

# Aktywnosc ludzi starszych.

## Wstęp.....4

### Rozdział I.

#### Wielowymiarowy charakter starosci .....7

#### 1. Podstawowe zagadnienia i pojęcia związane z problematyka starzenia sie..... 8

##### 1.1. Starzenie się społeczeństw ..... 8

##### 1.2. Gerontologia – nauka o starzeniu sie ..... 8

##### 1.3. Przyczyny starzenia się osobniczego ..... 9

##### 1.4. Próg starosci ..... 11

##### 1.5. Przygotowanie do starosci, typy postaw ..... 12

#### 2. Problemy spotkania się człowieka ze staroscia ..... 17

##### 2.1. Adaptacja do emerytury .....17

##### 2.2. Stereotyp widzenia starosci .....19

### Rozdział II.

#### Uniwersytet Trzeciego Wieku jako forma aktywnosci osób starszych .....23

#### 1. Aktywnosc jako źródłosprawności zyciowej ludzi starszych .....24

##### 1.1. Wybrane teorie aktywnosci .....26

##### 1.2. Rodzaje aktywnosci osób trzeciego wieku ..... 28

#### 2. Założenia i organizacja uniwersytetów trzeciego wieku ..... 35

##### 2.1. Powstanie i rozwój uniwersytetów trzeciego wieku na świecie .....35

##### 2.2. Uniwersytety trzeciego wieku w Polsce .....36

### Rozdział III.

#### Metodologia badan naukowych .....41

##### 1. Przedmiot i cel badan .....42

##### 2. Problemy badawcze .....42

##### 3. Hipotezy badawcze .....43

4. Teren badan i dobór próby .....	44
5. Zmienne zalezne i niezalezne .....	45
6. Metody i techniki badan .....	46
7. Organizacja badan .....	49
8. Przebieg badan .....	50
9. Informacja o badanej grupie .....	51

## **Rozdział IV.**

<b>Uniwersytet Trzeciego Wieku – prezentacja badan .....</b>	<b>54</b>
1. Charakterystyka Uniwersytetu Trzeciego Wieku .....	55
2. Uniwersytet Trzeciego Wieku w opinii uczestników .....	63
2.1. Charakterystyka sluchaczy Uniwersytetu Trzeciego Wieku .....	63
2.2. Oczekiwania sluchaczy zwiazane z przynaleznościa do Uniwersytetu Trzeciego Wieku.....	65
2.3. Zmiany zaistniałe w życiu sluchaczy w zwiazku z przynaleznościa do Uniwersytetu Trzeciego Wieku .....	68
2. Aktywnosc osób w wieku emerytalnym – analiza porównawcza dwóch grup badawczych .....	72
3.1. Osiagniecie wieku emerytalnego i zwiazane z tym zmiany w życiu człowieka .....	72
3.2. Preferowane formy spędzania czasu wolnego przez osoby starsze .....	83
<b>Podsumowanie badan .....</b>	<b>88</b>
<b>Zakończenie .....</b>	<b>90</b>
<b>Bibliografia .....</b>	<b>92</b>
<b>Aneksy .....</b>	<b>95</b>