

# Uniwersytety Trzeciego Wieku szansą na pomyślną starość. Aktywność akademicka seniorów a jakość życia.

Agnieszka Bielińska

Badanie przeprowadzone w ramach przygotowywania rozprawy doktorskiej w Zakładzie Badań nad Jakością Życia, Katedra Psychologii, Gdański Uniwersytet Medyczny

W czasach postępu medycyny i zwiększającego się udziału seniorów w populacji zasadne wydaje się pytanie nie tylko o długość, ale również o jakość życia. Koncepcja aktywności zakłada, że istnieje związek pomiędzy stopniem aktywności seniora a jakością życia w okresie emerytury. Bardzo popularną formą aktywizacji seniorów jest działalność Uniwersytetów Trzeciego Wieku, które nie tylko edukują seniorów, ale również dają im możliwość nawiązania nowych kontaktów i angażowania się w lokalne inicjatywy. Wpisują się więc w model aktywnego starzenia się, dając emerytom szansę na tzw. pomyślną starość.

## Badana grupa i metoda

- Badanie przeprowadzono w Bydgoszczy wśród emerytowanych mieszkańców miasta. Wzięło w nim udział 105 słuchaczy Kazimierzowskiego Uniwersytetu Trzeciego Wieku w Bydgoszczy oraz 183 osoby niepodlegające tej formie aktywności, których dobrano metodą kuli śnieżnej.
- Prawie połowa seniorów (42,9%) aktywnych akademicko posiadała wyższe wykształcenie, natomiast w drugiej grupie było to 19,7%. Wykształcenie zawodowe miało 4,8% słuchaczy KUTW i 26,7% pozostałych emerytów. Osób, które skończyły edukację na szkole podstawowej wśród słuchaczy KUTW nie było, a wśród pozostałych seniorów było ich 13,7%.
- W grupie nieaktywnej akademicko 48,6% w okresie aktywności zawodowej wykonywało pracę umysłową, natomiast wśród słuchaczy KUTW aż 83,8% to tzw. białe kołnierzyki.
- W badaniu zastosowano metodę sondażu diagnostycznego (ankieta) przy użyciu kwestionariusza WHOQOL-BREF, Geriatrycznej Skali Depresji oraz kwestionariusza własnego.
- W programie IBM SPSS Statistics w wersji 24 wykonano szereg testów  $t$  Studenta dla prób niezależnych, analizy korelacji ze współczynnikiem  $r$  Pearsona, testy  $\chi^2$  kwadrat ze współczynnikiem  $\phi^2$  i  $V$  Kramera oraz jednoczynnikowe analizy wariancji w planie dla prób niezależnych.

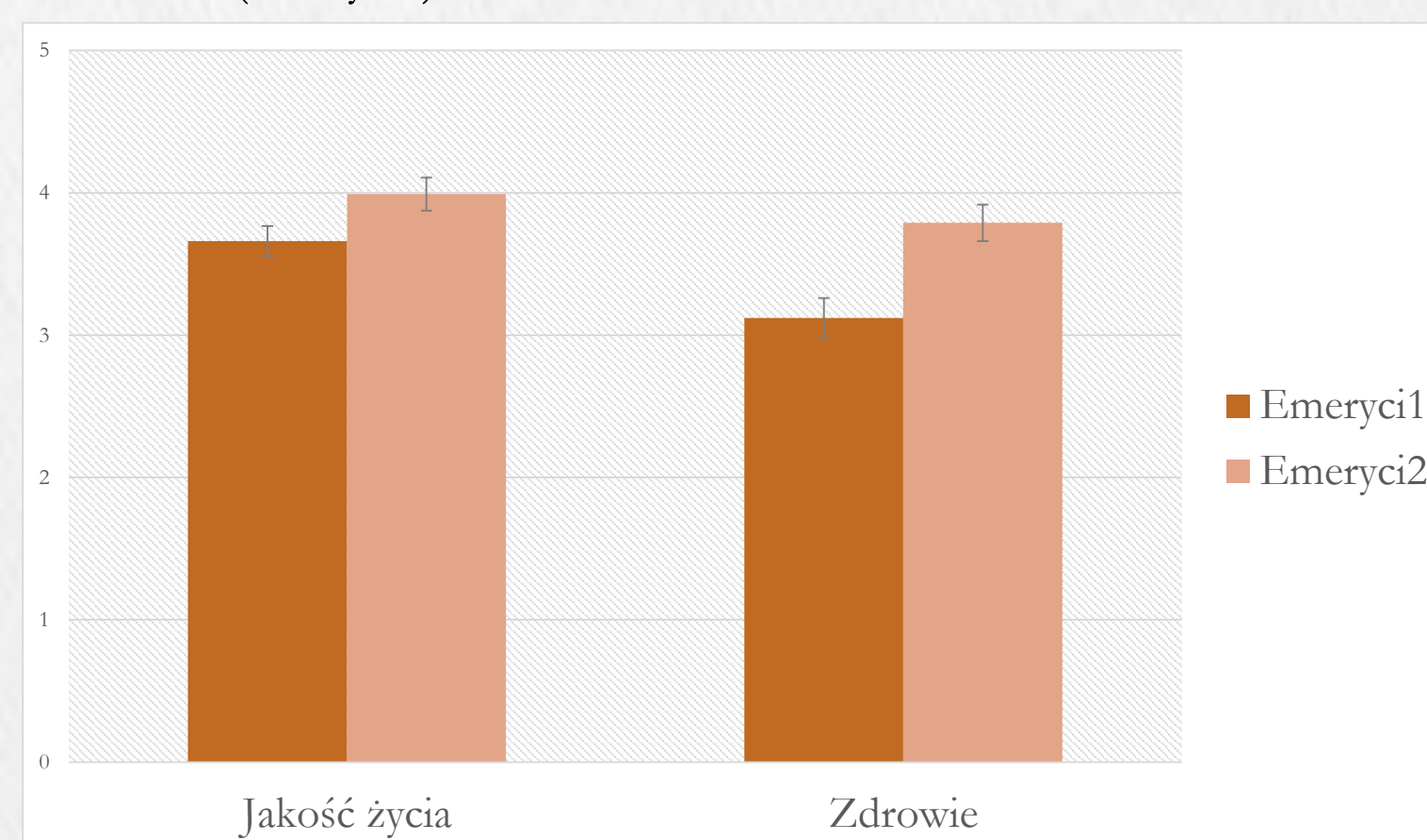
## Wyniki

- Emeryci uczęszczający na zajęcia uniwersyteckie są bardziej zadowoleni ze swojego zdrowia i jakości życia, a ponadto lepiej funkcjonują w każdej z badanych dziedzin niż osoby nieaktywne. Są bardziej sprawni fizycznie, lepiej oceniają relacje społeczne i są bardziej zadowoleni z jakości środowiska, w którym żyją.
- Seniorzy uczęszczający na zajęcia uniwersyteckie charakteryzują się mniejszą depresyjnością niż emeryci nieaktywni akademicko.

## Dyskusja

- Lepsza jakość życia w grupie słuchaczy KUTW może wynikać nie tylko z samego faktu uczestnictwa w tego typu aktywności, ale również ze zmiennych społeczno-demograficznych tej grupy (więcej osób z wyższym wykształceniem, którzy wykonywali prace umysłowe w czasie aktywności zawodowej).
- Podobny obraz struktury wykształcenia słuchaczy Uniwersytetów Trzeciego Wieku jest typowy dla całego kraju. Jak wynika z badań GUS: 49% seniorów uczęszczających na zajęcia UTW legitymuje się wykształceniem średnim, zaś 39% wyższym. Zaledwie 8% słuchaczy ma wykształcenie zawodowe, a 4% podstawowe.
- Osoby z wyższym wykształceniem cechują się wyższą jakością życia od pozostałych seniorów, co może być jedną z przyczyn takiego wyniku. Ponadto, w badanej próbie słuchacze KUTW to w większości osoby bardziej zadowolone ze swojego statusu materialnego niż emeryci nieaktywni akademicko.

Średni poziom jakości życia i zadowolenia ze zdrowia u emerytów nieaktywnych akademicko (emeryci1) i seniorów uczęszczających na UTW (emeryci2)



Procentowy rozkład odpowiedzi na pytanie o postrzeganą jakość życia

Jakość życia	Emeryci nieaktywni akademicko (%)	Emeryci uczęszczający na UTW (%)
Bardzo zła	1,1	0
Zła	3,8	0
Ani dobra ani zła	30,6	19,0
Dobra	56,8	62,9
Bardzo dobra	7,7	18,1

Średni poziom jakości życia w dziedzinach u emerytów nieaktywnych akademicko (emeryci1) i seniorów uczęszczających na UTW (emeryci2)

