starszych.

Jednakże seniorzy mogą napotykać również bariery w procesie edukacji, takie jak lęk przed nowymi technologiami, niskie poczucie własnej wartości czy obawy związane z oceną ich umiejętności przez młodszych uczestników kursów. Te bariery mogą hamować zaangażowanie seniorów w edukację, dlatego kluczowe jest, aby programy edukacyjne były tak zaprojektowane, by łagodzić te obawy i wspierać seniorów w pokonywaniu trudności. Przykładowo: wprowadzenie *mentor systemu*, w którym młodszy uczestnicy wspierają seniorów w nauce nowych technologii może znacznie zwiększyć komfort i efektywność procesu edukacyjnego²⁹.

Podsumowując, zrozumienie psychologicznych i socjologicznych aspektów uczenia się seniorów jest kluczowe dla tworzenia skutecznych programów edukacyjnych, które nie tylko odpowiadają na potrzeby poznawcze osób starszych, ale także wzmacniają ich zaangażowanie społeczne i motywację do nauki.

4. Praktyczne aspekty edukacji senioralnej

Metody i techniki nauczania seniorów

Edukacja senioralna, aby być skuteczna, musi być dostosowana do unikalnych potrzeb i możliwości osób starszych. W związku z tym wykorzystuje się zarówno tradycyjne, jak i nowoczesne metody nauczania, które są modyfikowane pod kątem specyficznych wymagań tej grupy wiekowej.

Tradycyjne metody nauczania, takie jak wykłady, seminaria czy warsztaty cieszą się dużą popularnością wśród seniorów. Wykłady pozwalają na przekazywanie wiedzy w sposób zorganizowany i uporządkowany, co jest ważne dla osób, które preferują strukturalne podejście do nauki. Seminaria i warsztaty natomiast oferują interakcję zarówno z prowadzącymi, jak i z innymi uczestnikami, co może sprzyjać dyskusji, wymianie doświadczeń oraz budowaniu społeczności. W kontekście

²⁸ Definicja podana przez W.H. Burtona w książce *Readings in Human Learning* (1963), cyt. za: *Edukacja dorosłych*, dz. cyt. s. 23.

²⁹ A. Kozłowska, dz. cyt.

seniorów takie interakcje mają dodatkową wartość, ponieważ pomagają w przeciwdziałaniu izolacji społecznej, która często towarzyszy starzeniu się.

Wraz z rozwojem technologii nowoczesne techniki nauczania zyskują na znaczeniu również w edukacji senioralnej. E-learning i blended learning (nauczanie hybrydowe) stanowią doskonałe narzędzia do edukacji na odległość, umożliwiając osobom starszym dostęp do kursów i materiałów edukacyjnych z domu. To rozwiązanie jest szczególnie ważne dla seniorów z ograniczoną mobilnością, którzy mogą mieć trudności z regularnym uczestnictwem w zajęciach stacjonarnych. E-learning oferuje elastyczność czasową i możliwość dostosowania tempa nauki do indywidualnych potrzeb. Aby ta forma nauczania była skuteczna, konieczne jest dostosowanie materiałów edukacyjnych do potrzeb seniorów. Przykładowo: ważne jest, aby materiały były prezentowane w sposób przystępny, z użyciem większych czcionek, prostego języka oraz zintegrowanych interaktywnych elementów, które mogą ułatwić zrozumienie i zapamiętanie treści³⁰.

Jednym z wyzwań w edukacji senioralnej jest także wdrażanie nowych technologii. Wprowadzenie seniorów w świat cyfrowy wymaga stopniowego, dobrze zaplanowanego procesu, który obejmuje nauczanie podstaw obsługi komputera, korzystania z internetu oraz nowych narzędzi komunikacyjnych. Kluczowe jest zapewnienie wsparcia technicznego oraz dostępności do zasobów cyfrowych, które są zrozumiałe i intuicyjne w użyciu.

Przykłady dobrych praktyk

Skuteczność programów edukacyjnych dla seniorów w dużej mierze zależy od ich dopasowania do lokalnych potrzeb oraz specyfiki uczestników. W Polsce i Niemczech istnieje wiele przykładów inicjatyw, które odniosły sukces dzięki odpowiedniemu zrozumieniu i zaspokojeniu potrzeb osób starszych.

W Polsce uniwersytety trzeciego wieku odgrywają wiodącą rolę w edukacji seniorów. Oferują szeroki wachlarz kursów: od zajęć językowych, przez warsztaty artystyczne, aż po zajęcia z zakresu technologii cyfrowych. Kluczowym elementem sukcesu UTW jest ich elastyczność oraz zdolność do adaptacji oferty edukacyjnej do zmieniających się potrzeb seniorów. Uczestnicy kursów UTW często podkreślają, że oprócz zdobywania wiedzy, zajęcia dają im możliwość nawiązywania nowych relacji społecznych, co jest istotne dla ich dobrostanu psychicznego³¹.

W Niemczech szczególnie interesujący jest projekt Senior-Online, który koncentruje się na edukacji cyfrowej seniorów. Program ten ma na celu przeciwdziałanie wykluczeniu cyfrowemu poprzez oferowanie kursów, które uczą podstawowych umiejętności obsługi komputerów i smartfonów, korzystania z internetu oraz

³⁰ Tamże.

³¹ M. Mazur, dz. cyt.

bezpieczeństwa w sieci. Projekt Senior-Online jest przykładem inicjatywy, która odpowiada na rosnące zapotrzebowanie na umiejętności cyfrowe w starszym wieku, jednocześnie wspierając seniorów w adaptacji do coraz bardziej z informatyzowanego świata³².

Wnioski płynące z analizy tych projektów wskazują na kilka kluczowych elementów, które mogą przyczynić się do sukcesu edukacji senioralnej. Po pierwsze, kluczowe jest dostosowanie oferty edukacyjnej do specyficznych potrzeb seniorów, uwzględniające ich poziom wiedzy, zainteresowania oraz możliwości fizyczne i poznawcze. Po drugie, ważne jest, aby edukacja senioralna była elastyczna i dostępna zarówno w formie stacjonarnej, jak i online, co umożliwi uczestnictwo różnym grupom seniorów, niezależnie od ich sytuacji życiowej. Po trzecie, wsparcie w formie mentorstwa oraz pomoc techniczna są niezbędne, aby seniorzy mogli efektywnie korzystać z nowych technologii i w pełni uczestniczyć w programach edukacyjnych.

Podsumowując: praktyczne aspekty edukacji senioralnej obejmują zarówno skuteczne metody i techniki nauczania, jak i dobrze dopasowane programy edukacyjne, które odpowiadają na rzeczywiste potrzeby seniorów. Wdrażanie dobrych praktyk, takich jak te z Polski i Niemiec, może służyć jako model dla rozwijania edukacji senioralnej w innych krajach, przyczyniając się do poprawy jakości życia osób starszych oraz ich aktywnego uczestnictwa w społeczeństwie.

Wyzwania i bariery w edukacji senioralnej

Edukacja senioralna, mimo swojego rosnącego znaczenia, napotyka liczne wyzwania i bariery, które mogą utrudniać dostęp do kształcenia osobom starszym. Bariery te można podzielić na psychologiczne i fizyczne oraz strukturalne i instytucjonalne.

Bariery psychologiczne i fizyczne

Osoby starsze często zmagają się z różnorodnymi barierami zdrowotnymi, które mogą ograniczać ich udział w programach edukacyjnych. Fizyczne ograniczenia, takie jak pogarszający się wzrok, słuch, osłabiona sprawność ruchowa, a także przewlekłe choroby, mogą utrudniać uczestnictwo w zajęciach, szczególnie tych prowadzonych w formie tradycyjnej, wymagającej osobistej obecności. Trudności te mogą sprawić, że seniorzy czują się niepewnie w nowych, nieznanych sytuacjach, co prowadzi do unikania aktywności edukacyjnych.

Również bariery psychologiczne odgrywają znaczącą rolę w ograniczaniu udziału seniorów w edukacji. Lęk przed technologią, znany również jako technofobia, jest

³² C. Schiersmann, J. Einspänner-Pflock, *Lebenslanges Lernen im Alter*, Springer VS 2016.

powszechnym problemem wśród osób starszych, szczególnie w kontekście coraz większego nacisku na umiejętności cyfrowe w programach edukacyjnych. W wielu przypadkach seniorzy obawiają się, że nie poradzą sobie z obsługą komputerów, smartfonów czy platform e-learningowych, co skutkuje rezygnacją z uczestnictwa w takich kursach.

Obawa przed niepowodzeniem oraz niskie poczucie własnej wartości mogą również zniechęcać seniorów do angażowania się w edukację. Osoby starsze mogą mieć wątpliwości co do swoich zdolności poznawczych, zwłaszcza jeśli przez długi czas nie uczestniczyły w żadnych formach kształcenia. Tego typu przekonania mogą prowadzić do wycofywania się z prób podejmowania nowych wyzwań edukacyjnych.

Dodatkowo brak wsparcia ze strony rodziny i otoczenia może negatywnie wpływać na motywację seniorów do uczestnictwa w edukacji. W sytuacjach gdy bliscy nie wspierają lub nie doceniają dążenia seniora do nauki, osoby starsze mogą odczuwać brak sensu w kontynuowaniu kształcenia, co stanowi istotną przeszkodę na drodze do rozwoju edukacyjnego.

Barier strukturalne i instytucjonalne

Oprócz barier osobistych, edukacja senioralna napotyka również wyzwania związane ze strukturą i funkcjonowaniem instytucji edukacyjnych. Jednym z głównych problemów jest niedostateczna liczba placówek edukacyjnych dostosowanych do potrzeb osób starszych. W wielu regionach, zwłaszcza tych o mniejszym zaludnieniu, seniorzy mogą nie mieć dostępu do uniwersytetów trzeciego wieku, centrów edukacyjnych czy innych instytucji oferujących programy dla osób starszych.

Kolejnym problemem jest niedostateczne finansowanie programów edukacyjnych dla seniorów. W wielu przypadkach fundusze na edukację senioralną są ograniczone, co prowadzi do redukcji liczby dostępnych kursów, niewystarczającego wyposażenia placówek edukacyjnych oraz braku możliwości oferowania bezpłatnych lub niskokosztowych programów. Seniorzy, zwłaszcza ci z ograniczonymi zasobami finansowymi, mogą nie być w stanie uczestniczyć w płatnych kursach, co dodatkowo ogranicza ich dostęp do edukacji.

Ograniczenia infrastrukturalne, takie jak brak przystosowania miejsc nauki do potrzeb seniorów, są kolejnym istotnym wyzwaniem. Sale wykładowe i inne pomieszczenia edukacyjne mogą nie być wyposażone w odpowiednie udogodnienia, takie jak poręcze, windy czy ergonomiczne krzesła, co utrudnia uczestnictwo osobom z ograniczoną mobilnością.

Niedobór wykwalifikowanych kadr to kolejny problem wpływający na jakość edukacji senioralnej. Pracownicy edukacyjni, którzy pracują z seniorami, powinni być odpowiednio przeszkoleni, aby zrozumieć i skutecznie reagować na specyficzne

potrzeby tej grupy wiekowej. Niestety często brakuje odpowiednich programów szkoleniowych dla nauczycieli, co prowadzi do sytuacji, w której kadra nie jest wystarczająco przygotowana do pracy z seniorami. W efekcie jakość edukacji może być niższa, a seniorzy mogą nie otrzymywać wsparcia, którego potrzebują do pełnego uczestnictwa w procesie kształcenia.

Podsumowując: edukacja senioralna stoi przed wieloma wyzwaniami, które wymagają systematycznego i zintegrowanego podejścia. Pokonanie barier fizycznych, psychologicznych oraz strukturalnych jest kluczowe dla zapewnienia seniorom pełnego dostępu do edukacji, co przyczyni się do ich lepszego samopoczucia, większej aktywności społecznej oraz pełniejszego uczestnictwa w życiu społecznym.

5. Przyszłość edukacji senioralnej. Trendy i innowacje

Edukacja senioralna, będąca kluczowym elementem polityki społecznej, zyskuje na znaczeniu w obliczu starzejącego się społeczeństwa. W związku z tym przyszłość tej dziedziny edukacji jest związana z intensywnym rozwojem trendów i innowacji, które mają na celu poprawę jakości życia osób starszych oraz ich pełniejsze uczestnictwo w życiu społecznym i kulturowym.

Współczesna edukacja senioralna coraz bardziej opiera się na wykorzystaniu nowych technologii. Digitalizacja edukacji stanowi jeden z głównych trendów, umożliwiając seniorom dostęp do szerokiej gamy kursów i zasobów edukacyjnych za pośrednictwem internetu. Platformy e-learningowe, aplikacje mobilne oraz kursy online zyskują na popularności, oferując elastyczność i dostępność, które są kluczowe dla osób starszych, szczególnie tych z ograniczoną mobilnością.

Personalizacja edukacji to kolejny istotny trend, który polega na dostosowywaniu treści i tempa nauki do indywidualnych potrzeb i zainteresowań seniorów. Dzięki temu uczestnicy mogą skoncentrować się na tematach, które są dla nich najbardziej istotne, co zwiększa motywację i zaangażowanie w proces edukacyjny. Personalizacja może obejmować także dostosowanie materiałów edukacyjnych pod kątem formy i języka, co jest szczególnie ważne w pracy z osobami starszymi, które mogą mieć specyficzne potrzeby w tym zakresie.

Uczenie się przez całe życie (lifelong learning) to koncepcja, która zyskuje coraz większą popularność, ponieważ edukacja nie kończy się wraz z osiągnięciem dorosłości, ale trwa przez całe życie. W ramach tego podejścia osoby starsze są zachęcane do ciągłego rozwijania swoich umiejętności i zdobywania nowej wiedzy, co nie tylko poprawia jakość ich życia, ale także pozwala na aktywne uczestnictwo w społeczeństwie.

Innowacje w edukacji senioralnej obejmują również rozwój kursów międzygeneracyjnych, które łączą uczestników w różnym wieku, co sprzyja wymianie doświadczeń i budowaniu relacji między pokoleniami. Tego typu programy mogą nie

tylko wspierać edukację seniorów, ale także przeciwdziałać izolacji społecznej i promować solidarność międzypokoleniową.

Propozycje rozwiązań i kierunki rozwoju

Aby skutecznie rozwijać edukację senioralną, konieczne są działania na kilku poziomach. Polityka edukacyjna powinna uwzględniać rosnącą potrzebę wsparcia dla seniorów, poprzez tworzenie i finansowanie programów edukacyjnych, które odpowiadają na specyficzne potrzeby tej grupy wiekowej. Wprowadzenie szeroko zakrojonych programów edukacji cyfrowej jest konieczne, aby pomóc seniorom w zdobywaniu umiejętności niezbędnych do poruszania się w cyfrowym świecie. Tego rodzaju inicjatywy mogą obejmować kursy podstawowe, jak i bardziej zaawansowane, dostosowane do różnego poziomu zaawansowania uczestników.

Zwiększenie finansowania programów edukacyjnych dla seniorów to kolejny kluczowy kierunek rozwoju. Większe zasoby finansowe pozwoliłyby na rozszerzenie oferty kursów, lepsze wyposażenie placówek edukacyjnych oraz zwiększenie dostępności dla osób starszych, zwłaszcza tych z mniejszych miejscowości i terenów wiejskich. Finansowanie mogłoby również wspierać rozwój nowoczesnej infrastruktury edukacyjnej w postaci sal wykładowych dostosowanych do potrzeb seniorów, w tym osób z niepełnosprawnościami.

Badania nad edukacją senioralną powinny być kontynuowane i rozwijane, aby lepiej rozumieć, jakie metody i narzędzia są najbardziej efektywne. Skupienie się na analizie efektywności różnych podejść do nauczania, w tym tradycyjnych i nowoczesnych, pozwoli na identyfikację najlepszych praktyk oraz wprowadzenie innowacyjnych rozwiązań, które mogą jeszcze bardziej zwiększyć dostępność i atrakcyjność edukacji dla osób starszych.

Rozwój kursów interakcyjnych i warsztatów praktycznych to kolejny obszar, który może znacząco przyczynić się do poprawy jakości edukacji senioralnej. Tego typu formy nauczania mogą być szczególnie atrakcyjne dla seniorów, oferując im możliwość aktywnego udziału, dyskusji i praktycznego zastosowania zdobytej wiedzy. Kursy te mogą być prowadzone zarówno w formie stacjonarnej, jak i online, z uwzględnieniem wirtualnych interakcji, które umożliwiają uczestnikom naukę w grupach, niezależnie od miejsca zamieszkania.

Podsumowując: przyszłość edukacji senioralnej jest nierozdzielnie związana z rozwojem nowych technologii, personalizacją nauczania oraz dążeniem do zapewnienia seniorom pełnego dostępu do edukacji. Wdrożenie odpowiednich polityk, zwiększenie finansowania oraz inwestycje w badania i rozwój mogą przyczynić się do stworzenia bardziej efektywnego i przyjaznego dla seniorów systemu edukacyjnego, który wspiera ich w aktywnym i satysfakcjonującym życiu.

6. Podsumowanie

Edukacja senioralna jest nieocenionym narzędziem w zakresie aktywizacji społecznej i poprawy jakości życia osób starszych. Poprzez angażowanie seniorów w procesy edukacyjne można znacząco wpłynąć na ich dobrostan, zarówno intelektualny, jak i emocjonalny.

Przegląd literatury oraz analiza programów edukacyjnych w Polsce i Niemczech wskazują, że edukacja seniorów w obu krajach pełni ważną rolę w polityce społecznej, jednak jej realizacja napotyka liczne wyzwania.

Dostrzegamy różnorodność podejść w zakresie edukacji senioralnej. W Polsce głównym przykładem są uniwersytety trzeciego wieku, które oferują szeroką gamę kursów dostosowanych do potrzeb seniorów: od nauki języków obcych po zajęcia artystyczne. W Niemczech oprócz UTW wyróżniają się innowacyjne projekty, takie jak Senior-Online, które koncentrują się na edukacji cyfrowej.

Istotnym problemem są wyzwania psychologiczne. Seniorzy często zmagają się z lękiem przed nowymi technologiami, obawą przed porażką oraz niskim poczuciem własnej wartości. Te bariery mogą skutecznie zniechęcać do udziału w programach edukacyjnych.

Istnieją również wyzwania związane z infrastrukturą i finansowaniem. Brak dostosowanej infrastruktury edukacyjnej, niedostateczne wsparcie finansowe oraz niedobór wykwalifikowanych nauczycieli to problemy, które wpływają na jakość i dostępność edukacji dla seniorów (wyzwania strukturalne).

Podsumowując: chociaż edukacja senioralna zyskuje na znaczeniu, istnieje potrzeba dalszego rozwoju i optymalizacji programów edukacyjnych, aby lepiej odpowiadały na potrzeby osób starszych i skuteczniej przeciwdziałały barierom, które napotykają. Dynamicznie zmieniająca się struktura demograficzna społeczeństw europejskich, związana z rosnącą liczbą osób starszych, wskazuje na konieczność kontynuowania badań nad edukacją senioralną. Badania te są kluczowe dla lepszego zrozumienia potrzeb i barier edukacji senioralnej. Analiza specyficznych potrzeb seniorów oraz identyfikacja trudności, z którymi się zmagają, pozwala na tworzenie bardziej efektywnych i dostosowanych programów edukacyjnych. Ważnym wyzwaniem w edukacji senioralnej jest rozwój innowacyjnych metod nauczania, ze szczególnym wykorzystaniem nowych technologii, takich jak e-learning czy blended learning. Istnieje konieczność prowadzenia badań, których celem byłaby ocena skuteczności tych metod oraz ich wpływu na zaangażowanie i efektywność nauki wśród seniorów.

Należy optymalizować ofertę edukacyjną. Warto również badać, jakie formy i treści edukacyjne są najbardziej atrakcyjne dla seniorów, aby lepiej dostosować programy do ich potrzeb i oczekiwań. W zakresie polityki edukacyjnej i finansowej badania mogą pomóc w określeniu, jakie polityki i modele finansowania są

najbardziej efektywne w kontekście edukacji senioralnej, co przyczyni się do lepszego wsparcia finansowego i rozwoju infrastruktury edukacyjnej. Wnioski płynące z badań mogą przyczynić się do poprawy jakości i dostępności edukacji dla osób starszych, a także do stworzenia bardziej sprzyjającego środowiska edukacyjnego, które wspiera aktywne starzenie się i pełne uczestnictwo seniorów w życiu społecznym.

Bibliografia

- Analizy statystyczne. Sytuacja osób starszych w Polsce w 2022 roku*, Warszawa–Białystok 2023.
- Europejska Fundacja na rzecz Poprawy Warunków Życia i Pracy (Eurofound), *Analiza programów edukacyjnych dla seniorów w Europie*, 2019.
- Findeisen D., *Bildung im Alter: Grundlagen und Praxis*, W. Bertelsmann Verlag 2011.
- Fordham P.E., Informal, non-formal and formal education programmes in YMCA George Williams College, „ICE303 lifelong learning Unit 2”, London: YMCA George Williams College 1993.
- GUS, *Uniwersytety trzeciego wieku w roku akademickim 2021/2022. Informacje statystyczne*, Warszawa–Gdańsk 2023.
- Halicki J., *Edukacja seniorów: Teoria i praktyka*, Białystok 2010.
- Kade J., Seitter W., *Seniorenbildung: Eine Einführung*, Beltz Juventa 2012.
- Knowles M.S., Holton E.F., Swanson R.A., (red.) *Edukacja dorosłych. Podręcznik akademicki*, Warszawa 2009.
- Kozłowska A., *Nowoczesne metody nauczania seniorów*, Warszawa 2018.
- Mazur M., *Aktywność edukacyjna seniorów w Polsce*, Warszawa 2015.
- Ministerstwo Edukacji Narodowej, *Strategia rozwoju edukacji senioralnej w Polsce*, Warszawa 2021.
- Organizacja Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD), *Raport na temat edukacji senioralnej 2020*.
- Perspektywa uczenia się przez całe życie*, Załącznik do uchwały nr 160/2013 Rady Ministrów z dnia 10 września 2013 roku.
- Schiersmann C., Einspänner-Pflock J., *Lebenslanges Lernen im Alter*, Springer VS 2016.