

Załącznik nr 3 do SOPZ

Raport z przeglądu aktualnej literatury przedmiotu i stanu dotychczasowych badań składającego się z części merytorycznej i metodologicznej wraz ze spisem źródeł

opracowanie:

dr hab. Maria Łuszczyńska, prof. UEK

lipiec 2025

Spis treści

Uwagi wstępne	3
1. Kontekst demograficzny i społeczny starzenia się po 2019 roku	3
2. Przegląd literatury tematycznej odnośnie do sytuacji społecznej osób starszych	6
3. Przegląd literatury metodologicznej na temat badań nad procesami starzenia się	60
4. Przegląd badań ogólnopolskich na temat sytuacji i potrzeb osób starszych	61
A. Badania ogólnopolskie wykonywane przez instytucje centralne	61
B. Inne raporty badawcze	64
5. Klasyfikacje potrzeb osób starszych	77
6. Podsumowanie przeglądu literatury i badań w kontekście planowanej koncepcji badawczej 91	
Bibliografia	103
Aneks	119

Uwagi wstępne

Proces starzenia się społeczeństw europejskich stanowi jedno z kluczowych wyzwań współczesnej polityki społecznej. W Polsce, podobnie jak w większości krajów rozwiniętych, obserwuje się systematyczny wzrost udziału osób w wieku poprodukcyjnym w strukturze demograficznej. Zmiany te nabrały szczególnego znaczenia po roku 2020, kiedy to sytuacja osób starszych została dodatkowo pogłębiona przez skutki pandemii COVID-19.

Celem niniejszego opracowania jest przegląd literatury przedmiotu oraz współczesnych działań badawczych odnośnie do sytuacji społecznej i potrzeb osób starszych, a także analiza metodologii dotychczasowych badań, w tym badania pn. „Potrzeby osób w wieku 60+ z terenu województwa łódzkiego”. Została przyjęta cenzura czasowa roku 2019, z jednej strony, żeby zachować współczesnych charakter przeglądu (zazwyczaj w perspektywie ostatnich 5 lat), z drugiej, żeby objąć jeszcze perspektywę przedcovidową.

Zgodnie z przyjętą w ustawie o osobach starszych¹ definicji przyjęto, że kiedy będzie mowa o osobach starszych będą to osoby w wieku 60 i więcej lat, bez względu na płeć i sytuację zawodową. Zatem na potrzeby niniejszego opracowania stosuje się definicje społeczno-prawną.

Sytuacja osób starszych w województwie łódzkim jest azymutem tych analiz, ale uwzględniona jest perspektywa porównawcza z innymi województwami, perspektywa krajowa, a także tło demograficzne europejskie i globalne. Opracowanie to ma stanowić podstawę merytoryczną i metodologiczną do wypracowania spójnej koncepcji przyszłych badań.

1. Kontekst demograficzny i społeczny starzenia się po 2019 roku

Według najnowszych danych Organizacji Narodów Zjednoczonych, w 2023 roku liczba osób w wieku 60 lat i więcej na świecie przekroczyła 1,1 miliarda, co stanowi około 14% całej populacji globalnej². Szacuje się, że do 2030 roku liczba ta wzrośnie do około 1,4 miliarda, a do 2050 roku osiągnie poziom nawet 2 miliardów³. Tempo wzrostu tej grupy wiekowej jest niezwykle szybkie — liczba seniorów w wieku 60+ niemal podwoiła się od 2000 roku, kiedy wynosiła około 600 milionów. W ujęciu historycznym, jeszcze w 1950 roku liczba osób w wieku 60+ była trzykrotnie niższa niż obecnie⁴. Co istotne, starzenie się populacji nie jest zjawiskiem ograniczonym do krajów wysoko rozwiniętych. Chociaż w regionach takich jak Europa czy Ameryka Północna odsetek osób starszych jest najwyższy (powyżej 20%), to największy wzrost w nadchodzących dekadach prognozuje się

¹ Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych (Dz.U. 2015 poz. 1705)

² United Nations. (2024). *World Population Prospects 2024: Summary of Results*. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs. Retrieved from <https://population.un.org/wpp/>

³ United Nations. (2024). *World Population Prospects 2024: Summary of Results*. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs. Retrieved from <https://population.un.org/wpp/>; United Nations. (2024). *World Population Ageing 2023: Highlights*. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs. Retrieved from <https://www.un.org/development/desa/pd/news/world-population-ageing-2023>

⁴ United Nations. (2024). *World Population Prospects 2024*, op. cit.

w krajach Azji, Ameryki Łacińskiej i Afryki. W Afryce subsaharyjskiej, gdzie obecnie udział osób 60+ jest stosunkowo niski, do 2050 roku ma się on co najmniej potroić⁵.

Prognozy ONZ wskazują, że w 2050 roku ponad 20% populacji światowej będzie stanowiła grupa osób powyżej 60 roku życia, a liczba osób w wieku 65+ osiągnie 1,6 miliarda⁶. W efekcie w niektórych krajach, zwłaszcza europejskich, osób starszych będzie więcej niż dzieci i młodzieży poniżej 18 roku życia. Taka sytuacja doprowadzi do odwrócenia struktury demograficznej i powstania tzw. „odwróconej piramidy wieku”⁷

Starzenie się ludności skutkuje istotnym wzrostem wskaźnika obciążenia demograficznego, czyli stosunku liczby osób w wieku nieprodukcyjnym (0–14 oraz 65+) do liczby osób w wieku produkcyjnym (15–64 lata). W skali globalnej wskaźnik ten wzrośnie z poziomu 52% w 2010 roku do około 59% w 2050 roku, a według prognoz może osiągnąć nawet 65% pod koniec XXI wieku.⁸ Oznacza to, że na każde 100 osób aktywnych zawodowo będzie przypadać około 60 osób zależnych, co niesie poważne konsekwencje dla systemów emerytalnych, ochrony zdrowia oraz opieki długoterminowej.

Według raportu WHO, dynamiczny wzrost liczby seniorów zwiększa również zapotrzebowanie na adaptację środowisk miejskich, systemów transportu oraz rozwój usług społecznych i zdrowotnych⁹. Starzenie się populacji jest wyzwaniem wymagającym wielowymiarowych działań politycznych i społecznych, w tym promocji zdrowego stylu życia, wspierania aktywności zawodowej i społecznej osób starszych oraz wdrażania innowacyjnych rozwiązań w zakresie opieki i edukacji zdrowotnej.

Liczba osób w wieku 60+ na świecie rośnie w tempie bezprecedensowym i będzie miała kluczowy wpływ na kształtowanie polityki społecznej, zdrowotnej i ekonomicznej w nadchodzących dekadach. Zrozumienie skali i dynamiki tych zmian jest niezbędne dla przygotowania adekwatnych strategii na poziomie globalnym, regionalnym i krajowym.

Proces starzenia się populacji jest jednym z najbardziej wyrazistych trendów demograficznych również we współczesnej Europie. Na początku 2024 roku populacja Unii Europejskiej (UE-27) liczyła około 449 milionów mieszkańców, z czego aż 21,6% stanowiły osoby w wieku 65 lat i więcej. Oznacza to znaczący wzrost tej grupy w porównaniu do 2014 roku, kiedy seniorzy stanowili 18,7% populacji¹⁰.

Średni wiek mieszkańców UE systematycznie rośnie i w 2024 roku osiągnął 44,7 lat. Według prognoz Eurostatu, mediana wieku wzrośnie do około 48,2 lat w 2050 roku i przekroczy 50 lat do końca stulecia. Zmiany te odzwierciedlają coraz dłuższe życie Europejczyków, ale także utrzymujący się od wielu lat niski współczynnik dzietności.¹¹ (Eurostat, 2024).

⁵ United Nations. (2024). *World Population Ageing 2023*, op. cit.

⁶ ibidem

⁷ ibidem

⁸ United Nations. (2024). *World Population Prospects 2024*, op. cit.

⁹ World Health Organization. (2023). *Global report on ageism*. Geneva: WHO. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789240057073>

¹⁰ Eurostat. (2025). *Population structure and ageing*. https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Population_structure_and_ageing

¹¹ Eurostat. (2024). *Ageing Europe — statistics on population developments* https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Ageing_Europe_-_statistics_on_population_developments

Udział osób w wieku 65 lat i więcej w populacji UE ma wzrosnąć do 30% do 2050 roku, a do 2100 roku osiągnąć poziom 32–33%. Równocześnie prognozuje się znaczący wzrost liczby osób w wieku 80 lat i więcej – z obecnych 6% populacji do około 15% w 2100 roku. Oznacza to, że w przyszłości coraz większa część społeczeństwa będzie potrzebowała intensywnego wsparcia medycznego i opiekuńczego¹².

Starzenie się populacji pociąga za sobą wzrost tzw. wskaźnika obciążenia demograficznego, który mierzy liczbę osób w wieku nieprodukcyjnym przypadających na 100 osób w wieku produkcyjnym (15–64 lata). Obecnie wskaźnik ten w UE wynosi około 34%, natomiast do końca XXI wieku może przekroczyć 59%. Oznacza to, że każda osoba pracująca będzie musiała „utrzymać” znacznie większą liczbę osób starszych niż obecnie, co stanowi ogromne wyzwanie dla systemów emerytalnych i ochrony zdrowia.¹³

Starzenie się populacji nie przebiega w sposób jednolity we wszystkich krajach. W południowej Europie, m.in. we Włoszech, Portugalii i Grecji, odsetek osób 65+ już teraz przekracza 23%, co czyni te kraje jednymi z „najstarszych” społeczeństw w regionie. Z kolei kraje północne, takie jak Szwecja czy Dania, mają niższy odsetek seniorów, choć również tam obserwuje się wyraźny wzrost tej grupy.¹⁴

Zmiany demograficzne stawiają przed państwami członkowskimi wiele wyzwań społecznych i gospodarczych. Konieczne będzie dostosowanie systemów opieki zdrowotnej i długoterminowej, rozwój infrastruktury mieszkaniowej dostosowanej do potrzeb osób starszych oraz modyfikacja polityki rynku pracy, by umożliwić dłuższą aktywność zawodową seniorów. Jednocześnie starzenie się społeczeństw wymaga promowania solidarności międzypokoleniowej oraz działań na rzecz aktywnego starzenia się, zgodnie z koncepcją WHO.¹⁵

Według najnowszych danych Głównego Urzędu Statystycznego w Polsce na koniec 2024 roku liczba osób starszych w wieku 60+ wynosiła 9 978 984 osoby, co stanowiło 26,61% wszystkich mieszkańców Polski, zatem co czwarty Polak jest w wieku poprodukcyjnym, zgodnie z definicją osoby starszej z ustawy o osobach starszych.¹⁶ W grupie osób w wieku 60 – 64 lata jest 2 253 934 osoby, co stanowi 6,01% populacji Polski, w grupie 65 – 69 znajduje się 2 507 064 osoby, co stanowi 6,68% całej populacji kraju, natomiast w grupie osób w wieku 70+ znajduje się 5 217 986 osób, co stanowi 13,91% mieszkańców kraju.¹⁷

Prognozy demograficzne w Polsce są przedstawiane, zgodnie z zaleceniami WHO w formie scenariusza głównego i scenariuszy alternatywnych. Wszystkie scenariusze przewidują, że do 2060 r. liczba osób w wieku 65 lat i więcej wzrośnie w porównaniu do 2022 r. Największy wzrost szacowany jest w scenariuszu wysokim – o połowę, w scenariuszu średnim o blisko 37%, a w niskim o 22%. Warto dodać, iż pod koniec prognozy przewidywany jest niewielki spadek liczby osób w tym wieku.

¹² ibidem

¹³ ibidem

¹⁴ Eurostat. (2025). *Population structure and ageing*, op. cit.

¹⁵ World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: World Health Organization. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NPH-02.8>

¹⁶ Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych (Dz.U. 2015 poz. 1705)

¹⁷ Główny Urząd Statystyczny, *Stan i struktura ludności*, dane na 31.12.2024, baza demografia <https://demografia.stat.gov.pl> (dostęp 8.07.2024)

W przypadku scenariusza niskiego obejmuje on ostatnie 6 lat prognozy (spadek o ok. 110 tys. osób), a w przypadku wysokiego jedynie ostatni rok (spadek o ok. 20 tys. osób). W ujęciu liczbowym scenariusz główny zakłada, że w 2030 roku liczba osób w wieku 65 lat i więcej sięgnie 8,19 mln, a w 2060 roku – 10,07 mln. Tym samym seniorzy będą stanowić już ok. 40% ogółu ludności Polski. Przewidywany jest duży wzrost liczebności osób w wieku 85 lat i więcej. Do 2060 r. liczba osób wieku 85 lat i więcej względem roku 2022 wzrośnie o 83% – scenariusz niski lub niemal trzykrotnie – scenariusz wysoki.¹⁸

Kurczyć będą się również zasoby ludności w wieku produkcyjnym. Według wyników prognozy spadek ten do 2060 r. wyniesie od 25% w scenariuszu niskim do 40% w scenariuszu wysokim. W konsekwencji doprowadzi to do zwiększenia współczynnika obciążenia demograficznego ludnością w wieku nieprodukcyjnym. W 2022 r. na 100 osób w wieku produkcyjnym (kobiety 18–59, mężczyźni 18–64) przypadało 70 osób w wieku nieprodukcyjnym (0–17, 60+/65+). W 2060 r. będzie to już 105 osób (według scenariusza głównego).¹⁹

Na podstawie danych statystycznych Głównego Urzędu Statystycznego na dzień 31.12.2024 województwo łódzkie jest drugim najstarszym demograficznie regionem kraju (po województwie świętokrzyskim. W tym ostatnim udział osób w wieku 60+ w ogólnej populacji wynosi 29,75%, natomiast w woj. łódzkim 29,13%. Łódzkie charakteryzuje się wyższym o 3 pp niż średnia krajowa udziałem osób starszych w strukturze wiekowej (w Polsce wynosi on 26,61%). Województwo łódzkie natomiast ma najwyższy w całym kraju rozkład stosunku kobiet do mężczyzn w wieku 60+. Wskaźnik feminizacji w tej grupie wiekowej wynosi tu 147 kobiet na 100 mężczyzn, co jest najwyższym wynikiem w kraju (GUS 2024).²⁰

2. Przegląd literatury tematycznej odnośnie do sytuacji społecznej osób starszych

Literatura tematyczna została dobrana do tego przeglądu na podstawie kwerendy bibliotecznej, przeprowadzonej w trzech katalogach, które w Polsce i na świecie dysponują najszerzymi zasobami. Dwa pierwsze zbiory są uzupełniane poprzez przekazywanie obowiązkowych egzemplarzy recenzowanych i wydawanych w wydawnictwach akceptowanych przez Ministerstwo Nauki i Szkolnictwa Wyższego rejestrach. Są to Biblioteka Jagiellońska w Krakowie (<https://katalogi.uj.edu.pl>) i Biblioteka Narodowa w Warszawie (<https://katalogi.bn.org.pl>). Trzeci zbiór, Biblioteka Kongresu USA (<https://catalog.loc.gov/>) jest z kolei kolekcją książek z całego świata i stanowi najbardziej wiarygodny i pełny zbiór dorobku o charakterze międzynarodowym. Uzupełniając zostały przejrane zasoby serwisów naukowych GoogleScholar, Academia.edu oraz Researchgate.net, na platformach których naukowcy publikują swoje teksty w otwartym dostępie (*open access*). Wyszukiwanie zostało dokonane według następujących słów kluczy:

¹⁸ *Prognoza ludności na lata 2023–2060*, Warszawa 2023
https://demografia.stat.gov.pl/bazademografia/Prognoza_2023_2060.aspx

¹⁹ ibidem

²⁰ GUS, (2024) *Stan i struktura ludności*, stan na 31.12.2024, Ludność według płci, wieku, województw i powiatów, Warszawa

- starzenie się
- osoby starsze
- sytuacja społeczna osób starszych
- potrzeby osób starszych
- proces starzenia się
- starzenie się społecznie
- badania nad starzeniem się

W ten sposób zostało wyodrębnionych, opublikowanych po 2019 roku, ponad 600 pozycji publikacyjnych (monografii jedno lub wieloautorskich, publikacji zbiorowych oraz artykułów z czasopism naukowych). Z tego zbioru zostały wyodrębnione istotne z punktu widzenia badań nad potrzebami osób starszych publikacji naukowe, które spełniały wymóg podlegania procesowi recenzowania i mogły zostać uznane za zweryfikowaną pozycję naukową. W sumie zostało omówionych 54 publikacji książkowych oraz 53 rozdziałów z monografii i artykułów z czasopism. Zestawienie wybranych pozycji zostało umieszczone w tab. 1.

Wybór ma charakter autorski i subiektywny, pamiętając o celowości procesu badawczego, w ramach którego jest przeprowadzany. Nie oddzielono pozycji literatury dotyczącej sytuacji społecznej osób starszych oraz potrzeb, gdyż w większości przypadków ta tematyka jest ze sobą łączona – autorzy zajmujący się tematyką sytuacji społecznej osób starszych oraz jej różnymi kontekstami równocześnie sięgają po kwestie potrzeb, nawiązujących do analizowanego kontekstu. Układ w tabeli jest chronologiczny oraz alfabetyczny od nazwiska autora wiodącego (pierwszego w kolejności publikacji).

Tab. 1 Przegląd literatury tematycznej na temat sytuacji i potrzeb osób starszych po 2019 roku

LP	Autor/autorzy	Tytuł	Rok wydania	Syntetyczny opis publikacji	Kategorie tematyczne
1.	Ainhoa Fernández-Fernández, Anabel Chica-Pérez, Wladimir Morante-García, Iria Dobbarrio-Sanz, Matías Correa-Casado, C. Fernández-Sola, José Manuel Hernández-Padilla	Care Needs of Community-Dwelling Older Adults Living in Poverty and Their Relationship With Other Biopsychosocial Variables: A Cross-Sectional Study ²¹	2025	Publikacja prezentuje wyniki badań przekrojowych dotyczących potrzeb opiekuńczych starszych osób mieszkających w ubóstwie, pozostających poza instytucjami opieki. Autorzy analizują złożone zależności między statusem ekonomicznym a stanem zdrowia, kondycją psychiczną, relacjami społecznymi i dostępem do wsparcia. Wskazują, że ubóstwo istotnie zwiększa ryzyko niezaspokojenia podstawowych potrzeb opiekuńczych i pogłębia izolację. Artykuł podkreśla konieczność tworzenia zintegrowanych, dostępnych usług środowiskowych, odpowiadających na wielowymiarowe potrzeby najuboższych seniorów.	• Warunki życia • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna
2.	Weria Khaksar, Diana Saplacan Lindblom, Lee Andrew Bygrave, Jim Torresen	Robotics in Elderly Healthcare: A Qualitative Analysis of 20	2025	Publikacja analizuje interakcje ludzi starszych z robotami społecznymi i opiekuńczymi w kontekście ich codziennego funkcjonowania oraz jakości życia. Autorzy omawiają zarówno potencjał wsparcia, jaki niesie za sobą robotyzacja (np. w zakresie opieki, komunikacji czy przypominania o lekach), jak i bariery technologiczne, etyczne oraz emocjonalne. Badania podkreślają znaczenie	• Kompetencje cyfrowe • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Edukacja • Integracja społeczna

²¹ A. Fernández-Fernández, A.Chica-Pérez, W. Morante-García, I. Dobbarrio-Sanz, M. Correa-Casado, C. Fernández-Sola, J. Hernández-Padilla (2025), *Care Needs of Community-Dwelling Older Adults Living in Poverty and Their Relationship with Other Biopsychosocial Variables: A Cross-Sectional Study*, Journal of advanced nursing. <https://doi.org/10.1111/jan.17016>.

		Recent European Research Projects ²²		dostosowania technologii do potrzeb seniorów oraz ich aktywnego udziału w procesie projektowania rozwiązań. Artykuł wnosi istotny wkład w rozwój humanistycznego podejścia do innowacji w opiece nad osobami starszymi.	Zdrowie fizyczne
3.	Magdalena Kowalska, Wioletta Knapik, Lidia Luty, Monika Ziolo	Educational activity of seniors in rural areas of selected Central and Eastern European countries in the context of active ageing ²³	2025	Publikacja dotyczy edukacyjnej aktywności seniorów zamieszkujących obszary wiejskie w wybranych krajach Europy Środkowo-Wschodniej. Autorzy analizują rolę uczenia się przez całe życie jako elementu wspierającego aktywne starzenie się, przeciwdziałającego marginalizacji i izolacji społecznej. W artykule wskazano na bariery (np. brak infrastruktury, niskie wykształcenie, ograniczony dostęp do oferty edukacyjnej) oraz czynniki sprzyjające uczestnictwu seniorów w edukacji. Podkreślono znaczenie lokalnych inicjatyw oraz konieczność dostosowania działań edukacyjnych do specyfiki środowisk wiejskich.	- Edukacja - Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) - Jakość życia osób starszych - Integracja społeczna - Warunki życia Relacje osób starszych
4.	Wendie Zhou, Qigao Liang, Yanhui Bian, Qinqin Liu, Yanyan Li, Jiaqi Yu, Hejing Chen, Cuili Wang	Experiences and Needs of Caregivers of Community-Dwelling Frail Older Adults: A Mixed Methods	2025	Publikacja stanowi systematyczny przegląd badań (z zastosowaniem metody mieszanej) dotyczących doświadczeń i potrzeb opiekunów nieformalnych zajmujących się niesamodzielnymi seniorami mieszkającymi w społecznościach lokalnych. Autorzy identyfikują główne wyzwania, takie jak przeciążenie opieką, brak wsparcia formalnego i emocjonalnego, trudności w dostępie do usług oraz problemy komunikacyjne. Zwracają uwagę na potrzebę wzmocnienia systemowego wsparcia dla opiekunów rodzinnych oraz rozwoju usług odciążających i edukacyjnych. Wnioski z przeglądu mają istotne znaczenie dla	- Warunki życia - Jakość życia osób starszych - Relacje osób starszych - Zdrowie fizyczne - Integracja społeczna - Polityka senioralna

²² W. Khaksar, D. Saplan Lindblom, L. Andrew Bygrave, J. Torresen (2025), *Transactions on Human-Robot Interaction*, Volume 14, Issue 2 <https://doi.org/10.1145/3711936>, s. 1 - 38

²³ M. Kowalska, W. Knapik, L. Luty, M. Ziolo (2022), *Educational activity of seniors in rural areas of selected Central and Eastern European countries in the context of active ageing*, Przegląd badań edukacyjnych, 2025-05, Vol.2 (47)

		Systematic Review ²⁴		praktyki pielęgniarstwa, opieki środowiskowej i projektowania polityk senioralnych.	
5.	Emilia Zimnica-Kuziola	Old Age and Aging in Sociological Discourse ²⁵	2025	Publikacja analizuje, jak starość i starzenie się są konstruowane w dyskursie socjologicznym, ze szczególnym uwzględnieniem kategorii marginalizacji, tożsamości i społecznego znaczenia wieku. Autorka pokazuje, że dominujące narracje często utrwalają stereotypy wykluczenia lub zależności, pomijając różnorodność doświadczeń osób starszych. Artykuł zwraca uwagę na potrzebę zmiany paradygmatu – od postrzegania starości jako problemu do uznania jej za integralny i wartościowy etap życia. Tekst ma charakter teoretyczno-krytyczny i stanowi wkład w rozwój socjologii starzenia się.	• Jakość życia osób starszych • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Kontekst demograficzny • Edukacja • Polityka senioralna
6.	b/d	Praca i życie ludzi starszych Zestawienie bibliograficzne za 2017 – 2023 ²⁶	2024	Publikacja ma charakter źródła pomocniczego – to starannie opracowane zestawienie bibliograficzne publikacji dotyczących pracy i życia osób starszych w Polsce w latach 2017–2023. Obejmuje zarówno pozycje naukowe, raporty badawcze, jak i dokumenty strategiczne odnoszące się do aktywności zawodowej, stylów życia, sytuacji społeczno-ekonomicznej oraz polityki publicznej wobec starzenia się. Bibliografia została uporządkowana tematycznie, co ułatwia odnalezienie literatury poświęconej m.in. zatrudnieniu seniorów, ich kompetencjom, dyskryminacji na rynku pracy, formom wsparcia czy edukacji w późniejszym wieku. Publikacja stanowi przydatne narzędzie dla badaczy, decydentów, studentów i praktyków polityki społecznej, oferując przekrojowy wgląd w aktualny stan wiedzy i kierunki debat publicznych. Jest także świadectwem rosnącego zainteresowania problematyką starzenia się z perspektywy pracy i uczestnictwa społecznego.	

²⁴ W. Zhou, Q. Liang, Y. Bian, Q. Liu, Y. Li, J. Yu, H. Chen, C. Wang (2025), *Experiences and Needs of Caregivers of Community-Dwelling Frail Older Adults: A Mixed Methods Systematic Review*, Journal of clinical nursing. <https://doi.org/10.1111/jocn.17799>.

²⁵ E. Zimnica-Kuziola (2025), *Old Age and Aging in Sociological Discourse*, Przegląd Socjologii Jakościowej, 2025-05, Vol.21 (2), s.6-21

²⁶ *Praca i życie ludzi starszych. Zestawienie bibliograficzne za 2017 – 2023* (2024), Instytut Pracy i spraw socjalnych, Warszawa

7.	Małgorzata Balwicka-Szczyrba, Anna Sylwestrzak, Dominik Damian Mielewczyk	Uczestnictwo osób starszych w obrocie cywilnoprawnym ²⁷	2024	Publikacja podejmuje temat uczestnictwa osób starszych w obrocie cywilnoprawnym, czyli ich aktywności jako stron umów, spadkodawców, darczyńców, najemców czy konsumentów. Autorzy analizują zdolność osób starszych do podejmowania decyzji prawnych w kontekście zmian poznawczych i emocjonalnych zachodzących w późnej dorosłości, a także możliwe mechanizmy ochronne przed nadużyciami. W książce omówiono najważniejsze instytucje prawa cywilnego istotne z perspektywy seniorów, takie jak pełnomocnictwo, ubezwłasnowolnienie, testament, umowy dożywocia czy darowizny. Szczególną uwagę zwrócono na problemy praktyczne, m.in. rosnące ryzyko wykluczenia prawnego, nieznanomość przepisów, zależność od członków rodziny czy nieuczciwe praktyki rynkowe. Autorzy podkreślają potrzebę zwiększenia świadomości prawnej wśród osób starszych oraz promowania rozwiązań wspierających ich autonomię i bezpieczeństwo prawne.	• Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Relacje osób starszych • Edukacja
8.	Elżbieta Bojanowska	Sytuacja ekonomiczno-społeczna seniorów w świetle badań empirycznych ²⁸	2024	Publikacja przedstawia wyniki badań empirycznych dotyczących ekonomiczno-społecznej sytuacji seniorów w Polsce, z uwzględnieniem poziomu dochodów, struktury wydatków i warunków mieszkaniowych. Autorka analizuje również dostępność usług publicznych oraz stopień uczestnictwa osób starszych w życiu społecznym i lokalnych inicjatywach. Zwraca uwagę na wyraźne zróżnicowanie sytuacji seniorów ze względu na miejsce zamieszkania, poziom wykształcenia i wcześniejszą aktywność zawodową. Artykuł ukazuje skutki wykluczenia ekonomicznego dla jakości życia i integracji społecznej w starości. W podsumowaniu sformułowano wnioski dla polityki społecznej, podkreślające potrzebę działań wspierających bezpieczeństwo ekonomiczne i aktywizację seniorów.	• Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Polityka senioralna • Aktywność społeczna

²⁷ M. Balwicka-Szczyrba, A. Sylwestrzak, D. D. Mielewczyk (2024), *Uczestnictwo osób starszych w obrocie cywilnoprawnym*, Wolters Kluwer Polska, Warszawa

²⁸ E. Bojanowska (2024), *Sytuacja ekonomiczno-społeczna seniorów w świetle badań empirycznych* w: *Polityka Społeczna*, 2 (2024), s. 7-14

9.	Elżbieta Bojanowska, Ryszard Czekalski	Świat na miarę seniora. Jakość życia - relacje – aktywności ²⁹	2024	Publikacja wieloautorska pod redakcją stanowi zbiór wieloaspektowych analiz poświęconych sytuacji osób starszych w Polsce, szczególnie w kontekście zmian wywołanych pandemią COVID-19. Autorzy przedstawiają wyniki projektów badawczych obejmujących badania ilościowe i jakościowe, które diagnozują jakość życia seniorów oraz formułują rekomendacje systemowych form wsparcia. Istotnym elementem jest prezentacja Modelu Interwencji Społecznej – ukierunkowanego na odbudowę poczucia bezpieczeństwa, więzi społecznych i aktywności w różnych sferach życia (kulturalnej, duchowej, fizycznej). Poszczególne rozdziały podejmują tematykę ekonomicznych uwarunkowań, relacji międzypokoleniowych, aktywności społecznej i zawodowej, a także roli wsparcia psychologicznego i duchowego.	• Aktywność społeczna • Relacje osób starszych • Jakość życia osób starszych • Sytuacja ekonomiczna osób starszych
10.	Jing Huang, Xingxing Qian, E. Choi, Pui Hing Chau	The Consequences of Unmet Needs for Assistance With Daily Life Activities Among Older Adults: A Systematic Review. ³⁰	2024	Publikacja przedstawia systematyczny przegląd badań dotyczących skutków niezaspokojonych potrzeb osób starszych w zakresie codziennych czynności życiowych (ADL – <i>Activities of Daily Living</i>). Autorzy wskazują, że brak odpowiedniego wsparcia w takich obszarach jak higiena osobista, jedzenie, poruszanie się czy korzystanie z toalety istotnie pogarsza stan zdrowia fizycznego i psychicznego seniorów. Zidentyfikowano również wzrost ryzyka hospitalizacji, osamotnienia oraz spadek ogólnego dobrostanu i poczucia godności. Artykuł podkreśla potrzebę lepszego rozpoznawania i monitorowania tych potrzeb oraz systemowych działań interwencyjnych w zakresie usług opiekuńczych. Wnioski publikacji są istotne dla rozwoju zintegrowanej polityki społeczno-zdrowotnej, zwłaszcza w kontekście starzejącego się społeczeństwa.	• Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Integracja społeczna • Polityka senioralna
11.	Rafał Iwański	Opieka długotermino	2024	Publikacja analizuje rozwój i funkcjonowanie systemu opieki długoterminowej nad osobami starszymi w Polsce w kontekście demograficznych zmian i	• Kontekst demograficzny • Warunki życia

²⁹ E. Bojanowska, R. Czekalski (red.), (2024) *Świat na miarę seniora. Jakość życia – relacje - aktywność*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Warszawa

³⁰ J. Huang, X. Qian, E. Choi, P. Chau (2024), *The Consequences of Unmet Needs for Assistance With Daily Life Activities Among Older Adults: A Systematic Review*, *Medical Care Research and Review*, 81, 295 - 310. <https://doi.org/10.1177/10775587241233798>

		wa nad osobami starszymi ³¹		ograniczonych zasobów rodzinnych. Omawia zarówno instytucjonalne, jak i nieformalne formy wsparcia, zwracając uwagę na dysproporcje między potrzebami a dostępnością usług. Autor przedstawia również uwarunkowania ekonomiczne, społeczne i organizacyjne oraz rekomendacje dotyczące reformy systemu. Szczególne miejsce zajmuje analiza regionalna (woj. zachodniopomorskie), ilustrująca praktyczne problemy wdrażania opieki.	- Jakość życia osób starszych - Sytuacja ekonomiczna osób starszych - Integracja społeczna
12.	Piotr Jednaszewski	Sytuacja osób starszych w Wielkiej Brytanii i Polsce ³²	2024	Publikacja stanowi porównanie sytuacji osób starszych w Wielkiej Brytanii i Polsce, koncentrując się na aspektach społecznych, ekonomicznych i instytucjonalnych. Autor analizuje systemy wsparcia seniorów w obu krajach, ukazując różnice w zakresie świadczeń emerytalnych, dostępności usług oraz podejścia do polityki starzenia się. Szczególną uwagę zwraca na skutki rozwiązań instytucjonalnych dla jakości życia i poziomu integracji społecznej seniorów. Artykuł wskazuje, że brytyjski system charakteryzuje się większym stopniem koordynacji działań oraz silniejszym wsparciem środowiskowym, podczas gdy w Polsce wciąż dominują elementy opieki instytucjonalnej i niedobory w zakresie usług lokalnych. W zakończeniu autor formułuje wnioski na temat możliwych kierunków rozwoju polityki senioralnej w Polsce, z odniesieniem do dobrych praktyk brytyjskich.	- Sytuacja ekonomiczna osób starszych - Warunki życia - Jakość życia osób starszych - Polityka senioralna - Integracja społeczna - Kontekst demograficzny
13.	Anna Kanios	Centra usług społecznych z perspektywy potrzeb seniorów ³³	2024	Publikacja analizuje funkcjonowanie centrów usług społecznych (CUS) w kontekście potrzeb osób starszych, ukazując ich potencjał jako nowoczesnych, zintegrowanych instytucji wspierających godne i aktywne starzenie się. Autor przedstawia założenia reformy systemu usług społecznych w Polsce, ze szczególnym uwzględnieniem podejścia środowiskowego i spersonalizowanego wsparcia. Omawia rolę CUS w diagnozowaniu potrzeb seniorów, koordynowaniu	- Warunki życia - Jakość życia osób starszych - Integracja społeczna - Relacje osób starszych

³¹ R. Iwański (2024), *Opieka długoterminowa nad osobami starszymi*, Wydawnictwo CeDeWu, Warszawa

³² P. Jednaszewski (2024), *Sytuacja osób starszych w Wielkiej Brytanii i Polsce*, Polityka Społeczna [R. 51], nr tematyczny 2 (2024), s. 14-18

³³ A. Kanios (2024), *Centra usług społecznych z perspektywy potrzeb seniorów*, Wydawnictwo UMCS, Lublin

				usług (opiekuńczych, zdrowotnych, społecznych, edukacyjnych) oraz włączaniu ich w proces współtworzenia lokalnych rozwiązań. W książce podkreślono znaczenie budowania relacji międzyludzkich, przeciwdziałania izolacji oraz wspierania samodzielności osób starszych. Autor wskazuje również na wyzwania związane z wdrażaniem tego modelu – niedobory kadrowe, ograniczenia finansowe i konieczność lepszego informowania seniorów o dostępnych możliwościach. Publikacja wnosi ważny głos do dyskusji nad instytucjonalnym wsparciem starzejącego się społeczeństwa i pokazuje, jak CUS-y mogą realnie poprawiać jakość życia seniorów.	• Polityka senioralna (w ramach warunków życia i instytucji wsparcia) • Aktywność społeczna (uczestnictwo w usługach, współdecydowanie)
14.	Ryszard Kokoszczyński, Wojciech Łątkowski,	Projections of demand for care among the elderly in Poland. Peter Lang ³⁴	2024	W pracy zaprezentowano szczegółowy model projekcyjny szacujący przyszłe potrzeby opieki osób starszych w Polsce do roku 2030 i dalej. W analizie uwzględniono nie tylko stan zdrowia i strukturę demograficzną, ale także układy mieszkalne i wsparcie nieformalne ze strony rodzin, co pozwala prognozować przyszły popyt na opiekę formalną i nieformalną. Metodologia oparto na modelach wielostanowych i mikrosymulacji, łącząc dane makro demograficzne z wynikami badań indywidualnych, dokonując estymacji godzin opieki wymaganej przez seniorów. Wyniki wskazują, że w związku ze starzeniem się populacji oraz zmianą modelu rodzinnego, liczba osób zależnych wzrośnie, co z kolei zwiększy presję na instytucje opiekuńcze i domowe środowiska opieki.	• Kontekst demograficzny, • Zdrowie • Warunki życia • Relacje osób starszych • Sytuacja ekonomiczna osób starszych
15.	Artur Łacina-Łanowski	Polski senior w obszarze komunikacji społecznej ³⁵	2024	Publikacja poświęcona jest różnorodnym aspektom uczestnictwa osób starszych w komunikacji społecznej, rozumianej zarówno jako bezpośrednie relacje międzyludzkie, jak i obecność w przestrzeni medialnej oraz cyfrowej. Autor podejmuje temat barier w komunikacji międzypokoleniowej, stereotypów dotyczących starości oraz trudności seniorów w dostępie do informacji i	• Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Kompetencje cyfrowe • Edukacja • Jakość życia osób starszych

³⁴ W. Łątkowski, (2024) *Projections of demand for care among the elderly in Poland*. Peter Lang. <https://www.peterlang.com/document/1466451>

³⁵ A. Łacina-Łanowski (red.) (2024), *Polski senior w obszarze komunikacji społecznej*, Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej, Łódź

				nowoczesnych technologii. W książce ukazano również przykłady działań edukacyjnych i integracyjnych, które sprzyjają włączaniu osób starszych w aktywne życie społeczne poprzez komunikację i media. Szczególny nacisk położono na kwestię kompetencji komunikacyjnych oraz cyfrowych, niezbędnych do budowania więzi i uczestnictwa w dyskursie publicznym.	Relacje międzypokoleniowe
16.	Joanna Wnęk-Gozdek, Jolanta Maćkiewicz,	Znaczenie kompetencji cyfrowych polskich (euro)dziadków w w podtrzymywaniu relacji z wnukami ³⁶	2024	Publikacja analizuje, w jaki sposób kompetencje cyfrowe seniorów – szczególnie dziadków – wpływają na utrzymywanie i rozwijanie relacji z wnukami. Autorki wskazują, że umiejętność korzystania z narzędzi komunikacji cyfrowej (np. komunikatorów, mediów społecznościowych) staje się istotnym elementem międzypokoleniowego kontaktu, szczególnie w sytuacjach przestrzennego oddalenia. Artykuł podkreśla również znaczenie edukacji cyfrowej dla wzmacniania więzi rodzinnych oraz przeciwdziałania wykluczeniu społecznemu osób starszych. Badania mają charakter pedagogiczny i są osadzone w kontekście przemian współczesnej rodziny.	- Kompetencje cyfrowe - Relacje międzypokoleniowe - Relacje osób starszych - Jakość życia osób starszych - Edukacja - Integracja społeczna
17.	Tomasz Zalega	Miejsy srebrni single. Sytuacja materialna, konsumpcja, zachowania konsumenckie i trendy ³⁷	2024	Publikacja koncentruje się na specyfice życia miejskich seniorów żyjących samotnie – tzw. „srebrnych singli”. Autor analizuje ich sytuację materialną, styl życia, wzorce konsumpcji oraz preferencje zakupowe, ukazując jednocześnie zróżnicowanie tej grupy pod względem aspiracji, potrzeb i zachowań rynkowych. Książka łączy perspektywę socjologiczną i ekonomiczną, pokazując, jak samotność, wiek i status ekonomiczny wpływają na decyzje konsumenckie i uczestnictwo w życiu miejskim. Zwrócono uwagę na nowe trendy konsumpcyjne, np. zakupy online, usługi spersonalizowane, turystykę czy tzw. ekonomię doświadczania, a także na znaczenie samodzielności i niezależności jako wartości szczególnie cenionych przez seniorów singli. Autor podejmuje również temat	- Sytuacja ekonomiczna osób starszych - Warunki życia - Jakość życia osób starszych - Relacje osób starszych - Aktywność społeczna (konsumpcja jako forma uczestnictwa) - Integracja społeczna

³⁶ J. Wnęk-Gozdek, J. Maćkiewicz (2024), *Znaczenie kompetencji cyfrowych polskich (euro)dziadków w podtrzymywaniu relacji z wnukami*, Roczniki pedagogiczne, 2024, Vol.16 (4), s. 69-83

³⁷ T. Zalega (2024), *Miejsy srebrni single. Sytuacja materialna, konsumpcja, zachowania konsumenckie i trendy*, Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa

				wykluczenia konsumenckiego oraz barier w dostępie do dóbr i usług. Publikacja wnosi ważny wkład do badań nad starzeniem się w warunkach miejskich i podejmuje próbę zrozumienia roli konsumpcji w podtrzymywaniu jakości życia osób starszych żyjących w pojedynkę.	
18.	Louise Aronson	Elderhood: Redefining aging, transforming medicine, reimagining life ³⁸	2023	Autorka, doświadczona geriatra, zaprasza do przewartościowania starości — nie jako okresu schyłkowego, lecz pełnego sensu i wyzwań. Przełamuje stereotypy medyczne i społeczne, pokazując, że "elderhood" to etap życia, który może trwać dekady, a opieka powinna uwzględniać nie tylko leczenie, lecz także godność i tożsamość seniorów. Włącza w swoje rozważania historie z sali szpitalnej, obserwacje kulturowe i dane naukowe, by ukazać systemową dyskryminację wieku w medycynie i potrzebę zmian w kształceniu lekarzy. Proponuje przesunięcie modelu opieki z „leczenia” na „troskę”, z podkreśleniem indywidualizacji terapii, empatii i wsparcia dla opiekunów rodzinnych.	• Kontekst demograficzny, • Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Jakość życia osób starszych
19.	Shahla Ayoubi-Mahan, Maryam Eghbali-Babadi, Ziba Farajzadegan, Mahrokh Keshvari, Jamileh Farokhzadian	Active aging needs from the perspectives of older adults and geriatric experts: a qualitative study ³⁹	2023	Publikacja przedstawia wyniki jakościowego badania dotyczącego potrzeb związanych z aktywnym starzeniem się, prowadzonych z udziałem zarówno osób starszych, jak i ekspertów w dziedzinie geriatry. Autorzy identyfikują kluczowe obszary wymagające wsparcia – zdrowie fizyczne i psychiczne, uczestnictwo społeczne, edukacja zdrowotna oraz dostęp do informacji i usług. Wskazano także na znaczenie pozytywnego postrzegania starości oraz środowiska sprzyjającego samodzielności i zaangażowaniu. Badanie podkreśla konieczność projektowania rozwiązań odpowiadających realnym potrzebom seniorów, z uwzględnieniem ich głosu w planowaniu polityk i usług. Artykuł stanowi wartościowy wkład w rozwój podejścia partycypacyjnego w polityce senioralnej i opiece nad osobami starszymi.	• Jakość życia osób starszych • Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Zdrowie fizyczne • Edukacja • Integracja społeczna • Polityka senioralna

³⁸ L. Aronson (2023), *Elderhood: Redefining aging, transforming medicine, reimagining life*. Bloomsbury.

³⁹ S. Ayoubi-Mahani, M. Eghbali-Babadi, Z. Farajzadegan, M. Keshvari, J. Farokhzadian (2023), *Active aging needs from the perspectives of older adults and geriatric experts: a qualitative study*, Front Public Health doi: 10.3389/fpubh.2023.1121761

20.	Rafał Bakalarczyk	Seniorzy niewidzialni – obecni? Starzejące się społeczeństwo – prognozy, wyzwania, możliwości ⁴⁰	2023	Publikacja podejmuje temat społecznej obecności i widzialności seniorów w kontekście dynamicznego starzenia się polskiego społeczeństwa. Autor stawia pytania o to, czy i w jaki sposób osoby starsze są uwzględniane w politykach publicznych, przestrzeni społecznej, mediach i debacie publicznej. Książka zawiera zarówno diagnozę demograficzną, jak i refleksję nad wyzwaniami systemowymi – w obszarze opieki, zabezpieczenia społecznego, mieszkalnictwa i uczestnictwa społecznego. Bakalarczyk podkreśla, że mimo rosnącej liczby seniorów, ich potrzeby i głos są często pomijane lub traktowane fragmentarycznie. Wskazuje na potrzebę wzmocnienia partycypacji obywatelskiej osób starszych, lepszego dostosowania usług społecznych i przestrzeni publicznej do ich potrzeb oraz przeciwdziałania ich społecznej marginalizacji. Publikacja zawiera także konkretne propozycje zmian w polityce senioralnej i systemie wsparcia, stanowiąc ważny głos rzeczniczy w imieniu osób starszych.	• Kontekst demograficzny • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Warunki życia • Polityka senioralna (w ramach instytucji i rozwiązań systemowych) • Relacje osób starszych
21.	Swietłana Borysiuk, Oleg Lisovets	Zaspokajanie potrzeb życiowych osób starszych jako warunek skuteczności świadczenia im usług społecznych ⁴¹	2023	Publikacja podejmuje temat zaspokajania podstawowych i wyższych potrzeb życiowych seniorów jako kluczowego warunku skuteczności usług społecznych. Autorzy argumentują, że efektywne świadczenie wsparcia musi opierać się na holistycznym rozpoznaniu sytuacji życiowej osób starszych – uwzględniając nie tylko potrzeby bytowe, lecz także emocjonalne, społeczne i rozwojowe. Analizie poddano również systemy pomocy społecznej w Polsce i na Ukrainie, z uwzględnieniem barier instytucjonalnych, kadrowych i finansowych. Podkreślono znaczenie partnerskiego podejścia, partycypacji seniorów w procesie planowania usług oraz współpracy transgranicznej w zakresie wymiany dobrych praktyk.	• Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Polityka senioralna • Integracja społeczna • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Aktywność społeczna

⁴⁰ R. Bakalarczyk (2023), *Seniorzy niewidzialni – obecni? Starzejące się społeczeństwo – prognozy, wyzwania, możliwości*, Caritas Polska Warszawa

⁴¹ S. Borysiuk, O. Lisovets (2023), *Zaspokajanie potrzeb życiowych osób starszych jako warunek skuteczności świadczenia im usług społecznych* w: H. Beijger, O. Lisovets, S. Borysiuk (red.), *Aktualne problemy społeczne Polski i Ukrainy. Aspekty partnerstwa w edukacji i pomocy społecznej*, Państwowa Akademia Nauk Społecznych w Chełmie, Chełm, s. 173-189

				Publikacja wnosi ważny głos do dyskusji nad profesjonalizacją usług i dostosowaniem ich do zmieniających się potrzeb starzejących się społeczeństw.	
22.	Małgorzata Dziechciaż, Beata Rejman (red.)	Starzenie się i starość. Wybrane aspekty jakości życia osób w starszym wieku ⁴²	2023	Praca zbiorowa ukazuje wielowymiarową perspektywę jakości życia w wieku późnym, łącząc podejścia społeczno-medyczne, psychologiczne oraz ekonomiczne. Omawia wpływ czynników takich jak zdrowie, wsparcie społeczne, aktywność fizyczna i warunki mieszkaniowe na codzienne funkcjonowanie seniorów. Zawarte rozdziały prezentują empiryczne i teoretyczne analizy różnych aspektów – od demograficznych i medycznych po psychospołeczne – koncentrując się na opisie efektów negatywnych zjawisk społecznych oraz wielochorobowości. Szczególną uwagę poświęcono strategiom „aktywnego starzenia się”, w tym profilaktyce, edukacji i utrzymywaniu autonomii – przedstawionym jako klucz do poprawy dobrostanu w późniejszym okresie życia.	• Kontekst demograficzny, • Zdrowie • Integracja społeczna • Jakość życia osób starszych
23.	Grzegorz Gawron	Koprodukcja usług społecznych źródłem osobistej i społecznej produktywności osób starszych. Studium socjologiczne na przykładzie beneficjentów	2023	Autor prezentuje koncepcyjną analizę, jak uczestnictwo seniorów w koprodukcji usług społecznych (np. w ramach Programu „Senior+”) – oparte na wykorzystaniu ich kapitału ludzkiego i społecznego – staje się źródłem ich osobistej oraz społecznej produktywności. W pracy opisuje kluczowe pojęcia: koprodukcja, produktywność, kapitał społeczny i ludzki, a następnie przedstawia model operacyjny, ilustrujący proces generowania wartości społecznej przez zaangażowanych seniorów. Publikacja wypełnia lukę teoretyczną w polskiej gerontologii socjologicznej, proponując nową perspektywę na akcentowanie roli samych seniorów jako współtwórców usług skierowanych do nich.	• Integracja społeczna • Aktywność społeczna • Relacje osób starszych • Kompetencje cyfrowe (ze względu na nowoczesne formy angażowania seniorów) • Jakość życia osób starszych • Sytuacja ekonomiczna osób starszych

⁴² M. Dziechciaż i B. Rejman (red.) (2023) *Starzenie się i starość. Wybrane aspekty jakości życia osób w starszym wieku*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków

		Programu Wieloletniego "Senior+" ⁴³			
24.	Allison Gibson, Natalie Pope, Diane Loeffler, Stephanie Ratliff, Ethan Engelhardt	Identifying Aging Adults' Housing Preferences: An Age- Friendly Initiative ⁴⁴	2023	Publikacja prezentuje wyniki badań nad preferencjami mieszkaniowymi osób starszych w kontekście inicjatyw wspierających tworzenie środowisk przyjaznych starzeniu się. Autorzy analizują, jakie cechy otoczenia, infrastruktury i relacji społecznych są kluczowe dla dobrostanu seniorów, a także jakie formy mieszkalnictwa postrzegają oni jako najbardziej odpowiednie. Badanie wskazuje na znaczenie bezpieczeństwa, dostępności usług i możliwości utrzymywania więzi społecznych. Wnioski mają charakter praktyczny i wspierają rozwój lokalnych polityk mieszkaniowych dostosowanych do potrzeb starzejącej się populacji.	• Mieszkalnictwo • Jakość życia osób starszych • Warunki życia • Integracja społeczna • Polityka senioralna • Relacje osób starszych
25.	André Hajek, Steffi G. Riedel- Heller, Hans- Helmut König, (ed.)	Loneliness and Social Isolation in Old Age. Correlates and Implications ⁴⁵	2023	Zbiór analizuje wielowymiarowe uwarunkowania samotności i izolacji społecznej u osób starszych, uwzględniając aspekty ekonomiczne, zdrowotne i związane ze stylem życia (np. aktywność fizyczna, opieka rodzin), oraz ich konsekwencje dla zdrowia psychicznego i fizycznego. Praca prezentuje dowody empiryczne i przeglądy badań międzynarodowych, omawiając także polityczne strategie przeciwdziałania tym zjawiskom. Zawiera przegląd światowych badań podłużnych oraz praktyczne rekomendacje dla polityki społecznej i zdrowotnej.	• Integracja społeczna • Relacje osób starszych • Zdrowie psychiczne • Warunki życia • Aktywność społeczna • Sytuacja ekonomiczna osób starszych

⁴³ G. Gawron (2023), *Koprodukcja usług społecznych źródłem osobistej i społecznej produktywności osób starszych. Studium socjologiczne na przykładzie beneficjentów Programu Wieloletniego "Senior+",* Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice

⁴⁴ A. Gibson, N. Pope, D. Loeffler, S. Ratliff, E. Engelhardt (2023), *Identifying Aging Adults' Housing Preferences: An Age-Friendly Initiative*, *Journal of gerontological social work*, 2023, Vol.66 (1), s. 43-63

⁴⁵ A. Hajek, S. G. Riedel- Heller, H. König, (ed.) (2023), *Loneliness and Social Isolation in Old Age. Correlates and Implications*, Routledge

26.	Sebastian Kołodziejczak, Albert Terelak	Przemoc domowa wobec seniorów na obszarach wiejskich Zachodniej Polski – charakterystyk a zjawiska w relacjach starszych kobiet, ofiar przemocy domowej ⁴⁶	2023	Publikacja koncentruje się na problemie przemocy domowej wobec starszych kobiet zamieszkujących obszary wiejskie w zachodniej Polsce. Autorzy przedstawiają charakterystykę tego zjawiska na podstawie relacji samych senierek – ofiar przemocy, ukazując jego formy, sprawców oraz kontekst społeczno-kulturowy. Artykuł zwraca uwagę na silne mechanizmy wykluczenia, zależności ekonomiczne i brak wsparcia instytucjonalnego, które sprzyjają trwaniu przemocy i utrudniają jej ujawnienie. Szczególnie podkreślono problem milczenia społecznego oraz niedostatecznej reakcji służb pomocowych. Publikacja wnosi ważny głos do debaty nad przemocą wobec seniorów i koniecznością wzmocnienia systemu ochrony ofiar w środowiskach wiejskich.	• Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Zdrowie psychiczne • Polityka senioralna
27.	Ilona Kwiecień, Patrycja Kowalczyk- Rólczyńska	Bezpieczeństw o ekonomiczne osób starszych. Wyzwania dla ryнку	2023	Publikacja analizuje problem bezpieczeństwa ekonomicznego osób starszych w Polsce, ze szczególnym uwzględnieniem roli sektora ubezpieczeniowego w zabezpieczaniu ich potrzeb. Autorzy przedstawiają aktualne i przyszłe wyzwania związane z demograficznym starzeniem się społeczeństwa oraz jego wpływem na system emerytalny, oszczędności, inwestycje i wydatki seniorów. W książce omówiono również niski poziom świadomości ubezpieczeniowej wśród osób starszych, a także niewystarczającą ofertę produktów finansowych dostosowanych do ich realnych potrzeb i możliwości. Podkreślono znaczenie edukacji finansowej, zaufania do instytucji oraz konieczność rozwoju narzędzi	• Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Aktywność zawodowa • Kontekst demograficzny

⁴⁶ S. Kołodziejczak, A. Terelak (2023), *Przemoc domowa wobec seniorów na obszarach wiejskich Zachodniej Polski – charakterystyka zjawiska w relacjach starszych kobiet, ofiar przemocy domowej*, Wychowanie w Rodzinie, 2023, Vol.XXX (4), s. 81-110

		ubezpieczeń w Polsce ⁴⁷		umożliwiających godne i bezpieczne starzenie się. Publikacja zawiera zarówno analizy teoretyczne, jak i empiryczne, a także rekomendacje dla instytucji publicznych, firm ubezpieczeniowych i środowiska akademickiego. To ważny głos w debacie nad budowaniem systemowego wsparcia finansowego dla osób starszych w obliczu zmieniających się realiów społeczno-gospodarczych.	
28.	Magnus Nilsson, Lefteris Patlamazoglou, Elisa Tiilikainen, Damien Riggs, Andrew M. Futterman, Alvaro Lopes de Sousa (ed.)	Ageing, Men and Social Relations: New Perspectives on Masculinities and Men's Social Connections in Later Life ⁴⁸	2023	Zredagowany zbiór analizuje, jak męskość kształtuje relacje społeczne mężczyzn w późniejszym życiu, ze szczególnym uwzględnieniem aspektów takich jak interakcje międzypokoleniowe, samotność, tożsamość LGBT+ i zdrowie psychiczne. Autorzy podejmują różnorodne tematy – od przyjaźni międzygeneracyjnych, przez korzystanie z technologii czy przestrzeni miejskiej, aż po doświadczenia chorób i żałoby – ukazując wpływ czynników kulturowych, klasowych, etnicznych i orientacji seksualnej. Praca zwraca uwagę na rolę kontaktów społecznych i zaangażowania wspólnotowego w przeciwdziałaniu wykluczeniu i izolacji starszych mężczyzn.	• Integracja społeczna • Aktywność społeczna • Relacje międzypokoleniowe • Zdrowie psychiczne • Relacje osób starszych • Jakość życia osób starszych
29.	Dominika Poluk	Architektura wnętrz jako odpowiedź na potrzeby seniorów.	2023	Publikacja podejmuje temat projektowania przestrzeni mieszkaniowych z myślą o potrzebach osób starszych, koncentrując się na funkcjonalnych i ergonomicznych rozwiązaniach architektonicznych. Autor przedstawia koncepcję „wzorcowego mieszkania seniora” jako narzędzia pomocnego przy tworzeniu programów funkcjonalnych dla lokali przeznaczonych dla tej grupy wiekowej.	• Mieszkalnictwo • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Polityka senioralna

⁴⁷ I. Kwiecień, P. Kowalczyk-Rólczyńska (red.) (2023), *Bezpieczeństwo ekonomiczne osób starszych. Wyzwania dla rynku ubezpieczeń w Polsce*, Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego, Wrocław

⁴⁸ M. Nilsson, L. Patlamazoglou, E. Tiilikainen, D. Riggs, A. M. Futterman, A. L. de Sousa (ed.), *Ageing, Men and Social Relations: New Perspectives on Masculinities and Men's Social Connections in Later Life*, Bristol University Press, Bristol, England

		Wzorcowe mieszkanie seniora jako wytyczna projektowa kształtowania programu funkcjonalnego o mieszkania przeznaczonego dla osób starszych ⁴⁹		Omówione zostały kluczowe aspekty projektowe, takie jak bezpieczeństwo, dostępność, oświetlenie, łatwość poruszania się oraz wspieranie samodzielności mieszkańców. Zwrócono również uwagę na wpływ dobrze zaprojektowanego wnętrza na dobrostan psychiczny, poczucie komfortu i społeczną integrację seniorów. Artykuł wnosi istotny wkład do interdyscyplinarnej dyskusji nad mieszkaniami dostosowanymi do potrzeb starzejącego się społeczeństwa.	• Zdrowie fizyczne
30.	Klaudia Przybysz, Agnieszka Stanimir,	Activity—The Picture of Seniors in Poland and Other European Union Countries ⁵⁰	2023	Publikacja analizuje poziom aktywności seniorów w Polsce i krajach Unii Europejskiej, opierając się na danych ilościowych i wskaźnikach porównawczych. Autorzy podejmują próbę stworzenia syntetycznego obrazu aktywności osób starszych w różnych obszarach – zawodowym, społecznym, edukacyjnym i obywatelskim. Wskazują na znaczne zróżnicowanie między państwami UE oraz na niedostateczne wykorzystanie potencjału seniorów w Polsce. Artykuł podkreśla znaczenie zrównoważonej polityki społecznej, która wspiera aktywne starzenie się poprzez eliminowanie barier i tworzenie zachęt do zaangażowania. Wyniki badań mogą stanowić podstawę do formułowania rekomendacji dla krajowych i europejskich strategii senioralnych.	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Aktywność zawodowa • Edukacja • Polityka senioralna

⁴⁹ D. Poluk (2023), *Architektura wnętrz jako odpowiedź na potrzeby seniorów. Wzorcowe mieszkanie seniora jako wytyczna projektowa kształtowania programu funkcjonalnego mieszkania przeznaczonego dla osób starszych*, Zeszyty Naukowe Politechniki Poznańskiej. Architektura, Urbanistyka, Architektura Wnętrz. 2023, z. 14, s. 67-90

⁵⁰ K. Przybysz, A. Stanimir (2023), *Measuring Activity. The Picture of Seniors in Poland and Other European Union Countries*, Sustainability, 15(12), 9511. <https://doi.org/10.3390/su15129511>

31.	Katarzyna Skałacka	Aktywne starzenie się jako wyznacznik poczucia jakości życia w późnej dorosłości ⁵¹	2023	Publikacja analizuje związek między aktywnym starzeniem się a poczuciem jakości życia w późnej dorosłości, opierając się na perspektywie psychopedagogicznej i społecznej. Autorka ukazuje, że podejmowanie aktywności – zarówno fizycznej, społecznej, jak i intelektualnej – sprzyja większemu zadowoleniu z życia, poczuciu sensu oraz dobrostanowi emocjonalnemu. Książka zawiera przegląd literatury przedmiotu, definicji i modeli aktywnego starzenia się, a także wyniki własnych badań empirycznych prowadzonych wśród seniorów. Szczególny nacisk położono na indywidualne czynniki wpływające na poziom aktywności – takie jak motywacja, wsparcie społeczne, poziom wykształcenia i wcześniejsze doświadczenia życiowe. Autorka podkreśla również rolę środowiska lokalnego i instytucji w tworzeniu warunków sprzyjających aktywizacji osób starszych.	• Jakość życia osób starszych • Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Zdrowie psychiczne • Edukacja • Integracja społeczna • Relacje osób starszych
32.	Agnieszka Sowa-Kofta	Model wspierania aktywności osób starszych w społeczności lokalnej, UKSW, Warszawa ⁵²	2023	Podręcznik przedstawia propozycję zintegrowanego modelu wspierania aktywności osób starszych w poziomie lokalnym, opracowanego na podstawie wytycznych dotyczących zdrowego starzenia się oraz doświadczeń z pandemii COVID-19. Zawiera on konkretne rekomendacje dotyczące ról różnych instytucji – samorządów, OPS-ów, NGO-sów i centrów kultury – w tworzeniu dostosowanej oferty animacyjno-edukacyjno-wspierającej seniorów. Autorzy omawiają także pilotażowe projekty w różnych gminach, analizując, które działania – takie jak zajęcia psychologiczne, fizjoterapia czy integracja kulturowa – okazały się skuteczne w łagodzeniu skutków izolacji pandemicznej. Podręcznik zawiera także wskazówki na temat koordynacji działań i doboru partnerów lokalnych, by zapewnić długotrwałość, dostępność i akceptację społeczności seniorów.	• Zdrowie • Aktywność zawodowa • Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Edukacja • Relacje osób starszych

⁵¹ K. Skałacka (2023), *Aktywne starzenie się jako wyznacznik poczucia jakości życia w późnej dorosłości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Opolskiego, Opole

⁵² A. Sowa-Kofta (red.) (2023) *Model wspierania aktywności osób starszych w społeczności lokalnej*, UKSW, Warszawa

33.	Ieva Stončikaitė	Ageing as a Unique Experience. Interdisciplinary Approaches to Ageing and Later Life from Social and Humanities Perspectives ⁵³	2023	Zredagowany przez I. Stončikaitė tom prezentuje interdyscyplinarne podejście do doświadczeń starzenia, pokazując, że proces ten jest unikalny dla każdej osoby i uwarunkowany kontekstem kulturowym, historycznym, religijnym i politycznym. Autorzy krytycznie analizują stereotypizację wieku oraz promują różnorodne perspektywy — od antropologii społecznej po gerontologię kulturową, literacką i środowiskową — z uwzględnieniem tematów takich jak seksualność, aktywność w późnym wieku, przestrzeń, technologia i polityka przyjazna wiek. Tom łączy teorię i praktykę, zwracając uwagę na heterogeniczność doświadczeń starszych osób i postulując szeroki dialog między nauką, polityką a oddolnymi inicjatywami społecznymi.	• Integracja społeczna • Aktywność społeczna • Relacje międzypokoleniowe • Jakość życia osób starszych • Kompetencje cyfrowe • Zdrowie psychiczne
34.	Agnieszka Szplit, Anita Garbat, Renata Miszczuk	Zaspokajanie potrzeb seniorów poprzez udział w Uniwersytetach Trzeciego Wiek – analiza opowieści ⁵⁴	2023	Publikacja analizuje doświadczenia seniorów uczestniczących w Uniwersytetach Trzeciego Wiek (UTW), traktując ich narracje jako źródło wiedzy o zaspokajaniu potrzeb rozwojowych, społecznych i emocjonalnych. Autorki wskazują, że udział w UTW sprzyja wzmacnianiu poczucia sensu, podnoszeniu samooceny, budowaniu relacji i przeciwdziałaniu izolacji. Badanie narracyjne ujawnia również, że aktywność edukacyjna pełni funkcję terapeutyczną, stając się przestrzenią samorealizacji i tożsamościowego rozwoju w późnej dorosłości. Podkreślono znaczenie UTW jako formy przeciwdziałania stereotypom starości oraz istotnego narzędzia w polityce aktywnego starzenia się. Publikacja dostarcza wartościowych wniosków dla organizatorów edukacji dorosłych oraz instytucji wspierających seniorów.	• Edukacja • Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Relacje osób starszych • Zdrowie psychiczne

⁵³ I. Stončikaitė (2023), *Ageing as a Unique Experience. Interdisciplinary Approaches to Ageing and Later Life from Social and Humanities Perspectives*, MDPI - Multidisciplinary Digital Publishing Institute, Basel

⁵⁴ A. Szplit, A. Garbat, R. Miszczuk (2023), *Zaspokajanie potrzeb seniorów poprzez udział w Uniwersytetach Trzeciego Wiek – analiza opowieści*, Edukacja Dorosłych, 2023, Vol.89 (2), s. 83-99

35.	Piotr Szukalski, Justyna Wiktorowicz	Nowi biedni emeryci. O osobach uzyskujących świadczenia emerytalne niższe niż emerytura minimalna. t. 1-2 ⁵⁵	2023	Dwutomowa publikacja poświęcona jest pogłębionej analizie sytuacji osób pobierających świadczenia emerytalne niższe niż emerytura minimalna – zjawisku coraz częściej obserwowanemu w Polsce. Autorzy opisują skalę i przyczyny występowania tzw. „nowych biednych emerytów”, wskazując na czynniki instytucjonalne, strukturalne i biograficzne, które wpływają na uzyskiwanie niskich świadczeń. W książce ukazano nie tylko aspekty ekonomiczne tego zjawiska, lecz także jego konsekwencje społeczne – poczucie marginalizacji, ograniczony dostęp do usług, trudności mieszkaniowe i osłabienie więzi społecznych. Publikacja zawiera także studia przypadków oraz dane ilościowe, ukazujące zróżnicowanie sytuacji w zależności od płci, ścieżki zawodowej i miejsca zamieszkania. Szczególny nacisk położono na ocenę obowiązujących rozwiązań instytucjonalnych oraz konieczność modyfikacji polityki emerytalnej i społecznej. To ważny głos w debacie nad adekwatnością systemu emerytalnego i społecznymi skutkami jego luk.	• Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Polityka senioralna (w ramach warunków życia i ekonomii) • Relacje osób starszych
36.	Piotr Szukalski	Przyszłość województwa łódzkiego i Łodzi w świetle Prognozy ludności na lata 2023-	2023	Publikacja analizuje przyszłość demograficzną województwa łódzkiego i miasta Łodzi w kontekście danych zawartych w najnowszej prognozie ludności GUS na lata 2023–2060. Autor wskazuje na spodziewany istotny wzrost odsetka osób w wieku 65+, towarzyszący mu spadek liczby ludności ogółem oraz konsekwencje tych procesów dla lokalnych społeczności, systemu usług publicznych i rynku pracy. Szczególny nacisk położono na potrzebę dostosowania regionalnej polityki społecznej do nadchodzących wyzwań starzenia się populacji, m.in. w obszarze opieki długoterminowej, infrastruktury mieszkaniowej, transportu czy planowania przestrzennego. Autor podkreśla również, że zmiany demograficzne będą miały wpływ na sytuację ekonomiczną osób starszych oraz jakość ich życia,	• Kontekst demograficzny • Polityka senioralna • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Sytuacja ekonomiczna osób starszych

⁵⁵ P. Szukalski, J. Wiktorowicz (red.) (2023), *Nowi biedni emeryci. O osobach uzyskujących świadczenia emerytalne niższe niż emerytura minimalna*, t. 1-2, Instytut Pracy i Spraw Socjalnych, Warszawa

		2060 wydanej przez GUS ⁵⁶		zwłaszcza w kontekście rosnących nierówności przestrzennych i społecznych. Publikacja pełni funkcję eksperckiego komentarza do danych statystycznych i stanowi cenne źródło wiedzy dla władz lokalnych oraz instytucji planujących działania w zakresie polityki senioralnej.	
37.	Brunon Hołyst	Zapobieganie samobójstwom. Zachowania suicydalne osób starszych ⁵⁷	2022	Publikacja przedstawia kompleksową analizę zjawiska samobójstw wśród osób starszych, ukazując ich społeczne, psychologiczne i zdrowotne uwarunkowania. Autorzy – specjaliści z różnych dziedzin – podejmują temat depresji, izolacji społecznej, strat życiowych i poczucia bezsensu jako czynników ryzyka zachowań suicydalnych. Szczególną uwagę poświęcono potrzebie wczesnej identyfikacji sygnałów zagrożenia oraz konieczności budowania systemów wsparcia i działań profilaktycznych, zarówno na poziomie rodziny, jak i instytucji. Książka zawiera także rekomendacje edukacyjne i propozycje strategii zapobiegania samobójstwom, uwzględniające specyfikę starości.	• Zdrowie psychiczne • Jakość życia osób starszych • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Warunki życia • Edukacja
38.	Martyna Kawińska	Potrzeby seniorów w obszarze aktywności społecznej, ⁵⁸	2022	Publikacja analizuje potrzeby osób starszych w zakresie aktywności społecznej, ukazując ją jako kluczowy element jakości życia i integracji seniorów ze społecznością lokalną. Autorka omawia czynniki sprzyjające oraz bariery ograniczające uczestnictwo społeczne seniorów, takie jak stan zdrowia, poziom wykształcenia, dostępność oferty czy stereotypy starości. Zwraca uwagę na znaczenie tworzenia zróżnicowanych form zaangażowania dostosowanych do możliwości i oczekiwań osób starszych. Artykuł podkreśla również potrzebę wspierania aktywności seniorów przez instytucje publiczne, organizacje pozarządowe i politykę lokalną. Wnioski mają charakter praktyczny i mogą służyć	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Relacje osób starszych • Polityka senioralna • Warunki życia

⁵⁶ P. Szukalski (2023), *Przyszłość województwa łódzkiego i Łodzi w świetle Prognozy ludności na lata 2023-2060 wydanej przez GUS*, Demografia i Gerontologia Społeczna – Biuletyn Informacyjny, 2023, Nr 2

⁵⁷ B. Hołyst (red.) (2022), *Zapobieganie samobójstwom. Zachowania suicydalne osób starszych*, Wydawnictwo Difin, Warszawa

⁵⁸ M. Kawińska (2022), *Potrzeby seniorów w obszarze aktywności społecznej*, „Polityka Społeczna” nr 9.

				jako podstawa do projektowania działań aktywizujących i wzmacniających podmiotowość osób starszych.	
39.	Danuta Opozda	Sytuacja społeczno-emocjonalna osób starszych spowodowana pandemią COVID-19 ⁵⁹	2022	Publikacja koncentruje się na społeczno-emocjonalnych konsekwencjach pandemii COVID-19 dla osób starszych w Polsce. Autorka opisuje doświadczenia seniorów związane z izolacją, ograniczeniem kontaktów społecznych, poczuciem osamotnienia i lękiem o zdrowie własne i bliskich. Analiza ukazuje również trudności w dostępie do wsparcia emocjonalnego i psychologicznego, a także ograniczenia instytucjonalne w czasie lockdownów. Artykuł podkreśla znaczenie wspólnotowych form pomocy, cyfrowej edukacji seniorów oraz potrzeby lepszego przygotowania systemu wsparcia na przyszłe kryzysy zdrowotne. Wnioski publikacji mają zastosowanie w projektowaniu polityk publicznych i programów interwencyjnych skierowanych do seniorów.	• Zdrowie psychiczne • Jakość życia osób starszych • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Warunki życia • Polityka senioralna
40.	Bethany Simmonds	Ageing and the Crisis in Health and Social Care: Global and National Perspectives ⁶⁰	2022	Autorka analizuje, jak globalne trendy – neoliberalizm, prywatyzacja i globalizacja – kształtują systemy zdrowia i opieki społecznej w krajach takich jak Wielka Brytania, Szwecja i Niemcy. Pokazuje, że wdrażanie „wyboru”, konkurencji i cięć budżetowych pogłębia wykluczenie starszych osób, zwłaszcza tych pozbawionych kapitału społecznego i ekonomicznego. Na podstawie studiów przypadków – m.in. aktywizacja, opieka w sytuacjach nagłych, wypis ze szpitala, opieka paliatywna – omawia konsekwencje takich polityk dla seniorów i pracowników sektora. Omawia także wpływ wydarzeń takich jak Brexit i COVID-19, kończąc propozycjami innowacyjnych rozwiązań systemowych i kulturowych.	• Zdrowie fizyczne • Warunki życia • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Integracja społeczna • Jakość życia osób starszych
41.	Tomasz Słabiak	Wolontariat osób starszych	2022	Publikacja omawia wolontariat seniorów jako formę aktywności, która nie tylko zaspokaja potrzebę bycia użytecznym, ale również pełni funkcję wychowawczą i	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat)

⁵⁹ D. Opozda (2022), *Sytuacja społeczno-emocjonalna osób starszych spowodowana pandemią COVID-19*, Roczniki Pedagogiczne. T. 14, nr 4 (2022), s. 121-133

⁶⁰ B. Simmonds (2022), *Ageing and the Crisis in Health and Social Care: Global and National Perspectives*, Bristol University Press

		jako element wychowania w perspektywie starości – wybrane aspekty ⁶¹		tożsamościową w późnej dorosłości. Autor przedstawia wolontariat jako przestrzeń rozwoju osobistego, międzypokoleniowego dialogu oraz społecznego zaangażowania, wspierając proces pomyślnego starzenia się. Szczególną uwagę poświęcono funkcjom edukacyjnym wolontariatu, który umożliwia nabywanie nowych kompetencji, wzmacnianie poczucia sprawstwa i utrzymywanie więzi społecznych. Artykuł ukazuje, że wolontariat może być formą aktywnej starości o dużym znaczeniu wychowawczym – zarówno dla seniorów, jak i dla społeczności, w której działają. Wnioski publikacji wspierają rozwój programów wolontariatu jako elementu polityki senioralnej i edukacji ustawicznej.	- Edukacja - Jakość życia osób starszych - Integracja społeczna - Relacje osób starszych - Zdrowie psychiczne
42.	Agnieszka Sowa-Kofta,	Sytuacja ekonomiczna i aktywność osób starszych w czasie pandemii COVID-19. Doświadczeni a polskie na tle krajów europejskich ⁶²	2022	Publikacja analizuje wpływ pandemii COVID-19 na sytuację ekonomiczną i społeczną osób starszych w Polsce, w porównaniu z wybranymi krajami europejskimi. Autorka omawia zmiany w poziomie dochodów, ograniczenia w dostępie do usług i przestrzeni publicznej, a także spadek aktywności społecznej i zawodowej seniorów. Zwraca uwagę na zjawisko pogłębiającej się izolacji i wzrostu nierówności, które dotknęły szczególnie osoby starsze o niższym statusie materialnym i cyfrowym. W artykule porównano także polityki wsparcia wdrażane w różnych krajach europejskich, podkreślając potrzebę budowy bardziej odpornego i inkluzyjnego systemu opieki nad seniorami. Publikacja wnosi ważny wkład w refleksję nad konsekwencjami pandemii dla starzejącego się społeczeństwa i koniecznością długofalowych działań wspierających.	- Sytuacja ekonomiczna osób starszych - Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) - Jakość życia osób starszych - Warunki życia - Integracja społeczna - Polityka senioralna
43.	Monika Sulik	Uniwersytet Trzeciego Wieku w	2022	Publikacja podejmuje temat funkcjonowania Uniwersytetów Trzeciego Wieku (UTW) w kontekście zróżnicowanych i niestandardowych form starzenia się, określanych jako „patchworkowo-kolażowa starość”. Autor analizuje, jak UTW	- Edukacja - Jakość życia osób starszych

⁶¹ T. Słabbiak (2022), *Wolontariat osób starszych jako element wychowania w perspektywie starości – wybrane aspekty*, Edukacja ustawiczna dorosłych. Kwartalnik naukowo-metodyczny, Vol.119 (4), s. 69-79

⁶² A. Sowa-Kofta (2022), *Sytuacja ekonomiczna i aktywność osób starszych w czasie pandemii COVID-19. Doświadczenia polskie na tle krajów europejskich*, Polityka Społeczna, R. 49, nr 9 (2022), s. 26-32

		obliczu potrzeb „patchworkow o-kolazowej” starości ⁶³		odpowiadają na wielowymiarowe potrzeby współczesnych seniorów, łącząc elementy edukacji, integracji i samorozwoju w środowisku rówieśniczym. Zwraca uwagę na elastyczność i różnorodność programów UTW jako formy adaptacji do zmieniających się biografii i oczekiwań osób starszych. Podkreślono także rolę UTW w przełamywaniu stereotypów starości oraz budowaniu pozytywnej tożsamości w późnej dorosłości. Artykuł wnosi istotny wkład w refleksję nad nowoczesnymi modelami edukacji senioralnej.	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Zdrowie psychiczne
44.	Dorota Wyszowska	Sytuacja osób starszych w Polsce ⁶⁴	2022	Publikacja stanowi syntetyczny przegląd sytuacji osób starszych w Polsce, przedstawiony w ramach obrad III Kongresu Demograficznego. Autorka omawia najważniejsze wyzwania wynikające ze starzenia się społeczeństwa, takie jak rosnąca liczba osób niesamodzielnych, pogarszający się stan zdrowia, ograniczony dostęp do usług opiekuńczych oraz problemy mieszkaniowe i finansowe. Podkreśla również potrzebę rozwijania lokalnych form wsparcia, integracji społecznej seniorów i przeciwdziałania ich marginalizacji. W analizie uwzględniono również zmiany struktury demograficznej i ich wpływ na system opieki społecznej i zdrowotnej. Publikacja dostarcza ważnych wniosków dla kształtowania zintegrowanej i długofalowej polityki senioralnej w Polsce.	• Jakość życia osób starszych • Warunki życia • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Polityka senioralna • Integracja społeczna • Kontekst demograficzny
45.	Rafał Bakalarczyk	Starość po polsku. Propozycja reformy systemu opieki nad	2021	Raport diagnozuje polski system opieki nad seniorami jako wysoce niedofinansowany, nieskoordynowany i nadmiernie obciążający rodzinnych opiekunów – głównie kobiety – co skutkuje nierównomiernym dostępem do wsparcia domowego, środowiskowego i instytucjonalnego. Autor podkreśla rosnące znaczenie cyfrowych barier w opiece, konieczność uwzględnienia demograficznych i kulturowych zmian w polityce senioralnej oraz potrzebę współpracy międzysektorowej. Rekomenduje trzy priorytetowe kierunki reform:	• Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Zdrowie fizyczne • Warunki życia • Integracja społeczna • Kompetencje cyfrowe • Relacje osób starszych

⁶³ M. Sulik (2022), *Uniwersytet Trzeciego Wieku w obliczu potrzeb „patchworkowo-kolazowej” starości*, Edukacja Dorosłych, 2022, Vol.87 (2), s. 77-93

⁶⁴ D. Wyszowska (2022), *Sytuacja osób starszych w Polsce w: Niesamodzielna starość : materiały z III Kongresu Demograficznego*. Cz. 2. s. 77-99

		osobami starszymi ⁶⁵		nową strukturę finansowania, wzmocnienie opieki rodzinnej i rozwinięcie usług formalnych publicznych i prywatnych.	
46.	Jadwiga Berbeka, Katarzyna Klimek, Agata Niemczyk, Michał Rudnicki, Renata Seweryn	Turystyka a jakość życia seniorów ⁶⁶	2021	Publikacja analizuje wpływ uczestnictwa osób starszych w turystyce na ich jakość życia, dobrostan psychiczny i zdrowie fizyczne. Autorzy podejmują temat z perspektywy interdyscyplinarnej, łącząc wiedzę z zakresu gerontologii, turystyki, psychologii i socjologii. Omawiają zarówno motywacje, jakie kierują seniorami podejmującymi aktywność turystyczną, jak i bariery utrudniające jej realizację – takie jak ograniczenia finansowe, zdrowotne czy brak dostosowanej oferty. Podkreślają również znaczenie turystyki jako przestrzeni budowania więzi społecznych, samorealizacji i aktywizacji, a także przeciwdziałania izolacji i monotonii życia codziennego. Szczególną wartość stanowią zawarte w publikacji wyniki badań empirycznych oraz przykłady działań wspierających rozwój turystyki senioralnej w Polsce. Książka formułuje także rekomendacje dla polityki społecznej i branży turystycznej w zakresie lepszego dostosowania usług do potrzeb osób starszych.	• Jakość życia osób starszych • Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Warunki życia • Integracja społeczna
47.	K. K. Bhattacharyya	Rethinking The Aging Transition. Psychological, Health, and Social Principles To Guide Aging Well ⁶⁷	2021	Autor analizuje przejście do późniejszego etapu życia, podkreślając wyzwania psychiczne, zdrowotne i społeczne, z którymi mierzą się osoby starsze. Na przykładzie porównań między Indiami a USA pokazuje, jak różne teorie – m.in. biopsychospołeczna, pozytywnej psychologii i podejście skoncentrowane na osobie – mogą wspierać holistyczne i godne starzenie się, uwzględniając kwestie autonomii, godności i sensu życia. Zawarte są tu także studia przypadków, dotyczące opieki, emerytury, duchowości, technologii oraz doświadczeń związanych z COVID-19, co czyni publikację wielowymiarową. Książka wskazuje drogę ku wspieraniu starzenia się z perspektywy kulturowej i międzynarodowej.	• Zdrowie psychiczne • Zdrowie fizyczne • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Jakość życia osób starszych • Kompetencje cyfrowe • Integracja społeczna

⁶⁵ R. Bakalarczyk (2021), *Starość po polsku. Propozycja reformy systemu opieki nad osobami starszymi*, Senior Hub - Instytut Polityki Senioralnej, Warszawa

⁶⁶ J. Berbeka, K. Klimek, A. Niemczyk, M. Rudnicki, R. Seweryn (2021), *Turystyka a jakość życia seniorów*, Wydawnictwo Difin, Warszawa

⁶⁷ K. K. Bhattacharyya (2021), *Rethinking The Aging Transition. Psychological, Health, and Social Principles To Guide Aging Well*, Springer

48.	Piotr Błędowski	Potrzeby opiekuńcze ⁶⁸	2021	Tekst opiera się na badaniach PolSenior2. W rozdziale „Potrzeby opiekuńcze osób starszych” autor analizuje rosnącą liczbę seniorów wymagających wsparcia w codziennych czynnościach, co wynika ze wzrostu zależności i niesprawności w starszym wieku. Wskazuje on na niedostatki w dostępności opieki środowiskowej i długoterminowej – obecne systemy nie zapewniają minimalnego standardu usług na terenie całego kraju. Autor apeluje o wzmocnienie roli opieki nieformalnej i instytucjonalnej, lepsze finansowanie opiekunów oraz współpracę z organizacjami pozarządowymi, by zbudować strukturalnie bezpieczny, zrównoważony system wsparcia dla seniorów	• potrzeby opiekuńcze, • opieka długoterminowa, • opieka środowiskowa, • opiekunowie nieformalni
49.	Piotr Błędowski	Sytuacja materialna, w: Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem ⁶⁹	2021	Tekst opiera się na badaniach PolSenior2. Autor zwraca uwagę na trudną sytuację ekonomiczną seniorów w Polsce, która przekłada się na ograniczenia w zaspokajaniu podstawowych potrzeb – co szczególnie dotyczy osób ze słabszym wykształceniem i samotnych gospodarstw jednoosobowych. Analiza pokazuje, że niski poziom wykształcenia i negatywna samoocena stanu zdrowia znacząco pogarszają poziom zabezpieczenia materialnego. Choć w grupie 55–59 lat obserwuje się lepszą aktywność zawodową, wyższe dochody i wykształcenie nie gwarantują bezpieczeństwa finansowego, zwłaszcza wśród najstarszych seniorów. Wnioskiem jest potrzeba interwencji publicznej – wzmocnienia wsparcia finansowego, edukacji ekonomicznej oraz poprawy dostępności usług socjalnych dla seniorów.	• sytuacja materialna, • dochody seniorów, • wykształcenie, • gospodarstwa jednoosobowe, • zasiłki i wsparcie społeczne, • zabezpieczenie finansowe.
50.	Piotr Błędowski, Jerzy Chude, Tomasz	Wyzwania dla polityki	2021	Tekst opiera się na badaniach PolSenior2. Autorzy omawiają genezę i cele projektów PolSenior1 i PolSenior2, wskazując na potrzebę szerokiej diagnozy	• polityka senioralna, • struktura potrzeb,

⁶⁸ P. Błędowski, *Potrzeby opiekuńcze*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Wydawnictwo Gdańskiego Uniwersytetu medycznego, Gdańsk 2021.

⁶⁹ P. Błędowski, *Sytuacja materialna*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.

	Grodzicki, Marcin Gruchała, Małgorzata Mossakowska, Andrzej Więcek, Tomasz Zdrojewski	zdrowotnej i społecznej. Geneza projektów badawczych PolSenior1 i PolSenior2 ⁷⁰		stanu zdrowia, jakości życia i zasobów seniorów w Polsce. Zwracają uwagę na strukturę potrzeb osób starszych – obejmującą potrzeby biologiczne, emocjonalne, społeczne oraz samorealizacyjne – a także zaznaczają, że te potrzeby różnią się w zależności od wieku, stanu zdrowia, wykształcenia i sytuacji materialnej. Wskazują na rosnącą rolę opieki nieformalnej i znaczenie aktywności zawodowej bądź społecznej jako źródeł uznania i poczucia użyteczności, podkreślając jednocześnie potrzebę wsparcia systemowego – w szczególności w zakresie opieki długoterminowej i bezpieczeństwa ekonomicznego seniorów.	• opieka nieformalna, • aktywność zawodowa, • wsparcie systemowe.
51.	Renata Brzezińska	Współczesne problemy wieku senioralnego. Szanse i zagrożenia ⁷¹	2021	Publikacja podejmuje szerokie spektrum zagadnień związanych z okresem późnej dorosłości, prezentując zarówno pozytywne, jak i negatywne aspekty starzenia się. Autorka omawia m.in. zjawisko wykluczenia społecznego, samotności, marginalizacji seniorów oraz ich konsekwencje dla zdrowia psychicznego i dobrostanu. Zwraca uwagę na znaczenie aktywności społecznej, relacji rodzinnych i sąsiedzkich, a także możliwości rozwijania kompetencji i samorealizacji w starszym wieku. W publikacji podkreślono także potencjał seniorów jako grupy mogącej aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym, jeśli zapewni się im odpowiednie warunki i wsparcie. Omawiane są również kwestie świadomości społecznej, stereotypów starości oraz edukacji na rzecz starzenia się z godnością. Książka ma charakter diagnostyczno-refleksyjny, ale zawiera też konkretne postulaty dotyczące wspierania jakości życia osób starszych.	• Jakość życia osób starszych • Zdrowie psychiczne • Relacje osób starszych • Warunki życia • Integracja społeczna • Edukacja

⁷⁰ P. Błędowski, J. Chudek, T. Grodzicki, M. Gruchała, M. Mossakowska, A. Więcek, T. Zdrojewski (2021), *Wyzwania dla polityki zdrowotnej i społecznej. Geneza projektów badawczych PolSenior1 i PolSenior2* w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.

⁷¹ R. Brzezińska (2021), *Współczesne problemy wieku senioralnego. Szanse i zagrożenia*, Jagielloński Instytut Wydawniczy, Toruń

52.	Szymon Krzysztof Ciećko	Sytuacja egzystencjalna ludzi w podeszłym wieku. Trudności i próby ich przezwyciężenia w perspektywie teologicznej ⁷²	2021	Publikacja podejmuje temat egzystencjalnych trudności doświadczanych przez osoby w podeszłym wieku – takich jak samotność, lęk przed śmiercią, utrata bliskich czy poczucie braku sensu życia. Autor analizuje te zjawiska w perspektywie teologicznej, podkreślając rolę duchowości, religii i wspólnoty w przezwyciężaniu kryzysów starości. Artykuł ukazuje, że wsparcie emocjonalne i duchowe może znacząco wpływać na dobrostan psychiczny i poczucie bezpieczeństwa seniorów. Wskazano również na znaczenie obecności osób towarzyszących – zarówno z otoczenia prywatnego, jak i instytucjonalnego – w procesie godnego starzenia się. Tekst ma charakter refleksyjno-analizujący i stanowi cenny wkład w interdyscyplinarne podejście do problemów egzystencjalnych seniorów.	• Jakość życia osób starszych • Zdrowie psychiczne • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Warunki życia • Edukacja
53.	Grzegorz Gawron, Andrzej Klimczuk, Zofia Szveda-Lewandowska	Starzenie się populacji. Aktywizacja, koprodukcja i integracja społeczna osób starszych ⁷³	2021	Publikacja stanowi interdyscyplinarną analizę zjawiska starzenia się populacji, koncentrując się na możliwościach aktywizacji, integracji i współtworzenia (koprodukcji) usług i działań społecznych przez osoby starsze. Autorzy podkreślają, że starość nie musi oznaczać wycofania z życia publicznego, lecz może być okresem intensywnego uczestnictwa społecznego, jeśli zapewnione zostaną odpowiednie warunki instytucjonalne i kulturowe. Omawiają koncepcje aktywnego i pomyślnego starzenia się oraz wskazują na konieczność budowania inkluzywnych polityk publicznych sprzyjających partycypacji obywatelskiej seniorów. Książka porusza także znaczenie relacji międzypokoleniowych, edukacji ustawicznej oraz roli osób starszych w lokalnych wspólnotach jako współtwórców kapitału społecznego. Szczególną uwagę poświęcono praktycznym modelom i przykładom działań z zakresu koprodukcji – takich, które	• Kontekst demograficzny • Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Integracja społeczna • Jakość życia osób starszych • Relacje międzypokoleniowe • Edukacja

⁷² S. K. Ciećko, (2021), *Sytuacja egzystencjalna ludzi w podeszłym wieku. Trudności i próby ich przezwyciężenia w perspektywie teologicznej*, w: Bezpieczeństwo seniorów. Wyzwanie dla społeczeństwa w XXI w. s. 39-50

⁷³ G. Gawron, A. Klimczuk, Z. Szveda-Lewandowska (2021), *Starzenie się populacji. Aktywizacja, koprodukcja i integracja społeczna osób starszych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice

				zakładają współodpowiedzialność seniorów za projektowanie i realizację usług społecznych. Publikacja wnosi nową jakość do debaty nad starzeniem się, proponując podejście oparte na sprawczości i podmiotowości osób starszych.	
54.	Haroon, Li Yu-Xin, Ye Chen-Xu, Ahmad, Muhammad Tauseef, Imranullah Khan, Xiao-Hong Shah, Lian-Xi Xing Su	The 100 Most Cited Publications in Aging Research: A Bibliometric Analysis ⁷⁴	2021	Publikacja przedstawia analizę 100 najczęściej cytowanych prac naukowych w dziedzinie badań nad starzeniem się, z zastosowaniem metod bibliometrycznych. Autorzy identyfikują kluczowe tematy, trendy badawcze oraz instytucje i kraje, które odgrywają wiodącą rolę w kształtowaniu globalnej wiedzy o starości. Wśród najczęściej podejmowanych zagadnień dominują kwestie związane ze zdrowiem fizycznym i psychicznym, chorobami neurodegeneracyjnymi, opieką długoterminową oraz społecznymi aspektami starzenia. Analiza ukazuje też rosnące znaczenie interdyscyplinarności i współpracy międzynarodowej w badaniach nad populacjami osób starszych. Publikacja dostarcza cennych informacji dla naukowców, decydentów i instytucji finansujących badania, wskazując na najbardziej wpływowe kierunki i prace w tej dziedzinie. Jest to również użyteczne źródło refleksji nad priorytetami badawczymi w kontekście globalnego starzenia się społeczeństw.	• Jakość życia osób starszych • Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Kontekst demograficzny • Edukacja • Polityka senioralna (pośrednio, przez wpływ badań na rozwój systemów wsparcia)
55.	Tomasz Kopiec, Katarzyna Stańczyk, Monika Burzyńska,	Ocena opinii mieszkańców województwa łódzkiego na temat potrzeb z zakresu aktywizacji	2021	Publikacja przedstawia wyniki badań opinii mieszkańców województwa łódzkiego na temat potrzeb seniorów w zakresie aktywizacji społecznej. Autorzy analizują postrzeganie roli osób starszych w lokalnych społecznościach, identyfikując najważniejsze bariery i oczekiwania dotyczące działań integracyjnych i edukacyjnych. Zwracają uwagę na niski poziom wiedzy o dostępnych formach aktywności, potrzebę budowania międzypokoleniowych więzi oraz dostosowania oferty instytucjonalnej do zróżnicowanych potrzeb seniorów. Podkreślono znaczenie zaangażowania społeczności lokalnej i władz	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Polityka senioralna • Relacje osób starszych • Warunki życia

⁷⁴ Haroon, L. Yu-Xin, Y. Chen-Xu, M. Tauseef, I. Khan, X.-H. Shah, L.-X. Xing Su (2021), *The 100 Most Cited Publications in Aging Research: A Bibliometric Analysis*, <https://doi.org/10.29333/ejgm/11413>

		społecznej seniorów ⁷⁵		samorządowych w rozwój działań wspierających uczestnictwo osób starszych w życiu społecznym. Artykuł stanowi cenne źródło wiedzy dla planowania regionalnej polityki senioralnej.	
56.	Arkadiusz Korycki	Tradycyjne i nietradycyjne obszary aktywności osób starszych ⁷⁶	2021	Publikacja przedstawia wieloaspektowe ujęcie aktywności osób starszych, ukazując zarówno tradycyjne formy zaangażowania (np. wolontariat, działalność w organizacjach seniorskich, aktywność religijna), jak i nowe, często nietypowe obszary uczestnictwa społecznego. Autorzy podejmują temat uczenia się przez całe życie, udziału seniorów w projektach międzygeneracyjnych, aktywności cyfrowej, a także twórczości artystycznej i obywatelskiego zaangażowania. Zwracają uwagę na zróżnicowanie form aktywności w zależności od płci, miejsca zamieszkania i kapitału kulturowego seniorów. Publikacja wskazuje, że aktywność w wieku starszym ma istotne znaczenie nie tylko dla dobrostanu jednostki, lecz także dla integracji społecznej i przeciwdziałania wykluczeniu. Szczególny nacisk położono na konieczność wspierania oddolnych inicjatyw oraz tworzenia lokalnych warunków sprzyjających uczestnictwu seniorów w życiu publicznym. Książka stanowi ważny głos w dyskusji nad redefinicją starości jako etapu pełnego potencjału i możliwości rozwoju.	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Edukacja • Jakość życia osób starszych • Kompetencje cyfrowe • Integracja społeczna • Relacje międzypokoleniowe
57.	Magdalena Kowalska	Problem starości i starzenia się ludności w regionie Polski południowo-wschodniej w	2021	Publikacja koncentruje się na problematyce starzenia się ludności w Polsce południowo-wschodniej, ukazując ten proces jako jedno z kluczowych wyzwań społeczno-demograficznych regionu. Autorka przedstawia szczegółową analizę danych statystycznych i trendów demograficznych, wskazując na konsekwencje wzrostu liczby osób starszych dla lokalnych społeczności i systemów wsparcia. Istotną część opracowania stanowi odniesienie do założeń polityki senioralnej – zarówno na poziomie krajowym, jak i regionalnym – oraz ocena stopnia ich	• Kontekst demograficzny • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Sytuacja ekonomiczna osób starszych

⁷⁵ T. Kopiec, K. Stańczyk, M. Burzyńska (2021), *Ocena opinii mieszkańców województwa łódzkiego na temat potrzeb z zakresu aktywizacji społecznej seniorów*, Acta Universitatis Lodzensis. Folia oeconomica, 2021, Vol.6 (357), s. 4-23

⁷⁶ A. Korycki (red.), *Tradycyjne i nietradycyjne obszary aktywności osób starszych*, Oficyna Wydawnicza Politechniki Rzeszowskiej, Rzeszów

		kontekście założeń polityki senioralnej ⁷⁷		realizacji w praktyce. Omawiane są m.in. warunki życia seniorów, dostęp do usług społecznych, problemy ekonomiczne oraz kwestie osamotnienia i izolacji. Zwrócono uwagę na nierównomierny rozwój terytorialny oraz potrzebę wzmocnienia integracji społecznej i działań aktywizujących osoby starsze. Publikacja zawiera również propozycje rozwiązań wspierających poprawę jakości życia seniorów w regionie.	• Relacje osób starszych
58.	Anna Lubrańska, Ewa Zawira	Wolontariat – jako przykład bycia i stawania się w starości ⁷⁸	2021	Publikacja ukazuje wolontariat jako formę egzystencjalnego i rozwojowego doświadczania starości, w której osoby starsze nie tylko „są”, ale aktywnie „stają się” – poprzez relacje, zaangażowanie i sprawczość. Autorki podkreślają, że wolontariat w starości pełni funkcje terapeutyczne, wzmacnia poczucie wartości i sensu życia, przeciwdziała izolacji oraz pozwala budować międzypokoleniowe więzi. Artykuł ma charakter refleksyjno-teoretyczny i odwołuje się do kategorii filozoficznych oraz psychogerontologicznych, pokazując starość jako czas potencjału, a nie wycofania. Przedstawiono także przykłady dobrych praktyk i świadectwa osób zaangażowanych w działalność wolontariacką. Tekst zachęca do wspierania seniorów w aktywnym uczestnictwie społecznym jako formie samorealizacji.	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Relacje osób starszych • Zdrowie psychiczne • Edukacja
59.	Maria Łuszczńska	Ageing as a social challenge. Individual, family and	2021	Książka przygląda się procesowi starzenia w Polsce jako istotnemu wyzwaniu społecznemu, łącząc różnorodne perspektywy – demograficzną, filozoficzną, prawną, psychologiczną, gerontologiczną i socjologiczną. Autorka analizuje wpływ zmian demograficznych, postaw młodszych pokoleń i polityki państwa na sposób, w jaki osoby starsze postrzegają swoją tożsamość oraz starzejący się proces. Duży nacisk położono na lokalne i krajowe inicjatywy wspierające aktywność seniorów oraz na potrzebę przesunięcia zasobów i zmiany społecznej	• Kontekst demograficzny, • Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Edukacja • Relacje międzypokoleniowe • Relacje osób starszych

⁷⁷ M. Kowalska (2021), *Problem starości i starzenia się ludności w regionie Polski południowo-wschodniej w kontekście założeń polityki senioralnej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rolniczego w Krakowie, Kraków

⁷⁸ A. Lubrańska, E. Zawira (2021), *Wolontariat – jako przykład bycia i stawania się w starości*, „Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej” 20(1).

		social aspects in Poland ⁷⁹		percepcji starości. Autorka podkreśla również rolę relacji międzypokoleniowych i potrzeby rozwijania polityki i postaw społecznych, które przyczynią się do bardziej włączającego i godnego starzenia	Integracja społeczna
60.	Halina Nadobnik	Media społecznościowe jako narzędzie aktywizacji osób starszych w okresie pandemii COVID-19. Analiza funkcjonowania na Facebooku organizacji wybranych z czterech polskich miast ⁸⁰	2021	Publikacja analizuje wykorzystanie mediów społecznościowych – szczególnie Facebooka – jako narzędzia aktywizacji osób starszych w czasie pandemii COVID-19. Autorka bada działalność organizacji seniorskich z czterech polskich miast, wskazując na sposoby angażowania seniorów w działania online, utrzymywanie więzi i przekazywanie informacji. Artykuł ukazuje, że media społecznościowe mogą pełnić ważną funkcję kompensacyjną w sytuacjach kryzysowych, przeciwdziałając izolacji i umożliwiając kontynuowanie aktywności społecznej mimo ograniczeń fizycznych. Podkreślono także znaczenie edukacji cyfrowej i wsparcia technicznego, bez których pełne włączenie seniorów w przestrzeń online nie byłoby możliwe. Publikacja wnosi istotny wkład do refleksji nad cyfrową aktywnością osób starszych i rozwojem e-usług społecznych.	- Kompetencje cyfrowe - Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) - Integracja społeczna - Jakość życia osób starszych - Edukacja - Polityka senioralna
61.	Norbert Pikula	Aktywność społeczno-edukacyjna	2021	Publikacja omawia społeczną i edukacyjną aktywność seniorów jako kluczowy czynnik wspierający ich rozwój osobisty, poczucie sensu życia i integrację społeczną. Autor wskazuje, że uczestnictwo w różnych formach kształcenia i	- Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) - Edukacja

⁷⁹ R. Iwański (2021), *Opieka długoterminowa nad osobami starszymi*, CeDeWu, Warszawa

⁸⁰ H. Nadobnik (2021), *Media społecznościowe jako narzędzie aktywizacji osób starszych w okresie pandemii COVID-19. Analiza funkcjonowania na Facebooku organizacji wybranych z czterech polskich miast*, Studia z polityki publicznej, 2021, Vol.8 (2), s. 63-78

		jako czynnik zmiany i rozwoju osób starszych ⁸¹		działaniach wspólnotowych umożliwia osobom starszym podejmowanie nowych ról, budowanie relacji oraz utrzymywanie sprawności intelektualnej i emocjonalnej. Artykuł ukazuje starość jako okres otwarty na zmiany i samorealizację, przeciwdziałając stereotypowemu postrzeganiu jej wyłącznie w kategoriach regresu. Podkreślono również znaczenie aktywności dla poprawy dobrostanu psychicznego i przeciwdziałania izolacji. Publikacja zawiera propozycje praktycznych działań z zakresu pracy socjalnej i edukacji dorosłych.	• Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Relacje osób starszych • Zdrowie psychiczne
62.	Alexander Seifert, Shelia R. Cotten, Bo Xie	A Double Burden of Exclusion? Digital and Social Exclusion of Older Adults in Times of COVID-19 ⁸²	2021	Publikacja analizuje zjawisko podwójnego wykluczenia – cyfrowego i społecznego – którego doświadcza wielu seniorów w czasie pandemii COVID-19. Autorzy wskazują, że ograniczony dostęp do technologii cyfrowych i brak odpowiednich kompetencji znacznie utrudniły osobom starszym utrzymywanie relacji społecznych, dostęp do informacji, usług zdrowotnych i form aktywności. Pandemia uwypukliła istniejące wcześniej nierówności i pokazała, jak silnie wykluczenie cyfrowe wpływa na izolację, samotność i pogorszenie dobrostanu psychicznego. Artykuł podkreśla potrzebę systemowego wsparcia dla rozwoju kompetencji cyfrowych seniorów oraz tworzenia inkluzyjnych rozwiązań technologicznych. Wnioski mają charakter międzynarodowy i są istotne dla kształtowania polityki publicznej w dobie starzejących się społeczeństw.	• Kompetencje cyfrowe • Integracja społeczna • Jakość życia osób starszych • Warunki życia • Zdrowie psychiczne • Polityka senioralna
63.	Sławomir Sobczak, Ewa Jówko, Beata Bocian-Waszkiewicz, Tamara Zacharuk.	Potencjał seniorów. Studium	2021	Publikacja ma charakter pedagogicznego studium poświęconego potencjałowi rozwojowemu osób starszych, ukazanemu w kontekście zmieniających się wyzwań społecznych i edukacyjnych. Autorzy zwracają uwagę na to, że starość nie musi oznaczać wycofania z życia społecznego – przeciwnie, może być okresem aktywności, twórczości i zaangażowania. W książce podkreślono znaczenie kształcenia ustawicznego, rozwoju kompetencji, w tym cyfrowych,	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Edukacja • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna

⁸¹ N. Pikuła (2020), *Aktywność społeczno-edukacyjna jako czynnik zmiany i rozwoju osób starszych*, „Praca socjalna”, Vol. 36, nr 3, s. 127–141.

⁸² A. Seifert, S. R. Cotten, B. Xie (2021), *A Double Burden of Exclusion? Digital and Social Exclusion of Older Adults in Times of COVID-19*, J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci, doi: 10.1093/geronb/gbaa098.

		pedagogiczne ⁸³		oraz uczestnictwa seniorów w inicjatywach lokalnych i międzypokoleniowych. Przedstawiono także konkretne przykłady dobrych praktyk i działań aktywizujących, wspierających integrację i rozwój osobisty w wieku późnej dorosłości. Szczególny nacisk położono na pedagogiczne podejście do pracy z seniorami – rozpoznanie ich potrzeb, potencjałów i możliwości rozwoju. Książka stanowi wartościowy głos w debacie nad społecznym obrazem starości oraz budowaniem bardziej włączającej i sprawczej polityki senioralnej.	• Relacje osób starszych • Kompetencje cyfrowe
64.	Piotr Szukalski	Aktywność zawodowa ⁸⁴	2021	Tekst opiera się na badaniach PolSenior2. Autor analizuje zatrudnienie i aktywność zawodową osób starszych, wskazując, że choć grupa 55–64 lata utrzymuje relatywnie wysoką stopę zatrudnienia (ok. 56–61 %), niemal ¼ seniorów w wieku 55–89 lat pozostaje bierna zawodowo. W raporcie podkreślono, że starsi pracownicy często są niedoceniani na rynku pracy, mimo doświadczenia, a ich utrzymanie zatrudnienia wiąże się z barierami wiekowymi i potrzebą wsparcia pracodawców. Autor zwraca uwagę również na rosnącą liczbę pracujących emerytów oraz potrzebę polityk sprzyjających integracji zawodowej osób 50+ przez szkolenia i dostosowanie warunków pracy	• aktywność zawodowa seniorów, • praca 55–64 lata, • bezczynność zawodowa, • zatrudnienie osób 50+, • polityka rynku pracy.
65.	Aleksandra Szybalska, Hanna Kujawska-Danecka, Elżbieta Biernat, Małgorzata Mossakowska	Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce	2021	Tekst opiera się na badaniach PolSenior2. Autorzy analizują aktywność seniorów w czasie wolnym, wskazując, że pogarszający się stan zdrowia coraz częściej uniemożliwia udział w rekreacji – aż 74 % osób w wieku 50–69 lat i niemal 91 % seniorów 70+ deklaruje chroniczne dolegliwości zdrowotne, które ograniczają ich mobilność. Tylko około 1–2 % seniorów ocenia swój stan zdrowia jako bardzo dobry, co warunkuje ich mniejsze zaangażowanie w aktywne spędzanie wolnego czasu. Odnotowano wyraźną rolę czynników edukacyjnych i materialnych –	• aktywność społeczna, • zdrowie seniorów, • rekreacja, • czynniki edukacyjne, • nierówności materialne.

⁸³ S. Sobczak, E. Jówko, B. Bocian-Waszkiewicz, T. Zacharuk (2021), *Potencjał seniorów. Studium pedagogiczne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego, Siedlce

⁸⁴ P. Szukalski (2021), *Aktywność zawodowa*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.

		zamieszkania ⁸⁵		osoby o wyższym wykształceniu częściej uczestniczą w wydarzeniach kulturalnych, podróżach i korzystają z Internetu, podczas gdy osoby ze szkołą podstawową rzadko opuszczają dom, co wskazuje na potrzebę polityki sprzyjającej aktywizacji oraz lepszego dostępu do usług i wsparcia zdrowotnego seniorów.	
66.	Aleksandra Szybalska, Adam Hajduk, Hanna Kujawska-Danecka, Małgorzata Mossakowska	Samooceńca stanu zdrowia ⁸⁶	2021	Tekst opiera się na badaniach PolSenior2. Autorzy analizują subiektywne poczucie zdrowia seniorów (<i>self-rated health</i> , SRH), mierzone wizualną skalą od 0 do 10 (VAS). Średnia ocena wyniosła 6,64, przy czym ponad połowa respondentów uznała swoje zdrowie za dobre, czterech na dziesięciu — za przeciętne, a tylko 5% — za złe. Oceny te silnie korelowały z wiekiem, poziomem wykształcenia i zdolnością do samodzielnego wykonywania codziennych czynności. Autorzy podkreślają, że niska samooceńca zdrowia wiąże się z gorszą sprawnością funkcjonalną i niższą jakością życia, co może wskazywać na potrzebę działań profilaktycznych i rehabilitacyjnych.	• subiektywna samooceńca zdrowia, • VAS, • jakość życia seniorów
67.	Beata Tobiasz-Adamczyk	Jakość życia ⁸⁷	2021	Tekst opiera się na badaniach PolSenior2. Autorka opisuje jakość życia seniorów jako wielowymiarowe doświadczanie, które jest silnie powiązane z poczuciem bezpieczeństwa – socjalnego, ekonomicznego, zdrowotnego i emocjonalnego – a także z wcześniejszym przygotowaniem do starości i bieżącą aktywnością (taką jak edukacja czy integracja społeczna). Badanie wykazało, że trudności materialne są jednym z głównych czynników obniżających jakość życia seniorów,	• jakość życia • poczucie bezpieczeństwa • autonomia • sytuacja materialna • aktywność seniorów

⁸⁵ A. Szybalska, H. Kujawska-Danecka, E. Biernat, M. Mossakowska, *Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce zamieszkania*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.

⁸⁶ A. Szybalska, A. Hajduk, H. Kujawska-Danecka, M. Mossakowska (2021), *Samooceńca stanu zdrowia*, red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.

⁸⁷ B. Tobiasz-Adamczyk (2021), *Jakość życia* w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.

				przy czym tylko około 70 % respondentów czuje, że ma wpływ na swoje codzienne decyzje, co wskazuje na ograniczone poczucie autonomii. Autorka podkreśla, że efektywny system zabezpieczenia społecznego oraz dostęp do edukacji i usług są kluczowe dla poprawy dobrostanu osób starszych	
68.	Beata Tobiasz-Adamczyk, Aleksander Gałaś, Tadeusz Jędrzejczyk, Agnieszka Wojtecka, Tomasz Grodzicki	Dostępność i poziom satysfakcji z usług medycznych ⁸⁸	2021	Tekst opiera się na badaniach PolSenior2. Autorzy wskazują, że choć około 80 % seniorów (60+) deklaruje zadowolenie z usług zdrowotnych, istnieją wyraźne bariery w ich dostępności – zwłaszcza dla osób najstarszych, mieszkańców wsi i mężczyzn, którzy rzadziej korzystają z lekarza POZ i specjalistów. Zauważono spadek w wizytach u lekarza pierwszego kontaktu przez starszych mężczyzn oraz utrzymujące się trudności z dostępem do rehabilitacji i świadczeń specjalistycznych. Autorzy podkreślają, że choć większość seniorów stosuje się do zaleceń lekarzy (ok. 60 %), to konieczne są działania wzmacniające profilaktykę, monitorowanie stanu zdrowia i eliminację barier systemowych, geograficznych i ekonomicznych.	• Zdrowie psychiczne • Zdrowie fizyczne • Dostępność usług medycznych
69.	Paweł Ulman, Magdalena Zajac	Gospodarstwa domowe osób starszych i ich sytuacja ekonomiczna ⁸⁹	2021	Publikacja analizuje sytuację ekonomiczną gospodarstw domowych osób starszych w Polsce, uwzględniając dochody, strukturę wydatków, formy oszczędzania oraz zagrożenie ubóstwem. Autorzy wskazują na zróżnicowanie ekonomiczne tej grupy w zależności od źródeł utrzymania, poziomu wykształcenia, miejsca zamieszkania i struktury rodzinnej. Zwracają uwagę na ryzyko marginalizacji finansowej części seniorów, szczególnie tych samotnie gospodarujących oraz na potrzebę dostosowania polityki społecznej do wyzwań związanych z ich zabezpieczeniem socjalnym. Omawiają także rolę wsparcia	• Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Polityka senioralna • Integracja społeczna • Kontekst demograficzny

⁸⁸ B. Tobiasz-Adamczyk, A. Gałaś, T. Jędrzejczyk, A. Wojtecka, T. Grodzicki (2021), *Dostępność i poziom satysfakcji z usług medycznych*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021

⁸⁹ P. Ulman, M. Zajac (2021), *Gospodarstwa domowe osób starszych i ich sytuacja ekonomiczna*, w: Rodzina, ekonomia i migracja. Ujęcie prawne i socjologiczno-ekonomiczne, red. M. Butrymowicz, P. Krocze, Kraków, s. 49–79 DOI: <https://doi.org/10.15633/9788374389105.04>

				rodzinnego i instytucjonalnego w łagodzeniu negatywnych skutków sytuacji materialnej osób starszych. Artykuł wnosi ważny wkład w debatę nad ekonomicznymi aspektami starzenia się społeczeństwa.	
70.	Bogusława Urbaniak, Marek Chałas, Piotr Szukalski, Rafał Zimny, Robert Błaszczak, Magdalena Zadworna	Trwałość i zmienność procesów starzenia się i starości ⁹⁰	2021	Monografia analizuje pojęcie starzenia się i starości z perspektyw wielodyscyplinarnych – demograficznej, medycznej, psychologicznej i społecznej. Autorzy podejmują próbę redefinicji próg wieku starości, wskazując na stałe i zmienne czynniki procesu starzenia się oraz ujawniając, jak te uwarunkowania kształtują nasze postrzeganie osób starszych i język, jakim się o nich mówi. W publikacji poruszono też problem ageizmu, szczególnie nasilonego podczas pandemii COVID-19 oraz podkreślono konieczność zbudowania inkluzywnego społeczeństwa wspierającego seniorów. Całość skierowana jest przede wszystkim do profesjonalistów pracujących z osobami starszymi, takich jak pracownicy socjalni, psycholodzy czy demografowie	• Kontekst demograficzny, • Zdrowie • Relacje społeczne • Integracja społeczna
71.	Ewa Włodarczyk	Problemy alkoholowe w okresie starości w kontekście braku poczucia sensu życia ⁹¹	2021	Publikacja porusza problem nadużywania alkoholu przez osoby starsze, analizując to zjawisko w kontekście egzystencjalnego kryzysu i utraty poczucia sensu życia. Autorka wskazuje, że alkoholizm w starości bywa często ukryty i niediagnozowany, a jego źródłem mogą być samotność, utrata ról społecznych, bezczynność oraz nierozwiązane problemy emocjonalne. Artykuł podkreśla, że brak wsparcia społecznego i adekwatnych form pomocy może prowadzić do pogłębiania się uzależnienia i marginalizacji seniorów. Przedstawiono również kierunki działań profilaktycznych i terapeutycznych, z uwzględnieniem potrzeby tworzenia specjalistycznych programów dla osób starszych. Publikacja wnosi istotny głos do dyskusji nad zdrowiem psychicznym i jakością życia seniorów w późnej dorosłości.	• Zdrowie psychiczne • Jakość życia osób starszych • Warunki życia • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Polityka senioralna

⁹⁰ B. Urbaniak, M. Chałas, P. Szukalski, R. Zimny, R. Błaszczak, M. Zadworna (2021), *Trwałość i zmienność procesów starzenia się i starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź

⁹¹ E. Włodarczyk (2021), *Problemy alkoholowe w okresie starości w kontekście braku poczucia sensu życia*, Polish journal of social rehabilitation, 2021, Vol.22 (1), p.101-122

72.	Tamara Zacharuk, Sławomir Sobczak, Ewa Jówko, Beata Bocian-Waszkiewicz	Aktywność osób starszych. Studium pedagogiczne ⁹²	2021	Monografia pokazuje różnorodne formy aktywności seniorów – społeczną, obywatelską, edukacyjną, kulturową, sportową, religijną i cyfrową – oraz prezentuje ich znaczenie dla funkcjonowania w wieku późnym. Autorzy omawiają biologiczne i psychospołeczne uwarunkowania zaangażowania seniorów, w tym wpływ stanu zdrowia, płci czy wcześniejszych nawyków życiowych. Przedstawione są wyniki badań empirycznych z przełomu kilku pokoleń, które ilustrują, jak różne grupy wiekowe postrzegają aktywność seniorów i jak kondycja fizyczna wpływa na ich funkcjonowanie. Wskazuje się, że podtrzymywanie zaangażowania w różnych obszarach życia może stanowić narzędzie kompensacji, integracji i utrzymania tożsamości w starości.	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Edukacja • Kompetencje cyfrowe • Zdrowie • Relacje międzypokoleniowe
73.	Aldona Zawojńska, Joanna Wrzesińska-Kowal, Tomasz Siudek	The Care for Older People during the COVID-19 Pandemic. An Overview of the Situation in Poland ⁹³	2021	Publikacja stanowi przegląd sytuacji opieki nad osobami starszymi w Polsce w czasie pandemii COVID-19, ze szczególnym uwzględnieniem skutków społecznych, zdrowotnych i instytucjonalnych. Autorzy analizują działania podejmowane w ramach systemu opieki długoterminowej oraz wyzwania, jakie pojawiły się w związku z ograniczeniem kontaktów społecznych, brakiem kadr, przeciążeniem placówek opiekuńczych i ograniczonym dostępem do usług zdrowotnych. Wskazano również na znaczenie opieki domowej i roli rodzin w zapewnianiu wsparcia w sytuacjach kryzysowych. Artykuł podkreśla konieczność budowania bardziej elastycznego i zintegrowanego systemu opieki senioralnej, zdolnego do reagowania na sytuacje nadzwyczajne. Wnioski publikacji mają charakter systemowy i mogą być punktem wyjścia do reform opieki nad osobami starszymi.	• Polityka senioralna • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Zdrowie fizyczne • Integracja społeczne • Relacje osób starszych
74.	Katarzyna Białożył	Aktywność edukacyjna	2020	Monografia koncentruje się na edukacyjnej i społecznej aktywności kobiet w wieku 75–89 lat z dużych miast, opierając się na badaniach obejmujących 300	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat)

⁹² T. Zacharuk, S. Sobczak, E. Jówko, B. Bocian-Waszkiewicz, (2021) *Aktywność osób starszych. Studium pedagogiczne*, Uniwersytet Humanistyczny w Siedlcach, Siedlce 2021

⁹³ A. Zawojńska, J. Wrzesińska-Kowal, T. Siudek (2021), *The Care for Older People during the COVID-19 Pandemic: An Overview of the Situation in Poland*, European Research Studies Journal, Volume XXIV, Issue 4 DOI: 10.35808/ersj/2770

		społeczna kobiet w okresie późnej starości, ⁹⁴		uczestniczek Uniwersytetów Trzeciego Wieku z trzech regionów Polski. Autorka przedstawia, że zaangażowanie w zajęcia edukacyjne stanowi dla nich źródło samodzielności, poczucia sensu życia i utrzymania więzi społecznych oraz skuteczne narzędzie łagodzenia samotności, a także opanowania lęku przed śmiercią. To podkreśla rolę aktywności intelektualnej w procesie adaptacji i budowaniu jakości życia. Na podstawie analiz wskazuje, że stan zdrowia, wykształcenie i dostępność organizacji (UTW) mają istotne znaczenie jako czynniki determinujące podejmowanie aktywności w późnej starości.	- Edukacja - Kompetencje cyfrowe - Zdrowie - Warunki życia
75.	Katarzyna Białożył	Aktywność edukacyjna kobiet w wieku 90+ ⁹⁵	2020	Publikacja podejmuje unikatowy temat aktywności edukacyjnej kobiet w wieku 90+, ukazując ją jako formę podtrzymywania tożsamości, sprawczości i zaangażowania społecznego w bardzo późnej starości. Autorka na podstawie badań jakościowych prezentuje motywacje siołerek do kontynuowania nauki oraz znaczenie, jakie przypisują edukacji w swoim życiu codziennym. Artykuł obala stereotypy dotyczące bierności i wycofania osób w zaawansowanym wieku, wskazując na ich potrzeby intelektualne, emocjonalne i społeczne. Podkreślono także rolę edukacji jako narzędzia przeciwdziałającego osamotnieniu i marginalizacji. Publikacja stanowi ważny głos w debacie nad możliwościami rozwojowymi w bardzo późnej dorosłości.	- Edukacja - Jakość życia osób starszych - Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) - Integracja społeczna - Relacje osób starszych - Zdrowie psychiczne
76.	Walter Boot, Neil Charness, Sara J. Czaja, Wendy A. Rogers	Designing for Older Adults ⁹⁶	2020	Publikacja to interdyscyplinarna analiza projektowania produktów, technologii i środowisk z myślą o potrzebach osób starszych. Autorzy – uznani badacze z zakresu psychologii starzenia się i inżynierii użyteczności – przedstawiają wytyczne, jak tworzyć rozwiązania wspierające samodzielność, bezpieczeństwo i komfort życia seniorów. Omawiają m.in. ograniczenia percepcyjne, poznawcze i motoryczne, które powinny być uwzględniane w projektowaniu interfejsów	- Kompetencje cyfrowe - Warunki życia - Jakość życia osób starszych - Mieszkalnictwo - Integracja społeczna

⁹⁴ K. Białożył (2020), *Aktywność edukacyjna społeczna kobiet w okresie późnej starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków

⁹⁵ K. Białożył (2020), *Aktywność edukacyjna kobiet w wieku 90+*, „Edukacja Ustawiczna Dorosłych” 2020, nr 2, s. 97–110.

⁹⁶ W. Boot, N. Charness, S. Czaja, W. Rogers, (2020), *Designing for Older Adults* <https://doi.org/10.1201/b22187>.

				użytkownika, przestrzeni mieszkalnych czy systemów informatycznych. Książka zawiera praktyczne przykłady i rekomendacje dla projektantów, urbanistów, inżynierów i decydentów politycznych. Stanowi kluczowe źródło wiedzy dla wszystkich, którzy chcą promować inkluzywność i aktywne starzenie się w społeczeństwie cyfrowym.	• Zdrowie psychiczne
77.	Monika Brzyska, Tomasz Grodzicki, Beata Tobiasz-Adamczyk	Zaniedbanie i samozaniedbanie osób starszych ⁹⁷	2020	Monografia przedstawia wielowymiarowy model uwarunkowań medycznych i społecznych zaniedbania i samozaniedbania seniorów, akcentując rolę chorób przewlekłych, stanu poznawczego i depresji oraz znaczenie sieci społecznych. Autorzy analizują również wpływ warunków mieszkaniowych, relacji społecznych i dostępu do opieki zdrowotnej na jakość życia. Wnioski podkreślają konieczność odpowiedzialności społecznej i systemowego wsparcia, zwłaszcza formalnych i nieformalnych opiekunów.	• Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Warunki życia • Relacje osób starszych • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna
78.	Anna Dąbrowska, Miroslawa Janoś-Kreso, Bogdan Mróz	Zachowania osób starszych na rynku e-usług ⁹⁸	2020	Publikacja podejmuje temat zachowań konsumenckich osób starszych w kontekście rosnącej roli e-usług, takich jak bankowość elektroniczna, e-zdrowie, zakupy online czy usługi administracyjne. Autorki analizują czynniki wpływające na stopień korzystania z tych usług przez seniorów, w tym poziom kompetencji cyfrowych, nastawienie do nowych technologii, poczucie bezpieczeństwa oraz wsparcie społeczne. Zwracają uwagę na wykluczenie cyfrowe jako nowe źródło nierówności w dostępie do usług oraz jego konsekwencje dla jakości życia osób starszych. Książka zawiera wyniki badań empirycznych ukazujących postawy, bariery oraz potrzeby edukacyjne w zakresie korzystania z e-usług przez seniorów w Polsce. Autorzy wskazują również na konieczność wdrażania polityk wspierających cyfrowe włączenie osób starszych, a także rolę edukacji i instytucji	• Kompetencje cyfrowe • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Jakość życia osób starszych • Edukacja • Warunki życia • Integracja społeczna

⁹⁷ M. Brzyska, T. Grodzicki, B. Tobiasz-Adamczyk (2020), *Zaniedbanie i samozaniedbanie osób starszych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków

⁹⁸ A. Dąbrowska, M. Janoś – Kreso, B. Mróz (2020), *Zachowania osób starszych na rynku e-usług*, Oficyna Wydawnicza SGH, Warszawa

				lokalnych w przełamaniu cyfrowej nieufności. Publikacja stanowi cenny głos w debacie nad cyfrową inkluzją w starzejącym się społeczeństwie.	
79.	Małgorzata Herudzińska	Nieformalni opiekunowie osób starszych – doświadczenia i uczucia oraz ich potrzeby związane z pełnioną rolą ⁹⁹	2020	Publikacja koncentruje się na sytuacji nieformalnych opiekunów osób starszych – najczęściej członków rodziny – ukazując ich codzienne doświadczenia, emocje oraz potrzeby związane z pełnieniem roli opiekuńczej. Autorka analizuje zarówno aspekty pozytywne, takie jak więź z seniorem czy poczucie odpowiedzialności, jak i obciążenia psychiczne, społeczne oraz zdrowotne wynikające z długoterminowej opieki. Podkreśla konieczność wsparcia systemowego, informacyjnego i emocjonalnego dla opiekunów, a także tworzenia programów odciążających ich w codziennych obowiązkach. Artykuł ukazuje, że jakość życia seniorów jest ściśle powiązana z dobrostanem ich opiekunów, a troska o jednych nie może być oddzielana od troski o drugich. To ważny głos w dyskusji o konieczności rozwoju polityki opiekuńczej w Polsce.	• Warunki życia • Relacje osób starszych • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Polityka senioralna • Zdrowie psychiczne
80.	Meghan Joy	The right to an age-friendly city. Redistribution, recognition, and senior citizen rights in urban spaces ¹⁰⁰	2020	Autorka analizuje program „age-friendly city” na przykładzie Toronto, ukazując, jak miejskie polityki mogą promować sprawiedliwy dostęp seniorów do przestrzeni, usług i infrastruktury, wpisując się w szerszy postulat „prawa do miasta” dla starszych osób. Na podstawie wywiadów z aktywistami, urzędnikami i pracownikami NGO identyfikuje trzy kluczowe filary: redystrybucję zasobów, uznanie tożsamości senioralnej oraz wzmocnienie roli społecznych aktorów miejskich. Jednocześnie wskazuje ograniczenia wynikające z neoliberalnych cięć i zależności programu od zewnętrznego finansowania, co utrudnia długofalowe działanie.	• Mieszkalnictwo • Warunki życia • Integracja społeczna • Relacje międzypokoleniowe • Jakość życia osób starszych • Kompetencje cyfrowe (w kontekście dostępu do usług miejskich)

⁹⁹ M. Herudzińska (2020), *Nieformalni opiekunowie osób starszych – doświadczenia i uczucia oraz ich potrzeby związane z pełnioną rolą*, „Rocznik Lubuski” 2020, t. 46, s. 281-293

¹⁰⁰ M. Joy (2020), *The right to an age-friendly city. Redistribution, recognition, and senior citizen rights in urban spaces*, McGill-Queen's University Press, London- Chicago

					Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat)
81.	Marlena Kilian	Funkcjonowanie osób w starszym wieku ¹⁰¹	2020	Publikacja podejmuje temat całościowego funkcjonowania osób starszych w różnych sferach życia – fizycznej, psychicznej, społecznej i emocjonalnej. Autor analizuje, jak zmieniające się wraz z wiekiem możliwości i potrzeby wpływają na codzienne doświadczenia seniorów oraz ich relacje z otoczeniem. Książka omawia m.in. kwestie sprawności fizycznej, zdrowia psychicznego, samodzielności, a także znaczenie relacji rodzinnych i społecznych dla dobrostanu w późnej dorosłości. Zwraca uwagę na czynniki wspierające aktywne i satysfakcjonujące starzenie się, jak również na bariery, które mogą ograniczać uczestnictwo osób starszych w życiu społecznym. Publikacja zawiera przegląd badań oraz praktyczne wnioski dotyczące działań wspierających poprawę jakości życia seniorów, zwłaszcza w kontekście wyzwań starzejącego się społeczeństwa. Całość ma charakter syntetyczny i analityczny, z naciskiem na potrzebę holistycznego podejścia do polityki senioralnej.	- Jakość życia osób starszych - Zdrowie fizyczne - Zdrowie psychiczne - Warunki życia - Relacje osób starszych - Integracja społeczna
82.	Andrzej Klimczuk	Perspectives and Theories of Social Innovation for Ageing Population ¹⁰²	2020	Redakcja zbioru pokazuje, jak teoria gerontologiczna (takie jak teorie aktywności, disengagement czy dyfuzja innowacji) może być wzbogacona przez praktyczne inicjatywy społeczne skierowane do osób starszych — np. przedsiębiorczość senioralną, laboratoria życiowe (living labs) czy technologie wspierające życie “smart”. Autorzy podkreślają rolę ICT i robotyki, współtworzenia usług przez seniorów, a także potrzeby środowisk przyjaznych wiekowi. Książka część teoretyczną łączy z przykładami projektów w różnych krajach, wskazując na konieczność integracji nauki, technologii i polityki publicznej.	- Kompetencje cyfrowe - Aktywność społeczna - Integracja społeczna - Jakość życia osób starszych - Relacje międzypokoleniowe

¹⁰¹ M. Kilian (2020), *Funkcjonowanie osób w starszym wieku*, Wydawnictwo Difin, Warszawa

¹⁰² A. Klimczuk (ed.) (2020), *Perspectives and Theories of Social Innovation for Ageing Population*, Frontiers Media S.A

83.	Arkadiusz Korycki	Senior jako lider i propagator aktywności ¹⁰³	2020	Publikacja ukazuje osoby starsze jako aktywnych uczestników życia społecznego – liderów lokalnych inicjatyw, animatorów kultury, wolontariuszy i mentorów międzypokoleniowych. Autorzy podkreślają, że seniorzy nie tylko korzystają z ofert aktywizacyjnych, ale coraz częściej sami je współtworzą i inicjują działania na rzecz swoich społeczności. Książka prezentuje liczne studia przypadków i przykłady dobrych praktyk z zakresu partycypacji obywatelskiej, działalności organizacji seniorskich i wolontariatu, ukazując różnorodne formy zaangażowania osób starszych. Szczególny nacisk położono na rozwijanie kompetencji przywódczych seniorów oraz wspieranie ich roli jako edukatorów i liderów społecznych. Publikacja stanowi ważny głos w redefiniowaniu wizerunku starości – jako etapu pełnego sprawczości, wpływu i odpowiedzialności społecznej. Jest to wartościowe źródło inspiracji zarówno dla seniorów, jak i instytucji działających na rzecz ich aktywizacji.	• Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna • Edukacja • Relacje międzypokoleniowe • Relacje osób starszych
84.	Jolanta Maćkiewicz, Artur Fabiś	Doświadczanie kryzysu w starości. Rozwiązania polskie i zagraniczne ¹⁰⁴	2020	Publikacja zbiorowa podejmuje problematykę przeżywania kryzysów w późnej dorosłości – takich jak samotność, choroba, utrata bliskich, ubóstwo czy dezorientacja życiowa – analizując je z perspektywy interdyscyplinarnej. Autorzy i autorki tekstów składających się na tom przedstawiają zarówno indywidualne doświadczenia seniorów, jak i systemowe odpowiedzi na sytuacje kryzysowe – w Polsce oraz w wybranych krajach europejskich. Podkreślono znaczenie wsparcia psychologicznego, socjalnego i środowiskowego w przezwyciężaniu trudności egzystencjalnych oraz rolę integracji społecznej i międzypokoleniowej. Książka zawiera także przykłady dobrych praktyk, programów pomocowych i rozwiązań instytucjonalnych. To wartościowy zbiór analiz dla badaczy, praktyków i decydentów kształtujących politykę senioralną.	• Zdrowie psychiczne • Jakość życia osób starszych • Warunki życia • Integracja społeczna • Relacje osób starszych • Polityka senioralna

¹⁰³ A. M. Korycki (red.) (2020), *Senior jako lider i propagator aktywności*, Wydawnictwo APS, Warszawa

¹⁰⁴ J. Maćkiewicz, A. Fabiś (red.) (2020), *Doświadczanie kryzysu w starości. Rozwiązania polskie i zagraniczne*, Biblioteka Gerontologii Społecznej. Exlibris, 2(19) / 2020

85.	Grażyna Mikołajczyk-Lerman, Małgorzata Potoczna	Instytucjonalne wsparcie niesamodzielnych osób starszych w województwie łódzkim. Potencjał, potrzeby, wyzwania ¹⁰⁵	2020	Autorzy identyfikują zasadnicze potrzeby usługowe osób w wieku 60+, takie jak usługi opiekuńcze, zdrowotne, transportowe i edukacyjne, analizując je w kontekście dynamicznych przemian demograficznych w Polsce. Pokazują, że zmiany struktury demograficznej generują rosnący popyt na zróżnicowane usługi wspierające codzienne funkcjonowanie seniorów i ich uczestnictwo w życiu społecznym. Praca uwzględnia zarówno perspektywę seniorów, jak i instytucji publicznych i prywatnych dostawców usług, dostarczając rekomendacji dotyczących kształtowania polityki usługowej odpowiadającej na te potrzeby.	• Warunki życia • Mieszkalnictwo • Aktywność społeczna • Edukacja • Kompetencje cyfrowe • Sytuacja ekonomiczna osób starszych
86.	Małgorzata Pogoda	Sytuacja osób starszych w Polsce z uwzględnieniem aspektów medycznych, społecznych i ekonomicznych ¹⁰⁶	2020	Analiza obejmuje medyczne, społeczne i ekonomiczne aspekty sytuacji osób starszych w Polsce, zwracając szczególną uwagę na tempo procesów demograficznych, strukturę gospodarstw domowych oraz stan zdrowia seniorów. Zwraca uwagę na rosnący udział osób w wieku 65+, zwłaszcza najstarszych, co prowadzi do jednorodnych i samodzielnych gospodarstw, zwiększonego zapotrzebowania na opiekę zdrowotną i rehabilitację oraz zagrożenia izolacją. Raport podkreśla potrzebę działań systemowych – w tym lepszych standardów domów opieki, skierowania wsparcia geriatrycznego, promocji aktywności fizycznej i utrzymywania kontaktów społecznych – aby przeciwdziałać pogorszeniu się stanu zdrowia i kondycji psychicznej seniorów.	• Kontekst demograficzny • Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Warunki życia • Integracja społeczna • Sytuacja ekonomiczna osób starszych
87.	Małgorzata Rejter	Potrzeby i marzenia seniorów jako czynniki	2020	Publikacja podejmuje temat potrzeb i marzeń osób starszych jako istotnych determinantów pomyślnego starzenia się. Autorka analizuje, w jaki sposób subiektywne oczekiwania i aspiracje wpływają na dobrostan psychiczny oraz gotowość seniorów do aktywnego uczestnictwa w życiu społecznym. Zwraca	• Jakość życia osób starszych • Warunki życia • Zdrowie psychiczne • Relacje osób starszych

¹⁰⁵ G. Mikołajczyk-Lerman, M. Potoczna (2020), *Instytucjonalne wsparcie niesamodzielnych osób starszych w województwie łódzkim. Potencjał, potrzeby, wyzwania*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź

¹⁰⁶ M. Pogoda (2020), *Sytuacja osób starszych w Polsce z uwzględnieniem aspektów medycznych, społecznych i ekonomicznych*, Kancelaria Senatu, Warszawa

		pomyślnego starzenia się ¹⁰⁷		uwagę na znaczenie wsparcia emocjonalnego, poczucia sprawczości oraz możliwości realizacji pasji i celów życiowych. Artykuł podkreśla konieczność uwzględniania indywidualnych perspektyw seniorów w projektowaniu polityk społecznych i działań aktywizacyjnych.	- Aktywność społeczna - Polityka senioralna
88.	Magdalena Rosłonowska	Dylematy mieszkańców, ich rodzin oraz pracowników domów pomocy społecznej ¹⁰⁸	2020	Publikacja przedstawia codzienne życie mieszkańców domów pomocy społecznej, ich relacje z rodzinami oraz funkcjonowanie w społeczności placówki. Pokazuje, czym wypełnione są ich dni – zajęciami, kontaktami z innymi pensjonariuszami i pracownikami – oraz jakie trudności napotykają, jak samotność, odrzucenie czy choroby przewlekłe. Autorka zwraca także uwagę na doświadczające profesjonalistów wyzwania opieki – wymagającej fizycznie i psychicznie pracy, często słabo wynagradzanej i niedocenianej społecznie. Dodatkowo omawia mechanizmy dyskryminacji i autodyskryminacji mieszkańców DPS, akcentując wpływ relacji międzyludzkich na ich dobrostan.	- Zdrowie fizyczne, - Zdrowie psychiczne, - Relacje międzypokoleniowe - Relacje osób starszych - Warunki życia
89.	Tomasz Różański	Samotność i osamotnienie osób starszych jako problem społeczny i edukacyjny ¹⁰⁹	2020	Publikacja podejmuje problem samotności i osamotnienia wśród osób starszych, analizując go zarówno z perspektywy społecznej, jak i pedagogicznej. Autor wskazuje na wielowymiarowe uwarunkowania izolacji społecznej seniorów – w tym czynniki demograficzne, kulturowe i instytucjonalne – oraz konsekwencje dla ich dobrostanu psychicznego i jakości życia. Artykuł podkreśla znaczenie działań edukacyjnych, profilaktycznych i integracyjnych, które mogą przeciwdziałać marginalizacji i umożliwiać osobom starszym budowanie satysfakcjonujących relacji społecznych. Różański postuluje rozwój programów wsparcia opartych na budowaniu wspólnotowości i międzypokoleniowych więzi. Publikacja stanowi ważny głos w refleksji nad osamotnieniem jako narastającym problemem społecznym w starzejących się społeczeństwach.	- Relacje osób starszych - Integracja społeczna - Zdrowie psychiczne - Jakość życia osób starszych - Edukacja - Warunki życia

¹⁰⁷ M. Rejter (2020), *Potrzeby i marzenia seniorów jako czynniki pomyślnego starzenia się*, Acta Universitatis Lodziensis. Folia oeconomica, 2020-01, Vol.6 (351), p.45-60

¹⁰⁸ M. Rosłonowska (2020), *Dylematy mieszkańców, ich rodzin oraz pracowników domów pomocy społecznej*, Rozpisani.pl, Łódź

¹⁰⁹ T. Różański (2020), *Samotność i osamotnienie osób starszych jako problem społeczny i edukacyjny*, „Roczniki Pedagogiczne”, 2020, nr 4, s. 75–90.

90.	Piotr Sałustowicz, Barbara Goryńska-Bittner, Maciej Kokociński Aleksandra Pryśłowska-Kamińska	Potrzeby edukacyjne seniorów a Uniwersytet Trzeciego Wieku ¹¹⁰	2020	Książka stanowi kompleksowe opracowanie ukazujące rolę UTW w zaspokajaniu edukacyjnych, społecznych i psychicznych potrzeb osób starszych. Autorzy prezentują różnorodność motywacji uczestników – w szczególności chęć samokształcenia, rozwijania nowych kompetencji oraz integrowania się ze społeczeństwem. Omawiają także funkcje edukacji równoważne społecznym i psychoterapeutycznym celom: aktywizację, przeciwdziałanie izolacji oraz wzmacnianie poczucia sprawczości i tożsamości. Ponadto, praca prezentuje historyczne tło UTW w Polsce i ukazuje zmianę ich głównych ról od edukacji ku integracji i aktywizacji społecznej	- Edukacja - Kompetencje cyfrowe - Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) - Integracja społeczna
91.	Katarzyna Sygulska	Zdarzenia krytyczne jako czynniki kształtujące poczucie jakości życia osób starszych ¹¹¹	2020	Autorka wykorzystuje autobiograficzne wywiady narracyjne, by zrozumieć, jak różne „zdarzenia krytyczne” – zarówno traumatyczne, jak i wzmacniające – wpływają na postrzeganie jakości życia przez osoby starsze. W publikacji wyróżnione są etapy reakcji na takie zdarzenia oraz mechanizmy refleksji i przetwarzania biograficznych doświadczeń, co pokazuje odporność seniorów mimo trudności. Autorka omawia też rolę instytucji aktywizujących (np. Uniwersytet Trzeciego Wieku, kluby seniora) oraz znaczenie społecznego wsparcia w procesie godzenia się ze zmianami życiowymi.	- Jakość życia osób starszych - Zdrowie psychiczne - Aktywność społeczna - Integracja społeczna - Relacje osób starszych
92.	Dorota Sylwestrzak	Aktywizacja osób starszych na poziomie gminy ¹¹²	2020	Publikacja koncentruje się na roli samorządu gminnego w procesie aktywizacji osób starszych, ukazując lokalny poziom jako kluczowy dla skutecznego wspierania aktywnego starzenia się. Autor omawia różne formy działań podejmowanych w gminach – od zajęć edukacyjnych i kulturalnych, po wsparcie dla inicjatyw oddolnych i tworzenie przestrzeni do integracji społecznej.	- Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) - Integracja społeczna - Jakość życia osób starszych - Polityka senioralna

¹¹⁰ P. Sałustowicz, B. Goryńska-Bittner, M. Kokociński, A. Pryśłowska-Kamińska (2020), *Potrzeby edukacyjne seniorów a Uniwersytet Trzeciego Wieku*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa

¹¹¹ K. Sygulska (2020), *Zdarzenia krytyczne jako czynniki kształtujące poczucie jakości życia osób starszych*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej, Kraków

¹¹² D. Sylwestrzak, *Aktywizacja osób starszych na poziomie gminy*, w: *Ekonomia Społeczna*, 2020-06, Vol.1 (1), p.58-67

				Podkreśla znaczenie współpracy między instytucjami publicznymi, organizacjami pozarządowymi i samymi seniorami. W artykule wskazano również na bariery – organizacyjne, infrastrukturalne i finansowe – utrudniające rozwój lokalnych programów aktywizujących. Publikacja zawiera propozycje rozwiązań sprzyjających budowie gmin przyjaznych starzeniu.	- Edukacja - Relacje osób starszych
93.	Barbara Szatur-Jaworska, Barbara Rysz-Kowalczyk, Barbara Imiołczyk	Sytuacja osób starszych w Polsce - wyzwania i rekomendacje. Raport Komisji Ekspertów ds. Osób Starszych na podsumowanie VIII kadencji RPO ¹¹³	2020	Raport dostarcza wieloaspektowej diagnozy sytuacji seniorów w Polsce – wskazując na rosnące wyzwania demograficzne, przeciążenie opieką, marginalizację edukacyjną (tylko 5 % uczestniczy w edukacji dorosłych) oraz niski udział w aktywności zawodowej i społecznej. Podkreśla występowanie ubóstwa wśród około 14–20 % osób po 60. roku życia i duże obciążenia chorobowe (średnio 4,6 chorób przewlekłych, ok. 300 000 przypadków choroby Alzheimera). Eksperti rekomendują m.in. reformy systemu emerytalnego, wsparcie dla aktywności zawodowej, rozwój edukacji i wolontariatu seniorów, a także budowanie polityki uwzględniającej prawa osób starszych, autonomia i aktywny udział w życiu publicznym	- Kontekst demograficzny - Sytuacja ekonomiczna osób starszych - Zdrowie fizyczne - Edukacja - Aktywność zawodowa - Integracja społeczna
94.	Nirmalya Thakur, Chia Y. Han	A Review of Assistive Technologies for Activities	2020	Publikacja stanowi przegląd technologii wspomagających codzienne funkcjonowanie osób starszych, koncentrując się na rozwiązaniach wspierających samodzielność i bezpieczeństwo w środowisku domowym. Autorzy omawiają różne typy urządzeń i systemów – od prostych narzędzi wspierających mobilność po zaawansowane systemy monitorowania zdrowia, inteligentne czujniki i technologie ubieralne. Podkreślono rolę takich technologii	- Warunki życia - Jakość życia osób starszych - Zdrowie fizyczne - Kompetencje cyfrowe - Polityka senioralna

¹¹³ B. Szatur-Jaworska, B. Rysz-Kowalczyk, B. Imiołczyk (2020), *Sytuacja osób starszych w Polsce - wyzwania i rekomendacje. Raport Komisji Ekspertów ds. Osób Starszych na podsumowanie VIII kadencji RPO*, Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich, Warszawa

		of Daily Living of Elderly ¹¹⁴		w opóźnieniu konieczności instytucjonalizacji oraz poprawie jakości życia seniorów. W publikacji zwrócono również uwagę na wyzwania związane z wdrażaniem rozwiązań technicznych, takie jak koszty, dostępność, akceptacja użytkownika i konieczność dostosowania do indywidualnych potrzeb. Artykuł dostarcza wiedzy przydatnej dla projektantów usług opiekuńczych, decydentów i specjalistów w zakresie gerontechnologii.	Mieszkalnictwo
95.	Bogusława Urbaniak	Senior policy in the city and voivodeship of Łódź ¹¹⁵	2020	Publikacja przedstawia założenia i praktyczne działania w zakresie polityki senioralnej realizowanej w mieście i województwie łódzkim. Autor analizuje strategię lokalne i regionalne ukierunkowane na wspieranie aktywności, integracji i bezpieczeństwa osób starszych. Omawia m.in. programy samorządowe, inicjatywy międzypokoleniowe, rozwój oferty edukacyjnej i usług społecznych, a także rolę instytucji otoczenia senioralnego. Wskazuje na znaczenie współpracy między JST, NGO i środowiskami akademickimi w tworzeniu polityki opartej na partycypacji i rzeczywistych potrzebach mieszkańców. Artykuł dostarcza przykładów dobrych praktyk i może stanowić inspirację dla innych samorządów wdrażających lokalne strategię dla starzejącego się społeczeństwa.	- Polityka senioralna - Jakość życia osób starszych - Warunki życia - Integracja społeczna - Aktywność społeczna - Kontekst demograficzny
96.	Aleksandra Błachnio	Potencjał osób w starości. Poczucie jakości życia w procesie	2019	Monografia stanowi pogłębioną analizę kondycji psychicznej, społecznej i fizycznej osób starszych na tle zmieniających się uwarunkowań demograficznych i globalizacyjnych. W części teoretycznej znajduje się przegląd modeli starzenia oraz czynników wpływających na jakość życia seniorów, natomiast w części empirycznej zaprezentowano wyniki badań obejmujących takie wskaźniki, jak satysfakcja z życia, poczucie dobrostanu i zdrowia, przy użyciu narzędzi SWLS i	- Jakość życia - Kontekst demograficzny, - Zdrowie fizyczne, - Zdrowie psychiczne, - Integracja społeczna

¹¹⁴ N. Thakur, Ch. Y. Han (2020), *A Review of Assistive Technologies for Activities of Daily Living of Elderly*, in: *Assisted Living: Current Issues and Challenges*, Nova Science Publishers, s. 61 - 84

¹¹⁵ B. Urbaniak, (2020), *Senior policy in the city and voivodeship of Łódź* w: B. Urbaniak, Y. Evseeva, L. Patyán (red.) *Senior policy in Hungary, Poland and Russia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź s. 82-89

		starzenia się ¹¹⁶		WHOQOL-BREF. Autorka wykazuje, że jakość starzenia jest zróżnicowana – u wielu seniorów utrzymuje się wysokie poczucie sensu, choć równocześnie obserwuje się wyzwania zdrowotne i emocjonalne, które obniżają subiektywny dobrostan. Podkreśla również, że starość może być źródłem nowych doświadczeń, tożsamości i rozwoju, pod warunkiem wsparcia społecznego i sprzyjających warunków życia	
97.	Anna Dąbrowska, Mirosława Janoś-Kreśło, Adrian Lubowiecki-Vikuk.	Potrzeby usługowe osób starszych w warunkach przemian demograficznych w Polsce ¹¹⁷	2019	Publikacja koncentruje się na analizie potrzeb usługowych osób starszych w Polsce w kontekście postępujących przemian demograficznych i starzenia się społeczeństwa. Autorki podejmują próbę diagnozy oczekiwań seniorów wobec usług opiekuńczych, zdrowotnych, społecznych i rekreacyjnych, uwzględniając ich zróżnicowanie ze względu na miejsce zamieszkania, status materialny i stan zdrowia. W książce podkreślono znaczenie rozwoju sektora usług senioralnych jako czynnika wpływającego bezpośrednio na jakość życia, samodzielność i poczucie bezpieczeństwa osób starszych. Autorki wskazują na konieczność projektowania usług w sposób bardziej zindywidualizowany, elastyczny i oparty na dialogu z odbiorcami. Omówiono również rolę instytucji publicznych i podmiotów niepublicznych w kształtowaniu oferty usługowej oraz konieczność wdrażania zintegrowanych rozwiązań w polityce senioralnej. Publikacja zawiera również wyniki badań empirycznych, które pozwalają lepiej zrozumieć rzeczywiste potrzeby i preferencje seniorów w zmieniających się warunkach społecznych.	• Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Polityka senioralna • Integracja społeczna • Aktywność społeczna (uczestnictwo w usługach)

¹¹⁶ A. Błachnio (2019) *Potencjał osób w starości. Poczucie jakości życia w procesie starzenia się*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz

¹¹⁷ A. Dąbrowska, M. Janoś-Kreśło, A. Lubowiecki-Vikuk (2019), *Potrzeby usługowe osób starszych w warunkach przemian demograficznych w Polsce*, Oficyna Wydawnicza SGH, Warszawa

98.	Artur Fabiś, Joanna K. Wawrzyniak, Agata Chabior	Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej ¹¹⁸	2019	Autorzy analizują społeczno-kulturowe i indywidualne uwarunkowania starzenia się, przedstawiając dwie perspektywy: jednostkową – ukazującą jakość życia, codzienność, duchowość oraz potrzeby seniorów – oraz społeczną – odnoszącą się do kapitału społecznego, edukacji, aktywności oraz barier i opresji związanych ze starzeniem się. W publikacji wyraźnie eksponują znaczenie teorii aktywnego starzenia, ale też uwzględniają motywy wycofania, samotności, ubóstwa i przemocy wobec osób starszych. Książka ma charakter podręcznikowy, interdyscyplinarny, wszechstronnie ujmując różne wymiary starzenia – od zdrowotnych, przez ekonomiczne, po egzystencjalne i wartości duchowe	• Kontekst demograficzny • Warunki życia • Integracja społeczna • Jakość życia osób starszych • Edukacja • Zdrowie psychiczne
99.	Joanna Kliszcz	Psychologia potrzeb osób starszych. Potrzeby psychospołeczne po 65. roku życia ¹¹⁹	2019	Pozycja oferuje wieloaspektową analizę potrzeb psychospołecznych osób po 65. roku życia, uwzględniając zmiany demograficzne w Polsce i Europie. Autorka łączy perspektywy filozoficzne, psychologiczne, socjologiczne i medyczne, omawiając proces adaptacji do starości, sposób zaspokajania potrzeb wyższych (takich jak samorealizacja), a także wyzwania związane z wykluczeniem społecznym, technologicznym oraz stereotypami dotyczącymi osób starszych. Publikacja zawiera bogate przykłady (w tym historyczne, literackie, artystyczne i współczesne) ilustrujące omawiane kwestie i podkreślające, że starość to aktywny etap życia, pełen możliwości twórczych i braku społecznego na równi z potrzebami emocjonalnymi.	• Zdrowie • Aktywność społeczna (aktywizacja, wolontariat) • Edukacja • Kompetencje cyfrowe • Relacje osób starszych • Integracja społeczna • Jakość życia osób starszych
100.	Elżbieta Kościńska	Praca socjalna w kontekście potrzeb osób starszych ¹²⁰	2019	Publikacja omawia rolę pracy socjalnej w zaspokajaniu potrzeb osób starszych, ze szczególnym uwzględnieniem działań prowadzonych w środowisku lokalnym. Autorka wskazuje, że skuteczna pomoc seniorom wymaga indywidualnego podejścia, uwzględniającego nie tylko sytuację bytową, ale także potrzeby	• Polityka senioralna • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Integracja społeczna

¹¹⁸ A. Fabiś, J. K. Wawrzyniak, A. Chabior (2019), *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków

¹¹⁹ J. Kliszcz (2019), *Psychologia potrzeb osób starszych. Potrzeby psychospołeczne po 65. roku życia*, Difin, Warszawa

¹²⁰ E. Kościńska (2019), *Praca socjalna w kontekście potrzeb osób starszych w: Praca socjalna w środowisku i dla środowiska. Wyzwania, działania, efekty*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz, s. 219-229

				emocjonalne, społeczne i rozwojowe. Podkreśla znaczenie współpracy między instytucjami, rodziną i samym seniorem oraz rolę pracownika socjalnego jako mediatora i rzecznika interesów osób starszych. W artykule przedstawiono także dobre praktyki i wyzwania, przed którymi stoją profesjonaliści w kontekście starzejącego się społeczeństwa. Publikacja wnosi ważny głos do refleksji nad nowoczesnym modelem pracy socjalnej w obszarze gerontologii społecznej.	• Relacje osób starszych • Aktywność społeczna
101.	Maria Kucharczyk	Sytuacja społeczno-ekonomiczna seniorów ¹²¹	2019	Na podstawie danych z wypowiedzi 2662 seniorów (wiek 60+) CBOS ukazuje pogłębiającą się singularyzację gospodarstw domowych – 22% seniorów mieszka samotnie, a odsetek wzrasta z wiekiem do 34% w grupie 75+. Praca wskazuje też, że aż 85% osób 60+ jest nieaktywnych zawodowo, 12% pozostaje w zatrudnieniu, a 87% otrzymuje świadczenia emerytalno-rentowa. Analiza dochodów ujawnia, że przeciętne miesięczne przysługujące seniorom są relatywnie niskie (najczęściej w przedziałach 900–1799 zł), jednak ocena sytuacji materialnej poprawia się – obecnie 49% ocenia ją jako dobre, wobec 39% w 2016 roku. Wnioski zilustrowano statystyką demograficzną i socjo-ekonomiczną, wskazując na wyzwania związane z samotnym życiem, dochodami i dostępem do rynku pracy dla seniorów.	• Kontekst demograficzny • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Warunki życia • Aktywność zawodowa • Integracja społeczna
102.	Susu Liu	Social Support Networks, Coping and Positive Aging Among the Community-Dwelling	2019	Książka prezentuje kompleksową analizę, jak wsparcie społeczne – zwłaszcza ze strony rodziny, rówieśników i opiekunów domowych – przekłada się na pozytywne starzenie się mieszkańców Hongkongu, z zastosowaniem modelu „convoy” i badań jakościowych i ilościowych. Wskazuje, że głęboka emocjonalna bliskość (a nie tylko liczba kontaktów) oraz stosowanie strategii radzenia sobie (rozwiązywanie problemów i emocji) sprzyjają dobrej kondycji psychicznej i fizycznej seniorów. Badanie ukazuje też potencjał roli opiekunów domowych w wspieraniu starzenia w miejscu zamieszkania (<i>aging in place</i>).	• Relacje osób starszych • Zdrowie psychiczne • Integracja społeczna • Warunki życia • Aktywność społeczna (udział w sieciach wsparcia i grupach rówieśniczych)

¹²¹ M. Kucharczyk (2019), *Sytuacja społeczno-ekonomiczna seniorów*, Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa

		Elderly in Hong Kong ¹²²			
103.	Anna Maria Majchrzycka, Joanna Rybacka-Mossakowska, Katarzyna Wieczorowska-Tobis, Anna Ziółkowska	Zdrowy senior. Występowanie i profilaktyka chorób otępiennych i innych zaburzeń psychicznych w starszym wieku ¹²³	2019	Publikacja koncentruje się na często występujących zaburzeniach psychicznych wśród seniorów, zwłaszcza chorobach otępiennych, i prezentuje strategie profilaktyczne – zarówno medyczne (wczesna diagnoza, leki), jak i psychospołeczne (rehabilitacja poznawcza, wsparcie opiekunów). Autorki podkreślają znaczenie edukacji opiekunów i działań środowiskowych w profilaktyce upadków, urazów i problemów emocjonalnych, promując model zdrowego i aktywnego starzenia się. Stanowi praktyczny przewodnik, łączący wiedzę diagnostyczną z działaniami wspierającymi jakość życia seniorów.	• Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Warunki życia • Kompetencje cyfrowe (<i>np. poprzez wykorzystanie aplikacji do ćwiczeń umysłowych</i>) • Jakość życia osób starszych
104.	Agnieszka Pawlak, Paweł Przyłęcki	Koordynowana opieka senioralna. T. 2. Senior w społeczeństwie ¹²⁴	2019	Publikacja przedstawia koncepcję koordynowanej opieki nad seniorami w ujęciu społecznym, podkreślając konieczność integracji medycznego, psychologicznego, socjalnego i prawnego wsparcia. Ukazuje model opieki opartej na współpracy interdyscyplinarnej, angażującej instytucje publiczne, NGO i samych seniorów, by zapewnić skuteczne i skrojone na miarę wsparcie w miejscu zamieszkania. Autorzy prezentują również zastosowania praktyczne tego modelu – od zarządzania usługami lokalnymi po minimalizowanie barier społecznych i zdrowotnych.	• Zdrowie fizyczne • Zdrowie psychiczne • Warunki życia • Integracja społeczna • Aktywność społeczna • Relacje osób starszych

¹²² S. Liu (2019), *Social Support Networks, Coping and Positive Aging Among the Community-Dwelling Elderly in Hong Kong*, Springer

¹²³ A. M. Majchrzycka, J. Rybacka-Mossakowska, K. Wieczorowska-Tobis, A. Ziółkowska (2019), *Zdrowy senior. Występowanie i profilaktyka chorób otępiennych i innych zaburzeń psychicznych w starszym wieku*, Fundacja Petra Senior, Poznań

¹²⁴ A. Pawlak, P. Przyłęcki (red.) (2019), *Koordynowana opieka senioralna. T. 2. Senior w społeczeństwie*, Wydawnictwo Naukowe "Scholar", Warszawa

105.	Anita Richert-Kaźmierska	Polityka państwa wobec starzenia się ludności w Polsce ¹²⁵	2019	Analiza koncentruje się na odpowiedzi państwa na proces starzenia się społeczeństwa w Polsce, uwzględniając zarówno poziom krajowy, jak i lokalny. Przeprowadzona została szczegółowa analiza dokumentów strategicznych oraz polityk publicznych – zarówno ekonomicznych, jak i zdrowotnych – dzięki czemu zidentyfikowano główne priorytety działania. Wśród omówionych tematów znajdują się m.in. aktywizacja zawodowa osób 50+, reforma systemu emerytalnego, Pakiet Senior Plus oraz działania profilaktyczne i opiekuńcze. Ponadto, zwrócono uwagę na zróżnicowanie regionalne w podejmowanych inicjatywach oraz na kluczową rolę samorządów i władz lokalnych w realizacji tych polityk.	• Kontekst demograficzny, • Zdrowie • Aktywność zawodowa • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Integracja społeczna
106.	Teresa Słaby	Potrzeby mieszkaniowe polskich seniorów ¹²⁶	2019	Publikacja analizuje potrzeby mieszkaniowe polskich seniorów w kontekście zmian demograficznych i starzejącego się społeczeństwa. Autor przedstawia dane statystyczne dotyczące warunków mieszkaniowych osób starszych, uwzględniając takie aspekty jak standard wyposażenia, powierzchnia, dostępność udogodnień oraz forma własności. Zwraca uwagę na problem niedostosowania wielu lokali do ograniczeń ruchowych i zdrowotnych seniorów, co może wpływać negatywnie na ich samodzielność i bezpieczeństwo. Artykuł wskazuje także na zróżnicowanie potrzeb mieszkaniowych ze względu na wiek, stan zdrowia, dochody i miejsce zamieszkania. W podsumowaniu zawarto postulaty dotyczące kierunków rozwoju polityki mieszkaniowej z myślą o starzejącej się populacji.	• Mieszkalnictwo • Warunki życia • Jakość życia osób starszych • Sytuacja ekonomiczna osób starszych • Polityka senioralna • Integracja społeczna
107.	Krystyna de Walden-Gałuszko	Potrzeby i reakcje psychiczne na perspektywę	2019	Publikacja podejmuje temat psychicznych reakcji osób starszych na doświadczenie choroby przewlekłej i zbliżającej się śmierci. Autorka analizuje potrzeby emocjonalne, egzystencjalne i duchowe seniorów w terminalnym okresie życia, zwracając uwagę na indywidualne strategie radzenia sobie z lękiem, utratą kontroli i samotnością. Wskazuje	• Zdrowie psychiczne • Jakość życia osób starszych • Warunki życia • Relacje osób starszych

¹²⁵ A. Richert-Kaźmierska (2019), *Polityka państwa wobec starzenia się ludności w Polsce*, CeDeWu, Warszawa

¹²⁶ T. Słaby (2019), *Potrzeby mieszkaniowe polskich seniorów*, Wiadomości Statystyczne, 64, nr 1 (2019), s. 20-31

		śmierci w przebiegu choroby u osób starszych ¹²⁷		na znaczenie obecności bliskich, komunikacji z personelem medycznym oraz adekwatnego wsparcia psychologicznego i paliatywnego. Artykuł uwrażliwia na potrzebę humanistycznego podejścia w opiece nad osobami starszymi oraz na rolę edukacji personelu i rodzin w towarzyszeniu osobom umierającym. Tekst stanowi istotny wkład w rozwój psychogeriatry i opieki końca życia.	• Polityka senioralna • Edukacja
--	--	---	--	---	---

Źródło: opracowanie własne

¹²⁷ K. de Walden-Gałuszko (2019), *Potrzeby i reakcje psychiczne na perspektywę śmierci w przebiegu choroby u osób starszych*, w: M. Cybulski i in. (red.), *Psychogeriatrya*, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa (dodruk), s. 287-298

3. Przegląd literatury metodologicznej na temat badań nad procesami starzenia się

Poniższa lista zawiera wybrane publikacje naukowe poświęcone metodologicznym aspektom badań nad osobami starszymi, stanowiące istotne źródło wiedzy zarówno dla badaczy, jak i praktyków działających w obszarze gerontologii społecznej. Uwzględniono w niej prace prezentujące różnorodne podejścia badawcze – ilościowe, jakościowe i mieszane – a także publikacje dotyczące specyfiki badań partycypacyjnych, metodologii badań w czasie pandemii oraz zastosowań twórczych metod w opiece nad osobami starszymi. Lista została uporządkowana chronologicznie – od najnowszych pozycji do klasycznych opracowań, które wciąż zachowują swoją aktualność i wartość analityczną.

1. J. Weil, (2025). *Research Design in Aging and Social Gerontology: Quantitative, Qualitative, and Mixed Methods* (2nd ed.). London: Routledge.
2. J. Langbein, M. Cosgrove, A. Fuchs (red.) (2024), *Framing Ageing: Interdisciplinary Perspectives for Humanities and Social Sciences Research*. London: Bloomsbury Academic.
3. A. Urbaniak, (red.) (2022), *Routledge International Handbook of Participatory Approaches in Ageing Research*, Routledge London.
4. M. Łuszczńska, (red.) (2021), *Researching Ageing: Methodological Challenges and their Empirical Background*, Routledge, London.
5. E. Miller (2021), *Creative Arts-Based Research in Aged Care: Photovoice, Photography, and Poetry in Action*, Routledge, London.
6. H. Kara, S.-M. Khoo, (red.) (2020), *Researching in the Age of Covid-19. Volume 3: Creativity and Ethics*, Bristol University Press, Bristol.
7. L. Riby, (red.) (2016), *Handbook of Gerontology Research Methods: Understanding Successful Aging*, Routledge, London.
8. C. García-Peña, L. M. Gutiérrez-Robledo M. U. Pérez-Zepeda (red.) (2018), *Aging Research – Methodological Issues*, Springer Cham.
9. J. Newsom, R. N. Jones, S. M. Hofer (red.) (2012), *Longitudinal Data Analysis. A Practical Guide for Researchers in Aging, Health, and Social Sciences*, Routledge, New York.
10. B. Bytheway (2011), *Unmasking Age: The Significance of Age for Social Research*, Policy Press Bristol.
11. P. C. Stern, I. Feller (2007). *A Strategy for Assessing Science. Behavioral and Social Research on Aging*, National Academies Press, Washington, DC

12. C. S. Bergeman, S. M. Boker (red.) (2006), *Methodological Issues in Aging Research*, Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, NJ
13. M. Leontowitsch, (red.) (2013), *Researching Later Life and Ageing. Expanding Qualitative Research Horizons*, Palgrave Macmillan, Basingstoke.
14. N. Hubble, P. Tew (2013), *Ageing, Narrative and Identity: New Qualitative Social Research*, Palgrave Macmillan, Basingstoke.
15. G. P. Yu (1998), *Methods in Aging Research*, CRC Press, Boca Raton, FL.

Powyższe pozycje mogą stanowić swoiste podręczniki i zbiór dobrych praktyk w odniesieniu do stosowania w badaniach nad starością konkretnych metod i podejść badawczych.

4. Przegląd badań ogólnopolskich na temat sytuacji i potrzeb osób starszych

W niniejszym opracowaniu zaprezentowano dwa uzupełniające się zestawienia badań i raportów dotyczących sytuacji osób starszych w Polsce w latach 2019–2025. Pierwsze z nich obejmuje badania realizowane przez instytucje publiczne o zasięgu ogólnokrajowym – ministerstwa, instytucje statystyczne, analityczne i badawcze, takie jak MRPiPS, GUS, CBOS, ZUS czy NFZ. Drugie zestawienie uwzględnia 18 wybranych badań i raportów krajowych oraz międzynarodowych, realizowanych przez różne podmioty: organizacje społeczne, fundacje, uczelnie, ośrodki eksperckie czy instytucje europejskie.

Zestawienie to koncentruje się na projektach o szerszym zasięgu tematycznym i terytorialnym – obejmujących co najmniej poziom regionalny lub ogólnopolski. Zrezygnowano z uwzględniania badań przyczynkarskich, prowadzonych lokalnie (np. w pojedynczych gminach, instytucjach lub uniwersytetach trzeciego wieku), które – choć cenne poznawczo – nie pozwalają na formułowanie uogólnień dla populacji osób starszych w skali kraju lub regionu.

Oba zestawienia tworzą razem podstawę do analizy trendów, potrzeb i wyzwań związanych ze starzeniem się społeczeństwa w Polsce oraz pozwalają na ocenę zakresu i jakości wiedzy empirycznej dostępnej w tym obszarze w ostatnich latach.

A. Badania ogólnopolskie wykonywane przez instytucje centralne

W Polsce badania dotyczące sytuacji osób starszych prowadzone są regularnie przez różne instytucje publiczne, w tym resortowe, statystyczne i analityczne. Wśród nich kluczową rolę odgrywają ministerstwa (szczególnie Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej), Centrum Badania Opinii Społecznej (CBOS), Główny Urząd Statystyczny (GUS), Zakład

Ubezpieczeń Społecznych (ZUS) oraz Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ). Badania te obejmują zarówno cykliczne raporty sprawozdawcze, analizy statystyczne, jak i badania opinii publicznej.

Na poziomie krajowym, MRPiPS corocznie publikuje „Informację o sytuacji osób starszych w Polsce”, realizując obowiązek wynikający z ustawy z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych. Ministerstwo koordynuje także badania ewaluacyjne programów wspierających aktywność seniorów. CBOS z kolei prowadzi badania opinii publicznej, w których regularnie analizuje postawy i potrzeby osób starszych, choć tylko część z nich bezpośrednio dedykowana jest tej grupie.

Główny Urząd Statystyczny udostępnia dane o osobach starszych w ramach większości badań ogólnopopulacyjnych, a także przygotowuje specjalne opracowania tematyczne, np. na temat jakości życia seniorów czy ich sytuacji na rynku pracy. ZUS opracowuje analizy związane ze świadczeniami emerytalno-rentowymi, a dane przez niego publikowane stanowią istotne źródło wiedzy o strukturze dochodów i świadczeń osób starszych. Narodowy Fundusz Zdrowia nie publikuje odrębnych raportów dotyczących tej grupy, ale dane na ich temat są dostępne w raportach ogólnych w ramach portalu „Zdrowe Dane”.

1. Ministerstwa Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej

- Informacja o sytuacji osób starszych w Polsce – sprawozdania coroczne Ministerstwo Rodziny, Pracy i Polityki Społecznej, publikowane co roku do 31 października, od 2016 roku jako zobowiązanie wynikające z ustawy o osobach starszych.
 - za rok 2019 - <https://www.gov.pl/web/rodzina/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-w-polsce-za-rok-2019>
 - za rok 2020 - <https://www.gov.pl/web/rodzina/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-w-polsce-za-2020-r>
 - za rok 2021 - <https://www.gov.pl/web/rodzina/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-w-polsce-za-rok-2021>
 - za rok 2022 - <https://www.gov.pl/web/rodzina/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-za-2022-r>
 - za rok 2023 - <https://das.mpips.gov.pl/source/2024/Informacja%20o%20sytuacji%20osob%20starszych%20w%20Polsce%20za%202023%20r..pdf>
- Badanie ewaluacyjne realizacji Rządowego Programu na rzecz Aktywności Osób Starszych na lata 2014-2020.

- Edycja 2016-2019 – <https://www.ipiss.com.pl/wp-content/uploads/2022/11/Badanie-ewaluacyjne-realizacji-Rzadowego-Programu-na-rzecz-Aktywnosci-Osob-Starszych-na-lata-2014-2020-Edycje-2016-2019.pdf>
- Edycja 2020 -
https://das.mpips.gov.pl/source/2021/Sprawozdania/Sprawozd_Program_A_SOS%20za%202020%20rok%20_do_opublikowania.pdf

2. Centrum Badania Opinii Społecznej (CBOS)

Od 2019 roku CBOS przeprowadził tylko 3 badania wprost dedykowane osobom starszym:

- Komunikat z badań nr 151/2023, Zainteresowanie polityką wśród osób od 65 roku życia (grudzień 2023)
- Komunikat z badań nr 116/2019, Jakiej pomocy potrzebują osoby starsze i kto im jej udziela? (wrzesień 2019)
- Komunikat nr 129/2019, Sytuacja społeczno-ekonomiczna seniorów (październik 2019)

Należy zauważyć, że badania CBOS są reprezentatywne i obejmują grupy wiekowe najstarszych Polaków jako respondentów badań, stąd można śledzić ich opinie na tematy, którymi badawczo zajmuje się CBOS.

3. Główny Urząd Statystyczny (GUS)

GUS prowadzi wszelkiego typu badania statystyczne, ogólnopopulacyjne. Stąd dane na temat osób starszych znajdują się we wszystkich regularnych pomiarach badawczych – demograficznych, dochodowych, związanych z sytuacją ekonomiczną itp. Dodatkowo GUS okazjonalnie prowadzi badania dedykowane seniorom. Od 2019 roku przeprowadzono następujące pomiary badawcze:

- GUS, Sytuacja osób starszych w Polsce w 2023 roku, Białystok 2024
- GUS, Emerytury i renty w 2023 r., Warszawa 2024
- GUS, Uniwersytety Trzeciego Wieku w roku akademickim 2021/2022, Gdańsk 2023
- GUS, Jakość życia osób starszych w Polsce, Warszawa 2020
- GUS, Sytuacja osób starszych w Polsce w 2019 r., Białystok 2021
- GUS, Osoby powyżej 50 roku życia na rynku pracy w 2018 roku, Bydgoszcz 2020

4. Zakład Ubezpieczeń Społecznych (ZUS)

- ZUS, Struktura wysokości emerytur i rent – raport publikowany corocznie
<https://www.zus.pl/baza-wiedzy/statystyka/opracowania-tematyczne/struktura-wysokosci-emerytur-i-rent>
- ZUS, Świadczenia emerytalno-rentowe w latach 2019-2021, Warszawa 2022
- Opracowania ZUS tematyczne na temat rent i emerytur: <https://www.zus.pl/baza-wiedzy/statystyka/opracowania-tematyczne>

5. Narodowy Fundusz Zdrowia (NFZ) – raporty NFZ obejmują różną tematykę i aspekty zdrowia Polaków. NFZ nie publikuje odrębnych raportów podsumowujących sytuację osób starszych. Dane na ich temat trzeba wyodrębnić z raportów ogólnopopulacyjnych.

- <https://ezdrowie.gov.pl/portal/home/badania-i-dane/zdrowe-dane/raporty>

B. Inne raporty badawcze

Poniżej przedstawiono zestawienie wybranych raportów badawczych i analiz dotyczących sytuacji osób starszych w Polsce i Europie, zrealizowanych w latach 2019–2024 przez różne podmioty – instytucje publiczne, organizacje pozarządowe, fundacje oraz zespoły badawcze. Zestawienie obejmuje zarówno ogólnopolskie badania populacyjne, jak i projekty regionalne, branżowe oraz międzynarodowe. Ujęte raporty dotyczą m.in. zdrowia, jakości życia, sytuacji mieszkaniowej, aktywności zawodowej i społecznej, edukacji, kompetencji cyfrowych oraz potrzeb opiekuńczych osób starszych. Zaprezentowane badania różnią się zasięgiem, metodologią i perspektywą analityczną, co pozwala na wielowymiarowe spojrzenie na wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa. Każdy z raportów został opatrzony krótką informacją metodologiczną oraz wskazaniem instytucji realizującej.

Tab. 2 Przegląd badań naukowych odnośnie do sytuacji i potrzeb osób starszych po 2019 roku

LP	Tytuł i autor	Cel i zakres	Metody badawcze	Uwagi
1.	Digital Poland – Społeczeństwo 5.0 Technologia w służbie społeczeństwu. Czy Polacy zostaną społeczeństwem 5.0? Edycja 2024, Fundacja Digital Poland, 2024.	Technologie w społeczeństwie 5.0	ilościowa analiza opinii publicznej z interpretacją w kluczowym kontekście społeczno-ekonomicznym	Raport fundacji, wyniki edycji 2024
2.	Diagnoza potrzeb edukacyjnych i otwartości na nowoczesną dydaktykę seniorów: raport z badań. Autorzy: Dorota Augustyn, Tomasz Berek, Agnieszka Białas i in., Akademia WSB, Dąbrowa Górnicza 2024.	Diagnoza edukacyjna seniorów w Polsce	Ankiety, wywiady	Dotyczy uczelni i propozycji nowoczesnej dydaktyki
3.	Badanie Potrzeb Społecznych Seniorów 2024, Fundacja Manko – Głos Seniora, 2024.	Badanie potrzeb społecznych seniorów	Ankiety, analiza raportów	Krajowe ujęcie
4.	Ocena potrzeb w zakresie wsparcia dla seniorów w Polsce. V edycja raportu Fundacji SeniorApp, Fundacja SeniorApp, 2024.	Ocena wsparcia dla seniorów – 5. edycja	Ankiety online	Inicjatywa fundacyjna

5.	Edukacja senioralna a jakość życia osób starszych, Fundacja PAN, 2024.	Edukacja senioralna vs. jakość życia	Badania jakościowe	Projekt edukacyjny
6.	Sytuacja osób w wieku 55 lat i starszych w województwie świętokrzyskim w latach 2019–2023, Zespół autorski: Olga Szymocha, kier. Ewa Tomczyk, Urząd Statystyczny w Kielcach, 2024.	Sytuacja 55+ w Świętokrzyskiem (2019–2023)	Analiza danych statystycznych	Raport regionalny
7.	Pokolenie 50+ w Polsce i w Europie: aktywność, stan zdrowia, warunki pracy, relacje międzypokoleniowe i wykluczenie. Główne wyniki 8. rundy badania SHARE, Red. A. Chłoń-Domińczak, Oficyna Wydawnicza SGH, 2023	Analiza sytuacji 50+ przed pandemią COVID-19	Wywiady panelowe w kilkunastu krajach UE	Umożliwia międzynarodowe porównania
8.	World Social Report 2023: Leaving No One Behind in an Ageing World United Nations Department of Economic and Social Affairs, New York, 2023.	Ocena stanu zdrowia populacji	Dane epidemiologiczne	Raport międzynarodowy
9.	World Social Report 2023 (ONZ), World Social Report 2023: Leaving No One Behind in an Ageing World United Nations Department of Economic and Social Affairs, New York, 2023	Analiza socjalna i demograficzna globalna	analiza ilościowa (ekonometryczna) z podchodzeniem wartościującym oraz użyciem danych międzynarodowych, koncentrując się na interdyscyplinarnej perspektywie życia społecznego i	Globalne ramy demograficzne

			zdrowotnego osób starszych. Uzupełnieniem są analizy polityczne pod kątem strategii SDG i uwarunkowań pokryzysowych.	
10.	Dostępność usług społecznych dla osób mieszkających w gminach wiejskich, Rzecznik Praw Obywatelskich, Biuro RPO, Warszawa 2022.	Ocena dostępności usług społecznych na wsi	Analiza dokumentów, dane administracyjne	Raport dostępny publicznie
11.	Potrzeby osób starszych w zakresie zdrowia publicznego. Łagodzenie skutków pandemii wśród grup wysokiego ryzyka – osoby 60+ Autor: prof. dr hab. Stanisława Golinowska, projekt finansowany przez MEiN, 2021.	Identyfikacja potrzeb zdrowia publicznego seniorów podczas pandemii	Przegląd danych, analizy systemów ochrony zdrowia	Finansowane przez MENiS
12.	Sytuacja osób starszych w województwie mazowieckim, Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego, 2021.	Jakość życia i opieka seniorów w regionie	Ankiety papierowe i online	Wyniki dla regionu mazowieckiego
13.	Jakość życia osób starszych w Polsce w pierwszym roku pandemii COVID-19, Przemysław Wiśniewski i zespół, Fundacja Zaczyn 2021	Jakość życia seniorów, kompetencje cyfrowe seniorów	Sondaż diagnostyczny, ankiety CATI, próba 500 osób 60+, ankieta CAWI na próbie 688 osób 60+	powstało w ramach działań SeniorHub Instytutu Polityki

				Senioralnej (www.seniorhub.pl),
14.	Jak seniorzy korzystają z technologii? Cyfrowi debiutanci, Fundacja Polskiego Funduszu Rozwoju, 2021.	Korzystanie technologii przez seniorów	badanie łączy metody ilościowe (ankiety pre-/post-test) z podejściem jakościowym (analiza warsztatów i konsultacji)	Zgodnie z linkiem PFR
15.	Portret pokolenia 50+. Główne wyniki 7. rundy badania SHARE: 50+ w Europie, A. Chłoń-Domińczak (red.), Warszawa: MRPiPS, 2021.	Sytuacja 50+ w Europie/jednostkowym kontekście	badanie panelowe, rozwinięte wywiady retrospektywne oraz zaawansowane techniki statystyczne (ważenie, imputacja) i modelowe podejście do budowy danych modułowych	Dane z 27 krajów
16.	The 2021 Ageing Report: Economic and Budgetary Projections for the EU Member States (2019–2070), European Commission, Brussels, 2021.	Prognozy demograficzne do 2070	Modelowanie ekonomiczno-demograficzne	Badania europejskie
17.	Starzenie się społeczeństwa – wyzwanie dla rynku pracy: aktywizacja pracowników 50+, Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości, 2020.	Aktywizacja zawodowa osób 50+	metody ilościowe (analiza statystyk i danych administracyjnych) oraz jakościowe (studia przypadków, przegląd dokumentów, analiza polityk i praktyk firm).	Skoncentrowane na rynku pracy
18.	Pracujący emeryci i osoby w wieku okołoemerytalnym, Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości, 2020.	Pracujący emeryci i osoby okołoemerytalne	kompilacja danych z zewnętrznych źródeł poprzez infobrokering. Zastosowano analizę statystyczną dokumentów publicznych	Rynek pracy osób starszych

19.	Błędowski P., Grodzicki T., Mossakowska M., Zdrojewski T. (red.) (2021). PolSenior2. Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem. Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk	Ocena stanu zdrowia, oraz jakości życia Polaków 60+	Standaryzowane wywiady, pomiary medyczne, badania laboratoryjne	Reprezentatywna próba 5987 osób, projekt trwał 2017–2020
-----	---	--	--	---

Źródło: opracowanie własne

Poniżej zostaną szczegółowo scharakteryzowane trzy spośród powyższych badań w celu szerszego przeanalizowania przebiegu oraz rezultatów badań. Do tej analizy zostały wybrane następujące badania:

1. PolSenior2 – Aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne starzenia się ludzi w Polsce, Instytut Geriatrii, Gerontologii i Reumatologii oraz Uniwersytet Medyczny w Gdańsku, 2017–2020.
2. Sytuacja osób w wieku 55 lat i starszych w województwie świętokrzyskim w latach 2019–2023, Zespół autorski: Olga Szymocha, kier. Ewa Tomczyk, Urząd Statystyczny w Kielcach, 2024.
3. Badanie Potrzeb Społecznych Seniorów 2024, Fundacja Manko – Głos Seniora, 2024.

Uzasadnieniem takiego wyboru było (1) sięgnięcie po badania prowadzone w oparciu o urozmaicone metody badawcze, (2) o różnym zasięgu terytorialnym, (3) ukierunkowane na jeden bądź wiele obszarów tematycznych.

1. Błędowski P., Grodzicki T., Mossakowska M., Zdrojewski T. (red.) (2021). PolSenior2.
--

Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem. Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk
--

To jedno z najbardziej wszechstronnych badań gerontologicznych w Polsce, będące fundamentem planowania zdrowotnej i społecznej polityki senioralnej w najbliższych latach. Dzięki starannej metodologii – łączącej dane kliniczne, funkcjonalne i socjo-ekonomiczne – dostarcza solidnej podstawy naukowej i praktycznej.

Cele

Celem badania PolSenior2 było określenie sytuacji zdrowotnej osób starszych w Polsce, zdefiniowanie związanych z nią potrzeb oraz wskazanie rekomendacji dla działania podmiotów publicznych. Badanie miało obejmować aspekty medyczne, psychologiczne, socjologiczne i ekonomiczne istotne dla oceny stanu zdrowia osób starszych. Projekt miał charakter interdyscyplinarny i służył zarówno diagnozie aktualnych wyzwań demograficznych, jak i formułowaniu podstaw dla polityki senioralnej, zdrowotnej i społecznej w nadchodzących dekadach. Głównym zamierzeniem było lepsze zrozumienie zjawisk związanych z procesem starzenia się społeczeństwa w kontekście polskim, a także porównanie danych z poprzednią edycją badania PolSenior1 (2007–2011), co umożliwia analizę trendów.

Przedmiot badań

Badanie PolSenior2 objęło szeroki zakres tematów związanych ze starzeniem się populacji, ze szczególnym uwzględnieniem:

- stanu zdrowia fizycznego i psychicznego osób starszych,
- funkcjonowania poznawczego i sprawności w codziennym życiu,
- warunków ekonomicznych, w tym dochodów i struktury wydatków,
- warunków mieszkaniowych i społecznych,
- relacji rodzinnych i społecznych, w tym korzystania z pomocy formalnej i nieformalnej,
- stylu życia i aktywności (w tym fizycznej, społecznej i zawodowej),
- dostępności i korzystania z usług opiekuńczych oraz zdrowotnych.

Badanie objęło osoby w wieku 60 lat i więcej, w podziale na siedem grup wiekowych (każda obejmowała przedział pięcioletni), co umożliwiło szczegółowe porównania między młodszymi i najstarszymi seniorami.

Metoda

PolSenior2 to jedno z najobszerniejszych badań populacyjnych w zakresie gerontologii w Polsce. Zastosowano kompleksową metodologię łączącą różne techniki badawcze:

- **Wywiad standaryzowany** przeprowadzany przez przeszkolonych ankierów z respondentami (często w ich miejscu zamieszkania), obejmujący kilkusetstronicowy kwestionariusz.
- **Badania fizykalne:** pomiar ciśnienia tętniczego, obwodu talii, siły uścisku dłoni, testy funkcjonalne (np. test wstawania z krzesła, chodzenia na dystansie).
- **Badania laboratoryjne:** analiza próbek krwi i moczu, w tym oznaczenia biochemiczne (np. poziom cholesterolu, glukozy, hemoglobiny glikowanej).
- **Oceny geriatryczne:** m.in. testy przesiewowe na demencję (MMSE), depresję (GDS), ryzyko upadków.
- **Elementy wywiadu jakościowego** oraz danych administracyjnych (np. dane o leczeniu, hospitalizacjach, korzystaniu ze świadczeń zdrowotnych i opiekuńczych).

Wśród zastosowanych narzędzi badawczych należy wymienić również narzędzia wystandaryzowane:

- przesiewową ocenę stanu funkcjonalnego respondentów za pomocą skali VES -13 (*Vulnerable Elders Survey-13*),
- Skalę Oceny Podstawowych Czynności Dnia Codziennego według Katza (*Katz Index of Activities of Daily Living*, ADL) oraz Skalę Oceny Złożonych Czynności Dnia Codziennego

według Lawtona (*Lawton Instrumental Activities of Daily Living Scale*, IADL) umożliwiające określenie stopnia samodzielności respondentów;

- Krótką Skalę Oceny Stanu Psychicznego według Folsteina (*Mini Mental State Examination*, MMSE) oraz Test Rysowania Zegara (*Clock Drawing Test*) w celu przesiewowej oceny funkcji poznawczych, poszerzone o wywiad z opiekunem;
- Geriatryczną Skalę Oceny Depresji (*Geriatric Depression Scale*, GDS) służącą do stwierdzenia obecności objawów depresji (w krótszej wersji, SF z punktacją w zakresie od 0 do 15 pkt);
- skalę oceny niedożywienia (*Mini Nutritional Assessment*, MNA);
- kwestionariusz aktywności ruchowej (*SevenDay Physical Activity Recall Questionnaire*);
- test pozwalający na ocenę sprawności fizycznej (*Short Physical Performance Battery*, SPPB) oraz test „Wstań i idź” (*Timed Up and Go test*, TUG) oceniający ryzyko upadku.
- skalę oceny jakości snu Pittsburgh (*Pittsburgh Sleep Quality Index*, PSQI);
- Krótki Alkoholowy Test Przesiewowy z Michigan – Wersja Geriatryczna (*Short Michigan Alcoholism Screening Test – Geriatric Version*, SMAST-G) służący do wczesnego wykrywania problemów alkoholowych u osób w wieku podeszłym;
- u mężczyzn – Międzynarodową Skalę Punktową Objawów Towarzyszących Chorobom Gruczołu Krokowego (*International Prostate Symptom Score*, IPSS);
- skalę oceny nasilenia objawów nietrzymania stolca: *Skala Jorge-Wexnera* oraz *Skala Vaizeya*;
- skalę oceny religijności (*Duke University Religion Index*, POLDUREL).

Próba badawcza:

Próba objęła **5 987 respondentów w wieku od 60 do 106 lat**, reprezentatywnych dla całej populacji osób starszych w Polsce. Uczestnicy zostali dobrani z zastosowaniem losowania warstwowego z uwzględnieniem województwa, wieku, płci i miejsca zamieszkania. Badanie zrealizowano w latach 2017 - 2021. Ponadto część badań przeprowadzono również wśród opiekunów osób niesamodzielnych.

Wnioski:

1. **Wielochorobowość** jest zjawiskiem powszechnym: aż 95% osób starszych cierpi na co najmniej jedno schorzenie przewlekłe, a średnio występują u nich cztery jednostki chorobowe jednocześnie.
2. **Nadciśnienie tętnicze** zdiagnozowano u ponad 75% respondentów, jednak tylko u jednej trzeciej było ono skutecznie leczone.

3. **Zaburzenia depresyjne** dotyczą około 26% osób starszych – często pozostają niezdiagnozowane i nieleczone.
4. **Samodzielność funkcjonalna** maleje z wiekiem: około 35% osób powyżej 80. roku życia ma poważne trudności w wykonywaniu podstawowych czynności życia codziennego.
5. **Problemy w dostępie do opieki zdrowotnej i leków** są istotnym czynnikiem obniżającym jakość życia – część seniorów rezygnuje z leczenia z powodów finansowych.
6. **Wsparcie nieformalne** – opieka rodzinna nadal dominuje, ale wzrasta potrzeba profesjonalizacji opieki długoterminowej i środowiskowej.
7. **Wskazano na potrzebę rozwoju zintegrowanych systemów opieki zdrowotnej i społecznej** dla osób starszych oraz zwiększenia dostępności usług rehabilitacyjnych i geriatrycznych.
8. Badanie podkreśla konieczność dostosowania polityki publicznej do zmieniającej się struktury wiekowej społeczeństwa i rosnącej liczby osób w wieku 80+.

Szersze omówienie wniosków wraz z rekomendacjami znajduje się w raporcie na stronach 1055 – 1118.

Dodatkowe informacje i raport:

https://polsenior2.gumed.edu.pl/attachment/attachment/82370/Polsenior_2.pdf

5. Sytuacja osób w wieku 55 lat i starszych w województwie świętokrzyskim w latach 2019–2023, Zespół autorski: Olga Szymocha, kier. Ewa Tomczyk, Urząd Statystyczny w Kielcach, 2024.

Cele

Raport został opracowany w celu dostarczenia pełnego, aktualnego obrazu demograficznego, zdrowotnego, ekonomicznego i społecznego osób w wieku 55+. Badanie identyfikuje trendy i silne strony regionu oraz wyzwania związane ze starzeniem się społeczeństwa na poziomie wojewódzkim, przyczyniając się do efektywniejszego planowania polityk publicznych i inicjatyw samorządowych.

Przedmiot badań

Analiza obejmuje wiele aspektów życia:

- Zmiany w liczbie i strukturze demograficznej osób 55+,
- Stan zdrowia i dostępność opieki medycznej,

- Sytuację dochodową i materialną,
- Aktywność zawodową i społeczną, m.in. udział w UTW,
- Bezpieczeństwo oraz dostęp do usług opieki socjalnej,
- Lokalne inicjatywy na rzecz seniorów i ich efektywność.

Metoda

Metodą zastosowaną w badaniu jest analiza danych zastanych (desk research). Badanie nie bazuje na ankietach — korzysta z danych administracyjnych i statystycznych dostępnych w Banku Danych Lokalnych GUS oraz rejestrów różnych instytucji (np. ZUS, NFZ, urzędy pracy). Autorzy zastosowali podejście analizy ilościowej, tworząc zestawienia tabelaryczne i wizualizacje (wykresy, mapy) w przekroju powiatowym i gminnym. Dane poddano również analizie porównawczej między latami oraz w relacji do kraju.

Próba badawcza

W badaniu uwzględniono **całość populacji osób w wieku 55+** zamieszkałych w woj. świętokrzyskim (około 413,6 tys. osób w 2023). Biorąc pod uwagę jej rozmiar i strukturę, badanie nie opiera się na próbie losowej, lecz prezentuje pełne dane populacyjne.

Wnioski

Wnioski z badania wskazują na postępujące niekorzystne zmiany demograficzne w województwie świętokrzyskim – brak zastępowalności pokoleń, starzenie się społeczeństwa i pogarszająca się struktura wiekowa mieszkańców. Wzrosła liczba osób w wieku 65–79 lat, spadła natomiast liczebność populacji 55–64 i 80+. Wskaźniki demograficznego obciążenia oraz indeks starości systematycznie rosną, a prognozy do 2060 r. są wysoce niepokojące. Pogarsza się także stan zdrowia seniorów, szczególnie po 70. roku życia, co skutkuje rosnącym zapotrzebowaniem na świadczenia zdrowotne i specjalistyczną opiekę. Mimo wzrostu wynagrodzeń i emerytur, poziom zabezpieczenia finansowego osób starszych pozostaje niski – zwłaszcza wśród rolników i osób korzystających z pomocy społecznej. Wzrasta odsetek ubogich seniorów. Osoby starsze charakteryzuje niska aktywność zawodowa i kulturowa, choć zauważalne są pozytywne tendencje zatrudnieniowe w grupie 55–64 lata. Skala przestępczości wśród seniorów jest niska, podobnie jak ich udział w zdarzeniach drogowych, choć osoby 55+ odpowiadają za istotny odsetek wypadków jako piesi.

Dodatkowe informacje i raport:

<https://kielce.stat.gov.pl/publikacje-i-foldery/inne-opracowania/sytuacja-osob-w-wieku-55-lat-i-starszych-w-wojewodztwie-swietokrzyskim-w-latach-2019-2023,11,2.html>

6. Badanie Potrzeb Społecznych Seniorów 2024, Fundacja Manko – Głos Seniora, 2024.

To nowoczesne i wszechstronne badanie dostarcza pogłębionego wglądu w realne potrzeby osób starszych – zarówno w ujęciu ilościowym, jak i jakościowym. Jego wyniki stanowią bazę dla praktycznych działań instytucji publicznych, NGO oraz samorządów.

Cele

Badanie miało na celu szczegółowe zrozumienie potrzeb społecznych osób w wieku 60+ w Polsce, ich poziomu zaangażowania w rozwój lokalnej społeczności oraz zadowolenia z wszelakich usług i opieki zdrowotnej znajdującej się w otoczeniu seniora. Skupiono się na barierach i motywacjach uczestnictwa seniorów w życiu społecznym i obywatelskim, dostępie do technologii, usług społecznych, opieki zdrowotnej i poczucia bezpieczeństwa. Wyniki mają wspierać instytucje i samorządy w tworzeniu programów aktywizacyjnych odpowiadających realnym potrzebom seniorów.

Przedmiot badań

Omówiono cztery główne obszary:

1. Uczestnictwo w życiu społecznym i lokalnej społeczności
2. Dostęp i korzystanie z technologii i Internetu
3. Dostęp do usług społecznych i służby zdrowia
4. Poczucie bezpieczeństwa społecznego i finansowego seniorów

Metoda

Badanie zastosowało sondaż diagnostyczny w formule mieszanej.

- **Ankieta ilościowa (CAWI, CATI, PAPI)** – próba N = 1279 osób 60+, przeprowadzona między 10 października a 10 listopada 2024:
 - CAWI – 74% respondentów
 - CATI – 6%
 - PAPI – 20%
 - **Wywiady pogłębione** (50 osób): uzyskano dane jakościowe uzupełniające ankiety
- Kwestionariusz zawierał zarówno pytania zamknięte (26), jak i otwarte (8), dotyczące kluczowych aspektów życia seniorów

Próba badawcza

Uczestnikami byli mieszkańcy Polski po ukończeniu 60. roku życia, dobrani w sposób umożliwiający reprezentatywne zobrazowanie różnorodności grupy seniorów (n=1279).

Dodatkowo przeprowadzono wywiady pogłębione z 50 losowo wybranymi seniorami obecnymi na wydarzeniach organizowanych przez Głos Seniora

Wnioski

1. **Aktywność społeczna:** Ponad 48% seniorów chciałoby angażować się bardziej w życie społeczności lokalnej
2. **Cyfrowa inkluzja:** Aż 90% deklaruje umiejętność obsługi Internetu, ale istnieją bariery związane z cyber-bezpieczeństwem i informatyzacją usług
3. **Usługi społeczne i zdrowotne:** 39,6% ocenia dostęp do usług jako niewystarczający – główne bariery to kolejki, niedostatek specjalistów i ograniczenia transportowe
4. **Bezpieczeństwo finansowe:** Seniorzy obawiają się oszustw – 27% wskazuje wzrost przestępczości jako główny problem

Rekomendacje

1. Tworzenie przestrzeni integracji społecznej,
2. Edukacja cyfrowa i bezpieczeństwa w sieci,
3. Poprawa dostępu do usług zdrowotnych i społecznych,
4. Kampanie edukacyjne dotyczące finansowego bezpieczeństwa

Dodatkowe informacje i raport:

https://glosseniora.pl/wp-content/uploads/raport_seniorzy.pdf

5. Klasyfikacje potrzeb osób starszych

Ludzkie potrzeby mają potencjalnie nieograniczony charakter, co wynika z dużego zróżnicowania jednostek – zarówno pod względem relacji z otoczeniem, jak i złożoności procesów psychicznych i biologicznych zachodzących na różnych etapach życia.¹²⁸ Mimo biologicznego podobieństwa, ludzie jako istoty kulturowe wykazują znaczną indywidualność, co utrudnia jednoznaczne definiowanie potrzeb i podkreśla ich subiektywny charakter. Właśnie na ten subiektywizm wskazywała austriacka szkoła ekonomii, czyniąc go fundamentem analizy potrzeb w kontekście gospodarczym.¹²⁹ Istotne jest również to, że potrzeby ulegają zmianom w miarę postępu cywilizacyjnego, w tym rozwoju technologicznego i przemian stylu życia.¹³⁰

Świadomość własnych potrzeb można postrzegać jako formę reakcji człowieka na wyzwania stawiane przez otaczające go środowisko społeczno-kulturowe, która ukierunkowuje jego działania w różnych obszarach życia. Gdy mówimy o potrzebach, odnosimy się do ważnych, obiektywnych warunków i czynników zewnętrznych, które są częściowo kształtowane przez jednostkę i stanowią podstawę jej egzystencji, dobrego samopoczucia oraz wszechstronnego – fizycznego i duchowego – rozwoju, a także umożliwiają realizację jej podstawowych ról społecznych.¹³¹ W tym ujęciu stopień zaspokojenia potrzeb staje się wskaźnikiem informującym o zapotrzebowaniu na elementy konieczne do prawidłowego funkcjonowania. Dlatego też **należy odróżniać potrzeby obiektywne od bardziej subiektywnych pragnień czy aspiracji**, które są wyrazem niezaspokojonych chęci.¹³² Dodatkowo, spośród różnych podejść do tych zagadnień, przekonujące są te stanowiska, które podkreślają zasadność oddzielania pojęcia potrzeby od pojęć takich jak popęd czy instynkt.

Potrzeby można definiować na rozmaite sposoby jako:

- stan braku (Rubinsztein 1962; Ekiel, Jaroszyński, Ostaszewska 1965; Jundziłł 1984; Reykowski 1992; Niebrzydowski 1999; Szewczuk 1979);
- stan organizmu wywołany brakiem (Gerstmann 1986; Koziński 1987; Okoń 1975; Muszyński 1981; Gajewska 1997);

¹²⁸ S. Garczyński (1972), *Potrzeby psychiczne. Niedosyt. Zaspokojenie*, „Nasza Księgarnia”, Warszawa

¹²⁹ *What is Austrian Economics?*, Ludwig von Mises Institute, <http://mises.org/etexts/austrian.asp>.

¹³⁰ B. Suchodolski (1974), *O stylach życia ludzkiego*, „Studia Filozoficzne” nr 7, s. 25-35

¹³¹ W. W. Bojarski (2009), *Gospodarka i państwo dla społeczeństwa*, Oficyna Wydawnicza Warszawskiej Szkoły Zarządzania Szkoły Wyższej, Warszawa, s. 9.

¹³² „Potrzebą człowieka jest przedmiot czy warunek, bez którego nie może on normalnie żyć, natomiast zachcianki lub pragnienia zwykle takimi potrzebami nie są. Z drugiej strony, rzeczywiste potrzeby człowieka mogą być szersze niż te, które on sobie aktualnie uświadamia i do zaspokojenia których dąży”. ibidem

- siła motywująca; Murray 1968; Maslow 1990; Reykowski 1979; Szewczuk 1990; Obuchowski 1995; Niebrzydowski 1999);
- stan interakcji człowieka ze środowiskiem (Szewczuk 1979; Tomaszewski 1979);
- czynnik niezbędny do prawidłowego funkcjonowania człowieka (Obuchowski 1995; Kawula, Dąbrowski, Gałaś 1980);

Różnorodność ludzkich potrzeb umożliwia ich klasyfikowanie na wiele sposobów. K. Obuchowski (1995) podaje, że do 1924 roku wyróżniono około 6 tysięcy potrzeb uwarunkowanych biologicznie.¹³³ Często spotykane są zestawienia dwubiegunowe, takie jak: potrzeby fizyczne i psychiczne, jednostkowe i zbiorowe (uniwersalne), obiektywne i subiektywne, materialne (podstawowe, wyższego rzędu) i niematerialne (duchowe, społeczne, psychiczne), biologiczne i społeczne, a także trwałe i zmienne (zależne od sytuacji). Co istotne, **potrzeba bezpieczeństwa może być przyporządkowana do każdej z tych kategorii**. Należy jednak zaznaczyć, że granice między tymi typami bywają płynne – przykładowo, samopoczucie psychiczne często ściśle wiąże się z poziomem zaspokożenia potrzeb materialnych.¹³⁴

Wszelkie próby porządkowania potrzeb mają raczej charakter typologii niż ścisłej klasyfikacji, ponieważ trudno mówić o jednoznacznym rozdzieleniu poszczególnych kategorii. Możliwe jest jedynie ich ogólne uporządkowanie, gdyż stworzenie systematycznego i wyczerpującego schematu dla setek czy nawet tysięcy potrzeb byłoby zbyt złożone i mało przejrzyste. Takie stanowisko podziela dziś zdecydowana większość badaczy zajmujących się tą tematyką, w tym m.in. S. Garczyński, T. Tomaszewski, A. Lisowski i L. Niebrzydowski. W psychologii powstało wiele różnych zestawień potrzeb, których głównym celem było stworzenie narzędzi do ich pomiaru oraz budowania profili potrzeb, co ułatwiało analizę wyników badań. W Polsce takie podejście reprezentował T. Kocowski (1982), który opracował macierz obejmującą 42 potrzeby. Wcześniej Z. Dąbrowski (1980) przedstawił typologię potrzeb w układzie dychotomicznym, czyli opartym na parach przeciwstawnych kategorii. Do najbardziej znanych i powszechnie przywoływanych teorii należą koncepcje H.A. Murraya, A.H. Maslowa, a w polskim kontekście – propozycje T. Kocowskiego i K. Obuchowskiego. I to są typologie ogólne. Istnieją również takie typologie, które ujmują potrzeby osób starszych, ale należy pamiętać, że **potrzeby osób starszych nie różnią się od potrzeb innych grup wiekowych**¹³⁵. To, co różnicuje potrzeby seniorów to ich intensyfikacja wraz z wiekiem, a także ich zróżnicowanie skorelowane ze zróżnicowaniem populacji

¹³³ K. Obuchowski (1995), *Przez galaktykę potrzeb psychologia dążeń ludzkich*, Wydawnictwo Zysk i S-ka

¹³⁴ K. Skarżyńska (1981), *Potrzeby ludzkie* (w:) *Encyklopedia organizacji i zarządzania*, Państwowe Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 1981

¹³⁵ E. Trafiałek (2003), *Polska starość w dobie przemian*, Wydawnictwo Śląsk, Katowice, s. 106.

seniorów, w tym czynniki obiektywne takie jak przynależność do subpopulacji wiekowej osób starszych, miejsce zamieszkania oraz system wsparcia społecznego.¹³⁶ Potrzeby seniorów są uwarunkowane fazą starości, w której dana osoba się znajduje, a co za tym idzie stanem zdrowia, miejscem zamieszkania, czyli też dostępem do usług społecznych, a także wsparciem społecznym. W tab. 3 zebrane zostały typologie potrzeb osób starszych, występujące w literaturze gerontologicznej. Często w badaniach nad starością używa się klasyfikacji potrzeb A. Masłowa, H. A. Murraya, K. Obuchowskiego oraz T. Kocowskiego, które też zostały ujęte w poniższej tabeli.

¹³⁶ M. Susułowska (1989), Psychologia starzenia się i starości, Wydawnictwo PWN, Warszawa, s. 329.

Tab. 3 Zestawienie klasyfikacji potrzeb w wybranych pozycjach literatury przedmiotu

LP	Pozycja książkowa	Wybrany katalog potrzeb
1.	Abraham Maslow ¹³⁷	- fizjologiczne lub podstawowe - wynikają z funkcjonowania organizmu. Ludzie muszą zaspokoić te potrzeby, aby utrzymać się przy życiu, np. sen, pragnienie, głód, oddychanie, wydalanie, aktywność, przyjemne doznania zmysłowe, seksualne itd. Ta grupa potrzeb wrodzona i najsilniejsza, w razie niezaspokojenia wypiera wszystkie inne potrzeby; - bezpieczeństwa - oprócz potrzeby bezpieczeństwa wynikającej z instynktu samozachowawczego należą tu także poczucie bezpieczeństwa psychicznego: oparcia i opieki, protekcji, wolności od lęku, niepokoju i chaosu oraz ładu, porządku, przestrzegania określonych praw, przewidywalności wydarzeń; - przynależności i miłości - wywołują działanie zmierzające do nawiązania kontaktów międzyludzkich, szukania przyjaźni, zrozumienia u innych. Niezaspokojenie tych potrzeb prowadzi do ryzyka zaburzeń w sferze psychicznej i społecznej. Może być podstawową przyczyną braku przystosowania; - uznania i prestiżu - występują tu dwie grupy dążeń ludzkich: pragnienie potęgi, wyczynu, wolności oraz potrzeba respektu i uznania ze strony innych ludzi, chęci dominacji, poczucia pewności siebie, adekwatności do zadań i sytuacji. Zaspokojenie tych potrzeb daje wiarę we własne siły, niezaspokojenie przyczynia się do powstania kompleksów niższości i chęci górowania za wszelką cenę; - samospełnienia (samorealizacji, samo urzeczywistnienia) - jest potrzebą jak najpełniejszego zrealizowania swoich możliwości, rozwoju samego siebie, wyzwolenia i realizacji kreatywności; - poznawcza - przejawiająca się w poszukiwaniu przez człowieka wiedzy o świecie, o otaczających zjawiskach, to także potrzeba zdobycia i usystematyzowania wiedzy uczenia się i doświadczania; - estetyczna - wynikająca z dążenia człowieka do dostarczania sobie wrażeń estetycznych.

¹³⁷ A. H. Maslow, A. H. (1954), *Motivation and Personality*, Harper & Row, New York; A. H. Maslow, (1990). *Motywacja i osobowość*. Warszawa: Instytut Wydawniczy PAX.

2.	Adam A. Zych ¹³⁸	• prawdy, • autorytetu, • samodecydowania, • wyrażania siebie, • samorealizacji, • niwelowania efektów starzenia się.
3.	Barbara Małecka ¹³⁹	• bezpieczeństwa psychicznego; • przynależności do grupy i zajmowania w niej określonego miejsca; • bycia we wspólnocie, w atmosferze życzliwości i przyjaźni; • bycia użytecznym; • potrzebę uznania – afirmacji siebie i świata
4.	Barbara Szatur-Jaworska ¹⁴⁰	• bezpieczeństwa – wzmożone stają się stany niepokoju oraz napięcia u osób starszych, co powoduje wzrost poczucia zagrożenia; • przynależności – dotyczy poziomu osamotnienia, zmniejszenia się liczby kontaktów; • niezależności – senior pragnie być samowystarczalny, jednak ze względu na dolegliwości zdrowotne i zmiany związane z przebiegiem procesu starzenia się samodzielność jest utrudniona; • uzależnienia – związana z koniecznością opieki nad osobą starszą; • użyteczności – możliwość wykonywania różnych czynności na rzecz rodziny; • prestiżu – poczucie autorytetu i szacunku w oczach innych

¹³⁸ A. A. Zych, *Przekraczając „smugę cienia”. Szkice z gerontologii i tanatologii*, Katowice 2009, s. 15–20; A.A. Zych, *Leksykon gerontologii*, Kraków 2017, s. 131.

¹³⁹ Z. Małecka (1985), *Elementy gerontologii dla pedagogów*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk, s. 71–73.

¹⁴⁰ B. Szatur-Jaworska (2000), *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa, s. 45

5.	Beata Ziębińska ¹⁴¹	• Biologiczne - służące przetrwaniu – (1) zaopatrzenie w żywność, (2) obrona, (3) opieka, (4) pielęgnacja (5) rozmnażanie • Psychologiczne – (1) afiliacji (2) władzy (3) informacji (4) wsparcia emocjonalnego
6.	Brunon Synak ¹⁴²	• przynależności określana również jako potrzeba integracji lub towarzystwa – realizacja tej potrzeby jest ściśle związana z kontaktami interpersonalnymi (rodzinnymi, sąsiedzkimi, przyjacielskimi), z poziomem odczuwania lub brakiem osamotnienia i samotności, posiadaniem zadawalających więzi rodzinnych, rówieśniczych czy też społecznych. • niezależności – związana ze stopniem samodzielności i zaradności w okresie starości. Zaspokojenie tej potrzeby jest determinowane samodzielnością ekonomiczną i mieszkaniową. • użyteczności i uznania – realizowana jest poprzez udział osób starszych w instytucjonalnych formach aktywności lub też działalności nieformalnej na rzecz krewnych, przyjaciół, sąsiadów, znajomych. Związana jest z koniecznością odczuwania przez seniora poczucia „bycia potrzebnym” innym. • bezpieczeństwa – potrzeba odnosząca się do poczucia bezpieczeństwa w wymiarze fizycznym oraz psychologicznym. O zaspokojeniu tej potrzeby decyduje stopień i możliwości jednostki samodzielnego korzystania z instytucji i urzędzeń, otrzymywane wsparcie ze strony rodziny i przyjaciół, samopoczucie w miejscu zamieszkania. • satysfakcji życiowej – związana z subiektywnym poczuciem zadowoleniem z własnego życia. Potrzeba ta najlepiej charakteryzuje poziom akceptacji starości
7.	Clark Tibbitts ¹⁴³	• wykonywania społecznie użytecznych działań;

¹⁴¹ B. Ziębińska (2008), *Uniwersytety Trzeciego Wieku jako instytucje przeciwdziałające marginalizacji osób starszych*, Uniwersytet Śląski, Katowice, s. 93–95.

¹⁴² B. Synak (2000), *Ludzie starzy w warunkach transformacji ustrojowej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk, G. Orzechowska (1999), Aktualne problemy gerontologii społecznej, Olsztyn, s. 25–26; N.G. Pikula, *Poczucie sensu życia osób starszych. Inspiracje do edukacji w starości*, Kraków 2016, s. 36.

¹⁴³ C. Tibbitts (ed.) (1960), *Handbook of social gerontology. Societal aspects of aging*, Chicago;

		• uznania za część społeczności, społeczeństwa, grupy i odgrywanie w nich konkretnej roli; • zagospodarowania czasu wolnego w sposób zadowalający; • posiadania kontaktów towarzyskich; • uznania jako jednostka ludzka; • stwarzania możliwości do autoekspresji; • odpowiedniej stymulacji psychicznej i umysłowej; • ochrony zdrowia i dostępu do opieki zdrowotnej; • ustalonego trybu życia i utrzymywania stosunków z rodziną; • duchowej satysfakcji
8.	Henry A. Murray ¹⁴⁴	Potrzeby viscerogeniczne (fizjologicznych) 1. oddychania 2. jedzenia (głodu) 3. picia (pragnienia) 4. snu 5. unikania bólu 6. eliminacji (wydalania) 7. seksualna 8. termoregulacji (ciepła, chłodu) 9. aktywności fizycznej (ruchu) 10. odpoczynku (regeneracji sił) 11. ochrony przed urazami

¹⁴⁴ H.A. Murray (1953), *Explorations in Personality*, Oxford University Press, New York

		12. ucieczki przed zagrożeniem 13. utrzymania równowagi chemicznej organizmu 14. równowagi hormonalnej 15. Potrzeba oddychania świeżym powietrzem 16. fizycznej bliskości (dotyku) 17. higieny (oczyszczania ciała) 18. karmienia potomstwa (instynkt opiekuńczy) 19. unikania infekcji (odporność, zdrowie) 20. samoleczenia (powrotu do równowagi) 21. uziemienia/zakorzenia (kontakt z podłożem) 22. rytmu biologicznego (sen/czuwanie, cykl dobowy) 23. ochrony skóry (ubranie, bariera ochronna) 24. światła (naturalnego oświetlenia) 25. regulacji postawy ciała 26. orientacji przestrzennej (zmysł równowagi) 27. bezpieczeństwa fizycznego (instynkt samozachowawczy) 28. sytości (pełnego brzucha, zaspokojenia apetytu) Potrzeby psychogenne: - osiągnięć - przynależności - agresji - niezależności
--	--	--

		5. kontrreakcji 6. obrony 7. uległości 8. dominacji 9. ekshibicji 10. unikania szkody 11. unikania kompromitacji 12. opiekuńczości 13. porządku 14. zabawy 15. odrzucenia 16. doznań zmysłowych 17. seksualna 18. wsparcia 19. wiedzy 20. tworzenia
9.	Howard Y. McClusky ¹⁴⁵	• zaradcze (<i>coping needs</i>) – minimalny poziom umiejętności czytania i pisania oraz samodzielności; jeśli nie są zaspokojone, brakuje nadwyżki sił, by realizować potrzeby wyższego rzędu. • ekspresyjne (<i>expressive needs</i>) – aktywność podejmowana dla niej samej; każda osoba zwykle potrzebuje czasu na jakąś formę ekspresji.

¹⁴⁵ H.Y. McClusky, *Education for aging: The scope of the field and perspectives for the future*, w: Learning for aging, eds. S.M. Grabowski, W.D. Mason, Washington 1973, s. 324–330.

		- kontrybtywne (<i>contributive needs</i>) – altruistyczna chęć służenia innym; nadwyżka energii wykorzystywana jest poza „ja” lub poza potrzebami zaradczymi. - wpływu (<i>influence needs</i>) – potrzeba posiadania umiejętności i mądrości politycznej; nadmiar energii i zasobów może być skierowany na rozwijanie tych kompetencji. - transcendencji (<i>transcendence need</i>) – przekraczanie ograniczeń związanych z wiekiem; uczenie się równoważenia siły i obciążenia.
10.	Joanna Staręga-Piasek ¹⁴⁶	- Bezpieczeństwa - Przynależności - Niezależności - Użyteczności - prestżu
11.	Karin Welling ¹⁴⁷	- doświadczenia miłości – bezwarunkowej akceptacji przez innych; - doświadczenia pociechy – polegającą na przekazywaniu poczucia bezpieczeństwa oraz empatycznego podejścia do sytuacji osoby; - doświadczenia więzi – poczucia bliskości i wsparcia; - włączenia we wspólnotę – poczucia przynależności do społeczeństwa; - zajęcia – kreatywnego spędzania czasu, zajęć przynoszących satysfakcję

¹⁴⁶ J. Staręga-Piasek (1975), *Niematerialne potrzeby osób starszych*, w: *Starzenie się i starość w badaniach gerontologicznych w Polsce*, red. J. Piotrowski, Warszawa, s. 133-138.

¹⁴⁷ K. Welling (2004), *Der personzentrierte Ansatz von Tom Kitwood – ein bedeutender Bezugsrahmen für die Pflege von Menschen mit Demenz*, „Unterricht Pflege”, 5, nr 9, s. 7–8.

12.	Kazimierz Obuchowski ¹⁴⁸	• Potrzeby fizjologiczne • Potrzeby seksualne • Potrzeby poznawania • Potrzeba kontaktu emocjonalnego • Potrzeba sensu życia • Potrzeba dystansu psychicznego
13.	Klasyfikacja Światowej Organizacji Zdrowia ¹⁴⁹	Klasyfikacja 1 • Zdrowie, • uczestnictwo, • bezpieczeństwo, • autonomia Klasyfikacja 2 • potrzeby fizyczne (biologiczne) – zdrowie, energia, aktywność, sen • psychologiczne – samoocena, poczucie sensu życia • niezależności – mobilność, autonomia (nie mylić z niezależnością) • relacje społeczne – bliskość, przynależność • środowisko życia – dostęp do opieki, bezpieczeństwo • duchowość/religijność – potrzeby egzystencjalne
14.	Krystyna Steuden ¹⁵⁰	• sens życia, • relacje,

¹⁴⁸ K. Obuchowski, *Galaktyka potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*, Wydawnictwo Zys i s-ka, Poznań 2000

¹⁴⁹ WHO (2002), *Active Ageing. A Policy Framework*, WHO/NMH/NPH/02.8.

¹⁵⁰ K. Steuden (2011), *Psychologia starzenia się i starości*, PWN, Warszawa

		• duchowość, • uznanie, • integracja doświadczeń
15.	Leon Niebrzydowski ¹⁵¹	• kontaktu • bezpieczeństwa • szacunku • towarzystwa • władzy
16.	Robert L. Schalock, Michael Angelo Verdugo ¹⁵²	• Zdrowie, • samostanowienie, • relacje, • uczestnictwo, • emocje, • godność, • prawa
17.	Tadeusz Kocowski ¹⁵³	1. ogólne warunki współżycia i współdziałania • przynależności • łączności • organizacji • więzi emocjonalnej

¹⁵¹ L. Niebrzydowski (1999), *Psychologia ludzkich potrzeb, aspiracji i możliwości*, Krajowa Rada Self-Esteem, Łódź

¹⁵² R. L., Schalock, M. A. Verdugo (2002), *Handbook on Quality of Life for Human Service Practitioners*. AAMR.

¹⁵³ T. Kocowski (1982), *Potrzeby człowieka Koncepcja systemowa*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław-Warszawa-Kraków-Gdańsk—Łódź

		2. warunki, jakie powinna spełniać jednostka • konformizmu • uspołecznienia • społecznej użyteczności 3. warunki, jakie powinna zabezpieczyć grupa społeczna, aby koegzystencja z nią była dla jednostki korzystna • społecznej gratyfikacji • społecznej akceptacji • współuczestnictwa • ochrony i autonomii
18.	Tina ten Bruggencate, Katrien G. Luijckx Janienke Sturm ¹⁵⁴	Przegląd różnych zagranicznych systematyzacji potrzeb osób starszych
19.	Zofia Szarota ¹⁵⁵	• bytowe (pokarmowe, regeneracji sił, mieszkaniowe, odzieżowe, bytowe, lokomocyjne, bezpieczeństwa, zdrowotne); • społeczne (swobody, autonomii, przynależności, integracji, szacunku, godności, uznania, pracy, pełnienia ról); • indywidualnego rozwoju (kulturalno-receptywne, kulturalno-kreatywne), wiedzy (samokształcenie), ludyczno-towarzyskie, rekreacyjne – możliwość czynnego, biernego wypoczynku, religijno-eschatologiczne

¹⁵⁴ A. A. ten Bruggencate, K. G. Luijckx, J. Sturm (2018), *Social needs of older people. A systematic literature review*. Ageing & Society, 38(9), 1745-1770. <https://doi.org/10.1017/S0144686X17000150>

¹⁵⁵ Z. Szarota (2010), *Starzenie się i starość w wymiarze instytucjonalnego wsparcia na przykładzie Krakowa*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków, s. 106.

Konkluzje - potrzeby osób starszych – złożoność, zróżnicowanie, znaczenie badań

Potrzeby osób starszych – podobnie jak potrzeby innych grup wiekowych – wynikają z uniwersalnych uwarunkowań biologicznych, psychicznych i społecznych. Ich istota nie różni się zasadniczo od potrzeb ludzi młodszych, jednak zmienia się **stopień ich nasycenia, pilność, hierarchia oraz sposób wyrażania**. Z wiekiem wiele potrzeb zyskuje nowy wymiar – np. potrzeba bezpieczeństwa staje się bardziej rozległa i obejmuje nie tylko wymiar fizyczny, lecz także emocjonalny, finansowy czy społeczny. Warto też pamiętać, że sama populacja osób starszych jest wewnętrznie zróżnicowana: inne potrzeby dominują u osób w wieku 60–74 lata, inne w grupie 75+, jeszcze inne u seniorów zależnych, samotnych, aktywnych lub wykluczonych cyfrowo. To powoduje przesunięcia akcentów i priorytetów w ramach subpopulacji.

W literaturze funkcjonuje **wiele klasyfikacji potrzeb** – od piramidy Masłowa, przez typologie Murraya, po polskie ujęcia Kocowskiego, Obuchowskiego czy Synaka. Choć każda z nich porządkuje rzeczywistość nieco inaczej, wszystkie ukazują **wielowymiarowy charakter potrzeb**, obejmujący aspekty biologiczne, psychiczne, społeczne, duchowe, kulturowe czy egzystencjalne. **Bezpieczeństwo** jako potrzeba podstawowa, **przenika wszystkie te obszary** – jest obecne zarówno w trosce o zdrowie, niezależność, stabilność finansową, jak i w relacjach międzyludzkich czy poszukiwaniu sensu życia.¹⁵⁶

Ze względu na złożoność i subiektywność potrzeb osób starszych, ich badanie powinno opierać się na **zróżnicowanych metodach badawczych**. Podejścia ilościowe (np. ankiety, skale) pozwalają mierzyć częstość i rozkład określonych potrzeb, jednak nie oddają ich głębi. Dlatego warto je uzupełniać metodami jakościowymi (wywiady, grupy fokusowe, studia przypadków), szczególnie przy analizie **potrzeb sensu, przynależności, relacji międzyludzkich czy duchowości**, które mają wysoce indywidualny charakter.

Badanie potrzeb osób starszych ma ogromne znaczenie praktyczne. Pozwala nie tylko zrozumieć realia ich codziennego życia, ale także projektować adekwatne formy wsparcia – w polityce społecznej, opiece zdrowotnej, mieszkalnictwie, edukacji czy działaniach lokalnych. Pomaga tworzyć bardziej dostępne, empatyczne i zróżnicowane usługi społeczne, które odpowiadają na rzeczywiste oczekiwania i możliwości seniorów. Jest również narzędziem włączania osób starszych w dialog społeczny i planowanie rozwoju – jako aktywnych uczestników, a nie wyłącznie odbiorców wsparcia.

¹⁵⁶ Helena Balicka-Kozłowska zaznacza, że potrzeba bezpieczeństwa ma większe znaczenie dla seniorów niż dla osób w średnim wieku, a jej nieodpowiednie zaspokojenie odbija się w każdej dziedzinie życia. H. Balicka-Kozłowska, *Potrzeba bezpieczeństwa u ludzi starszych*, „Studia i materiały IPiSS” 1980, z. 16

6. Podsumowanie przeglądu literatury i badań w kontekście planowanej koncepcji badawczej

Poszukując inspiracji do badań nad potrzebami osób starszych w woj. łódzkim, w świetle przeprowadzonych analiz dotychczasowych badań oraz literatury tematycznej proponowana jest **koncepcja jakości życia**, która może stanowić paradygmat prowadzonych działań badawczych.

Koncepcja jakości życia (ang. *quality of life, QoL*) jest pojęciem wielowymiarowym, obejmującym różne aspekty dobrostanu jednostki, zarówno w wymiarze subiektywnym, jak i obiektywnym. Pojęcie to zyskało popularność w drugiej połowie XX wieku, w miarę jak pojawiały się krytyczne głosy wobec utożsamiania rozwoju społeczno-gospodarczego wyłącznie ze wzrostem produktu krajowego brutto (PKB). Podkreślano, że wzrost ekonomiczny nie zawsze przekłada się na realną poprawę warunków życia i satysfakcji jednostek¹⁵⁷.

Początkowo koncepcja jakości życia była stosowana głównie w ekonomii i socjologii, jednak w latach 70. XX wieku zaczęła być adaptowana również w psychologii, medycynie i zdrowiu publicznym. Badania Easterlina (1974) wykazały, że wraz ze wzrostem dochodów niekoniecznie rośnie poziom subiektywnego szczęścia, co doprowadziło do rozwoju tzw. „paradoksu Easterlina”.¹⁵⁸ Wyniki te podważyły przekonanie, że poziom dochodów jest najważniejszym wyznacznikiem jakości życia.

Koncepcję jakości życia rozwijała także Światowa Organizacja Zdrowia (WHO), która w latach 90. sformułowała definicję podkreślającą subiektywne postrzeganie przez jednostkę własnej pozycji życiowej w kontekście kultury i systemu wartości, w jakim żyje, a także w odniesieniu do celów, oczekiwań i standardów. WHO stworzyła również narzędzie WHOQOL-BREF, powszechnie wykorzystywane do pomiaru jakości życia w badaniach międzynarodowych¹⁵⁹.

W ujęciu współczesnym, jakość życia jest rozumiana jako dynamiczny konstrukt, uwzględniający zarówno obiektywne warunki życia (m.in. dochody, stan zdrowia, dostęp do usług), jak i subiektywne poczucie dobrostanu. Podejście to zostało rozwinięte przez Amartyę

¹⁵⁷ J. K. Galbraith, (1958), *The Affluent Society*, Houghton Mifflin, Boston

¹⁵⁸ R. A. Easterlin (1974), *Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence*, w: P. A. David & M. W. Reder (Eds.), *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz*, Academic Press, New York, s. 89-125.

¹⁵⁹ WHOQOL Group, The World Health Organization (1995), *Quality of Life Assessment (WHOQOL)*. Position Paper from the World Health Organization, „Social Science & Medicine”, 41(10).

Sena i Marthę Nussbaum¹⁶⁰, którzy w latach 80. i 90. zaproponowali koncepcję zdolności (*capability approach*). Według tej teorii, kluczowym kryterium jakości życia jest zakres realnych możliwości jednostki do realizowania wartościowych działań i osiągnięcia celów, które sama uznaje za ważne.¹⁶¹

W praktyce pomiar jakości życia obejmuje najczęściej cztery główne wymiary: **fizyczny** (zdrowie, sprawność, energia), **psychologiczny** (emocje, nastrój, poczucie sensu), **społeczny** (relacje z innymi, wsparcie społeczne, uczestnictwo) oraz **środowiskowy** (warunki mieszkaniowe, bezpieczeństwo, dostęp do zasobów). Dzięki swojej interdyscyplinarności koncepcja jakości życia jest dziś szeroko stosowana w badaniach nad zdrowiem, polityką społeczną, psychologią oraz w analizach dotyczących starzenia się społeczeństw.

Dodatkowo należy uwypuklić następujące wnioski, wynikające z przeprowadzonej analizy:

1. **Wielowątkowość literatury tematycznej dotyczącej sytuacji społecznej osób starszych.** Dostępna literatura naukowa i ekspercka dotycząca sytuacji społecznej osób starszych ma charakter wielowątkowy i interdyscyplinarny. Analizy te prowadzone są na styku takich dziedzin jak: socjologia, psychologia, pedagogika, gerontologia, ekonomia, zdrowie publiczne i polityka społeczna, co pozwala ujmować starość w sposób kompleksowy, a nie wyłącznie przez pryzmat deficytów. Obejmuje ona zarówno badania ilościowe (np. ogólnopolskie raporty GUS, CBOS, czy międzynarodowe projekty typu SHARE), jak i jakościowe eksploracje narracji osób starszych, ich strategii adaptacyjnych, doświadczeń egzystencjalnych i społecznych oczekiwań. W literaturze tej znajdziemy zarówno diagnozy problemów (samotność, zależność, ubóstwo, wykluczenie cyfrowe), jak i opisy potencjału rozwojowego osób starszych – ich aktywności obywatelskiej, zaangażowania w wolontariat, życia rodzinnego czy kulturalnego. Wyłania się z niej zróżnicowany, niejednoznaczny obraz starości, w którym równolegle obecne są procesy marginalizacji i integracji, zależności i autonomii, osłabienia i rozwoju. Taka różnorodność wątków i podejść staje się ważnym uzasadnieniem dla budowania koncepcji badawczej, która uwzględnia zarówno strukturalne, jak i subiektywne wymiary życia osób starszych.
2. **Wieloaspektowy charakter sytuacji społecznej seniorów.** Z przeglądu dostępnych źródeł wyłaniają się kluczowe obszary, które składają się na jakość życia i sytuację społeczną osób starszych. Są to:

¹⁶⁰ A. Sen (1993). *Capability and well-being* w: M. Nussbaum & A. Sen (Eds.), *The Quality of Life* (pp. 30–53). Oxford: Clarendon Press; N. Piłkuła (2013), *Senior w przestrzeni społecznej*, Wydawnictwo Borgis, Warszawa.

¹⁶¹ ibidem

- ✓ Zdrowie fizyczne i psychiczne (z odniesieniem do bezpieczeństwa)
- ✓ Warunki życia i zamieszkania (z odniesieniem do bezpieczeństwa)
- ✓ Relacje społeczne i sieci wsparcia (z odniesieniem do bezpieczeństwa)
- ✓ Sytuacja ekonomiczna i bezpieczeństwo materialne
- ✓ Dostęp do rozwoju – edukacji, kultury, rekreacji, technologii
- ✓ Dostępność i adekwatność wsparcia społecznego (z odniesieniem do bezpieczeństwa)
- ✓ Poczucie sensu, sprawczości i pozytywnego bilansu życia

Szczególnie **potrzeba bezpieczeństwa** przenika większość tych obszarów – dotyczy zarówno ochrony zdrowia, stabilności finansowej, relacji interpersonalnych, jak i egzystencjalnego poczucia oparcia w świecie.

3. **Wielość i zmienność potrzeb osób starszych.** Potrzeby osób starszych mają charakter **uniwersalny**, lecz zmienia się ich **natężenie, hierarchia i sposób doświadczania** wraz z wiekiem. Podobnie jak u innych grup wiekowych, seniorzy potrzebują bezpieczeństwa, relacji, rozwoju, aktywności czy autonomii, ale ich **nasycenie i znaczenie egzystencjalne** mogą ulegać przesunięciom. Równocześnie nie można mówić o jednorodnym zbiorze potrzeb wszystkich osób starszych – **subpopulacje seniorów różnią się między sobą** pod względem zdrowia, stylu życia, sieci społecznych czy dostępu do zasobów, co przekłada się na **różne akcenty w strukturze potrzeb**.
4. **Bogactwo klasyfikacji potrzeb – brak jednej wspólnej typologii.** W literaturze funkcjonuje wiele systemów klasyfikacyjnych potrzeb – od piramidy Masłowa, przez typologie Murraya, po podejścia polskich autorów (Synak, Obuchowski, Kocowski). Ich różnorodność pokazuje złożoność tematu, ale też brak jednolitego ujęcia. **Zaleca się opracowanie własnej, funkcjonalnej typologii potrzeb**, dostosowanej do celu i zakresu badania.

Rekomendacje do konstruowania badań nad osobami starszymi w województwie łódzkim

Na podstawie analizy źródeł i trendów badawczych, sformułować można kilka kluczowych zaleceń:

- **Stosowanie strategii mieszanego podejścia badawczego (*mixed methods*).** Podejście mieszane oznacza zaangażowanie w badania jednocześnie dwóch paradygmatów – ilościowego i jakościowego. Ilościowe dane o skali i częstotliwości potrzeb należy uzupełniać metodami jakościowymi (wywiady, narracje, grupy fokusowe), które

pozwolą uchwycić głębię przeżyć – szczególnie w obszarach sensu życia, przynależności i relacji.

- **Interdyscyplinarna perspektywa analizy potrzeb.** Badanie powinno objąć nie tylko potrzeby zdrowotne i materialne, ale również społeczne, duchowe, kulturalne, technologiczne i egzystencjalne. **Autonomia, bezpieczeństwo, rozwój i sens** powinny być traktowane jako integralne wymiary jakości życia.
- Z przeglądu literatury wynika, że **nie istnieją kanony klasyfikacji potrzeb osób starszych**, można wręcz powiedzieć, że ilu autorów tyle pomysłów na te podziały. Oznacza to, że autorzy koncepcji badawczej mogą zaproponować swój własny podział potrzeb i autorską wizję ich typologii.
- **Skupienie się na perspektywie osób starszych.** To ich doświadczenia, narracje i oceny powinny stanowić podstawę diagnozy. Nie wystarczy analiza potrzeb „przypisanych” przez instytucje czy opiekunów – potrzebne jest **uwzględnienie głosu samych seniorów**.
- **Zastosowanie narzędzi autorskich wspartych standaryzowanymi skalami:** Proponuje się opracowanie **autorskiego narzędzia badawczego**, z elementami zaczerpniętymi z uznanych metod, takich jak:
 - ✓ **IADL (Instrumental Activities of Daily Living)**¹⁶²
 - ✓ **WHOQOL (World Health Organization Quality of Life)**¹⁶³

Uzasadnienie ramy teoretycznej – wybór teorii starzenia

Teoretyczny kontekst starzenia się jest ujmowany w rozmaitych teoriach starzenia się, osadzonych w wybranych dyscyplinach naukowych i rozwijanych od kilku dziesięcioleci. Zestawienie najbardziej popularnych teorii starości i starzenia się jest umieszczona w aneksie w zał. 1. Spośród tych teorii zostały wybrane te, które będą stanowiły, zdaniem ekspertki najlepsze tło teoretyczne dla badania potrzeb osób starszych w woj. łódzkim. Wybrane teorie umożliwiają uchwycenie wielowymiarowego obrazu starzenia się. Poniżej są scharakteryzowane podejścia teoretyczne wraz z uzasadnieniem wyboru każdej z nich.

1. **Teoria społecznej aktywności (Activity Theory)** – Robert J. Havighurst (1961)¹⁶⁴
Opis teorii: zakłada, że satysfakcjonujące starzenie się wiąże się z **utrzymywaniem aktywności fizycznej, społecznej i psychicznej** na możliwie wysokim poziomie.

¹⁶² IADL <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK553126/>

¹⁶³ WHOQOL Group, The World Health Organization (1995), *Quality of Life Assessment (WHOQOL)*. Position Paper from the World Health Organization, „Social Science & Medicine”, 41(10).

¹⁶⁴ R. J. Havighurst, *Successful Aging* w: The Gerontologist, Volume 1, Issue 1, March 1961, Pages 8–13, <https://doi.org/10.1093/geront/1.1.8>

Według tej koncepcji, osoby starsze, które angażują się w życie społeczne – np. uczestniczą w działaniach lokalnych, utrzymują relacje z rodziną i znajomymi, podejmują wolontariat czy rozwijają hobby – doświadczają **lepszego jakości życia i poczucia sensu**. Teoria ta przeciwstawia się stereotypowi starości jako czasu wycofania i bierności. Podkreśla, że **społeczna rola seniorów może i powinna być kontynuowana**, choć w zmienionej formie. Aktywność jest traktowana jako warunek dobrego funkcjonowania w późnym wieku oraz element wspierający dobrostan psychiczny i emocjonalny. W praktyce teoria ta stanowi fundament dla wielu polityk i programów senioralnych promujących **integrację, partycypację i przeciwdziałanie wykluczeniu społecznemu** osób starszych.

Uzasadnienie wyboru do badań:

- Akcent na aktywność społeczną i uczestnictwo — teoria podkreśla, że utrzymanie aktywności fizycznej, społecznej i psychicznej sprzyja lepszemu zdrowiu i jakości życia osób starszych.
- Dopasowanie do kontekstu lokalnego — w badaniach wojewódzkich można uwzględnić, jak seniorzy angażują się w lokalne społeczności, instytucje kultury czy organizacje pozarządowe, co jest istotne dla planowania polityki społecznej.
- Promocja inkluzji społecznej — teoria wspiera badania nad czynnikami, które umożliwiają lub ograniczają aktywność seniorów w społeczeństwie, co ma znaczenie przy diagnozie barier środowiskowych i społecznych.
- Rama dla interwencji — wyniki badań oparte na tej teorii mogą wskazać sposoby na zwiększenie aktywności i integracji osób starszych, ważne dla polityki regionalnej.

2. Teoria selektywnej optymalizacji z kompensacją (SOC) – Paul B. Baltes, Margret M. Baltes (1990)¹⁶⁵

Opis teorii: Teoria selektywnej optymalizacji z kompensacją (SOC) autorstwa Paula B. Baltesa i Margret M. Baltes (1990) opisuje, w jaki sposób osoby starsze **adaptują się do zmian związanych ze starzeniem się**, zachowując jednocześnie poczucie sensu i skuteczności. Zakłada, że w obliczu ograniczeń (np. zdrowotnych czy poznawczych) seniorzy stosują trzy strategie: **selekcję** (wybór najważniejszych celów), **optymalizację** (wzmacnianie zasobów potrzebnych do ich realizacji) oraz **kompensację** (znajdowanie alternatywnych sposobów działania, gdy niektóre możliwości są ograniczone). Model ten podkreśla, że starzenie się nie oznacza wyłącznie strat, lecz może być okresem **świadomych i twórczych decyzji adaptacyjnych**. Teoria SOC pomaga zrozumieć

¹⁶⁵ P. B. Baltes, M. M. Baltes (1990). *Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation*, w: P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from the behavioral sciences*, Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511665684.003>, s. 1-34

indywidualne różnice w starzeniu się oraz wskazuje na **potencjał rozwojowy w późnym wieku**. Ma praktyczne zastosowanie w planowaniu działań wspierających seniorów, które uwzględniają ich możliwości, preferencje i zdolność do elastycznego radzenia sobie z wyzwaniami.

Uzasadnienie wyboru do badań:

- Dynamiczne podejście do radzenia sobie ze starzeniem — teoria pokazuje, jak seniorzy świadomie wybierają cele (selekcja), optymalizują swoje zasoby i kompensują straty, co jest bliskie realiom codziennego życia osób starszych.
- Indywidualizacja procesów starzenia — SOC pozwala zrozumieć różnice indywidualne w adaptacji do ograniczeń zdrowotnych, co jest cenne w badaniach w regionie o zróżnicowanym demograficznie i zdrowotnie społeczeństwie.
- Wskazanie potencjału rozwojowego — teoria umożliwia identyfikację mechanizmów, które wspierają efektywne starzenie, co może służyć tworzeniu programów pomocowych i profilaktycznych.
- Perspektywa praktyczna — SOC pozwala analizować, jak lokalne warunki (np. dostęp do usług zdrowotnych czy infrastruktury) wpływają na możliwości kompensacji i optymalizacji seniorów.

3. **Teoria gerotranscendencji (*Gerotranscendence Theory*)** – Lars Tornstam (2005)¹⁶⁶

Opis teorii: Teoria gerotranscendencji autorstwa Larsa Tornstama (2005) ukazuje starość jako **naturalny etap rozwoju wewnętrznego człowieka**, w którym następuje przesunięcie perspektywy z wymiaru materialnego i zewnętrznego na bardziej **duchowy, refleksyjny i egzystencjalny**. Według tej teorii osoby starsze coraz częściej poszukują sensu życia, dystansują się od spraw codziennych i społecznych oczekiwań, a większą wartość zaczynają przypisywać relacjom, naturze, duchowości czy akceptacji przemijania. Proces ten może prowadzić do **większego spokoju wewnętrznego i pogodzenia się z cyklem życia**, ale nie zawsze jest zrozumiały dla otoczenia. Gerotranscendencja akcentuje, że starość to nie tylko czas strat, lecz także możliwość **dojrzałego rozwoju psychicznego i duchowego**. Teoria ta znajduje zastosowanie szczególnie w badaniach jakościowych oraz w projektowaniu wsparcia dla seniorów w obszarach duchowości, tożsamości i relacji międzyludzkich.

Uzasadnienie wyboru do badań:

- Pozytywne, egzystencjalne spojrzenie na starzenie się — teoria podkreśla, że starość to nie tylko spadek funkcji, lecz także rozwój duchowy i zmiana

¹⁶⁶ L. Tornstam (2005), *Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging*. New York: Springer Publishing Company.

perspektywy na życie, co może pomóc w lepszym zrozumieniu doświadczeń seniorów.

- Uwzględnienie wymiarów psychospołecznych — gerotranscendencja pozwala badać zmiany w tożsamości, relacjach i duchowości, które często są pomijane w bardziej biologicznych teoriach.
- Dopasowanie do lokalnych badań jakościowych — teoria świetnie sprawdza się w badaniach narracyjnych i wywiadach pogłębionych, co wzbogaca dane ilościowe o kontekst emocjonalny i egzystencjalny sytuacji osób starszych.
- Perspektywa rozwoju i akceptacji — pozwala unikać stereotypowego postrzegania starości jako okresu tylko utrat i problemów, co jest ważne w tworzeniu polityk senioralnych i programów wsparcia.

Rekomenduje się, żeby teoria uzupełniająca była teoria autorstwa **Berenice L. Neugarten**. Jest ona jedną z prekursorów nowoczesnej gerontologii społecznej, która zwracała szczególną uwagę na to, że **starzenie się nie jest procesem jednorodnym**, lecz przebiega **różnie u różnych osób**, w zależności od ich cech osobowości, doświadczeń życiowych, zasobów społecznych i kondycji zdrowotnej. W swoich pracach podkreślała, że **nie istnieje jeden uniwersalny model starości** ani zamknięty zestaw potrzeb osób starszych, który można by automatycznie przypisać każdemu seniorowi. W miejsce sztywnych klasyfikacji proponowała podejście **elastyczne i indywidualizowane**, uwzględniające **różnorodność biografii, wartości i strategii adaptacyjnych**.

Neugarten wprowadziła również istotne rozróżnienie pomiędzy **starzeniem się normatywnym a indywidualnym** oraz zwróciła uwagę na znaczenie **społecznych oczekiwań** wobec ról życiowych i „wiekowych kamieni milowych”, które nie zawsze przystają do rzeczywistych doświadczeń osób starszych. Jej podejście stało się inspiracją dla badań jakościowych i narracyjnych w gerontologii oraz podstawą współczesnych postulatów personalizacji usług i polityk senioralnych.¹⁶⁷

Konceptualizacja potrzeb osób starszych

Uwzględniając powyższe wnioski, rekomendacje i uwagi poniżej zaproponowano kategorie badawcze potrzeb wraz z ich charakterystyką do uwzględnienia w badaniach nad sytuacją społeczną osób starszych w województwie łódzkim w 2025 roku (tab. 4) Należy zauważyć, że ta klasyfikacja jest całościowym i wzajemnie warunkującym się i komplementarnym ujęciem potrzeb indywidualnych i społecznych osób starszych.

¹⁶⁷ B. L. Neugarten (1968), *Middle Age and Aging: A Reader in Social Psychology*. University of Chicago Press; B. L. Neugarten (1974), *Age Groups in American Society and the Rise of the Young-Old*, The Annals of the American Academy of Political and Social Science, 415, 187–198. <https://doi.org/10.1177/000271627441500114>

Tab. 4 Typologia potrzeb na potrzeby badań wraz z ich charakterystyką

Lp.	Kategoria badawcza potrzeb	Charakterystyka
1.	Środowiskowe ¹⁶⁸	Osoby starsze potrzebują środowiska sprzyjającego ich niezależności, bezpieczeństwu i integracji społecznej. Kluczowe jest zapewnienie bezpieczeństwa w przestrzeni publicznej — eliminacja zagrożeń takich jak przemoc, akty agresji, kradzieże czy oszustwa. W tej grupie potrzeb znajduje się również przestrzeń przyjazna przemieszczaniu się i mobilności - bariery architektoniczne (np. brak podjazdów, wysokie krawężniki, brak wind) znacząco ograniczają samodzielność, wpływając na izolację społeczną i pogorszenie stanu zdrowia. Istotne są także warunki mieszkaniowe — przystosowanie mieszkania do potrzeb osób starszych (uchwyty, niskie progi, odpowiednie oświetlenie, dostęp bez schodów lub z windą) umożliwia dłuższe funkcjonowanie w dotychczasowym otoczeniu i zmniejsza ryzyko urazów. Bezpieczne, dostępne i przyjazne środowisko sprzyja aktywnemu starzeniu się, zgodnie z założeniami polityki WHO z 2002 roku.
2.	Ekonomiczne ¹⁶⁹	Bezpieczeństwo finansowe stanowi fundament jakości życia osób starszych. Oprócz stabilnych świadczeń emerytalnych i rentowych, coraz większe znaczenie ma możliwość podejmowania aktywności zawodowej, również w elastycznych formach (np. praca dorywcza, wolontariat kompetencyjny). Praca zarobkowa może być nie tylko źródłem dodatkowych dochodów, lecz także elementem podtrzymywania aktywności społecznej i poczucia użyteczności. Osoby starsze często doświadczają ograniczonej elastyczności finansowej, co zwiększa ich podatność na kryzysy ekonomiczne i inflację. Zaspokojenie potrzeb ekonomicznych pozwala na utrzymanie godnego poziomu życia, zachowanie samodzielności oraz udział w aktywnościach

¹⁶⁸ B. Szatur-Jaworska (2012). *Starzenie się i starość w polityce społecznej*. Warszawa: ASPRA-JR; W 2002 roku Światowa Organizacja Zdrowia (WHO) opublikowała przełomowy dokument pt. „Active Ageing: A Policy Framework” (Aktywne starzenie się: Ramy polityczne). Dokument ten został zaprezentowany podczas Światowego Zgromadzenia Zdrowia oraz II Światowego Zgromadzenia ONZ w sprawie starzenia się w Madrycie. Polityka WHO 2002 opiera się na koncepcji aktywnego starzenia się (*active ageing*), definiowanego jako „proces optymalizacji szans na zdrowie, uczestnictwo i bezpieczeństwo w celu poprawy jakości życia w miarę starzenia się” (WHO, 2002). Oznacza to, że starzenie się nie powinno być jedynie postrzegane jako proces biologiczny prowadzący do utraty sprawności, lecz jako szansa na dalszy rozwój, aktywność społeczną i zawodową, zachowanie niezależności oraz uczestnictwo w życiu rodzinnym i społecznym. World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: World Health Organization. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NPH-02.8>

¹⁶⁹ OECD. (2019). *Working better with age*, OECD Publishing; G. Uścińska, Sytuacja materialna seniorów w Polsce, UKSW, Warszawa 2024; E. Kuźma, *Sytuacja ekonomiczna osób starszych w okresie pandemii Covid-19*, w: *Polityka Społeczna* Tom: 24T, Nr: 1/2023

		społecznych. Zaspokojenie potrzeb ekonomicznych zwiększa możliwość korzystania z usług zdrowotnych, kulturalnych i edukacyjnych, co przyczynia się do lepszego dobrostanu psychicznego.
3.	Zdrowotne¹⁷⁰	Potrzeby zdrowotne osób starszych są złożone i obejmują zarówno prewencję, diagnostykę, leczenie chorób przewlekłych, rehabilitację, fizjoterapię, dostęp do leków, procedur medycznych (w tym potrzeba koordynacji i wsparcia w organizacji kompleksowego leczenia) a także opiekę długoterminową oraz paliatywną. Dostęp do regularnych badań kontrolnych, dostęp do rehabilitacji, opieki geriatrycznej oraz wsparcie w zakresie zdrowia psychicznego jest kluczowe dla bezpieczeństwa zdrowotnego. Często osoby starsze wymagają indywidualnych planów leczenia, koordynacji opieki oraz edukacji zdrowotnej, co wpływa na ich poczucie bezpieczeństwa i jakość życia.
4.	Rozwojowe¹⁷¹	(Wymienne potrzeby aktywizacji) Starzenie się nie oznacza rezygnacji z rozwoju osobistego. Osoby starsze pragną kontynuować naukę, rozwijać zainteresowania, uczestniczyć w zajęciach kulturalnych, artystycznych, edukacyjnych, rekreacyjnych czy sportowych. Uniwersytety Trzeciego Wieku, warsztaty, kluby seniora, ośrodki wsparcia dziennego, kluby zainteresowań czy kursy cyfrowe wspierają tę potrzebę, umożliwiając aktywne i satysfakcjonujące starzenie się. W ramach tych potrzeb realizowane są również potrzeby poznawania świata cyfrowego, obsługi urządzeń technologicznych, aplikacji, bezpieczne poruszanie się w świecie wirtualnym i mediów społecznościowych. Potrzeby rozwojowe są często niedoceniane, mimo że odgrywają istotną rolę w podtrzymywaniu zdrowia psychicznego oraz budowaniu poczucia wartości i sprawczości.
5.	Relacyjne¹⁷²	Relacje ze współmałżonkiem/partnerem, rodziną, przyjaciółmi i szerszą społecznością są kluczowe dla dobrostanu osób starszych. Potrzeba przynależności i bycia częścią grupy sprzyja podtrzymywaniu zdrowia psychicznego, zmniejsza ryzyko depresji i samotności.

¹⁷⁰ T. Grodzicki, S. Golinowska, B. Tobiasz-Adamczyk (2024), *Public health w: The social and ecological dimension* w: S. Golinowska Stanisława i in. (red.), Scholar Publishing House, Warszawa, s.317-338

¹⁷¹ M. Kawińska, *Potrzeby seniorów w obszarze aktywności społecznej*, Polityka Społeczna, Tom 582, Nr 09/2022; D. Rynkowska, *Rola i znaczenie aktywności społecznej seniorów*, Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, XLI nr 2/2016 DOI: 10.17951/i.2016.41.2.9; K. Białożył (2020), *Aktywność edukacyjna i społeczna kobiet w okresie późnej starości*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków.

¹⁷² K. Steuden (2011), *Psychologia starzenia się i starości*, PWN, Warszawa; B. Synak (2000), *Ludzie starzy w warunkach transformacji ustrojowej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk, G. Orzechowska (1999), *Aktualne problemy gerontologii społecznej*, Olsztyn; N.G. Pikuła, *Poczucie sensu życia osób starszych. Inspiracje do edukacji w starości*, Kraków 2016; Z. Małecka (1985), *Elementy gerontologii dla pedagogów*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego.

		Relacje międzypokoleniowe (np. kontakty z wnukami, uczestnictwo w programach międzypokoleniowych) dodatkowo wzmacniają więzi społeczne i wspierają poczucie bycia potrzebnym. Relacje społeczne – w przestrzeni publicznej, związane z obrazem osób starszych i ich pozycją społeczną W tej grupie potrzeb znajdują się również potrzeby związane z byciem potrzebnym innym ludziom, potrzeby przynależności. Niezaspokojenie tych potrzeb prowadzi do izolacji i osamotnienia.
6.	Autonomii i wsparcia społecznego¹⁷³	Osoby starsze chcą decydować o swoim życiu i zachować jak największy poziom niezależności, nawet przy rosnącym zapotrzebowaniu na pomoc. Potrzeby te obejmują możliwość wyboru miejsca zamieszkania, sposobu leczenia, organizowania codziennych aktywności oraz utrzymania kontroli nad finansami. Równocześnie niezbędne jest adekwatne wsparcie formalne i nieformalne — rodzina, sąsiedzi, instytucje pomocowe — które pozwalają na realizowanie tej autonomii w sposób bezpieczny i dostosowany do możliwości osoby starszej.
7.	Sensu i jakości życia¹⁷⁴	Ta kategoria odnosi się do poszukiwania sensu, wartości i satysfakcji w życiu i samorealizacji. Związane są z pytaniami egzystencjalnymi, poczuciem spełnienia, pozytywnym bilansem życia, potrzeba sprawstwa, poczucia szczęścia, a także realizacją ról społecznych oraz kontynuacją tradycji i przekazywania doświadczeń. Realizacja tych potrzeb jest ściśle powiązana z jakością życia w wymiarze psychologicznym i duchowym. Dla wielu osób starszych kluczowe staje się poczucie bycia potrzebnym, zachowanie godności oraz możliwość pozytywnego wpływu na otoczenie. Z tym obszarem są związane również potrzeby planowania przyszłości, marzeń i wyznaczania celów, niezależnie od wieku.

Poza zbadaniem potrzeb osób starszych narzędzia badawcze powinny również umożliwiać wyciągnięcie wniosków na temat (1) oceny dotychczasowego wsparcia instytucjonalnego i nieinstytucjonalnego, (2) określenie zapotrzebowania na dodatkowe wsparcie (usługi, pomoc rzeczową, pomoc nieformalną, pomoc finansową) (3) określenie potrzeb opiekunów – formalnych i nieformalnych, a także uwzględniać w metryczce i/lub badaniach:

¹⁷³ C. Tibbitts (ed.) (1960), *Handbook of social gerontology. Societal aspects of aging*, Chicago; B. Szatur-Jaworska (2000), *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa

¹⁷⁴ A. Fabiś (2018). *Troski egzystencjalne w starości ujęcie geragogiczne*. Kraków; Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego; N.G. Pikula, *Poczucie sensu życia osób starszych*, Oficyna Wydawnicza IMPULS, Kraków 2016; E. Dubas, *Starość znana i nieznaną – wybrane refleksje nad współczesną starością*, „Rocznik Andragogiczny”, 2013, t. 20,

- miejsce zamieszkania
- wykształcenie
- wiek
- wielkość gospodarstwa domowego
- deklaracje na temat poczucia sensu lub użycie narzędzi badawczych (np. Skala Preferencji Wartości (SPW))
- zbadany poziom samodzielności w oparciu o ADL i IADL¹⁷⁵

W stworzonej koncepcji badawczej należy również uwzględnić założenia, metody oraz wnioski z badań przeprowadzonych w woj. łódzkim w 2017 roku. Celem badania było **poznanie opinii mieszkańców województwa łódzkiego w wieku 60 lat i więcej na temat ich sytuacji życiowej oraz identyfikacja ich potrzeb, trudności i oczekiwań** w kontekście starzenia się. Analizowano zarówno codzienne doświadczenia osób starszych, jak i ich subiektywne poczucie bezpieczeństwa, aktywności oraz relacji z otoczeniem społecznym. Badanie zostało osadzone w szerszym kontekście demograficznych i społecznych wyzwań związanych z procesem starzenia się społeczeństwa regionu. W badaniu zastosowano **metodę ilościową**, opartą na **standaryzowanym kwestionariuszu ankiety**. Nie prowadzono wywiadów jakościowych. Narzędzie badawcze obejmowało pytania dotyczące m.in.:

- warunków życia i sytuacji mieszkaniowej,
- zdrowia i dostępu do opieki zdrowotnej,
- aktywności społecznej i obywatelskiej,
- relacji rodzinnych i sąsiedzkich,
- potrzeb związanych z pomocą instytucjonalną,
- subiektywnego poczucia bezpieczeństwa oraz jakości życia.

Próba badawcza liczyła **1053 osoby** w wieku 60+, zróżnicowane pod względem płci, miejsca zamieszkania (miasto/wieś), poziomu wykształcenia i statusu zawodowego. Celem było uchwycenie możliwie szerokiego obrazu sytuacji osób starszych w regionie.

Respondenci w badaniu wskazali na szereg kluczowych obszarów, które wymagają uwagi w politykach społecznych i zdrowotnych:

¹⁷⁵ S. Katz, A. B. Ford, R. W. Moskowitz, B. A. Jackson & M. W. Jaffe, (1963). *Studies of illness in the aged. The index of ADL. A standardized measure of biological and psychosocial function*. JAMA, 185(12), 914–919. <https://doi.org/10.1001/jama.1963.03060120024016>; M. P. Lawton, E. M. Brody, (1969). *Assessment of older people: Self-maintaining and instrumental activities of daily living*. The Gerontologist, 9(3), 179–186. https://doi.org/10.1093/geront/9.3_Part_1.179

- **Stan zdrowia** został wskazany jako główny czynnik obniżający jakość życia. Wielu badanych zmagало się z przewlekłymi schorzeniami i ograniczeniami funkcjonalnymi. Jednocześnie dostęp do opieki medycznej, zwłaszcza specjalistycznej, był oceniany krytycznie, szczególnie poza dużymi miastami.
- **Izolacja społeczna i samotność** okazały się częstym doświadczeniem – zwłaszcza wśród osób mieszkających samotnie, bez bliskich kontaktów z rodziną lub sąsiadami. Seniorzy często deklarowali brak poczucia przynależności do wspólnoty lokalnej.
- **Problemy mieszkaniowe** i brak dostosowania przestrzeni życiowej do ograniczeń wieku (np. brak wind, barierki, łazienki bez przystosowania) były zgłaszane jako istotna bariera samodzielności.
- Wysoki odsetek badanych sygnalizował **potrzebę wsparcia usługami opiekuńczymi** (zarówno instytucjonalnymi, jak i sąsiedzkimi), ale również deklarował brak wiedzy o ich dostępności.
- Choć wielu seniorów wykazywało zainteresowanie **aktywnym uczestnictwem w kulturze, edukacji i działaniach społecznych**, oferta lokalna była często oceniana jako uboga, niedostosowana do ich możliwości transportowych lub finansowych.

Na podstawie wyników badania sformułowano konkretne postulaty:

- **Rozwój lokalnych form wsparcia opiekuńczego** – zarówno instytucjonalnych, jak i środowiskowych (np. wolontariat sąsiedzki, usługi sąsiedzkie).
- **Wzmacnianie integracji społecznej seniorów** – poprzez rozwój klubów seniora, centrów aktywności lokalnej oraz transportu publicznego dostosowanego do potrzeb osób starszych.
- **Poprawa dostępności informacji** – seniorzy często nie wiedzieli, jakie usługi są dostępne i jak z nich skorzystać. Postulowano tworzenie lokalnych punktów informacyjnych.
- **Dostosowanie przestrzeni publicznej i mieszkań** – do ograniczeń związanych z wiekiem i mobilnością, w tym wsparcie w zakresie programów modernizacji lokali.
- **Uznanie potencjału rozwojowego osób starszych** – poprzez włączanie ich w działania edukacyjne, obywatelskie i międzypokoleniowe.¹⁷⁶

W planowanym badaniu należałoby uwzględnić podobne cele i pytania badawcze, a także, zadać respondentom takie same pytania w kluczowych dla osób projektujących badanie kwestiach, żeby móc sprawdzić zakres zmiany.

¹⁷⁶ Raport końcowy „Potrzeby osób w wieku 60+ z terenu województwa łódzkiego” (2017), RCPS, Łódź

Bibliografia

1. Aronson L. (2023), *Elderhood: Redefining aging, transforming medicine, reimagining life*. Bloomsbury.
2. Augustyn D. i in. (2024), *Diagnoza potrzeb edukacyjnych i otwartości na nowoczesną dydaktykę seniorów: raport z badań*. Autorzy: Akademia WSB, Dąbrowa Górnicza .
3. Ayoubi-Mahani S., Eghbali-Babadi M., Farajzadegan Z., Keshvari M., Farokhzadian J. (2023), *Active aging needs from the perspectives of older adults and geriatric experts: a qualitative study*, Front Public Health doi: 10.3389/fpubh.2023.1121761.
4. Badanie ewaluacyjne realizacji Rządowego Programu na rzecz Aktywności Osób Starszych na lata 2014-2020 Edycja 2016-2019 – <https://www.ipiss.com.pl/wp-content/uploads/2022/11/Badanie-ewaluacyjne-realizacji-Rzdowego-Programu-na-rzecz-Aktywnosci-Osob-Starszych-na-lata-2014-2020-Edycje-2016-2019.pdf>.
5. Badanie ewaluacyjne realizacji Rządowego Programu na rzecz Aktywności Osób Starszych na lata 2014-2020 Edycja 2020 - https://das.mpips.gov.pl/source/2021/Sprawozdnia/Sprawozd_Program_ASOS%20za%202020%20rok%20do_opublikowania.pdf.
6. *Badanie Potrzeb Społecznych Seniorów 2024* (2024), Fundacja Manko – Głos Seniora Warszawa.
7. Bakalarczyk R. (2021), *Starość po polsku. Propozycja reformy systemu opieki nad osobami starszymi*, Senior Hub - Instytut Polityki Senioralnej, Warszawa.
8. Bakalarczyk R. (2023), *Seniorzy niewidzialni – obecni? Starzejące się społeczeństwo – prognozy, wyzwania, możliwości*, Caritas Polska Warszawa.
9. Balicka-Kozłowska H., *Potrzeba bezpieczeństwa u ludzi starszych*, „Studia i materiały IPISS” 1980, z. 16.
10. Baltes P. B., Baltes M. M. (1990). *Psychological perspectives on successful aging: The model of selective optimization with compensation*, w: P. B. Baltes & M. M. Baltes (Eds.), *Successful aging: Perspectives from behavioral sciences*, Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511665684.003>.
11. Balwicka-Szczyrba M., Sylwestrzak A., Mielewczyk D. D. (2024), *Uczestnictwo osób starszych w obrocie cywilnoprawnym*, Wolters Kluwer Polska, Warszawa.
12. Berbeka J., Klimek K., Niemczyk A., Rudnicki M., Seweryn R. (2021), *Turystyka a jakość życia seniorów*, Wydawnictwo Difin, Warszawa.
13. Bergeman C. S., Boker S. M. (red.) (2006), *Methodological Issues in Aging Research*, Lawrence Erlbaum Associates, Mahwah, NJ.

14. Bhattacharyya K. K. (2021), *Rethinking The Aging Transition. Psychological, Health, and Social Principles To Guide Aging Well*, Springer.
15. Białożył K. (2020), *Aktywność edukacyjna i społeczna kobiet w okresie późnej starości*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków.
16. Białożył K. (2020), *Aktywność edukacyjna kobiet w wieku 90+*, „Edukacja Ustawiczna Dorosłych” 2020, nr 2.
17. Białożył K. (2020), *Aktywność edukacyjna społeczna kobiet w okresie późnej starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków.
18. Błachnio A. (2019) *Potencjał osób w starości. Poczucie jakości życia w procesie starzenia się*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz.
19. Błędowski P., Chudek J., Grodzicki T., Gruchała M., Mossakowska M., Wiącek A., Zdrojewski T. (2021), *Wyzwania dla polityki zdrowotnej i społecznej. Geneza projektów badawczych PolSenior1 i PolSenior2* w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.
20. Błędowski P., Grodzicki T., Mossakowska M., Zdrojewski T. (red.) (2021). *PolSenior2. Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*. Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk.
21. Błędowski P., *Potrzeby opiekuńcze*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Wydawnictwo Gdańskiego Uniwersytetu medycznego, Gdańsk 2021.
22. Błędowski P., *Sytuacja materialna*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.
23. Bojanowska E. (2024), *Sytuacja ekonomiczno-społeczna seniorów w świetle badań empirycznych* w: *Polityka Społeczna*, 2 (2024).
24. Bojanowska E., Czekalski R. (red.), (2024) *Świat na miarę seniora. Jakość życia – relacje - aktywność*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kardynała Stefana Wyszyńskiego, Warszawa
25. Bojarski W. W. (2009), *Gospodarka i państwo dla społeczeństwa*, Oficyna Wydawnicza Warszawskiej Szkoły Zarządzania Szkoły Wyższej, Warszawa.
26. Boot W., Charness N., Czaja S., Rogers W., (2020), *Designing for Older Adults* <https://doi.org/10.1201/b22187>.

27. Borysiuk S., Lisovets O. (2023), *Zaspokajanie potrzeb życiowych osób starszych jako warunek skuteczności świadczenia im usług społecznych* w: H. Bejger, O. Lisovets, S. Borysiuk (red.), *Aktualne problemy społeczne Polski i Ukrainy. Aspekty partnerstwa w edukacji i pomocy społecznej*, Państwowa Akademia Nauk Społecznych w Chełmie, Chełm.
28. Brzezińska R. (2021), *Współczesne problemy wieku senioralnego. Szanse i zagrożenia*, Jagielloński Instytut Wydawniczy, Toruń.
29. Brzyska M., Grodzicki T., Tobiasz-Adamczyk B. (2020), *Zaniedbanie i samozaniedbanie osób starszych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, Kraków.
30. Bytheway B. (2011), *Unmasking Age: The Significance of Age for Social Research*, Policy Press Bristol.
31. Chłoń-Domińczak A. (red.) (2021), *Portret pokolenia 50+. Główne wyniki 7. rundy badania SHARE: 50+ w Europie*, MRPiPS, Warszawa.
32. Chłoń-Domińczak A. (red.) (2023), *Pokolenie 50+ w Polsce i w Europie: aktywność, stan zdrowia, warunki pracy, relacje międzypokoleniowe i wykluczenie*. Główne wyniki 8. rundy badania SHARE, Oficyna Wydawnicza SGH.
33. Ciećko S. K. (2021), *Sytuacja egzystencjalna ludzi w podeszłym wieku. Trudności i próby ich przezwyciężenia w perspektywie teologicznej*, w: Bezpieczeństwo seniorów. Wyzwanie dla społeczeństwa w XXI w.
34. Dąbrowska A., Janoś – Kresło M., Mróz B. (2020), *Zachowania osób starszych na rynku e-usług*, Oficyna Wydawnicza SGH, Warszawa.
35. Dąbrowska A., Janoś-Kresło M., Lubowiecki-Vikuk A. (2019), *Potrzeby usługowe osób starszych w warunkach przemian demograficznych w Polsce*, Oficyna Wydawnicza SGH, Warszawa.
36. de Walden-Gałuszko K. (2019), *Potrzeby i reakcje psychiczne na perspektywę śmierci w przebiegu choroby u osób starszych*, w: M. Cybulski i in. (red.), *Psychogeriatrya*, Wydawnictwo Lekarskie PZWL, Warszawa (dodruk).
37. *Digital Poland – Społeczeństwo 5.0 Technologia w służbie społeczeństwu. Czy Polacy zostaną społeczeństwem 5.0?* Edycja 2024 (2024), Fundacja Digital Poland, 2024.
38. *Dostępność usług społecznych dla osób mieszkających w gminach wiejskich*, Rzecznik Praw Obywatelskich (2022) Biuro RPO, Warszawa.
39. Dubas E., *Starość znana i nieznana – wybrane refleksje nad współczesną starością*, „Rocznik Andragogiczny”, 2013, t. 20.
40. Dziechciaż M., Rejman B. (red.) (2023) *Starzenie się i starość. Wybrane aspekty jakości życia osób w starszym wieku*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.

41. Easterlin R. A. (1974), *Does economic growth improve the human lot? Some empirical evidence*, w: P. A. David & M. W. Reder (Eds.), *Nations and Households in Economic Growth: Essays in Honor of Moses Abramovitz*, Academic Press, New York.
42. *Edukacja senioralna a jakość życia osób starszych* (2024), Fundacja PAN, Warszawa.
43. Emerytury i renty w 2023 r., GUS, Warszawa 2024.
44. Eurostat. (2024). *Ageing Europe — statistics on population developments*
https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Ageing_Europe_statistics_on_population_developments.
45. Eurostat. (2025). *Population structure and ageing*.
https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php/Population_structure_and_ageing.
46. Fabiś A. (2018), *Troski egzystencjalne w starości ujęcie geragogiczne*. Kraków; Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego.
47. Fabiś A., Wawrzyniak J.K., Chabior A. (2015), *Ludzka starość. Wybrane zagadnienia gerontologii społecznej*, Oficyna Wydawnicza Impuls, Kraków.
48. Fernández-Fernández A., Chica-Pérez A., Morante-García W., Dobbarrio-Sanz I., Correa-Casado M., Fernández-Sola C., Hernández-Padilla J. (2025), *Care Needs of Community-Dwelling Older Adults Living in Poverty and Their Relationship with Other Biopsychosocial Variables: A Cross-Sectional Study*, *Journal of advanced nursing*.
<https://doi.org/10.1111/jan.17016>.
49. Galbraith J. K. (1958), *The Affluent Society*, Houghton Mifflin, Boston.
50. García-Peña C., Gutiérrez-Robledo L. M., Pérez-Zepeda M. U. (red.) (2018), *Aging Research – Methodological Issues*, Springer Cham.
51. Garczyński S. (1972), *Potrzeby psychiczne. Niedosyt. Zaspokojenie*, „Nasza Księgarnia”, Warszawa.
52. Gawron G. (2023), *Koprodukcja usług społecznych źródłem osobistej i społecznej produktywności osób starszych. Studium socjologiczne na przykładzie beneficjentów Programu Wieloletniego "Senior+", Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice.*
53. Gawron G., Klimczuk A., Szveda-Lewandowska Z. (2021), *Starzenie się populacji. Aktywizacja, koprodukcja i integracja społeczna osób starszych*, Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, Katowice.
54. Gibson A., Pope N., Loeffler D., Ratliff S., Engelhardt E. (2023), *Identifying Aging Adults' Housing Preferences: An Age-Friendly Initiative*, *Journal of gerontological social work*, 2023, Vol.66 (1).

55. Główny Urząd Statystyczny, *Stan i struktura ludności*, dane na 31.12.2024, baza demografia <https://demografia.stat.gov.pl>.
56. Golinowska S. (2021), *Potrzeby osób starszych w zakresie zdrowia publicznego. Łagodzenie skutków pandemii wśród grup wysokiego ryzyka – osoby 60+, UKSW, IPSIS, Warszawa*.
57. Grodzicki T., Golinowska S., Tobiasz-Adamczyk B. (2024), *Public health w: The social and ecological dimension w: S. Golinowska Stanisława i in. (red.), Scholar Publishing House, Warszawa*.
58. GUS (2024), *Stan i struktura ludności*, stan na 31.12.2024, Ludność według płci, wieku, województw i powiatów, Warszawa.
59. Hajek A., Riedel- Heller S. G., König H. (ed.) (2023), *Loneliness and Social Isolation in Old Age. Correlates and Implications*, Routledge.
60. Haroon, Yu-Xin L., Chen-Xu Y., Tauseef M., Khan I., Shah X.-H., Xing Su L.-X. (2021), *The 100 Most Cited Publications in Aging Research: A Bibliometric Analysis*, <https://doi.org/10.29333/ejgm/11413>.
61. Havighurst R. J., *Successful Aging w: The Gerontologist*, Volume 1, Issue 1, March 1961, Pages 8–13, <https://doi.org/10.1093/geront/1.1.8>.
62. Herudzińska M. (2020), *Nieformalni opiekunowie osób starszych – doświadczenia i uczucia oraz ich potrzeby związane z pełnioną rolą*, „Rocznik Lubuski” 2020, t. 46.
63. Hołyst B. (red.) (2022), *Zapobieganie samobójstwom. Zachowania suicydalne osób starszych*, Wydawnictwo Difin, Warszawa.
64. <https://ezdrowie.gov.pl/portal/home/badania-i-dane/zdrowe-dane/raporty>.
65. Huang J., Qian X., Choi E., Chau P. (2024), *The Consequences of Unmet Needs for Assistance with Daily Life Activities Among Older Adults: A Systematic Review*, *Medical Care Research and Review*, 81, 295 - 310. <https://doi.org/10.1177/1077558724123379>
66. Hubble N., Tew P. (2013), *Ageing, Narrative and Identity: New Qualitative Social Research*, Palgrave Macmillan, Basingstoke.
67. IADL <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK553126/>.
68. Informacja o sytuacji osób starszych w Polsce – sprawozdania za rok 2019 - <https://www.gov.pl/web/rodzina/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-w-polsce-za-rok-2019>.
69. Informacja o sytuacji osób starszych w Polsce – sprawozdania za rok 2020 - <https://www.gov.pl/web/rodzina/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-w-polsce-za-2020-r>.

70. Informacja o sytuacji osób starszych w Polsce – sprawozdania za rok 2021 -
<https://www.gov.pl/web/rodzina/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-w-polsce-za-rok-2021>.
71. Informacja o sytuacji osób starszych w Polsce – sprawozdania za rok 2022 -
<https://www.gov.pl/web/rodzina/informacja-o-sytuacji-osob-starszych-za-2022-r>.
72. Informacja o sytuacji osób starszych w Polsce – sprawozdania za rok 2023 -
<https://das.mpips.gov.pl/source/2024/Informacja%20o%20sytuacji%20osob%20starszych%20w%20Polsce%20za%202023%20r..pdf>.
73. Iwański R. (2021), *Opieka długoterminowa nad osobami starszymi*, CeDeWu, Warszawa
74. Iwański R. (2024), *Opieka długoterminowa nad osobami starszymi*, Wydawnictwo CeDeWu, Warszawa.
75. *Jak seniorzy korzystają z technologii? Cyfrowi debiutanci* (2021), Fundacja Polskiego Funduszu Rozwoju.
76. Jakość życia osób starszych w Polsce, GUS, Warszawa 2020.
77. Jednaszewski P. (2024), *Sytuacja osób starszych w Wielkiej Brytanii i Polsce*, Polityka Społeczna [R. 51], nr tematyczny 2 (2024).
78. Joy M. (2020), *The right to an age-friendly city. Redistribution, recognition, and senior citizen rights in urban spaces*, McGill-Queen's University Press, London- Chicago
79. Kanios A. (2024), *Centra usług społecznych z perspektywy potrzeb seniorów*, Wydawnictwo UMCS, Lublin.
80. Kara H., Khoo S.-M., (red.) (2020), *Researching in the Age of Covid-19. Volume 3: Creativity and Ethics*, Bristol University Press, Bristol.
81. Katz S., Ford A. B., Moskowitz R. W., Jackson B. A., Jaffe M. W. (1963). *Studies of illness in the aged. The index of ADL. A standardized measure of biological and psychosocial function*. JAMA, 185(12), 914–919.
<https://doi.org/10.1001/jama.1963.03060120024016>.
82. Kawińska M. (2022), *Potrzeby seniorów w obszarze aktywności społecznej*, „Polityka Społeczna” nr 9.
83. Kawińska M., *Potrzeby seniorów w obszarze aktywności społecznej*, Polityka Społeczna, Tom 582, Nr 09/2022.
84. Khaksar W., Saplaan Lindblom D., Andrew Bygrave L., Torresen J. (2025), *Transactions on Human-Robot Interaction*, Volume 14, Issue 2 <https://doi.org/10.1145/3711936>.
85. Kilian M. (2020), *Funkcjonowanie osób w starszym wieku*, Wydawnictwo Difin, Warszawa.

86. Klimczuk A. (ed.) (2020), *Perspectives and Theories of Social Innovation for Ageing Population*, Frontiers Media S.A.
87. Kliszcz J. (2019), *Psychologia potrzeb osób starszych. Potrzeby psychospołeczne po 65. roku życia*, Difin, Warszawa.
88. Kocowski T. (1982), *Potrzeby człowieka Koncepcja systemowa*, Zakład Narodowy im. Ossolińskich, Wrocław-Warszawa-Kraków-Gdańsk—Łódź.
89. Kołodziejczak S., Terelak A. (2023), *Przemoc domowa wobec seniorów na obszarach wiejskich Zachodniej Polski – charakterystyka zjawiska w relacjach starszych kobiet, ofiar przemocy domowej*, Wychowanie w Rodzinie, 2023, Vol. XXX (4).
90. Komunikat nr 129/2019, Sytuacja społeczno-ekonomiczna seniorów, CBOS, Warszawa.
91. Komunikat z badań nr 116/2019, Jakiej pomocy potrzebują osoby starsze i kto im jej udziela? CBOS, Warszawa.
92. Komunikat z badań nr 151/2023, Zainteresowanie polityką wśród osób od 65 roku życia CBOS, Warszawa.
93. Kopiec T., Stańczyk K., Burzyńska M. (2021), *Ocena opinii mieszkańców województwa łódzkiego na temat potrzeb z zakresu aktywizacji społecznej seniorów*, Acta Universitatis Lodzensis. Folia oeconomica, 2021, Vol.6 (357).
94. Korycki A. (red.), *Tradycyjne i nietradycyjne obszary aktywności osób starszych*, Oficyna Wydawnicza Politechniki Rzeszowskiej, Rzeszów.
95. Korycki A. M. (red.) (2020), *Senior jako lider i propagator aktywności*, Wydawnictwo APS, Warszawa.
96. Kościńska E. (2019), *Praca socjalna w kontekście potrzeb osób starszych w: Praca socjalna w środowisku i dla środowiska. Wyzwania, działania, efekty*, Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego, Bydgoszcz.
97. Kowalska M. (2021), *Problem starości i starzenia się ludności w regionie Polski południowo-wschodniej w kontekście założeń polityki senioralnej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Rolniczego w Krakowie, Kraków.
98. Kowalska M., Knapik W., Luty L., Ziolo M. (2022), *Educational activity of seniors in rural areas of selected Central and Eastern European countries in the context of active ageing*, Przegląd badań edukacyjnych, 2025-05, Vol.2 (47).
99. Kucharczyk M. (2019), *Sytuacja społeczno-ekonomiczna seniorów*, Centrum Badania Opinii Społecznej, Warszawa.
100. Kuźma E., *Sytuacja ekonomiczna osób starszych w okresie pandemii Covid-19, w: Polityka Społeczna Tom: 24T, Nr: 1/2023.*

101. Kwiecień I., Kowalczyk-Rólczyńska P. (red.) (2023), *Bezpieczeństwo ekonomiczne osób starszych. Wyzwania dla rynku ubezpieczeń w Polsce*, Wydawnictwo Uniwersytetu Ekonomicznego, Wrocław.
102. Łacina-Łanowski A. (red.) (2024), *Polski senior w obszarze komunikacji społecznej*, Wydawnictwo Akademii Humanistyczno-Ekonomicznej, Łódź.
103. Langbein J., Cosgrove M., Fuchs A. (red.) (2024), *Framing Ageing: Interdisciplinary Perspectives for Humanities and Social Sciences Research*, Bloomsbury Academic, London.
104. Łątkowski W., (2024) *Projections of demand for care among the elderly in Poland*. Peter Lang. <https://www.peterlang.com/document/1466451>.
105. Lawton M. P., Brody E. M., (1969). *Assessment of older people: Self-maintaining and instrumental activities of daily living*. The Gerontologist, 9(3), 179–186.
https://doi.org/10.1093/geront/9.3_Part_1.179.
106. Leontowitsch M. (red.) (2013), *Researching Later Life and Ageing. Expanding Qualitative Research Horizons*, Palgrave Macmillan, Basingstoke.
107. Liu S. (2019), *Social Support Networks, Coping and Positive Aging Among the Community-Dwelling Elderly in Hong Kong*, Springer.
108. Lubrańska A., Zawira E. (2021), *Wolontariat – jako przykład bycia i stawania się w starości*, „Exlibris Biblioteka Gerontologii Społecznej” 20(1).
109. Łuszczńska M., (red.) (2021), *Researching Ageing: Methodological Challenges and their Empirical Background*, Routledge, London.
110. Maćkiewicz J., Fabiś A. (red.) (2020), *Doświadczenie kryzysu w starości. Rozwiązania polskie i zagraniczne*, Biblioteka Gerontologii Społecznej. Exlibris, 2(19) / 2020.
111. Majchrzycka A. M., Rybacka-Mossakowska J., Wieczorowska-Tobis K., Ziółkowska A. (2019), *Zdrowy senior. Występowanie i profilaktyka chorób otępiennych i innych zaburzeń psychicznych w starszym wieku*, Fundacja Petra Senior, Poznań.
112. Małecka Z. (1985), *Elementy gerontologii dla pedagogów*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk.
113. Małecka Z. (1985), *Elementy gerontologii dla pedagogów*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego.
114. Maslow A. H. (1954), *Motivation and Personality*, Harper & Row, New York.
115. Maslow A. H. (1990). *Motywacja i osobowość*, Instytut Wydawniczy PAX, Warszawa.
116. McClusky H.Y., *Education for aging: The scope of the field and perspectives for the future*, w: Learning for aging, eds. S.M. Grabowski, W.D. Mason, Washington 1973.

117. Mikołajczyk-Lerman G., Potoczna M. (2020), *Instytucjonalne wsparcie niesamodzielnych osób starszych w województwie łódzkim. Potencjał, potrzeby, wyzwania*, Wydawnictwo Uniwersytetu łódzkiego, Łódź.
118. Miller E. (2021), *Creative Arts-Based Research in Aged Care: Photovoice, Photography, and Poetry in Action*, Routledge, London.
119. Murray H.A. (1953), *Explorations in Personality*, Oxford University Press, New York.
120. Nadobnik H. (2021), *Media społecznościowe jako narzędzie aktywizacji osób starszych w okresie pandemii COVID-19. Analiza funkcjonowania na Facebooku organizacji wybranych z czterech polskich miast*, Studia z polityki publicznej, 2021, Vol.8 (2).
121. Neugarten B. L. (1968), *Middle Age and Aging: A Reader in Social Psychology*. University of Chicago Press; B. L. Neugarten (1974), *Age Groups in American Society and the Rise of the Young-Old*, The Annals of the American Academy of Political and Social Science, 415, 187–198. <https://doi.org/10.1177/000271627441500114>.
122. Newsom J., Jones R. N., Hofer S. M. (red.) (2012), *Longitudinal Data Analysis. A Practical Guide for Researchers in Aging, Health, and Social Sciences*, Routledge, New York.
123. Niebrzydowski L. (1999), *Psychologia ludzkich potrzeb, aspiracji i możliwości*, Krajowa Rada Self-Esteem, Łódź.
124. Nilsson M., Patlamazoglou L., Tiilikainen E., Riggs D., Futterman A. M., de Sousa A. L. (ed.), *Ageing, Men and Social Relations: New Perspectives on Masculinities and Men's Social Connections in Later Life*, Bristol University Press, Bristol, England.
125. Obuchowski K. (1995), *Przez galaktykę potrzeb psychologia dążeń ludzkich*, Wydawnictwo Zys i S-ka.
126. Obuchowski K., *Galaktyka potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*, Wydawnictwo Zys i s-ka, Poznań 2000.
127. *Ocena potrzeb w zakresie wsparcia dla seniorów w Polsce (2024)*, V edycja raportu Fundacji SeniorApp, Fundacja SeniorApp, Łódź.
128. OECD (2019), *Working better with age*, OECD Publishing; G. Uścińska, *Sytuacja materialna seniorów w Polsce*, UKSW, Warszawa 2024.
129. Opozda D. (2022), *Sytuacja społeczno-emocjonalna osób starszych spowodowana pandemią COVID-19*, Roczniki Pedagogiczne. T. 14, nr 4 (2022).
130. Orzechowska G. (1999), Aktualne problemy gerontologii społecznej, Olsztyn, s. 25–26;
131. Orzechowska G. (1999), *Aktualne problemy gerontologii społecznej*, Olsztyn.
132. Osoby powyżej 50 roku życia na rynku pracy w 2018 roku, GUS, Bydgoszcz 2020.

133. Pawlak A., Przyłęcki P. (red.) (2019), *Koordynowana opieka senioralna*. T. 2. Senior w społeczeństwie, Wydawnictwo Naukowe "Scholar", Warszawa.
134. Piłkuła N. (2013), *Senior w przestrzeni społecznej*, Wydawnictwo Borgis, Warszawa.
135. Piłkuła N. (2020), *Aktywność społeczno-edukacyjna jako czynnik zmiany i rozwoju osób starszych*, „Praca socjalna”, Vol. 36, nr 3.
136. Piłkuła N. G. (2016), *Poczucie sensu życia osób starszych. Inspiracje do edukacji w starości*, Kraków 2016.
137. Pogoda M. (2020), *Sytuacja osób starszych w Polsce z uwzględnieniem aspektów medycznych, społecznych i ekonomicznych*, Kancelaria Senatu, Warszawa.
138. Poluk D. (2023), *Architektura wnętrz jako odpowiedź na potrzeby seniorów. Wzorcowe mieszkanie seniora jako wytyczna projektowa kształtowania programu funkcjonalnego mieszkania przeznaczonego dla osób starszych*, Zeszyty Naukowe Politechniki Poznańskiej. Architektura, Urbanistyka, Architektura Wnętrz. 2023, z. 14.
139. *Praca i życie ludzi starszych. Zestawienie bibliograficzne za 2017 – 2023 (2024)*, Instytut Pracy i spraw socjalnych, Warszawa.
140. *Pracujący emeryci i osoby w wieku okołoemerytalnym (2020)*, Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości.
141. *Prognoza ludności na lata 2023–2060*, Warszawa 2023
https://demografia.stat.gov.pl/bazademografia/Prognoza_2023_2060.aspx.
142. Przybyś K., Stanimir A. (2023), *Measuring Activity. The Picture of Seniors in Poland and Other European Union Countries*, Sustainability, 15(12), 9511.
<https://doi.org/10.3390/su15129511>.
143. Raport końcowy „Potrzeby osób w wieku 60+ z terenu województwa łódzkiego” (2017), RCPS, Łódź.
144. Rejter M. (2020), *Potrzeby i marzenia seniorów jako czynniki pomyślnego starzenia się*, Acta Universitatis Lodzensis. Folia oeconomica, 2020-01, Vol.6 (351).
145. Riby L. (red.) (2016), *Handbook of Gerontology Research Methods: Understanding Successful Aging*, Routledge, London.
146. Richert-Kaźmierska A. (2019), *Polityka państwa wobec starzenia się ludności w Polsce*, CeDeWu, Warszawa.
147. Rostonowska M. (2020), *Dylematy mieszkańców, ich rodzin oraz pracowników domów pomocy społecznej*, Rozpisani.pl, Łódź.
148. Różański T. (2020), *Samotność i osamotnienie osób starszych jako problem społeczny i edukacyjny*, „Roczniki Pedagogiczne”, 2020, nr 4, s. 75–90.

149. Rynkowska D., *Rola i znaczenie aktywności społecznej seniorów*, Annales Universitatis Mariae Curie-Skłodowska, XLI nr 2/2016 DOI: 10.17951/i.2016.41.2.9.
150. Sałustowicz P., Goryńska-Bittner B., Kokociński M., Pryśłowska-Kamińska A. (2020), *Potrzeby edukacyjne seniorów a Uniwersytet Trzeciego Wieku*, Wydawnictwo Naukowe Scholar, Warszawa.
151. Schalock R. L., Verdugo M. A. (2002), *Handbook on Quality of Life for Human Service Practitioners*. AAMR.
152. Seifert A., Cotten S. R., Xie B. (2021), *A Double Burden of Exclusion? Digital and Social Exclusion of Older Adults in Times of COVID-19*, J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci, doi: 10.1093/geronb/gbaa098.
153. Sen A. (1993). *Capability and well-being* w: M. Nussbaum & A. Sen (Eds.), *The Quality of Life* (pp. 30–53). Oxford: Clarendon Press.
154. Simmonds B. (2022), *Ageing and the Crisis in Health and Social Care: Global and National Perspectives*, Bristol University Press.
155. Skąłeczka K. (2023), *Aktywne starzenie się jako wyznacznik poczucia jakości życia w późnej dorosłości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Opolskiego, Opole.
156. Skarżyńska K. (1981), *Potrzeby ludzkie* (w:) *Encyklopedia organizacji i zarządzania*, Państwowe Wydawnictwo Ekonomiczne, Warszawa 1981.
157. Słabbiak T. (2022), *Wolontariat osób starszych jako element wychowania w perspektywie starości – wybrane aspekty*, Edukacja ustawiczna dorosłych. Kwartalnik naukowo-metodyczny, Vol.119 (4).
158. Słaby T. (2019), *Potrzeby mieszkaniowe polskich seniorów*, Wiadomości Statystyczne, 64, nr 1 (2019).
159. Sobczak S., Jówko E., Bocian-Waszkiewicz B., Zacharuk T. (2021), *Potencjał seniorów. Studium pedagogiczne*, Wydawnictwo Uniwersytetu Przyrodniczo-Humanistycznego, Siedlce.
160. Sowa-Kofta A. (2022), *Sytuacja ekonomiczna i aktywność osób starszych w czasie pandemii COVID-19. Doświadczenia polskie na tle krajów europejskich*, Polityka Społeczna, R. 49, nr 9 (2022).
161. Sowa-Kofta A. (red.) (2023) *Model wspierania aktywności osób starszych w społeczności lokalnej*, UKSW, Warszawa.
162. Staręga-Piasek J. (1975), *Niematerialne potrzeby osób starszych*, w: *Starzenie się i starość w badaniach gerontologicznych w Polsce*, red. J. Piotrowski, Warszawa.
163. *Starzenie się społeczeństwa – wyzwanie dla rynku pracy: aktywizacja pracowników 50+* (2020), Polska Agencja Rozwoju Przedsiębiorczości.

164. Stern P. C., Feller I. (2007), *A Strategy for Assessing Science. Behavioral and Social Research on Aging*, National Academies Press, Washington, DC.
165. Steuden K. (2011), *Psychologia starzenia się i starości*, PWN, Warszawa.
166. Stončikaitė I. (2023), *Ageing as a Unique Experience. Interdisciplinary Approaches to Ageing and Later Life from Social and Humanities Perspectives*, MDPI - Multidisciplinary Digital Publishing Institute, Basel.
167. Struktura wysokości emerytur i rent, ZUS <https://www.zus.pl/baza-wiedzy/statystyka/opracowania-tematyczne/struktura-wysokosci-emerytur-i-rent>.
168. Suchodolski B. (1974), *O stylach życia ludzkiego*, „Studia Filozoficzne” nr 7.
169. Sulik M. (2022), *Uniwersytet Trzeciego Wieku w obliczu potrzeb „patchworkowo-kolażowej” starości*, Edukacja Dorosłych, 2022, Vol.87 (2).
170. Susułowska M. (1989), *Psychologia starzenia się i starości*, Wydawnictwo PWN, Warszawa.
171. Świadczenia emerytalno-rentowe w latach 2019-2021, ZUS, Warszawa 2022 <https://www.zus.pl/baza-wiedzy/statystyka/opracowania-tematyczne>.
172. Sygulska K. (2020), *Zdarzenia krytyczne jako czynniki kształtujące poczucie jakości życia osób starszych*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego im. Komisji Edukacji Narodowej, Kraków.
173. Sylwestrzak D. (2020), *Aktywizacja osób starszych na poziomie gminy*, w: *Ekonomia Społeczna*, Vol.1 (1).
174. Synak B. (2000), *Ludzie starzy w warunkach transformacji ustrojowej*, Wydawnictwo Uniwersytetu Gdańskiego, Gdańsk.
175. Sytuacja osób starszych w Polsce w 2019 r., GUS, Białystok 2021.
176. Sytuacja osób starszych w Polsce w 2023 roku, GUS Białystok 2024.
177. *Sytuacja osób starszych w województwie mazowieckim* (2021), Urząd Marszałkowski Województwa Mazowieckiego.
178. Szarota Z. (2010), *Starzenie się i starość w wymiarze instytucjonalnego wsparcia na przykładzie Krakowa*, Wydawnictwo Naukowe Uniwersytetu Pedagogicznego, Kraków.
179. Szatur-Jaworska B. (2000), *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa.
180. Szatur-Jaworska B. (2012). *Starzenie się i starość w polityce społecznej*. Warszawa: ASPRA-JR.
181. Szatur-Jaworska B., Rysz-Kowalczyk B., Imiołczyk B. (2020), *Sytuacja osób starszych w Polsce - wyzwania i rekomendacje. Raport Komisji Ekspertów ds. Osób Starszych na podsumowanie VIII kadencji RPO*, Biuro Rzecznika Praw Obywatelskich, Warszawa.

182. Szplīt A., Garbat A., Miszczuk R. (2023), *Zaspokajanie potrzeb seniorów poprzez udział w Uniwersytetach Trzeciego Wieku – analiza opowieści*, Edukacja Dorosłych, 2023, Vol.89 (2).
183. Szukalski P. (2021), *Aktywność zawodowa*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.
184. Szukalski P. (2023), *Przyszłość województwa łódzkiego i Łodzi w świetle Prognozy ludności na lata 2023-2060 wydanej przez GUS*, Demografia i Gerontologia Społeczna – Biuletyn Informacyjny, 2023, Nr 2.
185. Szukalski P., Wiktorowicz J. (red.) (2023), *Nowi biedni emeryci. O osobach uzyskujących świadczenia emerytalne niższe niż emerytura minimalna*, t. 1-2, Instytut Pracy i Spraw Socjalnych, Warszawa.
186. Szybalska A., Hajduk A., Kujawska-Danecka H., Mossakowska M. (2021), *Samoocena stanu zdrowia*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.
187. Szybalska A., Kujawska-Danecka H., Biernat E., Mossakowska M., *Aktywności w czasie wolnym i wyjazdy poza miejsce zamieszkania*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem*, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.
188. Szymocha O. i in. (2024), *Sytuacja osób w wieku 55 lat i starszych w województwie świętokrzyskim w latach 2019–2023*, Urząd Statystyczny w Kielcach.
189. ten Bruggencate A. A., Luijckx K. G., Sturm J. (2018), *Social needs of older people. A systematic literature review*. Ageing & Society, 38(9), 1745-1770.
<https://doi.org/10.1017/S0144686X17000150>.
190. Thakur N., Han Ch. Y. (2020), *A Review of Assistive Technologies for Activities of Daily Living of Elderly*, in: *Assisted Living: Current Issues and Challenges*, Nova Science Publishers.
191. *The 2021 Ageing Report: Economic and Budgetary Projections for the EU Member States (2019–2070)* (2021), European Commission, Brussels.
192. Tibbitts C. (ed.) (1960), *Handbook of social gerontology. Societal aspects of aging*, Chicago; B. Szatur-Jaworska (2000), *Ludzie starzy i starość w polityce społecznej*, Oficyna Wydawnicza ASPRA, Warszawa.

193. Tobiasz-Adamczyk B. (2021), *Jakość życia* w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych*, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.
194. Tobiasz-Adamczyk B., Gałaś A., Jędrzejczyk T., Wojtecka A., Grodzicki T. (2021), *Dostępność i poziom satysfakcji z usług medycznych*, w: red. P. Błędowski, T. Grodzicki, M. Mossakowska, T. Zdrojewski, *Badanie poszczególnych obszarów stanu zdrowia osób starszych*, w tym jakości życia związanej ze zdrowiem, Gdański Uniwersytet Medyczny, Gdańsk 2021.
195. Tornstam L. (2005), *Gerotranscendence: A Developmental Theory of Positive Aging*. New York: Springer Publishing Company.
196. Trafiałek E. (2003), *Polska starość w dobie przemian*, Wydawnictwo Śląsk, Katowice..
197. Ulman P., Zając M. (2021), *Gospodarstwa domowe osób starszych i ich sytuacja ekonomiczna*, w: Rodzina, ekonomia i migracja. Ujęcie prawne i socjologiczno-ekonomiczne, red. M. Butrymowicz, P. Kroczyk, Kraków, s. 49–79 DOI: <https://doi.org/10.15633/9788374389105.04>.
198. United Nations (2024), *World Population Ageing 2023: Highlights*. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs. Retrieved from <https://www.un.org/development/desa/pd/news/world-population-ageing-2023>.
199. United Nations (2024), *World Population Prospects 2024: Summary of Results*. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs. Retrieved from <https://population.un.org/wpp/>.
200. Uniwersytety Trzeciego Wieku w roku akademickim 2021/2022, GUS, Gdańsk 2023.
201. Urbaniak A. (red.) (2022), *Routledge International Handbook of Participatory Approaches in Ageing Research*, Routledge, London.
202. Urbaniak B. (2020), *Senior policy in the city and voivodeship of Łódź* w: B. Urbaniak, Y. Evseeva, L. Patyán (red.) *Senior policy in Hungary, Poland and Russia*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
203. Urbaniak B., Chałas M., Szukalski P., Zimny R., Błaszczak R., Zadworna M. (2021), *Trwałość i zmienność procesów starzenia się i starości*, Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, Łódź.
204. Ustawa z dnia 11 września 2015 r. o osobach starszych (Dz.U. 2015 poz. 1705).
205. Weil J. (2025). *Research Design in Aging and Social Gerontology: Quantitative, Qualitative, and Mixed Methods*, Routledge, London.

206. Welling K. (2004), *Der personzentrierte Ansatz von Tom Kitwood – ein bedeutender Bezugsrahmen für die Pflege von Menschen mit Demenz*, „Unterricht Pflege”, 5, nr 9.
207. *What is Austrian Economics?*, Ludwig von Mises Institute,
<http://mises.org/etexts/austrian.asp>.
208. WHO (2002), *Active Ageing. A Policy Framework*, WHO/NMH/NPH/02.8.
209. WHOQOL Group, The World Health Organization (1995), *Quality of Life Assessment (WHOQOL)*. Position Paper from the World Health Organization, „Social Science & Medicine”, 41(10).
210. Wiśniewski P. i in. (2021), *Jakość życia osób starszych w Polsce w pierwszym roku pandemii COVID-19*, Fundacja Zaczyn, Poznań .
211. Włodarczyk E. (2021), *Problemy alkoholowe w okresie starości w kontekście braku poczucia sensu życia*, Polish journal of social rehabilitation, 2021, Vol.22 (1), p.101-122
212. Wnęk-Gozdek J., Maćkiewicz J. (2024), *Znaczenie kompetencji cyfrowych polskich (euro)dziadków w podtrzymywaniu relacji z wnukami*, Roczniki pedagogiczne, 2024, Vol.16 (4).
213. World Health Organization. (2002). *Active ageing: A policy framework*. Geneva: World Health Organization. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NPH-02.8>.
214. World Health Organization. (2023). *Global report on ageism*. Geneva: WHO. Retrieved from <https://www.who.int/publications/i/item/9789240057073>.
215. World Social Report (2023) *Leaving No One Behind in an Ageing World*, United Nations Department of Economic and Social Affairs, New York.
216. Wyszowska D. (2022), *Sytuacja osób starszych w Polsce w: Niesamodzielną starość. Materiały z III Kongresu Demograficznego. Cz. 2.*
217. Yu G. P. (1998), *Methods in Aging Research*, CRC Press, Boca Raton, FL.
218. Zacharuk T., Sobczak S., Jówko E., Bocian-Waszkiewicz B., (2021) *Aktywność osób starszych. Studium pedagogiczne*, Uniwersytet Humanistyczny w Siedlcach, Siedlce 2021.
219. Zalega T. (2024), *Miejscy srebrni single. Sytuacja materialna, konsumpcja, zachowania konsumenckie i trendy*, Wydawnictwa Uniwersytetu Warszawskiego, Warszawa.
220. Zawojska A., Wrzesinska-Kowal J., Siudek T. (2021), *The Care for Older People during the COVID-19 Pandemic: An Overview of the Situation in Poland*, European Research Studies Journal, Volume XXIV, Issue 4 DOI: 10.35808/ersj/2770 .

- 221.** Zhou W., Liang Q., Bian Y., Liu Q., Li Y., Yu J., Chen H., Wang C. (2025), *Experiences and Needs of Caregivers of Community-Dwelling Frail Older Adults: A Mixed Methods Systematic Review*, Journal of clinical nursing. <https://doi.org/10.1111/jocn.17799>.
- 222.** Ziębińska B. (2008), *Uniwersytety Trzeciego Wieku jako instytucje przeciwdziałające marginalizacji osób starszych*, Uniwersytet Śląski, Katowice.
- 223.** Zimnica-Kuziola E. (2025), *Old Age and Aging in Sociological Discourse*, Przegląd Socjologii Jakościowej, 2025-05, Vol.21 (2).
- 224.** Zych A. A., *Przekraczając „smugę cienia”. Szkice z gerontologii i tanatologii*, Katowice 2009, s. 15–20; A.A. Zych, *Leksykon gerontologii*, Kraków 2017.

Aneks

Załącznik 1. Zestawienie wybranych teorii starzenia się pod kątem badań osób starszych

Nazwa teorii	Charakterystyka	Autor/zy	Rok powstania, publikacji	Dyscyplina naukowa	Źródło bibliograficzne
Teoria wymiany społecznej (Social Exchange Theory)	Relacje społeczne i wzajemne korzyści wpływają na dobrostan, zmniejszenie zasobów prowadzi do zmniejszenia interakcji.	George C. Homans	1958	Socjologia	Homans, G.C. (1958). <i>American Journal of Sociology</i> , 63(6).
Teoria społeczna aktywności (Activity Theory)	Aktywność społeczna i fizyczna utrzymuje dobrostan i jakość życia w starości.	Robert J. Havighurst	1961	Socjologia, psychologia	Havighurst, R.J. (1961). <i>The Gerontologist</i> , 1(1), 8–13.
Teoria immunologiczna	Starzenie jako efekt osłabienia układu odpornościowego (immunosenescencja).	Roy Walford	1969	Immunologia, gerontologia	Walford, R.L. (1969). <i>The immunologic theory of aging</i> .
Teoria neuroendokrynologiczna	Starzenie związane z funkcjonowaniem układu neuroendokrynnego i hormonalnego.	Vladimir Dilman	lata 70. XX w.	Endokrynologia, gerontologia	Dilman, V.M. (1971). <i>Neuroendocrine theory of aging</i> .
Teoria zużycia (Wear and Tear Theory)	Organizm, podobnie jak maszyna, ulega stopniowemu zużyciu wskutek działania czynników zewnętrznych i wewnętrznych.	August Weismann (pionier), B.L. Strehler	koniec XIX / poł. XX w.	Biologia, gerontologia	Strehler, B.L. (1977). <i>Time, Cells, and Aging</i> . Academic Press.

Teoria psychospołeczna Eriksona	W starości dominuje etap integralności ego — bilans życia i akceptacja śmierci.	Erik H. Erikson	lata 50.-80. XX w.	Psychologia rozwojowa	Erikson, E.H. (1982). <i>The Life Cycle Completed</i> .
Teoria adaptacji do roli (Role Theory)	Starzenie się wiąże się z utratą i adaptacją do nowych ról społecznych.	Biddle, B.J.	lata 60.-80. XX w.	Socjologia	Biddle, B.J. (1986). <i>Annual Review of Sociology</i> .
Teoria kalorycznego ograniczenia (Caloric Restriction Theory)	Ograniczenie kalorii wydłuża życie, zmniejszając stres oksydacyjny.	Roy Walford, Richard Weindruch	lata 80. XX w.	Biologia, gerontologia	Weindruch, R., & Walford, R.L. (1988). <i>The Retardation of Aging and Disease by Dietary Restriction</i> .
Teoria ciągłości (Continuity Theory)	Starsze osoby zachowują styl życia i zachowania z wcześniejszych etapów życia, co sprzyja adaptacji.	Robert W. Atchley	1989	Psychologia, gerontologia	Atchley, R.C. (1989). <i>The Gerontologist</i> , 29(2), 183–190.
Teoria genetyczna (Programmed Aging Theory)	Starzenie jest genetycznie zaprogramowane, kontrolowane przez specyficzne geny.	Caleb Finch	lata 70. XX w.	Genetyka, biologia	Finch, C.E. (1990). <i>Longevity, Senescence, and the Genome</i> .
Teoria selektywnej optymalizacji z kompensacją (SOC)	Selektywna optymalizacja zasobów i kompensacja deficytów pozwala na utrzymanie funkcjonowania i jakości życia.	Paul B. Baltes, Margret M. Baltes	1990	Psychologia	Baltes, P.B., & Baltes, M.M. (1990). <i>Successful Aging</i> .
Teoria gerotranscendencji (transgresji) (Gerotranscendence Theory)	Starzenie jako rozwój duchowy i egzystencjalny, akceptacja przemijania, nowy sens życia.	Lars Tornstam	lata 90. XX w.	Psychologia humanistyczna	Tornstam, L. (2005). <i>Gerotranscendence</i> .