

# Laisvalaikis ar laisvas laikas? Globos įstaigose gyvenančių vyresnio amžiaus asmenų patirtis

Jūratė CHARENKOVA

Vilniaus universiteto  
Socialinio darbo katedra  
Universiteto g. 9/1  
Tel. 85 266 7610

El. paštas: jurate.charenkova@sf.stud.vu.lt

**Santrauka.** Dėl pasitraukimo iš darbinės veiklos padidėjęs laisvo laiko kiekis esant vyresnio amžiaus gali būti panaudojamas mėgstamai veiklai, tapti tobulėjimo, naujos patirties, ramybės, džiaugsmo ar net finansų šaltiniu. Kita vertus, laisvas, darbine veikla neužimtas laikas gali kelti ir sunkumų bei nemalonių jausmų, pavyzdžiui, lemti vyresnio amžiaus asmenų nuobodulį, beprasmybės ir neturėjimo, ką veikti, jausmus. Dalyvavimas asmeniškai prasmingoje laisvalaikio veikloje vienas iš efektyviausių būdų prisitaikyti prie esant vyresnio amžiaus vykstančių pokyčių ir pagrindinių sėkmingo senėjimo veiksnių.

Kokybiniame tyrime dalyvavo 6 Vilniaus miesto socialinės globos įstaigose gyvenantys vyresnio amžiaus asmenys ir 3 jose dirbančios socialinės darbuotojos. Analizuojant duomenis buvo remiamasi socialinio konstruktyvizmo ir Giddens (2000) tapatumo teorijų idėjomis. Tyrimo duomenys atskleidė, kad vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio samprata ir jo patyrimas skiriasi pagal individualias galimybes dalyvauti asmeniškai prasmingoje laisvalaikio veikloje. Laisvalaikio veiklos tęstinumas padeda išsaugoti tapatumo tęstinumo jausmą, dėl to svarbu sudaryti vyresnio amžiaus asmenims galimybes globos įstaigoje tęsti veiklą, kuri buvo jų mėgstama brandos amžiuje.

**Pagrindiniai žodžiai:** laisvalaikio organizavimas, asmeniškai prasmingas laisvalaikis, vyresnio amžiaus asmenys, globos įstaigos, tapatumas.

## Įvadas

Perėjimas iš vieno amžiaus tarpsnio į kitą pasižymi daugeliu žmogaus socialinės tapatybės pokyčių (Naujaniėnė, 2002). Senatvė yra laikotarpis, patiriamas ir išgyvenamas skirtingai – senėjimas atveria daug galimybių, pavyzdžiui, išsilaisvinti nuo darbo prievolių, tačiau dažnai jis sukelia ir socialinių, ekonominių bei psichologinių problemų (Šinkūnienė, 2005; Paillard-Borg ir kt., 2009; Hutchinson ir Warner, 2014). Vyresniame amžiuje žmonės susiduria su daugeliu vaidmenų pokyčių: jie turi išmokti susitaikyti su pasikeitusiu tėvų vaidmeniu (paskutinio vaiko išėjimas iš namų arba „tuščio lizdo“ pojūtis) bei atsiradusiu senelių vaidmeniu, prisitaikyti prie laiko planavimo ir užimtumo pokyčių, atsiradusių išėjus į pensiją, sutuoktinio netektimi (našlyste), sumažėjusiu savarankiškumo lygiu ir padidėjusia priklausomybe nuo kitų, išmokti priimti neįgaliojo ar sergančiojo vaidmenį, dažnai – ir institucijos gyventojų vaidmenį (Naujaniėnė, 2002; Paillard-Borg

ir kt., 2009). Anot Craciun (2012), netekdamas anksčiau turėtų socialinių vaidmenų žmogus jaučiasi nevisavertis ir stokoja gyvenimo prasmės pojūčio.

Visuomenei senstant globos įstaigose gyvenančių vyresnio amžiaus asmenų skaičius Lietuvoje, kaip ir visame pasaulyje, sparčiai didėja. Remiantis Lietuvos statistikos departamento duomenimis, 2010 m. 105 globos įstaigose vyresnio amžiaus asmenims gyveno 4,5 tūkst. vyresnio amžiaus asmenų, 2013 m. 102 globos įstaigose gyveno 4,6 tūkst. asmenų, 2015 m. 110 įstaigų gyveno per 5 tūkst. vyresnio amžiaus asmenų. Vyresnio amžiaus asmenys persikėlimą gyventi į globos namus dažnai apibūdina kaip vieną didžiausių krizių per visą gyvenimą: jiems tenka nutraukti daugybę ilgalaikių ryšių, o užmegzti naujus ar atkurti senus gana sudėtinga, jie nebegali išlaikyti įprasto gyvenimo stiliaus, užsiimti mėgstama veikla, turi prisitaikyti prie naujo dienos režimo ir pan. (Lee, Simpson ir Froggat, 2013; Gruževskis ir Orlova, 2014; Rijnaard ir kt., 2016). Kadangi vis daugiau vyresnio amžiaus asmenų ima naudotis globos sistemos paslaugomis, tampa labai aktualu tirti šią sritį, siekiant užtikrinti jiems teikiamų globos paslaugų, taigi ir viso jų gyvenimo kokybę.

Kaip vienas iš efektyviausių būdų prisitaikyti prie pokyčių senatvėje mokslinėje literatūroje dažnai išskiriamas asmeniškai prasmingas užimtumas (laisvalaikio, socialinis ir kt.). Senatvėje labai padidėjus laisvo laiko dalyvavimas asmeniškai prasmingoje laisvalaikio veikloje tampa svarbiu subjektyvios gerovės aspektu ir sėkmingo senėjimo veiksmu, nes atsiradęs laisvas laikas gali būti naudojamas mėgstamai veiklai, tapti tobulėjimo, naujos patirties, ramybės, džiaugsmo ar net finansų šaltiniu (Miežytė-Tijūšienė ir Bulotaitė, 2013; Hutchinson ir Warner, 2014). Kita vertus, laisvo laiko perteklius gali lemti vyresnio amžiaus asmenų nuobodulį, beprasmybės ir neturėjimo, ką veikti, jausmus (Šinkūnienė, 2005; Miežytė-Tijūšienė ir Bulotaitė, 2013).

Stacionarios globos įstaiga turėtų siekti, kad kiekvienam gyventojui būtų suteikta galimybė įsitraukti į asmeniškai prasmingą veiklą ir susikurti sau priimtina gyvenimo aplinką naujomis sąlygomis (Žalimienė, 2005). Kita vertus, kaip pažymi Šinkūnienė (2005), dažnai daugumos žmonių grupių, esančių socialinės globos institucijose, gyvenimas yra nesibaigiantis laisvalaikis – „laisvas“, neorganizuotas, pasyvus ir suprantamas kaip poilsis, pasireiškiantis nieko neveikimu. Socialiniai darbuotojai, sudarydami vyresnio amžiaus asmenims galimybių įsitraukti į asmeniškai prasmingą laisvalaikio veiklą, gali padėti jiems išvengti beprasmybės, vienišumo, nuobodulio jausmų ir padėti išsaugoti savo tapatumą, kurį stipriai paveikia darbinės veiklos pabaiga ir patekimas į naują globos įstaigos aplinką.

Tyrimai rodo, kad įsitraukimas į asmeniškai prasmingą laisvalaikio veiklą vyresniame amžiuje turi teigiamą padarinių vyresnio amžiaus asmenims. Lennartsson ir Silverstein (2001) tyrimas atskleidė, kad dalyvavimas prasmingoje laisvalaikio veikloje ne tik sumažina vienvės ir depresijos jausmą, bet ir sustiprina gebėjimą įveikti fizinius ir emocinius senėjimo sukeltus pokyčius. Wang ir kt. (2002) bei Chang, Wray ir Lin (2014) tyrimas parodė, kad toks dalyvavimas turi didelį teigiamą poveikį sveikatai ir labai sumažina mirtingumo riziką vyresniame amžiuje, be to, yra susijęs su lėtesniu motorinių funkcijų bei kognityvių gebėjimų silpnėjimu ir netgi sumažina demencijos riziką.

Mokslinėje literatūroje yra analizuojama laisvalaikio užimtumo svarba tiek vyresnio amžiaus asmenų psichologinei, tiek fizinei gerovei (Lennartsson ir Silverstein, 2001; Wang ir kt., 2002; Miežytė-Tijūšienė ir Bulotaitė, 2012 ir kt.), tiriami laisvalaikio praleidimo stiliai ir stiliaus pokyčiai sulaukus senatvės (Strain ir kt., 2002; Thomas, O'Connell ir Gaskin, 2013; Koncevičienė

nė, Beržanskienė ir Eidukaitienė, 2013 ir kt), tačiau, kita vertus, galima pastebėti, kad vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio užimtumo organizavimas globos įstaigose nėra pakankamai ištirtas laisvalaikio ypatumų vyresniame amžiuje aspektas. Analizuojant mokslinę literatūrą šia tema buvo pastebėta, kad tiriant vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikį dažniausiai tiriami vyresnio amžiaus asmenys, negyvenantys globos įstaigose (gyvenantys bendruomenėje), arba, jei tiriami gyvenantieji globos įstaigose, dažniausiai atliekamas kiekybinis tyrimas, kuris neleidžia įsigilinti į subjektyvią vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio patirtį. Be to, laisvalaikis ir laisvalaikio veikla ligšioliniuose tyrimuose nebuvo siejama su tapatumu ir tapatumo tęstinumu – laisvalaikis nebuvo tiriamas kaip galima tapatumo tęstinumo vyresniame amžiuje prielaida. Dėl šių priežasčių buvo atliktas kokybinis globos įstaigose gyvenančių (toliau – socialiai globojamų) vyresnio amžiaus asmenų ir socialinių darbuotojų tyrimas, leidžiantis atskleisti subjektyvią perspektyvą ir galimas laisvalaikio sąsajas su tapatumu ir tapatumo tęstinumu vyresniame amžiuje.

Šio straipsnio **tikslas** – atskleisti socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio ypatumus juos analizuojant socialinio konstruktyvizmo ir Giddens (2000) tapatumo teorijų perspektyvoje.

Tikslui pasiekti išsikelti šie **uždaviniai**:

- aptarti laisvalaikio ypatumus ir reikšmę vyresniame amžiuje;
- aptarti persikėlimo į globos įstaigą įtaką ir reikšmę vyresnio amžiaus asmenų gerovei ir identitetui;
- identifikuoti socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų ir socialinių darbuotojų laisvalaikio sampratą bei laisvalaikio globos įstaigose struktūrą.

Socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio užimtumas bus nagrinėjamas Giddens (2000) tapatumo teorijos ir socialinio konstruktyvizmo teorijos perspektyvose. Giddens (2000) teigimu, potradicinėse visuomenėse „aš“ tapatumas tampa refleksyviu projektu, siekiniu, ties kuriuo nuolat dirbama ir kuris nuolat reflektuojamas. Asmuo nuolat kuria ir peržiūri savo biografinį naratyvą – istoriją to, kas jis yra ir kaip atėjo iki to, kur yra šiuo metu. Tokiu būdu identitetas nėra pastovių bruožų ar pastebimų charakteristikų rinkinys, tai asmens refleksyvus savo biografijos supratimas.

Giddens (2000) teigia, kad į gyvenimą galima žiūrėti kaip į virtinę lūžių – tokiu būdu psichosocialiniai vaidmenų pokyčiai vyresniame amžiuje (taip pat persikėlimas į globos įstaigą) yra gyvenimo lūžio pavyzdžiai. Anot Giddens (2000), visi lūžiai suponuoja tiek praradimus, tiek potencialius laimėjimus. Tai reiškia, kad persikėlęs gyventi į globos įstaigą vyresnio amžiaus asmuo ne tik patiria netekčių (pavyzdžiui, palieka savo įprastą, pažįstamą aplinką, draugus), bet jam atsiveria ir naujų galimybių (pavyzdžiui, nauji draugai įstaigoje). Taigi apie gyvenimą globos įstaigoje galima kalbėti ne tik kaip apie stresinę situaciją, sukeliančią vyresnio amžiaus asmeniui daug iššūkių, tačiau ir kaip apie gyvenimo įvykį, vyresnio amžiaus asmens tapatumui atveriantį naujų, pozityvių galimybių.

Svarbu, kad tapatumui puoselėti vyresnio amžiaus asmuo turėtų galimybę dalyvauti jam prasingoje veikloje. Vyresniame amžiuje tokia veikla dažniausiai siejama būtent su laisvu laiku. Giddens (2000) pastebi, kad „aš“ tapatumui yra svarbus gebėjimas išsaugoti tam tikrą gyvenimo stilių. Gyvenimo stilių galima apibrėžti kaip daugmaž integruotą individo pasirenkamų tapusių rutina gyvenimo praktikų rinkinį – rutiniški rengimosi, valgymo įpročiai, veiklos būdai ir pasirinkta bendravimo su kitais aplinka. Šios praktikos pasirenkamos ne tik todėl, kad patenkina

praktinius poreikius, bet ir todėl, kad suteikia materialią formą konkrečiam „aš“ tapatumui. Mėgiamos ir asmeniškai prasmingos vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio veiklos pasirinkimas (jų laisvalaikio stilius) taip pat yra vienas iš gyvenimo stiliaus aspektų, kurio tęstinumas yra svarbus „aš“ tapatumo jausmui. Taigi patekimas į naują aplinką globos įstaigoje ir kiti su senėjimu susiję pokyčiai smarkiai paveikia vyresnio amžiaus asmenų tapatumą, o galimybė tęsti mėgstamus laisvalaikio užsiėmimus, kurie buvo asmeniškai svarbūs prieš patenkant į šią pokyčio situaciją, tikėtina, padeda išlaikyti praeities ir dabarties „aš“ ryšį.

Minėta, kad padidėjęs laisvo laiko kiekis gali būti naudojamas asmeniškai prasmingai veiklai arba gali tapti našta. Pagrindinė socialinio konstruktyvizmo nuostata tokia, kad socialinė tikrovė yra pačių žmonių kūrinys, todėl individai yra ne pasyvūs tikrovės stebėtojai, o aktyvūs jos kūrėjai, kurie palaiko esamą tikrovę savo mintimis ir veiksmais (Berger ir Luckman, 1999), taigi socialinio konstruktyvizmo teorija padėtų pamatyti, kaip socialinės globos įstaigose gyvenantys vyresnio amžiaus asmenys kuria ir patiria savo laisvalaikį.

### **Laisvalaikio samprata ir ypatumai vyresniame amžiuje**

Anot Kublickienės (2001), yra dvi skirtingos laisvalaikio traktavimo paradigmos. Pirmoji yra tradicinė socialinė-ekonominė, laisvalaikį apibrėžianti kaip laiką, laisvą nuo mokamo darbo, buitinių ir fiziologinių poreikių tenkinimo. Šis laikas aprėpia tiek laiką, skiriamą būtent laisvalaikio įvairiai veiklai, tiek laiką, naudojamą savo paties nuožiūra pasirinktiems asmens interesams, pavyzdžiui, religiniam ar pilietiniam aktyvumui. Bandymai apibrėžti laisvalaikį per santykį su darbu ilgą laiką vyravo tiek moksle, tiek žmonių sąmonėje (Savicka, 2006). Remiantis socialine-ekonominė laisvalaikio traktavimo paradigma, apibrėžiant laisvalaikį svarbiausias yra darbo ir ne darbo santykis (Kublickienė, 2001). Tačiau, autorės teigimu, būtent čia ir prarandama nemaža laisvalaikio turinio dalis: ką tuo laiku ar konkrečioje veikloje žmogus patiria, ar jis tampa laimingas, ar pagerėja jo gyvenimas. Korektiškiau būtų vartoti laisvo laiko arba ne darbo laiko sąvoką šį laiką atskiriant nuo laisvalaikio, tačiau lietuvių kalboje tokios galimybės nėra, pavyzdžiui, anglų kalboje tą leidžia daryti sąvokos „free time“ ir „leisure“.

Antroji laisvalaikio traktavimo paradigma yra socialinė-psichologinė, laisvalaikį įvardijanti kaip tam tikrą žmogaus dvasinę būseną, kurią nusako individualūs suvoktos laisvės, vidinio pasitenkinimo, teigiamų jausmų išgyvenimai. Ši paradigma nukreipta į žmogų, jo laisvalaikio įprasminimą ir patyrimą, vertinama laisvalaikio kokybė (Kublickienė, 2001). Susiformavus šiai paradigmai, laisvalaikį imta laikyti ne niekuo neužimtu ir laisvu, bet prasmingos veiklos užpildytu laiku, pripažinta savarankiška, nepriklausanti nuo darbinės veiklos ar kitokio konteksto laisvalaikio vertė (Šinkūnienė, 2005; Savicka, 2006). Esmine sąlyga šitaip suprantant laisvalaikį tampa pasirinkimo laisvė (Kublickienė, 2001; Savicka, 2006). Teigiama, kad žmonės, kurie yra susirūpinę baziniais išlikimo ar saugumo poreikiais, kurie nesugeba arba neturi galimybių daryti tai, ko nori, laisvalaikio neturi. Pasirinkimo laisvės svarbą pabrėžia ir Giddens (2000), teigdamas, kad žmonės turi skirtingas galimybes rinktis, įskaitant ir galimybę pasirinkti, kaip leisti laisvalaikį. Šis galėjimo rinktis aspektas yra svarbus, turint omenyje, kad daugelis vyresnio amžiaus asmenų turi daug darbu neužimto laisvo laiko, tačiau neturi pasirinkimo laisvės, kuri yra esminė šitaip suprantant laisvalaikį, todėl, remiantis socialine-psichologine laisvalaikio paradigma, tokio laisvo laiko negalima vadinti laisvalaikiu (Kublickienė, 2001).

Su (2008) pabrėžia, kad didžiuojantis pasiekimu, jog žmonės ilgiau gyvena, kyla iššūkis, kaip padaryti senstančios populiacijos laisvalaikį svarbia jų kasdienio gyvenimo dalimi. Laisvalaikis, laikas, skiriamas neprivalomai ir maloniai veiklai, kažkada buvęs prabanga vyresniame amžiuje, ypač pasitraukus iš profesinės veiklos, tampa įprasta gyvenimo dalimi (Chen ir Fu, 2008; Paillard-Borg ir kt., 2009; Koncevičienė, Beržanskienė ir Eidukaitienė, 2013). Galima teigti, kad vyresniame amžiuje nebelikus privalomų užsiėmimų ir griežtos dienotvarkės visas gyvenimas tampa laisvalaikiu, todėl svarbu užtikrinti, kad šis laikas būtų leidžiamas prasmingai.

Organizuoto poilsio ir laisvalaikio metu galima patenkinti savo poreikius, atsipalaiduoti, pailsėti kūnu ir dvasia. Poilsio ir laisvalaikio veikla taip pat gali prisidėti ir prie aukštesniųjų poreikių patenkinimo – pavyzdžiui, saviraiškos, asmeninės sėkmės siekio, asmenybės formavimo, laisvės ir nuotykių troškimo įgyvendinimo (Savicka, 2006). Galimybė pasirinkti mėgstamą laisvalaikio praleidimo būdą skatina vyresnio amžiaus žmonių socialinį aktyvumą, mažina vienišumo jausmą, sustiprina socialinės integracijos jausmą, suteikia prasmės pojūtį (Silverstein ir Parker, 2002; Koncevičienė, Beržanskienė ir Eidukaitienė, 2013). Laisvalaikio veikla gali būti labai tikslinga, turinti apibrėžtus siekius ir gerinanti gyvenimo kokybę. Šis laikas gali būti skirtas ir poilsiui, tačiau galima ir mąstyti, mokytis, ieškoti saviraiškos būdų (Šinkūnienė, 2005; Savicka, 2006).

Laisvalaikio praleidimo būdai – kiekvieno individo asmeninė pasirinkimo teisė, kuria asmuo išreiškia savo valią, atskleidžia savo vertybių sistemą ir parodo bendrą vidinę kultūrą (Koncevičienė, Beržanskienė ir Eidukaitienė, 2013). Šinkūnienės (2005) teigimu, būtent laisvalaikio metu atsiskleidžia visa žmogaus esybė. Anot Giddens (2000) refleksyvus „Aš“ projektas modernybės sąlygomis įgyvendinamas būtent įvairialypių pasirinkimų kontekste – pasirinkimo galimybė moderniam pasaulyje yra fundamentali kasdienybės dalis. Laisvalaikio leidimo būdas yra viena iš gyvenimo stiliaus dalių, kurioje atsispindi asmens tapatumas – pasirinkimas, kaip praleisti laisvalaikį, yra ne tik sprendimas, kaip elgtis, bet ir sprendimas, kuo būti. Kita vertus, tai, kuo vyresnio amžiaus žmonės užsiima laisvalaikiu, nebūtinai sutampa su tuo, ką jie iš tiesų mėgsta veikti. Chen ir Fu (2008) tyrimo duomenys rodo, kad, pavyzdžiui, televizoriaus žiūrėjimas užima daug laiko, tačiau nesuteikia daug laimės; šių autorių tyrime dalyvavę vyresnio amžiaus asmenys labiausiai vertino dalyvavimą fizinėje veikloje ir knygų skaitymą, nors tai buvo rečiausiai jų praktikuojama veikla.

Tyrimai rodo, kad vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio praleidimo būdai skiriasi atsižvelgiant į lytį, amžių, išsilavinimą, socialinio tinklo platumą, gyvenamąją vietą, turimus sveikatos ir psichikos sutrikimus (Wang ir kt., 2002; Chen ir Fu, 2008; Su, 2008; Paillard-Borg ir kt., 2009). Vyresnio amžiaus asmenys, turintys intelekto sutrikimų, bent vieną somatinį sutrikimą ar kokių nors fizinių apribojimų, yra mažiau aktyvūs, nors sumažėjusios galimybės užsiimti viena laisvalaikio veikla gali būti kompensuojamos aktyvesniu dalyvavimu kitoje (Paillard-Borg ir kt., 2009). Strain ir kt. (2002) tyrimas atskleidė, kad gyvenimo įvykiai ar pereinamieji laikotarpiai turi įtakos dalyvavimui laisvalaikio veiklose – mažiausiai tęstina laisvalaikio veikla yra ėjimas į teatrą, sporto žiūrėjimas, filmai; daugiausiai galimybių pereinamuosiuose laikotarpiuose yra tęsti tokią veiklą, kaip antai televizijos žiūrėjimas ir skaitymas.

Taigi laisvalaikis yra socialiai, fiziškai ir psichologiškai vyresnio amžiaus asmeniui reikšmingas laikas, tačiau jis ne visada būna leidžiamas prasmingai ir gali vadintis laisvalaikiu tikrąja šio žodžio reikšme. Atsižvelgiant į įvairius veiksmus, šis laikas gali būti naudingas, skatinti asmens savirealizaciją arba būti panaudojamas neefektyviai, kelti nuobodulį ir beprasmybės jausmą. Ka-

dangi vyresnio amžiaus asmens gerovė ir pasitenkinimas gyvenimu priklauso nuo įsitraukimo į jam prasmingą laisvalaikio veiklą, svarbu globos įstaigose organizuoti laisvą laiką taip, kad vyresnio amžiaus asmenys turėtų galimybę dalyvauti jiems asmeniškai svarbioje veikloje.

## **Tapimas socialiai globojamu asmeniu kaip iššūkis tapatumui vyresniame amžiuje**

Socialinės globos paslaugos vyresnio amžiaus asmenims yra šiuolaikinės socialinių paslaugų sistemos sudedamoji dalis, kuri visuotinio Europos gyventojų senėjimo kontekste tampa vis aktualesnė (Spirgienė ir Macijauskienė, 2008; Vaškevičiūtė ir Naujanienė, 2011; Rodriguez-Blazquez ir kt., 2012). Nors senėjimas namuose įprastai laikomas tinkamiausia vieta vyresnio amžiaus asmenų globai, vis daugiau šių asmenų tenka susidurti su persikėlimo į globos įstaigą iššūkiu (Rodriguez-Blazquez ir kt., 2012; Rijnaard ir kt., 2016).

Stacionarios globos įstaigos vertinamos dvejopai: dažnai jos suvokiamos kaip uždaros, asmeninę laisvę ribojančios ir su socialine izoliacija siejamos sistemos, apibūdinamos kaip nuasmeninančios (nelieka nuosavybės, individualumo), pasižyminčios griežta tvarka (kėlimosi, valgymo, poilsio dienotvarkė, neatsižvelgianti į individualius skirtumus), taikančios grupinius darbo metodus (su žmonėmis dirbama grupėmis, nelieka privatumo) ir skatinančios socialinį nuotolį tarp personalo ir įstaigos gyventojų (Orlova, 2013). Kasdienės veiklos reguliavimas, privatumo stoka, individualios pasirinkimo laisvės apribojimas yra keletas pagrindinių požymių, įprastai siejamų su gyvenimu institucijoje. Manoma, kad vyresnio amžiaus asmenų, gyvenančių globos namuose, pasitenkinimas gyvenimu yra mažesnis nei gyvenančių bendruomenėje (Murphy, O'Shea ir Cooney, 2007; Lee, Simpson ir Froggat, 2013; Orlova, 2013).

Kita vertus, globos įstaigų veikla siekiama kompensuoti negalėjimą be pagalbos vykdyti kasdienio gyvenimo veiklos – maitintis, rengtis, judėti aplinkoje ir pan. (Orlova, 2013). Ilgalaikės globos sistemai nefunkcionuojant, vyresnio amžiaus asmens gyvenamieji namai taptų geriatrinės slaugos vieta be tam reikalingų sąlygų, įrangos ir profesionalų pagalbos. Stacionarios globos įstaigos, tikėtina, užtikrina jose gyvenantiems socialiai globojamiems asmenims kokybišką gyvenimą paskutiniame gyvenimo etape, kai savarankiškumo, artimųjų pagalbos išteklių išnaudoti (Gruževskis ir Orlova, 2014). Kai kuriems gyventojams globos institucijos gali kompensuoti funkcinio pajėgumo ir savarankiškumo sumažėjimą, socialinio tinklo siaurėjimą ir suteikti stabilią palaikančią aplinką, kuri yra labai svarbi vyresnio amžiaus asmenims (Rodriguez-Blazquez ir kt., 2012).

Kadangi socialinės globos įstaigos tampa priverstos palikti savo namus vyresnio amžiaus asmens namais, iš šių įstaigų reikalaujama gerbti kiekvieno individo autonomiją ir asmeniškumą, suteikti galimybę užsiimti patinkančia veikla, garantuoti senatvėje reikalingą slaugą ir priežiūrą, o gyvenamosiose patalpose sukurti kiek įmanoma namams artimesnę atmosferą (Rijnaard ir kt., 2016). Ideali globos įstaiga yra apibūdinama kaip vieta, kurioje galima gyventi su minimaliu fiziniu ar psichosocialiniu diskomfortu, kurioje užtikrinamas asmens orumas ir tinkama gyvenimo kokybė. Akademiniame diskurse dažnai pabrėžiama, kad labai svarbu globos įstaigoje sudaryti vyresnio amžiaus asmeniui galimybę išlaikyti gyvenimo stilių, kuris būtų kuo panašesnis į jo gyvenimo prieš persikeliant į globos įstaigą stilių (Murphy, O'Shea ir Cooney, 2007). Gyvenimo stiliaus tęstinumo svarbą pažymi ir Giddens (2000), teigdamas, kad gebėjimas išlaikyti įprastą

gyvenimo stilių padeda užtikrinti tapatumo tęstinumo jausmą laiko atžvilgiu. Globos įstaigų priimtis šiuo požiūriu yra paradoksali – viena vertus, tai yra organizacija, teikianti globos paslaugas, turinti savo struktūrą, vidaus taisykles, tam tikrą dienotvarkę, kita vertus, ši organizacija turi būti kuo artimesnė namų aplinkai, kuri yra individualizuota ir kur kiekvienas gyvena savo tempu ir pagal savo taisykles. Nors dauguma globos įstaigų vis dar yra labiau institucijos nei namai, pastebima tendencija transformuoti senąją globos įstaigos modelį, pasižymintį įprasta sveikatos rūpybos įstaigos aplinka, į individualizuotą, jaukesnę ir labiau namų aplinką primenantį modelį (Rijnaard ir kt., 2016).

Persikeldami į globos namus vyresnio amžiaus asmenys – net ir aktyviai dalyvaujantys pagalbos procese ir savo gyvenimo kokybę vertinantys teigiamai – išgyvena vieną iš didžiausių krizių per visą gyvenimą (Orlova ir Gruževskis, 2014). Persikėlimas į globos įstaigą yra vienas iš egzistencinių gyvenimo lūžių, paveikiantis vyresnio amžiaus asmens tapatumą ir sukeliantis daug iššūkių (Giddens, 2000). Teigiama, kad tapimas globos įstaigos gyventoju yra tik šiek tiek mažiau streso sukeliantis įvykis nei sutuoktinio mirtis ar skyrybos (Lee, Simpson ir Froggat, 2013; Rijnaard ir kt., 2016). Persikeldami gyventi į globos įstaigą vyresnio amžiaus asmenys turi iš esmės pakeisti gyvenimo būdą ar bent jau kai kuriuos svarbius jo aspektus (Lee, Simpson ir Froggat, 2013; Orlova, 2013). Pakitusiomis gyvenimo sąlygomis nebereikalingi tampa dauguma buitinių įgūdžių (pavyzdžiui, maisto gaminimas), tačiau padidėja gebėjimo palaikyti socialinius ryšius, būti lanksčiam bendraujant, prisitaikyti prie griežto kasdienybės tvarkaraščio reikšmė (Gruževskis ir Orlova, 2014), o šie ir kt. gebėjimai sunkiau suformuojami dėl amžiaus. Nepaisant pasiruošimo persikelti į globos įstaigą, socialinio statuso pasikeitimas, sumažėjęs savarankiškumas, pojūtis, kad nebėra vietos, kurią galima vadinti namais, socialinių kontaktų pokyčiai ir galimybių užsiimti įprasta veikla sumažėjimas yra dažniausiai pasitaikantys stresiniai veiksniai, keliantys grėsmę asmens tapatumui (Aminzadeh ir kt., 2009; Theurer ir kt., 2015). Dėl šių priežasčių socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų išgyvenama krizė, beprasmybės pojūtis reikalauja aktyvios socialinių darbuotojų intervencijos.

Anot Žalimienės (2005), tai, kad žmogus tapo stacionarios globos įstaigos gyventoju, nereiškia, kad jo socialiniai, kultūriniai, užimtumo, kasdienės veiklos poreikiai išnyko ir kad šiuos poreikius tenkinančios veiklos (įskaitant ir laisvalaikio veiklą) organizavimas tapo nebereikalingas. Galimybė dalyvauti asmeniškai prasmingoje laisvalaikio veikloje gali padėti vyresnio amžiaus asmeniui palaikyti tapatumo tęstinumą pasikeitusiomis gyvenimo sąlygomis. Stacionarios globos įstaiga turėtų siekti, kad kiekvienam gyventojui būtų suteikta galimybė įsitraukti į prasmingą veiklą, susikurti sau priimtina gyvenimo aplinką bei tęsti įprastą gyvenimo būdą naujomis sąlygomis.

## **Socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio tyrimas**

Kublickienės (2001) teigimu, nagrinėjant laisvalaikį nepakanka fiksuoti konkrečią laisvalaikio veiklą, jos pasirinkimo dažnumą ar trukmę, labai naudinga įvertinti bendrą asmens gyvenimo kontekstą, aprėpti būdingų laisvalaikio patyrimų ir reikšmių specifiką, t. y. nustatyti kokybinius laisvalaikio parametrus. Minėta, kad vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio organizavimas globos įstaigose yra mažai tirta sritis, todėl buvo prasminga atlikti kokybinį tyrimą.

## *Tyrimo metodika*

*Tiriamieji.* Tyrime dalyvavo Vilniaus miesto socialiniai darbuotojai, kurie organizuoja vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio užimtumą socialinės globos įstaigose, ir globos namų gyventojai, tiesioginiai šių paslaugų gavėjai. Abi informantų grupės buvo pasirinktos todėl, kad turi išsamios informacijos apie tiriamą reiškinį, nes tiek socialiniai darbuotojai, tiek vyresnio amžiaus globos įstaigų gyventojai tiesiogiai dalyvauja organizuojamoje laisvalaikio užimtumo veikloje. Siekiant iširti laisvalaikio užimtumo organizavimo ypatumus buvo aplankytos Vilniaus mieste esančios vyresnio amžiaus asmenų globos įstaigos (VŠĮ Antavilių pensionatas, Specialieji socialinės globos namai „Tremtinių namai“, VU EKMI Vilniaus Gerontologijos ir reabilitacijos centras) ir jose buvo atlikti 9 kokybiniai pusiau struktūruoti interviu. Buvo apklausti trys socialiniai darbuotojai (po vieną iš kiekvienos Vilniaus miesto globos įstaigos vyresnio amžiaus žmonėms) ir šeši vyresnio amžiaus asmenys (po du iš kiekvienos įstaigos – vienas vyras ir viena moteris).

*Tyrimo metodas ir tyrimo duomenų tvarkymas.* Tyrimo objektui – socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio ypatumų – atskleisti buvo pasirinktas kokybinis pusiau struktūruoto interviu metodas, t. y. tiek socialiai globojamiems vyresnio amžiaus asmenims, tiek socialiniams darbuotojams buvo pateikiami iš anksto parengti klausimai, kurie tyrimo metu iškilus būtinybei buvo reformuluojami, pakeičiami arba, atsižvelgiant į poreikį, užduodami nauji, patikslinamieji klausimai. Kadangi tyrime dalyvavo dvi tiriamųjų grupės (socialiniai darbuotojai ir socialiai globojami vyresnio amžiaus asmenys), buvo parengti du pusiau struktūruoto interviu klausimynai. Abu klausimynus sudarė septyni klausimai – šeši specialieji ir vienas apibendrinamasis, baigiamasis. Specialieji klausimai skirti socialinių darbuotojų bei socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio sampratai atskleisti, nustatyti vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio poreikius ir išaiškinti laisvalaikio organizavimo formų turinį, dažnumą ir plėtros galimybes. Apibendrinamieji klausimai buvo skirti svarbiausiems informanto socialiniams ir demografiniams duomenims nustatyti ir apibendrinti bei užbaigti pokalbį.

Interviu metu gauti duomenys buvo analizuojami kokybinės turinio analizės metodu, apimančiu daugkartinį teksto skaitymą, kategorijų išskyrimą remiantis raktažodžiais, kategorijų turinio skaidymą į subkategorijas, kategorijų ir subkategorijų interpretavimą ir pagrindimą iš teksto paimitais įrodymais (Bitinas, Rupšienė ir Žydzūnaitė, 2008). Tyrimo metu gauti duomenys buvo aptarti remiantis socialinio konstruktyvizmo teorija ir Giddens (2000) tapatumo teorija.

*Tyrimo atranka.* Tyrime dalyvavo Vilniaus miesto socialinės globos įstaigų vyresnio amžiaus asmenims socialiniai darbuotojai ir globos įstaigų gyventojai. Tyrimo atranka – netikimybinė tikslinė. Socialiniai darbuotojai atrinkti remiantis šiais kriterijais: vietovė (tyrimas vyko Vilniaus mieste); tiriamųjų profesija (visi tiriamieji buvo socialiniai darbuotojai); tiriamųjų darbovietės tipas (visi tiriamieji dirbo globos įstaigose, skirtose vyresnio amžiaus žmonėms) ir tiriamojo noras dalyvauti tyrime. Vyresnio amžiaus asmenims taikyti šie atrankos kriterijai: vietovė (tyrimas vyko Vilniaus mieste); naudojimasis socialinės globos paslaugomis (tiriamieji nuolat gyvena socialinės globos namuose); tiriamųjų amžius (visi tiriamieji yra pensinio amžiaus); tiriamojo noras dalyvauti tyrime ir gera savijauta. Anot Orlovos (2013), į šį kriterijų atsižvelgti yra labai svarbu, nes esant fizinei negaliai ar intelekto sutrikimams būtų reikalingi ypatingi interviu metodai, be to, kiltų gautų duomenų patikimumo problema.

*Tyrimo etika.* Tyrimo metu buvo laikomasi svarbiausių tyrimo etikos principų. Informantai dalyvavo tyrime savanoriškai, t. y. tiriamieji galėjo atsakyti dalyvauti tyrime arba jam pasidė-



jus bet kada iš jo pasitraukti. Prieš interviu informantų buvo klausiama, ar jie neprieštarauja, kad pokalbis bus įrašomas į diktofoną. Konfidencialumo tikslais informantų vardai ar pavardės bei kiti asmeniniai duomenys, galintys padėti juos identifikuoti, neviešinami.

*Tyrimo apribojimai.* Tyrime dalyvavo Vilniaus miesto socialinės globos įstaigos vyresnio amžiaus asmenims, taigi taikyti išvadų visai Lietuvos socialinės globos įstaigų populiacijai ar visiems socialiai globojamiems vyresnio amžiaus asmenims negalima.

### ***Tyrimo rezultatai***

Tyrimo metu gauti duomenys buvo grupuojami į kategorijas ir subkategorijas, kurios iliustruotos citatomis iš interviu transkripcijų. Laikytasi nuostatos, kad kiekvieno informanto patirtis bei nuomonė yra unikali ir vertinga. Duomenų analizės metu išskirtos trys pagrindinės temos, kurias bus aptartos toliau:

1. socialinių darbuotojų ir socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio samprata;
2. socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio turinys;
3. socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimo laisvalaikio veikloje motyvai.

#### ***Socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio samprata***

Tyrimo dalyvavę socialiniai darbuotojai pažymėjo, kad vyresnio amžiaus asmenys iš tiesų turi labai daug laisvo laiko, nebeturi privalomų užsiėmimų, o kartais laisvalaikio jiems būna net per daug: „seni žmonės, jie turi iš tikrųjų daug to laisvo laiko, ne taip, kaip mes ten esam užsiėmę, kažkokias dienotvarkes turim.“ Socialiniai darbuotojai visi mano, kad vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikis yra priemonė palaikyti socialinius ryšius, o bendravimas – svarbiausias poreikis vyresniame amžiuje. Toks laisvalaikio supratimas greičiausiai nulemia tai, kad pagrindinis laisvalaikio organizavimo tikslas, jų manymu, yra pasirūpinti, kad socialiai globojami vyresnio amžiaus asmenys nebūtų vieni kambaryje, kad galėtų pabūti kartu, pabendrauti.

Analizuojant pačių vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio sampratą išryškėjo trys suvokiami laisvalaikio tipai:

- pozityvus laisvalaikio supratimas: „toks laikas, kai darai, kas tau malonu“;
- neigiamas laisvalaikio supratimas: „čia tiktai va šitas kabantis dalykas [televizorius]<sup>1</sup> ir daugiau nieko“;
- neapibrėžta laisvalaikio samprata: „aš nežinau, aš su jum [su tyrėja] čia sėdžiu, tai dabar čia man laisvalaikis ar darbas? Nėra jokio darbo, mes niekuo neužsiimam, iškyrus, kad valgykloj šaukštą pakeli.“

Reikia pažymėti, kad aktyviau globos įstaigos bendruomenės gyvenime dalyvaujantys informantai yra linkę savo laisvalaikį apibrėžti pozityviai: „man tai yra mano oras.“ Kita vertus, labiau fiziškai apriboti vyresnio amžiaus asmenys, negalintys dalyvauti laisvalaikio veikloje, savo laisvalaikį apibrėžė kaip ribotą, nes visą jų laisvą laiką užima viena veikla – vieno informanto – visą dieną žiūrėti televizorių. Kai kurie tyrime dalyvavę informantai pažymėjo laisvalaikio sampratos sudėtingumą – senatvėje sumažėjus būtinų užsiėmimų, pavyzdžiui, išėjus iš mokamo darbo, tampa sunku atskirti, kur yra laisvalaikis, o kur ne. Šie tyrimo duomenys leidžia išryškinti

<sup>1</sup> Čia ir toliau laužtiniuose skliaustuose – aut. past.

socialinės ir ekonominės bei socialinės ir psichologinės laisvalaikio traktavimo paradigmu skirtumus ir atskleisti kontrastą tarp „laisvalaikio“ ir „laisvo laiko“. Jei vyresnio amžiaus asmuo laisvalaikį bando apibrėžti per santykį su darbu, tampa aišku, kad, pasitraukus iš darbinės veiklos, gyvenimas tapo laisvu, jokia veikla neužimtu, „tuščiu“ laiku ir toks laikas yra patiriamas ir vertinamas neigiamai, tačiau, jei laisvalaikis traktuojamas kaip malonios veiklos laikas, tada jo patyrimas yra pozityvus.

Galima teigti, kad laisvalaikio samprata skiriasi pagal įsitraukimo į laisvalaikio veiklą mastą. Analizuojant tyrimo duomenis, buvo pastebėta, kad neigiamas laisvalaikio traktavimas ir patyrimas buvo būdingas tiems vyresnio amžiaus asmenims, kurių įsitraukimo dalyvauti jiems asmeniškai prasmingoje veikloje galimybės buvo apribotos (pavyzdžiui, dėl silpnos sveikatos būklės), o jei vyresnio amžiaus asmuo aktyviai dalyvauja laisvalaikio veikloje ir įsitraukia į globos namų bendruomenės gyvenimą, tai laisvalaikis tokiam žmogui yra „oras“. Galima teigti, kad vyresnio amžiaus asmenys, kurių įsitraukimo į mėgstamą laisvalaikio veiklą galimybės yra smarkiai apribotos, neturi laisvalaikio – jie neturi pasirinkimo laisvės, kuri yra kertinė remiantis socialine ir psichologine laisvalaikio traktavimo paradigma. Šio perteklinio laisvo laiko patyrimo keliami nuobodulio ir beprasmybės jausmai greičiausiai ir prisideda prie negatyvaus laisvalaikio supratimo ir patyrimo.

Dėl šių priežasčių tampa labai svarbu organizuoti laisvalaikį taip, kad į veiklą galėtų įsitraukti visi to norintys globos namų gyventojai, neatsižvelgiant į sveikatos būklę. Svarbu, kad socialiniai darbuotojai, kiek tai įmanoma, sudarytų vyresnio amžiaus asmenimis galimybes tęsti brandos amžiuje mėgtą laisvalaikio veiklą taip užtikrindami jų gyvenimo stiliaus tęstinumą.

### ***Socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio turinys***

Interviu su socialiniais darbuotojais metu išaiškėjo, kad pirmoje dienos pusėje laisvalaikio užimtumo veikla globos įstaigose yra organizuojama socialinių darbuotojų, o antroje dienos pusėje užsiėmimų pasirinkimo laisvė paliekama vyresnio amžiaus asmenims. Anot socialinių darbuotojų, toks laisvalaikio organizavimo būdas yra susijęs su vyresnio amžiaus asmenų kaip klientų grupės specifika – antroje dienos pusėje jiems fiziškai labiau reikia ramybės, poilsio: „*po pietų dažniausiai jie nori pagulėti, pailsėti, primigti.*“ Kitas svarbus veiksnys, lemiantis laisvalaikio organizavimo formą antroje dienos pusėje, yra tai, kad vyresnio amžiaus asmenys antroje dienos pusėje užsiima tokia veikla, kuriai nereikia socialinio darbuotojo dalyvavimo, pavyzdžiui, turi savas laisvo laiko leidimo tradicijas (laisvalaikio stilių): „*tada jiems prasideda serialų laikas, kam knygos, kas į biblioteką laikraščius, kas vieni pas kitus koncertų pasiūrėt.*“

Pagal laisvalaikio veiklos iniciatorių globos įstaigose organizuojamos laisvalaikio užimtumo veiklos spektrą galima skirti tris grupes:

- socialinių darbuotojų inicijuojama veikla. Ši globos namų gyventojams siūloma veikla yra pastovi ir keičiant veiklos pobūdį vyksta kartą per dieną. Socialinių darbuotojų inicijuojamą laisvalaikio užimtumo veiklą galima skirti į meninę „*grojimas yra dailės terapija, muzikos terapija*“, fizinę „*yra autogeninės treniruotės, ten su atsipalaidavimu*“, intelektualinę „*yra tokia publikacijų apžvalga, jie ten skaito laikraščius*“, dvasinę „*koplyčia, kunigas*“, kultūrinę „*susitikimai su koku nors politiku, poetu, kas būna atvažiuoja į svečius*“, sezoninę veiklą „*vasarą mes, pavyzdžiui, gėlytes sodinam*“, „*čia žiemą buvo*

*su tom lazdom šiaurietiškas ėjimas*“ ir kalendorinių bei asmeninių švenčių organizavimą „ir kalendorinės šventės visos, ir valstybinės šventės, ir gyventojų gimtadienius čia švenčiam“;

- aktyvesnių globos namų gyventojų organizuojama veikla. Kai yra pasiūlymų iš gyventojų, socialiniai darbuotojai parūpina veiklai reikalingas sąlygas. Tyrimo duomenys atskleidė, kad dažniausiai socialiai globojami vyresnio amžiaus asmenys renkasi išvykas į miestą: „jie [vyresnio amžiaus asmenys] tai į botanikos sodą, į teatrą, į muziejų, į Valdovų rūmus, į kavinę, į centrą kavytės išgerti“ arba įvairią kūrybinę veiklą: „mes [informantė su keliais kitais globos namų gyventojais] ten kompoziciją tokią muzikinę pastatė“;
- neorganizuotas laisvalaikis – tai laikas, kai nevyksta socialinių darbuotojų organizuojama veikla, t. y. globos įstaigų gyventojai patys susiranda veiklos, kuri gali vykti kartu su kitais globos įstaigos gyventojais arba būti individuali.

Globos įstaigose laisvalaikio veikla daugiausiai organizuojama grupėje, t. y. siekiama skatinti vyresnio amžiaus asmenų socialinių ryšių palaikymą ir būti kartu su kitais globos įstaigos gyventojais. Tokį laisvalaikio veiklos pobūdį greičiausiai lemia pirmiau aptarta socialinių darbuotojų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio samprata – laisvalaikis vertinamas kaip galimybė palaikyti ryšį su kitais globos įstaigos gyventojais. Skatinti vyresnio amžiaus asmenų „išėjimą iš kambario“ ir socialinių ryšių palaikymą globos įstaigoje yra labai svarbu, nes, anot Hutchinson ir Warner (2014), šie veiksniai daro didelę įtaką socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų gerovei. Persikėlę gyventi į globos namus vyresnio amžiaus asmenys palieka savo draugus ir pažįstamus ir nebepalaiko su jais ryšių, o tai lemia jų socialinio tinklo siaurėjimą. Didesnis įsitraukimas į veiklą yra vyresnio amžiaus asmenų socialinių ryšių silpnėjimo kompensacinis mechanizmas, adaptacinė strategija, naudojama kompensuoti socialines ir fizines netektis vyresniame amžiuje (Silverstein ir Parker, 2002).

Laisvalaikio veiklos intensyvumas priklauso nuo sezono, kalendorinių švenčių. Vasaros metu įstaigose būna mažiau užsiėmimų, daugiau laiko praleidžiama lauke, gamtoje ir veikla yra pasyvesnė, pavyzdžiui, laikraščių skaitymas, arbatos gėrimas, sodininkystė: „toksai ramesnis laikas, nes jie ten saulutėj kaitinasi.“ Žiemą laisvalaikio veiklos „lauke“ nėra daug, nes socialiniams darbuotojams svarbu tausoti vyresnio amžiaus asmenų sveikatą, tačiau yra veiklos, skirtos specialiai žiemos sezonui, pavyzdžiui, šiaurietiškas ėjimas. Nors globos namuose organizuojamos laisvalaikio veiklos įvairovė ir pasirinkimas yra platus, tyrimo metu išryškėjo vyresnio amžiaus asmenų poreikis turėti daugiau kultūrinės veiklos: „jeigu dar būtų kokie renginiai su intelektualais, tai aš nepaprastai vertinu.“

Reikia pasakyti, kad laisvalaikio veikla, kurios vyresnio amžiaus asmenys norėtų turėti daugiau, yra susijusi su jų anksčiau (prieš persikeliant į globos įstaigą) mėgtos veiklos tęstinumu, t. y. vyresnio amžiaus asmenys nori persikėlę į globos įstaigą ir toliau turėti galimybę užsiimti brandos amžiuje mėgta veikla. Viena informantė teigė visą gyvenimą labai mėgusi intelektualią veiklą – skaityti knygas, bendrauti su savo meto šviesuoliais, aktyviai lankiusi teatrus, spektaklius ir teigia pasigendanti daugiau kultūrinio pobūdžio veiklos globos įstaigoje. Šį dabar mėgstamos ar trokštamos laisvalaikio veiklos ir ankstesnio gyvenimo stiliaus (prieš patenkant į globos įstaigą mėgtos laisvalaikio veiklos) tęstinumą pažymi ir socialiniai darbuotojai: „turim senelių, kurie yra, pavyzdžiui, dailininkai buvę anksčiau arba skulptoriai, tai jiems labai svarbu vėl nepamiršti tos veiklos ir užsiimti ja.“

Įprasto gyvenimo stiliaus, taigi ir įprastų laisvalaikio leidimo būdų išsaugojimo galimybė padeda išlaikyti praeities ir dabarties „aš“ ryšį taip užtikrinant tapatumo tęstinumo jausmą (Giddens, 2000), taigi globos įstaigose svarbu organizuoti laisvalaikio užimtumą taip, kad vyresnio amžiaus asmuo turėtų galimybę ir toliau užsiimti ta veikla, kurią mėgo ir brangino prieš persikeldamas gyventi į globos įstaigą. Laisvalaikis yra skirtas individualiems poreikiams tenkinti, tai yra asmeninio tapatumo, saviraiškos šaltinis – galimybė užsiimti asmeniškai prasminga laisvalaikio veikla teikia gyvenimui prasmės, pilnatvės pojūtį ir užtikrina psichologinę individo gerovę (Savicka, 2006). Tokios galimybės neturėjimas, kita vertus, skatina nuobodulį, beprasmybės jausmą, pojūtį, kad yra labai daug laiko, kurio nėra kuo užpildyti.

Kiekviena įstaigoje organizuojama laisvalaikio veikla, anot socialinių darbuotojų ir vyresnio amžiaus asmenų, „*duoda kažką savo*“ vyresnio amžiaus asmenims:

- laisvalaikis tiesiog malonus: „*nuotaika, dvasinis pasitenkinimas*“;
- edukacinė-kognityvinė nauda „*edukaciją gauni*“, „*smegenis pamiklina*“;
- asmeninės svarbos pojūtis: „*pajunta, kad nėra palikti vieni*“;
- socialinė nauda: „*svarbu pabūt, pabendraut*“;
- nauda sveikatai: „*gerai prasimiklint truputį*“;
- saviraiškos, savęs išaukštinimo galimybė: „*labai svarbu yra tas, kad pasirodyt gal, kad mes protingesni esam už kitus*.“

Ši laisvalaikio nauda glaudžiai susijusi su Šinkūnienės (2005) bei Savickos (2006) išskirtomis laisvalaikio funkcijomis – laisvalaikis gali būti skirtas ir pailsėti, atgauti jėgas, ir gali skatinti asmens tapatybės reformavimąsi. Anot socialinių darbuotojų, svarbiausias laisvalaikio pranašumas yra vyresnio amžiaus asmenims parodomas dėmesys, jie pajunta, kad nėra palikti vieni, kad yra žmonių, kurie jais rūpinasi. Šis dėmesio parodymo aspektas tampa ypač svarbus dėl vyresnio amžiaus asmenų jaučiamo nykumos jausmo, ypač išryškėjančio savaitgaliais, kai globos namuose nėra socialinių darbuotojų ir nėra organizuojama laisvalaikio užimtumo veikla: „*jie sako va iš tikrųjų kažkaip liūdna ir per savaitgalį nėra nieko per kanalus, ir nėra, kas su mum užsiima <...> jie pavalgo tiesiog ir nieko neveikia, grįžta į savo kambariukus ir ten užsidaro*.“ Viena vertus, šis liūdesio pojūtis kyla dėl organizuotos veiklos stygiaus, kita vertus, dėl susiformavusio artimo ryšio su įstaigos socialiniais darbuotojais – kai jų nebūna įstaigoje, vyresnio amžiaus asmenys jaučiasi vieniši.

### ***Socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimo laisvalaikio veikloje motyvai***

Globos įstaigose siūloma didelė organizuojamos veiklos įvairovė, nes siekiama, kad kiekvienas globos įstaigos gyventojas galėtų atrasti tai, kas jam patinka: „*šiaip mes jiems galim duoti viską, ko jie nori <...> jeigu yra poreikis važiuoti į muziejų, jeigu susirenka grupelė važiuojam, jeigu yra poreikis pasikviesti kažką – organizuojam, kviečiam*.“ Kita vertus, kaip pažymi socialiniai darbuotojai, vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimas į laisvalaikio veiklą ir apskritai dalyvavimas globos įstaigos gyvenime yra labai individualus. Skirtingą vyresnio amžiaus asmenų įsitraukimą į laisvalaikio veiklą, anot tyrime dalyvavusių socialinių darbuotojų ir pačių vyresnio amžiaus asmenų, lemia daug vidinių ir aplinkos veiksnių. Analizuojant subjektyvius, nuo vyresnio amžiaus asmens priklausančius (ne)įsitraukimo į laisvalaikio veiklą veiksnius, išryškėjo tokios keturios grupės:

- motyvacijos stoka, tingulys: „*kartais yra aptingęs senjoras*“;
- pomėgiai: „*jai [gyventoja, kuri visą gyvenimo dirbo redakcijoje] yra svarbu duoti galimybę skaityti knygas, pasireikšti, padiskutuoti su kitais senais žmonėm*“;
- nepatinkanti / neįdomi veikla: „*kitas gal nenori ir sako, kas čia per vaikų darželis*“;
- ankstesnis gyvenimo stilius: „*priklauso nuo to, kokie jie buvo anksčiau, kaip jie gyveno, kokioj aplinkoj, tas turi reikšmę.*“

Reikia pažymėti, kad šie subjektyvūs veiksniai yra susiję su vyresnio amžiaus žmogaus asmenybe – skirtingi žmonės nori skirtingų dalykų. Tiek socialiniai darbuotojai, tiek ir patys vyresnio amžiaus informantai pažymi, kad pasitenkinimas laisvalaikio veikla ir įsitraukimas į ją bene labiausiai priklauso nuo žmogaus asmenybės: „*būna žmonių, kurie nenori nieko, būna labai aktyvių, kurie tęsia savo gyvenimą ir nepasiduoda metam, būna nemotyvuotų, būna kiti pomėgiai, būna, kad veiklos visos atrodo nesąmonė, būna niurzgančių dėl visko.*“ Anot socialinių darbuotojų, svarbu, kad kiekvienas globos įstaigos gyventojas galėtų rasti tai, kas jam teikia džiaugsmo, ir socialiniai darbuotojai stengsis tai parūpinti. Reikia pasakyti, kad vyresnio amžiaus asmenims siekiama sukurti kuo daugiau galimybių užsiimti mėgstama laisvalaikio veikla. Šios pasirinkimo galimybės užtikrinimas yra labai svarbus prasingam laisvalaikio patyrimui, nes, kaip buvo minėta, pasirinkimo laisvė yra esminė apibrėžiant laisvalaikį ir asmens tapatumą, kuris yra realizuojamas per pasirinkimus, įskaitant ir pasirinkimą, kaip leisti laisvalaikį.

Subjektyvius vyresnio amžiaus asmenų dalyvavimą laisvalaikio veikloje lemiančius veiksnius socialiniai darbuotojai siekia paveikti, pavyzdžiui, jei žmogus nejaučia susidomėjimo veikla, stengiamasi jį paskatinti bent jau pabandyti ją užsiimti: „*motyvacija atsiranda, kai tu gali sudomint tą senjorą kažkokia veikla ir tada stengiesi parinkti tokią veiklą, kuri jam labiausiai prie širdies ir tada jisai tiesiog pats savaime jau užsimano.*“ Kita vertus, objektyvių veiksmų, lemiančių įsitraukimo į laisvalaikio veiklą laipsnį, socialiniai darbuotojai paveikti negali. Analizuojant tyrimo duomenis išaiškėjo, kad iš objektyvių veiksmų didžiausią įtaką įsitraukti į globos įstaigoje organizuojamą laisvalaikio veiklą turi būtent fizinė vyresnio amžiaus asmenų sveikata: „*su liga nepakovosi*“. Įvairios sveikatos problemos senatvėje (pavyzdžiui, pablogėjusi rega, negalia, fizinis silpnumas) apriboja galimybes dalyvauti tam tikroje laisvalaikio veikloje (Thomas, O’Connell ir Gaskin, 2013), taigi riboja ir pasirinkimo laisvę. Tai labai svarbu turint omenyje, kad tam tikrai globos įstaigose organizuojamai veiklai reikia geros dalyvių sveikatos, pavyzdžiui, važiuojant į ekskursiją reikia surinkti grupę žmonių, kurie yra pakankamai fiziškai stiprūs, kad išvertų kelionę, galėtų ilgiau vaikščioti savarankiškai – taigi į didesnio fizinio aktyvumo reikalaujančias veiklas įsitraukti gali tik fiziškai stipresni asmenys. O pasyvesnėje veikloje gali dalyvauti visi gyventojai neatsižvelgiant į jų sveikatos būklę, pavyzdžiui, jei organizuojamas arbatos gėrimas pavėsinėje lauke, tada šioje veikloje dalyvauti gali ir sėdintys vežimėliuose gyventojai.

Silpną sveikatą kaip kliūtį dalyvauti laisvalaikio veikloje mato ir socialiai globojami vyresnio amžiaus asmenys. Sergantis artritu informantas pažymi savo priklausomybę nuo globos įstaigos personalo ir nedideles veiklos galimybes globos įstaigoje: „*nei aš galiu pieštuką išlaikyt, nei žirkles <...> galų gale net mane maitina, aš šaukšto negaliu išlaikyt.*“ Labai svarbu, kad socialiniai darbuotojai skirtų daugiau dėmesio sveikatos sutrikimų turintiems vyresnio amžiaus asmenims, nes jie jaučiasi vieniši, izoliuoti ir nėra patenkinti savo gyvenimu globos bei savo laisvalaikio kokybe įstaigoje, o tai lemia mažesnę pasitenkinimą globos sistemos paslaugų kokybe, taigi ir žemesnę gyvenimo kokybę.

Sveikata yra vienas iš svarbiausių veiksnių, lemiančių žmogaus galimybes ir įsitraukimą į laisvalaikio veiklą, tačiau įdomu tai, kad jei sveikata riboja galimybes užsiimti tam tikra veikla, vyresnio amžiaus asmenys stengiasi kompensuoti veiklą, kuria negali užsiimti, kita panašia veikla. Viena vyresnio amžiaus informantė teigė, kad labai mėgo skaityti poeziją, tačiau pastaruoju metu nebegalėjo to daryti, nes jos regėjimas labai nusilpo. Dėl to informantė paprašė žento, kad jis nupirktų jai garso įrašų su jos mėgstamų poetų eilėraščiais. Kompensavimas – rinkinys veiksmų, kuriais pavaduojamos prarastos funkcijos – yra vienas iš adaptacijos būdų, kuriais naudojasi siekiant prisitaikyti prie senatvę lydinių pokyčių (Naujanienė, 2002; Mikulionienė, 2011).

Taigi, remiantis tyrimo duomenimis, galima daryti prielaidą, kad laisvalaikio globos įstaigose konstruktas yra kompleksinis. Viena vertus, socialiai globojami asmenys kuria savo laisvalaikį atsižvelgdami į individualius pomėgius – ar konkreti veikla įdomi ir patinka vyresnio amžiaus asmeniui. Kita konstrukto dalis – individualūs asmenybės (charakterio) ypatumai – aktyvesni globos įstaigų gyventojai imasi iniciatyvos savo laisvą laiką užpildyti patys, t. y. patys organizuoja savo laisvalaikį, kita dalis globos įstaigų gyventojų naudojasi socialinių darbuotojų siūloma laisvalaikio užimtumo veikla, t. y. priima tai, ką jiems siūlo globos įstaiga. Trečioji socialiai globojamų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio konstrukto dalis yra fizinė sveikatos būklė. Kaip atskleidė tyrimo duomenys, fizinės asmens galimybės daro labai didelę įtaką jo galimybėms įsitraukti į mėgstamą laisvalaikio veiklą.

Nors įsitraukimas ir dalyvavimas laisvalaikio veikloje priklauso nuo daugelio veiksnių, duomenų analizės metu išryškėjo ir tam tikra laisvalaikio užimtumo veikla, kuri yra priimtina visiems vyresnio amžiaus asmenims, neatsižvelgiant į jų asmenybių skirtumus ar sveikatos apribojimus: „stalo žaidimai yra toks visiem priimtinas dalykas“, „muzika, yra tokia tendencija šiuose namuose, kad bet kokių atvejų“. Be to, vyresnio amžiaus asmenims yra svarbi ir maloni jų jaunystės laikus primenanti veikla, pavyzdžiui, jaunystės dainų klausymasis, jų jaunystės metais populiarių filmų žiūrėjimas, knygų, eilėraščių skaitymas, bendravimas su jų jaunystėje populiariais intelektualais ir panašiai. Šią nostalgiją „saviems laikams“ pažymi tiek socialiniai darbuotojai, tiek ir patys vyresnio amžiaus asmenys. Gergov ir Stoyanova (2013) teigia, kad idealizavimas vyresnio amžiaus asmenims yra tipiškas fenomenas – jie labiau linkę perdėti grožį, harmoniją ir eleganciją objektų, kuriuos suvokė ir patyrė būdami jaunesni. Nostalgija suteikia teigiamą praeities vaizdinį bei stipresnį tęstinumo ir gyvenimo prasmės pojūtį, užtikrina dabarties ir praeities „aš“ ryšį, todėl praeities prisiminimai yra labai svarbūs vyresnio amžiaus asmenų dabarčiai. Tapatumas yra pagrįstas žmogaus savo egzistavimo laike bei erdvėje tęstinumo pojūčiu (Giddens, 2000), taigi svarbu globos įstaigose sudaryti vyresnio amžiaus asmenims galimybes užsiimti brandos amžiuje pamėgta laisvalaikio veikla, nes tokia galimybė padėtų užtikrinti jų praeities ir dabarties tęstinumo pojūtį.

## Išvados

Vienas iš svarbių pokyčių vyresniame amžiuje yra labai padidėjęs laisvo laiko kiekis, todėl laisvalaikio leidimo kokybė tampa ypač svarbi. Prisitaikymas prie padidėjusio laisvo laiko kiekio gali teikti džiaugsmą ir būti naudos šaltiniu, tačiau gali ir lemti beprasmybės, vienišumo jausmą. Asmeniškai prasmingas laisvalaikis globos įstaigoje yra svarbus tapatumo tęstinumo veiksnys pasikeitus gyvenamajai aplinkai bei susiduriant su kitais pokyčiais.

Globos įstaigų socialiniai darbuotojai laisvalaikį supranta kaip priemonę paskatinti vyresnio amžiaus asmenis pabendrauti, įsitraukti į globos įstaigos bendruomenės gyvenimą. Vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio samprata skiriasi pagal įsitraukimo į globos įstaigos bendruomenės gyvenimą ir organizuojamos laisvalaikio veiklos mastą: kuo aktyviau vyresnio amžiaus asmuo dalyvauja laisvalaikio veiklose, tuo pozityviau patiria ir vertina savo laisvalaikį. Laisvalaikis globos įstaigose konstruojamas atsižvelgiant į individualias vyresnio amžiaus asmens psichosocialines charakteristikas: sveikatos būklę, individualius pomėgius, asmenybės bruožus, ankstesnį gyvenimo stilių.

Svarbu, kad socialiniai darbuotojai tirtų vyresnio amžiaus asmenų laisvalaikio pomėgius ir poreikius bei padėtų jiems įsitraukti į asmeniškai prasmingas laisvalaikio veiklas, tai ypač reikšminga didesnės fizinės negalios apribotiems vyresnio amžiaus asmenims. Tikėtina, kad vyresnio amžiaus asmenys aktyviau įsitrauktų į globos namų bendruomenės gyvenimą ir organizuojamą laisvalaikio veiklą įstaigoje, jei būtų sudarytos galimybės dalyvauti jų pamėgtoje laisvalaikio veikloje arba jie būtų paskatinti išbandyti naują veiklą. Galimybė įsitraukti į asmeniškai prasmingą laisvalaikio veiklą savo ruožtu prisidėtų prie pozityvaus laisvo laiko patyrimo ir vertinimo.

Globos įstaigose organizuojama įvairi laisvalaikio veikla, kad kiekvienas vyresnio amžiaus asmuo galėtų pasirinkti jį dominančią veiklą. Laisvalaikio veikla globos įstaigose patenkina įvairius vyresnio amžiaus asmenų poreikius, iš jų svarbiausias, socialinių darbuotojų nuomone, noras būti su kitais, jausti kitų rūpestį, todėl dažniausiai organizuojama grupinė veikla siekiant sudaryti vyresnio amžiaus asmenims sąlygas palaikyti socialinius ryšius su kitais gyventojais. Kiekviena globos įstaigose organizuojama laisvalaikio veikla turi tam tikrą socialinę, kognityvinę, fizinę ar kt. naudą vyresnio amžiaus asmenims.

Tyrimo rezultatų sugretinimas su Giddens (2000) tapatumo teorija atskleidė, kad vyresnio amžiaus asmenims yra svarbi galimybė tęsti jų brandos amžiuje ir iki persikėlimo į globos įstaigą mėgtą veiklą. Minėta, kad „Aš“ tapatumui yra svarbus gebėjimas palaikyti tam tikrą gyvenimo stilių, kurio dalis yra mėgiamos ir asmeniškai prasmingos laisvalaikio veiklos pasirinkimas. Pateikimas į naują globos įstaigos aplinką yra pokytis, kuris turi didelę įtaką vyresnio amžiaus asmenų tapatumui, o galimybė tęsti mėgtus laisvalaikio užsiėmimus padeda išlaikyti jų praeities ir dabarties „aš“ ryšį ir užtikrinti tapatumo tęstinumo jausmą. Įsitraukimas į globos įstaigoje organizuojamą laisvalaikio veiklą taip pat daug priklauso nuo ankstesnių vyresnio amžiaus asmens pomėgių bei laisvalaikio praktikų. Laisvalaikio veiklos tęstinumas padeda išsaugoti tapatumo tęstinumą, dėl to svarbu sudaryti vyresnio amžiaus asmenims galimybių globos įstaigoje tęsti veiklą, kuri buvo jų mėgstama brandos amžiuje.

## LITERATŪRA

Aminzadeh, F., Dalziel, W. B., Molnar, F. J. and Garcia, L. J. (2009). Symbolic meaning of relocation to a residential care facility for persons with dementia. *Ageing and Mental Health* 13(3): 487–496.

Berger, P., Luckman, Th. (1999). *Socialinės tikrovės konstravimas*. Vilnius: Pradai.

Bitinas, B., Rupšienė, L., Žydzūnaitė, V. (2008). *Kokybinių tyrimų metodologija*. Klaipėda: S. Jokužio leidykla-spaustuvė.

Chang, P. J., Wray, L. and Lin, Y. (2014). Social Relationships, Leisure Activity, and Health in Older Adults. *Health Psychology* 33(6): 516–523.

- Chen, S. Y. and Fu, Y. C. (2008). Leisure Participation and Enjoyment among the Elderly: individual Characteristics and Sociability. *Educational Gerontology* 34: 871–889.
- Craciun, C. (2012). Successful Aging-Utopia or the Result of Lifelong Learning? Meaning and Representations of Ageing in Romanian Elderly. *Ageing Int* 37: 373–385.
- Gergov, T. and Stoyanova, S. (2013). Sentimentality and Nostalgia in Elderly People: Psychometric Properties of a New Questionnaire. *Psychological Thought* 6(2): 358–375.
- Giddens, A. (2000). *Modernybė ir asmens tapatumas*. Vilnius: Pradai.
- Gruzevskis, B., Orlova, U. L. (2014). Savarankiškumas – socialinės globos įstaigoje gyvenančių vyresnio amžiaus asmenų gyvenimo kokybės veiksnys. *Socialinis darbas. Patirtis ir metodai* 13(1): 113–132.
- Hutchinson, S. L. and Warner, G. (2014). Older Adults' Use of SOC Strategies for Leisure Participation Following an Acute Health Event: Implications for Recreation Service Delivery. *Journal of Park and Recreation Administration* 32(1): 80–95.
- Koncevičienė, N., Beržanskienė, M., Eidukaitienė, V. (2013). Vyresnių kaip 60 metų amžiaus laisvalaikio praleidimo galimybės Marijampolės savivaldybėje. *Management Theory and Studies for Rural Business and Infrastructure Development* 35(4): 554–563.
- Kublickienė, L. (2001). Laisvalaikio sociologija: paradigmų skirtumai. *Filosofija. Sociologija* 2: 35–42.
- Lee, V. S. P., Simpson, J. and Froggat, K. (2013). A narrative exploration of older people's transitions into residential care. *Ageing and Mental Health* 17(1): 48–56.
- Lennartsson, C. and Silverstein, M. (2001). Does Engagement With Life Enhance Survival of Elderly People in Sweden? The Role of Social and Leisure Activities. *Journal of Gerontology: Social Sciences* 56B(6): 335–342.
- Miežytė-Tijūšienė, J. ir Bulotaitė, L. (2012). Pensinio amžiaus žmonių socialinis aktyvumas bei psichologinė savijauta. *Gerontologija* 13 (4): 199–205.
- Mikulionienė, S. (2011). *Socialinė gerontologija*. Vilnius: Mykolo Romerio universitetas.
- Murphy, K., O'Shea E. O. and Cooney, A. (2007). Quality of life for older people living in long-stay settings in Ireland. *Journal of Clinical Nursing* 16: 2167–2177.
- Naujanienė, R. (2002). Socialiniai senėjimo aspektai. Sud. Večkienė N *Socialinė gerontologija: ištakos ir perspektyvos*. Kaunas: Vytauto Didžiojo universiteto leidykla, 104–118.
- Orlova, U. L. (2013). Socialiai globojamų vyresnio amžiaus žmonių gyvenimo kokybės veiksniai. *Gerontologija* 14(2): 96–105.
- Paillard-Borg, S., Wang, H. X., Winblad, B. and Fratiglioni, L. (2009). Pattern of participation in leisure activities among older people in relation to their health conditions and contextual factors: a survey in a Swedish urban area. *Ageing and Society* 29: 803–821.
- Rijnaard, M. D., van Hoof, J., Janssen, B. M. ir kt. (2016). The Factors Influencing the Sense of Home in Nursing Homes: A Systematic Review from the Perspective of Residents. *Journal of Aging Research* 4:1–16.
- Rodriguez-Blazquez, C., Forjaz, M. J., Prieto-Flores ir kt. (2012). Health status and well-being of older adults living in the community and in residential care settings: Are differences influenced by age? *Ageing & Mental Health* 16(7): 884–891.
- Savicka, A. (2006). Darbas ir laisvalaikis: naujos jų tarpusavio ryšio sampratos paieškos. *Kultūrologija* 13: 183–204.
- Silverstein, M. and Parker, M. G. (2002). Leisure Activities and Quality of Life among the Oldest Old in Sweden. *Research on Aging* 24: 528–547.
- Spirgienė, L. ir Macijauskienė, J. (2008). Pagyvenusių žmonių poreikių vertinimas stacionariose ilgalaikės globos institucijose naudojant InterRAI LTCF klausimyną: bandomojo tyrimo duomenys. *Gerontologija* 9(3): 197–201.
- Strain, L. A., Grabusic, C. C., Searle, M. S. ir kt. (2002). Continuing and Ceasing Leisure Activities in Later Life: A Longitudinal Study. *The Gerontologist* 42(2): 217–223.



Su, B. (2008). Leisure Life of Elderly Residents in China: A Case Study of Difference between Rural and Urban Area. *Asian Social Science* 4(11): 100–106.

Šinkūnienė, J. R. (2005). Laisvalaikio studijos ir rekreacijos administravimas. *Socialinis darbas* 4(1): 122–130.

Theurer, K., Mortenson, B. W., Stone, R. ir kt. (2015). The need for a social revolution in residential care. *Journal of Aging Studies* 35:201–210.

Thomas, J. E., O'Connell, B. and Gaskin, C. J. (2013). Residents' perceptions and experiences of social interaction and participation in leisure activities in residential aged care. *Contemporary Nurse* 45(2): 244–254.

Vaškevičiūtė, L., Naujanienė, R. (2011). Vyresnio amžiaus žmonių apsisprendimo gyventi ilgalaikės globos namuose patirtys. *Tiltai* 2: 107–124.

Žalimienė, L. (2005). *Socialinės globos pagyvenusiems asmenims kokybė ir jos vertinimas*. Vilnius: Socialinės apsaugos ir darbo ministerija.

Wang, H. X., Karp, A., Bengt, W. and Fratiglioni, L. (2002). Late-life engagement in social and leisure activities is associated with a decreased risk of dementia: a longitudinal study from the Kungsholmen project. *American Journal of Epidemiology* 155(12): 1081–1087.

## LEISURE OR FREE TIME?

### THE EXPERIENCES OF ELDERLY PEOPLE IN SOCIAL CARE INSTITUTIONS

Jūratė Charenkova

#### Summary

The amount of free time in older age significantly increases because of retirement. This period of life can be used for a beloved activity, be a source of self-development, a chance for new experience, rest, joy or even finance. On other hand, an increased amount of free time can cause issues and negative experiences like boredom, vacuity and the absence of something meaning in one's actions. Engaging in personally meaningful leisure activities is characterized as one of the most effective ways to cope with changes in older age and also one of the key elements to successful aging.

6 elderly people and 3 social workers of Vilnius social care institutions for elderly care participated in qualitative research. Ideas of social constructivism and the identity theories of Giddens (2000) were used for the analysis of data. Data of research showed that the understanding of leisure and the experience of it differentiates depending on individual possibilities to participate in personally meaningful leisure activities. A continuity of leisure activities helps in preserving a feeling of identity continuation; therefore, it is important to secure possibilities for elderly people to participate in leisure activities that were important to them in their adulthood.

**Keywords:** organization of leisure, personally meaningful leisure activities, elderly people, social care institutions, self-identity.