

Zdzisław Wołk

Uniwersytet Zielonogórski

ORCID ID: 0000-0002-2846-6246

PRACA ZAWODOWA DROGĄ DO AKTYWNOŚCI W OKRESIE PÓŻNEJ DOROSŁOŚCI

PROFESSIONAL WORK AS A WAY TO BE ACTIVE
DURING THE PERIOD OF LATE ADULTHOOD

ПРОФЕСІЙНА ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ШЛЯХ ДО АКТИВНОСТІ
В ПЕРІОД ПІЗНЬОЇ ЗРИЛОСТІ

1. Wstęp

Znaczący wyznacznik dynamiki życia człowieka stanowi jego aktywność własna. Od niej zależy także, w jaki stopniu interweniują inne uwarunkowania rozwojowe – czy sprzyjają, czy też ograniczają aktywność życiową. Osoby bierne, wyłączające się są zagrożone marginalizacją i wykluczeniem społecznym w większym stopniu, niż aktywne, niezależnie od przejawianej przez nich formy aktywności. Wraz z wiekiem na skutek wielu subiektywnych i obiektywnych uwarunkowań dynamika życia zazwyczaj maleje (Brzezińska, 2002, s. 14). Wchodzenie w okres późnej dorosłości wiąże się zazwyczaj z kończeniem aktywności zawodowej. Tak jak w okresie wcześniejszym edukacja, tak w dorosłym życiu praca zawodowa jest kluczowa dla budzenia i rozwijania aktywności własnej. Stanowi bowiem najdłużej trwające zadanie życiowe oddziałujące na człowieka, systematycznie wpływające znacząco na liczne inne obszary życia. Wyłączeniu się z aktywności zawodowej towarzyszy zazwyczaj redukcja kontaktów koleżeńskich, w rezultacie czego pustoszeje środowisko społeczne,

które dotychczas w większości opierało się na kolegach i koleżankach z pracy. Okazuje się, że wraz z zakończeniem zatrudnienia wiele czynników stymulujących aktywność ulega redukcji lub zupełnie nie znajduje form zastępczych. Może to skutkować biernością i dryfowaniem na margines życia społecznego. Z tego też względu pożądane jest zawczasu przygotowywanie osób aktywnych zawodowo do aktywnego życia na emeryturze. Trudno zadaniem tym obarczać pracodawców, natomiast organizacje związkowe i zawodowe z powodzeniem mogłyby ten problem podjąć w odniesieniu do wszystkich pracowników, przede wszystkim jednak do osób znajdujących się w końcowej fazie pracy zawodowej, którzy jeszcze pracując już ograniczają swoją aktywność do niezbędnych obowiązków, do osób doświadczających wypalenia zawodowego i skłonnych do pasywnego podejścia w dalszym życiu.

2. Jeszcze aktywni a już bierni

Przejęcie na emeryturę uważa się za przełomowy moment w życiu człowieka. „Ten fakt stawia człowieka starego w nowej sytuacji życiowej, która wywołuje strach, lęk i frustrację. Istotą emerytury jest zwolnienie z obowiązku pracy i innych społecznie określonych zajęć. Emeryt niczego już nie musi, natomiast może jeszcze bardzo wiele” (Straś-Romanowska, 2017, s. 332). Po przejściu na emeryturę w sposób zasadniczy zmienia się pozycja społeczna człowieka. Przystaje on praktycznie funkcjonować w zawodzie, co pociąga za sobą zanikanie pewnych więzi społecznych, a to z kolei powoduje zmniejszenie się aktywności życiowej i spadek prestiżu społecznego (Chabior, 1995, s. 128). Pomimo, że zakończenie aktywności zawodowej ma swoją konkretną datę, to transgresja praca zawodowa – życie na emeryturze jest jednak zazwyczaj procesem, nie momentem. Przebiega on specyficznie dla każdej jednostki, ma charakter indywidualny i niepowtarzalny. Jego czas trwania i przebieg są zależne od cech osobowych jednostki i licznych uwarunkowań społecznych. Wyróżnia się *siedem faz przejścia na emeryturę*. Faza 1 – oddalona w czasie. Emerytura jest postrzegana jako odległa, abstrakcyjna sytuacja, dotycząca raczej innych osób. Tylko nieliczni z dużym wyprzedzeniem ją planują. Faza ta dotyczy nielicznych. W tym okresie przygotowanie do emerytury nie występuje, ewentualnie jest podejmowane w bardzo ograniczonym zakresie. Faza 2 – przedemerytalna. To okres odczuwania zbliżania się emerytury. Pojawia się planowanie życia po zakończeniu pracy zawodowej. Mimo to wciąż pozostaje w sferze marzeń i planów, coraz bardziej realnych. Faza 3 – miesiąca miodowego. Odczuwanie radości i zadowolenia. Odczuwanie spokoju, radości i zadowolenia. Realne staje się przejście do zrealizowania

wcześniejszych planów i ich konkretyzacja. Faza 4 – rozczarowania. Jeśli podejmowana aktywność i realizacja planów nie jest zadowalająca, emeryt odczuwa rezygnację, jest zawiedziony. Faza 5 – zmiany kierunku. Po doświadczeniu rozczarowania dotychczasowym życiem na emeryturze człowiek stopniowo zdaje sobie sprawę z realnego obrazu emerytury, myśli o przyszłości oraz zastanawia się nad alternatywnymi, możliwymi do zrealizowania scenariuszami. Faza 6 – stabilizacji. Związana jest z wypracowywaniem pewnych rutynowych działań, sposobów zachowania na emeryturze. To etap, w którym człowiek jest dobrze przystosowany do roli emeryta, świadomy swoich możliwości i ograniczeń. Na ich podstawie ukierunkowuje swoją aktywność. Faza 7 – końcowa. Związana z zakończeniem lub wyjściem z roli emeryta (Birch & Malim, 2002, s. 151–153). W obecnej sytuacji na rynku pracy należy się liczyć z coraz powszechniejszymi powrotami do aktywności zawodowej. Pomyślność tych powrotów jest związana z aktywnym życiem na emeryturze. Różne są podejścia pracowników do wyłączenia się z aktywności zawodowej, co szczególnie mocno zależy od uwarunkowań zewnętrznych, a zwłaszcza od kultury organizacyjnej i polityki firmy.

Dwie pierwsze ze wspomnianych faz przebiegają jeszcze w trakcie bycia pracownikiem. U osób, które niezależnie od własnych motywów dużo wcześniej rozpoczęły przygotowania do przejścia na emeryturę, proces ten przebiega łagodnie, a końcowa faza pracy zawodowej jak i potem początkowy okres życia na emeryturze cechuje wysoki poziom aktywności. Osób takich jest zdecydowanie mniej, bowiem z różnych powodów pogłębione refleksje dotyczące przeszłego życia na emeryturze zazwyczaj pojawiają się bezpośrednio przed zakończeniem pracy zawodowej. Osób, które bez przygotowania rozpoczynają życie na emeryturze jest zdecydowanie więcej. Ich plany dotyczące własnej przyszłości są niekonkretne, nieprzygotowane. Przejście na emeryturę ich zaskakuje, zachodzi z dnia na dzień. Cieszą się fazą „miodowego miesiąca”, brakiem obowiązków, spokojem. Rozpoczęcie okresu życia na emeryturze w ten sposób zazwyczaj prowadzi do bierności i powolnego wycofywania się na margines społeczного życia.

Wpływ pracy zawodowej na aktywność w różnych obszarach życia w końcowej fazie średniej dorosłości jest mocno zdeterminowana pracą zawodową. Jeśli chodzi o fazę rozwoju zawodowego – dla wielu pracujących okres przedemerytalny jest fazą sukcesu zawodowego i dochodzenia do mistrzostwa.

Etap kończący rozwój zawodowy człowiek na terenie organizacji pracującej określany jest jako mistrzostwo w zawodzie (Wiatrowski, 2005). Osoby, które do niego docierają cechuje duże doświadczenie zawodowe, za czym kryje się zazwyczaj pogłębiona wiedza głównie praktyczna, biegłość w wykonywaniu pracy

wynikająca w wysokiego poziomu opanowania umiejętności pracowniczych oraz prestiż i szacunek wśród pracowników. Mają miejsce liczne wypracowane przez lata osiągnięcia, awanse i sukcesy zawodowe. Kręgi towarzyskie zazwyczaj są zdominowane przez współpracowników. Mistrz z rozwagą przygotowuje się do zakończenia pracy zawodowej. W środowisku zawodowym często podejmuje rolę mentora wobec młodszych pracowników, dokonuje sukcesji poprzez wdrażanie do pracy swojego następcy lub następców. Jedną z alternatyw jest realizowanie kariery równoległej, podejmując aktywność także poza pracą zawodową, zwykle non-profit (Drucker, 2010, s. 210). Równocześnie powoli wycofuje się z pełnienia najbardziej odpowiedzialnych ról i zadań, pozostawiając sobie wybrane, na których realizacji może się bardziej skoncentrować. Nie ogranicza swojej aktywności na rzecz firmy, za którą w dalszym ciągu czuje się odpowiedzialny, pomimo, że jego role zaczynają pełnić inni. Równocześnie wykazuje aktywność w innych obszarach, planuje swoją dalszą przyszłość, w której nie będzie już uczestniczyła praca zawodowa, lecz inne formy aktywności. Impet, z którym wchodzi w kolejną fazę pozwala na szeroką, zharmonizowaną aktywność związaną realizacją zadań rozwojowych okresu późnej dorosłości.

Nie wszyscy osiągają poziom mistrzostwa. Wielu pracowników wyłącza się z pracy zawodowej na etapie stabilizacji i towarzyszącej jej zazwyczaj rutyny. Pojawiająca się bliska perspektywa przejścia na emeryturę wiąże się zazwyczaj z obawą o utratę nie tylko dochodów z pracy, ale też aktywności zawodowej, sprawczości, grup koleżeńskich, prestiżu. Przejściu na emeryturę może towarzyszyć poczucie straty, nieprzydatności. W Polsce praca zawodowa zajmuje wysoką pozycję w hierarchii wartości, co dotyczy w szczególności pokolenia urodzonego po II wojnie światowej. Jego życie nierozzerwalnie związane było z pracą zawodową wykonywaną zazwyczaj w jednym zakładzie pracy. Pracownicy mocno związali się emocjonalnie ze swoimi zakładami pracy, co jeszcze bardziej wzmacnia wspomniane poczucie straty. W tej sytuacji zadania rozwojowe kolejnej ery życia wymagają podjęcia natychmiast, a nawet przygotowywania się do nich już wcześniej. Często bowiem osoby doświadczające przejścia na emeryturę doświadczają poczucia pustki, osamotnienia. Okazuje się bowiem, że wszelka aktywność zawodowa, a często także pozazawodowa skierowana była na pracę zawodową, a środowisko społeczne stanowili głównie współpracownicy. Podejmowane na spotkaniach towarzyskich problemy schodziły na sprawy związane z pracą. Praca stanowiła dla nich spoiwo, znany wszystkim wspólny problem, w jakimś stopniu bezpieczny, bo pozwalający zachować dyskrecję w odniesieniu do spraw osobistych i domowych. Był więc mocno integrujący.

Współcześnie ma miejsce duża rotacja pracowników, wielokrotna zmiana miejsca pracy, praca równocześnie wykonywana na rzecz kilku pracodawców, praca w małych prywatnych firmach zatrudniających niewielu pracowników, co nie sprzyja budowaniu silnych więzi pracowników z firmą. Najstarsi pracownicy doświadczają konsekwencji zmian pokoleniowych, kolejne generacje zatrudnionych znacznie się od siebie różnią, różnice wiekowe wywołują dystans pomiędzy nimi, co wiąże się ze znacznymi różnicami kulturowymi. Ludzie starsi samoistnie izolują się często od młodszej części społeczeństwa w reakcji na działanie mechanizmów społecznych umieszczających ich we własnej społeczności. Zachodzi ten proces już w trakcie pracy zawodowej. Prowadzi to w przypadku kończących aktywność pracowników, którzy już z racji swojego wieku i licznych związanych z wiekiem ograniczeń do zagrożenia w przyszłości wykluczeniem społecznym (Pikuła, 2013, s. 48).

3. Praca zawodowa a technika cyfrowa jako czynnik wykluczający społecznie

Bieg życia człowieka jest zdeterminowany przez dwie grupy czynników –podmiotowe (osobowe) i środowiskowe (Pietrasiński, 1990, s. 65). Pierwsza z nich wiąże się z indywidualnymi właściwościami jednostki, druga jest od niej niezależna i stanowi szeroki strumień wpływów docierających do niej z zewnątrz. Są to zarówno oddziaływania ze strony czynników naturalnych (przyrodniczych) jak i kulturowych, stworzonych przez człowieka. Przenikają się one wzajemnie, dopełniają, niekiedy wzajemnie warunkują. Człowiek dąży do dopasowania swoich aspiracji i podmiotowych możliwości ich realizacji do uwarunkowań wyznaczanych przez świat zewnętrzny, w którym realizuje swoje życie (Bühler, 1999, s. 34). Duże znaczenie ma tu czas historyczny, a także zachodzące uwarunkowania gospodarcze, polityczne a także poziom nauki i techniki (Rifkin, 2012). Przez wieki człowiek dążąc do zaspokajania swoich potrzeb podejmuje prowadzące do wzmocnienia naturalnych sił fizycznych i psychicznych, z czym związany jest postęp techniczny. W drugiej połowie XX wieku rozpoczął się intensywny rozwój mikroelektroniki i technik informatycznych. Spowodował on ogromne przemiany w sferze zawodowej, ale też w życiu pozazawodowym. Technika rzutuje na wszystkie sfery życia człowieka, zarówno w sferze pracy zawodowej jak i pozazawodowej. Szczególnie silnie na życiu ludzi odbija się postęp związany z lawinowo rosnącym poziomem mikroelektroniki (Krzysztofek & Szczepański, 2002, s. 222). Powszechnie odczuwany jest szczególnie w środowiskach pracowniczych, ale też poza pracą zawodową. Technika oferuje coraz to nowe urządzenia wspierające codziennie człowieka, a także w jego życiu codziennym,

w gospodarstwie domowym, w komunikacji, przy realizacji hobby i w obszarze dbałości o zdrowie. Od otwartości na stwarzane przez technikę możliwości zależy poziom bezpieczeństwa, stan zdrowia, wygoda, zadowolenie. Człowiek sam musi decydować o sposobach i zakresie korzystania z nowych technologii. Łatwiejsze jest to w okresie młodszym, natomiast wraz z wiekiem pojawiają się liczne bariery i trudności, nie występujące wcześniej (Oleś, 2011, s. 29).

Często decydowaniu się na pasywność sprzyja charakterystyczna dla czasów ponowoczesnych zmienność i niestabilność, a także bardzo szybko zachodzące zmiany techniczno-technologiczne. Przysparza to licznych problemów w wielu obszarach życia ludzi, niezależnie od prezentowanych przez nich cech kulturowych i demograficznych. Często jest podkreślana niestałość wiedzy, w szczególności jej starzenie się, które może prowadzić do wykluczenia społecznego. Człowiek bez aktualnej wiedzy nie znajdzie godnego życia w społeczeństwie. Dostęp do wiedzy i możliwości uczestniczenia w jej tworzeniu, przetwarzaniu i wykorzystywaniu zależy od kompetencji komunikacyjnych, w tym od wykorzystywania urządzeń informatycznych (Furmanek, 2010, s. 181). W środowisku pracy zawodowej cyfrowe urządzenia elektroniczne są stosowane powszechnie, co sprawia, że w sposób naturalny każdy jest na bieżące „oswajany” z nowościami, które w ten sposób są łatwiej, niekiedy wręcz niezauważalnie przyswajane. W pracy ma miejsce aktualizowanie wiedzy i doskonalenie biegłości w stosowaniu nowych rozwiązań technicznych urządzeń, poznawanie nowych programów i aplikacji. Poza pracą zawodową takich możliwości jest znacznie mniej. Nie ma też presji sięgania po nowe rozwiązania, co jest niezbędne do wywiązywania się z zadań zawodowych, z którą pracownicy często się spotykają. W licznych przypadkach nowe informacje, w tym „nowinki techniczne” są „przynieszone z pracy” – zarówno wynikające z wykonywanych zadań z pracowniczych jak i uzyskiwane w drodze nieformalnej od współpracowników. Osoby, które z różnych powodów zamierzenie lub z konieczności nie wykorzystują techniki cyfrowej mają ograniczone możliwości dostępu do informacji, a także z wielu i świadczeń w życiu publicznym, co ich skutecznie marginalizuje i spycha na margines życia społecznego. W pracy zawodowej techniki informatyczne wykorzystywane są powszechnie, co sprawia, że w sposób naturalny każdy jest na bieżące „oswajany” z nowościami, które w ten sposób są łatwiej, niekiedy wręcz niezauważalnie przyswajane.

Obok licznych udogodnień technika tradycyjnie stwarza też szereg zagrożeń dla zdrowia i życia, ale także dla sposobu życia. Niesie wraz ze stwarzanymi możliwościami niesie zagrożenie nowymi patologiami, w tym uzależnieniami, np. od Internetu, gier komputerowych i innych. Może też paradoksalnie

przyczynić się do marginalizowania, a nawet wykluczenia społecznego tych, którzy z jakichś powodów nie korzystają z nowych technik. Korzystanie z nowych rozwiązań technicznych łatwiej przychodzi osobom młodszym, dla których są one składnikami środowiska, w którym wzrastali. Z kolei dla osób starszych są czymś nowym, związanym ze zmianą. Wiek człowieka stanowi jego właściwość podmiotową, która jest osią procesu rozwojowego. W ludzkim życiu wyróżnić można cztery wielkie ery (dzieciństwo i dorastanie, wczesna, średnia i późna dorosłość), z którymi wiążą się określone zadania rozwojowe (Pietraśński, 1992, s. 70). Czwarta, ostatnia z tych er, to okres późnej dorosłości, przypadający na okres życia po 65 roku. W tym okresie człowiek staje w obliczu następujących zadań:

1. Podjęcie nowych ról i zajęć, związanych z przejściem na emeryturę.
2. Włączenie się do grupy rówieśników.
3. Utrzymanie zainteresowań światem.
4. Przygotowanie się do straty osób bliskich.
5. Wypracowanie dojrzałej postawy wobec śmierci (Przyszczykowski, 1995, s. 172).

Wszystkie przywołane zadania stanowią poważne wyzwanie dla człowieka, którego zasoby sił życiowych coraz bardziej maleją, zmniejsza się też zazwyczaj sprawczość związana z wyłączeniem się z aktywnego życia zawodowego i z udziału w kręgach decyzyjnych. Z wiekiem biologicznym wiąże się też zazwyczaj pogłębianie dystansu do najnowszych technologii, które znacząco rzutują na funkcjonowanie ludzi, także na ich codzienność i bieżące rozwiązywanie problemów. W okresie ostatniego ćwierćwiecza dotyczy to w szczególności technologii cyfrowych, które dla wielu ludzi starszych są zupełnie nowe, a co za tym idzie wiążą się z niepokojem i niechęcią. Wymagają bowiem zmiany dotychczasowego życia, przyzwyczajień, tradycji, a ta zazwyczaj najczęściej kojarzona jest ze zburzeniem znanego świata, w którym człowiek czuje się względnie bezpieczny.

Zadania rozwojowe są ze sobą powiązane. Oczywiście sposoby ich realizacji wynikają z kapitału wyniesionego z poprzedniej ery. Przejście na emeryturę, które ma kluczowe znaczenie dla dalszego życia, może mieć różne oblicza. Może być więc długo oczekiwane, ale też może być postrzegane jako coś zagrażającego, trudnego, jako zła konieczność. Niezależnie jednak od tego, aktywność własna wymaga na etapie transgresji – praca zawodowa – życie na emeryturze radykalnych zmian. Pojawia się nowa sytuacja życiowa, w której praca zawodowa nie wymusza już dotychczasowych, często utrwalanych przez wiele lat zachowań. Zagroženiem staje się bierność, bowiem emeryt „nic nie musi”, wręcz

przeciwnie – ma prawo do „odpoczynku” po wieloletniej pracy. Pojawia się więc sposób życia, który wyraża koncepcja „bujanego fotela” – ja już się tylko przyglądam temu co dzieje się wokół mnie, na nic nie mam wpływu i nie chcę mieć. Ja w życiu już się napracowałem.

Postęp cywilizacyjny i techniczny wyznaczają ogólne ramy, w których przebiega ludzkie życie. Rzutuje na warunki życiowe, jak i na sposób uczestniczenia w procesie pracy zawodowej jak i w życiu bieżącym poza nią. Technika stanowi oręż człowieka w jego dążeniu do zaspokajania potrzeb w każdej ze sfer. W połowie dwudziestego wieku rozpoczął się intensywny rozwój techniki komputerowej. Komputer określany niekiedy jako mózg elektronowy miał służyć wzmocnieniu możliwości umysłu, tak jak urządzenia mechaniczne wzmacniały możliwości fizyczne człowieka. Postęp w technice komputerowej przebiega szczególnie szybko, lawinowo. Kolejne generacje komputerów stwarzają ogromne możliwości we wszystkich dziedzinach życia. Trudno dzisiaj byłoby wyobrazić sobie naukę, pracę, edukację, służbę zdrowia, bezpieczeństwo bez wsparcia ze strony techniki komputerowej. Szczególną rolę komputery odgrywają w systemie komunikowania społecznego. Młodemu pokoleniu komputery i inne urządzenia mikroelektroniki i techniki cyfrowej od początku towarzyszą w codziennym życiu, od lat szkoła przygotowuje do korzystania z nich. Są więc z nimi oswojone, a sprawność motoryczna i brak zahamowań wynikających z pogłębionej refleksyjności, często towarzyszą osobom starszym sprawiają, że operowanie urządzeniami technicznymi nowych generacji opanowują bardzo szybko. W zupełnie innej sytuacji są osoby starsze. Dla nich współczesna technika przesycona elektroniką jest obca i niepokojąca.

Seniorzy w świetle nowych technologii mogą czuć się zagubieni, może towarzyszyć im lęk związany z tym, że „każdy człowiek, zwłaszcza gdy ma za sobą młodość wywołuje lęk spowodowany perspektywą zmiany dotychczasowego znanego, oswojonego stanu. Na ogół bowiem każdy w mniejszym lub większym stopniu odczuwa niepokój przed nieznanym, boi się, że to nieznanie przyniesie negatywną zmianę w jego dotychczasowym życiu” (Kargul, 2005, s. 28). Ta obawa rodzi opór wobec wszelkich zmian, a jak podkreślają psychologowie – im człowiek starszy, tym opór większy”. Współczesne urządzenia elektroniczne, szczególnie informatyczne są delikatne, wymagają intuicji i odwagi w posługiwaniu się nimi. Ludzie starsi dążą do kierowania się w posługiwaniu się techniką racjonalnością.

Konieczność wykorzystywania nowych technik elektronicznych może stanowić barierę w utrudniającej powroty do aktywności zawodowej, jak też ograniczenia w jej wykonywaniu.

4. Zakończenie

Późna dorosłość jest okresem w życiu, w którym człowiek ma do spełnienia szereg trudnych wyzwań rozwojowych. Wymagają one aktywnego trybu życia, wręcz niezbędna jest kontynuacja wcześniejszej, utrzymanie ciągłości. W takiej sytuacji schyłkowy okres średniej dorosłości powinien być wykorzystany do „nabierania tempa” na kolejną wielką erę. Można więc uznać, że ścierają się w tym okresie dwa podejścia, z których jedno wiąże się z wyhamowywaniem i dążeniem do stabilizacji, natomiast drugie z wykorzystaniem korzystnych okoliczności do dynamicznego, aktywnego życia umożliwiającego progresywne przejście do późnej dorosłości. Dotyczy to różnych obszarów i form aktywności – od pracowniczej, poprzez towarzyską, rodzinną, związaną z dbałością o stan zdrowia, realizację zainteresowań.

W tym procesie duże znaczenie odgrywa podejście do realizacji zadań rozwojowych w poprzedniej wielkiej erze życia, w szczególności praca zawodowa. Jej wykonywanie, w odróżnieniu od doświadczania bezrobocia już sprzyja późniejszej aktywności. Duże znaczenie mogą także odegrać nowe techniki elektroniczne. Pomimo, bowiem, że wywołują u osób starszych duże obawy, a ich ograniczenia związane głównie z ograniczoną sprawnością motoryczną, seniorzy podejmują próby opanowania nowoczesnych urządzeń. Największe bariery mają osoby o niższym poziomie wykształcenia, samotne. Są to też osoby doświadczające marginalizacji społecznej z innych powodów (zamieszkiwanie na prowincji, doświadczanie ubóstwa i niepełnosprawności, uwikłane w różne formy patologii społecznej głównie uzależnienia od alkoholu). Oni wymagają wsparcia i umotywowania, którego często im brakuje. Włączenie seniorów do grona użytkowników nowych technik jest bowiem sposobem na inkluzję społeczną wspartą nowoczesną techniką, w odróżnieniu do osób, starszych, które z różnych powodów nie posiłkują się nowymi urządzeniami elektronicznymi. Nie stosowanie tych urządzeń znacznie ogranicza możliwości ludzi, a osób starszych w szczególności.

Aktywność na etapie późnej dorosłości jest zdeterminowana wcześniejszą dynamiką jednostki, szczególnie związanej z pracą zawodową. W związku z tym konieczne jest wcześniejsze przygotowywanie się do życia na emeryturze poprzez gromadzenie zasobów tej aktywności sprzyjających. Redukowanie aktywności w końcowym okresie średniej dorosłości i w ostatnich latach pracy zawodowej poważnie zagraża w przyszłości dryfowaniem na margines życia społecznego i w konsekwencji trwałym wykluczeniem społecznym. Duże znaczenie ma posilkowanie się technikami cyfrowymi, z którymi kontakt zapewnia praca zawodowa. Są one naturalnym, stałym składnikiem każdego środowiska pracy.

STRESZCZENIE: Wykluczeniem społecznym są w szczególności zagrożeni ludzie starsi. Jest to następstwem z redukowaniem przez seniorów aktywności związanej z przejściem na emeryturę. Dodatkowe zagrożenie wykluczeniem społecznym jest spowodowane ograniczeniami w zakresie posługiwania się technikami informatycznymi. Seniorzy po przejściu na emeryturę mają ograniczone możliwości edukacji informatycznej i przygotowania do życia w świecie nasyconym urządzeniami technicznymi. Aktywność życiowa po zakończeniu pracy zawodowej jest konsekwencją wcześniejszej aktywności zawodowej. Jednym z jej komponentów jest posługiwanie się technikami informatycznymi, co jest ważnym warunkiem aktywnego życia po przejściu na emeryturę.

SŁOWA KLUCZOWE: aktywność własna, senior, marginalizacja społeczna, wykluczenie cyfrowe, emerytura

ABSTRACT: In particular, vulnerable older people are social exclusion. This is a consequence of the reduction of activity related to retirement by seniors. The additional threat of social exclusion is caused by limitations in the use of IT techniques. Seniors after retirement have limited IT education and preparation for life in a world saturated with technical devices. Life activity after finishing work is a consequence of previous professional activity. One of its components is the use of IT techniques, which is an important condition for an active life after retirement.

KEYWORDS: self-activity, senior, social marginalization, digital exclusion, pension

Bibliografia

- Birch, A., & Malim, T. (2002). *Psychologia rozwojowa w zarysie. Od niemowlęctwa do dorosłości* (J. Łuczyński & M. Olejnik, Tłum.). Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Brzezińska, A. (2002). Dorosłość – szanse i zagrożenia dla rozwoju. W A. Brzezińska, K. Appelt, & J. Wojciechowska (Red.), *Szanse i zagrożenia rozwoju w okresie dorosłości*. Poznań: Wydawnictwo Fundacji Humaniora.
- Bühler, C. (1999). *Bieg życia ludzkiego*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Chabior, A. (1995). Rozumienie starości i jej akceptacja: Stan badań. *Studia Pedagogiczne. Problemy Społeczne, Edukacyjne i Artystyczne*, (10), 123–133.
- Drucker, P.F. (2010). *Zarządzanie XXI wieku – Wyzwania* (L. Śliwa & A. Śliwa, Tłum.). Rzym: New Media S.r.l. Aliberti editore.
- Furmanek, W. (2010). *Edukacja a przemiany cywilizacyjne*. Rzeszów: Wydawnictwo Oświatowe Fosze.
- Kargul, J. (2005). *Obszary pozaformalnej i nieformalnej edukacji dorosłych. Przesłanki do budowy teorii edukacji całożyciowej*. Wrocław: Wydawnictwo Naukowe Dolnośląskiej Szkoły Wyższej Edukacji TWP.

- Krzysztofek, K., & Szczepański, M.S. (2002). *Zrozumieć rozwój. Od społeczeństw tradycyjnych do informacyjnych*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego.
- Oleś, P. (2011). *Psychologia człowieka dorosłego. Ciągłość – zmiana – integracja*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Pietrasieński, Z. (1990). *Rozwój człowieka dorosłego*. Warszawa: Wiedza Powszechna.
- Pietrasieński, Z. (1992). Rozwój ludzi dorosłych. W T. Wujek (Red.), *Wprowadzenie do pedagogiki dorosłych. Praca zbiorowa*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Pikuła, N. (2013). *Senior w przestrzeni społecznej*. Warszawa: Wydawnictwo Borgis.
- Przyszczykowski, K. (1995). Dorosły wobec edukacji. W K. Przyszczykowski & E. Solarczyk-Ambrozik (Red.), *Zmiana społeczna a kompetencje edukacyjne dorosłych*. Koszalin: Miscellanea.
- Rifkin, J. (2012). *Trzecia rewolucja przemysłowa. Jak lateralny model władzy inspirowane całe pokolenie i zmienia oblicze świata* (A. Olesiejuk & K. Różycka, Tłum.). Katowice: Wydawnictwo Sonia Draga.
- Straś-Romanowska, M. (2017). Późna dorosłość. W J. Trempała, M. Kielar-Turka, A. Niemczyński, & M. Czerwińska-Jasiewicz (Red.), *Psychologia rozwoju człowieka: Podręcznik akademicki*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Wiatrowski, Z. (2005). *Podstawy pedagogiki pracy*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Akademii Bydgoskiej im. Kazimierza Wielkiego.