

Zabezpieczenie potrzeb osób starszych

Starość jest naturalnym etapem życia człowieka i stanowi nieodłączny element ludzkiego losu. Towarzyszy ludziom od najdawniejszych czasów, jednak sposób postrzegania osób starszych zmieniał się wraz z rozwojem cywilizacji i przemianami społecznymi. W niektórych epokach starców otaczano szczególnym szacunkiem, przypisując im mądrość, doświadczenie i niemal wyjątkową pozycję w społeczności. W innych okresach ludzie starzy byli marginalizowani, traktowani jako ciężar lub osoby nieprzydatne społecznie. Stosunek do starości zależał przede wszystkim od organizacji społeczeństwa, jego struktury oraz dominujących wartości kulturowych.

W społeczeństwach pierwotnych i koczowniczych ludzie starsi pełnili często funkcję przywódców oraz strażników tradycji. To oni przekazywali wiedzę, doświadczenie i zasady życia młodszym pokoleniom. Rozwój nowoczesnych społeczeństw spowodował jednak osłabienie pozycji seniorów. Mimo że w kulturze europejskiej nadal podkreśla się potrzebę szacunku wobec starszych, coraz częściej zwraca się uwagę na negatywne aspekty starości, takie jak osłabienie organizmu, choroby, zależność od innych czy samotność.

Proces starzenia się jest zjawiskiem biologicznym, psychicznym i społecznym. Wraz z wiekiem zmniejsza się sprawność organizmu, pogarsza się kondycja fizyczna i psychiczna, a człowiek napotyka coraz więcej trudności w codziennym funkcjonowaniu. Pojawiają się problemy związane z pamięcią, koncentracją, zdolnością rozwiązywania problemów oraz ograniczeniem aktywności ruchowej. Dla wielu osób starość oznacza także konieczność pogodzenia się z utratą dotychczasowej pozycji zawodowej i społecznej.

Współczesny świat stoi przed poważnym problemem starzenia się

społeczeństw. Liczba osób starszych systematycznie wzrasta zarówno w Europie, jak i na całym świecie. Dane Organizacji Narodów Zjednoczonych wskazują, że populacja ludzi po sześćdziesiątym roku życia stale się zwiększa i w przyszłości będzie stanowiła znaczną część społeczeństwa. Proces ten dotyczy również Polski, gdzie obserwuje się niski przyrost naturalny oraz wydłużenie średniej długości życia. W konsekwencji rośnie liczba osób wymagających opieki, wsparcia oraz odpowiedniego zabezpieczenia swoich potrzeb.

Ludzie starsi bardzo często znajdują się w trudniejszej sytuacji materialnej niż osoby młodsze. Emerytury i renty nie zawsze pozwalają na godne życie i zaspokojenie podstawowych potrzeb. Dodatkowo pogarszający się stan zdrowia sprawia, że seniorzy stają się bardziej zależni od innych ludzi oraz od instytucji pomocowych. Zależność ta może mieć charakter psychiczny, funkcjonalny lub ekonomiczny. Psychiczna dotyczy sposobu postrzegania własnej sytuacji i radzenia sobie z samotnością czy poczuciem nieprzydatności. Funkcjonalna wiąże się z koniecznością korzystania z pomocy innych osób przy wykonywaniu codziennych czynności. Ekonomiczna natomiast wynika z ograniczonych środków finansowych.

Wraz z wiekiem zmieniają się także potrzeby człowieka. B. Synak wyróżnia pięć podstawowych potrzeb osób starszych. Pierwszą z nich jest potrzeba przynależności, czyli potrzeba utrzymywania więzi społecznych, kontaktów z rodziną i znajomymi oraz poczucia, że nadal jest się częścią określonej wspólnoty. Drugą stanowi potrzeba użyteczności i uznania, która wyraża się w chęci uczestniczenia w życiu społecznym oraz poczuciu, że doświadczenie i wiedza seniora są potrzebne innym ludziom.

Kolejną ważną potrzebą jest potrzeba niezależności. Osoby starsze pragną zachować możliwie największą samodzielność i możliwość decydowania o własnym życiu. Duże znaczenie ma także potrzeba bezpieczeństwa, obejmująca zarówno bezpieczeństwo fizyczne, jak i psychiczne. Seniorzy oczekują stabilizacji,

opieki medycznej, wsparcia rodziny oraz poczucia, że w razie potrzeby nie zostaną pozostawieni sami sobie. Ostatnią z wymienianych potrzeb jest potrzeba satysfakcji życiowej, czyli poczucia zadowolenia z własnego życia i miejsca w społeczeństwie.

W okresie starości szczególnie trudne staje się zaspokajanie wielu potrzeb, ponieważ człowiek często kończy aktywność zawodową i ogranicza kontakty społeczne. Dlatego ogromną rolę odgrywają różnego rodzaju instytucje wspierające osoby starsze. Ich zadaniem jest nie tylko zapewnienie opieki zdrowotnej i materialnej, lecz także przeciwdziałanie samotności oraz aktywizowanie seniorów.

W wielu miastach funkcjonują Domy Pomocy Społecznej, Ośrodki Pomocy Społecznej, Dienne Domy Pomocy Społecznej oraz punkty pomocy socjalnej. Placówki te zajmują się pomocą osobom przewlekłe chorym, niepełnosprawnym oraz samotnym. Oferują opiekę pielęgniarскую, rehabilitację, wyżywienie oraz wsparcie psychiczne. Szczególną rolę pełnią domy dziennego pobytu, w których osoby starsze mogą spędzać czas wśród innych ludzi, uczestniczyć w zajęciach i korzystać z opieki medycznej, jednocześnie pozostając nadal w swoim środowisku rodzinnym.

Ważnym elementem wsparcia seniorów są również instytucje służby zdrowia. Zespoły Opieki Zdrowotnej oraz Zespoły Środowiskowej Opieki Zdrowotnej zapewniają opiekę medyczną i socjalną w miejscu zamieszkania osób starszych. Opiekę tę sprawują pielęgniarki środowiskowe, pracownicy socjalni oraz opiekunowie społeczni. Dzięki temu seniorzy mogą otrzymywać pomoc bez konieczności opuszczania własnego domu.

Istotną rolę odgrywają także organizacje społeczne i charytatywne, takie jak Polski Czerwony Krzyż czy Caritas. Organizacje te pomagają osobom samotnym, przewlekłe chorym i niesamodzielnym. Zapewniają opiekę domową, pomoc rzeczową oraz wsparcie psychiczne. W przypadku osób terminalnie chorych niezwykle ważną funkcję spełniają hospicja domowe,

umożliwiające godne przeżywanie ostatniego etapu życia w znanym i bezpiecznym otoczeniu.

Potrzeby osób starszych nie ograniczają się jednak wyłącznie do kwestii zdrowotnych i materialnych. Seniorzy potrzebują również aktywności intelektualnej, kontaktów społecznych oraz możliwości rozwijania zainteresowań. Odpowiedzią na te potrzeby są Uniwersytety Trzeciego Wieku. Placówki te umożliwiają osobom starszym uczestnictwo w wykładach, warsztatach i zajęciach rozwijających zainteresowania. Seniorzy mogą zdobywać nową wiedzę z zakresu historii, medycyny, ekologii czy kultury, a także uczestniczyć w zajęciach artystycznych, muzycznych i rekreacyjnych.

Uniwersytety Trzeciego Wieku pełnią bardzo ważną funkcję integracyjną. Pozwalają osobom starszym nawiązywać nowe znajomości, przeciwdziałają izolacji społecznej oraz pobudzają aktywność życiową. Dzięki uczestnictwu w takich zajęciach seniorzy odzyskują poczucie własnej wartości i przekonanie, że nadal mogą aktywnie uczestniczyć w życiu społecznym.

Podobną rolę spełniają Kluby Seniora organizowane przy zakładach pracy, domach kultury czy osiedlach mieszkaniowych. Umożliwiają one byłym pracownikom utrzymywanie kontaktów z dawnym środowiskiem zawodowym oraz uczestniczenie w życiu społecznym. Organizowane są spotkania okolicznościowe, zajęcia hobbystyczne, wycieczki i różne formy rekreacji. Dla wielu osób starszych niezwykle ważne jest poczucie, że nadal pozostają częścią społeczności, z którą były związane przez wiele lat.

Szczególne znaczenie w życiu seniorów ma jednak rodzina. To właśnie rodzina daje poczucie bezpieczeństwa, bliskości i akceptacji. Człowiek starszy najlepiej funkcjonuje w otoczeniu osób bliskich, które okazują mu zainteresowanie i wsparcie. Domy pomocy społecznej są potrzebne przede wszystkim osobom samotnym lub ciężko chorym, jednak nie powinny zastępować więzi rodzinnych tam, gdzie możliwe jest pozostanie seniora w

naturalnym środowisku.

Współczesne społeczeństwo powinno dążyć do zmiany sposobu postrzegania starości. Należy przeciwstawiać się stereotypom przedstawiającym ludzi starszych jako osoby niepotrzebne lub niezdolne do aktywności. Seniorzy posiadają ogromne doświadczenie życiowe, wiedzę i mądrość, które mogą być cenne dla młodszych pokoleń. Aktywne uczestnictwo osób starszych w życiu społecznym przynosi korzyści zarówno im samym, jak i całemu społeczeństwu.

Zabezpieczenie potrzeb osób starszych jest jednym z najważniejszych wyzwań współczesnego świata. Wymaga ono współpracy rodziny, instytucji społecznych, organizacji charytatywnych oraz państwa. Konieczne jest tworzenie warunków umożliwiających seniorom godne, aktywne i bezpieczne życie. Człowiek starszy nie powinien być postrzegany jako ciężar dla społeczeństwa, lecz jako osoba posiadająca ogromny potencjał doświadczenia i mądrości. Odpowiednia opieka, wsparcie oraz aktywizacja seniorów pozwalają nie tylko poprawić jakość ich życia, ale także wzbogacić całe społeczeństwo.

BIBLIOGRAFIA:

1. Orzechowska – *Aktualne problemy gerontologii społecznej*.
2. Jan Paweł II – *List do ludzi starych*.
3. Synak – *Człowiek stary i jego rodzina w zmieniającej się rzeczywistości ekonomicznej w Polsce*.
4. Synak – *Człowiek starszy w zmienionym kontekście rodzinnym*.
5. Trafiałek – *Uniwersytety trzeciego wieku – ośrodki edukacji ludzi starszych*.
6. W. Pędich –

Jeśli potrzebujesz pomocy w napisaniu referatu czy innej pracy, to polecamy serwis [pisanie prac](#) - prace pisane na (prawie) każdy temat