

Wykorzystywanie czasu przez osoby starsze w Polsce

Piotr Szukalski

Zakład Demografii UŁ

Adres do korespondencji:

Zakład Demografii
Uniwersytetu Łódzkiego
ul. Rewolucji 1905 r. 41
90-214 Łódź

Przebieg życia ludzkiego nierozzerwalnie związany jest z upływem czasu. Każda ludzka jednostka realizuje się w jakimś konkretnym czasie; jej specyfika rozwoju i styl bycia przejawia się najpełniej w wykorzystaniu czasu – zbiorze pewnych czynności, które podejmuje i wykonuje. Założyć można, że istnieje pewna specyfika wykorzystywania czasu związana z fazami życia, przez jakie przechodzi jednostka. Wspomniane fazy życia najprościej powiązać można z wiekiem danej jednostki. W dalszej części spróbujemy przedstawić obraz aktywności życiowej osób starych, za podstawę przyjmując ilość czasu, jaką interesująca nas grupa wiekowa poświęca na wykonywane przez siebie czynności.

Znajomość budżetów czasu przez osoby zajmujące się zawodowo problemami zdrowotnymi osób starszych jest jak najbardziej wskazana, można bowiem zbudować wyraźną sekwencję pojęć prowadzących bezpośrednio od zdrowia do budżetu czasu. Zgodnie z koncepcją pól zdrowia, decydujący wpływ na zdrowie wywierają czynniki behawioralne, informujące nas o zachowaniach danej jednostki. Wspomniane zachowania przejawiają się w wykonywaniu pewnych czynności, te ostatnie zaś mogą być badane w aspekcie ilości czasu, jaki się na nie poświęca. Ostatecznie dochodzimy do wniosku, że badanie wykorzystywania czasu przez daną grupę osób w rzeczywistości dostarcza cennych informacji odnośnie do częstotliwości pojawiania się i czasu trwania wybranych zachowań.

W naszym opisie opierać się będziemy na badaniach budżetu czasu ludności Polski przeprowadzonych przez Główny Urząd Statystyczny w październiku 1996 r. [GUS, 1998]. Badania wykorzystania czasu przez polskie społeczeństwo prowadzone były przez GUS już wcześniej: w roku 1976 i 1984. Najnowsze różnią się od poprzednich kilkoma ważnymi elementami. Po pierwsze, przebadano jedynie 1000 gospodarstw domowych zamieszkałych przez 2484 osoby w wybranym wieku, co stanowi jedynie dziesiątą część wcześniej badanej populacji. Po drugie, badano jednostki w wieku 10 lat i więcej, podczas gdy wcześniejsze eksploracje dotyczyły jedynie czasu osób dorosłych

(18 lat i więcej). Po trzecie w wytypowanych gospodarstwach domowych zbierano informacje na temat wykorzystania czasu w jeden dzień powszedni oraz jeden świąteczny (sobota, niedziela) w październiku (co oczywiście wpływa na wyniki badania, przykładowo pomniejsza bowiem lub całkowicie eliminuje wszelkie rodzaje aktywności związane np. z uprawą działek czy roli). Po czwarte, zastosowano formularz zgodny z wymaganiami Eurostatu, a zatem pozwalający na przeprowadzanie dalszych porównań wykorzystania czasu z innymi krajami. W efekcie otrzymano wyniki, które – choć reprezentatywne dla społeczeństwa jako całości – nie są reprezentatywne dla, wydzielonych w jego ramach grup.

Pośród analizowanej zbiorowości interesować nas będą osoby umieszczone przez organizatorów badania w dwóch grupach wieku: 55–64 lat (ok. 13% populacji) oraz 65 lat i więcej (ok. 12%). Pomimo tego, iż w każdej z grup znajdowało się łącznie jedynie po ok. 300 osób (w związku z czym wyniki mogą być obciążone sporym błędem), wydaje się, że wyniki badania GUS warte są upowszechnienia. Chociaż bowiem dokładna znajomość sposobu spędzania czasu pozwala na pełniejsze rozeznanie zarówno potrzeb, jak i możliwości dotarcia do tych osób, w Polsce prowadzono niewiele ogólnokrajowych badań tego typu.

Tytułem wyjaśnienia, niezbędnego dla pełnego zrozumienia prezentowanych dalej danych, dodać należy, że w dalszej części operować będziemy danymi dwójakiego rodzaju. Oryginalna publikacja GUS przedstawia rezultaty badania budżetów czasu, posługując się trzema miernikami: średnim czasem trwania czynności w godzinach i minutach na jedną osobę biorącą udział w badaniu, średnim czasem wykonywania danej czynności w godzinach i minutach na jedną osobę wykonującą daną czynność oraz częstotliwością wykonywania czynności (czyli udziałem osób wykonujących daną czynność). Oczywiście, pierwszy miernik jest jedynie iloczynem dwóch pozostałych i w rzeczywistości ma dość ograniczoną wartość analityczną, zniekształcony jest bowiem przez osoby niewykonyjące danej czynności, dlatego ograniczy-

my się do mierników odnoszących się do osób aktywnych w danej dziedzinie.

Departament Warunków Życia GUS – inicjator i organizator badania – wyodrębnił 10 grup czynności, każdą podzieloną na kilka podgrup. W ramach każdej z nich zebrano od kilkunastu do dwudziestu kilku czynności szczegółowych, dość szeroko zdefiniowanych (np. grupa: życie towarzyskie i rozrywki, podgrupa: kontakty towarzyskie, czynność szczegółowa: rozmowy telefoniczne). W dalszym ciągu przyjrzymy się jedynie wykorzystaniu czasu w rozbiciu na 10 podstawowych grup, wzmiankując, dokładniejsze informacje z przeprowadzonego badania wtedy, gdy zajdzie taka potrzeba.

Pośród kilku cech społeczno-demograficznych, uznanych za zmienne determinujące rozkład budżetów czasu użytych w badaniu, takich jak: płeć, wiek, wykształcenie, stan cywilny, typ biologiczny gospodarstwa domowego, grupa społeczno-ekonomiczna, do której przynależy gospodarstwo domowe, źródło utrzymania i miejsce zamieszkania, interesować nas będą rezultaty otrzymane w powiązaniu z jedną zmienną – wiekiem. Owa determinanta dostarcza bowiem po pierwsze informacji o jednostkach, podczas gdy znaczna część wymienionych cech społeczno-demograficznych odnosi się do gospodarstw domowych (zespołu jednostek różnych pod względem zmiennych demograficznych, lecz zamieszkujących razem), po drugie zaś pozwala najpełniej wyodrębnić interesującą nas populację – zbiorowość osób starszych. Jednocześnie ze względu na fakt przyjmowania w Polsce dwóch punktów początkowych starości (60. i 65. rż.) oraz w celu ukazania zmian, jakie zachodzą w korzystaniu z czasu wraz z poddawaniem się procesowi jednostkowego starzenia, przedstawimy budżety czasu osób w wieku 55–64 lat oraz 65 lat i więcej. W celach porównawczych w tabelach umieścimy również informacje odnoszące się do przeciętnych wartości badanych zmiennych w całej analizowanej populacji.

Zgodnie z przedstawionymi powyżej uwagami przedstawimy dane informujące o częstotliwości wykonywania przez osoby starsze czynności należących do 10 kluczowych grup (tab. 1.).

Prawie wszyscy badani poświęcali swój czas na zaspokajanie potrzeb biologicznych; największe różnice w interesujących nas grupach wiekowych dotyczyły mycia i ubierania się. W tym ostatnim przypadku wspomniane czynności wyko-

Tab. 1. Częstotliwość wykonywania danej czynności (% osób wykonujących daną czynność) przez osoby stare

	grupa wieku		
	ogółem	55–64	65 i więcej
potrzeby fizjologiczne	99,6	99,8	99,8
praca zawodowa	35,9	29,4	18,5
nauka	19,0	0,2	0,3
zajęcia i prace domowe	88,4	94,8	90,2
działalność w organizacjach świeckich i religijnych	25,4	36,5	41,4
życie towarzyskie i rozrywki	66,8	71,1	81,1
udział w sporcie i rekreacji	26,2	27,7	32,3
zamiłowanie osobiste i gry	9,3	5,3	4,0
korzystanie ze środków masowego przekazu	92,5	93,4	92,1
dojazdy, dojsčia i inne nie wymienione wyżej czynności	86,8	85,7	72,4
źródło: GUS 1998:38			

nywało 99,5% osób z grupy młodszej oraz 98,1% ze starszej. Interesujące są dane dotyczące wpływu wieku na prawdopodobieństwo spędzania czasu w łóżku z powodu choroby (tab. 2.).

Potwierdza się zależność pomiędzy zaawansowaniem w wieku a koniecznością wypoczynku „na leżać”, spowodowaną chorobami. W przypadku najstarszych badanych prawdopodobieństwo przymusowego spędzania czasu w łóżku jest kilkunastokrotnie większe niż w wieku 20–40 lat, choć poczynić w tym miejscu należy zastrzeżenie dotyczące wpływu terminu badania na otrzymane wyniki (niekorzystna październikowa pogoda, powodująca zakatarzenia leczone przez aktywnych zawodowo „pigułką”, zaś przez osoby starsze, dysponujące wolnym czasem, metodami tradycyjnym).

Stosunkowo niska aktywność zawodowa w obydwu grupach również potwierdza przypuszczenia o swym malejącym znaczeniu wraz z stawianiem się coraz starszym. Wydaje się wręcz, że 18,5% ak-

tywność zawodowa osób najstarszych świadczy o wysokim w porównaniu z innymi krajami poziomie zatrudnienia osób starszych [Weber i in., 1997]. Poziom ów wynika w znacznym stopniu ze struktury zatrudnienia polskiej gospodarki, w której 27,7% zatrudnionych związanych jest z rolnictwem, aktywność zawodowa osób starszych na wsi pozostaje bowiem relatywnie wysoka [GUS, 1997, str. 24].

Kolejną grupą ujętą w badaniu są czynności związane z nauką. W tym przypadku jedynie nieliczne jednostki (domniemywać można, że pojedyncze w badanej próbie) podejmują starania uzupełnienia swego wykształcenia bądź podniesienia kwalifikacji zawodowych.

Prace domowe, czyli czynności związane z przygotowaniem posiłków, utrzymaniem porządku i odzieży, korzystaniem z nabywanych usług, opieka nad dziećmi (w tym pomoc w nauce dzieciom) itp., to aktywność podejmowana przez zdecydowaną większość osób starszych. Młodsza z wybranych grup osiąga maksimum częstotli-

Tab. 2. Wiek a częstotliwość leżenia w łóżku z powodu choroby (w %) i czas spędzany w łóżku z powodu choroby (godziny i minuty)

	grupy wieku						
	10–17	18–24	25–34	35–44	45–54	55–64	65+
częstotliwość	1,1	0,6	0,4	0,4	0,7	0,9	5,4
czas trwania	4,03	7,27	3,47	4,53	9,30	4,57	5,20
źródło: GUS 1998:110–111							

wości wykonywania prac domowych; niewiele rzadziej wykonują je osoby starsze, które nie zawsze są w stanie tego dokonać ze względu na stan zdrowia.

Wraz z wiekiem wzrasta również częstotliwość działalności w organizacjach świeckich i religijnych, aczkolwiek konstatacja ta nie pozwala na sformułowanie tezy o wzrastającym poziomie kapitału społecznego u osób starszych. Odnotowany wzrost wynika bowiem przede wszystkim z podnoszenia się udziału osób podejmujących praktyki religijne. W tym przypadku omawiana tendencja ma, praktycznie rzecz biorąc, charakter liniowy.

W grupie „życie towarzyskie i rozrywki” w interesujących nas grupach wieku ponownie stwierdzamy wartości maksymalne. Przyczyną tych wysokich prawdopodobieństw podejmowania czynności wchodzących w skład omawianej grupy są wysokie częstotliwości podejmowania kontaktów towarzyskich oraz przede wszystkim bardzo wysoka częstotliwość wyboru odpoczynku biernego (45,4% w grupie 55–64 lat, 60,8% w grupie 65 lat i więcej przy średnim poziomie 24,6%). Jednocześnie znikoma część osób starszych (odpowiednio: 2,2% i 0,8%) poświęca czas na rozrywkę i kulturę identyfikowaną w badaniu z kinem, teatrem, koncertami, wystawami czy zawodami sportowymi. Wytlumaczenia takiego stanu rzeczy należy poszukiwać w relatywnie niższym poziomie wykształcenia osób starszych, niewystarczających zasobach finansowych, braku przyzwyczajenia czy choćby odczuwanych potrzeb oraz trudności osób starszych, zwłaszcza mieszkających z dala od większych ośrodków, z pokonaniem przestrzeni fizycznej oddzielającej ich od centrów „kultury wyższej”.

Powyższej interpretacji danych przeczą do pewnego stopnia informacje dotyczące udziału w sporcie i rekreacji. Najstarsze grupy wiekowe znacznie częściej wykonują czynności wchodzące w skład omawianej grupy niż osoby w średnim wieku, ustępując jedynie osobom w wieku do 24 lat. Częściowym wyjaśnieniem tej rozbieżności oczekiwać i rzeczywistości jest włączenie w skład tej grupy czynności zbieractwa, które – jeśli idzie o grzyby – jest zajęciem popularnym wśród osób starszych.

Osoby starsze są natomiast najmniej aktywne, jeśli idzie o pielęgnowanie zamiłowań osobistych i *hobbies*, i to niezależnie od rodzaju owych zamiłowań. Być może, patrząc z perspektywy czasowej, koncentrowanie się na realizacji osobistych

zainteresowań wydaje się niepotrzebne czy wręcz szkodliwe; być może następuje zmiana zainteresowań, przyczyniająca się do zmiany hierarchii ważności czynności. W tym miejscu można przytoczyć tytułem ilustracji następującą anegdotę – przypowieść przypisywaną starożytnym: młodzi ludzie pragną jedynie zaspokoić żądze ciała, stąd też ten typ nazwać można *homo eroticus*, nieco starsi uważają, że najważniejsza w życiu jest władza – *homo politicus*, czterdziestolatkiem uznają hegemonię czynników ekonomicznych – *homo economicus*, dopiero na starość człowiek doznaje prawdziwej mądrości i uznaje, że najważniejsze to dogodzić swemu podniebieniu – *homo gastronomicus* [Krawczuk, 1987].

Całkowicie odmiennie przedstawia się sytuacja w grupie czynności zatytułowanych „korzystanie ze środków masowego przekazu”, a obejmującej korzystanie z takich dóbr kultury, jak prasa, literatura, sztuki wizualne, audycje radiowe i muzyka (patrz: tab. 3.)

Aktywność osób starszych w dziedzinie korzystania ze środków masowego przekazu kształtuje się na wysokim poziomie. Powyższa uwaga dotyczy przede wszystkim korzystania z radia, poświęcania czasu na słuchanie muzyki i czytelnictwo. W przypadku czytelnictwa o wysokiej pozycji osób starszych decyduje czytelnictwo gazet codziennych, tygodników i miesięczników, czytelnictwo książek nie odbiega bowiem od odnotowanego w innych grupach wiekowych. Uzupełnieniem, które warto w tym miejscu zrobić, jest jednocześnie podanie czasu poświęcanego na środki masowego przekazu. Jak wynika z danych z tabeli 3., we wszystkich trzech badanych podgrupach czyn-

ności osoby stare poświęcają najwięcej czasu na wyodrębnione aktywności kulturalne. Sytuacja taka na pierwszy rzut oka cieszy, świadczy bowiem o ciekawości świata i braku zasklepienia się w skupie własnych problemów, niepokojąco brzmią jednak dane mówiące o tym, iż osoby starsze *en ses masse* (dotyczy to 91,5% młodszej grupy i 88,6% starszej) tracą na bierny odpoczynek przy odbiorniku telewizyjnym ok. 3 godzin.

Ostatnia z wyodrębnionych grup czynności: „dojazdy, dojścia i inne”, wskazywana była przez młodszy z wiekiem odłam ludności. Wytlumaczenia należy szukać w rosnących trudnościach motorycznych osób starych oraz pojawiającym się w starszym wieku braku potrzeby oddalania się od własnego domostwa.

Drugą grupą informacji zaczerpniętą z przedstawianego badania GUS są dane dotyczące czasu trwania wyodrębnionych czynności w przeliczeniu na jedną osobę wykonującą daną czynność. Owe dane zebrano w tabeli 4.

Czynności związane z zaspokajaniem potrzeb fizjologicznych to grupa pochłaniania najwięcej czasu, niezależnie od wieku. Osoby w interesującym nas wieku poświęcają zdecydowanie najwięcej czasu na sen, spożywanie posiłków, mycie się i ubieranie. W przypadku snu osobom w wieku ≤65 lat zabiera on półtorej godziny więcej niż trzydziestolatkom. Najbardziej wyrazista tendencja łącząca przyrost czasu trwania czynności z wiekiem dotyczy jedzenia i picia. Zabierają one osobom starszym 1 godzinę 26 minut (grupa młodsza) i 1 godzinę 32 minuty (grupa starsza), tj. 15–20 minut więcej niż osobom 10–24-letnim.

Tab. 3. Wiek a średni czas korzystania ze środków masowego przekazu (w godzinach i minutach) oraz częstotliwość korzystania ze środków masowego przekazu

	grupy wiekowe						
	10–17	18–24	25–34	35–44	45–54	55–64	65+
częstotliwość							
czytanie	26,7	36,0	32,8	39,1	39,7	46,1	44,8
telewizja i wideo	90,1	86,7	89,4	89,3	92,4	91,5	88,6
radio i muzyka	15,6	14,7	5,8	4,1	5,7	8,2	15,7
średni czas trwania							
czytanie	0,56	1,02	0,53	0,51	0,51	1,03	1,05
telewizja i wideo	2,26	2,35	2,26	2,46	2,35	2,47	3,03
radio i muzyka	0,51	0,46	0,37	0,40	0,44	0,39	1,02
źródło: GUS 1998:110–111							

Tab. 4. Średni czas trwania czynności w minutach i godzinach na 1 osobę wykonującą daną czynność

	grupa wieku		
	ogółem	55-64	65 i więcej
potrzeby fizjologiczne	11,01	11,15	12,07
praca zawodowa	6,50	5,37	4,12
nauka	5,07	1,30	0,35
zajęcia i prace domowe	3,55	4,51	4,28
działalność w organizacjach świeckich i religijnych	1,13	1,13	1,20
życie towarzyskie i rozrywki	1,50	1,47	2,03
udział w sporcie i rekreacji	1,40	1,47	1,29
zamiłowanie osobiste i gry	1,18	1,16	1,14
korzystanie ze środków masowego przekazu	3,03	3,18	3,38
dojazdy, dojsia i inne nie wymienione wyżej czynności	1,24	1,22	1,19
źródło: GUS 1998:37			

Sytuacja w przypadku dwóch kolejnych grup: pracy zawodowej i nauki, jest zgodna z oczekiwaniami: należy spodziewać się zmniejszania się czasu wykonywania tychże czynności. Starsze osoby mające wypracowane uprawnienia do świadczeń emerytalnych zgodnie z polskim prawem pracy mogą bowiem dorobić sobie bez utraty świadczenia jedynie do pewnej wysokości, niższej niż płaca otrzymywana za pełny etat. Zmniejsza się również skłonność i gotowość do podejmowania pracy czy nauki. W tym ostatnim przypadku dezaktywacja zawodowa oznacza zanik konieczności odbywania kursów i szkoleń podnoszących kwalifikacje. Podkreślić należy, iż brakuje podstaw do stwierdzenia, że sam wiek jest determinantą uniemożliwiającą wykonywanie pracy lub pobieranie nauki [Klonowicz, 1978], a zatem rzeczywisty stan rzeczy jest jedynie odzwierciedleniem społecznych przekonań odnośnie do ról przypisanym osobom starszym.

Osoby starsze dużo czasu poświęcają na zajęcia i prace domowe. W ich ramach szczególnie dużo czasu zajmuje obróbka żywności oraz utrzymanie sprzętu gospodarstwa domowego. Osobną grupą czynności są czynności „ekstrawertyczne”, zarówno nakierowane na innych: wnuki (opieka nad dziećmi), współmałżonków (opieka nad dorosłymi), jak i poświęcane na opiekę nad zwierzętami domowymi i pielęgnowanie roślin. Różnie zwłaszcza wraz z wiekiem udział osób udzielających opieki domowym

zwierzętom (do 15,5%) i roślinom (11,1%), choć równie często osoby starsze zajmują się dziećmi.

W dwóch kolejnych grupach czynności zebrano działalność w organizacjach świeckich i religijnych oraz życie towarzyskie i rozrywki. Jeśli idzie o pierwszą grupę to czas poświęcany na nią wypełniają w całości praktyki religijne, zajmujące średnio około 1 godziny i 10 minut. Świadczy to o tym, że spory odłam osób starych, dla których religia odgrywa znaczącą rolę, składa się w znacznej części z codziennych uczestników nabożeństw.

Wraz z wiekiem maleje natomiast ilość czasu poświęcana przez osoby oddające się tego typu aktywności na sport, rekreację oraz gry i zamiłowania osobiste. O ile zmniejszający się czas trwania czynności związanych z wydatkowaniem sportowych zasobów energii i sił jest zrozumiały, o tyle zastanawia skracanie się czasu, w którym osoby starsze oddać się mogą swym „konikom”. Prawdopodobnie spowodowane jest to w znacznej mierze stanem zdrowia, uniemożliwiającym często realizację ulubionych czynności bądź ograniczających ich trwanie.

Zmniejsza się również – choć nieznacznie – czas poświęcany na dojazdy, dojsia i inne niewymienione czynności, co – jak już wcześniej wspomniano – powiązać należy (podobnie jak czynności wymienione w poprzednich grupach) z pogarszającym się stanem zdrowia i trudnościami motorycznymi.

Kończąc to krótkie z konieczności przedstawienie wycinka badań budżetu czasu dotyczącego osób starszych, wspomnieć jedynie w kilku zdaniach chciałbym o najważniejszych różnicach, jakie wystąpiły pomiędzy rokiem 1984, kiedy przeprowadzono ostatnie ogólnopolskie badanie wykorzystania czasu, a badaniem z roku 1996.

Najwyraźniejsze różnice dotyczą czasu związanego z wykonywaniem pracy zawodowej. Czas ten oczywiście uległ skróceniu o około 40 minut. Badani więcej czasu poświęcali na takie potrzeby fizjologiczne, jak spożywanie posiłków, a zwłaszcza higiena osobista. Znacząco (o połowę) skrócił się czas przeznaczony na dokonywanie zakupów. Wzrósł natomiast czas poświęcany na praktyki religijne oraz oglądanie telewizji. Ta ostatnia forma aktywności kulturalnej zyskiwała kosztem ograniczania czasu służącego wcześniej na pozostałe zapoznanie się z innymi środkami masowego przekazu i dobrami tzw. kultury wyższej.

Rezultaty badań nad wykorzystywaniem czasu przez Polaków dostarczają wielu cennych informacji, w oparciu o które można próbować wypowiadać się na temat stylu życia naszych rodaków. Znajomość zaś stylu życia, zwłaszcza tych jego elementów, które uznaje się powszechnie za szkodliwe dla stanu zdrowia, służyć może jako baza dla rozwijania strategii promocji zachowań zdrowotnych. Patrząc z tego punktu, należy wyrazić nadzieję, że te niezwykle interesujące – choć jedynie pilotowe – badania zostaną zgodnie z zapowiedziami Głównego Urzędu Statystycznego powtórzone w niedalekiej przyszłości na daleko liczniejszej próbie, co zmniejszy możliwy błąd otrzymanych wyników, a tym samym zwiększy ich zgodność z rzeczywistością.

Piśmiennictwo

1. GUS (GUS): *Rocznik statystyczny pracy 1997*. Warszawa 1997.
2. GUS (GUS): *Budżet czasu ludności 1996*. Warszawa 1998.
3. Klonowicz S.: *Wiek a zdolność do pracy*. KiW, Warszawa 1978.
4. Krawczuk A.: *Starożytność daleka i bliska. WRiT*, Warszawa 1987.
5. Weber T., Whitting G., Sidaway J., Moore J.: *Employment policies and practices toward older workers: France, Germany, Spain and Sweden*, "Labour Market Trends", April 1997.