

Maciej Górny*
Artur Marcin Lorek**

CZY SZCZĘŚCIE PRZYJMUJE KSZTAŁT LITERY U? POLITYKA SENIORALNA¹ A DOBROSTAN OSÓB STARSZYCH

Streszczenie

Dotychczasowe badania „krzywej szczęścia” wykazały, że budowanie odporności psychicznej na ograniczenia typowe dla osób starszych pozwala na odwrócenie negatywnego trendu w poziomie subiektywnego dobrostanu. Działania w zakresie polityki społecznej, gospodarczej i zdrowotnej, realizowane przez jednostki samorządu terytorialnego i władze centralne, mogą poprawić jakość starzenia się. Celem artykułu jest zbadanie uwarunkowań szczęścia seniorów ze szczególnym uwzględnieniem potencjału polityki senioralnej (w wymiarze krajowym, regionalnym, metropolitalnym i lokalnym) w jego wspieraniu, co pozwoli na opracowanie modelu „polityki senioralnej dobrostanu” oraz opracowanie katalogu rekomendacji.

Słowa kluczowe: dobrostan, szczęście, polityka społeczna, polityka senioralna, seniorzy

Wstęp

Badania nad szczęściem² od dekad nie są już wyłącznie domeną filozofów, a znajdują się w kręgu zainteresowań również innych grup

* Uniwersytet im. Adama Mickiewicza w Poznaniu, e-mail: maciej.gorny@amu.edu.pl, ORCID: 0000-0003-1476-1049.

** Akademia Nauk Stosowanych im. Mieszka I w Poznaniu, e-mail: a.lorek@wykladowcy.wspia.pl, ORCID: 0000-0002-3468-7037.

¹ „Polityka senioralna”, „polityka wobec starości”, „polityka wobec ludzi starszych”, „polityka społeczna wobec starzenia się ludności” – w literaturze spotyka się zróżnicowane określenia polityki publicznej dotyczącej osób starszych, a konkretne działania często wpisać można w więcej niż jedno ujęcie teoretyczne (B. Szatur-Jaworska, *Polityka społeczna wobec starzenia się ludności – propozycja konceptualizacji pojęcia*, „Studia Oeconomica Posnaniensia”, 2016, t. 4, nr 9, s. 8). Dla uproszczenia autorzy korzystają wyłącznie z pojęcia „polityka senioralna”.

² Dla uproszczenia większość badaczy stosuje pojęcie „szczęścia” synonimicznie z pojęciami „zadowolenia z życia” i „subiektywnego dobrostanu” – zagadnienie to zosta-

naukowo-zawodowych: psychologów, statystyków medycznych, ekonomistów, politologów, socjologów czy antropologów. Stosowanie wskaźników dobrostanu dla programowania i wdrażania skuteczniejszych polityk publicznych nie jest dziś egzotyczną ciekawostką³, a staje się powszechną praktyką polityczną⁴. Powstaje coraz bardziej obszerna literatura oparta na badaniach empirycznych, która prezentuje analizy zależności pomiędzy czynnikami ekonomicznymi, społecznymi, demograficznymi a szczęściem obywateli. Ponadto tworzone są rozmaite modele pokazujące użyteczność badań nad dobrostanem dla skuteczności polityki społecznej i ekonomicznej, co w aplikacyjny sposób przekłada się na faktyczną sytuację poddawaną oddziaływaniu tych polityk.

Korzeni interdyscyplinarnych badań empirycznych nad szczęściem można się doszukiwać w fuzji ekonomii oraz psychologii. Za początek poszukiwań zależności pomiędzy szczęściem a wskaźnikami makroekonomicznymi uznać można rok 1974, gdy Richard Easterlin w artykule pt. *Czy wzrost ekonomiczny zwiększa pomyślność ludzi*, dowodził m.in., że zamożniejsze społeczeństwa są szczęśliwe, jednak wzrost dochodów wpływa na poczucie szczęścia tylko do pewnego momentu⁵. Tzw. paradoks Easterlina (ang. *Easterlin paradox*) stał się przedmiotem licznych badań naukowych, w których był kwestionowany, potwierdzany bądź uzupełniany⁶. Niewątpliwie jednak pozwolił zadać wiele pytań badaw-

nie rozszerzone w kolejnym podrozdziale dla porządku metodologicznego i zachowania rzetelności wyводу.

³ Pierwszym państwem, które uwzględniło w swych politykach szczęście, jest Bhutan. Król tego górzystego królestwa – Jigme Singye Wanchucka – zadeklarował w 1972 r., że celem państwa jest wzrost szczęścia narodowego brutto (ang. *Gross National Happiness*, GNH). Świadczą o tym zapisy ustawy zasadniczej Królestwa Bhutanu. Art. 9 ust. 2 oraz art. 20 ust. 1 brzmią kolejno: „Państwo dąży do promocji takich warunków, które pozwalają osiągnąć Szczęście Narodowe Brutto”; „Rząd będzie chronił i umacniał suwerenność Królestwa, zapewniał dobre rządy i gwarantował pokój, bezpieczeństwo, dobrobyt i szczęście ludu” (Konstytucja Królestwa Bhutanu z dnia 18 czerwca 2008 r.).

⁴ Badania nad dobrostanem prowadzone są dziś w skali mikro i makro przez liczne organizacje pozarządowe, organizacje międzynarodowe w ramach badań sondażowych (m.in. *Vermont Happiness Reports*, *World Happiness Reports*, Europejski Sondaż Społeczny, Eurobarometr) oraz państwa. Dla przykładu, w Wielkiej Brytanii od 2011 r. dobrostan stanowi przedmiot badań statystycznych prowadzonych przez *Office for National Statistics* (szerzej: *Well-being*, Office for National Statistics, <https://www.ons.gov.uk>, 8.04.2021), a Zjednoczone Emiraty Arabskie realizują „politykę szczęścia” (szerzej: M. Górny, M. Mijański, *Szczęście jako cel polityki państwa – analiza przypadku Zjednoczonych Emiratów Arabskich*, „Przegląd Politologiczny”, 2020, nr 2–3).

⁵ J. Czapiński, *Ekonomia szczęścia i psychologia bogactwa*, „Nauka”, 2012, nr 1, s. 51.

⁶ Szerzej: K. Hajder, M. Górny, *Wysokość wskaźnika PKB a poziom szczęśliwości obywateli*, „Środkowoeuropejskie Studia Polityczne”, 2019, nr 1, s. 35.

czych, na które odpowiedzi szukamy do dzisiaj⁷. Kolejnym kamieniem milowym były prace wydane przez Martina Seligmana pod koniec lat 90. XX w. Za ich sprawą powstał nowy nurt psychologii, tj. psychologia pozytywna, która zajmuje się „pozytywnymi emocjami człowieka”⁸. Za przełomowy dla tej dyscypliny uznaje się rok 2000, gdyż M. Seligman oraz Mihaly Csikszentmihalyi ogłosili wtedy „manifest” psychologii pozytywnej. Badacze zwrócili uwagę na to, że psychologia w poprzednich dekadach skupiała się zbyt mocno na psychopatologii: „Psychologowie mają niewielką wiedzę na temat tego, co sprawia, że warto żyć. Zrozumieli jednak całkiem sporo o tym, jak ludzie potrafią przetrwać i znosić przeciwności”⁹. Nauka ta koncentruje się na ludzkich cnotach i dobrostanie¹⁰. Interdyscyplinarne badania czerpiące z dorobku ekonomii szczęścia oraz psychologii pozytywnej są dziś niezwykle popularne. Jak wyliczają William Tov, Derrick Wirtz, Kostadin Kushlev, Robert Biswas-Diener i Ed Diener: „Według stanu na dzień 1 czerwca 2020 roku terminy szczęście lub subiektywny dobrostan zostały wymienione w ponad 2,6 mln publikacji, ok. 50 000 razy rocznie”¹¹.

Jednym z zagadnień, które od lat rozpala akademickie dyskusje, jest pytanie o związek pomiędzy subiektywnym dobrostanem a wiekiem. Nasze szczęście niewątpliwie zmienia się wraz z poszczególnymi etapami życia, jednak nie ma dziś ogólnej zgody, nie wspominając o naukowym konsensusie, co do kierunku tej zmienności oraz jej powodów. Wiele badań wskazuje, że subiektywny dobrostan przyjmuje w krajach rozwiniętych kształt litery U¹², gdzie najniższy poziom szczęścia przypada między 40. a 60. rokiem życia, co ma być potwierdzeniem na istnienie zjawiska kryzysu wieku średniego (ang. *midlife low*) oraz tego, że

⁷ J. Czapiński, *op. cit.*, s. 51.

⁸ A. Platonow, *Szczęście i zadowolenie z życia (psychologia pozytywna)* [w:] *Paenopticum 1*, red. B. Galwas, T. Morawski, Warszawa 2008, s. 99.

⁹ M.E.P. Seligman, M. Csikszentmihalyi, *Positive Psychology. Ain introduction*, „American Psychologist”, 2000, vol. 55, s. 5.

¹⁰ A. Wolanin, *Rozwój w kierunku szczęścia w psychologii pozytywnej: trening sił charakteru a dobrostan człowieka*, „Rynek – Społeczeństwo – Kultura”, 2016, nr 4, s. 26.

¹¹ W. Tov, D. Wirtz, K. Kushlev, R. Biswas-Diener, E. Diener, *Well-Being Science for Teaching and the General Public*, „PsyArXiv Preprints”, 2020, s. 4.

¹² Poszukiwania krzywej szczęścia rozpoczęły się w latach 90. XX w. – Andrew E. Clark, Andrew J. Oswald, Peter W. Warr doszukali się kształtu U w krzywej szczęścia w Wielkiej Brytanii w przeciwieństwie do Liliany Winkelmann i Rainera Winkelmann. R. Easterlin wskazywał natomiast, że poziom szczęścia nie zmienia się na przestrzeni życia i jest liniowy (szerzej: P. Frijters, T. Beaton, *The mystery of the U-shaped relationship between happiness and age*, „Journal of Economic Behavior & Organization”, 2012, nr 82, s. 525–542).

skuteczne polityki publiczne mogą budować wysoki poziom dobrostanu wśród seniorów¹³.

Czy faktycznie można udowodnić istnienie zależności pomiędzy poziomem szczęścia i wiekiem, a jeśli tak, to o czym to świadczy? W jaki sposób można wspierać dobrostan seniorów? Celem niniejszego artykułu jest przegląd aktualnych badań w zakresie krzywej szczęścia, udzielenie odpowiedzi na powyższe pytanie badawcze oraz próba stworzenia teoretycznej klasyfikacji wymiarów polityk publicznych, które determinują lub mogą determinować dobrostan seniorów.

Szczęście, subiektywny dobrostan czy zadowolenie z życia?

Zarówno w tytule niniejszego artykułu, jak i wszystkich powyższych akapitach pojęcia „szczęścia” i „subiektywnego dobrostanu” używane były synonimicznie¹⁴. Podobna praktyka przyjmowana jest przez wielu badaczy, niebędących psychologami, gdyż istnieje dziś wiele nakładających się na siebie koncepcji i sposobów badań tego zjawiska. Zespół badawczy nie chciałby wprowadzać dodatkowych podziałów i rozróżnień, w myśl ockhamowskiej koncepcji – nie mnożyć bytów ponad miarę. Wydaje się bowiem, że dotychczas zarysowane ramy definicyjne synonimicznych pojęć są klarowne i nie pozostawiają interpretacyjnych wątpliwości.

Felicytologia, jako (syntetyzując) rozważania o szczęśliwym życiu, od tysięcy lat jest przedmiotem zainteresowań filozofów i choć nie udało się znaleźć uniwersalnej drogi do osiągnięcia szczęścia, to wiemy dziś, że pojęcie to może mieć różne wymiary. „Szczęście” wydaje się nieuchwytnym, eterycznym pojęciem, które najprościej można rozumieć jako subiektywną radość z obecnego życia¹⁵. Jednak bycie szczęśliwym w żadnym przypadku nie oznacza eliminacji jakichkolwiek nega-

¹³ Dobrostan społeczny, w tym z głównym wskazaniem na seniorów, stanowi dziś jeden z priorytetów rozwoju społeczno-ekonomicznego wg Komisji Europejskiej oraz Światowej Organizacji Zdrowia (D. Moreno-Agostino [i in.], *Determinants of Subjective Wellbeing Trajectories in Older Adults: A Growth Mixture Modeling Approach*, „Journal of Happiness Studies”, 2020, nr 22, s. 710).

¹⁴ Do tego katalogu dodać można również pojęcie „zadowolenia z życia”, jednak Autorzy celowo pomijają to pojęcie, gdyż stanowić ono będzie przedmiot odrębnych dociekań w dalszej części artykułu.

¹⁵ R. Veenhoven, *Happiness, Also Known as „Life Satisfaction” and “Subjective Well-Being”* [w:] *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research*, red. K. Land, A. Michalos, M. Sirgy, Dordrecht 2012, s. 63, 76.

tywnych doświadczeń¹⁶. Ed Diener, uważany za pioniera badań nad dobrostanem, opublikował w 1984 r. artykuł pt. *Subiektywny dobrostan*, na stałe wprowadzając to pojęcie do akademickiej debaty. Jednocześnie przedstawił trójczynnikową koncepcję subiektywnego dobrostanu, na który składać się mają komponenty afektywne (pozytywne i negatywne emocje) oraz komponent poznawczy (zadowolenie z poszczególnych dziedzin i sfer życia)¹⁷.

Światowa Organizacja Zdrowia „subiektywny dobrostan” traktuje jako synonim „pozytywnego stanu zdrowia psychicznego”, w którym „jednostka zdaje sobie sprawę z własnych możliwości, potrafi radzić sobie z normalnymi stresami życiowymi, może pracować produktywnie i owocnie oraz jest w stanie wносить wkład w życie swojej społeczności”¹⁸.

Powyższe dociekania, choć stanowiące niewielki wycinek dorobku psychologii pozytywnej, pokazują, że nie ma zgody między badaczami, co do definicji „szczęścia” i jego składowych, a także rozumienia pozostałych pojęć pokrewnych¹⁹. Warto jednak zaznaczyć, że powszechnie stosuje się w literaturze odniesienie do dwóch wymiarów dobrostanu (co można traktować jako swoisty konsensus naukowy):

- dobrostanu eudajmonistycznego (określanego często psychologicznym) oznaczającego „poznawcze sądy dotyczące zadowolenia z życia i spełnienia” oraz poczucie celu i sensu życia²⁰;
- dobrostanu hedonistycznego (utożsamianego przez wielu badaczy z dobrostanem subiektywnym lub szczęściem²¹) stanowiącego emo-

¹⁶ E. Diener, *Happiness: the science of subjective well-being* [w:] *Noba textbook series: Psychology*, red. R. Biswas Diener, E. Diener, Champaign, 2021, NOBA, <http://noba.to> (9.04.2021); W. Tov [i in.], *op. cit.*, s. 8.

¹⁷ Używa on zamiennie pojęć „szczęście” i „subiektywny dobrostan”, traktując drugie z nich jako zbiorczą nazwę dla „różnych form szczęścia wziętych razem” (E. Diener, *Subjective well-being*, „Psychological Bulletin”, 1984, nr 95, s. 542–575; E. Diener, *op. cit.*).

¹⁸ Światowa Organizacja Zdrowia, 2001, za: K. Ruggeri, E. Garcia-Garzon, Á. Maguire, S. Matz, F.A. Huppert, *Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries*, „Health Qual Life Outcomes”, 2020, vol. 18.

¹⁹ Szerzej: O.N. Medvedev, E.C. Landhuis, *Exploring constructs of well-being, happiness and quality of life*, „PeerJ”, 2018, vol. 6.

²⁰ B. Antczak, *Poczucie dobrostanu w polskich rodzinach*, „Journal of Modern Science”, 2014, nr 20, s. 33.

²¹ Zdarza się również, że subiektywny dobrostan określany jest jako kategoria nadrzędna, która zawiera w sobie dobrostan eudajmonistyczny oraz dobrostan hedonistyczny (A. Steptoe, A. Deaton, A.A. Stone, *Subjective wellbeing, health, and ageing*, 2014, National Center for Biotechnology Information, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov>, 6.11.2014 (10.04.2021); P. Dolan, R. Metcalfe, *Measuring Subjective Wellbeing: Recommendations on Measures for use by National Governments*, „Journal of Social Policy”, 2012, nr 41).

cjonalną reakcję na zdarzenia, będącego w uproszczeniu przewagą przyjemności i pozytywnych doznań nad negatywnymi afektami^{22, 23}.

Wszystkie powyższe założenia, podobnie jak synonimiczne stosowanie pojęć wyrażonych w tytule tego podrozdziału, są swego rodzaju syntezą bądź założeniem metodologicznym stosowanym przez badaczy. „Dobrostan to coś więcej niż radosne uczucia”²⁴, a naukowcy prześcigają się w poszukiwaniu determinujących go czynników mikro- i makroekonomicznych, społecznych, psychologicznych, demograficznych. Z uwagi na powyższe synonimicznie zastosowano we wstępie, jak i dalszych częściach artykułu pojęcia „szczęścia”, „subiektywnego dobrostanu”.

„Kształt szczęścia” – przegląd badań

„Kształt szczęścia” – na pierwszy rzut oka sformułowanie to może wydawać się enigmatyczne, nienaukowe, publicystyczne, jednak związane jest ono z poszukiwaniem odpowiedzi na jak najbardziej naukowe pytania badawcze: Jak zmienia się zadowolenie z życia wraz z wiekiem? Jaka jest relacja pomiędzy wiekiem a szczęściem? Odpowiedź w dużej mierze jest zależna od zmiennych kontrolnych subiektywnie wybranych przez badacza w toku analizy regresji²⁵.

²² Dobrostan hedonistyczny zawiera w sobie wiele elementów niehedonistycznych (S.J. Heintzelman, *Eudaimonia in the contemporary science of subjective well-being: Psychological well-being, self-determination, and meaning in life* [w:] *Handbook of well-being*, red. E. Diener, S. Oishi, L. Tay, Salt Lake City 2018; J. Vittersø, *Feelings, meanings, and optimal functioning: Some distinctions between hedonic and eudaimonic well-being* [w:] *The best within us: Positive psychology perspectives on eudaimonia*, red. A.S. Waterman, American Psychological Association, 2013, <https://psycnet.apa.org> [10.04.2021]).

²³ J. Cieślińska, *Poczucie dobrostanu i optymizmu życiowego kadry kierowniczej placówek oświatowych*, „Studia Edukacyjne”, 2013, nr 27, s. 101; M. Ilska, A. Kołodziej-Zalewska, *Dobrostan hedonistyczny i eudajmonistyczny w sytuacjach kryzysów normatywnych i nienormatywnych*, „Zeszyty Naukowe Politechniki Śląskiej”, 2018, z. 123, s. 157.

²⁴ W. Tov [i in.], *op. cit.*, s. 6.

²⁵ Analiza regresji – pojęcie z zakresu statystyki, określające metodę służącą modelowaniu związków pomiędzy dwiema lub więcej zmiennymi. Jest wykorzystywana podczas badań przeprowadzanych na populacji generalnej (ogólnej), ze względu na przynajmniej dwie możliwe do zmierzenia cechy. Analiza ta pozwala określić związek między zmienną zależną (objaśnianą) a zmienną niezależną (objaśniającą). Badania nad krzywą szczęścia wiążą się najczęściej z analizą kohortową lub analizą poprzeczną danych pozyskanych w ramach regularnie prowadzonych badań opinii publicznej, takich jak Eurobarometr, Europejski Sondaż Społeczny. Należy pamiętać, że wykorzystywane w nich pytania czerpią z dorobku psychologii pozytywnej i badań dobrostanu psycholo-

Laaksonen Seppo słusznie wskazuje, że wykształciła się pewna tradycja wśród badaczy zajmujących się badaniem „kształtu szczęścia”, by uwzględniać zmienne wpływające na podstawowe warunki życia ludzi^{26, 27}. Większość naukowców wpisuje się tym samym w pewien kierunek wyznaczany głównie przez Davida G. Blanchflowera i Andrewa J. Oswalda²⁸. Krzywej szczęścia w postaci litery U doszukiwali się również inni badacze, choć niekoniecznie we wszystkich analizowanych przypadkach²⁹. Nie jest to jednak monolit – metodologia badawcza wykorzystywana przez D.G. Blanchflowera i A.G. Oswalda spotkała się z komentarzami krytycznymi. W 2008 r. pisali: „Przedstawiamy dowody na to, że dobrostan psychiczny przyjmuje kształt litery U w ciągu życia”³⁰. Norval Glenn w komentarzu do artykułu zawierającego powyższy cytat wyrażał zastrzeżenia co do wykorzystywania stanu cywilnego, dochodu, poziomu wykształcenia jako zmiennych kontrolnych i postulował wykorzystanie w tym celu jedynie kohorty demograficznej^{31, 32}. Odpowiedź D.G. Blan-

gicznego, np. za sprawą drabiny Cantrilla, jednak różnią się od popularnych skal, takich jak: *Satisfaction with Life Scale*, *Subjective Happiness Scale*, *Oxford Happiness Inventory*.

²⁶ Najczęściej bierze się pod uwagę: płeć, miejsce zamieszkania, stan cywilny, wykształcenie, dochody. Oprócz debaty nad tym, czy stosować zmienne kontrolne, trwa również dyskusja co do celowości stosowania poszczególnych z nich, gdyż mogą być one zbyt blisko związane z subiektywnym dobrostanem, co zaburzać może wyniki. Dotyczy to choćby subiektywnego dochodu i zadowolenia z życia.

²⁷ S. Laaksonen, *A Research Note: Happiness by Age is More Complex than U-Shaped*, „*Journal of Happiness Studies*”, 2018, nr 10, s. 471.

²⁸ D.G. Blanchflower, A.J. Oswald, *Well-being over time in Britain and the USA*, „*NBER Working Paper Series*”, 2000, nr 7487; D.G. Blanchflower, A.J. Oswald, *Well-being over time in Britain and the USA*, „*Journal of Public Economics*”, 2004, nr 88; D.G. Blanchflower, A.J. Oswald, *Is well-being U-shaped over the life cycle?*, „*Social Science & Medicine*”, 2008, nr 66; D.G. Blanchflower, A.J. Oswald, *The U-Shape without Controls*, „*Warwick Economic Research Papers*”, 2009, nr. 896; D.G. Blanchflower, A.J. Oswald, *The U-Shape without Controls: A response to Glenn*, „*Social Science & Medicine*”, 2009, nr 69; D.G. Blanchflower, *Is happiness U-shaped everywhere? Age and subjective well-being in 145 countries*, „*Journal of Population Economics*”, 2020, nr 34.

²⁹ M. in.: A. Steptoe [i in.], *op. cit.*; C. Graham C., J.R. Pozuelo, *Happiness, stress, and age: how the U curve varies across people and places*, „*European Society for Population Economics*”, 2017, vol. 30; E. Jr. Beja, *The U-shaped relationship between happiness and age: Evidence using World Values Survey data*, 2018, Munich Personal RePEc Archive, <https://mpira.ub.uni-muenchen.de> (11.05.2021).

³⁰ D.G. Blanchflower, A.J. Oswald, *op. cit.*, 2008.

³¹ Kohorta demograficzna – pojęcie z zakresu statystyki, określające oznaczony, ograniczony zbiór badanych obiektów, w przypadku przedmiotowego badania ludzi, wyodrębniony z populacji na podstawie konkretnych parametrów wiekowych.

³² N. Glenn, *Is the apparent U-shape of well-being over the life course a result of inappropriate use of control variables? A commentary on Blanchflower and Oswald*, „*Social Science & Medicine*”, 2009, nr 69.

chflowera i A.J. Oswald³³ opublikowana w tym samym roku niestety nie spotkała się już z odpowiedzią N. Glenna, gdyż ten przedwcześnie zmarł. Zdaniem choćby Hellevika Ottara nie odpowiedzieli jednak oni wyczerpująco na zarzuty, a on sam przedstawił kolejne dowody na to, że istnienie kształtu U w licznych badaniach to m.in. kwestia niewłaściwego doboru zmiennych kontrolnych, wspólnego analizowania odpowiedzi na różniące się pytania na temat szczęścia, błędne łączenie kategorii takich, jak „zadowolenie z życia” i „szczęście”^{34, 35}. Paul Frijters i Tony Beaton na podstawie licznych analiz statystycznych wskazali na jeszcze jeden istotny aspekt, który może mieć wpływ na krzywą szczęścia. Badania ankietowe mają mieć zawyżoną liczbę skrajnie nieszczęśliwych osób w średnim wieku oraz nie doszacowywać spadku dobrostanu w starszym wieku. Osoby szczęśliwe w wieku 40–60 lat mają być zbyt zajęte na udział w badaniu, a z seniorami z niskim poziomem szczęścia raczej trudno jest przeprowadzić wywiad choćby ze względu na choroby. Jednocześnie podtrzymali krytykę wyrażaną przez N. Glenna, dodając do tego wskazanie, że omawiana krzywa szczęścia to wynik odwrotnej przyczynowości, tj., że szczęście i wiek są powiązane, ale w inny sposób niż zakładają badacze³⁶. Z drugiej strony, wykorzystanie innych metod badań statystycznych doprowadziło różne grupy badaczy do rozbieżnych wniosków. Wykazano, że wraz z wiekiem poziom szczęścia wzrasta, stabilizuje się, przyjmuje kształt odwróconej litery U, zmniejsza się liniowo, ma falisty kształt³⁷.

Czy istnieje zatem jakakolwiek krzywa szczęścia? Odpowiedź brzmi: to zależy od definicji i zakresu badanej zmiennej (lub zmiennych), źródła danych, wykorzystanej formy pomiaru szczęścia, strategii badawczej, czego najlepszym potwierdzeniem może być tabelaryczne zestawienie metodologii wraz z wynikami blisko 30 badań różnych autorów, które zostało opracowane przez Nancy L. Galambos, Harveya J. Krahna, Matthewa D. Johnsona i Margie E. Lachman³⁸. Nie istnieje

³³ D.G. Blanchflower, A.J. Oswald, *The U-Shape....*

³⁴ Dla przykładu – pytania o zadowolenie z życia spotykają się z reguły z dużo bardziej optymistyczną odpowiedzią aniżeli pytania o poziom szczęścia. W takim przypadku metodologicznie ułomne jest jednocześnie analizowanie odpowiedzi na dwa pytania z dwóch różnych badań ankietowych.

³⁵ O. Hellevik (2015), *The U-shaped age-happiness relationship: real or methodological artifact?*, „Quality & Quantity”, 2015, nr 51.

³⁶ P. Frijters, T. Beaton, *op. cit.*, s. 526.

³⁷ N. Li, *Multidimensionality of Longitudinal Data: Unlocking the Age-Happiness Puzzle*, „Social Indicators Research”, 2015, nr 128, s. 306.

³⁸ N.L. Galambos, H.J. Krahn, M.D. Johnson, M.E. Lachman, *The U Shape of Happiness Across the Life Course: Expanding the Discussion*, „Perspectives on Psychological Science”, 2020, vol. 15, s. 901–902.

jedna, uniwersalna krzywa szczęścia i jest to głos coraz powszechniejszy w debacie naukowej³⁹, jednak D.G. Blanchflower, dokonując w 2020 r. analizy danych ze 145 państw świata, jako podsumowanie dołączył następujące zdanie: „Krzywa szczęścia występuje w 145 krajach. To nie mit”. Jednocześnie przedstawione w omawianym artykule analizy danych z Europejskiego Sondażu Społecznego z lat 2002–2016 nie udowodniły istnienia krzywej szczęścia w kształcie U m.in. w Polsce, choć była ona dla tego państwa widoczna w przypadku danych z Eurobarometru z lat 1973–2019⁴⁰.

Jak widać, pytania o naturę związku pomiędzy poziomem szczęścia i wiekiem nie doczekały się jednoznacznej odpowiedzi, choć niewątpliwie pozwoliły dostrzec, że w przypadku kontroli wydarzeń (budowania odporności psychologicznej) i ograniczeń typowych dla osób w starszym wieku możliwe jest odwrócenie negatywnego trendu w zakresie poziomu subiektywnego dobrostanu. Działania m.in. z zakresu polityki społecznej i ekonomicznej, polityki zdrowotnej, ale co istotne, również polityka senioralna realizowana przez jednostki samorządu terytorialnego, mogą kształtować warunki dla wysokiej jakości starzenia się⁴¹.

Dobrostan seniorów i polityki publiczne – próba stworzenia ram teoretycznych

Starzenie się społeczeństwa jest dziś powszechnym wyzwaniem dla polityk publicznych zarówno w skali makro, jak i mikro. Według danych Organizacji Narodów Zjednoczonych osoby w wieku 65 lat i starsze stanowią 9,3% globalnej populacji. Szacuje się, że grupa ta podwoi swą liczebność do 2050 r., by osiągnąć 1,5 mld osób i stanowić 16% ludności świata⁴². Znaczenie polityki senioralnej z całą pewnością będzie wzrastać nie tylko ze względu na demografię (starzenie się społeczeństwa, ruchy migracyjne) oraz przeobrażenia więzi i relacji rodzinnych. W państwach rozwijających się młode osoby migrują najczęściej do rozwijających się miast i metropolii, pozostawiając starszych członków rodzin

³⁹ B.F. López Ulloa, V. Møller, A. Souza-Poza, *How does subjective well-being evolve with age? A literature review*, „Population Ageing”, 2013, nr 6; S.N. Li, *op. cit.*; S. Laaksonen, *op. cit.*; N. L. Galambos [i in.], *op. cit.*

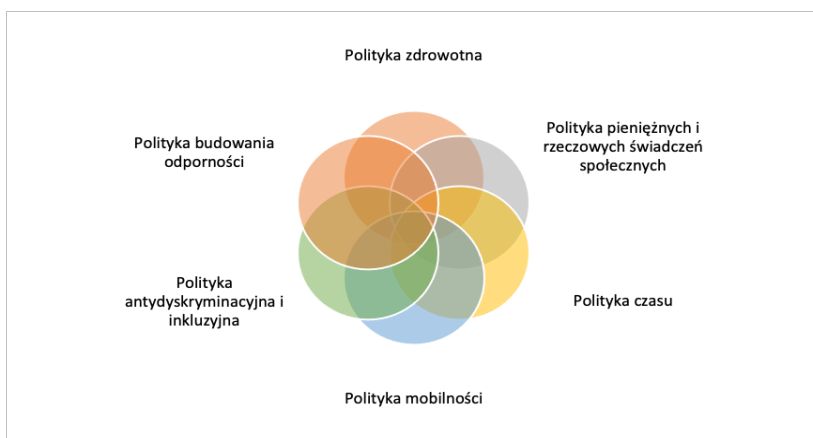
⁴⁰ D.G. Blanchflower, *op. cit.*, s. 20.

⁴¹ Rozróżnić należy pojęcie „starzenia się” i „jakości starzenia się”, gdyż należy zastanawiać się dziś w ramach polityk publicznych nie tylko nad długością życia, ale i nad tym, jak przeżyć jesień życia szczęśliwie.

⁴² *World Population Ageing 2020 Highlights*, Organizacja Narodów Zjednoczonych, 2020, <https://www.un.org> (16.08.2021).

w miejscowościach rodzinnych⁴³. W Polsce, podobnie jak w innych państwach wysoko rozwiniętych, zauważalne jest „odpływanie” młodych osób z dużych miast do gmin tworzących metropolitalne „obwarzanki”, jak i dalej do miejsc, które nie funkcjonują w ich ramach. Tym samym udział seniorów w populacji metropolii m.in. w Polsce będzie się zwiększał, co tworzy szereg nowych wyzwań w wymiarze lokalnym⁴⁴.

Pokazuje to, że niniejsze dociekania mają charakter bardzo aktualny i istotny – zarówno w warstwie badań podstawowych, jak i aplikacyjnych. W ocenie zespołu badawczego, wyróżnić można kilka **przenikających się i wzajemnie warunkujących wymiarów polityk publicznych** (krajowych, regionalnych, lokalnych), które determinują bądź mogą determinować szczęście seniorów. Punktem wyjścia podejmowanej próby teoretycznej klasyfikacji (opartej jednak na doświadczeniach praktycznych, wynikających z działalności samorządu terytorialnego) jest dobrostan osób starszych.



Grafika 1. Polityka wspierania subiektywnego dobrostanu seniorów – próba stworzenia ram teoretycznych

Źródło: opracowanie własne.

⁴³ A. Lorek, M. Górny, *Czas w polityce społecznej. Polityka senioralna miasta Poznania* [w:] *Determinanty wykluczenia społecznego. Innowacyjne metody inkluzji społecznej*, red. K. Hajder, D. Tobolski, S. Kubat, Poznań 2021.

⁴⁴ Dla zobrazowania zjawiska: wskaźnik starości demograficznej dla powiatu poznańskiego, który ma charakter obwarzankowy względem miasta Poznania, mieści się w zakresie 12–14%, dla ośrodka miejskiego natomiast zakres ten wynosi 19–21%. Saldo migracji wewnętrznych dla powiatu poznańskiego przyjmuje zakres od 8–15 osób na 1000 ludności, a dla miasta Poznania: 2–0. Statystyka z roku 2018 (Wielkopolskie Regionalne Obserwatorium Terytorialne, *Diagnoza sytuacji społeczno-gospodarczej i przestrzennej województwa wielkopolskiego*, 2019, s. 160, 163).

Polityka zdrowotna

Seniorzy stanowią jedyną grupę społeczną, wśród której zauważalny jest związek pomiędzy poziomem szczęścia i wysokością PKB. Państwa rozwinięte wydają relatywnie więcej pieniędzy na redystrybucję w ramach transferów socjalnych (co jest szczególnie istotne w dobie postępującego starzenia się społeczeństwa, gdyż decyduje o braku efektywności systemów emerytalnych), oferują lepszą infrastrukturę ochrony zdrowia, szerszą i bardziej dostępną ofertę specjalistycznych usług medycznych oraz bogatszy koszyk świadczeń gwarantowanych i refundację leków. Tym samym w ujęciu globalnym postulować należy zwiększenie dostępności jednostek ochrony zdrowia poprzez minimalizację wykluczenia technologicznego i promocję e-porad, wdrożenie skutecznej polityki mobilności, a co najważniejsze – poprzez wzrost wydatków na ochronę zdrowia. Jednocześnie bardzo ważna jest troska o dobrostan obywateli, gdyż jak udowadniają badania, jego wysoki poziom obniża prawdopodobieństwo wielu chorób⁴⁵.

Polityka budowania odporności

Starzeniu się towarzyszy szereg doświadczeń, wydarzeń i ograniczeń, które stanowią ogromne wyzwanie dla psychiki człowieka: upowszednienie śmierci bliskich osób, choroby i ograniczenia mobilności, samotność. Wielu seniorom w przypadkach m.in. rozpoznania cukrzycy, chorób serca, udaru, chorób nerek towarzyszy depresja⁴⁶. Powszechność tego rodzaju wyzwań wśród seniorów doprowadziła badaczy do konkluzji, że należy oferować wsparcie psychologiczne w obliczu wydarzeń mogących długoterminowo obniżyć dobrostan osób starszych, a co ważniejsze, zawnazu budować ich odporność na potencjalne negatywne wydarzenia⁴⁷, gdyż jak mówi M. Seligman: „Optymistę spotyka w życiu tyle samo niepowodzeń i tragedii co pesymistę, ale optymista znosi to lepiej”⁴⁸. Realizacja tego zadania wiąże się z postulatami opisanymi w polityce zdro-

⁴⁵ Zob. A. Steptoe [i in.], *op. cit.*, s. 1–2; F.J. Helliwell, *How can subjective well-being be improved?*, 2011, ResearchGate, <https://www.researchgate.net> (14.04.2021), s. 289; H.J. Swift [i in.], *Revisiting the Paradox of Well-being: The Importance of National Context*, „Journals of Gerontology, Series B: Psychological Sciences and Social Sciences”, 2014, nr 69, s. 922.

⁴⁶ A. Steptoe [i in.], *op. cit.*, s. 7.

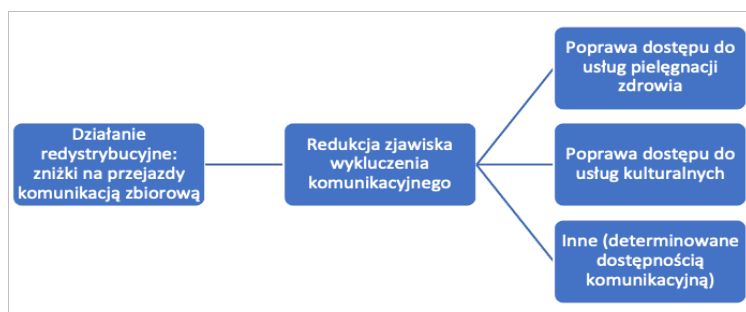
⁴⁷ T.D. Cosco, K. Howe, C. Brayne, *Healthy ageing, resilience and wellbeing*, „Epidemiology and Psychiatric Sciences”, 2017, nr 26, s. 581–583.

⁴⁸ Cyt. za: C. Moore, *Learned Optimism: Is Martin Seligman's Glass Half Full?*, Positive Psychology, <https://positivepsychology.com>, 6.12.2021 (17.12.2021).

wotnej, polityce antidyskryminacyjnej i inkluzyjnej, ale podstawą powinna być promocja psychologii pozytywnej i psychologicznej interwencji kryzysowej jako naturalnej formy troski o higienę psychiczną.

Polityka pieniężnych i rzeczowych świadczeń społecznych

Przejęcie na emeryturę wiąże się bardzo często z obniżeniem poziomu życia, w tym zmniejszeniem koszyka dóbr, na które senior może sobie pozwolić. Może to nieść za sobą szereg konsekwencji zdrowotnych, psychologicznych i społecznych, stąd potrzebne są instrumenty z obszaru polityki społecznej i ekonomicznej, które minimalizować będą negatywne efekty społeczne. Wartościowym działaniem w tym kontekście jest wobec tego zapewnianie seniorom pieniężnych i rzeczowych świadczeń społecznych niwelujących omawiane deficyty następujące po przejściu na emeryturę, a także umożliwianie dostępu do usług publicznych, które mogą stanowić swoiste pomosty do innych, specyficznych dóbr determinujących subiektywny dobrostan. Przykładem może być zapewnienie zniżek na przemieszczanie się komunikacją zbiorową, co stanowi dla najstarszych ułatwienie dostępu do usług zapewnianych przez ośrodki miejskie – kultury, pielęgnacji zdrowia, na które to usługi seniorzy zwykle również posiadają adekwatne bonifikaty.



Grafika 2. Przykład przenikania się omawianych wymiarów polityk publicznych

Źródło: opracowanie własne.

Polityka czasu

Polityka czasu stanowiła dla nas przedmiot dociekań w artykule pt. *Czas w polityce społecznej. Polityka senioralna miasta Poznania*, stąd szerzej ta koncepcja omówiona została właśnie tam⁴⁹. Niewątpliwie

⁴⁹ A. Lorek, M. Górny, *op. cit.*

jest tak, że czas jesieni życia stawia człowieka przed szeregiem wyzwań, w tym przede wszystkim pojawia się coś, co nazwalismy „trudem pożytkowania czasu”. Zmiana rytmu życia wpływa na zmianę nastawienia do czasu i subiektywną temporalność. Bardzo często dochodzi do tzw. załamania się struktury czasu, która w połączeniu z obniżeniem się standardu życia ze względu na wysokość świadczenia emerytalnego może prowadzić do obniżenia poczucia własnej wartości i izolacji społecznej⁵⁰. Wraz ze zmianami więzi i relacji rodzinnych, a dziś również ze względu na izolację społeczną spowodowaną pandemią COVID-19 i jej potencjalne konsekwencje potrzebne jest zaoferowanie nowych form samorealizacji seniorom. W końcu, jak piszą Lihi Lahat i Itaai Sened: „Czas jest najważniejszym zasobem jaki mamy, a sposób, w jaki go wykorzystujemy, wpływa na nasze samopoczucie”⁵¹. Z tego powodu wydaje się konieczne, by starać się wpływać za pośrednictwem polityki czasu na wykorzystanie tego zasobu przez jednostki poprzez szeroką ofertę wydarzeń kulturalnych i społecznych, które łączą w sobie rozwój indywidualny seniorów z towarzysko atrakcyjną formą⁵².

Polityka mobilności

Starzenie się niesie za sobą pewne naturalne ograniczenia mobilności – seniorzy bardzo często borykają się z różnego rodzaju barierami transportowymi i architektonicznymi. Konieczne jest wdrażanie tzw. technologii dobrobytu, czyli rozwiązań technologicznych wspierających w rozwiązywaniu problemów w przestrzeni publicznej oraz wyzwaniach życia codziennego⁵³. Dołączyć do tego wymiaru należy również budowanie dostępności do transportu zbiorowego i wynajmu transportu indywidualnego. Dość powszechne jest wykluczenie komunikacyjne seniorów, którzy np. ze względów zdrowotnych nie mogą korzystać z transportu zbiorowego, a z powodów ekonomicznych z transportu indywidualnego.

⁵⁰ K. Dreła, *Psychologiczno-ekonomiczne problemy bezrobocia*, „Współczesne Problemy Ekonomiczne”, 2015, nr 10, s. 133.

⁵¹ L. Lahat, I. Sened, *Time and well-being, an institutional, comparative perspective: Is it time to explore the idea of a time policy?*, „Journal of European Social Policy”, 2019, vol. 30, nr 3, s. 1.

⁵² Szerzej: A. Lorek, M. Górny, *op. cit.*

⁵³ A. Klimczuk, *Modele wielosektorowej polityki społecznej wobec ludzi starych i starości w kontekście zmiany technologicznej*, „Zarządzanie Publiczne”, 2015, nr 2, s. 41.

Polityka antydyskryminacyjna i inkluzyjna

Zwiększający się udział osób starszych w ogólnej populacji poszczególnych państw, a także rozszerzanie na tę grupę wsparcia socjalnego może prowadzić do zwiększania się poziomu uprzedzeń wobec seniorów i dyskryminacji ze względu na wiek. Jest to szczególnie zauważalne w państwach rozwijających się (o stosunkowo niskim PKB) i „konfliktu o zasoby” a zarazem wpływa na poziom dobrostanu osób w jesieni życia⁵⁴. Postrzeganie seniorów jako zagrożenia dla gospodarki może prowadzić do uprzedzeń, które oddziałują na odczuwany poziom subiektywnego dobrostanu. Przykładowo w Polsce najstarsi wraz z wiekiem odczuwają to coraz silniej, a więc krzywa tego zjawiska przyjmuje kształt litery U⁵⁵, a oni wycofują się z życia społecznego. Niezbędne wydaje się prowadzenie multisektorowych działań promujących tolerancję i szacunek wobec osób starszych, które mają doprowadzić do zmiany ich postrzegania i inkluzji społecznej.

Jednocześnie warto postulować promocję technologii informacyjno-komunikacyjnych (ang. *Information and Communication Technologies*, ICT) jako środka zmniejszającego poczucie samotności. Oznacza to, że seniorzy powinni stać się grupą docelową dla szkoleń podnoszących kompetencje cyfrowe, jak i pokazujących możliwości, jakie daje dostęp do ICT, a są to m.in.: media społecznościowe, roboty wspierające w codziennych czynnościach, gry wideo, czaty, system teleopieki, kursy i szkolenia⁵⁶.

Zakończenie

Jako autorzy, podobnie jak wielu innych badaczy⁵⁷, żywimy przekonanie, że subiektywny dobrostan stanowi właściwy wskaźnik dla oceny skuteczności polityk publicznych przy dzisiejszej dynamice świata. Niejednoznaczność krzywej szczęścia stanowi element aktualnej dyskusji

⁵⁴ H. J. Swift [i in.], *op. cit.*, s. 922.

⁵⁵ C. Bratt, D. Abrams, H.J. Swift, C.-M. Vauclair, S. Marques, *Perceived Age Discrimination Across Age in Europe: From an Ageing Society to a Society for All Ages*, „Developmental Psychology”, 2017, vol. 54, nr 1, s. 176.

⁵⁶ Szerzej: P. Khosravi, A. Wiewiora, A. Rezvani, *The impact of technology on older adults' social isolation*, „Computers in Human Behaviour”, 2016, nr 63.

⁵⁷ J. AV Fischer, *Subjective Well-Being as Welfare Measure: Concepts and Methodology*, OECD Paris, 2009, Munich Personal RePEc Archive, <https://mpra.ub.uni-muenchen.de> (16.05.2021); C. Seaford, *Well-being: Human well-being and priorities for economic policy-makers*, NEF Working Paper 2, <https://b3cdn.net>, 2010, (16.05.2021); R. Layard, *Measuring Subjective Well-Being*, Science, 2010, vol. 327, 534, <https://doi.org/10.1126/science.1186315>.

naukowej – choć daleka jest od jednoznacznego, niepodważalnego konsensusu, to zaowocowała ona szeregiem obserwacji, które mogą prowadzić do wdrażania skuteczniejszych polityk społecznych i ekonomicznych.

Niewątpliwie, konieczne jest połączenie polityk krajowych, regionalnych, metropolitalnych i lokalnych w ramach wielosektorowej i wielopoziomowej polityki społecznej wobec osób starszych w wymiarach wskazanych w poprzednim podrozdziale. Co ważne – współpraca ta powinna również obejmować organizacje pozarządowe w myśl idei subsydiarności (w ordoliberalnym znaczeniu tego pojęcia).

Bibliografia

- Antczak B., *Poczucie dobrostanu w polskich rodzinach*, „Journal of Modern Science”, 2014, nr 20, s. 31–47.
- Beja E. Jr., *The U-shaped relationship between happiness and age: Evidence using World Values Survey data*, 2018, Munich Personal RePEc Archive, <https://mpra.ub.uni-muenchen.de> (11.05.2021).
- Blanchflower D.G., Oswald A.J., *Well-being over time in Britain and the USA*, „NBER Working Paper Series”, 2000, nr 7487.
- Blanchflower D.G., Oswald A.J., *Well-being over time in Britain and the USA*, „Journal of Public Economics”, 2004, nr 88.
- Blanchflower D.G., Oswald A.J., *Is well-being U-shaped over the life cycle?*, „Social Science & Medicine”, 2008, nr 66.
- Blanchflower D.G., Oswald A.J., *The U-Shape without Controls*, „Warwick Economic Research Papers”, 2009, nr 896.
- Blanchflower D.G., Oswald A.J., *The U-Shape without Controls: A response to Glenn*, Social „Science & Medicine”, 2009, nr 69.
- Blanchflower D.G., *Is happiness U-shaped everywhere? Age and subjective well-being in 145 countries*, „Journal of Population Economics”, 2020, nr 34.
- Bratt C., Abrams D., Swift H.J., Vauclair C.-M., Marques S., *Perceived Age Discrimination Across Age in Europe: From an Ageing Society to a Society for All Ages*, „Developmental Psychology”, 2017, vol. 54, nr 1.
- Cieślińska J., *Poczucie dobrostanu i optymizmu życiowego kadry kierowniczej placówek oświatowych*, „Studia Edukacyjne”, 2013, nr 27.
- Cosco T.D., Howe K., Brayne C., *Healthy ageing, resilience and wellbeing*, „Epidemiology and Psychiatric Sciences”, 2017, nr 26.
- Czapiński J., *Ekonomia szczęścia i psychologia bogactwa*, „Nauka”, 2012, nr 1.
- Diener E., *Happiness: the science of subjective well-being* [w:] *Noba textbook series: Psychology*, red. Biswas Diener R., Diener E., 2021, NOBA, <http://noba.to> (9.04.2021).
- Diener E., *Subjective well-being*, „Psychological Bulletin”, 1984, nr 95.
- Dolan P., Metcalfe R., *Measuring Subjective Wellbeing: Recommendations on Measures for use by National Governments*, „Journal of Social Policy”, 2012, nr 41.
- Drela K., *Psychologiczno-ekonomiczne problemy bezrobocia*, „Współczesne Problemy Ekonomiczne”, 2015, nr 10.

- Fischer AV J., *Subjective Well-Being as Welfare Measure: Concepts and Methodology*, OECD Paris, 2009, Munich Personal RePEc Archive, <https://mpra.ub.uni-muenchen.de> (16.05.2021).
- Frijters P., Beaton T., *The mystery of the U-shaped relationship between happiness and age*, „Journal of Economic Behavior & Organization”, 2012, nr 82.
- Galambos N.L., Krahn H.J., Johnson M.D., Lachman M.E., *The U Shape of Happiness Across the Life Course: Expanding the Discussion*, „Perspectives on Psychological Science”, 2020, vol. 15.
- Glenn N., *Is the apparent U-shape of well-being over the life course a result of inappropriate use of control variables? A commentary on Blanchflower and Oswald*, „Social Science & Medicine”, 2009, nr 69.
- Górny M., Mijalski M., *Szczęście jako cel polityki państwa – analiza przypadku Zjednoczonych Emiratów Arabskich*, „Przegląd Orientalistyczny”, 2020, nr 2–3.
- Graham C., Pozuelo J.R., *Happiness, stress, and age: how the U curve varies across people and places*, „European Society for Population Economics”, 2017, vol. 30.
- Hajder K., Górny M., *Wysokość wskaźnika PKB a poziom szczęśliwości obywateli*, „Środkowoeuropejskie Studia Polityczne”, 2019, nr 1, <https://doi.org/10.14746/ssp.2019.1.2>.
- Heintzelman S.J., *Eudaimonia in the contemporary science of subjective well-being: Psychological well-being, self-determination, and meaning in life* [w:] *Handbook of well-being*, red. E. Diener, S. Oishi, L. Tay, Salt Lake City 2018.
- Hellevik O., *The U-shaped age-happiness relationship: real or methodological artifact?*, „Quality & Quantity”, 2015, nr 51.
- Helliwell F.J., *How can subjective well-being be improved?*, 2011, ResearchGate, <https://www.researchgate.net> (16.05.2021).
- Ilska M., Kołodziej-Zalewska A., *Dobrostan hedonistyczny i eudajmonistyczny w sytuacjach kryzysów normatywnych i nienormatywnych*, „Zeszyty Naukowe Politechniki Śląskiej”, 2018, z. 123.
- Khosravi P., Wiewiara A., Rezvani A., *The impact of technology on older adults' social isolation*, „Computers in Human Behavior”, 2016, nr 63, DOI: 10.1016/j.chb.2016.05.092.
- Klimczuk A., *Modele wielosektorowej polityki społecznej wobec ludzi starych i starości w kontekście zmiany technologicznej*, „Zarządzanie Publiczne”, 2015, nr 2.
- Konstytucja Królestwa Bhutanu z dnia 18 czerwca 2008 r.*, Biblioteka Sejmu RP, <https://biblioteka.sejm.gov.pl> (8.04.2021).
- Laaksonen S., *A Research Note: Happiness by Age is More Complex than U-Shaped*, „Journal of Happiness Studies”, 2018, nr 10.
- Lahat L., Sened I., *Time and well-being, an institutional, comparative perspective: Is it time to explore the idea of a time policy?*, „Journal of European Social Policy”, 2019, vol. 30.
- Layard R., *Measuring Subjective Well-Being*, „Science”, 2010, vol. 327, <https://doi.org/10.1126/science.1186315>.
- Li N., *Multidimensionality of Longitudinal Data: Unlocking the Age-Happiness Puzzle*, „Social Indicators Research”, 2015, nr 128.
- Lorek A., Górny M., *Czas w polityce społecznej. Polityka senioralna miasta Poznania* [w:] *Determinanty wykluczenia społecznego. Innowacyjne metody inkluzji społecznej*, red. K. Hajder, D. Tobolski, S. Kubat, Poznań 2021.
- López Ulloa B.F., B., Møller V., Souza-Poza A., *How does subjective well-being evolve with age? A literature review*, „Population Ageing”, 2013, nr 6.

- Medvedev O.N., Landhuis E.C., *Exploring constructs of well-being, happiness and quality of life*, „PeerJ”, 2018, vol. 6, <https://doi.org/10.7717/peerj.4903>.
- Moore C., *Learned Optimism: Is Martin Seligman's Glass Half Full?*, Positive Psychology, <https://positivepsychology.com>, 6.12.2021 (17.12.2021).
- Moreno-Agostino D., de la Torre-Luque A., de la Fuente J., Lara E., Martin-Maria N., Moneta M.V., Bayes I., Olaya B., Haro J.M., Miret M., Ayuso-Mateos J.L., *Determinants of Subjective Wellbeing Trajectories in Older Adults: A Growth Mixture Modeling Approach*, „Journal of Happiness Studies”, 2020, nr 22.
- Platonow A., *Szczęście i zadowolenie z życia (psychologia pozytywna)* [w:] *Panopticum 1*, red. B. Galwas, T. Morawski, Warszawa 2008.
- Ruggeri K., Garcia-Garzon E., Maguire Á., Matz S., Huppert F.A., *Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries*, „Health Qual Life Outcomes”, 2020, vol. 18, <https://doi.org/10.1186/s12955-020-01423-y>.
- Seaford C., *Well-being: Human well-being and priorities for economic policy-makers*, „NEF Working Paper”, 2010, nr 2, <https://b3cdn.net> (16.05.2021).
- Seligman M.E.P., Csikszentmihalyi M., *Positive Psychology. An introduction*, „American Psychologist”, 2020, vol. 55.
- Septeo A., Deaton A., Stone A.A., *Subjective wellbeing, health, and ageing*, 2014, National Center for Biotechnology Information, <https://www.ncbi.nlm.nih.gov> (10.04.2021).
- Swift H.J., Vauclair C.-M., Abrams D., Bratt C., Marques S., Lima M.-L., *Revisiting the Paradox of Well-being: The Importance of National Context*, Journals of Gerontology, Series B: „Psychological Sciences and Social Sciences”, 2014, nr 69.
- Szatur-Jaworska B., *Polityka społeczna wobec starzenia się ludności – propozycja konceptualizacji pojęcia*, „Studia Oeconomica Posnaniensia”, 2016, vol. 4, nr 9.
- Tov W., Wirtz D., Kushlev K., Biswas-Diener R., Diener E., *Well-Being Science for Teaching and the General Public*, 2020, ResearchGate, <https://www.researchgate.net> (10.04.2021).
- Veenhoven R., *Happiness, Also Known as „Life Satisfaction” and “Subjective Well-Being”* [w:] *Handbook of Social Indicators and Quality of Life Research*, red. K. Land, A. Michalos, M. Sirgy, Dordrecht 2012.
- Vittersø, J., *Feelings, meanings, and optimal functioning: Some distinctions between hedonic and eudaimonic well-being* [w:] *The best within us: Positive psychology perspectives on eudaimonia*, red. A.S. Waterman, 2013, American Psychological Association, <https://psycnet.apa.org> (10.04.2021).
- Waterman A.S., *Two conceptions of happiness. Contrasts of personal expressiveness (eudaimonia) and hedonic enjoyment*, „Journal of Personality and Social Psychology”, 1993, nr 64.
- Well-being*, Office for National Statistic, <https://www.ons.gov.uk> (8.04.2021).
- Wielkopolskie Regionalne Obserwatorium Terytorialne, *Diagnoza sytuacji społeczno-gospodarczej i przestrzennej województwa wielkopolskiego*, 2019.
- Wolanin A., *Rozwój w kierunku szczęścia w psychologii pozytywnej: trening sił charakteru a dobrostan człowieka*, „Rynek – Społeczeństwo – Kultura”, 2016, nr 4.
- World Population Ageing 2020 Highlights*, Organizacja Narodów Zjednoczonych, 2020, <https://www.un.org> (16.08.2021).

Is happiness U-shaped? Senioral policy and the well-being of the elderly**Abstract**

Previous studies of the “happiness curve” have shown that building psychological resilience to limitations typical of elderly people, allows us to reverse the negative trend in the level of subjective well-being. Activities, in the field of social, economic and health policy implemented by local government units and central authorities can improve the quality of aging. The aim of this article is to investigate the determinants of seniors' happiness, with particular emphasis on the potential of senior policy in its support, which will allow the development of a model of “senior well-being policy” and the development of a catalog of recommendations.

Keywords: well-being, happiness, social policy, senioral policy, seniors