

**Małgorzata Malec Rawiński**  
Uniwersytet Wrocławski

## **Fenomen długowieczności i starzenia się z perspektywy auto/biograficznej\***

The phenomenon of longevity from the auto/biographic  
perspective

**Streszczenie.** Fenomen długowieczności jest zagadnieniem, które stanowi tajemnicę, fascynuje i budzi niepokój. Jak podają statystyki GUS, żyjemy coraz dłużej. Jednakże na tle innych badań z obszaru starzenia się i starości badania nad stulatkami i dziewięćdziesięciolatkami są ciągle rzadkością. Ogólne, stereotypowe wyobrażenie na temat starości, a jeszcze bardziej długowieczności nie jest łączone z uczeniem się. Długowieczność postrzegana jest bardziej jako okres bierności. Zgadzam się, że jest on wyzwaniem, ale jest też okresem, do którego przygotowujemy się całe życie. Artykuł porusza zagadnienie długowieczności, która zależy zarówno od genów, jak i stylu życia. Celem artykułu jest uchwycenie indywidualnych doświadczeń procesu starzenia oraz osiągnięcia długowieczności w kontekście biograficznego uczenia się. Przedmiotem poszukiwań badawczych jest historia życia stuletniej kobiety mieszkającej w małej społeczności lokalnej z perspektywy auto/biograficznej. Artykuł składa się z dwóch części: pierwsza jest teoretyczno-metodologiczna, a druga to empiryczna, która prezentuje analizę historii życia stuletniej kobiety.

**Słowa kluczowe:** uczenie się, nieformalne uczenie się, biograficzne uczenie się, długowieczność, starzenie się, perspektywa auto/biograficzna.

**Abstract:** The phenomenon of longevity is still a mystery for it both fascinates and causes concern. According to the Central Statistical Office, we live longer. However, in comparison to other studies on senescence and old age, there is scarcity of research on centenarians and nonagenarians. The notions of old age and longevity are not connected with learning. Generally, longevity is related to passivity. The author agrees that it is challenging; however, people prepare themselves for this period during their lifetime. Thus, the aim of the article is

---

\* Test ten powstał jako podziękowanie dla mojej Babcji Anieli, której historia życia i osiągnięta długowieczność stała się dla mnie bezcenną lekcją starzenia się.

to discuss longevity as dependent on genes and lifestyle. The article aims to capture individual experiences of aging and achieving longevity by taking into consideration the context of biographical learning. The subject of the research is life story of a hundred-year-old woman living in a small local community, presented from the auto/biographic perspective. The article consists of two parts: the first is theoretical and methodological, the second is empirical where the analysis of life story of hundred-year-old woman is presented.

**Keywords:** learning, informal learning, biographical learning, longevity, aging, auto/biographic perspective.

Jak podają statystyki GUS, żyjemy coraz dłużej. W 2012 roku mężczyźni w Polsce żyli średnio 72,7 lat, a kobiety 81 lat. Jak wynika z komentarza analityków GUS, prawdopodobnie jest to efekt rozwoju nowych technologii medycznych i nowoczesnych metod diagnostycznych, a także poprawy kondycji zdrowotnej Polaków (Pieńczykowska, 2013). Tak podają statystyki (badania ilościowe) a jak wygląda jakość życia tych osób (badania jakościowe)? Fakt, iż ludzie coraz częściej dożywają trzydziestoletniego wieku, powoduje, że zainteresowanie fenomenem długowieczności zaczyna pojawiać się zarówno w dyskusjach publicznych, jak i publikacjach naukowych (zob. Straś-Romanowska, Frąckowiak, 2009; Frąckowiak, 2012). Jednakże na tle innych badań z obszaru starzenia się i starości, badania nad stulatkami i dziewięćdziesięciolatkami są ciągle rzadkością. Aby tematem przewodnim niniejszego tekstu uczynić właśnie długowieczność, którą zaprezentuję z perspektywy auto/biograficznej, skłonił mnie fakt, iż jestem zarówno badaczką, jak i wnuczką stuletniej kobiety.

## **Geny, styl życia, ciało a długowieczność**

Kilkadziesiąt czy nawet kilkanaście lat temu ludzie nie żyli tak długo jak obecnie. Z jednej strony środowisko było zdecydowanie mniej zanieczyszczone, jedzenie zdrowsze, a jednak ludzie umierali w młodym wieku (często na choroby obecnie uleczalne). Jak podaje WHO, „liczba ludzi w wieku 85 lat i starszych przewidywalnie wzrośnie z 14 do 19 milionów do 2020 roku, a do roku 2050 do 40 milionów” w krajach europejskich. A według prognozy GUS liczba stulatków w Polsce wzrośnie do ponad 9 tysięcy w 2030, a w roku 2050 osiągnie 21 tysięcy. Prognoza wzrastającej liczby osób po 85 roku życia powinna być sygnałem dla zwiększenia działań w kierunku opieki społecznej, medycznej i edukacyjnej dla tej grupy osób, a nie tylko dla seniorów

55 lub 60 plus. Długowieczność staje się wyzwaniem zarówno dla jednostki, jak i dla społeczeństwa.

Zgadzam się z Tomaszem Frąckowiakiem, iż pomimo „rozwoju cywilizacyjnego i postępu technicznego zagadnienie ludzkiej długowieczności wciąż stanowi tajemnicę i fascynuje” (2012, s. 113). A pytanie, czym uwarunkowana jest długowieczność, ciągle pozostaje bez jednoznacznej odpowiedzi. Istnieją badania, które wskazują, że starzenie się i długowieczność zależą od genów (Browner i in.). Geny warunkują długowieczność, jednakże styl życia ma także duże znaczenie. Gdzie mieszkamy (kultura, społeczeństwo)? Jak żyjemy (rytm dnia)? Jaki wykonujemy zawód? Jak mocno stresujące mamy życie/pracę? Czy mamy hobby, zainteresowania? Co jemy i pijemy? Czy ćwiczymy nasze ciało i umysł? Dokonany przez Marię Straś-Romanowską i Tomasza Frąckowiaka (2009) przegląd różnych, dostępnych wyników badań na temat długowieczności wskazuje, że osiągnięcie wieku sędziwego w dużej mierze zależy od zachowań prozdrowotnych i stylu życia, czyli od odpowiedniej diety, ruchu (także pracy fizycznej), unikania używek (alkoholu, papierosów, narkotyków), aktywności umysłowej (zainteresowania, pasje) oraz optymistycznego nastawienia do życia.

Zarówno z perspektywy indywidualnej, jak i społecznej ciało ma istotne znaczenie w procesie starzenia się. Jak zauważa Simon Biggs, „Ja (*Self*) wzrasta i rozwija się, podczas gdy ciało coraz bardziej ulega osłabieniu” (1993, s. 36). Z biegiem lat ciało się zmienia, a narządy zmysłów ulegają „zużyciu”. Słuch, wzrok, mowa, motoryka pogarszają się, stajemy się „innym” wydaniem siebie. Z jednej strony ciało nakłada ograniczenia, ale z drugiej jest w pewnym sensie „przepustką” do świata, jest miejscem ekspresji naszej tożsamości (Biggs, 1993). Tempo starzenia się naszego ciała zależy zarówno od genów, jak i stylu życia, jaki prowadzimy. Współcześnie, jak wynika z badań (zob. Straś-Romanowska, Frąckowiak, 2009), osoby, które żyją długo, cieszą się dobrym zdrowiem i są pełni energii. Bez wątplenia, wraz z procesem starzenia się ciała pojawiają się różne niesprawności, ograniczenia, a to powoduje także zmianę, re/konstruowanie tożsamości przez ciało/wygląd. Podobne zjawisko związane z cielesnością obserwowałam, prowadząc badania wśród osób dorosłych z nabytą niepełnosprawnością (Malec, 2008). Dla tej grupy osób ciało jest ważnym aspektem re/konstruowania tożsamości – szczególnie, kiedy ulega ono widocznej zmianie. Wiele badanych osób z nabytą niepełnosprawnością, osób, które doświadczyły widocznych i odczuwalnych zmian w swoim ciele, po pewnym czasie zaczęło postrzegać „inaczej” swoje ograniczenia i zmiany fizyczne, bardziej w kategorii wyzwania i możliwości aniżeli straty. Nauczyli się funkcjonować w „nowej sytuacji”,

zaakceptowali ją (niektórzy). Podobnie wygląda życie osób po 80 roku życia (a wielu przypadkach także znacznie wcześniej, bo około 65 roku życia), kiedy ciało staje się coraz bardziej niesprawne. Dla wielu osób jest to zupełnie nowa sytuacja, która wywołuje u seniorów (niektórych) zagubienie czy depresję. Są też i takie osoby, które starzeją się konstruktywnie, które akceptują i pokonują swoje ograniczenia. Jest to kwestia indywidualna, tak jak indywidualny jest proces starzenia się; każdy doświadcza go w charakterystyczny dla siebie sposób. Niemniej jednak to, jak będziemy funkcjonować na starość, także w długowieczności, zależy od stylu życia, jaki prowadzimy już od wczesnej dorosłości, jak uczymy się starzeć (Malec, 2011).

## **Tło i metodologia badań – kontekst auto/biograficzny**

Świat, w którym żyjemy, jest wycinkiem danej nam rzeczywistości. Zanurzeni w nim jako badacze/ki nieczęsto zadajemy sobie pytania o ważność zjawisk, które są udziałem naszej codzienności. Od kilku lat problematyka starzenia się i starości jest obszarem moich poszukiwań badawczych. Kiedy w 2011 roku moja babcia, mama mojego taty, kończyła 98 lat, pojawiła się refleksja, że jestem członkiem rodziny długowiecznej, a babcia może być przedmiotem moich badań. Przeprowadziłam wówczas z nią wywiad narracyjny i zaczęłam być zarówno wnuczką, jak i badaczką, a babcia nie tylko babcią, ale także osobą badaną. Zatem z jednej strony przedmiotem gerontologicznej refleksji jest kobieta (obecnie 101-letnia), a z drugiej strony owym „przedmiotem” są także problemy dotyczące tego, jak ludzie się starzeją, jak się komunikują ze światem, jak dokonują się zmiany z perspektywy biegu życia, czym jest długowieczność. Jak twierdzi Elżbieta Zakrzewska-Manterys, „badanie »człowieka« jest pretekstem do ukazania »problemu«; badanie »problemu« jest zaś pretekstem wypowiedzania się o »człowieku«” (1995, s. 10).

Zdaniem Nod Miller (2003, s. 121), badania auto/biograficzne mogą dotyczyć zarówno biografii ludzi, jak i biografii badacza („refleksji nad własnym doświadczeniem, historią bądź tożsamością”) lub stanowić połączenie obu tych form. W prezentowanym studium przypadku podstawą analizy jest historia życia kobiety długowiecznej. Jednakże mam świadomość, iż czyniąc podmiotem badań historię życia swojej babci, nie jestem wolna od refleksji nad własnym doświadczeniem, życiem czy tożsamością, dlatego też przyjęłam w badaniach perspektywę auto/biograficzną (z ukośnikiem). Analiza narracji bliskiej osoby jest w pewnym stopniu redefiniowaniem i rekonstru-

owaniem własnego ja, własnej tożsamości. W tym przypadku jest to w pewnym sensie także auto/rekonstrukcja „ja” badacza, w kontekście rodziny, dziedziczenia i długowieczności. Jak zauważa Miller, tym, co jest wspólne dla wielu publikacji auto/biograficznych z obszaru edukacji dorosłych, to „uznanie refleksji nad doświadczeniem życiowym badacza za kluczowy element analizy procesów badawczych” (2003, s. 123). Prowadząc badania z wykorzystaniem metody biograficznej, jako badacze, jesteśmy w pewien sposób „uwikłani” w biografie osób badanych. Mam świadomość, iż tutaj owo „uwikłanie” jest jeszcze bardziej widoczne, a autorefleksja z tego doświadczenia stanowi dodatkowe źródło danych. Uważam, to za istotny aspekt, który należy uwzględnić w analizie.

Resumując, obszarem poszukiwań badawczych jest historia życia stu-letniej kobiety (Anieli) mieszkającej w małej społeczności lokalnej, zaprezentowana z perspektywy auto/biograficznej. Główne pytania badawcze brzmią następująco: Jak przebiega proces starzenia się z perspektywy auto/biograficznej? Jaki rodzaj uczenia się dominuje u długowiecznej osoby? Jak się uczy? Jak wygląda codzienne życie (styl życia)? Jakie czynniki warunkują osiągnięcie długowieczności? Zatem, nadrzędnym celem niniejszego artykułu jest uchwycenie indywidualnych doświadczeń procesu starzenia oraz osiągnięcia długowieczności z perspektywy auto/biograficznej.

Badacze, którzy stosują podejście auto/biograficzne, sięgają po różne metody pozyskiwania danych (Miller, 2003). Dane do analizy biografii badanej Anieli<sup>1</sup> pochodzą z czterech źródeł: narracji, obserwacji uczestniczącej (auto/refleksja), wywiadów z członkami rodziny (dzieci, wnuczki/wnuki, prawnuczki), fotografii rodzinnych. Wywiad narracyjny przeprowadziłam w lipcu 2011 roku (Aniela miała wówczas 98 lat), intencjonalne obserwacje uczestniczące dokonuję od 2010 roku, nieformalne wywiady z różnymi członkami rodziny na temat Anieli świadomie prowadzę od 2012 roku, natomiast zgromadzone z okazji setnych urodzin babci różne zdjęcia rodzinne są dodatkowym, uzupełniającym, wartościowym materiałem badawczym.

Badacze stosujący metody jakościowe często są elastyczni w sposobie analizy danych, gdyż nie istnieje jedyny, słuszny sposób. Dokonując analizy zgromadzonego materiału (transkrypcja wywiadu narracyjnego, obserwacje, nieformalne wywiady, zdjęcia), opierałam się na sposobie analizy danych teorii ugruntowanej zaproponowanej przez Anzelma Straussa i Barneya Glasera (Glaser, 1992, 1995). Podstawą tej analizy są cztery etapy: kodowanie otwarte, kodowanie selektywne, odkrywanie i nazywanie kategorii

---

<sup>1</sup> Będę naprzemiennie używała w tekście określenia osoba badana lub Aniela.

(Glaser, 1992), które stały się także wyznacznikami dla mojej analizy. Wyłonię z analizy narracji kategorie skonfrontowałam i uzupełniłam pozostałymi danymi (obserwacje, nieformalne wywiady, zdjęcia). Rezultat przedstawię w dalszej części artykułu.

## **Teoria biograficzności jako rama badań**

Teoria biograficzności związana jest z uczeniem się. Peter Alheit i Bettina Dausien twierdzą, że: „biograficzne uczenie odbywa się poprzez interpretacje społecznych struktur i kulturowych kontekstów” (2002, s. 6). Jednakże, aby to uczenie się zrozumieć, ważne jest rozpoznanie sytuacji i warunków, w których ono zachodzi. Każde życie usytuowane jest w konkretnym, ograniczonym przedziale czasu. A obok biologicznej i społecznej krzywej życia, istnieje także indywidualna krzywa, która biegnie przez całe życie. W biografii danej osoby żyjącej w określonym czasie, możemy znaleźć pewne fakty które dotyczą wydarzeń „zewnętrznych”, obiektywnych i są akceptowane przez społeczne normy. Alheit i Dausien (2002) twierdzą, iż każdy posiada unikalny, wyjątkowy, indywidualny plan biograficzny, który wyłania się podczas analizy biograficznej narracji. Analizując proces uczenia się na poziomie indywidualnym, istotne jest uchwycenie zarówno tych subiektywnych doświadczeń, jak i zewnętrznych struktur i obiektywnych faktów, które kształtują bieg życia. Przez uczenie się te dwa elementy: subiektywność i rama strukturalna naszego życia łączą się i dostarczają wiedzy biograficznej (przeżytej i uświadomionej). To „uczenie się wyznacza nam perspektywy i możliwości w naszym życiu i w ten sposób staje się transformujące” (Bron, 2006, s. 19).

Interesującą cechą tej teorii jest rozumienie działania biograficznego jako interakcji ze środowiskiem, które traktowane jest jednocześnie jako wytwór tego działania (Bron, 2006, s. 19). Grupy społeczne, z którymi jednostka wchodzi w interakcje, mają istotne znaczenie dla planu biograficznego. Tym samym uczenie się zostaje ulokowane w relacjach społecznych. Zatem biograficzne uczenie się usytuowane jest zarówno w kontekstach kulturowych, jak i społecznych. Oznacza to, iż rozpoznanie i analiza biograficznego uczenia się wymaga poznania biografii osób. Najlepszym sposobem poznania szerokiej perspektywy życia jednostek, ich sposobu myślenia, przekonań, współdziałania z innymi, sposobu uczenia się, radzenia sobie z problemami, czy odnajdywania się w nowych sytuacjach, jest słuchanie ich narracji, przeprowadzenie wywiadu biograficznego. „Wykorzystując samoświadomo-

mość, uczymy się z naszych biografii przez podsumowywanie, refleksję, samorefleksję, opowiadanie historii innym i sobie samym” (Bron, 2006, s. 19).

Narracje biograficzne ukazują, jak kreuje się ciągłość naszego „bycia”. „Analiza naszych biografii dostarcza wiedzy niezbędnej do zmian w nas samych, spowodowanych nieustannie zmieniającą się sytuacją życiową” (Alheit, Dausien, 2002, s. 6). Umożliwiają narratorowi wgląd w doświadczenia z przeszłości oraz dokonanie krytycznej nad nimi refleksji. Dają możliwość rekonstruowania przeszłości z perspektywy teraźniejszości. Sytuacje lub wydarzenia mają inne znaczenie, gdy ich doświadczamy w danym momencie (kiedy się dzieją na różnych etapach dorosłości: wczesnej dorosłości, wieku średnim), niż kiedy doświadczamy ich w trakcie narracji, nadajemy im znaczenie z perspektywy czasu, dystansu lub w kontekście innych sytuacji, wydarzeń.

Z perspektywy biograficznego uczenia się, rozróżnianie formalnego, pozaformalnego i nieformalnego uczenia nie ma istotnego znaczenia, ponieważ w biograficznym uczeniu się zarówno doświadczenia instytucjonalnego, jak i społecznego uczenia się zostają zintegrowane, tworząc nowe znaczenie. W związku z powyższym, moje rozumienie uczenia się jest bliskie jednej z definicji Petera Jarvisa, który twierdzi że uczenie się to „trwająca całe życie kombinacja procesów, podczas której cała osoba – ciało (genetyczne, fizyczne i biologiczne) oraz umysł (znaczenie, wiedza, zdolności, postawy, wartości, emocje, przekonania i zmysły) – doświadcza sytuacji społecznych, których treść jest następnie przetwarzana poznawczo, emocjonalnie lub praktycznie (lub przez ich dowolną kombinację) i włączona w indywidualną biografię osoby, czego wynikiem jest nieustannie zmieniająca się (lub bardziej doświadczona) osoba” (2009, s. 25). Przyjęcie takiej perspektywy dla moich badań pozwala spojrzeć na długowieczność jako proces uczenia się, do którego przygotowujemy się przez całe życie.

## **Długowieczność z perspektywy biograficznej – analiza historii życia Anieli**

Uczenie się ma miejsce w różnych, codziennych sytuacjach przez całe życie. Dana osoba może, lecz nie musi posiadać doświadczenia formalnej edukacji, co pokażę w dalszej części artykułu, ale nie można „uciec” od uczenia się. Często mylnie myślimy o długowieczności jak o przetrwaniu, a nie jak o uczeniu się. Jednakże twierdzę, że uczymy się tak długo, jak długo żyjemy. Jesteśmy uczącymi się jednostkami przez całe życie. Doświadczenia edu-

cji formalnej mogą być/są sposobem na rozwój czy dzielenie się wiedzą z innymi, jednakże brak takich doświadczeń nie pozbawia uczenia się. Analiza życia długowiecznej Anieli jest tego dowodem. Przed zaprezentowaniem wyników analizy krótka charakterystyka badanej.

Aniela urodziła się w 1913 roku i żyje w małej miejscowości wiejskiej, w południowej części Polski, na Jurze Krakowsko-Częstochowskiej. Przez całe swoje życie nie opuściła (nie migrowała) swojej społeczności lokalnej. Ma trójkę dzieci, dwóch synów i jedną córkę; czwarte dziecko, syn, zmarł krótko po urodzeniu. Aniela ma trzy wnuczki, dwóch wnuków, sześć prawnuczek, trzech prawnuków oraz jednego praprawnuka. Aniela wydaje się zadowolona ze swojej rodziny. Mieszka w jednym domu ze swoją córką, wnuczką, jej mężem i trzema wnuczkami (trzy pokolenia). Mąż Anieli (mój dziadek) zmarł kiedy miała 60 lat. Aniela wyszła za mąż w wieku 23 lat i jak powiedziała *żałuje tego do dziś*. Kiedy jej matka miała 35 lat, jej mąż zmarł, zostawiając ją samą z czwórką dzieci. Od tego momentu rodzina Anieli doświadczała biedy, cierpiąc bardzo z tego powodu. Nie było nic do jedzenia ani do ubrania, mieszkali w bardzo ubogim domu. Dzieci miały tylko jedną parę butów, którą nosiły naprzemiennie. Oznaczało to, że tylko jedno dziecko mogło wyjść na zewnątrz. Toteż tylko starsze rodzeństwo Anieli mogło co drugi dzień uczęszczać do szkoły – prywatnego domu (nie było szkoły w tej miejscowości), gdzie uczono czytać i pisać. Niestety, Aniela nie chodziła do takiej szkoły i do tej pory jest analfabatką, nie potrafi ani pisać, ani czytać. Rodzina Anieli przymierała często głodem, toteż Aniela jako mała dziewczynka (6 lat) musiała iść na służbę do bogatej rodziny, do dworu. Ciągle pamięta, jak krwawiły jej ręce z powodu ciężkiej fizycznej pracy. Z punktu widzenia gramatycznego, stylistycznego poziomu język wysławiania się Anieli jest niepoprawny. Niektóre słowa są trudne do zrozumienia, jeśli nie zna się jej sposobu mówienia. Jednakże wypowiedane zdania wypełnione są refleksją i „prawdą życiową”. Aniela jest drobną (niską) kobietą z silną osobowością. Jest uparta, zawsze dąży do osiągnięcia zaplanowanego celu, nawet teraz, mając 101 lat. Ma swoje zdanie, które często głośno wypowiada, nie dbając o odbiór, czyli o tzw. „co sobie ktoś pomyśli”. Aniela kocha przyrodę, spaceruje po lesie i pracę na roli (polu). Poza niewielkim problemem ze słuchem (ale nie nosi aparatu słuchowego) jest zdrowa i w bardzo dobrej kondycji psychicznej i fizycznej. Przez całe swoje życie nie była w szpitalu, u lekarza – nie cierpi na przewlekłe choroby, nie bierze żadnych leków. Dopiero w ostatnim czasie (koniec grudnia 2014 roku) doświadczyła poważnej choroby oka (wylew). Konkludując, można powiedzieć że Aniela prowadzi wygodne, szczęśliwe życie w gronie rodziny.



Analiza historii życia Anieli wyłoniła kilka głównych kategorii: bieda jako stygmat, uczenie się bez edukacji formalnej, czas zatrzymany w historii, praca jako „napęd” dla życia, brak strachu przed śmiercią, które kolejno przedstawię.

Bieda dla Anieli jest jak stygmat. Doświadczała, cierpiała z powodu biedy jako dziecko, nastolatka, a także jako mężatka. Jednak nie chciała dużo o tym mówić, nie chciała, abym wiedziała, jak bardzo cierpiała. Mimo że teraz niczego jej nie brakuje, ma wszystko co potrzebuje, w jej zachowaniu widoczne jest piętno biedy. Aniela nigdy nie wyrzuci jedzenia, je nawet to, co nieświeże. Prawdopodobnie Aniela już do końca swojego życia nie doświadczy biedy, ale jak powiedziała: *martwię się, aby takiej biedy nie doświadczyły moje dzieci* (wnuki/czki, prawnuki/czki). Piętno biedy jest głęboko ukryte. Nie może od niego „uciec”. Z jednej strony było to dla niej trudne doświadczenie, ale z drugiej strony nauczyło ją nie oczekiwać wiele od życia. Cieszyć się tym co ma, cieszyć się z każdego dnia. Prowadzi proste życie bez pośpiechu i stresu, co pozwala jej być szczęśliwą i silną jednocześnie.

Dla Anieli czas zatrzymał się w historii. Z jednej strony jest świadoma swojego wieku, wie doskonale, ile ma lat, ale z drugiej strony czas przestał dla niej płynąć. Kiedy opowiada o I wojnie światowej, mówi „tamta” wojna, a o II wojnie światowej mówi „ta” wojna. Z perspektywy czasu doświadczenia wojenne pozostawiły ślad w jej życiu; ciągle je pamięta i wspomina. Czas „odmierza” doświadczeniami. Pamięta bardzo dużo wydarzeń z życia rodziny, które porządkują jej bieg życia. Kolejne lata niewiele dla niej znaczą. Pory roku są dla niej miernikiem upływu czasu. „Umiera/zасыpia” podczas zimy, budzi się wiosną i latem. Podąża za kalendarzem natury. Czas jest dla niej relatywny, bez pośpiechu oczekuje kolejnego dnia, kolejnej pory roku.

Uczenie się bez edukacji formalnej. Żaden poziom edukacji formalnej nie został osiągnięty przez Anielę. Jak powiedziała: *Nie spędziłam ani jednego dnia w szkole*. Jako analfabetka nie przeczytała ani jednej książki przez całe swoje życie. Co oznacza, że jej wiedza opiera się na nieformalnym uczeniu się. Aniela uczy się z codziennych doświadczeń, przez obserwacje innych i przyrody, a także przez kontakty społeczne (rodzina, sąsiedzi, znajomi). Jedynym źródłem wyselekcjonowanych informacji jest telewizja, którą coraz rzadziej ogląda. Wielość i szybkość przepływu informacji ją przytłacza, przestała rozumieć, co jest prezentowane w TV. Aniela poświęca wiele czasu na rozmyślanie, refleksję o życiu. Uczenie jej jest nieplanowane, okazjonalne, nieoczekiwane, eksperymentalne, sytuacyjne i nienazywane przez Anielę. Jej zdania są proste, ale często wypełnione mądrością. Wielu z nas nie wyobraża sobie dożyć 100 lat bez umiejętności czytania i pisanja, a tak-

że być zdrowym oraz szczęśliwym. Szczególnie jest to trudne, gdy współcześnie edukacja formalna zdominowała nasze życie. Dobra szkoła/edukacja oznacza dobre i długie życie. Ale czy okazuje się to prawdą, kiedy patrzy się na życie Anieli?

Praca jako „napęd” dla życia. Praca jest sensem życia Anieli, „trzyma ją przy życiu”. Jak powiedziała: *nie mogłabym żyć bez pracy*. Aniela lubi być zajęta. Przez całe życie pracowała fizycznie. Prowadziła gospodarstwo i pracowała na roli. Nigdy nie uprawiała żadnego sportu, ale jest w bardzo dobrej kondycji fizycznej. Codzienne obowiązki dostarczały jej aktywności i ciągłego ruchu. Nawet teraz, gdy rodzina nie pozwala jej nic robić z racji wieku, ma własne pomysły na „bycie zajęta” – z sukcesem i uporem je realizuje. Jej potrzeba bycia aktywnym, zajętym, jej samodzielne planowanie i realizowanie zadań jest „motorem napędowym” do życia.

Brak lęku przed śmiercią. Aniela chce umrzeć, nie czuje lęku przed śmiercią. Jak powiedziała: *nie jestem już potrzebna na tym świecie*. Myśli, że już czas przejść do wieczności. W jej wyobrażeniu czyściec jest miejscem, do którego idzie się po śmierci. Jest to miejsce nazwane przez nią poczekalnią. Tam otrzymuje się informację, gdzie idzie się dalej, ponieważ można pójść do wielu różnych miejsc na świecie. Aniela myśli, że tym miejscem, do którego zostanie „przekierowana” po śmierci będzie las, bo bardzo lubi po nim chodzić. Śmierć nie jest dla niej końcem, jest początkiem czegoś lepszego, to następny krok. Chce odejść w spokoju. Jest pogodzona ze śmiercią.

Zaprezentowane kategorie są najbardziej wysyconymi spośród wyłonionych z narracji i sprawdzone z pozostałymi danymi. W wielu aspektach, korespondują one z wyznacznikami jednej z teorii starzenia się, gerotranscendencji Larsa Tornstama (2005; zob. Malec, 2012). Mam też świadomość, że każda analiza może przejawiać niedoskonałości, także ta, której rezultaty przedstawiłam powyżej. Tak jak nie ma dobrych czy złych narracji, tak też, moim zdaniem, nie ma dobrych czy złych kategorii.

## Refleksje i konkluzje

Długowieczność dla wielu osób jest wyzwaniem. Jedni chcą żyć długo, a inni czują lęk przed długim życiem. Trudno jednoznacznie wskazać, co decyduje o długości naszego życia. Wyniki badań Tomasza Frąckowiaka (2012), przeprowadzonych wśród osób długowiecznych oraz osób wczesnego (60–74 rok życia) i późnego (75–89 rok życia) starzenia się (łącznie 352 osoby), wskazują, iż poczucie jakości życia w wieku długowieczności zmienia swoją struk-

ture. Analiza przypadku długowiecznej Anieli daje wgląd w zmianę (a może raczej jej brak) struktury jakości życia z indywidualnego poziomu. Co można uznać jako głębsze rozpoznanie problemu i potraktować jako uzasadnienie dla podjęcia badań jakościowych na szerszą skalę.

Aniela jest lokalnie zakorzeniona, a cały jej świat to środowisko, w którym żyje od urodzenia. Poczucie „zakorzenienia” i praca kształtują jej tożsamość oraz nadają sens i jakość życia. Jej struktura życia nie ma kształtu sinusoidy, jest to raczej droga trzymająca jeden poziom, jeden kierunek. Używając metafory, jest stała jak „drzewo iglaste”, które nie zrzuca swoich igieł, ciągle zielone i trwałe. Mimo iż ma świadomość zachodzących zmian, to świat globalny wydaje się jej nierealny, mistyczny i odległy. Wywołuje on w niej poczucie lęku. Jej świat to bliscy, rodzina i sąsiedzi (społeczność lokalna). To oni dają jej poczucie bezpieczeństwa. Jest uparta, refleksyjna, akceptująca to, co życie przynosi oraz nie ma lęku przed śmiercią, jest pogodzona z odejściem do *wieczności*. Wykazuje pokorę i wdzięczność wobec życia. To daje jej spełnienie, spokój i szczęście.

Świat zmienia się nieustająco, co powoduje że nasza wiedza o nim także ulega transformacji. Żyjąc w takim świecie, zmuszeni jesteśmy, w pewnym sensie, do ciągłego uczenia się, często nieświadomie. Uczymy się sytuacyjnie przez doświadczenie i interakcje z innymi. Z jednej strony długie życie jest interesujące, ale z drugiej strony bardzo skomplikowane. Nasza wiedza o świecie, jak ten świat postrzegamy i jakie ma on dla nas znaczenie, w dużej mierze zależy od kultury, miejsca, w jakim żyjemy, od naszych doświadczeń (trudności, problemów, radości, sukcesów itp.) oraz poziomu akceptacji życia. Tak więc granice naszej wiedzy są granicami naszej rzeczywistości. Poszerzając granice otaczającego nas świata, poszerzamy granice naszej rzeczywistości. Ta rzeczywistość może być, jak w przypadku Anieli, ograniczona do lokalności lub otwarta na perspektywy globalne.

Aniela nie ukończyła żadnego poziomu edukacji formalnej, co nie pozbawiło jej umiejętności uczenia się. Uczyła się głównie z doświadczenia swojego, innych oraz obserwując przyrodę, z którą była/jest w synergii<sup>2</sup>. W ciągu stuletniego życia Anieli wiele rzeczy uległo zmianie: elektryczność, woda, cięgi, multimedia, komunikacja, standard życia, jedzenie. I choć prezentuje kulturę oralną, a jej wiedza oparta jest tylko na nieformalnym uczeniu się, „nie zwolniło” jej to od przyswajania wiedzy. Mimo że formalna i pozaformalna edukacja nie miała miejsca w życiu Anieli, to nieformalne uczenie

<sup>2</sup> Zob. Model uczenia się D. Kolba (Illeris, 2006) czy teoria uczenia się sytuacyjnego J. Lave i E. Wagner (Malewski, 2010).

się pomogło jej dożyć 100 lat w bardzo dobrej kondycji fizycznej i psychicznej. Myślę, że Aniela może być pewnego rodzaju lustrem naszych oczekiwań w stosunku do życia. Możemy zadać pytanie: co tak naprawdę jest w życiu ważne?

Analiza narracji w perspektywie auto/biograficznej to nie tylko podanie refleksji życia badanej osoby, ale to także auto/refleksja badacza/ki. To auto/rekonstrukcja „ja” badaczki, w kontekście rodziny, dziedziczenia i długowieczności. To zmiana perspektywy i spojrzenie na swoje życie jak na pajęczynę, która ma wiele licznych nitek (subiektywnych doświadczeń, ram strukturalnych), a jedną z nich, być może przewodnią, silną jest rodzina i dziedziczenie (habitus pierwotny). Jestem przekonana, że mimo tego, iż każdy z nas posiada taką nitkę w swojej pajęczynie życia, to często zapominamy o jej wartości i ważności.

Konkludując, jak pokazuje analiza życia Anieli, istotna w procesie starzenia się i osiągnięcia długowieczności jest refleksyjność, dążenie do realizacji celów oraz akceptacja własnej rzeczywistości. Długowieczność wówczas jest darem wypełnionym wdzięcznością i pokorą.

## Bibliografia

- Alheit P., Dausien B. (2002), *The double face of lifelong learning: Two analytical perspectives on a silent revolution*, „Studies in the Education of Adults”, 34 (1), s. 3–22.
- Biggs S. (1993), *Understanding ageing. Images, attitudes and professional practice*, Open University Press, Buckingham.
- Bron A. (2007), Learning, Languages and Transition, [in:] L. West, P. Alheit, A. S. Andersen, B. Merrill (eds.), *Using Biographical and Life History Approaches in the Study of Adult and Lifelong Learning: European Perspectives*, PETER LANG, Frankfurt am Main.
- Bron A., (2006), Rozumienie uczenia się w teoriach andragogicznych, „Teraźniejszość Człowiek Edukacja”, 4 (36), s. 7–25.
- Denzin N.K. (1989), *Interpretive biography*, SAGE Publications, Newbury Park, London & New Delhi.
- Frąckowiak T. (2012), *Poczucie jakości życia osób długowiecznych*, „Psychologia Rozwojowa”, t. 17, nr 1, s. 101–114.
- Glaser B. G. (1992), *Basics of grounded theory analysis*, Sociology Press, Mill Valley.
- Glaser B. G. (1995), *Doing grounded theory: issues and discussions*, Sociology Press, Mill Valley.
- Illeris K. (2006), *Trzy wymiary uczenia się*, Wydawnictwo Naukowe DSW, Wrocław.
- Jarvis P. (2009), *Learning to be a person in society*, Routledge, London and New York.

- Malewski M. (2010), *Od nauczania do uczenia się. O paradygmatycznej zmianie w andragogice*, Wydawnictwo Naukowe DSW, Wrocław.
- Malec M. (2008), *Biograficzne uczenie się osób z nabytą niepełnosprawnością*, Oficyna Wydawnicza ATUT, Wrocław.
- Malec M. (2011), *Poszukiwanie recepty na starość – wyzwaniem dla edukacji dorosłych: refleksje nad uczeniem się starości przez całe życie*, [w:] M. Malec (red.), *Edukacyjne, kulturowe i społeczne konteksty starości*, Oficyna Wydawnicza ATUT Wrocław, s. 11–28.
- Malec M. (2012), *Gerotranscendencja – teoria pozytywnego starzenia się. Założenia i znaczenie*, „Dyskursy Młodych Andragogów”, red. M. Olejarz, t. 13, s. 45–60.
- Miller N. (2003), *Auto/biografia w badaniach nad edukacją i uczeniem się całościowym*, „Teraźniejszość Człowiek Edukacja”, 1 (21) s. 121–138.
- Straś-Romanowska M., Frąckowiak T. (2009), *Fenomen długowieczności. Perspektywa psychologiczna*, [w:] H. Romanowska-Łakomy (red.), *Odrodzenie człowieczeństwa. Ludzkie transformacje*, ENETEIA, Warszawa.
- Tornstam L. (2005), *Gerotranscendence. A developed theory of positive aging*, New York.
- Zakrzewska-Manterys E. (1995), *Down i zespół wątpliwości. Studium z socjologii cierpienia*, Semper, Warszawa.

## Netografia

- Pieńczykowska J. (2013.08.05), *Żyjemy coraz dłużej. Od 2000 roku średnia długość życia Polaka wydłużyła się o 3 lata*, dostępny na: <http://www.polskatimes.pl/artukul/962058,zyjemy-coraz-dluzej-od-2000-roku-srednia-dlugosc-zycia-polaka-wydluzyła-sie-o-3-lata,id,t.html> (dostęp: 10.12.2014).
- Warren S. Browner, MD, MPH; Arnold Kahn, PhD; Elad Ziv, MD; Alex Reiner, PhD; Junko Oshima, MD, PhD; Richard Cawthon, PhD; Wen-Chi Hsueh, PhD; Steven R. Cummings, MD, *The Genetics of Human Longevity*, dostępny na: [http://www.longevityconsortium.org/resources/publications/the\\_genetics\\_of\\_human\\_longevity.pdf](http://www.longevityconsortium.org/resources/publications/the_genetics_of_human_longevity.pdf) (dostęp: 24.04.2014).
- WHO, dostępny na: [www.euro.who.int/en/what-we-do](http://www.euro.who.int/en/what-we-do) (dostęp: 24.04.2014).

