

Dr Aldona Małycka, <https://orcid.org/0000-0002-2859-2146>

Instytut Nauk Pedagogicznych

Uniwersytet Warmińsko-Mazurski w Olsztynie

„Twórcze życie” w narracjach seniorów

“Creative life” in senior citizens’ narratives

<https://doi.org/10.34766/fetr.v43i3.334>

Abstrakt: W literaturze gerontologicznej sporo miejsca poświęca się uwarunkowaniom pomyślnego starzenia się. Prezentowane są wówczas różne czynniki mające zapewnić udany przebieg tego ostatniego etapu życia. Jedną z form aktywności, która może wypełnić życie człowieka w późnej dorosłości jest twórczość, także amatorska. Kluczowym zagadnieniem wydaje się określenie pożytków jakie niesie ze sobą zaangażowanie w ten niewątpliwie trud. W literaturze przedmiotu wskazywanych jest wiele potencjalnych zysków, z którymi może spotkać się jednostka podejmująca zadanie twórczego rozwoju. Różne bywają przejawy działania twórczego, sporo zależy tutaj od tego, kto tworzy, w jakim celu oraz jaki jest jego potencjał. Trzeba jednak pamiętać, że rozwój twórczy jest domeną ochotników, grupy stosunkowo nielicznej w każdej grupie wiekowej. W celu zilustrowania tezy o znaczeniu aktywności twórczej dla jakości życia w starości zaprezentowano narracje seniorów zaangażowanych w aktywność twórczą.

Słowa kluczowe: jakość życia, kreatywność, późna dorosłość, pomyślne starzenie się, twórczość, życie twórcze

Abstract: In gerontological literature a lot of attention is given to conditions for proper ageing. Various factors should secure a good course of this final stage in life. Creative work, even in the form of a hobby, might be an activity which may give a sense of fulfilment in late adulthood. The key issue seems to be specifying the benefits of one’s engagement in this undoubtedly laborious pursuit entails specific benefits. The literature of the topic points to a whole spectrum of possible rewards to be expected by an individual who undertakes the task of creative self-development. The various expressions of creative activity are contingent on the pursuer, the purpose and potential the active individual has. It must be remembered, however, that creative self-development is the domain of volunteers, a group that is relatively small whatever the age bracket. To illustrate the point about the importance of creative activity for good life quality in old age, the author quotes narratives by senior citizens involved in creative activity.

Keywords: quality of life, creativity, late adulthood, successful aging, creativity, creative life

1. Starzenie się a rozwój człowieka – wprowadzenie w podejmowaną problematykę

Człowiek w toku całego życia doświadcza możliwości rozwoju, tak naturalnego jak i twórczego (Sujak, 1998). Podlega i mierzy się ze zmianami także po osiągnięciu pewnego poziomu możliwości i dojrzałości biologicznej. Wydaje się też, że wraz z wiekiem zwiększa się sprawność w zakresie kierowania własnym rozwojem (Łukaszewski, 1984). Zatem szansa na realizację potencjału twórczego człowieka istnieje na każdym etapie jego życia, także w okresie starości możliwe jest przyjęcie wyzwania życia twórczego.

Na przebieg procesu starzenia się człowieka wpływają różne czynniki. Przyjmuje się, że największe znaczenie ma styl życia, następnie oddziaływania społeczne, uwarunkowania genetyczne, ale również środowisko fizyczne i opieka zdrowotna (Steuden, 2009). Ludzie w swoim życiu przyjmują różne style funkcjonowania. Dla ujawnienia i realizacji potencjału twórczego szczególne znaczenie ma *ekspansywny styl życia*, czyli taki, który zorientowany jest na innowacje, zmiany, nowe zadania i doświadczenia. Osoby realizujące go mają zdystansowany stosunek do tradycji, dążą do wywierania wpływu na otoczenie i samych siebie. Lubią przyjmować odpowiedzialność, podejmować funkcje kierownicze w pracy i poza nią. Wysoko cenią sobie własny rozwój, podejmują aktywność kulturalną, edukacyjną, śledzą bieżące wydarzenia, dbają o sprawność fizyczną i właściwą dietę (Pietrasiński, 1990). Bardzo ważna jest aktywność (Zych, 1999). Jest ona warunkiem zachowania dobrego stanu zdrowia oraz właściwego zaadaptowania się do starości (Błachnio, 2002). Służy też podtrzymywaniu i zabezpieczaniu funkcji życiowych (Kawula, 2005; Dubas, 2016). Prowadzenie przez człowieka aktywnego życia powoduje, że pierwsze oznaki starzenia pojawiają się u niego znacznie później niż u rówieśników prowadzących bierny tryb życia. Rezultaty wielu badań naukowych wykazują, że osoby, które często wykorzystywały swoje możliwości intelektualne i twórcze dłużej zachowują sprawność w wieku podeszłym (Trafiałek, 1995; Zych, 1999). Czynna aktywność w różnych dziedzinach życia społecznego może pomóc ludziom starszym w odnalezieniu swego miejsca w społeczeństwie (Worach-Kardas, 1983). Nie ma też granic wiekowych dla działań samorealizacyjnych. Człowiek także w późnej dorosłości może podjąć próbę realizacji swoich marzeń, talentów i zainteresowań, i tym samym zmienić swoją dotychczasową i ustabilizowaną biografię (Obuchowski, 2000; Rembowski, 1984). Działalność człowieka może przybierać formę fizyczną, duchową, społeczną, edukacyjną, kulturalną oraz hobbystyczną i twórczą. Przy czym nierzadko są one wobec siebie komplementarne. W ramach niniejszego opracowania uwaga została skoncentrowana na aktywności twórczej, przy czym należy podkreślić, że w kręgu zainteresowań znalazła się nie tyle działalność profesjonalna, co raczej aktywność amatorska. Ta druga jest powszechniejsza i jako taka zdarza się statystycznie częściej (Nęcka, 2001). Jednak także ona jest po pierwsze domeną ochotników, a po drugie wymaga pewnych predyspozycji, umiejętności, wiedzy oraz związana jest nierzadko z ciężką pracą. Życie twórcze przynosi człowiekowi wiele wyzwań, ale niesie ze sobą także pozytywne korzyści, w tym poczucie osobistej satysfakcji, możliwość zaspokojenia potrzeb wyższego rzędu tj. użyteczności i przynależności społecznej, uznania, znaczenia i mistrzostwa.

2. Aktywność hobbystyczna i twórczość amatorska w późnej dorosłości

Znaczenie aktywności hobbystycznej i twórczości amatorskiej podkreślał Aleksander Kamiński (1978) w ramach *koncepcji wychowania do starości*. W swoich rozważaniach

podejmował m.in. kwestię efektywnego wypełnienia czasu wolnego, co przekładać się miało na jakość życia seniorów. Konsekwencją ubogiego zasobu wzorów jego spędzania może być poczucie pustki i nudy, wyobcowania i zaniedbania. Formułując postulat przygotowania ludzi do starości, eksponował znaczenie cenionej i użytecznej aktywności oraz żywej tendencji do zaspokajania zainteresowań (tamże). W swoich opracowaniach zwracał uwagę na *znaczenie zajęć amatorskich w życiu osób starszych, jako czynników zabezpieczających przed umieraniem psychospołecznym*. Aktywność amatorska cechuje się tym, że jest dobrowolna i towarzyszy jej duże zaangażowanie emocjonalne. Zajęcia tego typu mogą być praktykowane indywidualnie (w domu albo poza domem), bądź zespołowo (np. w klubach, czy stowarzyszeniach). Najbardziej wartościowa jest *twórczość amatorska*, która możliwa jest w każdej dziedzinie kultury (nie tylko w sztuce). Przejawiać się może np. w majsterkowaniu (głównie mężczyźni), czy robótkach ręcznych (tutaj częściej kobiety). Owoce takiej pracy mają zazwyczaj wartość subiektywną. Jednak najbardziej doniosłe w tego typu aktywności wydaje się poczucie twórczości u samego amatora i wszystkie pozytywne emocje, które są z tym związane. Działania tego typu są zwykle bezinteresowne, najważniejsza jest tutaj satysfakcja twórcy, pragnienie doskonalenia się w wybranej dziedzinie, czemu towarzyszy np. samokształcenie, poszerzanie oraz pogłębianie wiedzy i umiejętności. Wszystko to sprawia, że jakość takich działań może być naprawdę wysoka. Oddawanie się takim zajęciom przynosi wiele korzyści samej jednostce, ale również jej otoczeniu. Najistotniejsza wydaje się wartość psychiczna, poczucie bycia potrzebnym, zaangażowanym, znaczącym. Taka aktywność, która jest użyteczna i szanowana daje też człowiekowi poczucie prestiżu społecznego (tamże).

3. Twórczy styl życia czyni życie twórczym

Amatorska aktywność twórcza podejmowana systematycznie, z dużym intelektualnym i emocjonalnym oddaniem, jest znakiem twórczego stylu życia. Cechuje go kreatywne ustosunkowanie wobec otoczenia, siebie samego i codziennych zadań oraz nadawanie im wartości z punktu widzenia chwili bieżącej (Suchodolski, 1983). Przejawia się w przekraczaniu granic rutyny, podejmowaniu poznania tego, czego dotychczas nie znano. Jest też najwyższą formą działania dla ludzi i wśród ludzi, dającą szansę na ekspresję i rozwój wiedzy (Suchodolski, 1982). Twórczy styl życia czyni życie twórczym.

Krzysztof Szmidt (2010) eksponuje następujące cechy życia twórczego: produktywność, odwagę, zmienność i paradoksalność. U podstaw produktywności leży intencja pozostawienia materialnego śladu naszej aktywności. Jest ona efektem dużej pracowitości oraz zaangażowania twórcy. Dzięki produktywności możliwe jest płynne wytwarzanie wielu pomysłów, formułowanie propozycji i wdrażanie zastosowań. Nie chodzi jednak o to, by byty mnożyć pospiesznie i byle jak. Nie każda ze zgłoszonych

propozycji musi być równie dobra i celna, jednak w mnogości łatwiej znaleźć wytwór trafny i zarazem cenny. Należy zaznaczyć, że produktywność sama w sobie rzadko jest celem twórcy, zmierza on raczej do tego, by zrealizować zadanie, a czyniąc to podejmuje wiele prób, modyfikuje i udoskonala wcześniejsze rozwiązania. Choć produktywność jest przydatna, nie znamionuje pracy każdego twórcy. Co więcej, produktem życia twórczego może być także ono samo, a wówczas sposobem na jego realizację staje się autokreacja. Zmienność cechująca twórczy styl funkcjonowania odnosi się do zmian zarówno w sposobie bycia, dokonywania wyboru i opracowania podejmowanych zadań, a także wdrażanych rozwiązań. Istotne jest to, że zmiany te mają zmierzać do udoskonalenia tego, z czym twórca się spotkał i nad czym podjął pracę. Ta niestałość oraz niepewność przynoszą ze sobą ryzyko (tamże). Twórca nigdy nie ma gwarancji, że podejmowane przez niego akty twórcze zgodne będą z wyznaczonym celem. Zdarza się także, że wśród kolejnych prób osiągnięcia celu znajdzie się taka, która skutecznie zmieni kierunek dążeń, koncentrując uwagę na sobie (Nęcka, 2001). Zmiany wprowadzane przez twórcę wymagają odwagi. Nierzadko dochodzi w ich wyniku do zakwestionowania tego, co przez wielu uznawane jest za niepodważalne. Taka konfrontacja wystawia twórcę na ataki, czasami skazuje go na odrzucenie i samotność (Szmidt, 2010). I wreszcie paradoksalność życia twórczego polega na konieczności pogodzenia ze sobą szeregu przeciwstawnych ujęć i wartości. W jego realizacji „spotykają się” zaangażowanie i dystans, aktywność i bierność, dociekliwość i naiwność, i wiele innych zdawałoby się biegunowo odmiennych, ale na gruncie twórczości sąsiadujących ze sobą jakości (tamże).

Życiorysy wielu artystów, naukowców, czy reformatorów społecznych ujawniły, że w działalności twórczej widzieli oni „sens swego życia”, to znaczy byli przekonani, że właśnie ta działalność uzasadnia ich istnienie w społecznej rzeczywistości (Obuchowski, 2000; Robinson, 2012). Łukaszewski zwraca jednak uwagę na to, że „nie chodzi o skrajnych pasjonatów, którzy poza daną ideą niczego nie widzą. Przeciwnie, chodzi o ludzi, którzy dokonali wyboru pewnej drogi, ale nie zamierzają bynajmniej do niej sprowadzić całego świata” (1984). Tak więc ich postawa twórcza wyrażać się może w wielu różnych wymiarach ich funkcjonowania.

4. Co przynosi ze sobą zaangażowanie w działania twórcze?

Podstawową kwestią związaną z aktywnością twórczą człowieka jest określenie, co mu ona ze sobą przynosi. Przyjmuje się, że aktywność twórcza stwarza człowiekowi szansę na ekspresję siebie w realizowanych działaniach (Lasocińska, 2009). Może mieć znaczenie instrumentalne, gdy pozwala jednostce na zaspokajanie jej potrzeb wewnętrznych (Panek, 1990), a może przecież także być wartością sama w sobie (Popek, 2001). Bez wątplenia twórczość jest ciągiem zdarzeń, dzięki którym człowiek poznaje siebie. Dostarcza

mu ona przeżyć, poczucia osiągnięć, lecz także klęsk i zawodów. Zwykle też, im bardziej jednostka jest w nią zaangażowana, tym intensywniejszych doznaje emocji, silniejszego napięcia i bardziej przeżywa zarówno odnoszone sukcesy, jak i doznawane klęski. Na gruncie twórczości spotyka się też ona z wynikami twórczych działań innych ludzi, budzących szacunek i podziw, ale czasami także niezgodę i bunt. Zetknięcie się z nimi skłania nie tyle do naśladowania, ile raczej do podjęcia pewnej myśli (Gołaszewska, 1986), jej kontynuacji lub realizacji własnego zamysłu.

Twórcze działanie ma bez wątpienia charakter rozwojowy, ponieważ wiąże się zarówno ze zdobywaniem nowej wiedzy i wykształceniem nowych sposobów działania, jak i z ich przebudową (Stasiakiewicz, 1999). W swoim przebiegu aktywność twórcza bywa różna, wiele zależy od tego, kto tworzy, w jakim celu oraz jaki jest jego wyjściowy potencjał. W twórczości amatorskiej przeważnie ujawniają się intencje nawiązujące do odnotowanych już osiągnięć, lecz tutaj także mogą zdarzać się rozwiązania oryginalne (Lam, 1977).

Twórczość człowieka w późnej dorosłości spełniać może co najmniej trzy funkcje. Stwarza ona tak jak na każdym innym etapie życia szansę na rozwój i samorealizację, integruje jednostkę wewnątrznie i społecznie, może także skutecznie kompensować odnoszone straty i zarazem być środkiem terapii.

Samorealizacja, uznawana za szczytowe dokonanie w rozwoju człowieka, jest pewną możliwością, którą jednak nie każdemu udaje się osiągnąć (Maslow, 1990). Jest ona silnie związana z twórczością, ponieważ dzięki generowaniu nowych jakości człowiek może dostąpić poczucia spełnienia swojego potencjału, a także związanego z tym stanu satysfakcji, czy nawet szczęśliwości. Co ważne dokonywać się to może zarówno w świecie przedmiotowym, jak i na gruncie życia psychicznego (Górniewicz, 2001).

Późna dorosłość jest szczególnym etapem życia, do niedawna sądzono, że jest ona raczej okresem zbierania owoców dotychczasowego istnienia, czasem domykania spraw i pożegnań. Tymczasem w starości, choć wiele człowiek traci, to również wiele zyskuje oraz napotyka nowe wyzwania. Szczególnego znaczenia nabiera wola jednostki do podejmowania działań wykraczających poza wymagania codzienności. Seniorzy rzadko doznają ze strony otoczenia zachęty do realizowania własnego planu, w tym aktywności twórczej. Zasięg działania w starości jest zwykle mocno ograniczony. Asumpty do wysiłku twórczego płyną wówczas przede wszystkim z wewnętrznej potrzeby i osobistej inwencji (Worach-Kardas, 1983). Człowiek swoją potrzebę wzrostu może wówczas realizować w różnoraki sposób. Wiele z podejmowanych aktywności jest kontynuacją tych rozpoczętych na wcześniejszych etapach życia, bywa jednak i tak, że niektórzy seniorzy dopiero na emeryturze odkrywają swój ukryty wcześniej potencjał i zaczynają go realizować (Konieczna-Woźniak, 2016), albo podejmują te rodzaje zaangażowania, które wcześniej nie były możliwe do realizacji, a pozostawały jedynie w sferze marzeń. Twórczość osób

znajdujących się w okresie późnej dorosłości może przybierać formy nawet bardziej oryginalne i indywidualne niż poprzednio (Ożóg, 2006).

Aktywność twórcza, zwłaszcza gdy uprawiana jest wspólnie z innym, i przynosi nowe doświadczenia edukacyjne, kontakty społeczne i możliwość dzielenia się wiedzą i dziedzictwem kulturowym z młodszym pokoleniem. Skutkuje to nierzadko poprawą zdrowia psychicznego i fizycznego (Klimczuk, 2013), a przede wszystkim integracją społeczną.

5. Twórcze życie z perspektywy późnej dorosłości - wyniki badań

W celu zilustrowania, w jaki sposób osoby podejmujące amatorską aktywność twórczą postrzegają jej znaczenie dla własnego życia, zaprezentowano fragmenty opowieści ośmiorga seniorów (6 kobiet i 2 mężczyzn). Wszystkie te osoby były w wieku emerytalnym. Najmłodsza narratorka miała 60 lat, zaś najstarszy narrator to 82.latek. Badani podejmowali różnorodną amatorską aktywność twórczą. Wśród nich były dwie osoby aktywizujące się na gruncie malarstwa, jedna - pisząca wiersze, jeden - badacz historii regionalnej, jeden - konstruktor modeli latających i sprzętu audio oraz trzy społeczniczki (realizujące jednocześnie swój potencjał na gruncie rękodzieła, ogrodnictwa i turystyki). Materiał badawczy zgromadzony został podczas wywiadów narracyjnych przeprowadzonych w 2017 i 2018 roku (Małyńska, 2019). Badani w swoich opowieściach odnosili się zarówno do doświadczeń z przeszłości, opisywali sytuację aktualną, jak również kreślili plany na przyszłość. Celem przedstawionych badań było poznanie, w jaki sposób seniorzy realizują swoją aktywność twórczą, jakie nadają jej znaczenie oraz jak oddziałuje ona na ich życie.

Prawie wszyscy (siedem spośród ośmiu osób) wspominali o bardzo wczesnym, pochodzącym z dzieciństwa lub młodości, ujawnieniu się predyspozycji i zainteresowań związanych z aktualnie podejmowaną aktywnością.

„Ja o tym malowaniu marzyłam od dzieciństwa. Ta moja aktywność plastyczna wiąże się z moją potrzebą, którą miałam od dzieciństwa i która została zupełnie przypadkowo odkryta” (kobieta, lat 71, malarstwo).

„Moje zainteresowanie historią zrodziło się już podczas nauki w szkole średniej (...) interesowałem się historią, no taką, jaka była w programie, plus jakieś tam rzeczy dodatkowe” (mężczyzna, 70 lat, regionalistyka).

To odkryte na wcześniejszych etapach życia zamiłowanie do wybranej dziedziny rozwijało się przez cały czas, choć w różnym tempie i nasileniu. Tylko jedna narratorka wspomniała o „odnalezieniu” w wieku emerytalnym swojej domeny i fascynacji malarstwem.

„W czerwcu odeszłam na emeryturę, no i dostałam się na uniwersytet trzeciego wieku. Zobaczyłam, jak oni malują, bardzo mi się to spodobało i dlatego właśnie wzięłam, i zaczęłam malować” (kobieta, lat 67, malarstwo).

Jednak także ona w ciągu swojego życia wykazywała wiele zróżnicowanych zainteresowań. Co prawda natężenie aktywności twórczej badanych na różnych etapach życia było niejednolite, ale cechą łączącą wszystkie te osoby jest ciągły rozwój pasji twórczej i silne przywiązanie do niej w wieku emerytalnym. Dla każdego z narratorów podejmowana aktywność jest bardzo ważna, wypełnia znaczną część życia.

„Taka praca trwa zwykle kilka miesięcy, co najmniej. Także gdyby nie to, że mnie to pasjonuje, że lubię to robić...no nie każdy by się na to zdecydował...bo trzeba poszukać, zbierać, opracowywać... No ale jeżeli człowiek to lubi, to jest to przyjemność, a jeszcze większa jest przyjemność, jak się to działanie skonkretyzuje” (mężczyzna, 70 lat, regionalistyka).

„Ta moja twórczość wymaga czasu, skupienia, spokoju, bo ja nie mogę się wtedy rozpraszać. Prawdopodobnie dlatego ja nie odważyłam się w tym czasie pracy zawodowej malować. Jak malowałam te portrety, to malowałam je non stop przez kilka miesięcy, cały czas, w piątek, świątek i niedzielę, od świtu do nocy...i przepalałam ziemniaki nastawione na obiad...”(kobieta, 71 lat, malarstwo).

„Praca nad wzmacniaczem, który jest wciąż udoskonalany trwa już od ponad 20 lat. To było tak, że każda następna wersja była ulepszeniem poprzedniej, była zmieniana, każda była też inna” (mężczyzna, 82 lata, elektroakustyka)

Nie oznacza to jednak, że ich aktywność pasjonacka powoduje wygaszenie działania na innych polach, choć bez wątplenia absorbuje ich w stopniu istotnym.

W prezentowanych narracjach dały zauważyć się pewne punkty przełomowe, za które uznać można zarówno odnotowane w dorosłym życiu (zarówno w średniej, jak i późnej dorosłości) przemiany w strukturze rodziny, np. śmierć męża, matki czy brata, narodziny wnuków oraz długi, zagraniczny wyjazd dziecka, natomiast w okresie dzieciństwa doznawane poczucie osamotnienia, czy zagrożenia związanego z koniecznością opuszczenia domu rodzinnego, a także z częstą zmianą środowiska szkolnego i rówieśniczego.

„W młodości byłam bardzo samotna, chciałam przyjaźni, zainteresowania...ale nie mogłam ich mieć, ponieważ przez pierwsze lata szkoły podstawowej, co roku do szóstej klasy włącznie zmieniałam klasy. Zawsze byłam w ciągu roku gdzie indziej, w innym środowisku. Wynikało to z faktu, że moja mamusia bardzo ciężko odchorowała pracę niewolniczą. Właśnie, gdy ona była w szpitalu, a miała trójkę dzieci, to dzieci musiały wtedy pójść do zakładu opiekuńczego” (kobieta, lat 65, poezja).

Wszyscy badani spotykali na swojej drodze rozwoju osoby dające im wsparcie emocjonalne, wzmacniające ich zainteresowania i talenty, dostarczające wzorów działania,

udzielające pomocnych wskazówek. Osobami tymi byli rodzice, nauczyciele, rodzeństwo, inni krewni czy przyjaciele.

„Najbardziej znacząca była dla mnie moja mama. Wszystkie słowa, które powiedziała ja mam w sercu. Ja je słyszę. One przekazywała tyle radości, tyle piękna” (kobieta, 65 lat, poezja).

„Ja dużo rzeczy się od ojca nauczyłem już jako dziecko (...) ja tam przy ojcu, że tak powiem, podglądałem, co on robi, no i się poduczyłem” (mężczyzna, 82 lata, modelarstwo).

„Ale prawdziwie utalentowany był mój brat. On przepięknie malował, był samoukiem (...) Był dwa lata ode mnie starszy, a różnica między nami była ogromna, jeżeli chodzi o potencjał intelektualny. On ściągał książki z biblioteki, jakieś artystyczne i o artystach. Ja się jeszcze tym nie interesowałam. Ale uwielbiałam go słuchać, był bardzo mądry (...) To było dla mnie naprawdę źródło wiedzy” (kobieta, 65 lat, poezja).

„Moja nauczycielka odkryła w pierwszej czy drugiej klasie szkoły podstawowej moje predyspozycje, kiedy ja zaczęłam wszędzie zamalowywać wszystkie tablice w szkole (...) ta nauczycielka właśnie wtedy pochwaliła mnie i uświadomiła mi, że warto i że można, że ja powinnam malować” (kobieta, 71 lat, malarstwo).

„Od wczesnej młodości lubiłem czytać książki historyczne i miałem dobrego profesora historii, który widząc moje zainteresowania, pomagał mi w ich rozwoju, dostarczając literaturę, dopingując i wyróżniając na tle klasy” (mężczyzna, lat 70, regionalistyka).

Zetknęli się także z ludźmi, którzy lekceważyli ich umiejętności, a także wykorzystywali ich wiedzę. Jednak wspominali o nich niechętnie. Zmieniali temat i wypowiedź kierowali ku innym kwestiom, sygnalizując zaledwie ich istnienie. W swoim otoczeniu w chwili obecnej dostrzegają przeważnie pozytywne nastawienie wobec swej aktywności, ich działania spotykają się z uznaniem, czego wyrazem są pochwalne recenzje, prośby o doradztwo, a nawet nagrody i odznaczenia.

„No w każdym razie utwierdzono mnie w przekonaniu, zwrócono na mnie uwagę...no bo kiedy my wiemy, że jesteśmy coś warci? Wtedy, gdy ktoś nam o tym powie. (...) I wtedy my wiemy, ile jest warta ta nasza twórczość” (kobieta, lat 71, malarstwo).

„Przyszła do mnie koleżanka i zapytała czy mogłaby przyprowadzić swojego męża do mnie, żeby on mógł zobaczyć moje obrazy. Zgodziłam się. No i przyszedł, obejrzał te obrazy i w końcu powiedział, że to jest taki pocałunek od Pana Boga (...) to jest taka recenzja, której ja się nigdy w życiu nie spodziewałam” (kobieta, lat 67, malarstwo).

„Te moje zainteresowania owocują artykułami do prasy, publikacjami popularyzatorskimi. Mam na swoim koncie też kilka książek. Czasami człowieka spotyka też jakieś wyróżnienie” (mężczyzna, lat 70, regionalistyka).

„W sumie zdobyłem, jak liczę 26 medali, z tego trzy złote za mistrzostwa Polski i trzy złote za mistrzostwa międzynarodowe. Jako dwunasty w Polsce zdobyłem odznakę złotą z trzema diamentami w modelarstwie. No a w roku 1985 w podsumowaniu moich wyników na startach zdobyłem tytuł modelarza wszechczasów” (mężczyzna, lat 82, modelarstwo).

Dla narratorów ta możliwość wykazania się swoim znanstwem i zaspokojenia potrzeby prestiżu i uznania ma duże znaczenie. Nobilitująca jest dla nich również współpraca z profesjonalistami.

„Kiedyś na odstuchu był u mnie profesor M., no i tego...odstuchał u mnie i mówi, że muszę to gdzieś opatentować” (mężczyzna, lat 82, modelarstwo).

„Bardzo wspierające są zachęty ze strony profesjonalistów, zawodowych historyków (...) ja też myślę, że to co robią regionaliści i to co robią profesjonaliści to się uzupełnia (...) czasami nasze przyczynki też przydają się zawodowcom. I wcale nie jest to takie rzadkie” (mężczyzna, lat 70, regionalistyka).

Jednak wyraźnie zaznacza się potrzeba posiadania szerszego kręgu odbiorców.

„Chciałabym, żeby to, co się napisze nie umierało. Chciałabym, żeby byli odbiorcy. Ja bym była gotowa nawet tomiki moje porozdawać za darmo” (kobieta, lat 65, poezja).

W kilku przypadkach odnotować można związek aktualnie rozwijanej pasji z wcześniej wykonywaną pracą zawodową. Zdarza się również przenikanie tych dwóch sfer, tj. hobby i zainteresowań oraz pracy.

„Po transformacji zostałem sekretarzem miasta. Nie było w urzędzie stanowiska do spraw promocji, a odwiedzali nas różni goście, więc siłą rzeczy czułem się zobowiązany, żeby gości oprowadzać po zamku, po mieście i nie tylko. I musiałem sobie przypomnieć te rzeczy, które już znałem, i poszerzać swoją wiedzę. Te moje zainteresowania nigdy mi nie przeszkadzały w pracy, a często gęsto pomagały” (mężczyzna, lat 70, regionalistyka).

Zidentyfikować tutaj można sytuację, gdy ujawniane dużo wcześniej zamiłowanie stawało się podstawą podjętego zatrudnienia. To powiązanie pomiędzy sferą obowiązku (praca) i dobrowolności (hobby) przynosi korzyści zarówno jednostce jak i otoczeniu, wiąże się z większą efektywnością w działaniu.

Badani formułowali też wizje swojego dalszego rozwoju, oczekiwania wobec swojej pracy twórczej. Aktualnie tworzą nowe dzieła: piszą wiersze, malują obrazy, ustalają sobie nowe zadania do realizacji. Właściwie tylko najstarszy z narratorów wspomina o potrzebie przekazania swojego dorobku komuś, kto będzie potrafił go wykorzystać.

„Plany...no to zależy...to w zasadzie już pokończyę wszystko, że tak powiem, chcę ze wszystkim wyjść na czysto, rozliczyć się (...) No ja chciałbym to komuś przekazać...no zobaczę, wnuk rośnie, może coś się z tym, że tak powiem zrobi. Może zainteresuje się elektroniką” (mężczyzna, lat 82, elektroakustyka).

A zatem on także ma plany, które pozwolą przetrwać wytworzonemu dziełu, tyle że skoncentrowane są na poszukiwaniu kontynuatora. „Twórca” z satysfakcją wypowiada się o stanie swoich dotychczasowych dokonań i ujawnia potrzebę ich rozliczenia, rozumianego jako domknięcie wszelkich kwestii z nimi związanych. Ryzyko braku „spadkobiercy” napawa go niepokojem, stąd ufność w ujawnienie podobnych pasji przez wnuka. Zresztą badani wiążą duże nadzieje z faktem, że mają wpływ na kształtowanie postaw

przyjmowanych przez wnuków. W tych najmłodszych członkach rodziny dostrzegają też potencjalnych odbiorców, uczniów i naśladowców swoich prac. Chętnie przekazują im swoją wiedzę i umiejętności, poświęcają wiele czasu, ale także angażują we wspólne działania i zainteresowania.

Wszyscy badani funkcjonują na osi życia rozpiętej pomiędzy życiem z innymi i dla innych a życiem dla siebie (Dubas, 2013). W tym pierwszym przypadku mowa o wspomaganiu bliskich osób. Aktywność ta zazwyczaj jest dominująca, to znaczy zaangażowanie w takie działania wyprzedza, ogranicza, a nawet wygasza aktywność innego rodzaju, także twórczą. Zobowiązanie wobec bliskich potrzebujących wsparcia, pomocy czy opieki ma znaczenie priorytetowe.

„No O. ma dopiero 16 miesięcy, potem... no do trzech lat będę bardzo potrzebna, potem jak pójdzie do przedszkola też będę potrzebna (...) Wpieram te moje dzieci jak mogę” (kobieta, lat 71, malarstwo).

„Jeździłam do Warszawy, bo jak córka pisała pracę doktorską i nie mogła pójść na zwolnienie, a zięć pracował (...) jeździłam też do Gdańska, bo córka tam z dnia na dzień dostała pracę (...) i jeździłam tak od poniedziałku do piątku przez trzy miesiące. No ale...ja sobie nie wyobrażam, żeby nie pomoc moim bliskim” (kobieta, lat 70, aktywność społeczna, rękodzieło).

Opisując swoją aktualną pracę twórczą badani, w szczególności panie, podkreślały potrzebę spokoju, uwolnienia się od trosk codzienności, zwracały uwagę, że potrzebują odpowiednich warunków do zajęcia się swoimi zamiłowaniem.

„Ale ja pracuję też w domu, no ale jak coś mi siedzi w głowie to nie. Konieczna jest tutaj spokojna głowa. I na przykład teraz to jak skończyłam na plenerze to od tamtej pory, bo czekałam na sanatorium, to ciągle byłam w nerwach i nie malowałam nic. Ale mam nadzieję, że od października zacznę” (kobieta, lat 67, malarstwo).

Konieczność załatwiania wielu codziennych spraw, takich jak zakupy, sprzątanie czy przygotowanie obiadu, skutecznie odciąga od pracy twórczej. W niektórych wypowiedziach wybrzmiewa wyczekiwanie na uwolnienie się od tych codziennych przymusów, tęsknota za – jak to określają narratorzy – „wolną głową”, tj. nieskrępowaniem sprawami codziennymi, zwyczajnymi, powszednimi.

„To co jest mi potrzebne rzeczywiście to dobra muzyka w tle i jak to mówią – spokojna głowa, inne problemy dnia codziennego typu obiad, coś tam, zakupy, sprzątanie...brak tego wszystkiego pozwalał mi na oddanie się malowaniu bez reszty” (kobieta, lat 71, malarstwo).

Wydaje się, że panom łatwiej te dwie sfery życia połączyć, gdyż w ich wypowiedziach nie pojawiają się wskazania na problemy tego typu.

„Moja pasja nigdy mi w życiu nie przeszkadzała. Po prostu ona pomagała mi wypełnić wolny czas. Czasami no może żona by wołała, żebyś wbił gwoździe w ścianę, niż siedział i czytał, ale jak trzeba to i gwoździe wbije w ścianę, i do książki się wróci” (mężczyzna, lat 70, historia regionalna).

Drugim nurtem pojawiającym się w oświadczeniach badanych jest życie dla siebie i ukierunkowanie działań na samorealizację. Badani do realizowanych przez siebie pasji mają bardzo szczególny stosunek. Postrzegają je jako coś wyjątkowego i doceniają możliwość działania w taki właśnie sposób. Odnajdują w tych wybranych przez siebie dziedzinach szansę na wyrażenie i zaznaczenie siebie, odczuwają satysfakcję z osiągniętych efektów.

„Nie jestem aż takim natogowcem, jeśli chodzi o pasję, że ona przeszkadza mi żyć. Ona pomaga mi żyć. Po prostu jest wypełnieniem czasu wolnego. To jest samorealizacja. To jest uzupełnienie tych prozaicznych codziennych czynności, to jest ta sól i pieprz naszego życia (...) No i myślę, że każdemu można życzyć takiej drogi życia” (mężczyzna, lat 70, regionalistyka).

Swojej pracy twórczej stawiają wymagania, którym konsekwentnie starają się sprostać. Nie można powiedzieć, aby byli wobec siebie pobłażliwi, ale nie są także nadmiernie krytyczni. Pozytywnie oceniają swoje zainteresowania i są świadomi trudów doznawanych podczas ich realizacji, a swoją pasję traktują jako aktywność na miarę posiadanych możliwości. Wydaje się, że mają poczucie adekwatności, opowiadanie o efektach własnej pracy twórczej nie onieśmiela ich, czują się na tym polu jak „u siebie”. Doceniają swoją aktywność, ale czują też, że jest im ona przypisana.

„Moje wiersze nie są do rymu, one są od serca. Moje wiersze są skomplikowane, tak jak całe moje życie. I ja staram się w tym, na co patrzę znaleźć piękno. Bóg wybrał mnie w swoim czasie i dał mi doświadczyć niejednego życia...ja miałam życie burzliwe, wyjątkowo utkane, ale nie poszłam na zmarnowanie. I o tym jest moja poezja” (kobieta, 65 lat, poezja)

Traktują te działania jako coś naturalnego, oczywistego albo wyznaczonego im przez jakąś wyższą siłę (Boga).

„Ja wiem, że to wszystko mam tylko dzięki Bogu. Mam talent, którego nie wolno schować, ponieważ za to się ponosi odpowiedzialność, bo moje życie było jałowe bez wiary, gdyby nie mój rozwój związany z wiarą, to nie byłoby mnie” (kobieta, 65 lat, poezja).

„Pan Bóg dał mi dużo siły do tego, żeby to robić. Ta pasja do mojego Boga to jest coś, co napędza mnie, moje życie i też pozwala mi podejmować decyzje” (kobieta, lat 60, aktywność społeczna).

Powołanie do twórczości, czy to malarskiej, poetyckiej, społecznej, konstruktorskiej, czy eksploratorskiej uznają za immanentną cechę swego życia. Jest ona swego rodzaju zobowiązaniem wynikającym z talentu, ale również własnym, wybranym, zaakceptowanym i celowym. Jest to także droga realizowania potrzeby generatywności, zaznaczania swojego istnienia, może nawet pewnej nieśmiertelności.

Co ciekawe, badani zwykle ujawniają kilka różnych pasji, z tym że nie każda z nich jest realizowana z równą mocą i oddaniem. Zazwyczaj jedna z nich jest dominująca. W niektórych opowieściach dostrzec można stopniowe dojrzewanie w ramach wybranej dziedziny, w innych natomiast zaznacza się poszukiwanie, próbowanie wielu alternatyw,

a nawet zmiany czy naprzemienne wybory (Por. Jankowski, 1993). Generalnie jednak narratorzy wierni są swoim najwcześniej objawionym upodobaniom. Nic nie wskazuje na to, by na tym etapie życia planowali w tym zakresie jakieś znaczące zmiany.

„Czy jakieś uzdolnienia jeszcze we mnie są nie wiem...ale poezja jest dla mnie najwyższą formą wyrazu. Mam bardzo dobrą znajomą, która pięknie maluje i ona zaprasza mnie bym przychodziła do niej i malowała. Ale to nie jest mi potrzebne. Ja już mam swój warsztat. Może tak jeszcze być, ale nie w tej chwili...” (kobieta, 65 lat, poezja).

Ich aktywność jest raczej ukierunkowana, przemyślana, wolna od przymusu zewnętrznego i powodowana wewnętrzną potrzebą. Badani zapewniają wręcz o braku możliwości wyobrażenia sobie swojego życia bez tych zajęć, bez tego zaangażowania, czy po prostu bez tej części siebie.

„To jest moja pasja, która przede wszystkim daje mi zadowolenie z siebie, z tego, że mogę coś namalować. Ale to dopiero później, bo na początku to człowiek się męczył, bo to jest też ciężka praca” (kobieta, lat 67, malarstwo).

„Ja sobie nie wyobrażam siebie bez tego absolutnie. Ja zawsze byłam aktywna. Ja nigdy nie siedziałam w domu. Ja zawsze gdzieś byłam, a potem jak poszłam na emeryturę, to nie wyobrażałam sobie, żeby siedzieć w domu i nic nie robić” (kobieta, lat 70, rękodzieło).

„Ta moja pasja, tych wiele pasji, to przed wszystkim daje mi energię. Daje mi chęć do patrzenia w przyszłość. Choć ta moja przeszłość jest fajna, to ja jednak lubię patrzeć w przyszłość i łączyć ją jeszcze z marzeniami. To daje mi chęć do życia” (kobieta, lat 60, aktywność społeczna, ogrodnictwo, turystyka).

Zasadnicza amatorska aktywność pasjonacka narratorów „obudowana” jest jeszcze innymi skłonnościami. Do takich zaliczyć można samouctwo, kolekcjonerstwo, podróże oraz uczestnictwo w szeroko pojmowanej kulturze. Badani podchodzą z dużą atencją do sztuki i jej wytworów. Regularnie uczestniczą w wydarzeniach kulturalnych. W dwóch przypadkach kontakt ze sztuką wyprzedzał zaangażowanie w czynnie uprawiane malarstwo. Spotkanie z dziełami uznanych mistrzów, ale też mniej znanych artystów, pozwoliło dojrzeć pasji i ułatwiło im podjęcie decyzji o wyborze tej dziedziny twórczości.

„W tamtym czasie ja pochłaniałam wernisaże, wystawy...i za którymś razem przyświeciła mi taka myśl, że ja też potrafię malować. No i wtedy po prostu zrozumiałam też, że będzie to tak absorbujące dla mnie zajęcie, że wszystko inne będzie musiało być odłożone na bok. I tak rzeczywiście było” (kobieta, 71 lat, malarstwo).

Sztuka to także obszar, na którym spotykają swoje „bratnie dusze”, to temat do rozmów, okazja do wzruszeń, a także poszukiwania artystycznych wyzwania. Swym zamięłowaniem do wartości artystycznych zarażają innych, chętnie przekazują informacje na ten temat otoczeniu, zwłaszcza zaś swoim znajomym. Doceniają pracę innych twórców, w szczególności profesjonalistów, od których mogą się wiele nauczyć. Szanują także innych amatorów, nawet reprezentujących odmienne dziedziny.

„No i z innymi też człowiek rywalizuje, konkuruje. Natomiast kto pierwszy odkryje coś, czym także ja się zajmuję, temu ja pierwszy złożę gratulacje i będę się cieszył, że cel został osiągnięty. Także ta rywalizacja to nie przeszkadza, a chyba raczej pomaga” (mężczyzna, lat 70, regionalistyka).

Warto zaznaczyć, że wszystkim narratorom towarzyszy afirmacja życia, której formą, a także przyczyną może być aktywność twórcza, hobbystyczna, pasjonacka.

W wypowiedziach badanych daje zauważyć się duża otwartość na problemy społeczne, relacje międzyludzkie, zarówno w rodzinie jak i w wymiarze społecznym.

„Mam takie marzenie, ono jest związane z tym, żeby pomagać młodym ludziom, zagubionym ludziom, właśnie z nałogami, nie tylko młodym. Bardzo mi leży na sercu problem alkoholizmu i ludzi takich bezdomnych, zagubionych, którzy niekoniecznie są w nałogach, ale którzy nie mają gdzie mieszkać i stacząją się. I bardzo bym chciała im pomagać. I właśnie teraz wołam do Pana, by dał mi znak jak ta pomoc ma wyglądać” (kobieta, 60 lat, aktywność społeczna).

Osoby te posiadają uregulowane życie, ich świat wydaje się być bezpieczny, wzbogacony amatorską aktywnością twórczą. Interesują się równocześnie innymi ludźmi, ich losem, skłonne są do niesienia pomocy, angażują się w działania społeczne. Treścią niektórych z nich jest czynnie realizowana aktywność hobbystyczna.

Badane osoby traktują czas późnej dorosłości jako kolejny, świadomie przeżywany etap życia. W ich wypowiedziach daje się zauważyć akceptacja siebie, swoich potrzeb, a także ograniczeń. Osoby te doskonale zdają sobie sprawę ze znaczenia kondycji zdrowotnej dla jakości ich życia. Dlatego ujawniają troskę o swój dobrostan i podejmują wiele działań w celu jego utrzymania. Przejawem tego są wskazywane przez badanych: aktywność ruchowa, dbałość o dietę, spotkania z rówieśnikami i przedstawicielami innych grup wiekowych (przy czym należy zaznaczyć, że krąg tych osób nie ogranicza się tylko do własnych dzieci i wnuków), uczestnictwo w kulturze i rekreacji. Wszystkie badane osoby, nawet najstarszy, 82-letni narrator, charakteryzują się dobrym (relatywnie do wieku) stanem zdrowia i dużą sprawnością.

O życiodajnej mocy pasji twórczej wydaje się świadczyć stosunek badanych do siebie i do otoczenia. Osoby te są pogodne, otwarte, z dumą prezentują swój dorobek i śmiało kreślą plany dalszego rozwoju. Wydaje się także, że ludzie ci są przygotowani do starości, nie czynią z niej tabu, dostrzegają jej radości, ale także troski. Zapewne zmagają się z trudnościami, jednak traktują je zadaniowo. W zdecydowanie większym stopniu eksponują pozytywy. Twórcze działania nie są dla nich ucieczką; aby je podejmować, potrzebują dobrego samopoczucia.

„Myślę o mojej pasji, mimo że nie mam czasu dla niej, to o niej myślę. Nie jest to dla mnie jakiś zamknięty etap, a raczej ciągle nieodkryty. Ciągle mam i odkrywam jakieś nowe koncepcje, w tym czasie tego oczekiwania mam nowe pomysły na jakieś nowe obrazy. Mam nowe przemyślenia” (kobieta, 71 lat, malarstwo).

Stawiają wymagania otoczeniu, a dla samych siebie tworzą wizje rozwojowe. Są wśród nich osoby usatysfakcjonowane dotychczasowymi osiągnięciami:

„No mam poczucie satysfakcji z mojej pracy w dziedzinie modelarstwa na pewno, w elektroakustyce też na pewno. Czuję się, że tak powiem pionierem tego, co uzyskałem” (mężczyzna, 82 lata, modelarstwo i akustyka).

oraz takie, które są przekonane, że stać je na więcej, że ich największe dzieło dopiero powstanie.

„Ja nie mam wielkich jakichś sukcesów malarskich, bo ja jestem na początku drogi ciągle. Wiem, że wiele jeszcze można, mam takie plany, marzenia, żeby jeszcze namalować swoje najważniejsze obrazy, bo one chyba jeszcze nie powstały. Oczywiście wiem, że jeśli czas mi na to pozwoli, opieki nad dziećmi będzie mniej potrzeba, to one powstaną i no bardzo na to liczę. Ja nie za bardzo chcę się pokazywać, bo mój dorobek nie jest taki wielki. On jest stanowczo za mały w stosunku do tego, co myślałam, że będę robić. Stanowczo za mały...” (kobieta, lat 71, malarstwo).

Podsumowanie

Podjęmowana przez badanych aktywność zajmuje ważną część ich życia, dodaje im żywotności, niesie szansę realizowania potrzeby znaczenia i zaspokaja wolę generatywności, czyni zatem ich życie twórczym. Stwarza możliwość zaznaczenia swojej obecności w świecie, odciśnięcia indywidualnego znaku. Pozwala również poczuć wspólnotę z innymi.

Historie badanych nie są wolne od uwikłań, czy zawiedzionych nadziei. Jednak bilans zebranych w ciągu życia owoców i zaangażowania włożonego w ich pozyskanie wydaje się być dodatni. To pozwala przyjąć założenie o zasadności wyznaczenia przez człowieka w jego życiu celu ponad stan konieczności. Wybrana dziedzina aktywności nie musi wiązać się z ponadprzeciętnymi uzdolnieniami, ma przecież odnosić się do poziomu amatorskiego, wymaga jednak woli, zaangażowania i pewnej biegłości (którą można uzyskać w toku szeroko pojmowanej edukacji). Badani bez wątpienia spełniają zadania dedykowane osobom trzeciego wieku, tj. ujawniają wolę dzielenia się swoją wiedzą i umiejętnościami z młodszymi, doceniają innych ludzi, nie ustają w samorozwoju, realizują swoje kompetencje decyzyjne, społeczne i autokreacyjne (Szarota, 2009). Osoby te są aktywne, zaangażowane i dobrze zorientowane w zakresie skierowanych do nich ofert, są także konstruktywnie krytyczne wobec tych propozycji i wybierają tylko te, które ich zdaniem są interesujące. W ich wypowiedziach daje zauważyć się oczekiwanie na wsparcie (zwłaszcza organizacyjne) w zakresie „spotkania” z ludźmi gotowymi do odbioru ich dzieł. Wobec tego, można tutaj wskazać na zasadność upowszechniania przedsięwzięć o charakterze międzypokoleniowym (np. warsztatowych), skierowanych do zróżnicowanych wiekowo grup, podejmujących wspólne działania w oparciu o posiadane zasoby i zainteresowania. Pozwoli to spotkać się członkom twórczego plemienia (Robinson,

2012), zaspokoić potrzebę społecznego istnienia, a także prestiżu i uznania u seniorów, zaś w przypadku innych grup wiekowych wpisze się w nurt edukacji przez starość (Szarota, 2015), której efektów nie sposób przecenić, ponieważ obecni młodzi to przyszli starzy, którzy na barwy jesieni swojego życia pracują już dziś.

Bibliografia:

- Błachnio, A. (2002). Pytanie o jakość życia w kontekście rozważań nad naturą starości, (w:) K. Obuchowski (red.), *Starość i osobowość*, 13-52, Bydgoszcz: Wyd. Akademii Bydgoskiej.
- Dubas, E. (2013). Starość znana i nieznana – wybrane refleksje nad współczesną starością, *Rocznik Andragogiczny*, 20, 135-152.
- Dubas, E. (2016). Starość – darem, zadaniem i wyzwaniem. Rola aktywności i edukacji (wybrane wątki), (w:) E. Dubas, M. Muszyński (red.), *Obiektywny i subiektywny wymiar starości*, 233-243, Łódź: Wyd. UŁ.
- Gołaszewska, M. (1986). *Kim jest artysta?*, Warszawa: WSiP.
- Górniewicz, J. (2001). *Kategorie pedagogiczne: odpowiedzialność, podmiotowość, samorealizacja, tolerancja, twórczość, wyobraźnia*, Olsztyn: Wyd. UWM.
- Jankowski, D. (1993). Autoedukacja wyzwaniem współczesności, (w:) J. Górniewicz (red.), *Stare i nowe dylematy teorii wychowania. Materiały z konferencji naukowej*, 121-128, Toruń: Wyd. Adam Marszałek.
- Kamiński, A. (1978). *Studia i szkice pedagogiczne*, Warszawa: PWN.
- Kawula, S. (2005). Pedagogika społeczna wobec problemów człowieka starego, (w:) S. Kawula (red.), *Pedagogika społeczna. Dokonania – aktualność – perspektywy*, 551-564, Toruń: Wyd. Adam Marszałek.
- Klimczuk, A. (2013). Kreatywne starzenie się. Przykłady zagranicznych i polskich zaleceń i praktyk, (w:) A. Zawada, Ł. Tomczyk (red.), *Seniorzy w środowisku lokalnym (badania empiryczne i przykłady dobrych praktyk)*, 24-46, Katowice: Wyd. UŚ.
- Konieczna-Woźniak, R. (2016). Starość czasem samorealizacji – subiektywne i obiektywne postrzeganie zjawiska, (w:) E. Dubas, M. Muszyński (red.), *Obiektywny i subiektywny wymiar starości*, 221-232, Łódź: Wyd. UŁ.
- Lam, W. (1977). *Twórczość przejawem instynktu życia*, Gdańsk: Krajowa Agencja Wydawnicza.
- Lasocińska, K. (2009). Badania biograficzne twórców. Rola twórczości w kształtowaniu życia, (w:) K. J. Szmidt (red.), *Metody pedagogicznych badań nad twórczością. Teoria i empiria*, 105-146, Łódź: Wyd. AH-E.
- Łukaszewski, W. (1984). *Szanse rozwoju osobowości*, Warszawa: Wyd. Książka i Wiedza.
- Małycka, A. (2019). *Kreatywność w późnej dorosłości. Narracje seniorów*, Olsztyn: Wyd. UWM.
- Maslow, A.H. (1990). *Motywacja i osobowość*, Warszawa: Wyd. PAX.
- Nęcka, E. (2001). *Psychologia twórczości*, Gdańsk: GWP.

- Obuchowski, K. (2000). *Galaktyka potrzeb. Psychologia dążeń ludzkich*, Poznań: Wyd. Zysk i S-ka.
- Ożóg, T. (2006). O kilku rzeczach istotnych dla późnej dorosłości, (w:) S. Steuden, M. Marczuk (red.), *Starzenie się a satysfakcja z życia*, 64-83, Lublin: Wyd. KUL.
- Panek, W. (1990). *Twórczość ludowa jako przejaw psychicznych potrzeb człowieka*, Warszawa: PWN.
- Pietrasiński, Z. (1990). *Rozwój człowieka dorosłego*, Warszawa: Wyd. „Wiedza Powszechna”.
- Popek, S. (2001). *Człowiek jako jednostka twórcza*, Lublin: Wyd. UMCS.
- Rembowski, J. (1984). *Psychologiczne problemy starzenia się człowieka*, Warszawa – Poznań: PWN.
- Robinson, K. (2012). *Uchwycić żywioł. O tym, jak znalezienie pasji zmienia wszystko*, Kraków: Wyd. Element.
- Stasiakiewicz, M. (1999). *Twórczość i interakcja*, Poznań: Wyd. UAM.
- Steuden, S. (2009). *Szczęśliwi po pięćdziesiątce*, Warszawa: WSiP.
- Suchodolski, B. (1982). *Kształt życia*, Warszawa: Wyd. Nasza Księgarnia.
- Suchodolski, B. (1983). *Wychowanie i strategia życia*, Warszawa: WSiP.
- Sujak, E. (1998). *Rozważania o ludzkim rozwoju*, Kraków: Wyd. Znak.
- Szarota, Z. (2009). Seniorzy w przestrzeni kulturalno-edukacyjnej społeczeństwa wiedzy, *Chowanna*, t. 2(33), 77-96.
- Szarota, Z. (2015). Uczenie się starości, *Edukacja Dorosłych*, 1, 22-35.
- Szmidt, K.J. (2010). *ABC kreatywności*, Warszawa: Wyd. Difin.
- Trafiałek, E. (1995). Człowiek stary w społeczeństwie polskim, *Praca Socjalna*, 4, 17-24.
- Worach-Kardas, H. (1983). *Wiek a pełnienie ról społecznych*, Warszawa-Łódź: PWN.
- Zych, A.A. (1999). *Człowiek wobec starości. Szkice z gerontologii społecznej*, Katowice: Wyd. Śląsk.