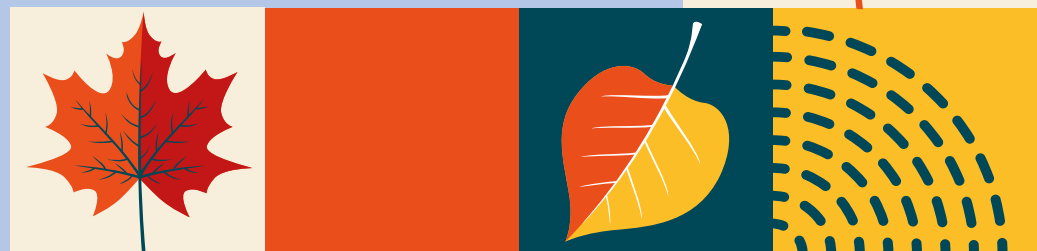


KONFERENCJA



„Akceptować starość – organizacja usług dla osób starszych”

Badanie potrzeb osób starszych

dr Piotr Sikora

Uniwersytet Opolski

Czy to już starość?

Czy jestem już osobą starszą?



Tradycyjna linia wyznaczająca granice starości biegła mierząc czas jak upłynął od momentu urodzin

Urodziny

Progi starości np. 60 lat, 65, lat
Jestem stary bo mam już 60 lat



Czy to już starość?

Współczesna i akceptowana przez osoby starsze koncepcja zwraca głównie uwagę na przewidywaną długość życia

Mój obecny wiek – czy jestem stary?
Skoro mogę żyć jeszcze co najmniej 30 lat
Tak wiele mogę zrobić
Tak wiele mam planów
Jestem młody bo mam dopiero 60 lat



Czy to już starość?

**Ustawa z dnia 11 września 2015 r.
o osobach starszych
(osoba starsza – osoba,
która ukończyła 60. rok życia)**



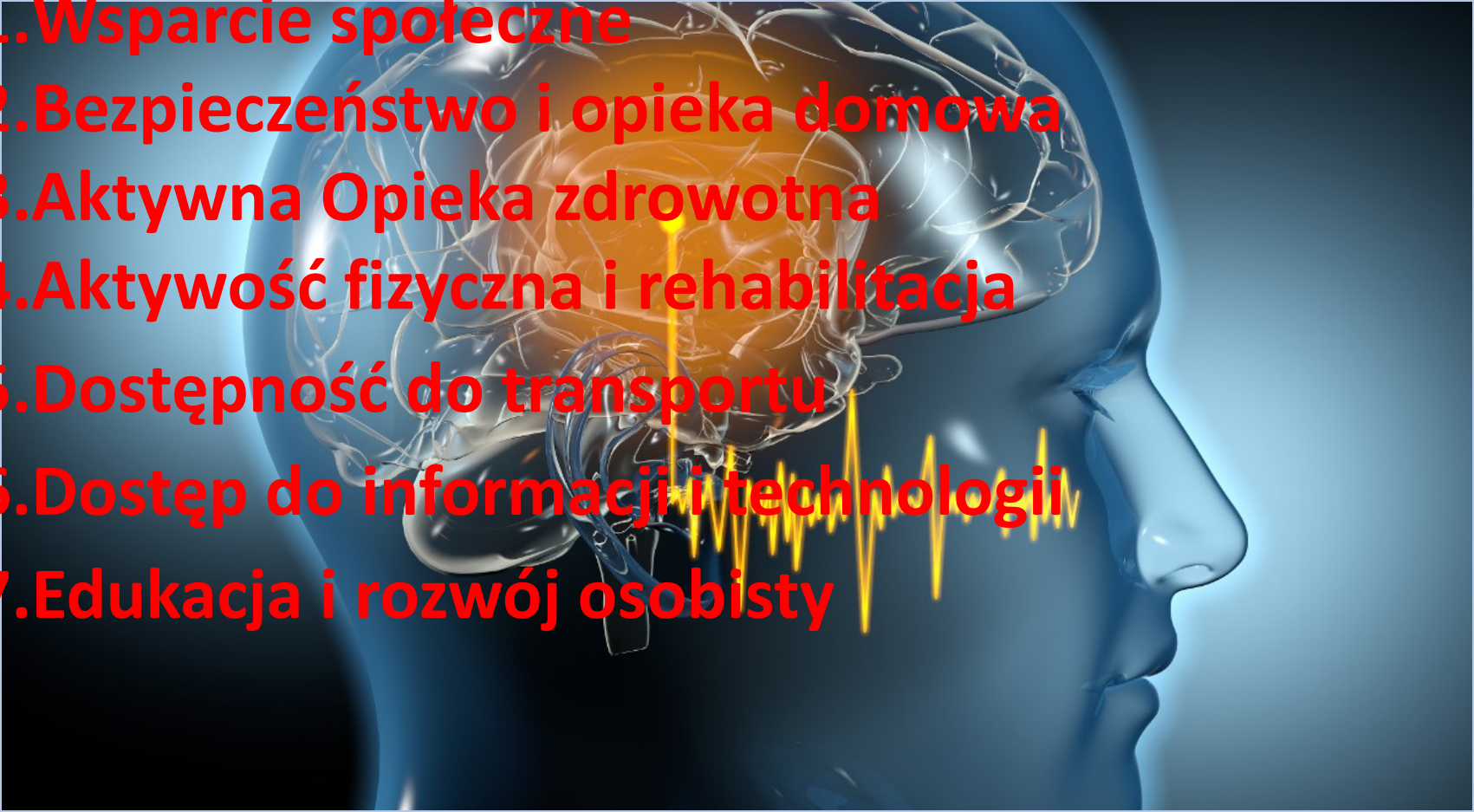
**WHO (np. długowieczność
(sędziwość),
okres po ukończeniu 90 r. ż.**

Potrzeby osób starszych

Badania nad badaniami

Metaanaliza

Evidence Based Practice

- 
1. **Wsparcie społeczne**
 2. **Bezpieczeństwo i opieka domowa**
 3. **Aktywna Opieka zdrowotna**
 4. **Aktywność fizyczna i rehabilitacja**
 5. **Dostępność do transportu**
 6. **Dostęp do informacji i technologii**
 7. **Edukacja i rozwój osobisty**

Potrzeby osób starszych

Społeczeństwo informacyjne (*termin wprowadzony już w 1963 roku)

- Znajomość technologii
- Teleopieka zdrowotna
- Bezpieczeństwo online
- Aktywność społeczna online
- Elastyczne opcje opieki zdrowotnej i społecznej
- Zrównoważony styl życia



Jak badamy obecnie potrzeby osób starszych

- **Badanie PAPI (Paper & Pen Personal Interview)** to wystandaryzowany wywiad bezpośredni w postaci papierowego kwestionariusza.
- **Badanie CAPI (Computer Assisted Personal Interview)** to wywiad personalny, **wspomagany komputerowo**. Badania ilościowe CAPI polegają na zadawaniu pytań przez ankietera w czasie spotkania „twarzą w twarz” z respondentem. Odpowiedzi są rejestrowane w systemie komputerowym.
- **Badanie CAWI (Computer Assisted Web Interview)** to wywiad internetowy **wspomagany komputerowo**. Najprościej wyjaśniając, badanie metodą CAWI polega na wysyłce przez Internet ankiety elektronicznej, którą odbiorca wypełnia samodzielnie.
- **Badania CATI (Computer Assisted Telephone Interview)** to wywiad telefoniczny, **wspomagany komputerowo**. W praktyce badanie CATI polega na zadawaniu respondentom pytań w trakcie rozmowy telefonicznej. Udzielane odpowiedzi są wprowadzane bezpośrednio do systemu komputerowego. Metoda badania CATI nie wymaga więc zastosowania papierowego kwestionariusza.
- **(IDI - Individual In-depth Interview)**, sprowadzają się do bezpośredniej rozmowy badacza (moderatora) z pojedynczym respondentem - w wywiadzie takim nie biorą zatem udziału osoby trzecie.



Wyniki badań potrzeb osób starszych

- Analizując wyniki uzyskane w trakcie badania mieszkańców pod kątem potrzeb osób starszych można zauważyć, że najwyższy odsetek respondentów uważa, że na terenie miasta XXXXXXXXXX seniorom należy zapewnić:
 - wsparcie finansowe (40%)
 - wsparcie emocjonalne (38%)
 - potrzeba organizowania usług opiekuńczo-pielęgniacyjnych (23%)
 - potrzeba wykonywania ciężkich, fizycznych prac domowych,
 - potrzeba zwiększenia dostępu do specjalistycznej pomocy medycznej(19%)
 - potrzeba prowadzenia doradztwa i załatwiania spraw urzędowych (19%).
 - potrzeba zwiększeniem form spędzania czasu wolnego (13%)
 - potrzeba 12% – wykonywaniem wszystkich prac domowych (12%)
- 4% badanych nie wie, jakie są główne potrzeby osób starszych w lokalnym środowisku



W jaki sposób chciał(a)by Pan/i spędzać swój czas wolny?

*diagnoza w związku z przekształceniem OPS w CUS

- chodzić do teatru, opery, na koncerty 30%
- chodzić do kina 27%
- podróżować, zwiedzać różne ciekawe miejsca 26%
- dokształcać się i uzupełniać swoje kwalifikacje 23%
- spędzać czas z rodziną 18%
- spędzać czas ze znajomymi 16%
- chodzić do muzeów, na wystawy 14%
- chodzić na spacer i piesze wycieczki 14%
- uprawiać sport 11%
- uczyć się języków obcych 10%
- poświęcać się swojemu hobby 8%
- uczyć się obsługi komputera 7%
- uczestniczyć w działalności jakiejś grupy 6%
- czytać książki, gazety 5%
- trudno powiedzieć 2%
- w inny sposób 0%

	usługi opiekuńcze i specjalistyczne usługi opiekuńcze
	dostęp do ośrodków wsparcia dziennego
	organizowanie szkoleń i doradztwo dla opiekunów osób starszych i z niepełnosprawnością
	wsparcie finansowe
	wsparcie w dożywianiu
	pomoc w uzyskaniu świadczeń dla osób z niepełnosprawnością
	wypożyczenie sprzętu rehabilitacyjnego
	poszerzanie oferty ochrony zdrowia
	organizacja transportu
	usługi doradcze w formie mobilnej (np. psycholog)
	rozwój oferty spędzania czasu wolnego
	wsparcie w zakresie zmniejszania izolacji społecznej i zapewniania towarzystwa osobom samotnym
	wsparcie w codziennych czynnościach (sprząatanie, zakupy)
	promowanie informacji o potrzebach i możliwościach osób starszych i z niepełnosprawnością wśród lokalnej społeczności
	wdrożenie seniorów w procesy decyzyjne w gminie (np. rada seniorów)
	inne (jakie?).....





Jak można badać

- **Badania etnograficzne:** Badania te polegają na obserwacji codziennego życia osób starszych w ich naturalnym otoczeniu. Dzięki temu można lepiej zrozumieć ich zwyczaje, potrzeby i wyzwania.
- **Badania behawioralne:** Analiza zachowań osób starszych może dostarczyć cennych informacji na temat ich potrzeb. Śledzenie nawyków, interakcji społecznych i działań codziennych może pomóc w identyfikacji obszarów, w których wymagane jest wsparcie
- **Wywiady pogłębione:** Długie, głębokie wywiady pozwalają lepiej zrozumieć osobiste doświadczenia i potrzeby osób starszych. To interaktywne podejście pozwala na lepsze uchwycenie kontekstu ich życia



Jak można badać

- **Grupy fokusowe:** Organizowanie grup fokusowych z udziałem osób starszych umożliwia zgłębienie ich perspektywy i wymianę doświadczeń w interaktywny sposób.
- **Technologie wspomagające:** Wykorzystanie nowoczesnych technologii, takich jak inteligentne urządzenia, noszenie czujników zdrowia czy teleopieka, pozwala na zbieranie danych w czasie rzeczywistym i dostarcza bardziej obiektywnych informacji na temat potrzeb osób starszych.
- **Badania partycypacyjne:** Włączenie osób starszych do procesu badawczego, pozwalając im aktywnie uczestniczyć w identyfikowaniu problemów i poszukiwaniu rozwiązań, może przynieść cenne spostrzeżenia



Jak można badać

- **Analiza danych z mediów społecznościowych:** W miarę wzrostu korzystania z mediów społecznościowych przez osoby starsze, analiza ich treści może dostarczyć informacji na temat ich potrzeb, zainteresowań i aktywności.
- **Prototypowanie i testowanie rozwiązań:** Tworzenie prototypów nowych rozwiązań i testowanie ich z udziałem osób starszych pozwala na uzyskanie bezpośredniej informacji zwrotnej na temat użyteczności i przydatności tych rozwiązań.

Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeba długiego życia osób starszych (Zadowolenie i satysfakcja, Wypełnianie życiowej misji, Zachowanie autonomii, Relacje rodzinne i społeczne: Dostęp do nowoczesnej opieki zdrowotnej, Rozwój społeczeństwa i gospodarki, Postęp w dziedzinie nauki i technologii)

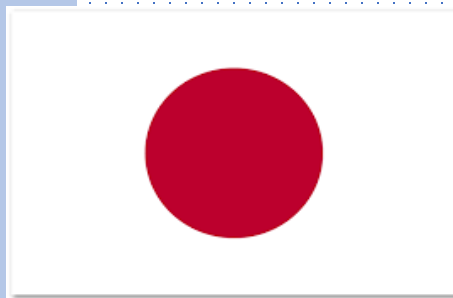


Japonia – cud długowieczności czy polityka – zasługa rozwoju medycyny



Polska

37,75 miliona - mieszkańcy
2,6 tys. - stulatkowie



Japonia

125,7 miliona - mieszkańcy
~~8,6 tys. - stulatkowie~~
80 tysięcy stulatków

Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeba bycia młodszym (Pragnienie utrzymania aktywności, Kultura młodzieńcza, Strach przed starzeniem się, Środowisko społeczne, Zmiany ról społecznych)



Wellbeing - dobrostan

- Długie życie w zdrowiu to nie tylko brokuły, ale też życzliwość, bycie uczynnym i dobrym człowiekiem



Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeba wywierania wpływu (Utrzymywanie kontroli, Współdecydowanie, Mentorstwo i dzielenie się doświadczeniem, Zaangażowanie społeczne, Kształtowanie dziedzictwa, Aktywność polityczna, Poczucie wartości)



Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeba zmiany ról społecznych (Aktywność społeczna i zawodowa, Dłuższe życie zawodowe:, Znaczenie doświadczenia i mądrości: , Zmiana w strukturze rodzin:, Rola opiekunów: , Zmiana w podejściu do starzenia się, Technologia jako narzędzie integracji społecznej)

Najstarsi studenci studiów stacjonarnych w Uniwersytecie Opolskim

Rok urodzenia studenta	Rodzaj studiów stacjonarnych	Kierunek
1944 (76 lat)	I stopnia	Historia i teraźniejszość 40+
1945 (75 lat)	III stopnia	Teologia
1947 (73 lata)	I stopnia	Historia i teraźniejszość 40+
1947 (73 lata)	III stopnia	Teologia
1948 (72 lata)	I stopnia	Historia i teraźniejszość 40+
1949 (71 lat)	III stopnia	Nauki o rodzinie
1950 (70 lat)	I stopnia	Język polski od podstaw z językiem niemieckim
1951 (69 lat)	I stopnia	Historia i teraźniejszość 40+
1951 (69 lat)	I stopnia	Edukacja artystyczna w zakresie sztuk plastycznych
1951 (69 lat)	I stopnia	Filologia
1953 (67 lat)	II stopnia	Biologia
1954 (66 lat)	II stopnia	Edukacja artystyczna w zakresie sztuk plastycznych
1954 (66 lat)	I stopnia	Historia i teraźniejszość 40+
1955 (65 lat)	III stopnia	Filozofia
1956 (64 lata)	I stopnia	Historia i teraźniejszość 40+
1956 (64 lata)	I stopnia	Inżynieria środowiska
1956 (64 lata)	I stopnia	Turystyka i kultura śródziemnomorska
1956 (64 lata)	I stopnia	Historia i teraźniejszość 40+

Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeba odbycia podróży życia, często nazywanej także "podróżą marzeń" (Spełnianie marzeń, Doświadczanie nowych kultur,

Tworzenie wspomnień, Odkrywanie piękna świata, Przywracanie energii i motywacji, Rozwijanie pasji: Zapewnienie radości i radości z życia)



Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeby seksualne

Seks skutecznie odejmuje seniorom lat



- Seks może sprawić, że organizm długo pozostanie w dobrej formie - zarówno fizycznej, jak i psychicznej. Udowodniono, że **hamuje on proces starzenia**.
- Naukowcy z Uniwersytetu Kalifornijskiego wykazali, że **uprawianie seksu co najmniej raz w tygodniu ma działanie odmładzające**. Przeprowadzili badanie, w którym uczestniczyło 129 kobiet pozostających w stałych, długoletnich związkach. Sprawdzano także strukturę ich DNA na podstawie badań krwi.
- Dla badaczy ważna była długość ich telomerów (zakończeń chromosomów), ponieważ im są dłuższe, tym człowiek biologicznie młodszy. Skracają się w wyniku używek, niezdrowej diety i braku aktywności fizycznej.
- Okazało się, że **panie, które kochały się co najmniej raz w tygodniu, miały dłuższe telomery**. To oznacza, że ich wiek biologiczny był niższy. Co więcej, naukowcy stwierdzili, że dla zachowania młodości nie jest ważny stopień satysfakcji wynikający z seksu, a tylko częstotliwość współżycia.

Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeba nieśmiertelności



208

PATIENTS

Alcor is the world leader in cryonics, with the most advanced technology of any cryonics organization. We're constantly innovating and improving.

1,415

MEMBERS

Becoming an Alcor member is easy – and surprisingly affordable. If you're looking to sign up for cryonics, you've come to the right place.

51

YEARS SERVING CRYONICS

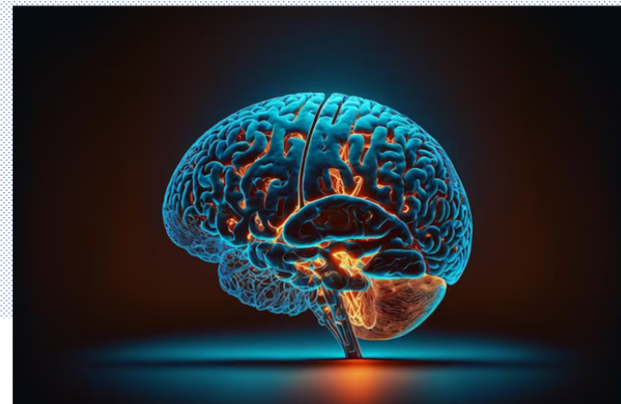
Alcor was incorporated in California in 1972 by Fred and Linda Chamberlain. Fred is now cryopreserved at Alcor, and Linda still works here!

Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeba nieśmiertelności

Ludzie staną się cyfrowo nieśmiertelni w latach ok. 2040-2045

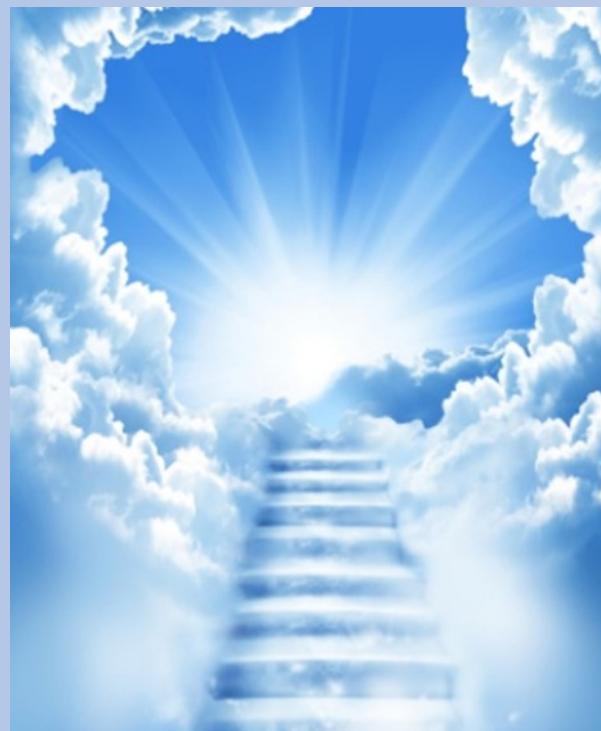
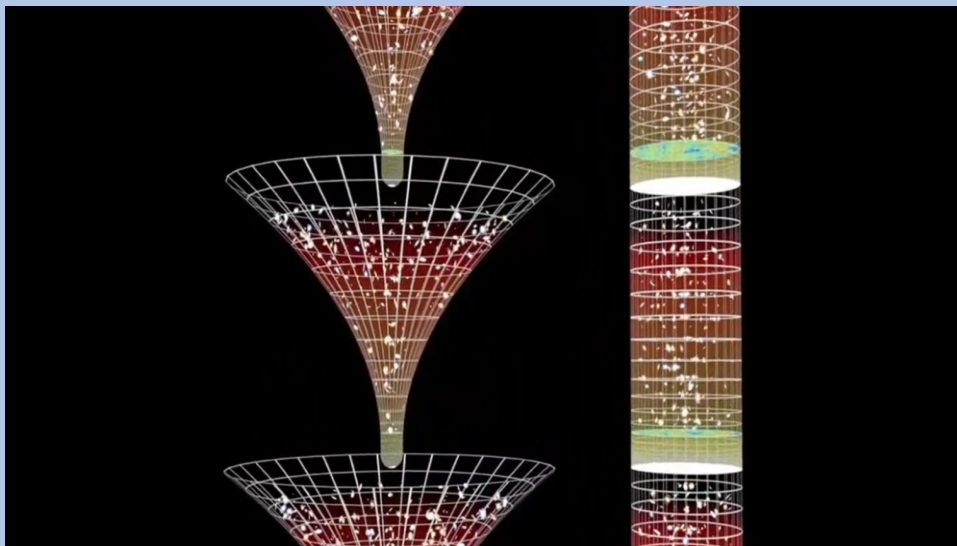
- Transfer umysłu, **kopiowanie** umysłu, emulacja **mózgu** – hipotetyczny proces skopiowania lub przeniesienia świadomości **człowieka** do komputera, poprzez precyzyjne zmapowanie wszystkich połączeń neuronalnych w **mózgu** i wierne odtworzenie ich działania w symulacji komputerowej. **Nieśmiertelność przestaje być rozważana jako kategoria eksperymentu myślowego**



Potrzeby o które badacze nie pytają

Potrzeba doświadczania transcendencji

Po drugiej stronie???



Zamiast zakończenia

„Dotychczasowa polityka społeczna była skoncentrowana na tworzeniu sieci wsparcia, integracji społecznej i aktywizacji, a jej organizatorom przyświecała przede wszystkim idea zapobiegania wykluczeniu społecznemu osób starszych. Reprezentanci III i IV wieku byli traktowani, jako beneficjenci programów i projektów pomocowych – to dla nich i z myślą o nich tworzone różnorodne oferty ukierunkowane na zespojenie indywidualnych potrzeb jak i tych, które były artykułowane przez zorganizowane grupy. Kierunek wsparcia był zdecydowanie od środowiska do seniora. Model wykorzystania zasobów osób starszych w budowaniu kapitału społecznego wykorzystuje wzajemne przepływy zasobów i energii i wzajemne korzyści. Seniorzy nie będą mogli w pełni partycypować w życiu społecznym bez odpowiedniego wsparcia, ale jednocześnie lokalne wspólnoty nie osiągną wysokiego poziomu kapitału społecznego bez wykorzystania zasobów tkwiących w osobach starszych”

P.Sikora, Zasoby osób starszych w budowaniu kapitału społecznego Śląska Opolskiego, Opole 2020.

Serdecznie dziękuję za uwagę