

Zasoby opiekunów osób starszych i ich uwarunkowania¹

Anna I. Brzezińska, Sylwia Wójcik²

Instytut Psychologii, Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu

Słowa kluczowe: zasoby zewnętrzne, zasoby wewnętrzne, przyjemność, zaangażowanie, sens

Streszczenie

Badania były nastawione na poszukiwanie czynników, które mogą mieć wpływ na nastawienie opiekunów osób starszych do swojej pracy. Celem było także określenie obszarów, które można byłoby wspierać, tak aby opiekun był zdolny do odczuwania w swojej pracy przyjemności, zaangażowania i sensu. W badaniu wzięło udział 98 osób, pracowników czterech domów pomocy społecznej dla osób starszych zlokalizowanych na terenie Wielkopolski. Badanie przeprowadzono za pomocą dwóch kwestionariuszy: *Ocena wielkości posiadanych zasobów* i *Poczucie ważności posiadanych zasobów*. Badane zasoby podzielono na dwie kategorie: podmiotowe (wewnętrzne) i środowiskowe (zewnętrzne). Ważność zasobów okazała się dla opiekunów bardziej istotna niż ich wielkość. Ponadto osoby badane aktualne zasoby oceniają jako mniejsze i jako mniej ważne źródło wsparcia dla siebie w trudnych sytuacjach niż zasoby pochodzące z wcześniejszych okresów życia. W wyniku przeprowadzonej analizy skupień wyodrębniono pięć podgrup osób podobnych do siebie pod względem oceny wielkości swoich zasobów, jak i oceny ich ważności, podgrupy te nazwano: „Bezkrytyczna wiara w środowisko”, „Krytyczni wobec roli środowiska”, „Malkontenci”, „Krytyczni wobec siebie”, „Przekonani o własnej wartości”.

Resources of caregivers of elderly people and their determinants

Key words: external resources, internal resources, pleasure, involvement, sense

Abstract

The research aim is identifying factors which may have an effect on the attitude of carers of the elderly towards their work. The goal is also to specify the areas where support could be offered to enable caregivers to experience the feelings of pleasure, involvement and sense in relation to their work. The study encompassed 98 participants, workers of four care homes for the elderly located in the Wielkopolska region. The study was conducted by means of two questionnaires: *The assessment of the size of possessed resources* and *The perceived importance of possessed resources*. The resources investigated were divided into two categories: subjective (internal) and environmental (external). The importance of the resources proved to be more significant for caregivers than their size. Furthermore, the respondents assessed current resources as smaller and less important as a source of support for them in difficult situations than the resources coming from earlier periods of life. As a result of the performed cluster analysis (k-means method) five subgroups of carers were identified according to the similarity of the assessment of both the size and importance of their resources; the subgroups were labelled: “Uncritical faith in the environment”, “Critical of the role of the environment”, “Malcontents”, “Critical of oneself”, “Convinced about one’s worth”.

¹ Artykuł został przygotowany na podstawie badań przeprowadzonych na potrzeby pracy magisterskiej mgr Sylwii Wójcik, napisanej pod kierunkiem prof. dr hab. Anny I. Brzezińskiej w Instytucie Psychologii Uniwersytetu im. Adama Mickiewicza w Poznaniu w roku 2010.

² Adres e.mail do kontaktu: aibrzez@amu.edu.pl; sylwojcik@wp.pl

Zasoby opiekunów osób starszych i ich uwarunkowania

1. Wprowadzenie

Z powodu zmiany struktury demograficznej polskiego społeczeństwa i szybkiego zwiększania się liczby osób w wieku poprodukcyjnym przewiduje się, że w 2015 roku grupa osób powyżej 60 r.ż. będzie wynosiła ok. 19% ogółu społeczeństwa (GUS, 2011, s. 14). Zmiana ta spowoduje w przyszłości jeszcze większe niż dotąd zapotrzebowanie na wykwalifikowanych opiekunów osób starszych. Wagę problemu doceniono także w raporcie przygotowanym przez Kancelarię Prezesa Rady Ministrów (Boni, 2009, s. 46-89). Dokument ten, spośród wielu ważnych dla rozwoju Polski obszarów, wymienia sytuację demograficzną i wynikające z niej problemy. Poszukuje się też tam odpowiedzi na pytanie o to, w jaki sposób wykorzystać potencjał, który związany jest ze zwiększaniem się długości trwania życia. W raporcie tym zwraca się ponadto uwagę na to, że w Polsce dominuje cały czas model domowy opieki nad osobą starszą, a co za tym idzie brak jest systemowego rozwiązania tego problemu. Defamilizacja opieki nad osobami starszymi, jaka spodziewana jest w najbliższych latach, spowoduje z pewnością wzrost oczekiwań w stosunku do instytucji, w tym domów opieki społecznej, jak i wobec profesjonalnych opiekunów osób starszych.

Badania grupy osób pracujących w wielkopolskich domach pomocy społecznej dla osób starszych, których rezultaty tu prezentujemy, mają charakter pilotażowy. Mała próba osób badanych nie pozwala generalizować uzyskanych wyników, ale stanowi podstawę do wstępnych analiz i tworzenia założeń dla konstruowania projektów wsparcia dla aktualnych i przyszłych opiekunów, tak profesjonalnych, jak i nieprofesjonalnych.

2. Problem

Biorąc pod uwagę ustalenia teorii zachowania zasobów S. Hobfolla (za: Heszen, Sęk, 2008, s. 146-148), poszukiwałyśmy ogólnych zasad, dzięki którym opiekunowie osób starszych radzą sobie w swoim zawodzie. Zakładałyśmy, że chociaż zawód związany z pracą z osobami starszymi wymaga dużej odporności psychicznej, determinacji i innych zasobów tak osobistych, jak i społecznych, to opiekunowie posiadając wsparcie w swojej rodzinie, w grupie zawodowej, w zakładzie pracy, w wykształconych w przeszłości cechach, potrafią efektywnie radzić sobie ze spotykającymi ich problemami. Trudności te mogą mieć różne źródła, mogą być związane z osobą starszą (z jej stanem emocjonalnym, poznawczym, z chorobą przewlekłą, utratą sprawności percepcyjnej czy ruchowej) i jej otoczeniem, albo z sytuacją osobistą i środowiskiem życia i pracy opiekuna. Obciążenia spotykające opiekuna,

mogą być związane ze „stresem spowodowanym licznymi obowiązkami, złością i żalem do podopiecznego, osobistymi problemami zdrowotnymi, które dodatkowo utrudniają sprawowanie opieki, poczuciem nieudolności sprawowania opieki, niepewnością co do przyszłości” (Hill, 2005, s. 266). Gdy opiekun ma dostateczne zasoby osobiste i społeczno - kulturowe może pojawiające się trudności uważać za wyzwania, a nie za zagrożenia dla siebie czy dla swego zawodowego wizerunku.

Interesowało nas przede wszystkim pytanie, czy istnieje równowaga w wymianie zasobów między osobami pracującymi w domach pomocy społecznej a ich otoczeniem. Zasoby opiekunów mogą mieć wpływ na jakość dopasowania oferowanych przez nich działań do gotowości ich adresatów czyli osób starszych. Ponieważ jest to proces związany z wzajemną interakcją, zależy on zarówno od jednej, jak i od drugiej strony tej relacji (Sęk, Brzezińska, 2008, s. 742-744). To, czy opiekun posiada umiejętność rozpoznawania zasobów osoby starszej w dużym stopniu zależy od jego wcześniejszych osobistych doświadczeń i interakcji z innymi ludźmi. Umiejętność ta kształtowana jest także w wyniku bezpośredniego uczestniczenia lub obserwowania sytuacji, w których ludzie sobie pomagają. Ważnym wydają się też zasoby zewnętrzne ukształtowane w poprzednich okresach życia i kształtowane czy modyfikowane w obecnym okresie życia, do których zaliczyliśmy pomoc otrzymywaną od osób najbliższych i od grup związanych z pracą zawodową. W relacji pomagania ważne są także zasoby wewnętrzne – kompetencje osobiste, przekonania i wyznawane wartości. Do kompetencji osobistych, ważnych w interakcji z osobą starszą, zaliczyliśmy stosunek opiekunów do siebie i do świata, poczucie kontroli nad sytuacją i poczucie sprawstwa. Także stan zdrowia i posiadanie hobby mogą mieć związek z dobrym wypełnianiem obowiązków związanych z wykonywanym zawodem.

Generalne założenie naszych badań sprowadza się do tego, iż uważamy, że świadomość ważności pewnych zasobów i zarazem poczucie posiadania ich w odpowiedniej wielkości dają możliwość lepszego funkcjonowania w pracy i poza nią, co może wpływać na jakość relacji między opiekunem i osobą starszą.

3. Narzędzia badawcze

Badania przeprowadzono za pomocą specjalnie do tego celu skonstruowanych dwóch kwestionariuszy: *Ocena wielkości posiadanych zasobów* i *Poczucie ważności posiadanych zasobów*. Kwestionariusz 1 badał zakres posiadanych przez osoby pracujące w domach pomocy społecznej zasobów, zarówno wewnętrznych (osobistych), jak i zewnętrznych (środowiskowych). Ważne było także to, w jaki sposób badane osoby oceniają posiadane

zasoby, które ukształtowały się w poprzednich okresach ich życia, jak i te aktualne, kształtujące się w obecnym okresie życia. Trafność teoretyczna pierwszej wersji kwestionariusza 1, w postaci 83 pozycji, została oceniona przez pięciu sędziów kompetentnych. Po uwzględnieniu ich uwag do ostatecznej wersji weszły 54 pozycje. Badani udzielali odpowiedzi na 6-punktowej skali umieszczonej przy każdej z pozycji (por. Hornowska, 2005, s. 165-166), mając do wyboru odpowiedzi: *zdecydowanie tak; tak; raczej tak; raczej nie; nie; zdecydowanie nie*. Każdy badany uzyskuje cztery wyniki odpowiadające czterem badanym kategoriom zasobów (Tab.1.). Wysoki wynik jest wskaźnikiem posiadania danego zasobu.

Tab. 1. Charakterystyka narzędzi badawczych

rodzaj zasobów		obszary	symbol zmiennej	liczba pozycji	skala	
Kwestionariusz 1: WIELKOŚĆ ZASOBÓW	zewewnętrzne (środowiskowe)	1. ukształtowane w poprzednich okresach życia	- wsparcie rodziny - wsparcie przyjaciół i znajomych - wsparcie sąsiadów, grup, stowarzyszeń	WieZ1	12	0 – 60 (suma pkt)
		2. kształtowane w obecnym okresie życia	- wsparcie współpracowników, zakładu pracy - wsparcie różnych instytucji, stowarzyszeń - sytuacja materialna i pewność zatrudnienia - wizerunek zawodu opiekuna	WieZ2	13	0 – 65 (suma pkt)
	wewnętrzne (osobiste)	1. ukształtowane w poprzednich okresach życia	- stosunek do siebie i do innych ludzi - stosunek do świata - osobiste doświadczenia - życie duchowe	WieW1	18	0 – 90 (suma pkt)
		2. kształtowane w obecnym okresie życia	- realizacja hobby i pasje - poczucie kontroli nad sytuacją - poczucie sprawstwa - stan zdrowia	WieW2	11	0 – 55 (suma pkt)
Kwestionariusz 2: WAŻNOŚĆ ZASOBÓW	zewewnętrzne (środowiskowe)	1. ukształtowane w poprzednich okresach życia	- stosunki z rodziną - znajomi - międzysąsiedzka pomoc	WaZ1	3	6-33 (suma rang)
		2. kształtowane w obecnym okresie życia	- kontakty ze współpracownikami - sytuacja materialna - wizerunek zawodu opiekuna	WaZ2	3	6-33 (suma rang)
	wewnętrzne (osobiste)	1. ukształtowane w poprzednich okresach życia	- poczucie własnej wartości - podejście do ludzi i do świata - doświadczenia w różnych sferach życia - życie duchowe	WaW1	3	6-33 (suma rang)
		2. kształtowane w obecnym okresie życia	- pasja, hobby - panowanie nad sytuacją - stan zdrowia	WaW2	3	6-33 (suma rang)

Źródło: opracowanie własne na podstawie badań Wójcik (2010)

Kwestionariusz 2 badał poczucie ważności zasobów, czyli poczucie osoby, że dany rodzaj zasobu jest dla niej źródłem wsparcia w trudnych sytuacjach. Zasoby te podzielono także na dwie kategorie: podmiotowe i środowiskowe. Jednocześnie w ramach każdej z tych kategorii, podobnie jak kwestionariuszu 1, wyodrębniono takie zasoby, które stanowią pewne stałe cechy osoby i jej środowiska, a więc można o nich powiedzieć, iż ukształtowały się w okresie jej dotychczasowego życia oraz takie, które odnoszą się do aktualnego zachowania osoby czy funkcjonowania jej otoczenia. Kwestionariusz ten przedstawiono do weryfikacji trzem sędziom kompetentnym. Zadaniem ich było wybranie spośród przedstawionych

sformułowań trzech dla każdej z czterech kategorii – takich, które są najbardziej adekwatne (Tab. 1.). Po uwzględnieniu uwag pierwszej grupy sędziów poproszono o opinię kolejnych - dwóch dyrektorów domów pomocy społecznej, którzy oceniali stopień dostosowania treści sformułowań do specyfiki badanej grupy. Kwestionariusz przedstawiono także trzem osobom, pracownikom jednego z DPS, prosząc po ich wypełnieniu, o opinię na jego temat i wskazanie koniecznych korekt. Badanie polega na porangowaniu 12 pozycji kwestionariusza, każdej napisanej na oddzielnej karteczce - od miejsca 1 do miejsca 12 - w odpowiedzi na polecenie: *Proszę o ponumerowanie kartek znajdujących się w kopercie od 1 do 12, gdzie: 1 – oznacza największe Pani/Pana wsparcie, wtedy kiedy jest Pani/Panu ciężko, 12 – oznacza obszar, który nie jest dla Pani/Pana wsparciem, wtedy kiedy jest Pani/Panu ciężko.*

4. Osoby badane

W okresie od stycznia do marca 2010 roku przebadano 98 osób - pracowników domów pomocy społecznej dla osób starszych, które zlokalizowane są na terenie Wielkopolski. W Rozporządzeniu Ministra Polityki Społecznej (Dz. U., 2005), osoby pracujące w domach pomocy społecznej nazwano „zespołem terapeutyczno-opiekuńczym”, dlatego na potrzeby badań wyszczególniono następujące kategorie wykonywanych zawodów: pielęgniarka, sanitariuszka, pokojowa, rehabilitantka, terapeutka zajęciowa, kulturalno-oświatowa, opiekun medyczny, inny wykonywany zawód³.

5. Wyniki

5.1. Zróżnicowanie ocen dotyczących wielkości zasobów i poczucia ich ważności

Największe zróżnicowanie opinii (Tab. 2.) dotyczy wielkości zasobów aktualnego środowiska ($s=13,24$), najmniejsze zaś wielkości aktualnych zasobów osobistych ($s=6,62$). Wszystkie rozkłady nieznacznie odchyłały się od rozkładu normalnego, co świadczy o pewnym wewnętrznym zróżnicowaniu przekonań osób w badanej grupie. Zróżnicowanie to jest nieco większe w obszarze oceny wielkości różnych posiadanych zasobów (wartość odchylenia standardowego od 6,62 do 13,24) niż w obszarze oceny ich ważności jako źródła wsparcia w sytuacjach trudnych (wartości odchylenia standardowego od 7,83 do 9,71).

Można powiedzieć, iż badani są bardziej zgodni co do tego, że poszczególne kategorie zasobów są ważnym dla nich i podobnym źródłem wsparcia (wartości średniej arytmetycznej i mediany w Tab. 2.) niż w ocenie wielkości istniejących zasobów – własnych i w otoczeniu

³ Opis grupy badanej w pracy: Wójcik, S., Brzezińska, A. I., Wilowska-Sienkiewicz, J. A. (2012). Wizerunek życia osób starszych w oczach ich opiekunów. *Studia Edukacyjne*, 19, 55-71.

(duże różnice w ocenie poszczególnych kategorii zasobów – duże różnice między średnimi i wartościami mediany).

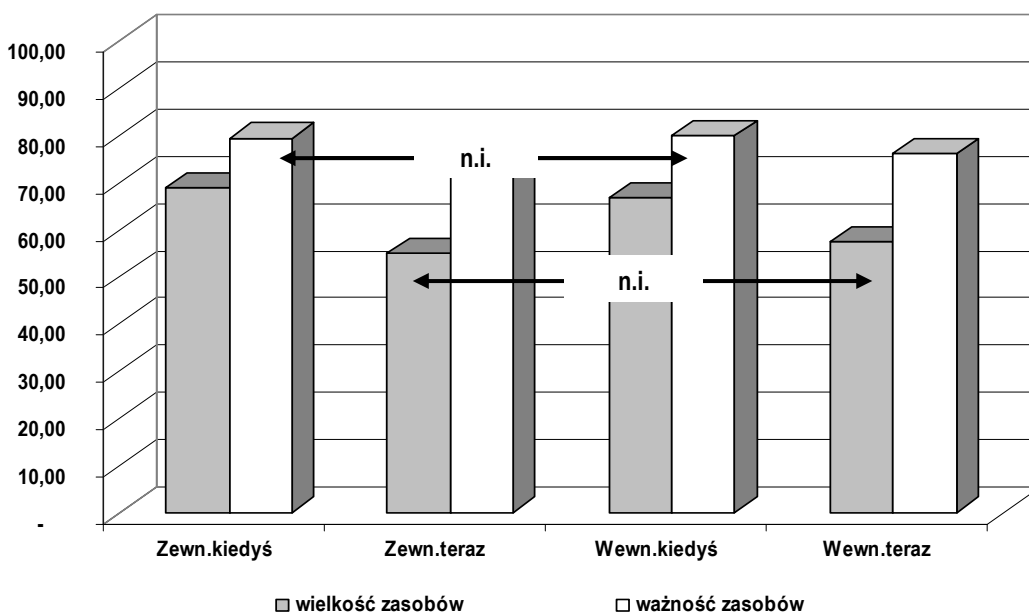
Tab. 2. Wielkość i ważność zasobów opiekuna: statystyki opisowe
 (wyniki surowe przeliczone w stosunku do X_{max} w danym narzędziu =100%)

Rodzaj zasobów	n	M	Me	X_{min} otrzymane	X_{max} otrzymane	s	Błąd stan. średniej	Skośność	Kurtoza
Wielkość zasobów									
WieZ1	98	68,92	71,70	38,30	86,70	9,52	0,961	- 0,723	0,572
WieZ2	98	54,97	56,05	21,50	92,30	13,24	1,337	- 0,298	0,194
WieW1	98	66,71	66,90	44,40	83,30	7,93	0,801	- 0,469	0,029
WieW2	98	57,43	58,20	40,00	80,00	6,62	0,668	0,699	1,475
Ważność zasobów									
WaZ1	94	79,51	80,80	60,30	96,20	8,46	0,872	- 0,110	- 0,662
WaZ2	95	72,82	69,20	57,70	97,40	9,71	0,996	0,736	- 0,356
WaW1	95	80,17	79,50	64,10	96,20	8,47	0,869	0,142	- 0,819
WaW2	95	76,19	75,70	61,50	96,20	7,83	0,803	0,622	- 0,039

Źródło: opracowanie własne na podstawie badań Wójcik (2010)

5.2. Opinie na temat wielkości zasobów a ocena ich ważności jako źródła wsparcia w sytuacjach trudnych

Aby ocenić, czy uzyskane różnice w opiniach osób badanych są statystycznie istotne zastosowano test „t” dla prób zależnych. Rys. 2. pokazuje, iż w każdym przypadku różnice między oceną wielkości i ważności tego samego rodzaju zasobu są statystycznie istotne. Różnica zawsze jest taka sama: ważność zasobów jest większa niż wielkość zasobów czyli niżej oceniając wielkość posiadanych przez siebie zasobów badani jednocześnie podkreślają ich ważność dla siebie jako źródła wsparcia w trudnych sytuacjach.



Rys. 2. Różnice między oceną wielkości i ważności zasobów zewnętrznych i wewnętrznych

Źródło: opracowanie własne na podstawie badań Wójcik (2010)

Istotna jest także każda różnica w ocenie zarówno wielkości, jak i ważności w odniesieniu do zasobów ukształtowanych w przeszłości oraz zasobów aktualnych, przy czym wyższe oceny uzyskują w obu przypadkach zasoby przeszłe niż aktualne. Badani zatem generalnie aktualne zasoby oceniają jako mniejsze i jako mniej ważne źródło wsparcia dla siebie w trudnych sytuacjach niż zasoby pochodzące z wcześniejszych okresów życia. Nie ma natomiast istotnej różnicy w ocenie wielkości zasobów wewnętrznych i zewnętrznych w aktualnej sytuacji ($p=0,076$) oraz w ocenie ważności zasobów wewnętrznych i zewnętrznych ukształtowanych w przeszłości ($p=0,696$).

5.3. Uwarunkowania opinii na temat wielkości i ważności posiadanych zasobów

W celu oceny, czy badane czynniki podmiotowe i kontekstowe różnicowały opinie na temat wielkości posiadanych zasobów oraz ich ważności jako źródła wsparcia zastosowano analizę wariancji – test rang Kruskala-Wallisa. Czynniki podmiotowe takie, jak wiek, wykształcenie, stan cywilny i posiadanie dzieci nie różnicowały opinii badanych osób. Zawód okazał się czynnikiem istotnym w jednym tylko przypadku – w ocenie ważności aktualnych zasobów środowiskowych. Terapeutki zajęciowe i rehabilitantki wyżej niż wszystkie inne osoby oceniały ważność aktualnych zasobów środowiska jako istotnego źródła wsparcia w trudnych sytuacjach ($p=0,007$). Lata pracy były istotne w dwóch przypadkach. Osoby pracujące 11-15 lat oceniały najniżej, w stosunku do osób pracujących krócej i dłużej od nich, wielkość swoich aktualnych zasobów wewnętrznych ($p=0,028$) oraz także najniżej ważność, jako źródła wsparcia dla siebie, zasobów środowiska społecznego ukształtowanych uprzednio ($p=0,060$). Czyżby był to syndrom wypalenia zawodowego? Co ciekawe, osoby pracujące w dwóch dużych domach pomocy społecznej oceniały znacznie wyżej wielkość wcześniejszych zasobów środowiskowych, w tym społecznych niż osoby pracujące w dwóch mniejszych domach.

5.4. Typy opiekunów ze względu na wielkość posiadanych zasobów i ocenę ich ważności

Analiza charakteru rozkładów badanych czynników (cztery rodzaje zasobów ocenianych dwa razy, raz pod względem wielkości, a dwa - ważności jako źródła wsparcia) oraz wielkości odchyłeń standardowych pozwoliła na stwierdzenie, iż badana grupa jest wewnątrznie znacznie zróżnicowana. Aby wyodrębnić grupy osób podobne do siebie pod względem jednocześnie oceny wielkości swoich zasobów, jak i oceny ich ważności zastosowano analizę skupień na przypadkach wg metody k-średnich. Wcześniej dokonano transformacji wyników surowych na wyniki „z”. W wyniku tej analizy okazało się, iż wszystkie osiem zmiennych istotnie różnicuje przynależność do skupień (Tab. 3.) i że w całej

badanej grupie da się wyodrębnić pięć jednorodnych, pod względem ośmiu analizowanych zmiennych, grup osób o różnej liczebności – 30, 24, 22, 11 i 11 osób.

Tab. 3. Rezultaty analizy wariancji – analiza skupień na przypadkach wg metody k-średnich (n=98)

Rodzaj zasobów	Między SS	df	Wewn. SS	df	F	p
Wielkość zasobów						
WieZ1	55,037	4	41,962	93	30,494	p<0,001
WieZ2	16,062	4	80,937	93	4,613	p=0,002
WieW1	45,911	4	51,088	93	20,893	p<0,001
WieW2	45,952	4	51,047	93	20,929	p<0,001
Ważność zasobów						
WaZ1	44,209	4	48,790	93	21,066	p<0,001
WaZ2	32,488	4	61,511	93	12,279	p<0,001
WaW1	47,739	4	46,260	93	23,993	p<0,001
WaW2	52,138	4	41,861	93	28,957	p<0,001

Źródło: opracowanie własne na podstawie badań Wójcik (2010)

Analiza różnic między skupieniami pozwala na dokonanie zbiorczej charakterystyki osób, jakie wchodzi w skład pięciu wyodrębnionych w miarę jednorodnych podgrup (Rys. 3.)

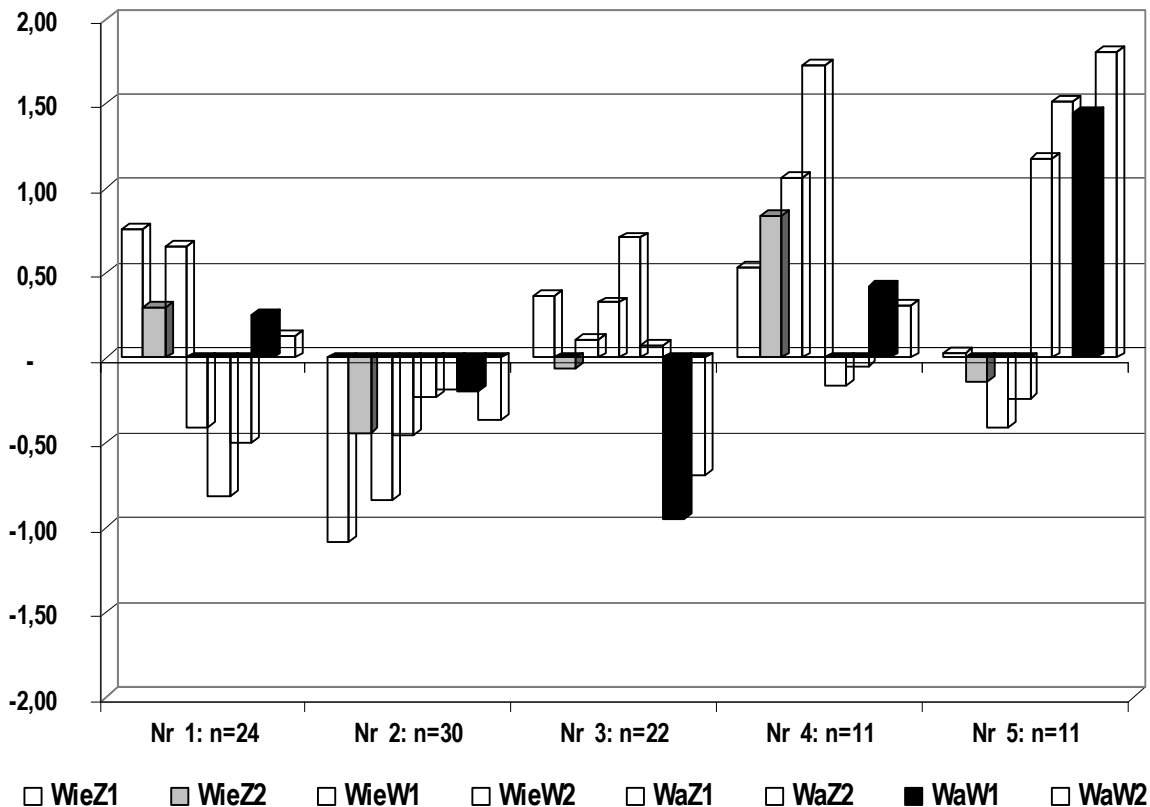
Skupienie 1 (n=24) - „krytyczni wobec roli środowiska”: średnie i raczej wysokie wyniki dotyczyły wielkości zasobów zewnętrznych ukształtowanych w poprzednich okresach życia. Także wielkość posiadanych zasobów wewnętrznych, ukształtowanych w poprzednich okresach życia została oceniona jako zadowalająca. Wyniki średnie uzyskały zasoby wewnętrzne kształtowane w aktualnym okresie życia. Zasoby zewnętrzne, zarówno te ukształtowane w poprzednim okresie życia, jak i kształtowane w obecnym okresie życia, okazały się najmniej ważne. Sieć wsparcia osób bliskich, jak i związanych z zakładem pracy została oceniona jako mało ważna. Ważność zasobów wewnętrznych, natomiast, ukształtowała się na poziomie wyników raczej wysokich. Zastanawiająca jest ocena rzeczywistej wielkości zasobów zewnętrznych (wyniki średnie i raczej wysokie) przy jednoczesnym deklarowaniu ich nieważności. W tym skupieniu, w porównaniu z pozostałymi czterema, mieściło się najwięcej osób w przedziale 31-35 lat. Były to przede wszystkim kobiety przebywające w związku, w którym są dzieci i posiadające wykształcenie wyższe lub policealne, najczęściej wykonujące zawód „inny”. Drugim, pod względem liczby osób, był zawód pielęgniarki i pokojowej. Większość pracuje w zawodzie 11-15 lat. Najwięcej osób w tym skupieniu pracowało w największym z badanych DPS.

Skupienie 2 (n=30) – „malkontenci”: osoby posiadają w swej ocenie najmniej – w porównaniu do pozostałych czterech skupień - rzeczywistego wsparcia zarówno w zakresie zasobów zewnętrznych, jak i wewnętrznych ukształtowanych w poprzednich okresach życia, jak i kształtowanych w obecnym okresie życia. Najniższy wynik dotyczący wielkości zasobów odnosi się do zasobów związanych ze wsparciem osób bliskich. Na poziomie średnim i raczej niskim oceniono ważność zasobów zewnętrznych. Społecznej sieci wsparcia

zarówno na polu zawodowym, jak i osobistym (rodzinnym, przyjacielskim) nie uważa się za ważną w zawodzie. Także wewnętrzne zasoby ukształtowane w poprzednich okresach życia i kształtowane w obecnym okresie traktowane są jako mało ważne, nieprzydatne. Najwięcej w tym skupieniu jest kobiet w przedziale wieku 51-60 lat, posiadających dzieci i obecnie nie przebywających w związku (też separacja, rozwód, wdowieństwo). Najwięcej osób w tym skupieniu ma wykształcenie policealne i pomaturalne, ale też w tym skupieniu znajduje się najwięcej (spośród pozostałych) osób z wykształceniem podstawowym. Najwięcej osób pracowało w średniej wielkości DPS, 11-15 lat, i powyżej 20 lat w zawodzie pokojowej i „innym”.

Skupienie 3 (n=22) – „krytyczni wobec siebie”: wyniki związane z oceną wielkości posiadanych zasobów zewnętrznych ukształtowanych w poprzednich okresach życia uzyskiwały wartości raczej wysokie, natomiast wielkość zasobów zewnętrznych kształtowanych w obecnym okresie życia została oceniona nisko. Wielkość zasobów wewnętrznych tych ukształtowanych w przeszłości, jak i tych kształtowanych obecnie została oceniona na poziomie wyników raczej wysokich. Ważne okazały się zasoby zewnętrzne, zarówno ukształtowane w przeszłym okresie życia (osobista sieć wsparcia), jak i kształtowane w obecnym okresie życia (zawodowa sieć wsparcia). Wyniki najniższe w tym skupieniu przynależą do zasobów wewnętrznych, ukształtowanych w przeszłym okresie życia, jak i kształtowanych w obecnym okresie życia. Zostały one ocenione jako najmniej ważne, spośród wszystkich badanych zasobów. Osoby w tym skupieniu przebywają aktualnie w związku, mają dzieci. Najwięcej osób ma wykształcenie zawodowe i średnie, a ich wiek plasuje się w przedziale 36-40 lat. Najwięcej osób pracuje w większym DPS, w zawodzie opiekuna medycznego i pokojowej, a lata pracy plasują się w przedziale od 6-10 lat i powyżej 20 lat.

Skupienie 4 (n=11) - „przekonani o własnej wartości”: osoby badane oceniły wielkość swych zasobów zewnętrznych na poziomie raczej wysokim, podczas gdy ważność tych zasobów oceniły znacznie niżej. Najwyżej, spośród wszystkich skupień, została oceniona wielkość zasobów wewnętrznych, zarówno tych ukształtowanych w przeszłości, jak i występujących obecnie. Osoby należące do tego skupienia za mało ważne uważają zasoby zewnętrzne związane z osobistą (rodzina, przyjaciele, sąsiedzi) i z zawodową siecią wsparcia (zakład pracy, współpracownicy). Także sytuacja materialna nie jest dla nich ważna. Natomiast ważność zasobów wewnętrznych przeszłych i obecnych została oceniona na poziomie wyższym. W skład tego skupienia wchodzi kobiety w przedziałach wieku 20-30 lat, 36-40 lat i 51-60 lat. Większość badanych nie jest teraz w związku, ma wykształcenie średnie i ma dzieci. Najczęściej pracują w dużym DPS, w zawodzie pokojowej, powyżej 20 lat.



Rys. 3. Podgrupy opiekunów wyodrębnione ze względu na podobieństwo ocen wielkości i ważności zasobów (rezultat analizy skupień metodą k-średnich; n=98; wyniki standaryzowane „z”)
 Źródło: opracowanie własne na podstawie badań Wójcik (2010)

Skupienie 5 (n=11) - „bezkrytyczna wiara w siebie i środowisko”: ocena zarówno zasobów zewnętrznych, jak i wewnętrznych była raczej niska. Zasoby związane z siecią wsparcia osobistego i zawodowego oraz z osobistymi zasobami ukształtowanymi w przeszłości i kształtowanymi obecnie, oceniono jako nie występujące. Największe różnice między oceną ważności zasobów i ich wielkością wystąpiły właśnie w tym skupieniu. Zasoby zewnętrzne (osobista i zawodowa sieć wsparcia) i zasoby wewnętrzne (osobiste) zostały ocenione jako bardzo ważne, podczas gdy rzeczywista wielkość tych zasobów była oceniona zdecydowanie niżej. Osoby przebywają aktualnie w związku, wszystkie posiadają dzieci. Najwięcej osób w tym skupieniu ma wykształcenie średnie i policealne, a ich wiek plasuje się w przedziale 41-50 lat. Najwięcej osób z tego skupienia pracuje w większym DPS, w zawodzie „inny” i ma ponad 20 letni staż pracy.

6. Wnioski

Zmiany demograficzne, powodujące zwiększanie się liczby osób w wieku starszym, wymagają lepszego przygotowania opiekunów nieprofesjonalnych i profesjonalnych. W związku z coraz większym zapotrzebowaniem na opiekunów osób starszych wzrasta także potrzeba badań tej grupy zawodowej. Aby wypełniać swoje obowiązki, adekwatnie do

potrzeb osoby starszej, opiekun powinien posiadać, i mieć tego świadomość, zasoby wewnętrzne oraz zasoby zewnętrzne czyli sieć wsparcia zawodowego i osobistego. Powinien też posiadać umiejętności wykorzystywania tych zasobów w codziennej pracy.

Z przeprowadzonych badań wynika, że badani mają świadomość ważności w swoim zawodzie posiadanych zasobów. Ważność zasobów była jednak oceniana wyżej, niż ich wielkość. Świadczyć to może albo o niedocenianiu rzeczywistych zasobów, albo o przecenianiu ważności niektórych zasobów. Ocenianie zasobów ukształtowanych w przeszłym okresie życia jako ważniejszych, niż tych kształtowanych obecnie, oznaczać może, że opiekunowie doceniają wsparcie, które daje rodzina, przyjaciele, sąsiedzi w wykonywaniu ich zawodu. Doceniają także, że pomocny w ich zawodzie jest stosunek, jaki mają do innych ludzi i do siebie, doceniają swoją umiejętność kontroli nad sytuacją i poczucie sprawstwa.

W przeprowadzonych badaniach wykonywany zawód okazał się istotny w ocenie ważności aktualnych zasobów środowiskowych. Oznaczać to może istnienie adekwatnego do specyfiki zadań zawodowych wsparcia, udzielanego przez zakład pracy swoim pracownikom. Wśród badanych najwięcej było osób o dużym stażu pracy, ale to osoby o stażu pracy 11-15 lat najniżej oceniały swoje zasoby wewnętrzne i ważność zasobów środowiska społecznego. Może być to niepokojącym sygnałem wypalenia zawodowego lub efektem doświadczania kryzysu środka życia. Gdy w odpowiednim czasie dostarczone zostanie odpowiednie wsparcie i pomoc, to kryzys ten będzie mógł być traktowany prorozwojowo, gdy wsparcie nie nastąpi - możliwe jest pogłębianie się stanu wypalenia, a tym samym w konsekwencji depersonalizacja osób starszych. Dlatego tak ważna jest wiedza i świadomość opiekunów dotycząca ważności poszczególnych zasobów.

Niepokojący wydaje się fakt występowania rozbieżności między oceną ważności zasobów a ich rzeczywistym występowaniem. Wiedza wyniesiona z przeprowadzonych badań daje możliwość udzielenia adekwatnego wsparcia opiekunom, mającego na celu bardziej profesjonalne przygotowanie ich do wykonywania zawodu. W wyniku dokonanej analizy skupień wyodrębniono 5 podgrup, a na podstawie analizy podobieństw i różnic między nimi zaproponowano odpowiednie do zapotrzebowania metody oddziaływania (Tab. 4).

Idealna wydaje się sytuacja, w której osoby pracujące z osobami starszymi mają świadomość swoich zasobów, zarówno zewnętrznych, związanych z siecią wsparcia osobistą i zawodową, jak i wewnętrznych, związanych z osobistymi zasobami. Zgodność oceny, dotyczącej ważności tych zasobów i wielkości faktycznego ich występowania, ma wpływ na sposób wykonywania zawodu, co przekłada się na stosunek opiekunów do osób starszych.

Tab. 4. Wspomaganie funkcjonowania opiekuna osoby starszej – propozycje działań

Nr	TRUDNOŚCI (OBCIĄŻENIA)	ZASOBY OSOBISTE I SPOŁECZNE	METODY ODDZIAŁYWANIA
nr 1: Krytyczni wobec roli środowiska	<ul style="list-style-type: none"> • brak umiejętności i/lub wiedzy, jak korzystać z zasobów zewnętrznych, ukształtowanych w przeszłości i kształtowanych obecnie • brak umiejętności korzystania ze społecznych, zawodowych i indywidualnych sieci wsparcia • niedocenywanie swojego zawodu • problemy ze zdrowiem • zagrożenia specyficzne dla wykonywanego zawodu 	<ul style="list-style-type: none"> • społeczna i indywidualna sieć wsparcia • pozytywny stosunek do siebie • pozytywny stosunek do innych osób • umiejętność uczenia się na osobistych doświadczeniach • życie duchowe • brak objawów wypalenia zawodowego 	<ul style="list-style-type: none"> • programy edukacyjne nastawione wprost na niwelowanie specyficznych dla tej grupy trudności • techniki korzystania z zasobów zewnętrznych • techniki tworzenia i korzystania z sieci wsparcia • metody edukacyjne i warsztatowe związane z kształtowaniem poczucia kontroli nad sytuacją i poczucia sprawstwa
nr 2: Malkontenci	<ul style="list-style-type: none"> • brak umiejętności dostrzegania zasobów zewnętrznych • brak metod korzystania ze wsparcia osób i organizacji • brak wiary we własne możliwości • brak umiejętności korzystania z osobistego doświadczenia • brak wiedzy dotyczącej ważności zasobów zewnętrznych i wewnętrznych przydatnych w wykonywaniu zawodu 	<ul style="list-style-type: none"> • wiedza i doświadczenie wynikające z przepracowanych w zawodzie lat • docenianie ważności niektórych zasobów w wykonywanej pracy 	<ul style="list-style-type: none"> • programy edukacyjne nastawione wprost na niwelowanie specyficznych dla tej grupy trudności • podnoszenie poziomu poczucia własnej wartości • techniki wzmacniania poczucia ważności zasobów zewnętrznych i wewnętrznych • programy wykorzystujące wiedzę i długoletnie doświadczenie opiekunów
nr 3: Krytyczni wobec siebie	<ul style="list-style-type: none"> • brak poczucia ważności znaczenia zasobów wewnętrznych z poprzednich okresów życia i obecnym • brak wiedzy dotyczącej ważności zasobów wewnętrznych przydatnych w wykonywaniu zawodu • brak wiary we własne możliwości • brak umiejętności korzystania z osobistego doświadczenia 	<ul style="list-style-type: none"> • docenianie ważności wsparcia uzyskiwanego z sieci społecznych • rzeczywiste wsparcie rodziny, znajomych, przyjaciół • pozytywny stosunek do siebie • pozytywny stosunek do innych osób • umiejętność uczenia się na osobistych doświadczeniach • życie duchowe 	<ul style="list-style-type: none"> • programy edukacyjne nastawione wprost na niwelowanie specyficznych dla tej grupy trudności • techniki wzmacniania poczucia ważności zasobów wewnętrznych • podnoszenie poziomu poczucia własnej wartości
nr 4: Przekonani o własnej wartości	<ul style="list-style-type: none"> • brak wiedzy dotyczącej ważności zasobów zewnętrznych przydatnych w wykonywaniu zawodu • brak metod korzystania ze wsparcia osób i organizacji 	<ul style="list-style-type: none"> • wiedza dotycząca ważności zasobów wewnętrznych przydatnych w wykonywaniu zawodu • rzeczywiste wsparcie rodziny, znajomych, przyjaciół • rzeczywiste wsparcie zakładu pracy • posiadanie hobby • duże poczucie własnej wartości • poczucie kontroli nad sytuacją • poczucie sprawstwa • dobry stan zdrowia 	<ul style="list-style-type: none"> • programy edukacyjne nastawione wprost na niwelowanie specyficznych dla tej grupy trudności • techniki wzmacniania poczucia ważności zasobów zewnętrznych • nauka współpracy i korzystania ze wsparcia różnych osób i organizacji
nr 5: Bezskrytyczna wiara w środowisko	<ul style="list-style-type: none"> • brak umiejętności dostrzegania zasobów zewnętrznych • brak metod korzystania ze wsparcia osób i organizacji • brak wiary we własne możliwości • brak umiejętności korzystania z osobistego doświadczenia • brak wiedzy dotyczącej ważności zasobów zewnętrznych i wewnętrznych przydatnych w wykonywaniu zawodu 	<ul style="list-style-type: none"> • docenianie ważności wsparcia uzyskiwanego poprzez sieci społeczne, zawodowe, indywidualne • wiedza dotycząca ważności zasobów wewnętrznych przydatnych w wykonywaniu zawodu 	<ul style="list-style-type: none"> • programy edukacyjne nastawione wprost na niwelowanie specyficznych dla tej grupy trudności • nauka nawiązywania kontaktu i włączania się w skład sieci wsparcia (zawodowego i osobistego) • techniki wykorzystywania własnego osobistego doświadczenia • podnoszenie i wzmacnianie poczucia własnej wartości • techniki wzmacniania wewnętrznego poczucia kontroli i poczucia sprawstwa

Metody niespecyficzne rekomendowane w pracy ze wszystkimi opiekunami:

- psychoedukacja gerontologiczna: wzbogacanie wiedzy, umiejętności i rozumienia problemów osób starszych i ich wielorakich uwarunkowań
- nauka pracy metodami projektowymi: konstruowanie i ewaluacja skuteczności indywidualnych i grupowych projektów wspomaganie rozwoju i programów wsparcia osób starszych, w tym wspierania otoczenia społecznego osób starszych
- edukacja związana z kwestiami zdrowia zarówno fizycznego, jak i psychicznego (np. tematy związane z przeciwdziałaniem wypaleniu zawodowemu – profilaktyka I, II i III stopnia)
- nauka metod radzenia sobie z napięciem, w tym metod relaksacji indywidualnej i stosowanej w grupie
- nauka nawiązywania kontaktu i wchodzenia w skład sieci wsparcia (zawodowego i osobistego), np. warsztaty komunikacji interpersonalnej
- poprawa umiejętności pracy zespołowej w zakresie funkcjonowania w grupie, ekspozycji społecznej, współdziałania, negocjacji, dochodzenia do konsensusu, wzajemnego wspierania się w sytuacjach trudnych
- poprawa komunikacji w zakładzie pracy: pionowej, poziomej, wewnątrz małych zespołów pracowników oraz komunikacji z otoczeniem
- praca nad budowaniem i integrowaniem zespołu terapeutyczno-opiekuńczego
- wspieranie procesu podnoszenia kwalifikacji: grupy samokształceniowe oraz kursy i studia podyplomowe

Źródło: opracowanie własne

Tak, jak dla dobrego funkcjonowania opiekuna potrzebne są różne sieci wsparcia, tak sam opiekun jest ważną częścią takiej sieci społecznej przynależnej każdej osobie starszej. Jakość relacji, jaką tworzy sam opiekun, jako część sieci wsparcia osoby starszej, jak piszą A. I. Brzezińska i J. A. Wilowska (2010, s. 52) jest kluczowa w okresie późnej dorosłości. Dobrze funkcjonujący opiekun pełni bowiem rolę mediatora pomiędzy osobą starszą a jej środowiskiem społecznym i fizycznym (Brzezińska, Sienkiewicz-Wilowska, Wójcik, 2011). Jego mediacyjna funkcja polega także na przeciwdziałaniu wykluczeniu osób starszych ze środowiska. Jego pomoc w zakresie umożliwiania i ułatwiania aktywnego uczestniczenia w życiu społeczności, wśród której żyje osoba starsza, w zakresie dostępu do służby zdrowia, dostępu do środków transportu publicznego, korzystania z różnych form kształcenia i edukacji, może mieć wpływ na poziom inkluzji osoby starszej (Brzezińska, Kaczan, Rycielski, 2010). To osoby pracujące w domach pomocy społecznej dla osób starszych są dla ich mieszkańców często jedynymi osobami, które przeciwdziałają homogenizacji ich środowiska społecznego. Podtrzymywanie kontaktów jedynie, czy głównie z osobami w podobnym wieku i doświadczających takich samych problemów uruchamia mechanizm samowykluczenia (Brzezińska, Zwolińska, 2010), podtrzymywany dodatkowo przez brak kontaktów społecznych z innymi grupami osób.

Poprawa funkcjonowania zawodowego osób zajmujących się pracą z osobami starszymi wymaga nowego spojrzenia na domy pomocy społecznej. Poszukiwanie metod poprawy ich funkcjonowania może opierać się na koncepcji Domów Pomocy Społecznej Promujących Zdrowie (Wójcik, 2010). Pierwszym etapem wg tej koncepcji jest zdiagnozowanie zasobów, deficytów, potrzeb i problemów wszystkich osób wchodzących w skład zespołu terapeutyczno-opiekuńczego oraz podopiecznych. W interakcji między tymi osobami ważne jest dopasowanie środowiska zewnętrznego do indywidualnego zapotrzebowania na bodźce z niego płynące (Wójcik, 2011). Przeciążenie pracą i niedopasowanie jakości i rodzaju zadań powierzonych opiekunowi względem aktualnych jego kompetencji może spowodować stagnację w procesie jego indywidualnego rozwoju, doprowadzić do powstania i utrwalenia się poczucia frustracji, i prędzej czy później będzie przekładać się na jakość kontaktów i interakcji z osobą starszą. Rozważania te stanowią więc wstępny etap badań poszukujących odpowiedzi na pytanie o to, co potrzebne jest opiekunowi, aby efektywnie radził sobie w zawodzie, odczuwając jednocześnie zaangażowanie oraz poczucie sensu i znajdując przyjemność w tym, co robi.

Literatura

- Boni, M. (red.). (2009). *Polska 2030. Wyzwania rozwojowe*. Kancelaria Prezesa Rady Ministrów, Zespół Doradców Strategicznych Prezesa Rady Ministrów, (s.46-89). Pobrano dnia 6.03.2011 z http://www.kprm.gov.pl/rzad/polska_2030_wyzwania_rozwojow/
- Brzezińska, A. I., Kaczan, R., Rycielski, P. (2010). Model czynników warunkujących wykluczenie / inkluzję osób z ograniczeniami sprawności na rynku pracy. *Polityka Społeczna*, numer specjalny pt.: *Diagnoza potrzeb i podstawy interwencji społecznych na rzecz osób z ograniczeniami sprawności*, 43-45.
- Brzezińska, A. I., Łazar, M., Matynia, A., Werbińska-Siergiej, A., Wojciechowska, M., Wójcik, S. (2009). Jak myślisz tak działasz. Wizerunek osoby starszej u przyszłych i aktualnych opiekunów. *MEDI - Forum Opieki Długoterminowej*, 4 (42), 27-30.
- Brzezińska, A. I., Łazar, M., Wójcik, S. (2011). Wizerunek późnej dorosłości a problemy opieki długoterminowej i wsparcie potrzebne opiekunom. *Gerontologia Polska*, 19 (3-4) (w druku).
- Brzezińska, A. I., Sienkiewicz-Wilowska, J. A., Wójcik, S. (2011). Opiekun jako mediator w środowisku fizycznym i społecznym seniora: perspektywa psychologii pozytywnej. W: K. Wieczorowska-Tobis, D. Talarska (red.), *Człowiek w wieku podeszłym we współczesnym społeczeństwie. Różne oblicza starości* (s. 119-128). Poznań: Wydawnictwo Uniwersytetu Medycznego.
- Brzezińska, A. I., Wilowska, J. A. (2010). Starość w kontekście psychologii pozytywnej. W: K. Wieczorowska-Tobis, D. Talarska (red.), *Pomyślna starość* (s. 45-55). Poznań: Wydawnictwo Uniwersytetu Medycznego.
- Brzezińska, A. I., Zwolińska, K. (2010). Marginalizacja osób z ograniczeniami sprawności na skutek zaburzeń psychicznych. *Polityka Społeczna*, 2, 16-22.
- Dziennik Ustaw z dnia 31 października 2005 r., Nr 153, poz. 1276. *Rozporządzenie Ministra Polityki Społecznej z dnia 19 października 2005 r. w sprawie domów pomocy społecznej*.
- GUS Portal Informacyjny (2011). *Podstawowe informacje o rozwoju demograficznym Polski w latach 2000 - 2010* (notatka informacyjna), Pobrano dnia: 6.03.2011: http://www.stat.gov.pl/cps/rde/xbcr/gus/PUBL_L_podst_inf_o_rozwoju_dem_pl.pdf
- Heszen, I., Sęk, H. (2008). *Psychologia zdrowia*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Hill, R. D. (2005). *Pozytywne starzenie się. Młodzi duchem w jesieni życia* (przekład: Michał Lipa). Warszawa: MT Biznes Sp. z o.o.
- Hornowska, E. (2001). *Testy psychologiczne. Teoria i praktyka*. Warszawa: Warszawa: Wydawnictwo Naukowe Scholar.
- Sęk, H., Brzezińska, A., I. (2008). Podstawy pomocy psychologicznej. W: J. Strelau, D. Doliński (red.), *Psychologia. Podręcznik akademicki* (tom 2, s. 735-784). Gdańsk: GWP.
- Wójcik, S. (2010). Domy pomocy społecznej promujące zdrowie. *MEDI - Forum Opieki Długoterminowej*, 3 (45), 50-54.
- Wójcik, S. (2011). Jakość interakcji osoby starszej z opiekunem jako warunek jej rozwoju: perspektywa psychologii pozytywnej. W: S. Steuden, M. Stanowska, K. Janowski (red.), *Starzenie się z godnością* (s. 409-424). Lublin: Wydawnictwo Naukowe KUL.