

Międzynarodowa konferencja naukowa „Recreational Activity and Joy in Senior’s Life”, Uniwersytet Mikołaja Kopernika, Toruń, 20–21.04.2017 r.

Starzenie się jest procesem biopsychospołecznym i ma charakter dynamiczny, starość zaś jest statyczna. Przebieg procesu starzenia zależy od wielu czynników: genów, miejsca zamieszkania, trybu życia, przebytych chorób, sposobu odżywiania czy relacji z innymi. Jeśli pominąć wpływ przewlekłych chorób, to tym, co wyznacza rytm starzenia się, są zmiany degeneracyjne w układzie nerwowym. Mogą one skutkować różnego typu niedomaganiem, ograniczeniami i niepełnosprawnością fizyczną lub psychiczną. Od strony biologicznej profilaktyka procesu starzenia się będzie zatem polegała przede wszystkim na stymulacji i korekcji procesów nerwowych. Celem tej profilaktyki jest zatem niwelowanie ograniczeń i niedopuszczenie do wystąpienia stanu niepełnosprawności uniemożliwiającej realizację ról społecznych czy wykonywanie zadań życiowych.

Czas wolny, dominujący fenomen wieku senioralnego, bywa różnie wykorzystywany. Szczególnie wartościowe rozwojowo są te aktywności wolnozasowe, które wiążą się z podejmowaniem wyzwań: systematyczna realizacja zainteresowań, aktywność twórcza lub fizyczna. Twórczość może być rozumiana jako tworzenie przedmiotów, ale można też mówić o autokreacji, czyli o tworzeniu samego siebie. Taką, między innymi, funkcję, zgodnie ze swoją nazwą, spełnia rekreacja, która, oprócz wypoczynku i rozrywki, może być ścieżką samodoskonalenia.

Aktywność rekreacyjna może przybierać formę działań fizycznych i/lub umysłowych. Aby aktywności podejmowane przez seniora przyczyniały się do spowalniania procesu starzenia, powinny stanowić wyzwanie, być wynikiem własnej inicjatywy, odbiegać od rutyny, spełniać indywidualne pragnienia i cele. Efektem i znakiem tak ujmowanej aktywności będzie doświadczanie radości. Radość znaczy więcej niż przyjemność. Pojawienie się jej poprzedzone jest wysiłkiem, zmaganiem się z trudnościami. Właśnie radość, a nie przyjemność, jest/powinna być kluczową modalnością aktywności rekreacyjnej seniorów.

Tej problematyce została poświęcona międzynarodowa konferencja naukowa „Recreational Activity and Joy in Senior’s Life”, zorganizowana na Uniwersytecie Mikołaja Kopernika w Toruniu w dniach 20–21.04.2017 r. Organizatorami konferencji byli: Katedra Metodologii Badań Pedagogicznych i Katedra Psychopedagogiki Specjalnej Wydziału Nauk Pedagogicznych

UMK w Toruniu, Wydział Nauk o Ziemi UMK w Toruniu, Uniwersyteckie Centrum Sportowe UMK w Toruniu oraz European Bridge League. Konferencja została objęta patronatem honorowym Ministra Nauki i Szkolnictwa Wyższego.

Celem konferencji była wymiana poglądów pracowników nauki i praktyków, którzy są autorami analiz teoretycznych i pragmatycznych lub realnie angażują się w aktywność rekreacyjną seniorów. Grupa społeczna będąca przedmiotem zainteresowań konferencji staje się w kręgu kultury euroamerykańskiej coraz liczniejsza. Istotnie zwiększająca się grupa seniorów stanowi nie tylko dylemat demograficzny, ale i społeczny.

Konferencja zgromadziła przedstawicieli ośrodków naukowych z kraju i Europy (m.in. z Chorwacji, Holandii, Norwegii, Węgier, Wielkiej Brytanii, Włoch). Pierwszy dzień konferencji rozpoczął się od sesji plenarnej, podczas której wygłoszono sześć referatów poświęconych problematyce aktywności rekreacyjnej seniorów, ze szczególnym uwzględnieniem roli brydża w osiąganiu dobrostanu psychicznego i w partycypacji społecznej. Moderatorami sesji byli: Piotr Błajet i Marek Małyś. W tym dniu uczestnikom towarzyszyła sesja posterowa z bogatą ofertą rodzajów i form aktywności dla seniorów, w tym seniorów z niepełnosprawnością intelektualną. Obrady w sekcjach rozpoczęły się w godzinach popołudniowych. Moderatorem sekcji „Bridge and Healthy Aging” był Marek Małyś, a sekcji „Activity and Seniors’ Health” – Elżbieta Grzelak-Kostulska. Drugiego dnia konferencji odbyły się cztery sekcje: „Institutional Support” (moderator Hanna Solarczyk-Szwec), „Holistic Care” (moderator Józef Binnebesel), „Methods of Support” (moderator Ditta Baczała) oraz „Seniors Competences” (moderator Hanna Solarczyk-Szwec). Obrady plenarne i w sekcjach kończyły się dyskusją na poruszane w wystąpieniach tematy. Dyskusje były poparte argumentami i jeśli nie prowadziły do wypracowania wspólnego stanowiska, to pomagały w określeniu rozbieżności. Taki charakter wymiany poglądów wynikał z faktu spotkania się na tej konferencji przedstawicieli z różnych ośrodków naukowych Europy oraz z wielu dyscyplin nauki, na przykład medycyny, pedagogiki, psychologii, nauk o zdrowiu, kognitywistyki, geografii, socjologii czy nauk prawnych.

*Ditta Baczała
Piotr Błajet*