

See discussions, stats, and author profiles for this publication at: <https://www.researchgate.net/publication/376747267>

# Wirtualna jesień życia: rozważania o roli gier cyfrowych w życiu osób starszych (Virtual Autumn of Life. Reflections on the Role of Digital Games in the Lives of Elderly People)

Book · December 2023

DOI: 10.7494/978-83-67427-62-3

---

CITATIONS

0

READS

1,352

1 author:



**Damian Gałuszka**

AGH University of Science and Technology in Kraków

40 PUBLICATIONS 72 CITATIONS

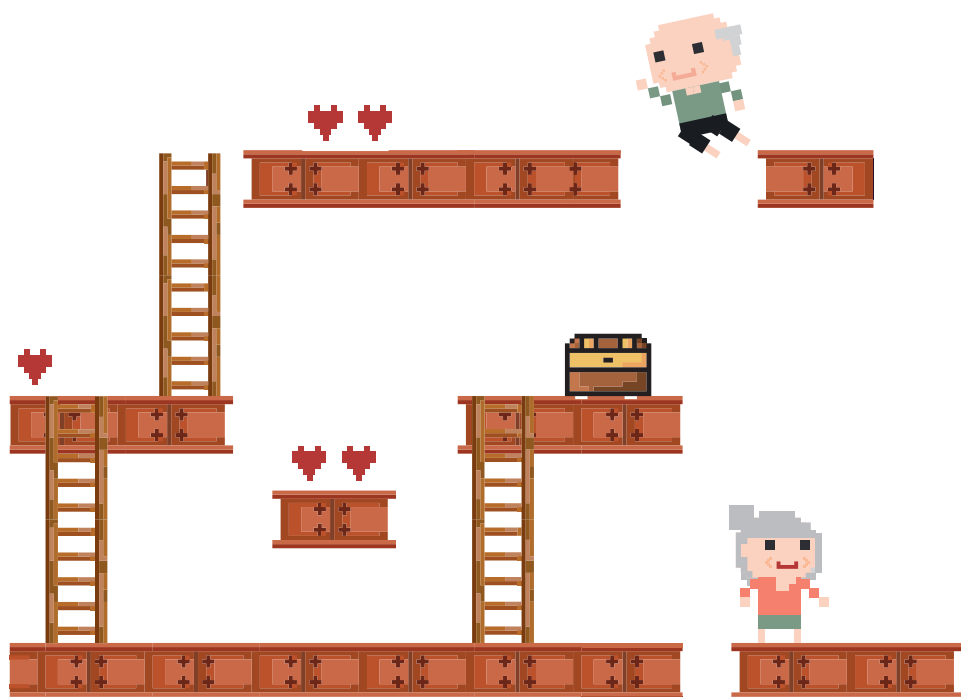
SEE PROFILE



Damian Gałuszka

# WIRTUALNA JESIEŃ ŻYCIA

Rozważania o roli gier cyfrowych  
w życiu osób starszych



WYDAWNICTWA AGH  
KRAKÓW 2023



# WIRTUALNA JESIEŃ ŻYCIA

Rozważania o roli gier cyfrowych  
w życiu osób starszych

# VIRTUAL AUTUMN OF LIFE

Reflections on the Role of Digital Games  
in the Lives of Elderly People

Wydawnictwa Akademii Górniczo-Hutniczej im. Stanisława Staszica w Krakowie

© Wydawnictwa AGH, Kraków 2023

© Damian Gałuszka

ISBN 978-83-67427-61-6

e-ISBN 978-83-67427-62-3

DOI: <https://doi.org/10.7494/978-83-67427-62-3>

Dyrektor Wydawnictw AGH: *Jan Sas*

Komitet Naukowy Wydawnictw AGH:

*Marek Gorgoń (przewodniczący)*

*Barbara Gąciarz*

*Elżbieta Pamuła*

*Bogdan Sapiński*

*Stanisław Stryczek*

*Tadeusz Telejko*

Afiliacja autora:

AGH Akademia Górniczo-Hutnicza

Recenzenci:

*dr hab. Paweł Frelik, prof. UW*

*dr hab. Zofia Szarota, prof. AWSB*

Redakcja: *Kamila Zimnicka*

Skład komputerowy: *Wydawnictwo JAK*

Projekt okładki i strony tytułowej: *Alicja Pieprzyk*

Okładka została zaprojektowana przy użyciu zasobów z portalu [Freepik.com](https://www.freepik.com)

Dofinansowanie:

*Projekt dofinansowany ze środków budżetu państwa, przyznanych przez Ministra Edukacji i Nauki w ramach Programu „Doskonała nauka II” moduł: wsparcie monografii naukowych oraz w ramach subwencji na utrzymanie i rozwój potencjału badawczego Akademii Górniczo-Hutniczej im. Stanisława Staszica w Krakowie*

Publikacja może być rozpowszechniana jedynie w celach niekomercyjnych zgodnie z licencją Creative Commons CC BY-NC-ND 4.0

---

Wydawnictwa AGH

al. A. Mickiewicza 30, 30-059 Kraków

tel. 12 617 32 28, 12 636 40 38

e-mail: [redakcja@wydawnictwoagh.pl](mailto:redakcja@wydawnictwoagh.pl)

[www.wydawnictwo.agh.pl](http://www.wydawnictwo.agh.pl)

---

*Starość odrywa od życia codziennego.*  
Cyceron

*Dla każdego z graczy to jest coś,  
bez czego czują się jak bez ręki.*  
Bożena  
66-letnia graczka  
o swojej ulubionej grze *Wiejskie Życie*



# Spis treści

Od autora .....	9
Wstęp .....	11
<b>1. STAROŚĆ I STARZENIE SIĘ W UJĘCIU SOCJOLOGICZNYM....</b>	<b>23</b>
1.1. Starość i proces starzenia się – ujęcie makrospołeczne .....	26
1.2. Funkcjonowanie i wspomaganie starzejącego się człowieka .....	33
1.3. Aktywność seniorów w teorii i (niekiedy trudnej) praktyce .....	38
1.4. Starzeć się aktywnie, to znaczy – pomyślnie? .....	42
1.5. Rola edukacji w pomyślnym starzeniu się .....	46
1.6. Czy przestaniemy się starzeć? .....	50
<b>2. STARZENIE SIĘ W ŚWIECIE CYFROWYM.....</b>	<b>53</b>
2.1. Życie w realiach rzeczywistości hybrydowej .....	55
2.2. Seniorzy na marginesie cyfrowego życia. Jak jest naprawdę? .....	62
2.3. „Klient nasz pan”, czyli o srebrnej gospodarce .....	67
2.4. Pilot zamiast pada, czyli gry wobec praktyk medialnych seniorów .....	72
<b>3. CZY GRY CYFROWE MOGĄ WSPIERAĆ W POMYŚLNYM STARZENIU SIĘ?.....</b>	<b>79</b>
3.1. Zabawa i gry w życiu ludzi .....	81
3.2. Rzeczywistość „ugrowiona” a kultura zludyfikowana .....	89
3.3. Pozaludyczny potencjał gier cyfrowych .....	92
3.4. Korzyści z sięgania po gry cyfrowe w późniejszym wieku .....	98



3.5. Czy istnieją gry dla seniorów? .....	102
3.6. Silver gaming w ujęciu badawczo-statystycznym .....	116
3.7. Silver gaming w doniesieniach internetowych .....	123
3.8. Srebrni gracze w działaniach oddolnych .....	128
3.9. Gry i gaming w instytucjach senioralnych.....	132
3.10. Międzygeneracyjne granie .....	144
<b>4. A CO, JEŚLI NIE? WĄTPLIWOŚCI ZWIĄZANE Z PROMOWANIEM GIER WŚRÓD OSÓB STARSZYCH .....</b>	<b>155</b>
4.1. Skrajne postawy wobec gier cyfrowych .....	157
4.2. Braki kompetencyjne wśród osób starszych .....	163
4.3. Nietolerancja ze strony innych graczy oraz członków rodziny .....	172
4.4. Niski poziom dostępności gier .....	177
<b>5. PODSTAWY METODOLOGICZNE TERENOWYCH BADAŃ WŁASNYCH.....</b>	<b>181</b>
5.1. Konkretyzacja celów i pytań badawczych .....	184
5.2. Wykorzystane procedury i techniki badawcze .....	185
5.3. Etapy projektu badawczego i dobór rozmówców .....	188
5.4. Trudności w realizacji badań własnych .....	192
5.5. Etyka prowadzonych badań .....	193
<b>6. Z ŻYCIA SREBRNEGO GRACZA. WYNIKI JAKOŚCIOWEGO BADANIA WŚRÓD OSÓB STARSZYCH .....</b>	<b>195</b>
6.1. Ogólna charakterystyka rozmówców .....	197
6.2. Przełamywanie stereotypów wokół starości .....	199
6.3. Kompetencyjne fundamenty .....	203
6.4. Gry cyfrowe a medialne praktyki osób starszych .....	211
6.5. Wybierany sprzęt oraz gry .....	215

6.6. Korzyści i zagrożenia związane z silver gamingiem .....	227
6.7. Budowanie kapitału growego .....	233
6.8. Niejednoznaczna rola rodziny i znajomych .....	239
6.9. Promowanie gier cyfrowych – perspektywa srebrnych graczy .....	248
<b>7. POLSKIE INSTYTUCJE SENIORALNE A GRY CYFROWE W OPINIACH EKSPERTÓW .....</b>	<b>257</b>
7.1. Gry cyfrowe w życiu ekspertów .....	259
7.2. Dotychczasowe wykorzystanie gier cyfrowych w instytucjach .....	264
7.3. Popularyzowanie silver gamingu w rodzinach, instytucjach i politykach .....	273
<b>8. CZY GRY CYFROWE MOGĄ WSPIERAĆ POLKI I POLAKÓW W POMYŚLNYM STARZENIU SIĘ? .....</b>	<b>281</b>
8.1. Pomyślne starzenie się a gry cyfrowe – czy niewykorzystany potencjał? .....	283
8.2. Rekomendacje w zakresie uczenia się nieformalnego .....	287
8.3. Rekomendacje w zakresie edukacji pozaformalnej i nieformalnej .....	290
Zakończenie .....	299
Literatura .....	309
Ludografia .....	337
Spis tabel .....	339
Spis rysunków .....	340
Aneks – lista i charakterystyka rozmówców .....	341
Streszczenie .....	345
Summary .....	346
Informacja o Digital Dragons .....	347



## Od autora

*Wirtualna jesień życia...* jest efektem kilkuletnich zmagania. Badawczych, naukowo-zawodowych, ale też osobistych. Pomysł na tę książkę narodził się w trakcie moich studiów doktoranckich w Instytucie Socjologii (IS) Uniwersytetu Jagiellońskiego, gdzie zajmowałem się między innymi użytkowaniem gier cyfrowych przez osoby starsze, czyli tzw. silver gamingiem. W pierwszym odczuciu taki temat może wydawać się dość niszowy, ale z perspektywy trwających już procesów społecznych – starzenia się społeczeństw, cyfryzacji czy ludyfikacji kultury – łatwo zauważyć, że jest to zagadnienie istotne w tym momencie, a z pewnością na przyszłość.

Chociaż na okładce widnieje tylko jedno nazwisko, ta książka nie zaistniałaby bez tych wszystkich osób – o niektórych wspominam niżej – które w ostatnich latach wspierały mnie, stanowiły źródło inspiracji oraz tak ważnej i zarazem tak trudno uchwytną motywację do działania. Spotkałem tych ludzi w trakcie prowadzonych badań własnych, wśród moich nauczycieli i menterek, koleżanek i kolegów doktorantek oraz doktorantów, a także współpracowniczek i współpracowników – przede wszystkim w IS UJ i na Wydziale Humanistycznym (WH) Akademii Górniczo-Hutniczej, ale też na innych uczelniach, które miałem przyjemność odwiedzić, czy w firmach bądź instytucjach, z którymi współpracowałem. Oczywiście praca badawcza, a następnie przygotowanie książki (szczególnie pisanej przed udostępnieniem najnowszych iteracji narzędzi AI) mocno angażują, co wymagało wyrozumiałości, wsparcia, poświęceń, a często morza cierpliwości ze strony najbliższych. Także samozaparacia, które nie zawsze wynikało tylko z moich wewnętrznych zasobów, ale też dobrych słów i ciepła osób z mojego otoczenia.

Wyrazy wdzięczności kieruję do opiekunów naukowych: prof. Janusza Muchy, prof. Sary Mosberg Iversen i dra Łukasza Krzyżowskiego; osób, które poświęciły swój cenny czas na rozmowy i wywiady; recenzentów i wydawcy; Anny Krampus-Sepielak z KPT; wyrozumiałych i pomocnych

przełożonych oraz współpracowników na WH AGH; wszystkich jawnie i niejawnie wspierających moje zmagania; a także tych, którzy zechcieli je obserwować z bliska – w szczególności dziękuję najbliższym.

Jestem też wdzięczny za otrzymane dofinansowanie, bez którego tak wybitnie niekomercyjny projekt, jak darmowa książka naukowa – po którą każdy może sięgnąć bez żadnych barier, na czym mi mocno zależało – nie mógłby zaistnieć. *Wirtualną jesień życia...* można legalnie i za darmo pobierać oraz udostępniać – do czego gorąco zachęcam!

Oddaję w Państwa ręce – jak uważam – dość kompletne omówienie zjawiska silver gamingu, czyli praktyki, która jako jedna z nielicznych mogła do pewnego stopnia być określana mianem „białej plamy” na mapie polskich badań naukowych. Liczę, że ta publikacja będzie stanowić impuls do kolejnych ujęć tej problematyki – istotnej w perspektywie starzejących się i podlegających cyfryzacji oraz ludyfikacji społeczeństw. Miłej lektury!

Kraków, wrzesień 2023

## Wstęp

Jak zauważył Mirosław Filiciak, jeden z „ojców” polskich badań nad grami cyfrowymi<sup>1</sup>, jeszcze kilkanaście lat temu próby akademickiego ujęcia tego medium mogły budzić środowiskowe zdziwienie, co niekiedy pociągało za sobą konieczność przedstawienia argumentów ukazujących sens eksplorowania tego pola badawczego (Filiciak 2006: 7–11). Jednak ekspansja praktyki grania (gamingu)<sup>2</sup> zmieniła ekonomiczny, społeczny i kulturowy status gier cyfrowych, wpływając też na ich recepcję w środowisku naukowym. Obecnie badacze bez skrupowania określają gry cyfrowe mianem „olbrzyma w cieniu” (por. Pitrus 2012) i poświęcają im swoją uwagę oraz liczne zasoby. Jednak w roku 2023 nie sposób twierdzić, że ów „gigant” nadal znajduje się w cieniu. Granie angażuje ludzi w niemal każdym wieku, lepiej i gorzej uposażonych czy wykształconych, reprezentujących różne pozycje w drabinie stratyfikacyjnej. Samo medium dojrzewa, staje się bardziej złożone i kompetencyjnie wymagające, a twórcy gier przekraczają kolejne granice w przedstawianiu interaktywnych historii. Widzą oni w swoich wirtualnych dziełach, podobnie jak część odbiorców, coś więcej niż tylko prostą rozrywkę, czego dowodzą takie produkcje<sup>3</sup>, jak mierzące się z problematyką chorób psychicznych *Hellblade: Shenua’s Sacrifice* czy też polskie *This War of Mine*, które stawia gracza w roli cywila walczącego o przetrwanie w czasie wojny. Drugą ze wspomnianych gier doceniają nie

---

<sup>1</sup> W książce zamiennie używam określenia „medium” oraz „gry cyfrowe”.

<sup>2</sup> Wykorzystywane już w polskich publikacjach naukowych pojęcie „gamingu” (np. przez Magdalenę Wójcik w opublikowanym na łamach „Przeglądu Bibliotecznego” artykule pt. *Gaming w bibliotekach: klasyczne role-playing games a czytelnictwo*) będę z przyczyn stylistycznych używał w oryginalnej formie jako synonim polskiego zwrotu „granie w gry cyfrowe”.

<sup>3</sup> Aby uniknąć częstych powtórzeń, terminy „gra”, „tytuł” i „produkcja” stosuję zamiennie, przyjmując jedno z podawanych przez *Słownik języka polskiego* znaczeń ostatniego z wymienionych terminów, które brzmi „to, co zostało wytworzone” (por. SJP 2021).

tylko gracze i krytycy, ale też nauczyciele, a w ostatnim czasie także Ministerstwo Edukacji i Nauki, które nie tylko rekomenduje jej użycie do realizacji założeń podstawy programowej na lekcjach języka polskiego, etyki czy wiedzy o społeczeństwie, ale także udostępnia ją za darmo na stronie programu „Gry w Edukacji”<sup>4</sup>.

Granie stało się nie tyle równorzędną, ile dominującą nad słuchaniem muzyki czy oglądaniem filmów medialną praktyką wolnoczasową. Oczywiście generuje to ogromne zyski. Potencjał tego przemysłu kreatywnego uświadamia niespotykany trend wzrostu przychodów, który nieprzerwanie trwał w latach 1995–2018 (zmiana z poziomu 40 miliardów dolarów rocznie w 1994 do prawie 140 miliardów wówczas) (Nakamura 2019). Uzyskanie takich wyników możliwe było jedynie poprzez normalizację gier i upowszechnienie gamingu, który znalazł się w kręgu zainteresowań już nie tylko garstki zapaleńców, tzw. geeków czy nerdów. Mówiąc metaforycznie, gracze już dawno wyszli z własnych pokoi, rozświetlanych jedynie modrym światłem monitora komputerowego bądź podłączonego do konsoli telewizora. Współcześnie samo zdefiniowanie, kim jest gracz, stwarza poważne problemy. W co i jak często należy grać, aby móc się w ten sposób określać? Mówi się o graczach niedzielnych, hardcorowych, zaangażowanych czy wyczynowych (e-sportowcach). Po gry sięgają już kilkunastomiesięczne dzieci, ale też niemal stulatki. Bardziej różnorodni są nie tylko sami gracze, ale też kultura grania, którą współtworzą. Składają się na nią globalne i publicznie realizowane praktyki. Wymienię tylko kilka z wielu: e-sport, cosplay<sup>5</sup>, game jamy czy inspirowane grami wydarzenia artystyczne (festiwale muzyczne, wystawy muzealne itp.).

Jak przekonuje amerykańska projektantka gier Jane McGonigal, jedna z prorokiń growej rewolucji, medium to może zmieniać zarówno indywidualne przyzwyczajenia, jak i generować pozytywne przemiany w skali makrospołecznej, na co liczne przykłady przedstawia w swojej książce *Superbetter: Życie to gra, naucz się wygrywać* (McGonigal 2017), a w wydanej pod takim samym tytułem grze *Superbetter* pomaga te zmiany wdrożyć. Zapewne życzyłaby sobie ona, aby jej wspomagająca zmianę nawyków gra poważna (o takowych piszę więcej w rozdziale trzecim), osiągnęła taką popularność jak tytuły komercyjne. Niektóre z nich są w stanie dosłownie wyciągać tłumy na ulice, czego przed kilkanaście laty dokonało mobilne *Pokemon Go*. Oczywiście można żywić wątpliwości, czy tłumy fanów

---

<sup>4</sup> Por. <https://www.gov.pl/web/grywedukacji> (14.08.2023).

<sup>5</sup> Jest to jedna z wielu okołogrowych praktyk społecznych, którą dokładniej omawiam na stronie 90.

*Pokemon Go* – zazwyczaj wpatrzonych w ekrany smartfonów – to przejaw pozytywnego wkładu gier cyfrowych w rozwój nowych form aktywności społecznej, jednak badacz gier Frans Mäyrä widzi w tym przykładzie jeden z dowodów na postępującą ludyfikację kultury, której także poświęcam fragmenty książki, czyli krótko mówiąc: na wzrost znaczenia gier i zabaw w życiu ludzi (Mäyrä 2017). Widać to było także w trakcie pandemicznej izolacji, kiedy granie stało się dla części graczy oknem na świat zewnętrzny i sposobem na kontakty z innymi ludźmi.

Jednakże biorąc pod uwagę podjętą przeze mnie tematykę, należy zauważyć, że najważniejszym z przejawów społeczno-kulturowej popularyzacji gier cyfrowych jest poszerzanie się grona ich odbiorców, także na relatywnie nieoczywistą kategorię starszych graczy, którym poświęcona jest ta książka. W swoich rozważaniach skupiam się więc na zjawisku tak zwanego silver gamingu, czyli praktyce sięgania po gry cyfrowe przez osoby starsze<sup>6</sup>, określane niekiedy mianem srebrnych graczy<sup>7</sup>. Jest to stosunkowo nowy i słabo przebadany w kontekście polskim fenomen, co stanowi jeden z istotnych powodów podjęcia przeze mnie tego zagadnienia. Dotychczas zrealizowane badania, w znakomitej większości poza Polską, sugerują możliwość wystąpienia licznych korzyści z sięgania po gry cyfrowe u osób w późniejszym wieku, co moim zdaniem dodatkowo uzasadnia konieczność uzupełnienia tej luki w polskim piśmiennictwie naukowym. W tym celu zrealizowałem badania własne (przedstawiane od rozdziału piątego), u których podstaw postawiłem następujące pytanie badawcze: *Jakie role pełnią i mogą pełnić gry cyfrowe w realizacji założeń pomyślnego starzenia się wśród polskich seniorów?* Opisane w drugiej części książki wyniki tego badania dostarczają nowej wiedzy o charakterystyce polskich starszych graczy i podejmowanych przez nich praktykach w odniesieniu do najważniejszych obszarów codziennego funkcjonowania, między innymi w zakresie posiadanych kompetencji i wiedzy, form konsumpcji mediów, preferencji sprzętowych i względem gier cyfrowych, obserwowanych korzyści (m.in. w zakresie fizycznej oraz poznawczej stymulacji) i zagrożeń płynących z grania, relacji rodzinnych oraz towarzyskich czy zaangażowania instytucjonalnego. Jednocześnie dostrzegając znaczenie otoczenia społecznego

---

<sup>6</sup> Mam świadomość współwystępowania odmiennych stanowisk względem wykorzystywania w dyskursie takich pojęć, jak: osoba starsza, senior, ludzie starzy czy starcy. O ile unikam dwóch ostatnich sformułowań, o tyle uważam, że z przyczyn stylistycznych warto posiłkować się kilkoma synonimicznymi terminami.

<sup>7</sup> Pisząc o „srebrnych graczach”, mam na myśli osoby starsze, które sięgają po gry cyfrowe. Należy ten zwrot rozumieć w takim właśnie ogólnym sensie bez dookreślenia cezur wiekuowej bądź częstości grania, chyba że w danym fragmencie twierdzę inaczej.



w aktywizacji osób starszych, postanowiłem poszerzyć zakres swoich badań o sferę instytucjonalną, analizując użycie gier cyfrowych w projektach polskich instytucji działających na rzecz senierek i seniorów (stowarzyszeń, fundacji, uniwersytetów trzeciego wieku, centr senioralnych itp.), czym dokładniej zajmuję się w rozdziale siódmym. To rozszerzenie pola badawczego pozwoliło mi zbadać oddziaływanie gier cyfrowych na osoby starsze nie tylko w sferze prywatnej (uczenie się nieformalne), ale też instytucjonalnej (edukacja pozaformalna oraz nieformalna).

Użycie gier na późniejszych etapach życia wpisuje się w moim przekonaniu w założenie o aktywnym, a co za tym idzie pomyślnym starzeniu. Jednocześnie wciąż możliwe jest wypracowanie takiego schematu konsumpcji gier, który naraża starszego gracza na liczne problemy, w tym ryzyko uzależnienia i alienacji społecznej. Rozważam obie możliwości, nie ograniczając się do samej diagnozy sytuacji, gdyż w drugiej części książki proponuję rozwiązania, których wdrożenie powinno przyczynić się do popularyzacji „rozwojowo korzystnego grania” na późniejszych etapach życia przy jednoczesnym ograniczeniu prawdopodobieństwa wystąpienia niekorzystnych efektów.

Wydawać się może, że w świecie, w którym zachodzą tak liczne i wzajemnie powiązane przemiany podstawowych wymiarów społecznego funkcjonowania – więcej na ten temat zawarłem w rozdziale drugim, opisując koncepcję „rzeczywistości hybrydowej” – stosunkowo łatwo pominąć procesy dotyczące obszarów powszechnie uważanych za mało istotne w budowaniu dobra wspólnego, a do tego ograniczone w dużej mierze do dziedziny prywatnych wyborów, a za takie uznaje się niekiedy formy spędzania czasu wolnego, zabawy i w szczególności gry cyfrowe (Malaby 2007: 100–102). Okazuje się jednak, że zjawisko sięgania po gry cyfrowe przez osoby starsze budzi zainteresowanie badaczy już od kilkudziesięciu lat. W Stanach Zjednoczonych publikowano na ten temat już w połowie lat 80. XX wieku (Whitcomb 1990: 113). Powstały też międzynarodowe sieci badawcze, łączące naukowców zainteresowanych tym zagadnieniem, czego przykładem jest istniejące od 2008 roku The Gerontoludic Society<sup>8</sup>. W Polsce ten temat wciąż nie doczekał się zakrojonych na szerszą skalę analiz naukowych. Warto jednak zauważyć, że już w 2008 roku Robert Rudowski w publikacji wydanej pod auspicjami Komitetu Prognoz „Polska 2000 Plus” PAN sugerował, że jedną z siedmiu głównych możliwości wykorzystania technologii informacyjno-

---

<sup>8</sup> Dostęp do grupy dyskusyjnej zrzeszającej badaczy z wielu krajów możliwy był przez do niedawna aktywną witrynę Gerontoludicsociety.com, której archiwalne wersje dostępne są w usłudze Wayback Machine.

-komunikacyjnych (ICT) przez osoby starsze jest ćwiczenie sprawności umysłowej z wykorzystaniem gier komputerowych, co zobrazował omówieniem japońskiej gry *Brain Age* (Rudowski 2008: 146–147). Natomiast prawdopodobnie jednym z pierwszych polskojęzycznych tekstów szerzej charakteryzujących pasję osób starszych do gier cyfrowych jest utrzymany w dowcipnej konwencji felieton pt. *Starość – Radość!* napisany przez Krzysztofa Tyszkę oraz Andrzeja Klimczuka i opublikowany w numerze 4/2006 czasopisma dla graczy „Neo Plus”<sup>9</sup>.

Obecnie tej problematyce poświęca się więcej uwagi zarówno w dyskursie akademickim, medialnym, jak i potocznym. Powstają firmy specjalizujące się w doradztwie i projektowaniu gier z myślą o osobach starszych. Przykładem takiej inicjatywy jest studio Lifelong Games założone przez jednego z czołowych badaczy tego zjawiska i zarazem projektanta gier Boba De Schuttera. W mediach głównego nurtu okazjnie pojawiają się utrzymane w pozytywnym tonie artykuły o srebrnych graczach, których liczba oraz zaangażowanie w kulturę gier cyfrowych stale rosną (Rosenblatt 2019). Być może publicystyczne sugestie o seniorach z przyszłości, którzy będą poświęcać „całe dni” na gaming, wydają się nieco ryzykowne (Crosbie 2019), podobnie jak wyjątkowo optymistyczne tezy o „przeżywaniu drugiej młodości” dzięki otwarciu na cyfrową rozrywkę na późniejszych etapach życia (SilverEco 2017), jednak już dziś natknąć się można na przykłady seniorów i seniorów, którzy zyskują ogromną popularność czy szczególnie status dzięki swemu zaangażowaniu w gry cyfrowe.

W mediach zagranicznych niezwykłą popularność w ostatnich latach zdobyła „babcia Skyrim”, czyli prawie 90-letnia Amerykanka Shirley Curry, natomiast w Polsce podobny przydomek i status uzyskała „babcia Playstation”, czyli emerytka Bogumiła Bartnik (por. Świąchowicz 2019; Winkie 2020). Obie kobiety łączy wieloletnia pasja do gier cyfrowych oraz publiczne wystąpienia – w serwisie YouTube czy w mediach tradycyjnych – przez co kształtują one powszechną świadomość obecności gier w życiu ludzi starszych, przełamując jednocześnie stereotypy związane z wiekiem. Innym pozytywnym przykładem, w którym być może jeszcze bardziej ujawnia się sprawczość i niezależność seniorów, jest Japonka Masako Wakamiya, która po skończeniu 80 lat nauczyła się programować, a także stworzyła własną grę mobilną, zaprojektowaną z myślą o osobach starszych (Zamczala 2020). Nie dziwi więc, że coraz częściej nawet globalne korporacje

---

<sup>9</sup> Zawartość numeru „Neo Plus” 4/2006 jest dostępna na portalu GryOnline: <https://www.gry-online.pl/S048.asp?NUMER=437> (13.05.2021).

technologiczne dostrzegają zjawisko silver gamingu. Pod koniec pandemicznego 2020 roku firma Microsoft opublikowała film na youtube'owym kanale swojej konsolowej marki Xbox, ukazujący historię osamotnionego i fizycznie oddzielonego od rodziny seniora, który odbudował relację z wnukami dzięki regularnym rozgrywkom w dostępnych na konsoli Xbox grach z trybami sieciowymi (Xbox 2020). Jest to oczywiście materiał promocyjny, ale niezupełnie oderwany od realiów. Choć gaming to wciąż domena ludzi młodych, a wraz ze wzrostem wieku badanych zazwyczaj spada odsetek osób deklarujących sięganie po gry cyfrowe (por. Bobrowski i in. 2020: 48), to da się już dziś zaobserwować kilka zmian o charakterze demograficznym, społecznym i kulturowym, wskazujących na nadchodzące przekształcenie zbiorowości graczy w kierunku większego udziału osób starszych, czym dokładnie zajmuję się w kolejnych czterech rozdziałach.

Prezentowana książka podzielona jest na dwie, wzajemnie uzupełniające się części – teoretyczną oraz empiryczną<sup>10</sup>, a jej struktura odzwierciedla tok rozumowania, w którym przechodzę od kwestii ogólnych do szczegółowych, aby w ten sposób omówić w logicznym ciągu zagadnienia niezbędne dla możliwie wyczerpującego objaśnienia podjętej tematyki. Jest to więc próba przyjęcia holistycznej perspektywy na zjawisko silver gamingu, uwzględniającej nie tylko kontekst życia prywatnego, ale też zbiorowego w wymiarze kulturowym, gospodarczym czy medialnym. W centrum moich rozważań znalazły się osoby starsze oraz towarzyszące im gry cyfrowe. Autorzy jednego z ważnych podręczników groznawczych proponują pięć typów analizy tego medium, skupiając się na odmiennych zagadnieniach (Egenfeldt-Nielsen, Smith i Tosca 2013: 9–10), takich jak:

- Gry (*the games*): przedmiotem rozważań jest zazwyczaj konkretna gra lub zbiór gier, a celem pogłębiona ich analiza, umożliwiająca opisanie struktury i zaimplementowanych w grze technik (m.in. w zakresie nagradzania czy reprezentacji gracza), a przez to odkrycie zaplanowanych przez twórców doświadczeń płynących z rozgrywki. W takich badaniach, chętnie realizowanych przez literaturoznawców czy filmoznawców, powszechnie stosuje się metody oparte na analizie tekstualnej.

---

<sup>10</sup> Rozdziały od pierwszego do czwartego składają się na część teoretyczną, gdzie w dużej mierze opieram się na analizach materiałów zastanych dla ukazania szerszych (makrospołecznych, kulturowych, demograficznych) uwarunkowań zaistnienia i popularyzacji zjawiska silver gamingu. Nie ograniczam się tu do kontekstu polskiego, na którym skupiam się dopiero w drugiej, empirycznej części książki.

- *Gracze (the players)*: podjęcie wysiłków badawczych ukierunkowanych na graczy wynika z założenia, że „niekiedy aktywność grania jest ważniejsza od samych gier”, dlatego należy analizować sposoby wykorzystywania gier przez graczy – zarówno w odniesieniu do samego medium, jak i do społecznych aspektów grania (m.in. relacja gra–gracz, wspólnoty graczy). Taka problematyka znajduje się w obszarze zainteresowania socjologów czy etnografów, którzy zazwyczaj wykorzystują metody obserwacji, wywiadów czy ankiet.
- *Kultura (the culture)*: ten typ analizy jeszcze bardziej oddala się od samych gier w kierunku szerszych procesów kulturowych, stawiając sobie za cel badanie interakcji zachodzących pomiędzy tymi procesami a grami czy praktyką grania (m.in. w zakresie publicznych dyskursów, subkultur powstających na styku kultury grania i innych domen). Ten typ analizy także zwraca uwagę przede wszystkim badaczy społecznych, którzy wykorzystują metody wywiadu czy analizy tekstualnej.
- *Ontologia (ontology)*: do tej kategorii przyporządkowano filozoficzne rozważania dotyczące istoty gier, których efektem są uogólnione stwierdzenia rozciągające się na gry w ogólności, pomagające w zrozumieniu relacji pomiędzy regułami, fikcjami i ich oddziaływaniem na graczy. Taki rodzaj podejścia do gier przyjmowany jest przez przedstawicieli różnych dyscyplin naukowych, a w szczególności filozofów odwołujących się do ważnych dla nich metod badawczych.
- *Pomiary (metrics)*: ostatni z przywołanych typów analizy gier odzwierciedla obserwowany od kilku lat zwrot w kierunku projektowania opartego na danych (m.in. ilościowych pomiarów zachowania graczy), dlatego w takich badaniach często sprawdza się zależności pomiędzy projektem gry a postępowaniem graczy, co pozwala twórcom poprawiać wrażenia płynące z rozgrywki. W tego typu projekty zaangażowani są między innymi programiści i psycholodzy, którzy stosują metody statystyczne.

W swoich dociekaniach odwołuję się do każdego z wymienionych typów analizy gier, co wynika wprost z poziomu złożoności podjętej problematyki, a także z interdyscyplinarnego charakteru przyjętej przeze mnie perspektywy. Jednak moje zasadnicze wysiłki skupiają się na analizie wątków przynależnych do obszaru badań nad graczami i kulturą grania, co jest typowe dla socjologów zainteresowanych analizami tego medium (Egenfeldt-Nielsen, Smith i Tosca 2013: 9–10). Także z tego powodu o niektórych zagadnieniach jedynie wzmiankuję lub całkowicie je pomijam.

Po przedstawieniu ogólnego zarysu publikacji przejdę do omówienia jej zawartości. Książkę otwiera rozdział poświęcony generalnym rozważaniom z zakresu społecznych badań nad zjawiskami starości oraz starzenia się, teorii i możliwości tak zwanego starzenia aktywnego oraz pomyślnego (rozdz. 1.3 i 1.4), a także demograficznych tego konsekwencji. Opisywane w tym rozdziale zjawisko demograficznego starzenia się społeczeństw, podobnie jak omawiane dalej – w rozdziałach drugim i trzecim – procesy cyfryzacji oraz ludyfikacji kultury, są w moim przekonaniu istotnymi czynnikami rosnącego znaczenia podjętej przeze mnie problematyki. W rozdziale drugim staram się poszerzyć teoretyczne rozważania nad zjawiskiem starzenia się o realia życia w społeczeństwie cyfrowym, wolnorynkowym i wywodzącym się z rzeczywistości hybrydowej – zarazem wirtualnej i fizycznej – w którym coraz częściej osoby starsze traktuje się jako pełnoprawnych klientów, budujących srebrną gospodarkę (*silver economy*). Przy czym chcę podkreślić, że z konieczności przyjęta perspektywa skupia się w dużej mierze na przykładach z szeroko rozumianego kręgu państw zachodnich, do których zaliczam Polskę, bez dokładnego omówienia odmiennych pod względem społecznym i kulturowym społeczeństw, na przykład azjatyckich czy afrykańskich. Kolejny, trzeci rozdział, dopełnia wcześniejsze rozważania o pomyślnym starzeniu się przez bezpośrednie i pogłębione nawiązanie do medium gier cyfrowych. Omawiam między innymi korzyści wynikające z ich używania na późniejszych etapach życia, przy czym punktem wyjścia są dla mnie ustalenia badaczy w zakresie ogólnej roli zabaw i gier w życiu ludzi, które, jak się okazuje, zyskały z czasem na społecznej istotności, co przedstawiam na przykładzie pojęcia kultury zludyfikowanej. W tym fragmencie szczegółowo omawiam też zjawisko silver gamingu na podstawie literatury przedmiotu (zwłaszcza raportów o charakterze tak ilościowym, jak i jakościowym), jego społeczny odbiór w doniesieniach medialnych (przede wszystkim internetowych) i rozmaite formy uczestnictwa w tych praktykach (oddolne u indywidualnych seniorów, instytucjonalne oraz międzygeneracyjne). Uznając, że rzetelne i holistyczne podejście wymaga zwrócenia uwagi również na potencjalnie niekorzystne efekty większego zaangażowania seniorów w świat cyfrowej rozrywki, poświęcam rozdział czwarty na analizę najważniejszych niebezpieczeństw i barier, z jakimi osoby starsze mogą się zetknąć w trakcie wirtualnych przygód. Metodologia badań własnych, na które złożyły się wywiady jakościowe z graczami<sup>11</sup>, ekspertami w zakresie edukacji

---

<sup>11</sup> Do badania zaprosiłem osoby, które ukończyły 58 lat oraz zadeklarowały korzystanie z gier cyfrowych – na dowolnej platformie sprzętowej – w wymiarze przynajmniej raz na tydzień w ciągu półroczna poprzedzającego wywiad. Taki dobór badanych uzasadniam w dalszej części książki.

osób starszych i przedstawicielami instytucji senioralnych, a także obserwacje jawne, została objaśniona w rozdziale piątym. W tym fragmencie poruszam też etyczne aspekty tego przedsięwzięcia. Kolejne dwie części książki poświęcone są przedstawieniu oraz omówieniu wyników badań własnych w zakresie sposobów wykorzystywania gier cyfrowych przez starsze Polki i starszych Polaków oraz polskie instytucje senioralne. Chcę też podkreślić, że niniejsza książka oparta jest nie tylko na wcześniejszych i własnych odkryciach badawczych, w dużej mierze zrealizowanych na potrzeby rozprawy doktorskiej, ale także na moim wartościującym przekonaniu o korzyściach płynących z aktywnego życia oraz poznawczej ciekawości, czemu paradoksalnie sprzyja pasja do gier cyfrowych – także w odniesieniu do ludzi starszych. Dlatego w rozdziale ósmym objaśniam, na czym polega „rozwojowo korzystne granie” na późniejszych etapach życia, które w skróconej definicji określam jako wykraczające poza samą tylko bierną konsumpcję gier cyfrowych przy zachowaniu możliwie niskiego prawdopodobieństwa wystąpienia negatywnych konsekwencji tego zaangażowania. W tym fragmencie książki prezentuję też syntezę wniosków z własnych badań terenowych i wcześniejszych ustaleń teoretycznych, by w ten sposób spróbować odpowiedzieć na pytanie, czy – i w jakim zakresie – gry cyfrowe mogą wspierać polskich seniorów w pomyślnym starzeniu się. Staram się tym samym wskazać faktyczne możliwości wykorzystania gier cyfrowych przez najstarszych obywateli Polski w realizacji założeń pomyślnego starzenia się, proponując jednocześnie szereg rozwiązań ułatwiających popularyzację rozwojowo korzystnego użytkowania tego medium przez osoby starsze w odniesieniu do realiów życia rodzinnego oraz sfery instytucjonalnej. Książkę kończy rozdział dziewiąty będący podsumowaniem najważniejszych obserwacji. Przedstawiam w nim możliwe dalsze ścieżki i problemy badawcze, których podjęcie powinno przyczynić się, moim zdaniem, do jeszcze lepszego zrozumienia relacji zachodzących pomiędzy grami cyfrowymi a osobami starszymi.

Moim zasadniczym celem było przygotowanie możliwie wyczerpującego omówienia zjawiska silver gamingu, a także jego osadzenie w realiach polskiego społeczeństwa. Takie monograficzne ujęcie tematu wiąże się jednak z pewnymi kompromisami, które w tym miejscu krótko omówię. Niewątpliwie interdyscyplinarny charakter podjętej problematyki, a także poziom jej złożoności, wymagał wypracowania odpowiedniego podejścia, w którym przecinają się dokonania przedstawicieli kilku różnych dyscyplin wiedzy. Dlatego prezentowane rozważania stanowią kompromis pomiędzy chęcią uwzględnienia wszystkich istotnych zagadnień a precyzyjnością i zwięzłością wyводу. W efekcie proponowany tekst zawiera pogłębione omówienie tych pojęć, teorii i koncepcji, które mają znaczenie



dla rozważań nad ideą i praktyką silver gamingu z przyjętej perspektywy teoretyczno-badawczej. Inspiracją dla takiego ujęcia zagadnienia są między innymi niesformalizowane rozmowy, jakie odbyłem z innymi badaczami gier czy też niektóre ich publiczne wypowiedzi. Przykładami pomijalnych tematów może być tak zwany spór pomiędzy narratologią a ludologią czy koncepcja *homo ludens* Johana Huizingi, „która jest przywoływana w niemal każdej książce poświęconej zagadnieniu zabawy” (Raessens 2010: 10). Stwierdzić można, nie umniejszając roli tych zagadnień w kształtowaniu się naukowej refleksji nad grami cyfrowymi, że nie zawsze te wątki wymagają dokładniejszego omówienia. Podobnie selektywne podejście przyjąłem względem niektórych ważnych – szczególnie dla ekspertów badających te zagadnienia – wątków poruszanych zwykle w ramach szeroko rozumianej socjologii starości, demografii, gerontologii czy gerontechnologii, stanowiących rozbudowany obszar interdyscyplinarnej refleksji nad zjawiskami starości i starzenia się. Szczegółowe opisanie tych dziedzin wiedzy nie ma, moim zdaniem, uzasadnienia merytorycznego, gdyż stanowiłoby to przesadne wyjście poza podjęty obszar refleksji. Wiązałoby się także ze zwiększeniem – i tak już znacznej – objętości książki oraz zaburzeniem jej proporcji. Dlatego dalej przywołuję te pojęcia i teorie, które bezpośrednio odnoszą się do interesującego mnie tematu. Także celowo pominąłem niektóre z dostępnych technologii cyfrowych, a w szczególności gogle wirtualnej rzeczywistości (VR). Oczywiście pojawia się wiele gier korzystających z tych urządzeń, które dostarczają zupełnie nowych doświadczeń w sferze cyfrowej rozrywki, a niektóre cechy tej technologii pozwalają pozytywnie myśleć o jej dostępności dla osób starszych. Przede wszystkim chodzi o kontrolery ruchowe i swobodę oraz naturalność w przenoszeniu ruchów ciała do symulowanego środowiska. Jednocześnie jest to technologia na tyle odmienna – zarówno w warstwie sprzętowej, jak i w zakresie filozofii projektowania aplikacji – od interesujących mnie tu gier produkowanych na „płaskie” ekrany, że w moim przekonaniu to zagadnienie wymaga osobnego projektu badawczego. Wreszcie temat wpływu pandemii COVID-19 z lat 2020–2023 jest w tym projekcie jedynie wzmiankowany. Trudno zupełnie abstrahować od tego zagadnienia, tym bardziej że przedłużający się stan społecznej izolacji i ograniczonej mobilności może okazać się katalizatorem ważnych z perspektywy podjętego przeze mnie tematu przemian, na przykład w zakresie praktyk medialnych czy komunikacyjnych osób starszych. Nie zmienia to jednak faktu, że problem ten, po pierwsze, znacznie wykracza poza temat silver gamingu, a po drugie, stanowi przedmiot wciąż trwających badań, dlatego trudno tu o jakiegokolwiek rozstrzygające wnioski.

Kończąc to wprowadzenie, chciałbym podkreślić, że podjęcie problematyki cyfrowego grania na późniejszych etapach życia niesie ze sobą też mniej oczywiste korzyści poznawcze. Po pierwsze, zwraca uwagę na wciąż zbyt często marginalizowane w kontekście kultury cyfrowej osoby starsze, a przede wszystkim ich potrzeby – także w obszarze rozrywkowym. Po drugie, pozwala zastanowić się nad tym, co możemy zrobić dla zrozumienia i zrealizowania ich potrzeb – tak w wymiarze indywidualnym czy rodzinnym, jak i instytucjonalno-społecznym. Po trzecie, ukazuje w praktyce, jakie konkretne działania można podjąć, aby poprawić dostęp osób starszych do zasobów cyfrowej kultury i rozrywki. Po czwarte, bodaj najważniejsze, czytelnikom daje szansę na przyjęcie szerokiej perspektywy na siebie i własne życie. W końcu każda i każdy z nas – miejmy nadzieję – wejdzie w opisywane tu etapy późnego życia. Czas już dziś o tym pomyśleć, jednocześnie dbając o poprawę jakości funkcjonowania otaczających nas seniorów i poszerzenie ich życiowych możliwości, by w ten sposób ewentualne „oderwanie” od przesyconego technologiami cyfrowymi życia codziennego było konsekwencją ich swobodnego i świadomego wyboru, a nie przejawem kompetencyjnego wykluczenia oraz społecznej marginalizacji. Paradoksalnie gry cyfrowe – często oskarżane o promowanie postaw eskapistycznych – mogą wspierać seniorów w rozwoju współcześnie istotnych kompetencji i procesie aktywizacji społecznej, a tym samym „przywracać” ich społeczeństwu cyfrowemu. W dalszej części książki pokazuję, w jaki sposób może się to odbywać, dlatego uważam, że publikacja ta skierowana jest do szerokiego grona odbiorców – zarówno ekspertów różnych dyscyplin nastawionych na poszerzenie swojej wiedzy teoretycznej, jak i osób zainteresowanych praktycznymi aspektami silver gamingu.





# 1. Starość i starzenie się w ujęciu socjologicznym





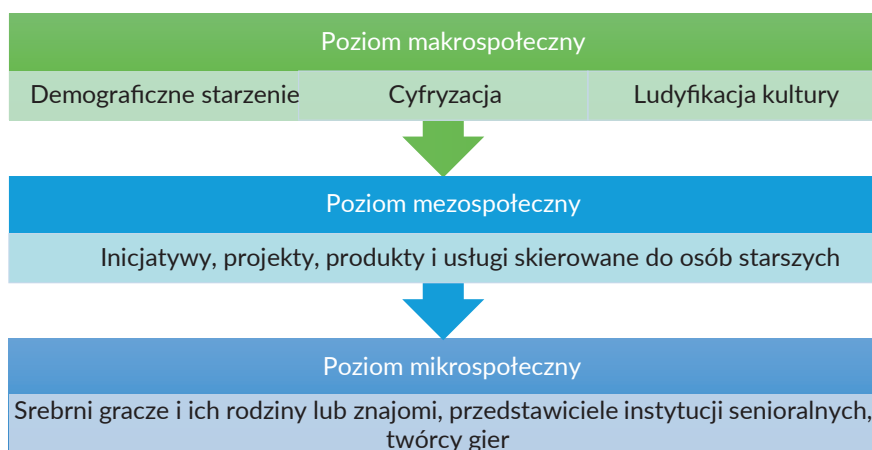
Pomysł naukowego ujęcia zjawiska grania w gry cyfrowe<sup>12</sup> wśród osób starszych (czyli tak zwanego silver gamingu) na pozór wydaje się dość karłowaty. Przyczyn takiego stanu rzeczy należy doszukiwać się w wielu powodach. Z pewnością wynika to z ciągle stosunkowo niskiej popularności gier cyfrowych w tej grupie odbiorców. Znaczenie mają też bariery – kompetencyjne, ekonomiczne, psychofizyczne – utrudniające popularyzację tej praktyki wśród seniorów. Nie powinny one jednak przesłonić nam faktu, że sfera cyfrowych aktywności ludzi starszych nie jest wolna od stereotypizacji. W dyskusjach na ten temat natknąć się można na odmienne opinie. Niektórym późniejsze okresy życia wciąż kojarzą się z wycofaniem i nieprzystawalnością do realiów cyfrowego świata. Inni uważają, że potrzeby rozrywki tracą na znaczeniu wraz z wiekiem lub też ograniczają się do praktyk znanych z wcześniejszych okresów życia. Łatwo nam sobie wyobrazić osobę starszą przy stoliku karcianym czy szachownicy, trudniej pomyśleć o seniorce czy seniorze przy konsoli do gier.

Ten społecznie ukształtowany i powszechnie przyjęty obraz rozrywki osób starszych będzie w moim przekonaniu ulegał przemianom pod wpływem trzech niezależnych od siebie procesów makrospołecznych: demograficznego starzenia, cyfryzacji i ludyfikacji (uzabawowienia) kultury. Niniejszy rozdział poświęcony jest pierwszemu z tych trzech ważnych dla moich rozważań zjawisk. W kolejnych fragmentach książki omawiam wynikające ze zmian makrospołecznych przekształcenia na poziomach mezo- oraz mikrospołecznym. Stały wzrost odsetka starszych obywateli, a także postępujące ucyfrowienie i uzabawowienie środowiska społecznego generują zmiany na rynkach produktów i usług, a także w podejściu

---

<sup>12</sup> Jak zapowiedziałem we wstępie, unikam powtarzania dobrze już scharakteryzowanych pojęć czy zjawisk, dlatego nie zajmuję się tu kwestią definiowania nawet tak podstawowych terminów jak „gra” czy „gra cyfrowa”, chyba że jest to niezbędne w odniesieniu do głównego tematu tej książki. W niektórych fragmentach pojawiają się sformułowania wskazujące na konkretny typ gier zaprojektowanych na komputery osobiste („gry komputerowe”), konsole („gry konsolowe” lub „gry wideo”) czy smartfony i tablety („gry mobilne”). Osoby zainteresowane kwestiami definicyjnymi odsyłam do mojej opublikowanej w wolnym dostępie książki *Gry wideo w środowisku rodzinnym. Diagnoza i rekomendacje*, w której opisuję różne definicje gier oraz omawiam ich najważniejsze cechy (Gałuszka 2017a: 19–53). Te zagadnienia są także referowane w wielu polsko- i anglojęzycznych publikacjach groznawczych.

świata biznesu do starszych konsumentów. Wreszcie na poziomie jednostkowym przejawia się to, przynajmniej teoretycznie, poszerzeniem dostępu seniorów do dostosowanych do ich potrzeb produktów lub usług, ale też zmianami w działalności instytucji senioralnych (stowarzyszeń, fundacji, uniwersytetów trzeciego wieku) czy podmiotów komercyjnych. Zjawisko silver gamingu jest jedynie jednym z przejawów bardziej ogólnych procesów, dlatego niezbędne jest przyjęcie pełniejszej perspektywy i omówienie logicznie z siebie wynikających procesów społeczno-kulturowych (rys. 1).



**Rys. 1.** Zależność pomiędzy ogólnospołecznymi procesami, otoczeniem instytucjonalnym i aktorami społecznymi

W kolejnych rozdziałach książki omawiam wspomniane wyżej zjawiska, a następnie uzupełniam je wynikami badań własnych, co pozwala mi nie tylko na osadzenie swoich danych w ogólnym kontekście teoretycznym, ale także poszerzenie spojrzenia na silver gaming o dotąd mało popularny w dyskursie naukowym kontekst polski.

### 1.1. Starość i proces starzenia się – ujęcie makrospołeczne

Rozważania wokół starości warto rozpocząć od próby zdefiniowania tego pojęcia. Zasadniczo trzeba tu wspomnieć o dwóch kluczowych kwestiach. Pierwszą z nich jest prowadzący do starości proces starzenia się, który

w ujęciu indywidualnym może być traktowany jako postępujące i niepożądane z perspektywy jednostki upośledzenie funkcji życiowych organizmu, osłabienie zdolności adaptacji do zmieniającego się środowiska oraz zwiększające się prawdopodobieństwo śmierci (Kirkwood 1997: 1765). Starzenie się jest procesem, który trwa przez całe życie, a po osiągnięciu szczytu sprawności we wczesnej dorosłości z czasem ludzie tracą swój psychofizyczny potencjał, a także społeczną niezależność (WHO 2000: 7). Na przyspieszenie tego procesu mogą mieć wpływ liczne czynniki ryzyka o charakterze zarówno medycznym, jak i społecznym: używki (palenie, picie alkoholu), poziom aktywności fizycznej, rodzaj diety, zamożność rodziny lub powiązane z nią poziomy opieki zdrowotnej czy edukacji od najmłodszych lat życia (WHO 2000: 5–7). Nie bez znaczenia są też promocja i profilaktyka zdrowia, które zdaniem ekspertów powinny być podejmowane już we wczesnej dorosłości, a nawet dzieciństwie, ponieważ szybko wypracowane prozdrowotne i prospołeczne nawyki dają większą szansę na zachowanie dobrostanu psychofizycznego na późniejszych etapach życia, na przykład poprzez ograniczenie ryzyka rozwoju chorób czy niepełnosprawności (Perek-Białas 2022). Ostatecznie „model życia w starości jest generowany przez wcześniejsze etapy”, a sama starość „jest pochodną stylu i jakości egzystencji w młodości, dojrzałości” (Szarota 2015: 32). Tak więc ludzie nie starzeją się w identyczny sposób, a podzielane wyobrażenia starzenia się i starości podlegają modyfikacjom. Współcześnie już samo ustalenie granicy wieku starczego następuje z trudnością. Większość z nas odnajdzie w swoim otoczeniu społecznie wycofanych i zdrowotnie zaniedbanych 60-latków, jak i otwartych na ciągłą aktywność oraz utrzymujących dobrą formę 80-latków. Dlatego w ramach krytycznej gerontologii zjawisko starości i proces starzenia są ujmowane jako zmienne w czasie konstrukty społeczne (Wanka i Gallistl 2018: 1–2).

Pomimo tych trudności i niejednoznaczności eksperci zazwyczaj podejmują próby opisu i podziału faz życia człowieka, w tym tych najpóźniejszych. Jak przed laty zauważył Daniel J. Levinson, faza biegu życia określana przez niego mianem późnej dorosłości (*late adulthood*) nie jest jednorodna i z tego powodu należy wskazać dodatkowy etap bardzo późnej dorosłości (*late late adulthood*) (Levinson 1986: 6). Badacz ten w połowie lat osiemdziesiątych wyznaczył moment przejścia do późnej dorosłości na mniej więcej 60. rok życia (Levinson 1986: 7). O ile biologiczny wymiar starzenia się stanowi ciągle – chociaż być może nie na zawsze – naturalną konsekwencję procesu fizycznego dojrzewania, to pojęcia wykorzystywane do jego opisu są społecznymi konstruktami. Dlatego kwestia granicy oddzielającej dorosłość od starości może być ujmowana w różny sposób, co

wynika zarówno z systematycznie wzrastającej średniej długości życia, jak i regionalnych czy społeczno-kulturowych różnic.

Z tego też powodu granica pomiędzy dorosłością a starością jest kreślona w różnych okresach trwania życia jednostki w zależności od przyjętych kryteriów. Przykładowo w 2002 roku WHO – stosując standard ONZ – zdefiniowało osoby starsze jako przynajmniej 60-letnie, zaznaczając przy tym, że wiek chronologiczny nie jest wystarczającym wskaźnikiem starości ze względu na znaczące różnice pomiędzy równoletkami w takich aspektach, jak faktyczny stan zdrowia (na co wskazuje wiek biologiczny), zakres społecznej partycypacji czy poziom niezależności życiowej (WHO 2002: 4). Inne ważne instytucje badawcze (np. Eurostat) stawiają granicę starości na 65. roku życia. Na przestrzeni ostatnich kilku dekad wypracowano wiele różnych stanowisk kładących nacisk na odmienne aspekty przejścia z wieku dojrzałego w starość, przy czym w literaturze anglojęzycznej popularny jest podział osób starszych na trzy podkategorie (Błędowski i in. 2012: 16):

1. Młodzi starzy (*young old*): osoby w wieku 60/65–74 lat; zazwyczaj fizycznie i psychicznie sprawne; zwyczajowo jest to też początek etapu określanego mianem trzeciego wieku czy „jesieni życia”, co zbiega się z przejściem w okres poprodukcyjny.
2. Starzy starzy (*old old*): ludzie w wieku 75–84 lat; coraz częściej potrzebujący wsparcia w podstawowych czynnościach, na przykład zakupach.
3. Najstarsi starzy (*the oldest old*): jednostki powyżej 85. roku życia; zwykle potrzebują one stałej i kompleksowej opieki w codziennym funkcjonowaniu; ten etap coraz częściej jest określany mianem czwartego wieku lub późnej starości.

W niniejszym projekcie za granicę starości, a co za tym idzie tytułowej „wirtualnej jesieni życia”, przyjąłem zasadniczo 60. rok życia, co dokładniej uzasadniam w rozdziale piątym.

Od lat demografowie mówią o zjawisku podwójnego lub nawet potrójnego starzenia się społeczeństw, czyli sytuacji wzrostu odsetka obywateli powyżej 90. roku życia, co jest także powiązane ze zjawiskiem tak zwanej „eksplozji stulatków” (Szukalski 2010: 117). Organizacja Narodów Zjednoczonych regularnie donosi w swoich tematycznych raportach o znacznym wzroście populacji ludzi w wieku 60 lat i więcej, przekonując o globalnym charakterze tego procesu i przewidując jego przyspieszenie w kolejnych dekadach – szacuje się, że liczba 65-latków i osób starszych wzrośnie na świecie z poziomu 703 milionów w 2019 roku do 1,5 miliarda w połowie

XXI wieku (United Nations 2019: 1–2), przy czym największe procentowe wzrosty dotyczyć będą regionów obecnie uznawanych za „młode” (Afryka), a nie już dziś „starej” Europy czy Ameryki Północnej (tab. 1).

**Tabela 1.** Dynamika przyrostu osób starszych w podziale na obszary geograficzne

Region	Liczba osób powyżej 65. r.ż. w 2019 r. [mln]	Liczba osób powyżej 65. r.ż. w 2050 r. [mln]	Zmiana procentowa pomiędzy 2019 a 2050 r. [%]
Afryka Północna i Azja Zachodnia	29,4	95,8	226
Afryka Subsaharyjska	31,9	101,4	218
Oceania, z wyłączeniem Australii i Nowej Zelandii	0,5	1,5	190
Azja Środkowa i Południowa	119,0	328,1	176
Ameryka Łacińska i Karaiby	56,4	144,6	156
Azja Wschodnia i Południowo-Wschodnia	260,6	572,5	120
Australia i Nowa Zelandia	4,8	8,8	84
Europa i Ameryka Północna	200,4	296,2	48

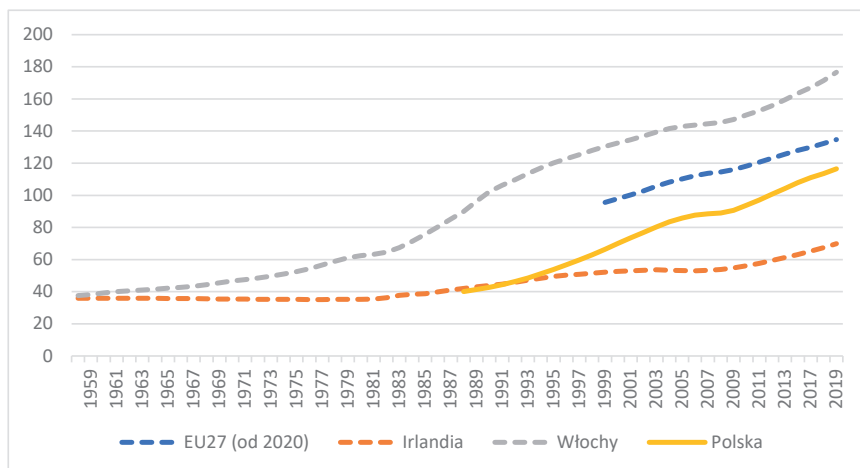
Źródło: opracowanie własne na podstawie (United Nations 2019: 5)

Jak widać na podstawie przytoczonych danych, dynamika procesu demograficznego starzenia się jest różna w zależności od obszaru geograficznego. W konsekwencji należy różnicować obserwacje dotyczące poszczególnych regionów, a nawet państw, ponieważ zupełnie inna sytuacja demograficzna, a co za tym idzie także społeczna oraz kulturowa, dotyka już dziś stare społeczeństwo japońskie, szybko starzejące się społeczeństwo polskie czy relatywnie młode społeczeństwo chińskie, ale zasadniczo w każdym z tych przypadków krzywa trendów skierowana jest ku starzejącej się populacji (por. Jarzebski i in. 2021).

Zasadniczo postępujące przemiany demograficzne doprowadziły do sytuacji, w której odsetek ludzi najstarszych względem najmłodszych systematycznie zmienia się na niekorzyść tych drugich, co w zależności od państwa może wynikać z różnych czynników, ale w najbardziej ogólnym ujęciu jest efektem zwiększającej się średniej długości życia, poprawy opieki



zdrowotnej, rozwoju medycyny, ale też migracji czy przekształceń w zakresie modeli rodziny, w tym spadającej dzietności (por. Jackson 2007; Długosz 2011). Omawiany fenomen opisuje się za pomocą licznych wskaźników. Jednym z najbardziej ogólnych jest indeks starości (*ageing index*), który oznacza stosunek liczby obywateli w wieku 60 lat i więcej względem liczby obywateli w wieku 15 lat i mniej w przeliczeniu na 100 osób, przy czym w zależności od przyjmowanych granic młodości oraz starości te wartości mogą się nieznacznie ( $\pm 5$  lat) różnić (Abramowska-Kmon 2011: 7). Dynamika zmian indeksu starości w poszczególnych państwach jest czasowo zmienna, ale od wielu dekad obserwuje się trend jednoznacznie wzrostowy – zarówno w państwach europejskich najmniej obciążonych tempem przyrostu starszych obywateli względem młodszych (Irlandia), jak i tych najmocniej zagrożonych (Włochy), z czego oczywiście nie wyłamuje się Polska (rys. 2).



**Rys. 2.** Wartości indeksu starości w latach 1960–2019: średnia dla państw UE27, Irlandii, Włoch oraz Polski

Źródło: opracowanie własne na podstawie (Pordata 2023)

W prognozach GUS sprzed kilku lat szacowano, że w 2050 roku mediana wieku Polek i Polaków osiągnie wartość 48,6 roku, przy czym w 2013 roku było to nieco ponad 39 lat (GUS 2014: 127). Bardziej aktualne przewidywania sugerują przyspieszenie tego procesu, a także wynikające z niego liczne trudności o charakterze strukturalnym. Eksperti wskazują przede wszystkim na problemy na rynku pracy, a także wzrastające obciążenia dla opieki zdrowotnej oraz systemu emerytalnego. W raporcie

*Pensions at a glance 2019* Organizacji Współpracy Gospodarczej i Rozwoju (OECD) podano, że proces demograficznego starzenia się społeczeństwa polskiego będzie przebiegał szybciej, niż przewiduje średnia dla całego obszaru OECD, co spowoduje zmniejszenie się kluczowej dla rynków pracy subpopulacji osób w wieku 20–64 lata o 36% pomiędzy 2020 a 2060 rokiem (por. OECD 2019). Według wyliczeń ekspertów doprowadzi to do redukcji liczby obywateli w wieku produkcyjnym o 10% w stosunku do średniej dla krajów OECD, co uplasuje Polskę jedynie za trzema innymi państwami: Koreą Południową, Litwą i Łotwą (por. OECD 2019). Te demograficzne zmiany oddziałują na sferę społeczną, ponieważ w połączeniu z niskim – szczególnie w przypadku Polek – wiekiem emerytalnym nie pozwalają na optymizm względem przewidywanej wartości świadczeń emerytalnych i to pomimo relatywnie wysokiej stawki składek na poziomie 27,5% (wyższe odnotowano tylko w Czechach i we Włoszech) (por. OECD 2019). Sytuację starszych kobiet dodatkowo utrudniają dwa niekorzystne zjawiska: feminizacji oraz singularyzacji starości, które od dłuższego czasu wymienia się w grupie istotnych wyzwań społecznych (Czaja 2016: 161). Ten pierwszy fenomen wynika z wyższej oczekiwanej długości życia kobiet w stosunku do życia mężczyzn, drugi z kolei wiąże się z coraz powszechniejszym osłabieniem relacji małżeńskich (partnerskich) oraz rodzinnych (Czaja 2016: 161). W strukturze ludności – ujmowanej w formie graficznej jako „piramida wieku” – przejawia się to nadwyżką liczby kobiet w starszych grupach wiekowych, co wynika także z nadumieralności mężczyzn, gdyż w 2019 roku w starszych rocznikach (osoby powyżej 75. roku życia) na 100 mężczyzn przypadało średnio 195 kobiet (Cierniak-Piotrowska, Dąbrowska i Stelmach 2020: 15).

Opisywane tu procesy demograficzne prowadzą do zmiany struktury ludności w taki sposób, że kształt piramidy wieku przeobraża się z trójkąta o szerokiej podstawie (typ progresywny) do pośredniej formy dzwonu (typ zastojowy), a w społeczeństwach najstarszych piramidy o wąskiej podstawie (typ regresywny) (Holzer 1999: 144).

W teorii transformacji demograficznej odpowiada to kolejnym fazom rozwoju procesów ludnościowych (Eberhardt 2014: 135–136):

- Faza 1 jest typowa dla społeczeństw charakteryzujących się niskim poziomem rozwoju ekonomiczno-społecznego i cechuje się nieznacznym wzrostem demograficznym, gdyż bardzo wysokiej stopie urodzeń towarzyszy wysoki poziom umieralności z powodu głodu, wojen, katastrof naturalnych czy epidemii. Przeciętna długość życia jest niska (około 30 lat), a dzieci rzadko dożywają wieku podeszłego.

- Faza 2 wiąże się z gwałtownym wzrostem demograficznym, tzw. eksplozją demograficzną, co wynika z utrzymania wysokich wskaźników urodzeń i postępów w zakresie opieki medycznej, higieny czy warunków życia obniżających stopę umieralności.
- Faza 3 jest to etap, w którym wzrost demograficzny ulega wyhamowaniu do poziomu umiarkowanego, gdyż zmniejsza się liczba urodzeń, podobnie jak umieralność, przy czym reprodukcja rozszerzona jest utrzymana. Sukcesywnie wydłuża się przeciętna długość życia, stopniowo zanika model rodziny wielodzietnej, a także pojawiają się pierwsze symptomy zjawiska starzenia się społeczeństwa.
- Faza 4 to okres, w którym wobec postępującego spadku urodzeń dochodzi do stagnacji demograficznej i niemal zerowego przyrostu naturalnego, czemu także sprzyja utrzymanie liczby zgonów. Wydłuża się przeciętna długość życia do poziomu około 80 lat i pogłębia się proces starzenia się społeczeństwa.
- Faza 5 jest to etap regresu demograficznego, co wynika ze znacznie niższej stopy urodzeń w stosunku do liczebności zgonów w danej populacji. Pomimo napływu młodych imigrantów, których obecność może wiązać się z problemami o charakterze społecznym i politycznym – czego aktualnym przykładem jest migracja do krajów Europy Zachodniej z krajów afrykańskich lub Bliskiego Wschodu, ale też uchodźców z Ukrainy – proces starzenia się społeczeństwa jest już na bardzo zaawansowanym poziomie. Te przemiany nie tylko ograniczają odsetek osób w wieku produkcyjnym, ale też generują obciążenia ekonomiczne i społeczne związane z koniecznością zapewniania opieki dla stale rosnącej grupy najstarszych obywateli przy jednoczesnej redukcji liczby ludzi w wieku produkcyjnym i przedprodukcyjnym.

Większość państw wysokorozwiniętych znalazła się już w czwartej lub piątej fazie cyklu demograficznego (Eberhardt 2014: 136). Podobnie Polska, która jak zauważył Piotr Eberhardt, pomimo doniosłych wydarzeń historycznych (wielkie migracje, ogromne straty ludnościowe będące konsekwencją kolejnych konfliktów zbrojnych) w ciągu ostatnich 200 lat przeszła przez wszystkie pięć faz transformacji demograficznej, co nie pozostało bez wpływu na polskie społeczeństwo, u którego współcześnie dostrzec można cechy typowe dla drugiego przejścia demograficznego (Eberhardt 2014: 138–139). Pojęcie to odnosi się do powiązanych ze sobą przemian o charakterze ludnościowym i społecznym, które w dużym uproszczeniu polegały początkowo na przejściu od reprodukcji „rozzrutnej” (krótka przeciętna długość życia, wysoka płodność, ale zarazem umieralność

dzieci) do reprodukcji „oszczędnej” (długa przeciętna długość życia, niska płodność, ale też mniejszy „koszt” biologiczny w postaci wysokiej umieralności dzieci) przy zachowaniu podobnego efektu demograficznego w zakresie utrzymania reprodukcji pokoleń (Okólski 2010: 43). Jednocześnie w perspektywie długookresowej, w zależności od społeczeństwa, mniej więcej w połowie XX wieku doszło do pogłębienia „depresji rozrodczości” (Okólski 2010: 45–46). Ta z kolei – wraz ze spadkiem umieralności, wydłużaniem się życia i wzrostem znaczenia imigracji kosztem emigracji – stała się podstawą drugiego przejścia demograficznego (Okólski 2010: 46). Badacze wskazują, że drugie przejście wynika z ponowoczesnych przemian na Zachodzie, które po II wojnie światowej doprowadziły do zwiększonej podmiotowości jednostki (poszerzone swobody i wolności osobiste, indywidualizacja, nacisk na samorealizację, tolerancję oraz pluralizm), przy jednoczesnym osłabieniu wpływu (tradycyjnych) grup i instytucji społecznych na kształtowanie postaw, ról oraz pozycji jednostek w społeczeństwie (Okólski 2010: 46). Dirk J. van de Kaa zidentyfikował cztery zasadnicze cechy drugiego przejścia demograficznego, wskazując na najważniejsze zmiany w zakresie zachowań reprodukcyjnych (Kaa 1987: 11):

1. spadek znaczenia małżeństwa na rzecz kohabitacji jako wiodącej formy współżycia ludzi;
2. przekształcenie modelu rodziny z ukierunkowanej na potomstwo (*the king-child with parents*) na rodzinę, której fundament stanowi para (*the king-pair with a child*);
3. przejście od antykoncepcji zapobiegawczej do świadomej prokreacji;
4. przejście od homogenicznych do różnorodnych form rodzin i gospodarstw domowych.

Te wszystkie przemiany odegrały niebagatelną rolę w procesie demograficznego starzenia się społeczeństw, gdyż jak zauważa Marek Okólski, „Początek systematycznego spadku liczby urodzeń oznaczał definitywny kres »odmładzania« populacji i początek ery »starzenia się«” (Okólski 2010: 43).

## 1.2. Funkcjonowanie i wspomaganie starzejącego się człowieka

Rozważając makrospołeczne aspekty procesu starzenia się społeczeństw, należy wziąć pod uwagę powiązane z nim zagadnienie przemian w strukturze rodziny. Globalny trend – tu przedstawiany na przykładzie społeczeństwa amerykańskiego – jest taki, że struktura przeciętnej rodziny

z początku XX wieku przypominała piramidę, której podstawę stanowi liczne potomstwo, rodzice oraz dziadkowie, którzy często nie dożywali dorosłości swoich wnucząt (Gillen, Mills i Jump 2012: 2). Jednak już na przełomie wieku XX i XXI model rodziny częściej przypomina odwrócony trapez prostokątny, gdyż w rodzinach funkcjonują obok siebie coraz mniej liczne dzieci, rodzice oraz coraz dłużej żyjący dziadkowie i pradiadkowie (Gillen, Mills i Jump 2012: 3). Wreszcie w kolejnych dekadach XXI wieku struktura typowej rodziny przyjmie formę odwróconej piramidy, której wąską podstawę stanowić będzie nieliczne potomstwo, środek – także kurcząca się grupa rodziców, a szeroki szczyt – dziadkowie i pradiadkowie przynależący do pokolenia *baby boomers* (Gillen, Mills i Jump 2012: 3). Taka demograficzna struktura rodziny może z jednej strony ułatwiać wychowanie dzieci, w co angażować się mogą także starsi jej członkowie, a z drugiej wiąże się z rosnącymi obciążeniami, ponieważ seniorzy wymagają mniej lub bardziej regularnego wsparcia i opieki ze strony krewnych bądź instytucji (Gillen, Mills i Jump 2012: 3).

W Polsce rodziny nie mogą liczyć na istotne wsparcie państwa w zakresie opieki zarówno nad najmłodszymi, jak i najstarszymi krewnymi (Krzyżowski i Mucha 2012: 195–196). Skutkuje to silnym społecznym oczekiwaniem w stosunku do seniorów, by ci wspierali własne dzieci w opiece nad wnukami (Krzyżowski i Mucha 2012: 199). Jednak nie wszyscy się na to decydują. Z danych Eurostatu wynika, że w Polsce w latach 2006–2011 odsetek osób 50+ deklarujących opiekę nad wnukami pod nieobecność ich rodziców spadł z 46% do 43% (Najsztub i Oczkowska 2017). Z kolei w raporcie firmy badawczej Kantar z 2019 roku podano, że około 30% polskich seniorów angażuje się w różne formy pomocy rodzinie – w największym stopniu w przygotowywanie posiłków oraz opiekę nad dziećmi (Kantar 2019: 15). Przyczyn tego stanu rzeczy doszukiwać się można, moim zdaniem, między innymi w obserwowanych od drugiej połowy XX wieku przemianach form i stylów życia rodzinnego, takich jak: monoparentalność, kohabitacja (w tym typu LAT – *Living Apart Together*), rodziny rozdzielone czasowo, rodziny transnarodowe, rodziny z wyboru czy „tęczowe”, nierezydencjonalne oraz patchworkowe (por. Słany 2013: 46). Oczywiście istotna tu może być także spadająca dzietność, gdyż brak lub niewielka liczba wnuków zwalnia dziadków z konieczności wsparcia rodziców w opiece nad nimi. Warto przy tym zauważyć, że według danych dostępnych w projekcie SHARE (*Survey of Health, Ageing and Retirement in Europe*) Polska wraz z krajami basenu Morza Śródziemnego pozostaje w czołówce państw, w których dziadkowie świadczą codzienną opiekę nad wnukami, co wynika zarówno z wciąż niedostatecznego wsparcia instytucji państwowych (m.in. w ofercie płatnych urlopów rodzicielskich,

systemie opieki dziennej czy asysty rodzicielskiej), jak i niskiej dostępności ofert pracy na niepełny etat dla kobiet, z których mogłyby korzystać matki (por. Bordone, Arpino i Aassve 2017).

Udzielanie pomocy w opiece nad wnukami to jedna z form rodzinnego wsparcia, ale osoby starsze również wymagają mniej lub bardziej regularnej pomocy. Schodząc na poziom jednostkowy, trudno uciec od zagadnienia codziennych problemów wynikających z postępujących ograniczeń starzejącego się organizmu, które zazwyczaj dalece wykraczają poza zagadnienia czysto medyczne. Jednym z dowodów potwierdzających społeczny charakter omawianych tu procesów jest zjawisko nazwane „syndromem czwartego piętra”, które określa sytuację unieruchomienia części seniorów w ich własnych mieszkaniach ulokowanych w pozbawionych windy blokach (Rataj, Iwański i Bugajska 2018: 290). Odniesienie do czwartego piętra jest tutaj symboliczne, ponieważ w przypadku mniej sprawnych osób przeszkodą bardzo trudną do pokonania może być zaledwie kilka schodów. Niekoniecznie muszą to być seniorzy, ale jak pokazuje w reportażu pt. *Więżniowie czwartego piętra* Ewa Wołkanowska-Kołodziej, zazwyczaj to właśnie ludzie starsi zmagają się z tym problemem. Ta nominowana do dziennikarskich nagród publikacja uwrażliwia na niekiedy bardzo nieoczywiste z perspektywy młodszych ludzi trudności w funkcjonowaniu, z jakimi na co dzień stykają się osoby starsze w Polsce. W przytaczanym tekście wspomina się między innymi o postępujących i zróżnicowanych ograniczeniach w zakresie zdolności motorycznych czy poznawczych; niemożności załatwienia najprostszych spraw w domu i poza nim; wieloletniej przestrzennej i społecznej izolacji; uzależnieniu od rodziny, a w razie jej braku od pomocy społecznej; braku powszechnych i respektowanych standardów opieki; ale też pogodzeniu z własnym losem i brakiem nadziei na poprawę sytuacji wiekowych mieszkańców, którzy przez ostatnie lata swojego życia „gasną w czterech ścianach” (por. Wołkanowska-Kołodziej 2017).

Jednocześnie Wołkanowska-Kołodziej, poza fragmentami ilustrującymi dramat domowego więzienia, przedstawia także inicjatywy mogące poprawić trudny los bohaterów jej reportażu w sytuacji, gdy nie mogą oni liczyć na pomoc krewnych lub przyjaciół. Przywołuje między innymi finansowany z funduszy europejskich projekt „Z@opiekowani”, w którego ramach zrealizowano platformę teleopieki dla 40 niesamodzielnych i samotnych mieszkańców Warszawy<sup>13</sup>. Kluczowe dla tej inicjatywy jest

---

<sup>13</sup> Pełny opis programu dostępny jest pod adresem: <https://um.warszawa.pl/waw/europa/-/z-opiekowani-kompleksowe-wsparcie-osob-niesamodzielnych-w-m-st-warszawie> (29.08.2020).

urządzenie, które sprawdza temperaturę ciała i mierzy rytm serca, a w razie niepokojących odczytów powiadamia operatora czuwającego nad stanem zdrowia użytkownika (por. Wołkanowska-Kołodziej 2017). Takie technologie zyskują na popularności, ale oczywiście warto pamiętać, że różnego rodzaju narzędzia od dawna wykorzystuje się w celu przeciwdziałania negatywnym skutkom starzenia lub poprawy jakości życia osób starszych, począwszy od tak oczywistych sprzętów jak laska, chodziki (balkoniki), aparaty słuchowe czy okulary, przez różnego typu ułatwienia architektoniczne uwzględniające zróżnicowanie potrzeb osób starszych (por. Rataj, Iwański i Bugajska 2018), a skończywszy na nowoczesnych technologiach wspomagających (asystujących). W analizie publikacji z lat 2000–2015 zawierających wyniki badań nad efektywnością technologii wspomagających w radzeniu sobie z konsekwencjami starzenia wymieniono następujące ich kategorie (Khosravi i Ghapanchi 2015: 20–21):

- informacyjno-komunikacyjne (ICT) – głównie związane z obsługą komputera oraz dostępem do internetu;
- roboty – między innymi wspierające osoby starsze w codziennych obowiązkach;
- telemedycyna – szereg usług umożliwiających zdalne diagnozowanie i leczenie przy użyciu narzędzi telekomunikacyjnych;
- sensoryczne/monitorujące – urządzenia zaprojektowane na potrzeby zautomatyzowanej i zdalnej ochrony przed niebezpiecznymi zdarzeniami, na przykład wypadnięciem z łóżka;
- aplikacje do zarządzania lekami – programy komputerowe bądź aplikacje mobilne tworzone z zamiarem usprawnienia nadzoru nad przyjmowanymi medykamentami;
- gry cyfrowe – traktowane jako narzędzia terapii bądź relaksacji.

Rozwiązania przypisane do wymienionych kategorii powstały w celu wsparcia osób starszych w następujących obszarach problemowych (wymienione w kolejności od najczęściej do najrzadziej poruszanych w prezenalizowanych publikacjach) (Khosravi i Ghapanchi 2015: 20):

- słabe samopoczucie – zagadnienia powiązane z odczuwanym poziomem szczęścia, życiowej satysfakcji oraz subiektywnie rozumianym dobrostanem;
- izolacja społeczna;
- chroniczne choroby;



- ograniczona niezależność;
- ryzyko upadków;
- demencja;
- zarządzanie przyjmowaniem leków;
- depresja.

Warto zwrócić uwagę, że powyższy opis rozwijanych narzędzi unaocznia pozytywne postępy w zakresie szeroko rozumianej gerontologii społecznej, której Małgorzata Halicka i Jerzy Halicki przypisują podwójną rolę, twierdząc, że „dyscyplina ta ma dwa oblicza: raz bywa tzw. czystą nauką, która bada starzenie się i starość w istniejącej rzeczywistości i stara się uchwycić jej prawidłowości, z drugiej strony jawi się jako dziedzina praktyczna nastawiona na korygowanie istniejącej rzeczywistości” (Halicka i Halicki 2017: 153).

Gerontologia może być też rozumiana jako ogół dziedzin nauki zajmujących się procesami starzenia i zjawiskiem starości w wymiarach zdrowotnym, biologicznym, socjologicznym, psychologicznym, ekonomicznym czy środowiskowym (Derejczyk i in. 2008: 149). Ten postęp zachodzi także w efekcie synergii rozwoju teorii i różnego rodzaju narzędzi technologicznych, czym zajmuje się gerontechnologia, będąca interdyscyplinarnym obszarem łączącym gerontologię i technologię, w którego ramach projektuje się i rozwija produkty, usługi oraz infrastrukturę umożliwiające osobom starszym poprawę jakości życia, zwiększenie niezależności czy zaangażowania społecznego (Wieczorek 2016: 358). Podobnie jest w przypadku geriatrii ujmowanej jako specjalistyczna dziedzina medycyny, w ramach której podejmuje się takie zagadnienia jak zdrowie oraz choroby osób starszych, a także ich opieka i wsparcie (Derejczyk i in. 2008: 149–150). Zasadniczo seniorzy współcześnie mogą liczyć na dostęp do stworzonych z myślą o nich rozwiązań społecznych czy narzędziach technologicznych, ale też sami coraz częściej chcą zachować w późnym wieku możliwie wysoki poziom praw (w tym do prywatności), niezależności od innych, kontroli osobistej nad podejmowanymi decyzjami czy też samowystarczalności (Fry 2000: 379). Pomóc im w tym może lepsza i bardziej dostępna opieka medyczna, a także tworzone często z zamiarem zysku komercyjne technologie wspomagające, które wytwarzane są w ramach opisywanego dalej srebrnego sektora światowej gospodarki. Warto przy tym pamiętać, że możliwe są też bardziej krytyczne interpretacje, zwracające uwagę na niepożądane konsekwencje opisywanych zmian, na przykład problem medykalizacji starości (por. Nowakowski i Nowakowska 2010) czy przesadnego urynkowania i komercjalizacji usług opieki nad osobami starszymi (por. Gałuszka 2013).



### 1.3. Aktywność seniorów w teorii i (niekiedy trudnej) praktyce

Recepcja opisanego już procesu starzenia się jest często negatywna zarówno w wymiarze indywidualnym, jak i kulturowym (Harrington, Bielby i Bardo 2014: 40–42; Jerslev i Petersen 2018). Jednakże to naturalne i obecnie nieuniknione zjawisko nie musi oznaczać wycofania ze społecznych czy kulturowych aktywności. Taki rodzaj rezygnacji zakłada teoria wycofania (*disengagement theory*) (Cox 2005: 41–44), będąca jedną z sześciu najczęściej przywoływanych psychospołecznych koncepcji przechodzenia do późniejszych faz życia (Seredyńska 2013: 144). Inną taką koncepcją jest teoria kontynuacji (*continuity theory*), wedle której w przypadku niektórych osób wypracowane na wcześniejszych etapach życia wzorce postępowania mogą kształtować – a czasem ograniczać – zakres możliwych do podjęcia działań po wejściu w trzeci wiek (Cox 2005: 50–52). Osoby funkcjonujące w taki sposób w zasadzie nie wdrażają znaczących zmian w swoim stylu życia po przejściu na emeryturę, a z czasem ograniczeniom ulegają nawet ich powtarzane od lat praktyki. Jak jednak powszechnie wiadomo, wchodzenie w późniejsze okresy życia wiąże się zazwyczaj z zaprzestaniem pracy zawodowej. W efekcie emeryci zyskują dodatkowe zasoby czasowe, które mogą wykorzystać na różnego typu aktywności, w tym związane z poszerzaniem horyzontów i partycypacją w projektach edukacyjnych (Steuden 2009: 47–50). Jednocześnie wiele współcześnie zachodzących przemian, w tym technologicznych, otwiera przed osobami starszymi zupełnie nowe szanse na rozwój ich osobistych planów i pasji.

Aktywność osób starszych i ich szeroko rozumiana aktywizacja stanowią fundament teorii aktywnego starzenia się (*activity theory of ageing*), wedle której kluczem do zachowania pozytywnego przebiegu tego procesu jest utrzymanie możliwie silnego zaangażowania w realizowane wcześniej formy aktywności lub też wejście w nowe role i zadania, kompensujące straty wynikające z naturalnych procesów osłabienia organizmu oraz przejścia w wiek poprodukcyjny lub na emeryturę (Watts 1992: 35; Cox 2005: 44–46; Onedera i Stickle 2008). Sięgnięcie po gry cyfrowe w zaawansowanym wieku może być postrzegane jako podjęcie nieznannej wcześniej roli gracza, co pociąga za sobą konieczność nabycia nowej wiedzy i rozwinięcia dodatkowych kompetencji, a także otwiera szansę na nawiązanie nowych relacji społecznych. Taki społeczno-kompetencyjny progres jest istotny w realiach (po)nowoczesnych społeczeństw, opartych nie tylko na „permanentnej zmianie technologicznej”, ale też ciągłej metamorfozie sposobów i zasad

funkcjonowania, wynikających z wysokiej społecznej dynamiki i nieustannych przemian strukturalnych, w dużej mierze zależnych od technologii i oddziałujących na liczne sfery (m.in. komunikacji, partycypacji kulturowej, interakcji społecznych czy publicznej) oraz całe populacje, czyli także najstarszych obywateli (Amaral i Daniel 2016: 164). Dlatego w celu zachowania praw obywatelskich i wysokiego poziomu partycypacji (także cyfrowej, określanej mianem cyfrowego obywatelstwa, *digital citizenship*) niezbędne jest wzmacnianie zagrożonych wykluczeniem grup – w tym osób starszych – przez poprawianie dostępu do wiedzy i zwiększanie możliwości rozwoju kompetencji, co w praktyce odbywać się może przez poszerzenie obszaru aktywnego starzenia się o nowe technologie informacyjno-komunikacyjne (ICT) (Amaral i Daniel 2016: 164), do których możemy zaliczyć także gry cyfrowe. Co więcej, otwarcie na cyfrową zabawę poszerza katalog możliwych do podjęcia działań oraz stanowi alternatywę dla osób, które z przyczyn zdrowotnych czy rodzinnych nie mogą zaangażować się w inne formy spędzania czasu wolnego.

Jednocześnie korzystanie z gier cyfrowych nie będzie dla większości seniorów tak proste jak czytanie książek czy oglądanie telewizji, co szczegółowo opisuję w kolejnym rozdziale. Nie jest to więc uniwersalna propozycja dla wszystkich potencjalnie zainteresowanych. Co więcej, niektórym ludziom próba zestawienia gier cyfrowych z osobami starszymi może się jawić jako pozbawiona większego sensu. Warto mieć jednak na uwadze coś, co niektórzy badacze określają mianem „nienormatywnej” czy też „niepokornej” starości, prezentując przykłady niezwykle aktywnych i w pewnym sensie nieprzeciętnych seniorów, którzy zdają się odporni na przemijający czas i podejmując się różnych – na pozór bardzo nietypowych dla tej grupy ludzi – aktywności (np. prowadzenie dyskotek, sporty ekstremalne, samotne podróże autostopem itp.), niejako przełamują stereotypowe wzorce i realizują alternatywny wobec wiodącego model starości (Kaprańska, Maksymowicz i Mamak-Zdanecka 2018: 48–49). Przy tym nie każdy ma chęć czy realną zdolność utrzymania bądź podjęcia nowych działań na starość – co wynika z wielu różnych czynników: wykształcenia, obowiązujących realiów instytucjonalnych, stanu zdrowia, zamożności czy miejsca zamieszkania (por. Wąg i in. 2021) – ale kluczowa wydaje się sama możliwość dokonania wyboru, a co za tym idzie warunkujący ją dostęp do ofert umożliwiających szeroko rozumianą aktywizację (Kaprańska, Maksymowicz i Mamak-Zdanecka 2018: 47–48). Badana tu problematyka silver gamingu jawi mi się jako taka właśnie oferta. Ostatecznie chodzi o poszerzenie możliwych do wyboru aktywności, po które mogą sięgnąć zainteresowane osoby starsze.

Jednocześnie chcę zaznaczyć, że nie faworyzuję w żaden sposób silver gamingu, nie uważam też, że jest to uniwersalny sposób na zachęcanie seniorów do większego zaangażowania, który powinien być traktowany priorytetowo. Podchodząc do omawianych kwestii możliwie holistycznie i rzetelnie, nie ograniczam się tylko do pozytywnych efektów tej praktyki, zwracając w dalszej części książki uwagę także na najważniejsze zagrożenia związane z obecnością gier w życiu osób starszych. Jednak wyniki badań i doniesień medialnych, a także liczne przykłady srebrnych graczy uzmysławiają, że medium to może być wykorzystywane bez względu na wiek, a kluczowa jest raczej świadomość możliwości dokonania takiego wyboru oraz motywacja do rozwijania wiedzy oraz kompetencji umożliwiających zaangażowanie w świat cyfrowej rozrywki. U podstaw mojej wizji popularyzacji tego medium wśród polskich seniorów leży przekonanie o konieczności budowania tej świadomości, co ma być osiągnięte nie tylko przez teoretyczne podjęcie tej problematyki i planowane publikacje, ale także realizację narzędzia wspierającego dla – co podkreślam – chętnych oraz zainteresowanych seniorów lub osób z ich otoczenia. Jednocześnie prezentowana tu wizja aktywizacji przez zaangażowanie w kulturę gier cyfrowych uwzględnia narastające z wiekiem ograniczenia w funkcjonowaniu. Unikam w ten sposób zarzutu o propagowanie skrajnie pozytywnego i dla wielu seniorów nieosiągalnego wzorca starości, w którym niewiele się ona różni od wcześniejszych etapów życia (por. Holstein i Minkler 2007). Dostrzegam też i rozumiem potrzebę niektórych seniorów do odpoczynku i związanej z tym rezygnacji z jakichkolwiek prób podjęcia dodatkowych form aktywności. Prezentowane w dalszej części książki rozwiązania skierowane są do osób, które dobrowolnie wyrażą chęć zaangażowania w proces nabywania wiedzy i kompetencji niezbędnych do korzystania z gier cyfrowych, widząc w tym przede wszystkim obietnicę osobistych korzyści, co może być osiągnięte w wyniku świadomej i opartej na rzetelnej wiedzy partycypacji w kulturze gier cyfrowych.

Sugerowałem wcześniej, że zaangażowanie w cyfrową rozrywkę oraz kulturę może być rozpatrywane jako przykład podejmowania nowych, nieszablonowych ról w późniejszym wieku, co wpisuje się w paradygmat aktywnego starzenia. Z tym zagadnieniem wiąże się indeks aktywnego starzenia (AAI – *Active Ageing Index*). Wskaźnik ten od 2012 roku jest jednym z głównych narzędzi analitycznych Unii Europejskiej, pozwalającym na kreowanie polityk senioralnych oraz szacowanie niewykorzystanego potencjału starszych mieszkańców Wspólnoty w aktywnym i zdrowym starzeniu się, a w szczególności mierzenie poziomu ich samodzielności

oraz niezależności, a także zaangażowania w pracę zarobkową i działalność społeczną (por. Perek-Białas 2014; Sisene i Kharitonova 2019). Na indeks składają się 22 wskaźniki, które zostały pogrupowane w cztery kategorie, odnoszące się do następujących domen aktywnego starzenia się:

- zatrudnienie;
- aktywność i partycypacja społeczna;
- niezależność, zdrowie oraz bezpieczeństwo (w tym zaangażowanie w edukację ustawiczną);
- dostosowanie i zakres, w jakim otoczenie osób starszych pozwala im na starzenie się w sposób aktywny (w tym odsetek korzystających z technologii komunikacyjno-informacyjnych – ICT) (por. Sisene i Kharitonova 2019).

Zasadniczo Polska wypada bardzo niekorzystnie w rankingach Europejskiego Indeksu Aktywnego Starzenia. W roku 2018 nasz kraj – razem ze Słowacją, Słowenią, Bułgarią, Rumunią, Węgrami, Chorwacją oraz Grecją – został przypisany do ostatniej z czterech grup państw Unii, które uzyskały poniżej 33 na 100 możliwych punktów w indeksie AAI (González-Rábago i Domínguez-Rodríguez 2019: 4). Taki wynik nie zaskakuje, ponieważ w całej ostatniej dekadzie Polska zajmowała miejsca w ostatniej dziesiątce publikowanych co dwa lata rankingów (González-Rábago i Domínguez-Rodríguez 2019: 12). Co więcej, sytuację komplikują wyraźne różnice regionalne oraz odmienna dynamika wzrostu AAI – zarówno ogólnego, jak i konkretnych domen – w poszczególnych województwach (por. Perek-Białas i Zwierzchowski 2016). Wobec takich danych wydaje się oczywiste, że w Polsce należy podjąć wiele działań mających na celu aktywizację seniorów, czego przykładem mogą być takie inicjatywy, jak realizowany w latach 2012–2020 „Rządowy Program na rzecz Aktywności Społecznej Osób Starszych” (ASOS), który w roku 2021 został zastąpiony podobnym programem „Aktywni+”. Katarzyna Białożyt w swoim omówieniu AAI proponuje kilkanaście wytycznych dla przyszłych polityk senioralnych realizowanych w Polsce. Niektóre z nich można połączyć z praktyką silver gamingu (Białożyt 2019: 126–128):

- inicjowanie aktywności społecznej osób starszych w miejscu ich zamieszkania;
- niwelowanie barier architektonicznych i komunikacyjnych w dostępie do instytucji umożliwiających podejmowanie różnych form aktywności;

- upowszechnienie wśród seniorów usług opartych na bezpłatnej i nieformalnej samopomocy (idea tzw. banków czasu);
- organizacja bezpłatnych i dostosowanych do możliwości poznawczych osób starszych inicjatyw z zakresu edukacji pozaformalnej i nieformalnej;
- zwiększenie udziału seniorów w korzystaniu z nowych technologii, dostępie do internetu oraz niwelowanie wykluczenia cyfrowego;
- propagowanie wśród seniorów i umożliwienie im realizacji idei edukacji ustawicznej.

Warto zwrócić uwagę, że w przedstawionym powyżej unijnym podejściu do aktywnego starzenia się – w przeciwieństwie do chociażby stanowiska WHO z 2002 roku, na którym wzorowali się eksperci Unii (por. Zaidi i in. 2013) – kładzie się większy nacisk na zbiorowe niż indywidualne jego korzyści oraz promuje „produktywny” model starzenia, czego przykładem może być angażowanie osób starszych w pracę zarobkową czy też opiekę nad młodszymi lub niepełnosprawnymi członkami rodziny – takie praktyki z jednej strony sprzyjają rozwiązywaniu niektórych wyzwań wynikających z procesu demograficznego starzenia się społeczeństw (np. zaburzonej zastępowalności pokoleń na rynku pracy), ale z drugiej – mogą negatywnie wpływać na jednostkowe poczucie szczęścia czy życiowej satysfakcji (Petrová Kafková 2018: 68–70). Innym wynikającym z przyjęcia takiej perspektywy zagrożeniem może być deprecjonowanie działań pozbawionych etosu pracy czy niepojmowanych jako „pożyteczne” lub „zdrowe”, na przykład codziennych, prozaicznych czynności wykonywanych przez osoby starsze, takich jak pieczenie ulubionego ciasta, wyjście z psem na spacer czy też zaangażowanie w rozrywki w czasie wolnym (Petrová Kafková 2018: 71). Wydaje mi się, że praktyką podobnie (negatywnie) ocenianą z perspektywy „społecznej istotności” może być korzystanie z gier cyfrowych przez osoby starsze, co dodatkowo uzasadnia konieczność rzeczowego omówienia tego coraz bardziej popularnego wśród seniorów zjawiska.

#### 1.4. Starzeć się aktywnie, to znaczy – pomyślnie?

Podjęta w tym projekcie problematyka odwołuje się do osób starszych, które wykazują zaangażowanie w praktykę powszechnie kojarzoną z młodymi ludźmi przez samodzielne bądź wspomagane – przy udziale bliskich lub w ramach instytucji – rozwijanie pasji do gier cyfrowych, co wymaga od nich podjęcia dodatkowej aktywności. Wiąże się to z koniecznością

przełamywania stereotypów dotyczacych wieku, wchodzenia w zupełnie obce i pozbawione bezposrednich wzorców role (srebrnych graczy), a takze gromadzenia nowych kompetencji i wiedzy, niezbednych w praktyce grania. Dlatego mozna przyjac zalozenie, ze osoby te sa pod tym wzgledem ponadprzecietne w swojej kategorii wiekowej, przez co realizuja w jakiejz czesci zalozenia idei pomyslnego starzenia sie. W ujeciu Johna W. Rowe'a i Roberta L. Kahna pomyslnie starzenie sie w odrzniceniu od „normalnego”, ktore zwiazane jest z postepujacymi ubytkami w zakresie funkcjonowania fizycznego, spolecznego i poznawczego, warunkuja trzy rownie istotne i do pewnego stopnia hierarchiczne czynniki (Rowe i Kahn 1997: 433):

1. niskie prawdopodobienstwo rozwoju chorob;
2. wysoki poziom aktywnosci fizycznej oraz poznawczej;
3. podtrzymanie licznych rodzajow aktywnosci zyciowej.

Istnieja pewne przeslanki dla opowiedzenia sie za teza, ze nawet okazne sieganie po gry cyfrowe moze przyczyniac sie do poprawy niektorych obszarow przypisywanych pomyslnemu starzeniu sie, toaczy podwyzszac deklarowany poziom dobrego samopoczucia, a zarazem obnizac poziom negatywnych emocji, a takze do pewnego stopnia zmniejszacz ryzyko depresji (Allaire i in. 2013: 1304). Watki te rozwijam szczegolnie w rozdziale trzecim i pokazuje, ze sieganie po gry cyfrowe w zaawansowanym wieku moze wspomagacz seniorow w zachowaniu dobrego stanu zdrowia, utrzymaniu sprawnosci fizycznej i poznawczej, a takze podtrzymywaniu roznegu typu aktywnosci zyciowych. Wymaga to jednak w moim przekonaniu odpowiedniego, swiadomego i krytycznego podejscia do gier cyfrowych, czym zajmujecie sie w koncowych fragmentach ksiazki.

Przemiany stylow zycia osob starszych modyfikuja schematy ich funkcjonowania, co zmusilo badaczy do rewizji niektorych z formuLOWANYCH wizji pomyslnego starzenia sie, ktore jeszcze w latach 80. XX wieku byly krytykowane za niedostateczna podbudowe teoretyczna, implikowany pesymizm, lekcewazenie procesow rozwojowych w pozniejszych etapach zycia oraz brak swiadomosci kulturowych trendow lub ideologii stanowiacych ich podstawe (Ryff 1989: 39). W kolejnych latach eksperci zwrócili uwage na koniecznosc aktualizacji podejscia Rowe'a i Kahna. W tym kontekscie istotna jest krytyka ze strony Jamesa D. Stowe'a i Teresy M. Cooney, ktorych zdaniem Rowe i Kahn przecenili znaczenie subiektywnych, indywidualnych decyzji jednostek, gdyz te do pewnego tylko stopnia determinuja funkcjonowanie ludzi w pozniejszych okresach zycia (por. Stowe i Cooney 2015). Zainspirowani teorią cyklu zycia Stowe i Cooney postuluja

konstruowanie inkluzywnych oraz dynamicznych podejść, które nie ignorują różnic w doświadczaniu procesu starzenia się, a zarazem wykraczają poza czysto indywidualistyczną perspektywę. Ich zdaniem należy zwracać uwagę na takie aspekty starzenia się, jak (Stowe i Cooney 2015: 46–48):

- kontekst historyczny, na przykład zastane warunki społeczne, odmienne doświadczenia młodości i dorastania, zmienne w czasie stereotypy dotyczące starości;
- powiązaną z powyższym kulturę i miejsce życia, które kształtują postawy oraz oceny ludzi, na przykład subiektywną ocenę poziomu własnego zdrowia, posiadaną hierarchię wartości, w tym przekonania dotyczące pomyślnego życia oraz sukcesu;
- rola państwa i obowiązujące prawa, na przykład zasady systemu emerytalnego, polityki senioralnej czy zatrudnienia, jakość opieki zdrowotnej, formy finansowego i pozafinansowego wsparcia osób starszych;
- struktura społeczna, w tym sytuacja rodzinna, jakość utrzymywanych relacji oraz poziom wykształcenia danej osoby.

Wypunktowane zagadnienia zostały uwzględnione w moim omówieniu zjawiska silver gamingu, gdyż ważne dla mnie są nie tylko osobiste doświadczenia konkretnych seniorów, ale też szersze społeczno-kulturowe oraz historyczne czynniki wpływające na to zjawisko, co ma odzwierciedlenie w doborze przeanalizowanych teorii i materiałów zastanych, opisanej w rozdziale metodologicznym strukturze badania terenowego, a także treściach przeprowadzonych wywiadów, gdyż wspomniane wątki w różnym zakresie były poruszane zarówno przez grających seniorów, jak i zaangażowanych w mój projekt badawczy edukatorów czy przedstawicieli instytucji senioralnych.

Pomyślne starzenie się może być rozpatrywane na innych niż proponowane przez Rowe'a i Kahna płaszczyznach. Wyjaśnia to Ann Bowling, która dokonała przeglądu literatury poświęconej temu procesowi, a następnie przedstawiła pięć kategorii definicji kładących nacisk na odmienne jego aspekty (Bowling 2007: 266–274):

1. Funkcjonowanie społeczne – ta klasa definicji pomyślnego starzenia się zawiera kategorie towarzyskiego zaangażowania, podejmowanych ról społecznych, partycypacji, podtrzymywanych kontaktów i wymian, w tym pozytywnych relacji interpersonalnych.



2. Satysfakcja z życia – zazwyczaj definicje odnoszą się do odczuwanego entuzjazmu, determinacji do rozwiązywania problemów, hartu ducha, zależności pomiędzy pożądanymi a zrealizowanymi celami, przyjętej koncepcji siebie, a także nastroju, w tym poczucia szczęścia.
3. Zasoby psychologiczne – na tę kategorię składają się definicje wskazujące na dostępne zasoby umożliwiające rozwój osobisty: kreatywność, skuteczność, niezależność, autonomia, zdolność radzenia sobie ze stresem, poczucie sensu, samoakceptacja czy poczucie własnej wartości.
4. Zagadnienia biomedyczne – w takim podejściu pomyslnie starzenie się jest definiowane poprzez optymalizowanie długości życia i minimalizowanie strat poznawczych oraz fizycznych. Najczęściej są one mierzone przy użyciu takich wskaźników, jak: długowieczność, brak niepełnosprawności lub chorób przewlekłych, dobry stan zdrowia, występowanie czynników zwiększających ryzyko chorób, profilaktyka zdrowia, wysoki stopień niezależności w sferze aktywności fizycznej (w tym dobra kondycja i mobilność) czy wreszcie wysoki poziom aktywności mentalno-poznawczej (wigor, sprawność poznawcza).
5. Potoczne poglądy – ta kategoria odnosi się do badań, w których definicje pomyslnego starzenia się były wywiedzione z poglądów osób starszych. Dzięki temu możliwe jest sprawdzenie, czy modele wytwarzane przez naukowców korespondują z normami ważnymi dla badanych. W innym wypadku teoretyczne koncepcje mogą reprodukcować kulturowe oczekiwania względem osób starszych<sup>14</sup>.

Zdaniem Bowling proces pomyslnego starzenia się zależy od kilku czynników, dlatego powinno się unikać jednowymiarowych jego ujęć teoretycznych czy badawczych, szukając raczej podejść integrujących kilka perspektyw (Bowling 2007: 274). Uważa ona, że model pomyslnego starzenia się powinien być wielowymiarowy, postrzegany jako kontinuum, wolny od dychotomicznych kategorii pomyslności i niepomyślności, uwzględniający potoczną perspektywę seniorów, a także być „czułym” na możliwe różnice w pomyslnym starzeniu się czy odmiennie wyznawane wartości w różnych kulturach (Bowling 2007: 275). Jak już wcześniej to

---

<sup>14</sup> Podobne nastawienie towarzyszyło mi podczas realizacji niniejszego projektu. Zgromadzone w trakcie wywiadów opinie srebrnych graczy stanowiły podstawę formułowanych wniosków o roli gier cyfrowych w życiu polskich seniorów. Takie podejście nie tylko zapewnia mocne osadzenie wyników badań w realiach życia rozmówców, ale pomaga też uniknąć skrajnych (tj. przesadnie pesymistycznych bądź optymistycznych) wizji roli gier cyfrowych w życiu srebrnych graczy.



zasygnalizowałem, w książce przyjmuję wielowymiarowe podejście do roli gier cyfrowych w życiu osób starszych, starając się w praktyce realizować sugestię Ann Bowling. O ile nie próbuję (re)definiować pojęcia pomyślnego starzenia się czy tworzyć nowego modelu, o tyle skupiając się na konkretnym temacie obecności gier cyfrowych w życiu ludzi starszych, odwołuję się do kilku różnych wymiarów możliwego ich oddziaływania na szeroko rozumiany dobrostan i aktywność seniorów. W dalszych rozważaniach, a także w przeprowadzonych badaniach, próbuję osadzić praktykę grania w szerszym kontekście społecznym, historycznym i biograficznym konkretnego rozmówcy, tworząc pewne logiczne kontinuum. Unikam przy tym sugestii czy podziałów na pomyślne (z grami) i niepomyślne (bez gier) wzorce postępowania. Wreszcie wystrzegam się przesadnego teoretyzowania, w dużej mierze „oddaję” głos srebrnym graczom, uwzględniając tym samym ich punkt widzenia, odmienne style postępowania i realizacji praktyki grania, a także kulturową (w tym przypadku polską) specyfikę.

### 1.5. Rola edukacji w pomyślnym starzeniu się

Jedną z możliwych ścieżek realizacji modelu pomyślnego starzenia się jest zaangażowanie w edukację, w kontekście osób dorosłych określaną mianem uczenia się całożyciowego (LLL – *lifelong learning*), a w odniesieniu do osób starszych – uczenia się na późniejszych etapach życia (*later life learning*) (Novikova 2015: 64), w którego ramach zakłada się ciągle rozwijanie kompetencji i wiedzy jednostki w toku jej życia (Aleksander 2003: 985). Robert J. Kidd, jeden z pierwszych teoretyków kształcenia ustawicznego – obejmującego całe życie człowieka, a obecnie kojarzonego raczej z pozaformalnym doskonaleniem zawodowym osób dorosłych – przedstawił trzy jego wymiary (por. Półturzycki 2006):

- pionowy – obejmuje kolejne szczeble formalnego systemu oświaty od przedszkola po uczelnie wyższe;
- poziomy – dotyczy wszelkich niezależnych od trybu formalnego prób poszerzania wiedzy oraz kompetencji, zarówno w ramach instytucji, jak i indywidualnej aktywności człowieka;
- w głąb – odzwierciedla całożyciową postawę otwartości na działania edukacyjne i samokształcenie, umożliwiające zdobywanie wiedzy i rozwijanie kompetencji, co wyraża się w stylu życia nastawionym na pogłębianie zainteresowań intelektualnych czy podtrzymanie ciekawości poznawczej.

Perspektywę Kidda warto rozszerzyć o poglądy innego teoretyka edukacji, Davida Livingstone'a, który zaproponował trzy typy aktywności edukacyjnych, akcentujące odmienne stopnie ich sformalizowania, zorganizowania oraz instytucjonalnego uwikłania. Livingstone zauważa, że edukację możemy dzielić na: edukację formalną (dominująca pozycja nauczyciela, wystandaryzowane programy nauczania i formy weryfikacji wiedzy oraz kompetencji, np. kursy akademickie), edukację pozaformalną (nauczyciel towarzyszy dorosłym, którzy dobrowolnie angażują się w systematyczne i zorganizowane przedsięwzięcia pozwalające na opanowanie danego obszaru wiedzy czy kompetencji, są to zazwyczaj kursy, szkolenia, studia podyplomowe czy w ramach uniwersytetów trzeciego wieku, często zakończone jakąś formą certyfikacji) oraz edukację nieformalną (wciąż realizowaną w ramach instytucji i przy wsparciu nauczyciela, ale bez wyraźnie określonego programu i sposobu weryfikacji wiedzy bądź kompetencji, przykładem mogą być kluby dyskusyjne czy wycieczki edukacyjne) (por. Livingstone 2001: 3–4). Natomiast aktywności edukacyjne pozbawione eksperckiego nadzoru (nauczyciela, mentora, tutora itp.), realizowane poza instytucjami (czyli w ramach codziennych aktywności człowieka), a także w sposób spontaniczny (bez podążania za określonym schematem, np. programem nauczania), zostały określone przez Livingstone'a jako uczenie się nieformalne – realizowane indywidualnie (samokształcenie) lub zbiorowo – nieformalne uczenie się w grupie (Livingstone 2007: 3). Zasadniczo skupiam się dalej na praktyce nieformalnego uczenia się starszych graczy, a w mniejszym stopniu edukacji pozaformalnej i nieformalnej, których nie rozdzielałam z uwagi na moje dość ogólne zainteresowanie tym wymiarem kształcenia osób starszych.

Łatwo zauważyć, że przechodzenie od edukacji formalnej ku samokształceniu związane jest z przeniesieniem odpowiedzialności na osobę uczącą się zarówno w zakresie efektów takiego procesu, jak i wypracowania oraz podtrzymania intencji do zdobywania wiedzy czy kształtowania kompetencji. Okazuje się, że i w tym wymiarze – na podobną zależność już wskazywałem w kontekście dobrostanu psychofizycznego osób starszych – znaczenie mają wcześniejsze doświadczenia. Jak zauważa Zofia Szarota, to, jak człowiek żyje na wcześniejszych etapach życia, wpływa także na szersze postawy, w tym chęć do nauki (Szarota 2022: 291):

Preferencje w zakresie uczenia się osób starszych są wynikiem ich przygotowania do samokształcenia, wcześniejszych doświadczeń w zakresie treningu edukacyjnego, zdolności wyjściowych, stanu zdrowia i są pochodną ich potrzeb, motywacji oraz zainteresowań.

Wieloletnie doświadczenia płynące z realizacji programu Szkoła Aktywnego Seniora „S@S”, realizowanego od 2007 roku przez Towarzystwo Polsko-Niemieckie w Krakowie (TPNK) i Wojewódzką Bibliotekę Publiczną w Krakowie (WBP) potwierdzają tę obserwację, ponieważ jak wynika z przeprowadzonych analiz (Jedlińska 2013: 134–135):

- osoby aktywne przez całe życie wykazują większą chęć do kontynuowania działania również w trzeciej fazie swego życia;
- osoby, które zakończyły karierę zawodową, są gotowe podzielić się zgromadzoną wiedzą i doświadczeniem życiowym ze społeczeństwem i szukają stosownych możliwości zaangażowania się, aby brać udział w rozwoju swych społeczności;
- zaangażowanie się w działania społeczne wynika z chęci podniesienia jakości swojego życia oraz unikania izolacji i osamotnienia;
- dzięki zaangażowaniu się seniorów w aktywności różnego typu podnosi się odczuwane przez nich poczucie własnej wartości.

Z powyższych ustaleń wynika, że źródeł aktywności seniorów można się doszukiwać już na wcześniejszych etapach ich życia, co odzwierciedla wymiar edukacji „w głąb”. Jednocześnie podtrzymanie otwartej i aktywnej postawy po przejściu na emeryturę zwiększa szanse na to zaangażowanie w różne formy edukacji poziomej, na przykład nieformalne czy pozaformalne projekty realizowane przez rozmaite instytucje senioralne, zapewniając przy tym liczne korzyści w wymiarze indywidualnym, ale też społecznym.

Takie kompleksowe formy wsparcia oferują uniwersytety trzeciego wieku (UTW), które w 2020 roku obchodziły 45-lecie istnienia w Polsce (por. Boruckowska 2020), realizując wiele istotnych zadań jako swoiste „centra kulturalno-edukacyjno-animacyjne” dla seniorów (Malec Rawiński i Zakowicz 2018: 155). Te instytucje integrują środowiska seniorek i seniorów na wielu poziomach (lokalnym, ponadlokalnym, krajowym), umożliwiając osobom starszym zaspokajanie licznych potrzeb (m.in. samorozwoju), stanowią przestrzeń kontaktów z rówieśnikami, stwarzają okazje do kontynuowania edukacji oraz angażowania się w inicjatywy międzypokoleniowe czy przyczyniają się do rozwoju wolontariatu, a tym samym do upowszechniania idei uczenia się przez całe życie (Malec Rawiński i Zakowicz 2018: 155–156). Jednakże dostępne dane uświadomiamy ograniczony zasięg tego rodzaju działań, ponieważ edukacja osób starszych na polskich UTW ma charakter elitarny i sfeminizowany – na zajęcia uczęszcza zaledwie około 1% wszystkich polskich seniorów i w zdecydowanej większości są to kobiety (Pikuła 2020: 184). Oczywiście wiele zadań z zakresu aktywizacji

i edukacji osób starszych jest realizowanych przez inne – nie zawsze tak bezpośrednio ukierunkowane na tę kategorię obywateli – organizacje pozarządowe, którym poświęcam więcej miejsca w dalszych rozważaniach.

Podjęcie próby wykorzystania gier cyfrowych na późniejszym etapie życia może być ujmowane jako przejaw otwartej postawy i gotowości do całościowego uczenia się. Dlatego ważne jest, aby osoby starsze wykazujące takie nastawienie miały dostęp do wiedzy, narzędzi oraz ekspertów umożliwiających im realizację tego zainteresowania. Potrzeba całościowego kształcenia związana jest także z kondycją współczesnego świata, w którym przyspieszeniu ulegają zmiany technologiczne, trendy społeczne oraz tempo życia ludzi (Rosa i Chabrajska 2012: 83–89). Skala przemian oczywiście wykracza poza poruszany w tym projekcie obszar cyfrowej rozrywki, jednak nie da się ukryć, że na srebrnym rynku dóbr i usług zdecydowanie łatwiej odnaleźć można materiały szkoleniowe czy warsztaty poświęcone obsłudze komputera (w tym internetu) lub urządzenia mobilnego (zazwyczaj telefonu bądź smartfonu, ewentualnie tabletu) niż gier lub konsol, co jest efektem zarówno przemożnego wpływu urządzeń telekomunikacyjnych na funkcjonowanie ludzi w realiach otaczającej nas rzeczywistości hybrydowej, ale też decyzji podejmowanych podczas tworzenia oferty edukacyjnej. Szerzej wątki te opisuję w dalszej części książki, natomiast w tym miejscu zapowiem jedynie, że polscy seniorzy nie mogą obecnie liczyć na dostosowane do ich potrzeb i powszechnie dostępne przedsięwzięcia edukacyjne, umożliwiające im rozwój wiedzy i kompetencji niezbędnych do realizacji roli srebrnego gracza.

Kwestia ta zyskuje na znaczeniu nie tylko wobec postępującej cyfryzacji rzeczywistości, ale także w świetle wyzwań będących efektem ogólnoświatowej pandemii COVID-19, która z jednej strony wyeksponowała wciąż obserwowany problem zapóźnienia cyfrowego niektórych Polek i Polaków, a z drugiej wymusiła poważne zmiany w zakresie wdrażania nowych form zdalnej komunikacji, pracy i zabawy. W kontekście edukacji osób starszych problem ten dotyczy wielu organizacji, w tym wspomnianych uniwersytetów trzeciego wieku. Wobec konieczności zawieszenia zajęć stacjonarnych pojawiła się niespodziewana na taką skalę potrzeba realizacji zdalnych wykładów, dyskusji czy warsztatów, co okazało się problemem nie tylko dla edukatorów, ale przede wszystkim dla osób starszych – niekiedy wciąż pozbawionych stabilnego łącza internetowego, odpowiedniego sprzętu czy wystarczających zasobów kompetencyjnych (por. Boruckowska 2020). Jednak te twarde lub miękkie bariery w dostępie do zasobów kultury cyfrowej to niejedyny możliwy problem. Kłopotliwe jest też niedostosowanie tematyki zdalnie oferowanych zajęć do zainteresowań seniorów czy też brak

możliwości organizacji bezpośrednich spotkań towarzyskich, co zdaniem przedstawicieli UTW jest na tyle istotne dla osób starszych, że niektórzy postanowili ograniczyć lub nawet czasowo zawiesić podejmowaną aktywność w ramach tych instytucji (por. Boruckowska 2020). Ujawniają się tu nowe wyzwania, ale jednocześnie szanse na – niestety do pewnego stopnia wymuszone – zaangażowanie starszych osób w cyfrowy wymiar rzeczywistości, którego istotny element stanowią współcześnie gry cyfrowe.

## 1.6. Czy przestaniemy się starzeć?

Na koniec tych ogólnych i wprowadzających rozważań wokół starości i starzenia warto spojrzeć na te fenomeny z nieco mniej oczywistej perspektywy, która także odwołuje się do nowoczesnych technologii. Z dostępnych danych wynika, że zjawisko demograficznego starzenia się jest powszechne i na chwilę obecną nieuniknione. Jednocześnie podejmowane są liczne próby wypracowania mechanizmów jego spowolnienia. Z różnym skutkiem próbuje się przywracać utraconą sprawność organizmu, czym zajmują się specjaliści między innymi z zakresu interdyscyplinarnego pola badawczego zwanego medycyną regeneracyjną. Badają oni różne urządzenia i metody z pogranicza inżynierii biomedycznej, medycyny czy biotechnologii, na przykład skuteczność nowatorskich wyrobów medycznych, a także terapii genowych czy opartych na komórkach macierzystych (por. Ostrowska 2017).

Jeszcze dalej w swoich działaniach, czy częściej wizjach, idą zwolennicy transhumanizmu – nurtu myślowego oraz kulturowego, którego fundament stanowi przekonanie o wiodącej roli rozwoju naukowego i technologicznego w spełnianiu najgłębszych ludzkich potrzeb oraz pokonywaniu najważniejszych problemów społecznych (Sand i Jongsma 2016: 292). Dla niektórych wizjonerów, takich jak biogerontolog Aubrey de Grey czy futurolog David Gobel (twórcy Fundacji Methuselah)<sup>15</sup>, celem nie jest spowolnienie starzenia rozumianego jako niepożądany proces ograniczania sprawności oraz potencjału człowieka, ale wręcz całkowite jego zahamowanie lub nawet odwrócenie, co zbliżyłoby ludzkość do spełnienia marzenia

---

<sup>15</sup> Fundacja Methuselah, podobnie jak wiele innych tego rodzaju organizacji (m.in. Immortalist Society czy Alcor Life Extension Foundation), skupia się na badaniach nad szeroko rozumianym przedłużaniem ludzkiego życia oraz odmładzaniem. Więcej o podobnych ideach przeczytać można w monografii zbiorowej *Technokultura: transhumanizm i sztuka cyfrowa* pod redakcją Damiana Gałuszki, Grzegorza Ptaszka i Doroty Żuchowskiej-Skiby (2016).

o nieśmiertelności, a w konsekwencji doprowadziło do wytworzenia się nowego społeczeństwa, które się nie starzeje (tzw. *ageless society*) (por. Sand i Jongsma 2016). W toku licznych transhumanistycznych debat proponuje się różne pomysły na radzenie sobie z problemem starzenia. Prezentowanych podejść jest całkiem sporo i nie ma tu miejsca na ich szczegółowe omawianie, szczególnie że część z nich (np. kryptonika polegająca na krioprezervacji osób, którym współczesna medycyna nie jest w stanie pomóc, lub też transfer świadomości człowieka do urządzeń cyfrowych) znacząco wykracza poza obszar właściwy mojemu projektowi, a także podlega krytyce, na przykład ze względu na redukcjonistyczne i skrajnie technologiczne podejście, powiązania z sektorem komercyjnym czy niedostateczne osadzenie w dowodach naukowych (Sand i Jongsma 2016: 298–303). Co więcej, takie wizje mogą wydawać się mało poważne wobec rosnących obaw względem opisanego już „superstarzenia się” wielu rozwiniętych krajów, natomiast pewne jest, że dla ich ewentualnej realizacji decydujące będą przyszłe odkrycia i postępy w prowadzonych pracach badawczo-rozwojowych.

Wydaje mi się, że obecnie najbardziej prawdopodobne scenariusze to utrzymanie – poprzez farmakologiczne i techniczne wsparcie – trendu wydłużania średniej długości życia ludzi, co paradoksalnie zbliży nas do sytuacji, przeciw której niektórzy transhumaniści występują, czyli zwiększania się liczby osób starych względem młodych w strukturze demograficznej wielu państw. Zapewne w głowach największych wizjonerów jest to jedynie etap przejściowy, który uda się przezwyciężyć dzięki rozwojowi nauki oraz technologii. Niestety nie wiadomo, czy, kiedy i z jakim społecznym skutkiem miałyby to nastąpić. Trudno jednak zakładać, że w przewidywalnej przyszłości uda się odpowiedzieć w sposób twierdzący na pytanie zadane w tytule tego rozdziału. Jednocześnie już dziś obserwowane zmiany powinny nas zachęcić do refleksji i być może redefinicji kluczowych pojęć, w tym starości. Jeśli przyszli 100-latkowie będą funkcjonować w sposób typowy dla dzisiejszych 60-latków, to gdzie przyjdzie nam postawić granicę pomiędzy dojrzałością a – coraz bardziej ucyfrowioną – starością?



## 2. Starzenie się w świecie cyfrowym







Przedstawione wcześniej ogólne rozważania na temat demograficznego starzenia się społeczeństw uświadamiają, że zjawisko to powoduje liczne konsekwencje w niemal wszystkich sferach życia. W niniejszym fragmencie poszerzam tę refleksję o konteksty wynikające z postępującej cyfryzacji, skupiając się przede wszystkim na wątkach ważnych dla rozwoju silver gamingu. Poglębiam się nasycenie rzeczywistości technologiami cyfrowymi jest, moim zdaniem – wraz ze zjawiskiem starzenia się społeczeństw – kolejnym ważnym procesem makrospołecznym, warunkującym przyszłość silver gamingu.

## 2.1. Życie w realiach rzeczywistości hybrydowej

Jak zauważył socjolog i futurolog Lech W. Zacher, funkcjonowanie we współczesnym świecie wiąże się z koniecznością balansowania pomiędzy dwiema równoważnymi sferami – „twardą” (empiryczną, fizykalną, sprawdzalną) i „miękką” (myślaną, informacyjną, ideologiczną, religijną) (Zacher 2009: 32). Przy tym uważał on, że nie da się ignorować zarówno praw świata twardego, a i nie warto pomijać roli świata miękkiego, w którym ludzie funkcjonują tak jak w „realu”, gdyż jawi się on im także jako ten faktyczny, a dzięki rozwojowi technologii cyfrowych (w tym wirtualnej rzeczywistości – VR) mogą oni równolegle funkcjonować w obu tych przestrzeniach – fizycznej oraz wirtualnej (Zacher 2009: 32). Janusz Morbitzer używał podobnych określeń do nazwania dwóch, jego zdaniem współwystępujących, rodzajów wirtualności – miękkiej oraz twardej (Morbitzer 2015: 414–416). Ta pierwsza, pierwotna, ma charakter kulturowy, powstaje jako efekt intelektualnej aktywności ludzi, na przykład w formie myśli, wyobrażeń, marzeń czy wierzeń. Z tego też względu nie wymaga ona zewnętrznych względem biologicznego aparatu poznania (mózgu) technologii dla swojego zaistnienia. Inaczej jest z wirtualnością twardą, która ma charakter technologiczny, ponieważ jest to symulacja rzeczywistości powstająca w efekcie działania narzędzi informacyjnych (komputerów, ekranów itp.) (Morbitzer 2015: 416). O ile wirtualność w sensie miękkim towarzyszyła ludziom od początku istnienia kultury, o tyle dopiero rozwój technologii informacyjno-telekomunikacyjnych umożliwił powstanie wirtualności twardej. Przy

tym obecnie poziom nasycenia rzeczywistości tymi narzędziami jest tak znaczący, że coraz częściej mówi się o braku ostrych granic pomiędzy światem realnym a wirtualnym, które wchodzą ze sobą w płynną relację, tworząc tym samym świat hybrydowy (Morbitzer 2015: 418).

Te technologicznie indukowane przemiany prowadzą do wytworzenia nowego rodzaju kultury, którą Manuel Castells określił mianem kultury realnej wirtualności, będącej systemem, „w którym sama rzeczywistość (tzn. materialna/symboliczna egzystencja ludzi) jest całkowicie schwyтана, w pełni zanurzona w wirtualnym układzie obrazów, w świecie wyobraźsobieże, w którym pozory nie tylko znajdują się na ekranie, za pomocą którego komunikuje się doświadczenie, lecz stają się tym doświadczeniem” (Castells 2007: 378). Innym często przywoływanym w kontekście prowadzonych tu rozważań określeniem jest pojęcie cyberkultury. Jedną z najpopularniejszych i najbardziej wpływowych definicji tego zjawiska stworzył Pierre Lévy – francuski socjolog, autor zamówionego przez Radę Europy raportu z roku 1997 o stanie cyberkultury (por. Macek 2005). W rozumieniu proponowanym przez Lévy’ego cyberkultura jest „zbiorem technologii (materialnych i intelektualnych), praktyk, postaw, sposobów myślenia i wartości, które rozwijały się wraz z rozwojem cyberprzestrzeni” (Lévy 2001: XVI). Z kolei cyberprzestrzeń (*cyberspace*) określił Lévy jako: „nowe medium komunikacyjne, które powstało w wyniku globalnego połączenia komputerów (Lévy 2001: XVI). Chodzi tu więc o sieć (*network*) czy też po prostu internet, który stanowi materialną podstawę do powstania cyberprzestrzeni. Jednak Lévy zwraca uwagę nie tylko na informacje przekazywane w sposób zapośredniczony w ramach cyberprzestrzeni, a także nawigujących w niej ludzi, którzy tych informacji dostarczają (Lévy 2001: XVI).

Postępujące ucyfrowienie – które można rozumieć zarówno jako proces nadawania postaci cyfrowej danym analogowym (digitalizacja), jak i upowszechnienie technik cyfrowych i infrastruktury elektronicznej (por. Bloomberg 2018) – pociąga za sobą wiele zmian o charakterze mikro-, mezo- i makrospołecznym. Można tu przywołać liczne nazwiska uznanych badaczy, jak Daniel Bell, który niedługo po II wojnie światowej wskazywał na wzrastające znaczenie informacji jako kluczowego zasobu w powstających społeczeństwach poprzemysłowych, co aktualnie można na nowo odczytywać w kontekście pogłębiającej się zależności od cyfrowych technologii przetwarzania informacji, na co szczególnie wpływ miała pandemia COVID-19, stanowiąca swego rodzaju „test” dla tez o powstaniu tego typu społeczeństw (por. Duff 2020). Masowe przeniesienie wielu codziennych obowiązków, pracy

zarobkowej, systemu edukacji czy form zabawy do sfery online, przy jednoczesnym wzmocnieniu mechanizmów zdalnej kontroli nad obywatelami, mogą budzić uzasadnione obawy o rozrost społeczeństwa nadzorowanego, będącego odwrotnością społeczeństwa informacyjnego (por. Duff 2020). Także w sferze zabaw i aktywności wolnoczasowych od dekad obserwuje się postępującą cyfryzację ich form, w efekcie czego ludzie częściej wchodzi w interakcje z innymi osobami w przestrzeni wirtualnej kosztem fizycznej (por. Jenkins 2006).

W celu zachowania poznawczej równowagi warto odnotować, że pomimo bezprecedensowego przyspieszenia tempa rozwoju oraz popularyzacji nowych mediów elektronicznych – przykładowo od 2000 roku zanotowano wzrost liczby internautów o prawie 1400%, a na koniec 2021 roku było ich prawie 5,4 miliarda, co stanowiło 67,9% światowej populacji (por. Internet-WorldStats 2023) – wciąż na mapie globu można zauważyć „ciemne plamy”, gdzie rzeczywistość ma wymiar przede wszystkim „twardy”, a wirtualność wciąż głównie „miękki”. To sformułowanie należy rozumieć całkowicie dosłownie. Chodzi o gromadzone przez NASA nocne zdjęcia satelitarne, na których Ziemia przypomina ciemną plamę miejscami rozświetlaną głównie antropogenicznymi źródłami światła w najbardziej zurbanizowanych i zelektryfikowanych miejscach (NASA 2019: 27). Już pierwsze spojrzenie na te fascynujące fotografie uświadamia, że rozwój tak kluczowego elementu infrastruktury, jak sieć elektroenergetyczna nie przebiega równomiernie w skali globalnej. Potwierdzają to dane o poziomie dostępu ludności do energii elektrycznej, które po nałożeniu na mapę niemal pokrywają się ze zdjęciami NASA. Co prawda, od ponad 20 lat notuje się poprawę sytuacji, ale jeszcze w 2014 roku aż 15% ludzi na świecie nie miało dostępu do energii elektrycznej, szczególnie na obszarach wiejskich (por. EIA 2017). Z tej perspektywy sięganie po gry cyfrowe, szczególnie przez osoby starsze, jawi się jako pewnego rodzaju przywilej.

Trudno zostać obywatelem cyfrowego świata bez dostępu do elektryczności, a co za tym idzie internetu oraz technologii symulacji – czy to z powodu ubóstwa, infrastrukturalnego zapóźnienia, czy też sytuacji kryzysowych, takich jak wojny lub klęski żywiołowe. Jednak zasadniczo współczesny człowiek musi dzielić swój czas i uwagę na dwa obszary wspomnianej rzeczywistości hybrydowej. Co więcej, jak zauważa Piotr Celiński, medioznawca i badacz kultury cyfrowej, wszystko, co wychodzi ponad bazowy poziom zmatematyzowanego języka reguł cyfrowego świata i elektryczności będącej ich nośnikiem, jest „polityczne, wchodzi w reakcję z istniejącym systemem – staje się kwestią ekonomii zasobów kultury,

społecznego systemu ról komunikacyjnych, regulacji prawnych” (Celiński 2013: 47). Przenosząc to na poziom indywidualnych relacji jednostek z technologiami, możemy określić te zasoby mianem kompetencji i w zależności od przyjmowanej perspektywy teoretycznej dookreślić jako kompetencje medialne bądź cyfrowe.

Jak zauważa psycholog i medioznawca Grzegorz Ptaszek, przez lata równolegle rozwijano różne modele teoretyczne – z czasem nakładające się na siebie – budowane na dwóch wizjach kompetencji niezbędnych do sprawnego funkcjonowania w realiach społeczeństwa informacyjnego: kompetencji medialnych (*media literacy*) oraz kompetencji cyfrowych (*digital literacy/digital competence*) (Ptaszek 2019: 137). Ptaszek wykazuje, że ekspertom wciąż nie udało się wypracować jednolitego stanowiska względem definicji obu pojęć, jak i ich zakresu znaczeniowego (Ptaszek 2019: 135–155). Na podstawie analizy licznych publikacji przedstawia on cztery podejścia do kompetencji cyfrowych oraz kilka podobieństw pomiędzy istniejącymi modelami kompetencji medialnych (tab. 2).

**Tabela 2.** Popularne podejścia do kompetencji cyfrowych oraz podobieństwa odmiennych koncepcji kompetencji medialnych

Kompetencje cyfrowe	Kompetencje medialne
<ul style="list-style-type: none"> <li>– Skoncentrowane na umiejętnościach technicznych, które umożliwiają posługiwanie się nowymi technologiami informacyjno-komunikacyjnymi (ICT).</li> <li>– Skoncentrowane na umiejętnościach informacyjnych, pozwalających na odczytywanie, wyszukiwanie, ocenę oraz krytyczne rozumienie informacji przekazywanych za pomocą mediów cyfrowych.</li> <li>– Skoncentrowane na umiejętnościach społeczno-kulturowych, dzięki którym jednostki mogą skutecznie funkcjonować w cyfrowym społeczeństwie, zaspokajając przy tym różne swoje potrzeby, rozwijać się i realizować odmienne cele prywatne oraz zawodowe.</li> <li>– Integrujące wszystkie ww. umiejętności, co określa się mianem podejścia holistycznego</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Ich główny komponent stanowią krytyczne rozumienie przekazu (informacji czy tekstu) oraz jego ocena.</li> <li>– Istotne są także umiejętności techniczne, w tym w zakresie obsługi urządzeń i ich wykorzystania.</li> <li>– Wagę przywiązuje się także do umiejętności tworzenia zróżnicowanych przekazów medialnych.</li> <li>– Coraz większe znaczenie przypisywane jest też umiejętnościom wykorzystania technologii informacyjno-komunikacyjnych, umożliwiających społeczne funkcjonowanie jednostek i ich zaangażowanie w życie społeczne czy obywatelskie, co wynika ze wzrastającej interaktywności i konwergencji mediów</li> </ul>

Źródło: opracowanie własne na podstawie (Ptaszek 2019: 140, 143)

W związku z brakiem jasno wytyczonych granic pojęciowych, a także występowaniem odmiennych modeli kompetencji i składających się na nie obszarów, trudno o jednorodność badaczy także w zakresie wzajemnych relacji pomiędzy omawianymi tu pojęciami (Ptaszek 2019: 152). Grzegorz Ptaszek wyróżnia dwa podejścia: ekskluzywne oraz inkluzyjne. W tym pierwszym wąsko ujmuje się kompetencje medialne jako jeden z komponentów kompetencji cyfrowych, na który składają się umiejętności krytycznego rozumienia, tworzenia czy rozpowszechniania przekazów medialnych przez różne kanały informacyjne (Ptaszek 2019: 152). Z kolei w preferowanym przez Ptaszka podejściu inkluzywnym kompetencje medialne są nadrzędne względem cyfrowych, a przewaga tego podejścia nad poprzednim ma wynikać przede wszystkim z przyjmowania szerokiego rozumienia pojęcia „mediów” (jest odnoszone zarówno do tradycyjnych mediów masowych, jak i nowych kanałów informacyjno-komunikacyjnych, w tym mediów społecznościowych), możliwości podejmowania przez użytkowników wielu – także pozainformacyjnych czy niekoniecznie technologicznych – praktyk społecznych (np. twórczej ekspresji, komunikowania, nawiązywania relacji, zabawy czy rozrywki) w przestrzeni nowych mediów cyfrowych czy wreszcie odnoszenia się do szerokiego zbioru mediów (zarówno analogowych, jak i cyfrowych) (Ptaszek 2019: 153–154).

Bez względu na przyjmowane założenia teoretyczne i modele pojęciowe rozwijanie kompetencji wymaga dodatkowego wysiłku, a ich brak może być powodem opisywanego w dalszej części rozdziału cyfrowego wykluczenia, a tym samym wycofania z obszaru współcześnie ważnej, ale poddawanej dynamicznym przemianom cyberkultury. Poziom kompetencji cyfrowych oddziałuje na wiele warstw życia społecznego. W skali makro przekłada się on na rynek pracy oraz rozwój gospodarczy, natomiast w skali mezo – na zakres aktywności obywatelskiej oraz funkcjonowania instytucji publicznych czy wreszcie w skali mikrospołecznej (jednostkowej) decyduje o jakości życia konkretnych osób (Filiciak i in. 2015: 5). Wraz z rozwojem cyberprzestrzeni i jej pogłębiającej się integracji ze sferą fizyczną pojawiają się nowe wyzwania, a co za tym idzie zwiększają się wymogi kompetencyjne na każdej z wymienionych warstw życia społecznego. Obecnie istotnymi pojęciami w debatach nad stanem cyfrowych społeczeństw są między innymi koncepcje zarządzania przez algorytmy, systemów autonomicznych, transparentności czy inteligentnych technologii, co wynika z szybkich przemian społecznych i technologicznych oraz oddziaływania tych ostatnich na funkcjonowanie już nie tylko zwykłych konsumentów, ale także

organizacji czy całych państw (por. Katzenbach i Bächle 2019). Christopher Wylie, autor książki *Mindf\*ck. Cambridge Analytica, czyli jak popsuć demokrację*, demaskuje mechanizmy działania algorytmów i opartych na nich mediów społecznościowych, zadając przy tym wymowne pytanie (por. Imponderabilia 2020): „czy umówiłbyś się na randkę ze swoim stalkerem?”. W ten sposób sugeruje występowanie dysproporcji w dostępie do wiedzy między platformami społecznościowymi a ich użytkownikami – medium, działając na zasadzie czarnej skrzynki (algorytmy odpowiadające za funkcjonowanie Facebooka stanowią tajemnicę firmową), przetwarza znaczne ilości często intymnych informacji o swoich użytkownikach. W tym sensie niedostatecznie rozwinięte kompetencje medialne czy cyfrowe narażają na mniej lub bardziej uświadomioną utratę cyfrowej tożsamości, prywatności oraz kontroli nad własnymi danymi. Zresztą te ostatnie stanowią wyjątkowo cenny towar w epoce *big data* i postępującej danetyzacji, która jest „zamianą w dane tego wszystkiego, co nie jest zapisane w taki sposób” (Żulicki 2017: 184). Bodaj najbardziej aktualnym przykładem tego zjawiska jest proces budowy rozwiązań AI (*Artificial Intelligence*), w tym tak zwanych inteligentnych chatbotów (np. ChatGPT, Google Bard), działających na podstawie wymagających ogromnych ilości danych modeli NLP (*Natural Language Processing*), które nie zawsze są pozyskiwane w sposób niebudzący wątpliwości (por. Dave 2023). To kolejny przykład technologicznego przyspieszenia, które generuje zarówno rozwojowe szanse, jak i szereg nowych zagrożeń, szczególnie niebezpiecznych dla osób kompetencyjnie nieprzygotowanych.

Wszystkie te zjawiska – i wiele innych z konieczności pominiętych – dotyczą ludzi bez względu na wiek. Jednocześnie w przypadku osób starszych rozwój kompetencji związanych z obsługą urządzeń cyfrowych i krytycznym odbiorem informacji zdaje się szczególnie ważny, ponieważ z jednej strony wciąż jest to grupa najbardziej narażona na wykluczenie cyfrowe, które stanowi jeden z problemów społecznych osób starszych w Polsce po 1990 roku (Czaja 2016: 154), a z drugiej na zagrożenia wynikające z samej swojej obecności w tak trudno dziś pomijalnej cyberprzestrzeni (Munteanu i in. 2015: 2). Osoby starsze, wchodząc w świat cyfrowy, mogą być nieświadome wielu nowych dla nich zagrożeń – związanych z ochroną danych osobowych czy elektroniczną komunikacją lub bankowością – a także bagatelizować ryzyko, co w połączeniu z niedostatecznym poziomem rozumienia technologii oraz ograniczonymi możliwościami adaptacji stwarza szczególnie niekorzystną koincydencję warunków brzegowych (por. Garg i in. 2012). Są to niepokojące informacje w perspektywie bezpieczeństwa cyfrowego osób starszych, gdyż,



jak zauważył Błażej Jewartowski z Wyższej Szkoły Policji w Szczytnie (Jewartowski 2016: 209):

Rozwój techniki dał praktycznie nieograniczone możliwości komunikacji pomiędzy ludźmi. Posiadanie środków łączności i informatyki jest bardzo powszechne. Zainteresowanie nowinkami technicznymi możemy zaobserwować nie tylko wśród osób młodych, obawę przed wykorzystaniem chociażby telefonu komórkowego przełamali także seniorzy. Niestety, nieznamomość zasad bezpiecznego wykorzystania dobrodziejstw współczesnej techniki i swego rodzaju naiwność osób w podeszłym wieku w wykorzystywaniu tych narzędzi generuje zagrożenie przestępczego wykorzystania tych osób. Dotyczy to zarówno przestępstw noszących znamiona oszustwa, jak również tych, w których znamiona oszustwa i kradzieży występują wspólnie.

Temat szczególnie zyskał na aktualności ze względu na wzrost znaczenia cyfrowych technologii telekomunikacyjnych w dobie pandemii COVID-19, kiedy to osoby starsze były nie tylko narażone na znane już zagrożenia (np. wyłudzenie środków pieniężnych tzw. metodą na wnuczka i podobnymi, które w niedalekiej przyszłości mogą być tylko usprawnione dzięki narzędziom AI), ale także zupełnie nowe, wynikające z niekiedy przymusowego zaangażowania w cyfrowe formy załatwiania wielu istotnych spraw (nie tak dawno, bo w 2021 roku, był to z pewnością Narodowy Spis Powszechny). W tym kontekście niepokojące mogą być dane publikowane przez Eurostat, z których wynika, że kompetencje cyfrowe<sup>16</sup> polskich seniorów są oceniane wyjątkowo słabo, gdyż na 27 państw członkowskich jedynie w Bułgarii oraz Rumunii odnotowano niższy ich poziom w 2019 roku (por. Eurostat 2020).

Prezentowane tu przemiany wiodących form komunikacji, podobnie jak istotne dla podjętego tematu przekształcenia w zakresie praktyk wolno-czasowych, zachodzą pod wpływem postępu technologicznego. Ten progres u progu społeczeństwa poprzemysłowego zapewnił ludziom dostęp do nowych form rozrywki, a towarzyszące mu zmiany w zakresie systemu aksjonormatywnego wywołały odwrót od etosu opartego na społecznie użytecznej pracy i produkcji dóbr na rzecz zindywidualizowanej konsumpcji dla przyjemności (Wilson 1980: 21). W kolejnych dekadach ten stan rzeczy ulegał pogłębieniu, a także dalszym transformacjom pod wpływem postępującej cyfryzacji rzeczywistości, co nie pozostaje bez wpływu na popularyzację różnorodnych zabaw i gier w życiu ludzi. Dokładniej omawiam to w rozdziale trzecim na przykładzie ludyfikacji kultury.

---

<sup>16</sup> Mierzone na podstawie wybranych zadań wykonywanych na komputerze i w internecie w czterech obszarach umiejętności: informacyjnych, komunikacyjnych, rozwiązywania problemów oraz obsługi oprogramowania (por. Eurostat 2020).



## 2.2. Seniorzy na marginesie cyfrowego życia. Jak jest naprawdę?

Uczestnictwo w cyberkulturze wymaga posiadania opisanych wcześniej kompetencji, a także dostępu do niezbędnego sprzętu. Braki w tych obszarach mogą stanowić przejaw szerszego problemu, jakim jest zjawisko wykluczenia cyfrowego (*digital exclusion*), które można zdefiniować jako wielowymiarowy stan wyłączenia ze świata wirtualnego w wyniku barier o charakterze (Tomczyńska 2017: 5–9):

- motywacyjnym (mentalne bariery i niechęć do nowych technologii, np. lęk przed rejestracją w usłudze, ale też brak poczucia potrzeby skorzystania z technologii ICT);
- materialnym (brak możliwości zakupu niezbędnego sprzętu oraz oprogramowania w efekcie ubóstwa bądź nierozwiniętej infrastruktury);
- kompetencyjnym (niedostatki umiejętności obsługi technologii informacyjno-komunikacyjnych, np. niewiedza w zakresie podstawowych operacji możliwych do wykonania na urządzeniu);
- użytkowym (ograniczenie użycia technologii do głównie jednego celu, np. komputera tylko do przeglądania skrzynki pocztowej).

Jak się okazuje, problem cyfrowego wykluczenia jest złożony, a zarazem istotny z perspektywy podjętej problematyki, ponieważ niedostateczne umiejętności lub też brak dostępu do urządzeń elektronicznych (komputerów, konsol czy smartfonów), mogą być traktowane jako fundamentalna przeszkoda do zaangażowania w świat wirtualny, w tym w kulturę gier cyfrowych.

W kontekście osób starszych warto zwrócić uwagę na dodatkowe czynniki ułatwiające bądź częściej utrudniające adaptację technologii cyfrowych. Anna Wanka i Vera Callistl zauważają, że najbardziej wpływowe podejścia do badania zależności pomiędzy technologiami i procesem starzenia się wywodzą się z trzech paradygmatów: teorii racjonalnego wyboru, teorii strukturalno-instytucjonalnych oraz teorii poststrukturalnych (Wanka i Gallistl 2018: 2). Ogólnie rzecz ujmując, przyjęcie jednej z wymienionych perspektyw pociąga za sobą konsekwencje w postaci odmiennie rozkładanych źródeł adaptacji bądź odrzucenia technologii przez osoby starsze, a co za tym idzie także społecznie konstruowanych rozwiązań problemu cyfrowego wykluczenia. W sporym uproszczeniu są to kolejno: indywidualne decyzje racjonalnie działających jednostek,

które warunkują rzeczywiste użycie danej technologii na podstawie analizy postrzeganej przydatności i łatwości jej użytkowania (co postuluje popularny model TAM – *Technology Acceptance Model* – autorstwa Freda Davisa); zaszyte w strukturze społecznej i zależne od cech społeczno-demograficznych (m.in. wieku) nierówności w dostępie do zasobów czy technologii, które mogą się kumulować już od wczesnego dzieciństwa (co zakłada model CAD – *Cumulative Advantage/Disadvantage* – pierwotnie opisany w klasycznej koncepcji „efektu Mateusza” Roberta Mertona, a do rozważań gerontologicznych przeniesiony przez Dale’a Dannefera); czy też formacje dyskursywne konstruuujące rozumienie starości oparte na ideach sprawczości i dysfunkcji, które urzeczywistniają się przez społeczno-materialne układy i skrypty użycia technologii, czyli – zgodnie z teorią aktora-sieci (ANT) Bruno Latoura – nie-ludzkich aktorów, obdarzonych sprawczością i tworzących wraz z ludźmi sieci wzajemnie oddziałujących na siebie agentów (por. Wanka i Gallistl 2018: 2–6).

Na poziomie analiz empirycznych zmienną, która od lat najmocniej wpływała na poziom zaangażowania badanych w świat cyfrowy, jest ich wiek (Batorski i in. 2012: 50). W 2019 roku 72,8% Polek i Polaków w wieku 16–74 lat deklarowało regularne korzystanie z komputera, przy czym w najmłodszej (16–24 lat) grupie odsetek ten wynosił 95,3%, a w najstarszej (65–74 lat) jedynie 30,6% (GUS 2019a: 146). Podobną tendencję zaobserwowano w odniesieniu do pytania o regularne użytkowanie internetu – 99,3% najmłodszych badanych zadeklarowało korzystanie z zasobów globalnej sieci, a wśród najstarszych było to tylko 33,3% (GUS 2019a: 160). Opisany stan może budzić słuszne wątpliwości związane z potencjałem zaangażowania osób starszych w wirtualny wymiar otaczającej nas rzeczywistości, w tym gry cyfrowe. Rozważając zagadnienie wykluczenia cyfrowego osób starszych, należy wziąć pod uwagę kilka czynników poza samym tylko wiekiem. Krystyna Błęszyńska i Małgorzata Orłowska zwracają uwagę na różnice w doświadczeniu pokoleniowym oraz wykształcenie. Ich zdaniem osoby starsze – a szczególnie te z pokolenia *baby boomers* – miały okazję socjalizować się na podstawie odmiennego rodzaju interakcji społecznych (m.in. większe znaczenie grupy podwórkowej w kształtowaniu kompetencji formalnych oraz komunikacyjnych) oraz w toku licznych doniosłych wydarzeń drugiej połowy XX wieku (m.in. kształtująca poczucie niezależności rewolucja obyczajowa lat 60., doświadczenie samodzielnego odkrywania świata w latach 70., polityczny bunt i społeczna solidarność lat 80. czy ekonomiczne zmagania okresu transformacji w latach 90.) (Błęszyńska i Orłowska 2020: 159–160). Błęszyńska i Orłowska podkreślają, że taki odmienny niż w przypadku młodszych generacji schemat socjalizacyjny

oddziałuje na stopień kompetencyjnej biegłości względem technologii, ale jednocześnie badaczki te są zdania, że poziom i formy zaangażowania w przestrzeń internetu w większym stopniu warunkuje wykształcenie, ponieważ osoby z wyższym wykształceniem częściej i w sposób bardziej zróżnicowany wykorzystują możliwości narzędzi internetowych (Błęszyńska i Orłowska 2020: 163). Te obserwacje potwierdzają dane publikowane przez Główny Urząd Statystyczny i Urząd Komunikacji Elektronicznej w zakresie częstości korzystania z komputerów oraz internetu przez starsze Polki i Polaków (Szadzińska 2021: 34).

Warto rozszerzyć te rozważania na jeszcze jeden istotny wątek, jakim jest opóźniony proces komputeryzacji Polski ze szczególnym uwzględnieniem rozrywkowych zastosowań komputerów. Bartłomiej Kluska (dziennikarz i historyk od lat zajmujący się przeszłością kultury i techniki) oraz Mariusz Rozwadowski (przedstawiciel nieformalnej grupy twórców gier, tak zwanej „demosceny”) w swojej poświęconej temu zjawisku książce *Bajty polskie* zwracają uwagę na szereg czynników, które opóźniły pojawienie się i popularzację urządzeń cyfrowych (komputerów, konsol) w Polsce, co oczywiście miało znaczenie dla procesów socjalizacyjnych osób dziś już dojrzałych bądź starszych. Co prawda, jak wynika z analizy archiwalnych dokumentów dokonanej przez Kluskę i Rozwadowskiego, pierwsze polskie konsole do gier – będące często klonami amerykańskich bądź zachodnioeuropejskich odpowiedników, pozwalających na rozgrywkę w klasycznej grze *Pong* – powstawały już w latach 70. XX wieku, więc niedługo po premierze oryginałów (Kluska i Rozwadowski 2014: 8–20). Jednak jak zauważają autorzy, dopiero od połowy lat 80. następuje istotna zmiana, kiedy to (Kluska i Rozwadowski 2014: 21):

(...) nie tylko garstka wybrańców może poznawać fascynujący świat elektronicznej rozrywki. Dotarcie do kraju mikrokomputerów takich jak ZX Spectrum, Atari XL/XE czy Commodore 64, a co za tym idzie, niemal nieskończonej liczby gier o fantastycznej kolorowej grafice, sprawiło, że młodzi ludzie, zaciekawieni możliwościami dawanymi przez nową technologię, zainteresowali się komputerami.

W innym miejscu dodają (Kluska i Rozwadowski 2014: 36):

Mimo technologicznego zacofania kraj komputeryzował się z mozołem, lecz konsekwentnie, a poziom wiedzy informatycznej w społeczeństwie stale wzrastał. „Krzemowa fala płynie przez Polskę” – pisał z przekonaniem redaktor naczelny „Bajtki”, nawiązując do głośnej futurologicznej pracy Alвина Tofflera. Fali tej nic nie było w stanie zatrzymać.

Rzeczywiście fala technologicznych zmian w Polsce nabrała rozpędu, jednak dogonienie państw lepiej rozwiniętych zajęło lata. Fakt ten doskonale obrazuje ankieta z 1991 roku, w której czytelnicy czasopisma „Top Secret” zostali zapytani o posiadany przez nich sprzęt. Prawie połowa z nich grała wciąż na 8-bitowych komputerach Atari, niemal 20% na Commodore, mniej niż 10% uzyskało Spectrum, niespełna 7% Amiga, a na ostatnim miejscu z wynikiem zaledwie 3% wskazań uplasował się komputer osobisty (PC) (Kluska i Rozwadowski 2014: 116–117). Czytelników „Top Secret”, jednego z pierwszych polskich czasopism poświęconych w całości grom komputerowym, z pewnością można określić mianem „entuzjastów” tego medium. Jednak, jak pokazuje ankieta, prawie połowa z nich w 1991 roku korzystała z komputerów, które miały premierę w Stanach Zjednoczonych już na przełomie lat 70. i 80. XX wieku, co uświadamia skalę zapóźnienia. Niemniej trudno dziś o jednoznaczną ocenę przesunięcia pomiędzy państwami Zachodu a Polską w zakresie adaptacji technologii cyfrowych. Czy możemy tu mówić o dekadzie, a może o pokoleniu, które z racji mocno ograniczonej podaży sprzętu nie mogło na szerszą skalę rozwinąć swoich kompetencji cyfrowych? Niepodważalne jest jednak to, że to zjawisko wystąpiło, a jego niewątpliwa kompensacja w zakresie rozwoju polskiego rynku gier czy popularyzacji technologii cyfrowych niekoniecznie w takim samym zakresie zaszła w odniesieniu do upowszechnienia społeczno-kulturowych praktyk, w tym (silver) gamingu. Różnice widać też w badaniach nad cyfrowym zaangażowaniem Polek i Polaków w stosunku do obywateli pozostałych państw Unii Europejskiej. Według danych Eurostatu, w latach 2008 i 2017 Polska znalazła się pod koniec drugiej dziesiątki państw UE w badaniu odsetka obywateli w wieku 55–64 lat i 65–74 lat, którzy nigdy nie używali komputera (Eurostat 2020). Jeśli więc mówimy o kompensacji, to powinniśmy ją odnosić przede wszystkim do przedstawicieli młodszych generacji.

Należy mieć jednak na uwadze, że w grupie starszych użytkowników komputera oraz internetu obserwuje się w ostatnim okresie wyraźnie pozytywne trendy. W latach 2015–2019 wśród respondentów w wieku 65–74 lat odnotowano wzrost o 10,5 pkt proc. w zakresie regularnego wykorzystywania komputerów oraz o 13,8 pkt proc., jeśli chodzi o regularne korzystanie z internetu (GUS 2019a: 146, 160). Nawet jeśli uznamy, że główną przyczyną tej zmiany jest demograficzny proces wchodzenia w trzeci wiek osób z już rozwiniętymi kompetencjami cyfrowymi, to trzeba zauważyć, że w ten sposób zwiększa się liczba Polek i Polaków zdolnych do wykorzystania możliwości nowoczesnych technologii cyfrowych – w tym gier. Niestety w związku z brakiem pogłębionych analiz wciąż nie wiadomo, w jakim

stopniu starsi obywatele są w stanie zrobić użytek z ludycznego potencjału komputerów, urządzeń mobilnych czy konsol do gier. Innym wskaźnikiem ukazującym rosnący potencjał polskich seniorów do zaangażowania w cyberkulturę jest popularyzacja smartfonów w tej grupie konsumentów. W badaniach GUS z 2017 roku czytamy, że od 2014 roku odsetek użytkowników tych urządzeń wzrósł 4-krotnie (z poziomu 7% do 29,1%) wśród badanych w wieku 55–64 lat i prawie 5-krotnie (z 3% do 14,9%) w grupie wiekowej 65–74 lat (GUS 2017: 165). Te wyniki wpisują się w trendy obserwowane na dojrzalszych rynkach. W raporcie *2020 Tech Trends of the 50+*, za którego realizację odpowiada AARP<sup>17</sup> i Ipsos, czytamy, że w 2019 roku wśród dojrzałych Amerykanów 50+ postępował proces adaptacji takich technologii cyfrowych, jak: smartfony, tablety, urządzenia ubieralne (*wearables*), domowi asystenci/inteligentne głośniki oraz rozwiązań *smart home*, przy czym najszybciej popularyzują się smartfony oraz tablety (Nelson Kakkula 2020: 4). Co ważne, w przypadku tabletów zaobserwowano odmienne preferencje młodszych i starszych konsumentów, ponieważ ci młodszy odchodzą od tego typu urządzeń, a wśród starszych utrzymuje się pozytywny trend ich dalszej adaptacji (Nelson Kakkula 2020: 4).

Wracając na grunt polski, koniecznie należy wspomnieć o wpływie pandemii COVID-19 na poziom cyfrowego zaangażowania starszych obywateli. Pomimo pozytywnych trendów z ostatnich lat zagadnienie cyfrowego wykluczenia zyskało szczególny wymiar w dobie masowego przejścia na zdalne procedury komunikacyjne w związku z pandemią. Wiele instytucji, w tym kluczowych dla osób starszych (np. ZUS, przychodnie zdrowia, banki), wyraźnie ograniczyło możliwości bezpośredniego załatwiania spraw na rzecz kanałów internetowych. W takich realiach osoby niezdolne do podjęcia działań w sferze cyfrowej mogą być narażone na dodatkowe trudności i wzmocnione poczucie społecznej marginalizacji. Kolejne i przedłużające się ograniczenia społecznej mobilności nie tylko pogłębiły problem cyfrowego wykluczenia wśród wcześniej zagrożonych grup (m.in. seniorów, osób

---

<sup>17</sup> AARP to powstała w 1958 roku organizacja działająca na rzecz szeroko definiowanych interesów i dobrostanu osób 50+ w Stanach Zjednoczonych. Do 1999 roku funkcjonowała pod nazwą American Association of Retired Persons (Amerykańskie Stowarzyszenie Emerytów), a po tej dacie przemianowana została na AARP. Warto odnotować, że AARP wykazuje aktywne zainteresowanie problematyką silver gamingu, czego przejawem są nie tylko cytowane dalej badania nad srebrnymi graczami, ale także zorganizowane w kwietniu 2023 roku hybrydowe (stacjonarno-zdalne) wydarzenie pn. „AARP Games Summit”, podczas którego przedstawiciele branży elektronicznej rozrywki, projektanci gier, a także badacze problematyki starości dyskutowali o przyszłości tego zjawiska; por. <https://blog.aarp.org/video-games-summit> (20.11.2023).

z niepełnosprawnościami czy mieszkańców wsi), ale też ujawniły występowanie tego problemu w grupach uważanych za niezagrażone (uczniowie, studenci, pracownicy zdalni) (Szadzińska 2021: 5). W wydanym na początku 2021 roku raporcie Federacji Konsumentów czytamy (Szadzińska 2021: 6):

Seniorzy niekorzystający z ICT, zaspokajając swoje podstawowe potrzeby w tradycyjny sposób, zostali narażeni na zwiększone niebezpieczeństwo zakażenia koronawirusem. W części przypadków wykluczenie cyfrowe spowodowało też, że stali się „niewidzialni”. Dotknęło to np. seniorów, którzy nie potrafili wysłać maila do pracującego zdalnie urzędu czy elektronicznego wniosku o wydanie odpisu dokumentacji medycznej do szpitala.

Warto jednak zauważyć, że część ekspertów widzi w pandemii szansę na wymuszoną aktywizację osób starszych, z których tylko niektórzy znaleźli wsparcie u bliskich w zdalnym załatwianiu spraw, a inni z konieczności postanowili jednak zaangażować się w cyberkulturę (Szadzińska 2021: 32–33). Z pewnością można to traktować w kategoriach nieoczekiwanego i pozytywnego efektu pandemii koronawirusa. W takich realiach trudno skutecznie „praktykę unikania” względem technologii cyfrowych, czyli uciekania przed ich użyciem (Kalinowska 2020: 93). Pierwsze popandemiczne analizy potwierdzają tę zmianę, gdyż przynajmniej część osób starszych (częściej mężczyzn, młodszych tj. między 50. a 70. rokiem życia, lepiej oceniających swój stan zdrowia) zadeklarowało bardziej regularne korzystanie z ICT w takich obszarach jak e-administracja, e-finance i e-handel (por. Jajko-Siwiek 2023).

### 2.3. „Klient nasz pan”, czyli o srebrnej gospodarce

Opisane we wcześniejszych fragmentach zmiany demograficzne z jednej strony są źródłem poważnych obciążeń publicznych systemów opieki zdrowotnej, ubezpieczeń czy rentowo-emerytalnych, z drugiej stanowią fundament dla rozwoju srebrnego rynku (*silver market*) czy też srebrnej gospodarki (*silver economy*). To pierwsze pojęcie jest znaczeniowo węższe i zasadniczo oznacza rynek dóbr materialnych oraz usług skierowanych do seniorów (Wyszkowska 2020: 14). Natomiast szersze rozumienie zakłada, że srebrną gospodarke można traktować jako „ewoluującą w kierunku potrzeb starszej populacji” lub też w ujęciu interwencyjnym ujmować jako obszar praktyk biznesowych, w których ramach kładzie się nacisk zarówno na potrzeby i popyt wśród seniorów, jak i próby zwiększania ich aktywności oraz samodzielności (Golinowska 2011: 76). Dostrzegają to przedstawiciele



biznesu, coraz bardziej otwarci na srebrnych klientów i motywowani rosnącymi potrzebami rynku, powiększającą się grupą zainteresowanych ofertą seniorów czy lepszym zrozumieniem sytuacji i wymagań osób starszych (MękarSKI 2015: 335–336). Co więcej, ważne w kontekście rozwoju srebrnej gospodarki jest otwarte nastawienie i gotowość do wdrażania zmian. Zdaniem Andrzeja Klimczuka wykorzystanie osiągnięć z zakresu gerontologii oraz innowacji społecznych stanowi kluczową („centralną”) część omawianego tu obszaru współczesnej gospodarki (Klimczuk 2016: 42). W takim ujęciu rozwijający się srebrny rynek jawić się może jako wciąż nienasycony obszar potencjalnie opłacalnych – także w dłuższej perspektywie – inwestycji, które mogą generować zyski, ale też stanowić próbę przekształcenia realnych problemów społecznych w konkretne rozwiązania w formie produktów oraz usług wspierających aktywizację czy szeroko rozumiany dobrostan seniorów, a przez to całych – coraz starszych – społeczeństw.

Rynek dóbr i usług skierowanych do starszych klientów już dziś stanowi istotny obszar światowej gospodarki, a jego znaczenie będzie prawdopodobnie rosło w kolejnych dekadach. Według modelowania przeprowadzonego na potrzeby Komisji Europejskiej w 2015 roku wartość srebrnej gospodarki (wyliczona dla obywateli powyżej 50. roku życia) w UE osiągnęła poziom 28,8% PKB Unii (4,2 biliona euro), odpowiadając przy tym za powstanie 35,3% (78 milionów) miejsc pracy (Komisja Europejska 2018: 10). Europejski srebrny rynek stanowiłby w tamtym okresie trzecią największą gospodarkę po amerykańskiej oraz chińskiej, jeśli wziąć pod uwagę zarówno wydatki publiczne, jak i prywatną konsumpcję (Komisja Europejska 2018: 9). Prognozy na kolejne lata są równie optymistyczne, ponieważ w roku 2025 całość rynku dóbr i usług skierowanych do osób 50+ ma osiągnąć poziom 31,5% PKB UE (6,4 biliona euro), a także wygenerować 37,8% (88 milionów) miejsc pracy w całej Wspólnocie (Komisja Europejska 2018: 10). Dane z Polski są oczywiście mniej imponujące, ale w perspektywie postępujących procesów demograficznych pozwalają na optymizm względem rozwoju srebrnego obszaru polskiej gospodarki. Według ankiet przeprowadzonych wśród przedsiębiorców sklasyfikowanych w PKD (Polska Klasyfikacja Działalności) i deklarujących sprzedaż dóbr oraz usług skierowanych do osób 60+ w 2016 roku ich przychody zamknęły się w kwocie 7,6 miliarda złotych (1,8 miliarda euro), przy czym aż 30% tej sumy stanowiły środki publiczne, 46,2% wygenerowano w segmencie usług medycznych, za 17% udziałów odpowiadały podmioty działające na rynku edukacyjno-kulturalnym, a za 9,4% te funkcjonujące w branży finansowej i ubezpieczeń (Wyszowska 2020: 20). Przytoczone dane warto zestawić z informacją o relatywnie niewielkim zainteresowaniu przebadanych

podmiotów ofertą dla seniorów. Pod koniec 2016 roku jedynie 14% z nich deklarowało prowadzenie działalności związanej z produkcją towarów lub świadczeniem usług dla srebrnych konsumentów (Wyszowska 2020: 18). Tak niski wynik pokazuje jednak, że ten obszar polskiej gospodarki ma potencjał do znacznego rozwoju w przyszłości, czemu sprzyjać będzie nieuchronne starzenie się polskiego społeczeństwa.

By lepiej zrozumieć siłę nabywczą starszych osób, warto odnieść się do przytaczanych wcześniej badań zrealizowanych na zlecenie Komisji Europejskiej. W raporcie czytamy, że w 2015 roku w 28 państwach Unii Europejskiej żyło około 199 milionów osób powyżej 50. roku życia (39% całej populacji), które w sumie skonsumowały dobra i usługi wycenione na kwotę 3,3 biliarda euro, natomiast do 2025 roku liczba takich obywateli ma wzrosnąć do 222 milionów, a ich wydatki mają osiągnąć wartość zbliżoną do 5 biliardów euro (Komisja Europejska 2018: 9). Ważną obserwacją z perspektywy podjętej problematyki jest ta dotycząca struktury tych wydatków. Europejscy srebrni konsumenci w porównaniu z młodszymi osobami wydają więcej na kulturę i rekreację, co autorzy raportu wiążą z większą ilością czasu wolnego, jakim dysponują ludzie w późniejszych okresach życia (Komisja Europejska 2018: 9). Podobnie dane z Polski pokazują powoli wzrastającą siłę nabywczą osób starszych. Od niemal dwóch dekad obserwuje się w Polsce stały wzrost zagregowanej wartości wypłacanych rent oraz emerytur. Jest to zmiana z poziomu 64 miliardów złotych (15,1 miliarda euro) w roku 2000 do 211 miliardów złotych (49,8 miliarda euro) w 2018 roku (Wyszowska 2020: 12). Świadczenia wypłacane przez państwo nie stanowią przy tym jedyne źródła kapitału gromadzonego przez starszych obywateli Polski, gdyż należą do nich także oszczędności czy zarobki. Pod koniec 2018 roku prawie 1,75 miliona Polek i Polaków po 60. roku życia wykazywało aktywność na rynku pracy, z czego 708 tysięcy pobierało jednocześnie emeryturę z Zakładu Ubezpieczeń Społecznych (Wyszowska 2020: 12–13). Te dane wpisują się w ogólne trendy. Według przewidywań ekonomistów wiele państw Europy Środkowej i Wschodniej może spodziewać się w latach 2019–2030 wysokich wzrostów w zakresie siły nabywczej obywateli 60+, szczególnie w porównaniu z krajami Europy Zachodniej, gdzie prognozuje się mniej spektakularne zmiany (por. World Data Lab 2019).

Starsze osoby mogą wybierać z coraz bogatszej oferty produktów i usług zaprojektowanych z myślą o ich potrzebach. W literaturze przedmiotu wymienia się wiele segmentów srebrnego rynku, takich jak: srebrna turystyka, czy jej podkategoria określana mianem turystyki gastronomicznej; roboty medyczne, ale też seksualne; budownictwo senioralne czy alternatywne formy opieki (teleopieka, wspólnoty seniorskie lub międzypokoleniowe)



(por. Zsarnoczky 2016a; Ulaniecka 2018; Balderas-Cejudo, Patterson i Leeson 2019; Koumpis i Gees 2020). Na potrzeby prowadzonych analiz Główny Urząd Statystyczny (GUS) przyjął podział srebrnego rynku, który pokazano na rysunku 3.



**Rys. 3.** Wybrane segmenty srebrnego rynku

Źródło: opracowanie własne na podstawie (GUS 2018: 18–19)

GUS proponuje także systematyzację produktów oraz usług w ramach poszczególnych segmentów. Ważne jest wymienienie w segmencie nowych technologii między innymi gier przeznaczonych dla seniorów, których produkcję czy popularyzację mogą wspierać jednostki publiczne poprzez przekazywane podmiotom komercyjnym środki na prace badawczo-rozwojowe (GUS 2018: 19). Jeszcze więcej miejsca grom cyfrowym poświęcono w cytowanym wcześniej raporcie *The Silver Economy*, którego głównym celem było dostarczenie KE kluczowych informacji, niezbędnych dla budowania ram europejskiej Strategii Srebrnej Gospodarki (Komisja Europejska 2018: 6). W tej ważnej publikacji gry zestawiono z robotyką w ramach osobnego segmentu, w którym rozwijane są interaktywne maszyny, integrujące zabawę z opieką nad osobami starszymi lub też utrzymaniem ich zdolności poznawczych, ograniczanych z wiekiem lub w toku postępujących chorób (Komisja Europejska 2018: 33–34). Jako przykład takiego rozwiązania podano między innymi opisywany w rozdziale trzecim projekt „memoreBox”. Jednocześnie autorzy tego opracowania zauważają, że relatywnie rzadziej omawiany jest inny wymiar obecności gier cyfrowych w życiu seniorów, kiedy to oni sami wchodzą w rolę graczy (Komisja Europejska 2018: 34). Ta swego rodzaju

ignorancja ma być widoczna także po stronie producentów gier, którzy mają skupiać się przede wszystkim na młodszych odbiorcach, wciąż nie zauważając ekonomicznego potencjału, jaki drzemie w rosnącej grupie najstarszych miłośników wirtualnych rozgrywek (Komisja Europejska 2018: 34). W dłuższej perspektywie takie podejście może okazać się biznesowo niekorzystne, ponieważ przyszłe sukcesy przedsiębiorstw są uzależnione od ich zdolności reagowania na zmieniającą się charakterystykę konsumentów, co wiąże się z koniecznością rozwoju potencjału firmy oraz zwiększenia dostępności oferowanych produktów (Zsarnoczky 2016b: 108).

Według przewidywań sprzed kilku lat rosnącym zainteresowaniem seniorów cieszyć się będą przede wszystkim produkty ze sfery usług medycznych, nowych technologii oraz czasu wolnego<sup>18</sup> (Szarota 2009: 80). Bez wątpienia postępujące ucyfrowienie rzeczywistości przyspieszyło rozwój technologicznie zależnych gałęzi srebrnej gospodarki, a eksperci sugerują, że z czasem wiele produktów oraz usług skierowanych do starszych klientów przyjmie formę dostosowanych do ich potrzeb technologicznych innowacji (por. Maxwell 2020). Szczególnie biorąc pod uwagę opisane wcześniej otwarcie – także w wymiarze biznesowym – na wykorzystanie nowych technologii w wielu obszarach funkcjonowania osób starszych. Gry projektowane z myślą o seniorach stanowią obecnie innowacyjną niszę (Komisja Europejska 2018: 29–30). Pojęcie niszy rynkowej doczekało się wielu definicji, jednak zazwyczaj wymienia się takie jej aspekty, jak: wąska grupa klientów o specyficznych potrzebach, niewielki rynek, specjalizacja oraz segmentacja, ograniczone zainteresowanie ze strony firm działających na skalę masową oraz mała skala działania na tle całości branży, w której ramach dana nisza zaistniała (Łuzak 2017: 93). Specyfika potrzeb, bez względu na rodzaj oferowanych produktów bądź usług, wymusza na projektantach właściwe rozpoznanie grupy docelowych odbiorców, co szerzej omawiam w kolejnym rozdziale na przykładzie podejścia określanego mianem projektowania zorientowanego na użytkownika (*user-centered design*), które umożliwia tworzenie przyjaznych produktów i usług dla odbiorców w różnym wieku (*age-friendly design*). Ma to uzasadnienie nie tylko z perspektywy konsumentów, ale także producentów, ponieważ traktowanie osób starszych jako jednorodnej, homogenicznej grupy stanowi rodzaj ryzykownej praktyki rynkowej, gdyż może prowadzić do błędnych decyzji na poziomie projektowania, produkcji oraz dystrybucji dóbr lub usług skierowanych do najstarszych klientów (por. Carrigan 1999).

---

<sup>18</sup> Warto jeszcze raz podkreślić, że gry cyfrowe wpisują się w sfery nowych technologii oraz czasu wolnego, a niektóre z nich także w obszar usług medycznych.

Konieczność dostosowywania oferowanych produktów do potrzeb odbiorców dotyczy także branży elektronicznej rozrywki, chociaż starsi gracze mogą pod pewnymi warunkami z powodzeniem sięgać po gry projektowane z myślą o młodszych odbiorcach. Z tego względu możliwe są dwie strategie angażowania seniorów w świat cyfrowej rozrywki: za pośrednictwem (a) dostępnych już produkcji skierowanych do szerokiego grona odbiorców oraz (b) gier przeznaczonych głównie dla osób starszych. W tym miejscu warto zadać sobie pytanie, czy powinniśmy oddzielać grających seniorów od całej reszty użytkowników tego medium? Tworzyć w ramach srebrnej gospodarki specjalne gry dostosowane do starszych odbiorców? Być może takie myślenie wтяacza osoby starsze w nisze, niepotrzebnie oddziela od centrum kultury gier cyfrowych, która zdominowana jest obecnie przez ludzi w średnim wieku? Biorąc pod uwagę inne media – książki, prasę czy filmy – trudno o aż tak wyraźny podział użytkowników ze względu na ich wiek. To zasadne wątpliwości, ponieważ być może wystarczającym w przypadku wielu seniorów podejściem byłoby odpowiednie edukowanie o grach i ich wsparcie w rozwoju kapitału growego<sup>19</sup>?

#### 2.4. Pilot zamiast pada, czyli gry wobec praktyk medialnych seniorów

Większe otwarcie na cyfrowy wymiar współczesnego świata niekoniecznie oznacza, że seniorzy radykalnie zmieniają swoje przyzwyczajenia w zakresie konsumpcji mediów. To dość istotne zagadnienie, ponieważ konsumenci, bez względu na wiek, mogą wybierać z bardzo obecnie bogatej oferty rynku medialnego. W takim ujęciu gry cyfrowe stanowią tylko jedną z propozycji, która w przypadku osób starszych jest zazwyczaj znacznie słabiej rozpoznana niż media tradycyjne. Z jakim rodzajem konkurencji przyszyłoby się grom mierzyć w walce o uwagę, a także do pewnego stopnia pieniądze osób starszych?

Z dostępnych raportów wynika, że wiodącym medium ekranowym wśród starszych obywateli jest wciąż telewizja, chociaż już przed dekadą redaktorzy antologii o wymownym tytule *Zmierzch telewizji?* zwracali uwagę na pogłębiające się różnice w popularności tego medium wśród różnych grup społecznych, a także informowali o nowych praktykach jego użytkowania (Bielak, Filiciak i Ptaszek 2011: 9). Jedną z nich jest multiscreening, który polega na jednoczesnym korzystaniu z więcej niż jednego ekranu do

<sup>19</sup> Rozumienie terminu „kapitał growy” przedstawiam na początku kolejnego rozdziału.

konsumpcji różnych treści, na przykład przeglądania zasobów internetu w trakcie seansu filmowego, do czego według badań IAB Polska przyznaje się zdecydowana większość (90%) ankietowanych (IAB Polska 2019: 5). Jednocześnie wśród internautów widać wyraźny trend wzrostu zainteresowania telewizją wraz z wiekiem. W najmłodszej badanej grupie osób poniżej 34. roku życia oglądanie telewizji zadeklarowało 79% internautów, a wśród najstarszych respondentów 55+ to samo przyznało 88% ankietowanych (IAB Polska 2019: 5).

Interesujących danych dostarcza też 8. edycja raportu *Barometr Bayer*, którego celem było między innymi ukazanie seniorów z perspektywy młodego pokolenia oraz postrzegania młodszych generacji przez osoby starsze. Jedno z analizowanych zagadnień dotyczyło uczestnictwa w kulturze i korzystania z mediów. Z rozkładu odpowiedzi wynika kilka zasadniczych różnic pomiędzy „młodym pokoleniem” a „seniorami”. Osoby starsze wyraźnie częściej deklarowały oglądanie telewizji (76,7% do 47,3%), ale jednocześnie zdecydowanie rzadziej korzystanie z komputera (81,2% do 17,9% na rzecz młodych) (Kantar 2019: 6). Co ciekawe, prasa i radio nie różnicowały w takim stopniu obu grup (Kantar 2019: 6). Jak piszą autorzy opracowania *Bez kabli*, „Polacy nie są narodem nadmiernie rozrywkowym”, a z wiekiem coraz mniej poświęcamy czasu na hobby, częściej kierując swoją uwagę w stronę telewizji (Arak, Bobiński i Wójcik 2015: 11). Podkreślają też, że najstarsze grupy widzów generują wysoki średni czas spędzany przed odbiornikami telewizyjnymi (IAB Polska 2020: 25).

Schematy konsumpcji mediów wśród polskich seniorów wpisują się w globalne trendy. W 2019 roku firma badawcza GlobalWebIndex opublikowała raport *Digital vs Traditional Media Consumption*, oparty na badaniach z udziałem grupy ponad 391 tysięcy internautów z 41 krajów, w tym z Polski. Z przedstawionych danych wynika, że najstarsi respondenci (55–64 lat) spędzają średnio najmniej czasu każdego dnia na wszystkich z 10 badanych mediów z wyjątkiem radia oraz telewizji linearnej, na którą poświęcają 2 godziny i 43 minuty (GlobalWebIndex 2019: 7). Co więcej, osoby starsze okazują się zdecydowanie mniej zróżnicowanymi konsumentami mediów niż młodszy ich odbiorcy, chociaż jednocześnie mniej zaangażowanymi, a także wyraźnie słabiej „usieciowionymi”, gdyż zaledwie 50% całego czasu, jaki poświęcają na media, dotyczy tych ostatnich w wersji online/cyfrowej, gdzie dla porównania wśród najmłodszych ankietowanych ten odsetek wyniósł 80% (GlobalWebIndex 2019: 15). W omawianym opracowaniu pojawiły się jeszcze dwie wartości wzmianki obserwacje. Pierwszą jest powiązanie wysokiego odsetka osób starszych w populacji kraju z danymi o wiodącej roli mediów tradycyjnych względem cyfrowych.

Zdaniem autorów ma to dotyczyć przede wszystkim Japonii, ale też USA (gdzie wielu starszych Amerykanów poświęca znaczne ilości czasu na oglądanie telewizji) czy niektórych państw Europy Zachodniej (Belgia, Francja, Niemcy, Holandia) (GlobalWebIndex 2019: 22). Starsi obywatele jawią się jako wyjątkowo przywiązani do linearnej telewizji, ale też tradycyjnych komputerów osobistych (PC) i laptopów. To drugie przyzwyczajenie jest na tyle silne, że w demograficznie starszych społeczeństwach wolniej przebiega proces odejścia od komputerów na rzecz mobilnego dostępu do zasobów multimedialnych (GlobalWebIndex 2019: 25). Warto poszerzyć ten kontekst o jeszcze jedną obserwację. Jak wynika z cytowanych wcześniej badań AARP, pomimo postępującej adaptacji technologii mobilnych wśród starszych Amerykanów wciąż nie do końca wykorzystują oni potencjał posiadanych urządzeń: służą im one głównie do korzystania z mediów społecznościowych, a po smartfony czy tablety sięgają w celu podtrzymywania relacji, poszukiwania informacji oraz dostarczania sobie rozrywki (Nelson Kakulla 2020: 4). Podobnie jest z telewizorami z inteligentnymi funkcjami (tzw. *smart*) – mniej niż połowa ich posiadaczy zadeklarowała wykorzystanie możliwości oglądania treści przesyłanych z internetu (*streaming*), a prawie 60% przyznała się do oglądania głównie kanałów tradycyjnych i kablowych (Nelson Kakulla 2020: 37). Stanowi to nie tylko dodatkowe potwierdzenie wcześniej przedstawionych wyników badań, ale też podstawę do refleksji nad przyczynami tego stanu (rzeczywisty brak potrzeb, a może brak wiedzy i kompetencji u osób starszych?) oraz możliwymi strategiami jego zmiany, gdyż można go rozpatrywać w kategoriach zmarnowanej szansy na pełniejsze wykorzystanie potencjału, jaki wiąże się z już przecież obecnymi w życiu osób starszych technologiami cyfrowymi.

Trudno podważać znaczenie tradycyjnej telewizji dla osób starszych. Dlatego proponowanie im nieoczywistej dla wielu z nich alternatywy w postaci gier cyfrowych wydaje się podwójnie trudne. Wymagałoby to nie tylko rozwinięcia nowych kompetencji, ale przede wszystkim zmian przyzwyczajeń i preferowanych form konsumpcji mediów. Nie chodzi tu tylko o konieczność przynajmniej częściowej rezygnacji z oglądania telewizji, ale też przyjęcie odmiennej postawy życiowej: odejścia od pasywnego odbioru na rzecz aktywnego współudziału w wirtualnych zmaganiach właściwego grom cyfrowym. Te ostatnie różnią się od tradycyjnych mediów między innymi tym, że wprowadzają sytuację interaktywności, czyli złożonej interakcji pomiędzy graczem a samą grą, co przypomina swego rodzaju dialog programu komputerowego z człowiekiem (Filiciak 2006: 49). W zależności od projektu gry zawiera ona różne proporcje fragmentów nieinteraktywnych i interaktywnych, na przykład tradycyjnych animowanych przerywników,

sekwencji QTE (*quick time event*) stanowiących formę interaktywnego filmu czy wreszcie segmentów wymagających niemal ciągłego podejmowania akcji przez gracza, czego przykładem może być tak prosta gra jak *Tetris* (por. Newman 2002). W ten sposób gry niejako wymuszają na odbiorcy zaangażowanie zarówno na poziomie poznawczym, jak i motorycznym, gdyż granie jest także czynnością fizyczną. Zagadnienie to szerzej omówił badacz gier i filozof Paweł Grabarczyk (tab. 3), wykazując, że w zależności od rodzaju gry może ona w różny sposób angażować użytkownika w wymiarze kognitywnym, motorycznym oraz emocjonalnym (Grabarczyk 2015: 99–103).

**Tabela 3.** Potencjał gier cyfrowych w angażowaniu użytkowników

Obszar	Gry nieangażujące	Gry angażujące
Intelekt	Ograniczają się do prostych łamigłówek; stereotypowe i archetypiczne światy; uproszczone mapy	Wymagają rozwiązywania złożonych zagadek; wielowymiarowe uniwersa; wielopoziomowe, zróżnicowane mapy
Pamięć	Zadania „autonomiczne”, pojedyncze polecenia możliwe do wykonania w krótkiej sesji rozgrywki	Konieczność zapamiętania wielu informacji; zmienne i wieloetapowe zadania, które niekiedy rozciągają się na wielodniowe rozgrywki
Wyobraźnia	Umowna, rysunkowa, ale czytelna grafika, która nie wymaga dodatkowej interpretacji	Niedopowiedzenia w sposobie prezentacji świata gry i jego elementów w warstwie graficznej
Uwaga	Nie wymagają wyłącznej uwagi; projektowane w sposób umożliwiający prowadzenie rozgrywki „przy okazji” innych czynności (np. uczestnictwa w wykładzie)	Dostarczają wielu intensywnych bodźców audiowizualnych; implementowanie mechanik wymuszających ciągłą uwagę (np. brak pauzy) ze strony gracza
Motoryka	Mniejsze wymagania względem kompetencji manualnych graczy; w skrajnych przypadkach wystarczają podstawowe zdolności (np. przesuwanie palcem po ekranie)	Wyższy poziom trudności we fragmentach zręcznościowych, co wymaga dodatkowego skupienia; niekiedy skomplikowane schematy sterowania
Emocje	Bezpieczna pod względem obyczajowym i estetycznym tematyka; zazwyczaj przedstawiająca pogodne, przyjemne i kolorowe światy	Bardziej zróżnicowana tematyka – w tym odwołująca się do estetyki wojennej, przemocy czy trudnych zagadnień

Źródło: opracowanie własne na podstawie (Grabarczyk 2015: 99–103)

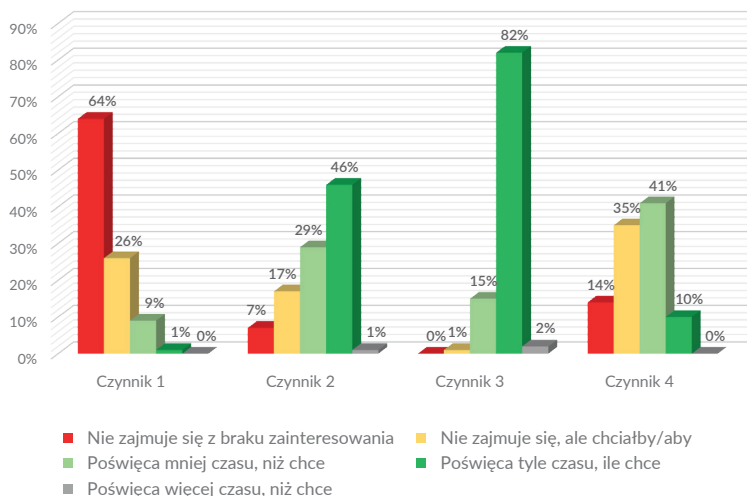


Jak zauważa Grabarczyk, większe zaangażowanie kognitywne gracza w rozgrywkę wymusza niekiedy dodatkowe inicjowanie kulturowe, co przed laty przejawiało się na przykład przepisywaniem map z czasopism lub też współdzieleniem notatek pomiędzy graczami, a obecnie przyjmuje formę let's playów (filmów umieszczanych w sieci z zapisem rozgrywki i komentarzem gracza) czy też gier, które pozwalają na współtworzenie zawartości przez graczy (np. *Minecraft*, *Little Big Planet*) (Grabarczyk 2015: 103).

Warto odnotować, że zmiana nawyków medialnych może być dla osób starszych korzystna. Jest tak szczególnie w kontekście rezygnacji z nadmiernego – tzn. jak wynika z badań powyżej 3,5 godziny dziennie – zaangażowania w oglądanie telewizji, które w dłuższej perspektywie może doprowadzić do osłabienia niektórych funkcji poznawczych w wyniku pogorszenia pamięci werbalnej wśród widzów powyżej 50. roku życia (por. Fancourt i Steptoe 2019). W cytowanym artykule podano, że ta niekorzystna zmiana może być efektem działania kilku mechanizmów, takich jak audiowizualna stymulacja telewizora, która inaczej niż w przypadku przeglądania internetu lub grania w gry nie wymaga od odbiorcy dodatkowej aktywności – jest to trwanie w swego rodzaju pasywnym pobudzeniu (*alert-passive interaction*) (por. Fancourt i Steptoe 2019). Innym mechanizmem kryjącym się za opisywanym odkryciem jest stres odczuwany w efekcie oglądania realistycznych scen przemocy, niekiedy dodatkowo wzmocnionych w filmach czy serialach ze względów marketingowych (por. Fancourt i Steptoe 2019). Wreszcie autorzy zwracają uwagę, że poświęcanie dużych zasobów czasowych na siedzenie przed odbiornikiem może odciągać od innych rozwojowo korzystnych typów aktywności, wśród których wymienili między innymi sięganie po gry (por. Fancourt i Steptoe 2019). Podobne zdanie o lepszej stymulacji poznawczej interaktywnego grania względem pasywnego oglądania telewizji mają inni badacze, sugerując także, że zbyt intensywne korzystanie z tej ostatniej może prowadzić do redukcji objętości istoty szarej w mózgu, a także chorób neurodegeneracyjnych, w tym demencji (Rettner 2021). Niekiedy zauważają to także osoby starsze, twierdząc, że nieustanne przesiadywanie w domu przed telewizorem powoduje, że człowiek „gnuśnieje”, co przyznała 65-letnia uczestniczka jednego z wielu kursów komputerowych dla osób starszych (por. Bilicka 2019).

Przedstawione rozważania o szczególnym zainteresowaniu osób starszych pasywnym oglądaniem telewizji warto pogłębić obserwacjami płynącymi z analiz CBOS nad typowym wizerunkiem starszych Polaków, co graficznie przedstawia rysunek 4. W 2010 roku opublikowano komunikat, w którym zaprezentowano interesujące wnioski z analizy danych uzyskanych trzy lata wcześniej w badaniu warunków życia polskiego społeczeństwa. Z czynnikowej analizy sposobów spędzania czasu przez respondentów

powyżej 60. roku życia wynika, że ludzie starsi są wyraźnie (82% wskazań) zadowoleni z ilości czasu, jaki poświęcają zajęciom pasywnym (Czynnik 3: „Czynności pasywne”, takie jak oglądanie telewizji<sup>20</sup>, rozmowy ze znajomymi oraz odpoczynek), natomiast zdecydowanie mniej angażują się w czynności wymagające otwarcia na świat i nowe technologie (Czynnik 1: „Czynności aktywne pozadomowe”, czyli korzystanie z komputera i gier komputerowych, wyjście do kina, teatru czy na koncert lub do dyskoteki, a także kawiarni lub na piwo, działalność społeczna oraz praca na rzecz środowiska) – niemal dwie trzecie (64%) badanych nie zajmowało się tym wcale z braku zainteresowania, a jedna czwarta (26%) nie zajmowała się, ale chciałaby to robić w przyszłości (CBOS 2010: 11–12). Rozkład odpowiedzi w pozostałych dwóch grupach aktywności (Czynnik 2: „Czynności względnie pasywne”, tzn. czytanie książek, słuchanie muzyki oraz audycji radiowych; Czynnik 4: „Czynności aktywne domowe”, a więc praca zarobkowa, naprawy domowe, zajmowanie się ogródkiem czy dziećmi) umacnia w przekonaniu o wiodącej roli mediów (względnie) pasywnych w życiu badanych, a także ich mocniejszym nastawieniem na zadania związane ze sferą prywatną („domową”) (CBOS 2010: 11–12).



**Rys. 4.** Ilość czasu poświęcana przez osoby 60+ na wybrane czynności

Źródło: opracowanie własne na podstawie (CBOS 2010: 12)

<sup>20</sup> Spędzanie czasu przed ekranem telewizora uzyskało aż 82% (najwięcej) wskazań w odpowiedzi „Poświęcam na to tyle czasu, ile chcę” i zaledwie 2% na odpowiedź: „Nie zajmuję się tym, bo mnie to nie interesuje”. Takie wyniki nie zaskakują w perspektywie opisanej popularności telewizji wśród starszych Polek i Polaków (CBOS 2010: 10).



Z ustaleń badaczy CBOS wynikają, moim zdaniem, dwie kluczowe dla niniejszego projektu obserwacje. Wydaje się, że zaangażowanie w cyberkulturę (w tym gry cyfrowe) wymaga otwartej postawy ze strony osób starszych, przejawiającej się motywacją do zmian nawyków medialnych i gotowością do realnego wykorzystania technologii cyfrowych. To ważne kwestie, ponieważ jak zauważyła pomysłodawczyni i wieloletnia koordynatorka krakowskiego programu „Szkoła @ktywnego Seniora (S@S)” Lidia Maria Jedlińska, kreowanie otaczającej nas przestrzeni zależy nie tylko od umiejętności oraz wiedzy ludzi, ale też od ich odwagi (Jedlińska 2013: 126). Podobnych obserwacji dostarcza Anna Kalinowska, opisując rosnące zainteresowanie osób starszych sferą mediów: „Pomimo niepewności, ciekawość, chęć obecności online, a także bycia na bieżąco (*up-to-date*) z otaczającą rzeczywistością, sprawiają, że seniorzy powszechnie uczestniczą w usieciowionej sferze społecznościowej” (Kalinowska 2020: 94). Jednocześnie niektórzy z przedstawicieli starszych pokoleń mogą przejawiać niewielkie zainteresowanie gramami nie tyle z braku odwagi, ile ze względu na preferencje, ponieważ mogą im bardziej odpowiadać pasywne formy spędzania czasu wolnego – szczególnie w odniesieniu do sfery mediów. Dodatkową przeszkodę mogą stanowić trudności w „oswojeniu” urządzeń i gier cyfrowych, gdyż szczególnie te ostatnie zazwyczaj nie występują „w sposób naturalny” w życiu starszych ludzi, a to może ograniczać ich zaufanie do tych technologii oraz własnych możliwości ich wykorzystania (Kalinowska 2020: 94). Przy czym na umiarkowany optymizm – w kontekście ewentualnej popularyzacji silver gamingu – pozwala fakt, że już w 2007 roku 26% badanych przez CBOS respondentów deklarowało chęć podjęcia aktywnych czynności pozadomowych, do których badacze CBOS zaliczyli gry komputerowe, a 9% chciało jeszcze mocniej zaangażować się w te kategorie aktywności (CBOS 2010: 12).

**3.** Czy gry cyfrowe mogą wspierać  
w pomyślnym starzeniu się?





Przedstawione dotychczas rozważania wskazują na tendencje sprzyjające możliwości popularyzacji gier cyfrowych wśród osób starszych. W niniejszym rozdziale przytaczam dane z badań, które stanowią empiryczne potwierdzenie tego procesu. Staram się także scharakteryzować rosnące zaangażowanie seniorów w kulturę tego medium oraz społeczny odbiór tej praktyki. Wreszcie przechodzę do samego silver gamingu, opisując to zjawisko z kilku perspektyw na podstawie materiałów zastanych, a także własnego rekonesansu badawczego. Takie szerokie ujęcie pomaga w lepszym zrozumieniu badanego fenomenu, a także dostarcza kontekstu dla rozważań prowadzonych z polskiej perspektywy z wykorzystaniem danych wywołanych, czym zajmuję się w drugiej części książki.

### 3.1. Zabawa i gry w życiu ludzi

Współcześnie gry zajmują szczególne miejsce w środowisku społecznym. Chodzi mi przede wszystkim o gry w wydaniu cyfrowym, gdyż zyskują one na znaczeniu już od lat 60. XX wieku, stając się równocześnie jedną z głównych oznak „uzabawowienia” codziennego życia czy kultury w społeczeństwach zachodnich w II połowie XX wieku (Raessens 2010: 6). Jednak zainteresowanie zabawą czy grami zdecydowanie wykracza poza cyfrową formę tego medium i wśród myślicieli oraz badaczy ujawniło się na długo przed powstaniem pierwszej gry elektronicznej.

Joost Raessens w swojej mowie poświęconej zjawisku zabawy podkreśla, że zagadnienie to z czasem przyciągnęło uwagę coraz liczniejszej grupy badaczy reprezentujących zarówno nauki humanistyczne, społeczne, jak i przyrodnicze (Raessens 2010: 7). Natomiast w swoim szerokim omówieniu historii badań nad zabawą Thomas S. Henricks przekonuje, że jest ona niezwykle trudna do naukowego uchwycenia z powodu swojej złożoności i zmienności, gdyż jak stwierdza (Henricks 2020: 117):

Zabawa jest na tyle prosta, że każde dziecko może – a w zasadzie musi – się w nią zaangażować. Podobnie dorośli mogą się bawić na różne sposoby, począwszy od najprostszych wygłupów i zabaw, a skończywszy na działalności literackiej, artystycznej czy naukowej.

Tak więc zjawisko zabawy dotyczy ludzi w różnym wieku, wykracza poza zbiór praktyk określanych mianem rozrywkowych czy wolnoczasowych, a także nie ogranicza się do formy gry, co doskonale obrazuje różnorodność tematów, podejmowanych w toku naukowych rozważań nad fenomenem zabawy. W ramach już kilkusetletnich rozważań nad tym zjawiskiem dokonano wielu jego analiz, które Henricks określa mianem tradycji, wyróżniając ich siedem (Henricks 2020: 118):

1. przywoływanie klasyków (*remembering the classics*);
2. rozwój dzieci (*child development*);
3. zabawa a natura (*play's nature*);
4. indywidualne i zbiorowe wyobrażenia (*imagination – private and public*);
5. edukowanie, odtwarzanie, leczenie (*learning, recreating, healing*);
6. odgrywanie tradycji (*the playing of tradition*);
7. nowoczesność, czas wolny i gry (*modernity, leisure, and games*).

W swoich dociekaniach Henricks przywołuje licznych autorów, odnosząc się do jego zdaniem najważniejszych z perspektywy badań nad zabawą koncepcji i publikacji. Warto krótko scharakteryzować rozwój tego obszaru naukowych refleksji.

Szukając źródeł nowożytnych rozważań nad zabawą, Thomas S. Henricks odnosi się do dziewiętnasto- i dwudziestowiecznych myślicieli (m.in. Friedricha Schillera, Herberta Spencera, Moritza Lazarusa, Karla Groosa), którzy inspirując się światem zwierząt, dostrzegali w zabawie ukierunkowany mechanizm ujścia nadmiarowej energii lub też źródło szybkiej gratyfikacji oraz formę grupowego rozwoju w sytuacjach, gdy dostęp do innych rodzajów rywalizacji jest ograniczony; zapewniające ulgę i relaksujące przeciwieństwo pracy – szczególnie tej wymuszonej, narzuconej i monotonnej, która pozbawia ludzi energii; czy wreszcie praktykę pozwalającą na rozwój istotnych z perspektywy przetrwania zdolności, zarówno tych zapisanych w zwierzęcych instynktach danego gatunku (np. walka, polowanie, ucieczka), jak i rozwijanych w wymiarze indywidualnym przez ludzi (eksperymentowanie, naśladownictwo, odkrywanie etc.) (Henricks 2020: 121–123).

Drugi z opisanych przez Henricksa obszarów tematycznych pokazuje, jak na pole badań nad zabawą wpływali badacze, nauczyciele i zwolennicy idei, zgodnie z którą praktyka ta ma pomagać najmłodszym w rozwoju w wymiarach psychologicznym i społecznym. Przywołując ustalenia klasyków psychologii (m.in. Zygmunta Freuda, Jeana Piageta czy Lwa

Wygotskiego), wyjaśnia on, że zabawa stanowi jeden z kluczowych mechanizmów rozwoju istotnych dla prawidłowego funkcjonowania człowieka zdolności, na przykład: podejmowania wyzwań, kontroli własnych pragnień, rozumienia otaczającego świata i akceptacji jego reguł, radzenia sobie z frustracjami czy nauki poprzez wzajemne interakcje społeczne (Henricks 2020: 123–128).

Kolejnym i zdaniem Henricksa istotnym w historii refleksji nad zabawą wątkiem jest swego rodzaju powrót do dziewiętnastowiecznych inspiracji ze świata zwierząt, którego dokonali współcześni przedstawiciele biologii czy neuronauk (m.in. Antonio Damasio, Sergio i Vivien Pellis, Gordon Burghardt) przez swoje zainteresowanie relacjami pomiędzy fizjologią a predyspozycjami do zabawy, które mogą być uzależnione m.in. od poziomu rozwoju gatunkowego czy biologicznego w taki sposób, że bardziej złożone, abstrakcyjne i uspołecznione formy zabawy są mniej zależne od starszych struktur mózgowych (wymagają zaangażowania obszarów mózgu odpowiedzialnych między innymi za abstrakcyjne myślenie), pojawiają się na późniejszych etapach rozwoju dojrzewania płciowego (psychofizycznego) oraz mogą być zależne od warunków środowiskowych (w trudnych warunkach środowiskowych zachowań zabawowych jest mniej) (Henricks 2020: 128–131).

Dalej Henricks zwraca uwagę na ustalenia badaczy z kręgu nauk humanistycznych i społecznych (takich jak: Gregory Bateson, Erving Goffman, Johan Huizinga, Brian Sutton-Smith), którzy opisywali powiązania pomiędzy wyobraźnią i iluzją a zabawą, będącą w takim ujęciu rodzajem specyficznego zaangażowania: przyjmującego różne formy, na przykład przeobrażania, przeżywania czy dramatyzowania, ale też zamieszkiwania czy (emocjonalnej) eksploracji fikcyjnych (wyobrażeniowych) światów; zamkniętych w „magicznym kręgu” specyficznym rozumianych relacji, zasad i znaczeń; realizowanego przy znacznym udziale wyobraźni – zarówno zbiorowej, jak i indywidualnej, ponieważ gracze mogą angażować się w powszechnie znane historie, ale też we własne fantazje, by w ten sposób uczyć się zasad współżycia społecznego (Henricks 2020: 128–134).

Henricks zwraca uwagę na popularne zainteresowanie badaczy (m.in. Helen B. Schwartzman) korzyściami płynącymi z zabawy w wielu różnych kontekstach: fizycznym, psychologicznym, społecznym czy kulturowym. Jak pokazuje, niektórzy uczeni żywią przekonanie, że zabawa może przyczyniać się do rozwoju jednostek i ich dobrostanu na każdym etapie życia (Henricks 2020: 134). Może ona wspierać procesy edukacyjne czy rozwojowe, ponieważ: dostarcza rozrywki, przez co ułatwia utrzymanie

zainteresowania oraz zaangażowania; realizowana jest poza codziennymi zobowiązaniami (rutynami), więc pozwala zmierzyć się z nieoczywistymi problemami; sprzyja wzmocnieniu czy dopełnianiu emocji, zarządzaniu nimi oraz budowaniu ich świadomości; zachęca do zaangażowania w złożone, niekiedy nieoczywiste schematy kulturowe; często wymusza na bawiących się negocjowanie i wzajemne uznanie; poprzez swoją trywialność przesuwając trud interpretacyjny na uczestnika, jego charakterystykę oraz zdolności (Henricks 2020: 135). Odnosząc się do obszaru edukacyjnego, Henricks stara się pokazać podejmowane przez licznych badaczy oraz pedagogów (m.in. David Kuschner, Friedrich Froebel, Eugene F. Provenzo, John Dewey, Maria Montessori czy Vivian Paley) próby odpowiedzi na pytanie o relację pomiędzy edukacją (zazwyczaj sformalizowaną i nastawioną na jednostronne przekazywanie wiedzy) a zabawą (wyrastającą z osobistej ciekawości i realizowaną często w formie samodzielnych eksploracji) (Henricks 2020: 135). Z tej perspektywy zabawa może być więc rozumiana jako: wrodzona potrzeba stanowiąca źródło motywacji dla poważnych (m.in. edukacyjnych) przedsięwzięć; forma swobodnych działań praktycznych, realizowanych na podstawie samodzielnie wyznaczonych celów, przypisywanych sobie ról i negocjowanych zasad; odgrywanie ról i fantazjowanie, umożliwiające zrozumienie przypisywanych tym rolom praw, obowiązków i oczekiwań (Henricks 2020: 135–136). Te idee stanowią podstawę metodyk nauczania, w których nacisk położony jest na aktywność uczniów, kreatywność, uczenie się oparte na projektach, przy użyciu pomocy dydaktycznych oraz interakcje społeczne (Henricks 2020: 137). Te metodyki mogą skupiać się na sferze aktywności fizycznej, a konkretnie jej zaniku w toku przemian cywilizacyjnych (siedzący tryb życia, edukacja szkolna nastawiona na transfer wiedzy, redukcja zabaw w terenie na rzecz tych realizowanych w przestrzeniach zamkniętych, gorszy dostęp do placów zabaw), co budzi obawy niektórych badaczy (takich jak Anthony Pellegrini czy Olga S. Jarrett), między innymi w zakresie słabnącej sprawności psychofizycznej ludzi czy ograniczonej możliwości rozwijania kompetencji komunikacyjnych lub społecznych, a próby przezwyciężenia tych negatywnych trendów podjęto w ramach obszaru określonego mianem *playwork*, próbując odtwarzać publiczne oraz uspołecznione przestrzenie zabawy (Henricks 2020: 137–138). Zabawa może być też badana od strony jej wykorzystania w rozwoju określonych obszarów (tzw. *play-training studies*), na przykład w psychoterapii dzieci oraz młodzieży (Anna Freud wykorzystywała lalki czy zabawki podczas sesji terapeutycznych, z kolei Melanie Klein aranżowała zabawy dla swoich dorastających pacjentów), a także

wspieraniu osób starszych przebywających w szpitalach czy domach opieki, gdzie stosuje się różne formy interwencji (sztuka, przedstawienia, muzyka, gry, zabawki, treningi z udziałem zwierząt czy przedstawienia klaunów) (Henricks 2020: 138–140).

Przedostatni z poruszonych przez Henricksa obszarów refleksji nad zjawiskiem zabawy odnosi się do wątków społeczno-antropologicznych i zawiera omówienie odmiennych form ludycznych w społeczeństwach modernistycznych oraz tradycyjnych. W ujęciu modernistycznym zabawa jawi się jako „laboratorium”, w którym ludzie – zdaniem autora w szczególności młodzi i w zgodzie z powszechnymi tendencjami we współczesnych społeczeństwach zachodnich – poddają się praktykom nastawionym na progres oraz rozwój czy doświadczanie lub wyrażanie siebie, uwalniając w ten sposób kreatywność czy pobudzając wyobraźnię; natomiast w społeczeństwach tradycyjnych (co zauważył już wcześniej Brian Sutton-Smith) społeczna rola zabawy rozciągała się na ludzi zróżnicowanych pod względem wieku oraz statusu społecznego, przyjmowała zindywidualizowane oraz publiczne formy (rytuały, festiwale, obrzędy, ceremonie), wpisane w rytm (cykl) funkcjonowania danej społeczności, nie ograniczając się jedynie do indywidualnie postrzeganego (samo)rozwoju bawiących się, a także pozwalając na kontakty ze sferą sacrum (Henricks 2020: 140–141). Publiczne przeżywanie zabawy w społeczeństwach tradycyjnych interesowało socjologów oraz antropologów (m.in. Emila Durkheima, Rogera Caillois czy Victora Turnera), którzy w połączeniu rytuałów, świąt i zabaw dostrzegali przejawy społecznie realizowanych zobowiązań czy zbiorowej żywołowości, formy odgrywania czy przeżywania istotnych z perspektywy danej zbiorowości kulturowych narracji, działań o potencjale wspólnototwórczym czy też ilustracje zbiorowej wyobraźni urzeczywistniającej się w toku opisywanych tu praktyk ludycznych (Henricks 2020: 141). Inni klasyczni przedstawiciele nauk społecznych i humanistycznych (Clifford Geertz oraz Michaił Bachtin) widzieli w zabawie nie tyle lustrzane odbicie epoki czy społeczeństwa, ile raczej praktykę aktywnego sprzeciwu wobec zastanych zwyczajów czy praw (Henricks 2020: 142). Henricks przypomina też, że trudno jest wskazać konkretny punkt przejścia od tradycyjnych do nowoczesnych form zabawy (te pierwsze są wciąż odtwarzane na nowo w toku międzypokoleniowego transferu wiedzy i doświadczeń), podobnie jak opisać ją w sposób jednoznaczny, ponieważ jest ona zależna od wielu społeczno-kulturowych zmiennych, w tym: warunków środowiskowych, polityki, religii, systemu edukacji, relacji płciowych czy dynamiki życia rodzinnego (Henricks 2020: 143).



Dopiero w siódmej i ostatniej z opisanych przez siebie tradycji badań nad zabawą Henricks odnosi się szerzej do interesujących mnie gier, w tym cyfrowych, co pośrednio uświadamia, że stanowią one tylko jedno z wielu zagadnień w tym bardzo rozległym polu badawczym. W tym fragmencie pokazuje on (powołując się m.in. na Johana Huizingę, Rogera Caillois, Johna Robertsa czy Ervinga Goffmana), że wraz z industrializacją i rozwojem społecznym nastąpiły też przemiany i popularyzacja form zabawy, które obecnie częściej przyjmują kształt zorganizowanych i sformalizowanych gier oraz rozgrywek sportowych, a miejsce zaangażowanych uczestników zabaw zajęli wytrenowani i wykwalifikowani gracze, obserwowani przez coraz liczniejsze tłumy oczarowanych rywalizacją widzów (Henricks 2020: 144). Zachodzące przemiany są znacznie głębsze, podobnie jak różnice między swobodną zabawą a grą: współcześnie los (fatum) zaangażowanych w rozgrywki uzależniany jest nie od działania metafizycznej mocy, ale traktuje się go jako wypadkową szczęścia oraz indywidualnych cech (kompetencji, zdolności, fizjonomii, morale) rywalizujących; wzrasta też rola kalkulacji oraz strategii kosztem potencjału fizycznego; ugrowieniu<sup>21</sup> poddawane są schematy interakcji międzyludzkich; udział i sukces w grach może prowadzić do poprawy statusu społecznego sportowca czy gracza dzięki przenikaniu się światów sformalizowanej zabawy i polityki czy biznesu; ten ostatni rozwija się dzięki komercjalizacji zainteresowania grami i sprzętu do gier; zyski generują różnego rodzaju produkty: urządzenia oraz przedmioty (rekwizyty), bilety na wydarzenia, członkostwa w klubach, treningi, podróże, puby sportowe, treści medialne i wiele innych materiałów związanych z różnymi rodzajami współcześnie wykorzystywanych gier (sportowe, cyfrowe, karciane, planszowe, e-sportowe itd.) (Henricks 2020: 144–146).

Myślicielem, o którym Thomas S. Henricks nie wspomina w swoim bogatym opracowaniu, jest amerykański filozof Bernard Suits, autor książki *Konik Polny. Gry, życie i utopia*<sup>22</sup>. Dzieło to stanowi intrygującą – narracja

<sup>21</sup> Termin „ugrowienie” może wydawać się dziwaczny, ale ta językowa niezręczność wynika z trudności w tłumaczeniu terminów przyjętych i powszechnie używanych w anglojęzycznym dyskursie naukowym. Także wśród polskich autorów odnajdziemy co najmniej kilka artykułów z ostatnich lat, w których używany jest ten wyraz (na moment wydania książki pierwszy z 2013 roku według wyszukiwarki Google Scholar). W książce posłużyłem się nim kilka razy, głównie w celu opisania przekształceń, do jakich dochodzi wobec wzrastającego znaczenia gier cyfrowych w odmiennych kontekstach ich społecznego użycia.

<sup>22</sup> Thomas S. Henricks pomija też inne ważne w historii rozważań nad zjawiskami zabawy i gry postaci, takie jak przywoływany w kolejnym przypisie George Herbert Mead.

utrzymana jest w formie dialogów pomiędzy fantastycznymi postaciami, między innymi tytułowym Konikiem Polnym – próbę filozoficznej, pogłębionej refleksji nad pojęciem gry, którą możemy rozumieć jako rodzaj ustrukturyzowanej zabawy<sup>23</sup>, opartej na zasadach jasnych i zrozumiałych dla wszystkich graczy, prowadzących do zróżnicowanych oraz policzalnych wyników, którym można przypisać różne (negatywne, neutralne, pozytywne) wartości (por. Juul 2010: 45–52). Co więcej, gracze inwestują wysiłek (zasoby czasowe lub pieniężne, energię), starając się wywrzeć wpływ na wynik gry, przez co wytwarza się u nich poczucie przywiązania do (wyobrażenia) tego wyniku, który może pociągać za sobą negocjowalne (umowne i zróżnicowane) konsekwencje w prawdziwym życiu (por. Juul 2010: 45–52). Jak zauważył Erving Goffman, główną motywacją do udziału w grach jest zaspokojenie potrzeby rozrywki, co wiąże się z oczekiwaniem natychmiastowej przyjemności (Goffman 2015: 35). W nowszych badaniach sprobematyzowano to zagadnienie, wskazując na dodatkowe rodzaje powodów sięgania po gry (cyfrowe) (Sherry i in. 2006: 217–218):

- podekscytowanie (pobudzenie emocjonalne wynikające z dynamicznej akcji);
- wyzwanie (przyjemność czerpana z odkrywania gry i czynionych w jej świecie postępów);
- rywalizacja (chęć udowodnienia dominacji nad innymi graczami w toku wirtualnych potyczek);
- odprężenie (sięganie po gry w celu relaksu, radzenia sobie ze stresem czy nudą);
- fantazjowanie (możliwość zaangażowania się w niedostępne w świecie fizycznym działania, np. eksplorację przestrzeni kosmicznej);
- względy społeczne (możliwość nawiązywania i podtrzymywania relacji z innymi ludźmi).

---

<sup>23</sup> Jeden z istotnych teoretyków zabawy, francuski filozof i socjolog Roger Caillois, określił zabawy ustrukturyzowane mianem *ludus*, natomiast zabawom swobodnym przypisał pojęcie *paidia* (por. Caillois 1997). Podobnie dychotomię „zabawa – gra” postrzegali George Herbert Mead, który wyróżnił dwa etapy procesu socjalizacji: gry (czynności zorganizowane, sformalizowane szeregiem reguł, pozwalające jednostce na odnoszenie do zewnętrznych – społecznych – reguł i uogólnionego celu) oraz poprzedzający go etap zabawy (czynności pozbawione sformalizowanych reguł, polegające głównie na naśladowaniu osób z własnego kręgu biograficznego i pozwalające na wchodzenie w rolę, tj. stawanie się kimś innym) (por. Mead 1975).

Bez względu na osobistą motywację zaangażowanie w grę wymaga spełnienia pewnych warunków, o których pisze Bernard Suits we wspomnianym *Koniku Polnym*. W jego ujęciu (Suits 2016: 64):

Grac w grę to próbować osiągnąć pewien określony stan rzeczy [cel przedludyczny], używając tylko środków dozwolonych przez reguły [środki ludyczne], które zabraniają użycia bardziej skutecznych środków [reguły konstytutywne] i które akceptuje się tylko dlatego, że umożliwiają taką czynność [postawa ludyczna].

Innymi słowy, zdaniem Bernarda Suitsa, granie stanowi „dobrowolną próbę pokonania niekoniecznych przeszkód”, a jednym z warunków podjęcia się tej praktyki jest przyjęcie postawy ludycznej, polegającej na niewymuszonej akceptacji reguł gry. Tak więc przejawianie postawy ludycznej jest warunkiem koniecznym dla zaangażowania w dowolną grę, ale nie wystarczającym, ponieważ istotne są także kompetencje gracza i jego wiedza o grze. Trudno grać bez znajomości zasad rozgrywki, a przechodząc od razu na grunt gier cyfrowych, także bez praktycznych umiejętności, na przykład w zakresie manualnych zdolności obsługi kontrolera. Te wymogi mogą być zróżnicowane w zależności od opisanej wcześniej złożoności danej gry (por. Grabarczyk 2015). Co więcej, sytuacja grania wikła gracza w relatywnie złożoną – szczególnie w porównaniu z tradycyjnymi mediami – interakcję, o czym wspominałem już przy okazji omawiania dużego zaangażowania osób starszych w pasywny odbiór treści telewizyjnych.

Dlatego poza przyjęciem postawy ludycznej istotne są także zasoby określone przez kanadyjską badaczkę gier Mię Consalvo mianem kapitału growego. W definicji Consalvo, która wzorowała się na szerszej znaczeniowo koncepcji kapitału kulturowego Pierre’a Bourdieu, na kapitał growy składają się wiedza, doświadczenia i środowiskowa pozycja danego gracza, a ich źródłem są przyswajane treści okołogrowe (m.in. gusta i opinie kształtowane przez lekturę prasy branżowej czy portali internetowych), wcześniejsze doświadczenia z grami (dzięki którym możliwy jest rozwój umiejętności w toku kolejnych rozgrywek czy poznanie zasad rządzących daną grą) i interakcje z graczami (np. bezpośrednio rozmowy, dyskusje na forach internetowych, relacje nawiązywane w grach wieloosobowych) (Consalvo 2007: 4). Kapitał growy warunkuje sposoby postrzegania i oceniania gier, potencjał ich wykorzystywania oraz angażowania się w dyskusje im poświęcone (Consalvo 2007: 4). Jest też zasobem dynamicznym, ponieważ może być odmiennie kształtowany w zależności od rodzajów (gatunków) wykorzystywanych gier oraz charakterystyki współgraczy, z którymi dana

osoba wchodzi w interakcje (Consalvo 2007: 4). Wreszcie jest też zmienny w czasie, gdyż podlega procesom kształtowania i kontroli ze strony przedstawicieli branży elektronicznej rozrywki, a jednocześnie może podlegać oddolnym procesom aktualizacji lub dezaktualizacji w ramach podejmowanych przez graczy zbiorowych bądź indywidualnych działań; w efekcie przekształcanie kapitału growego stanowi dynamiczny i kontekstualny proces osadzania, fluktuacji, zaprzeczania czy indywidualnej negocjacji (Consalvo 2007: 185).

Można przyjąć, że w przypadku osób starszych częściej pojawi się konieczność aktualizacji kapitału growego, a w zasadzie budowania go od zera. Jest tak zwłaszcza dlatego, że wziąć trzeba pod uwagę opisywane wcześniej praktyki medialne polskich seniorów, skupione w dużej mierze na konsumpcji treści telewizyjnych, a także odmienne niż na Zachodzie realia socjalizacyjne w społeczeństwie pozbawionym łatwego i powszechnego dostępu do urządzeń cyfrowych. Tak więc poza kształtowaniem odpowiedniej względem gier postawy (ludycznej) należy też wspierać osoby starsze w gromadzeniu wiedzy o grach cyfrowych oraz rozwijaniu umiejętności praktycznych, czyli dbać o rozwój kapitału growego seniorów, jeśli chcemy, aby mogli oni z powodzeniem wejść w rolę srebrnych graczy. W ten sposób dajemy im szansę na pojawienie się w ich życiu zabawy także w wydaniu cyfrowym. W kontekście gromadzenia kapitału growego warto też wspomnieć o konieczności przygotowania materiałów czy źródeł, z których osoby starsze mogą czerpać rzetelną wiedzę o grach, także w zakresie bezpiecznych i rozwojowo korzystnych form uczestnictwa w kulturze gier cyfrowych.

### 3.2. Rzeczywistość „ugrowiona” a kultura zludyfikowana

Trzecim ważnym – wraz z demograficznym starzeniem się społeczeństw i ucyfrowieniem – z perspektywy podjętych tu rozważań zjawiskiem makrospołecznym jest proces ludyfikacji kultury (*ludification of culture*), który polega na ogólnym wzroście znaczenia zabaw i gier w różnych kontekstach życia społeczno-kulturowego: edukacji, polityce, praktyce wojennej czy komunikacji (por. Raessens 2010: 6; Lammes 2015). Jego początek wiąże się z procesami industrializacji oraz opisanego w poprzednim rozdziale ucyfrowienia środowiska społecznego (Dippel i Fizek 2017: 280). Jednym z wiodących przykładów tego fenomenu z ostatnich lat jest kilkumiesięczna fascynacja grą mobilną *Pokemon Go*, która w 2016 roku zaangażowała miliony użytkowników na całym świecie w rozgrywkę z pogranicza

fizycznego i wirtualnego wymiaru rzeczywistości hybrydowej, polegającą na eksploracji fizycznej przestrzeni w poszukiwaniu cyfrowych istot (tytułowych pokemonów), stając się tym samym podstawą globalnego fenomenu socjologicznego.

Badacz gier Frans Mäyrä odwołuje się do przykładu tej produkcji, by ukazać rozwój nowoczesnych społeczeństw w kierunku społeczeństwa ludycznego czy też tak zwanej ery gier, kiedy to kompetencje rozwijane w ramach praktyki grania będą kluczowe dla rozumienia kultury i sprawnego społecznego funkcjonowania (por. Mäyrä 2017). Warto pamiętać, że opisywane tu przemiany realizują się także na poziomie praktyk konsumenckich, czemu sprzyja zarówno postępująca cyfryzacja, w efekcie której coraz więcej gospodarstw domowych posiada urządzenia umożliwiające granie (komputery, smartfony, konsole), jak i rosnąca dostępność samych gier cyfrowych. Obecnie gracze mają możliwość zakupu gry poprzez liczne kanały dystrybucji, niekiedy za bardzo atrakcyjną cenę. Pomagają w tym wyspecjalizowane serwisy internetowe (np. Łowcy Gier), ale też upowszechnienie korzystnych dla odbiorców praktyk rynkowych (m.in. weekendy z darmowym dostępem do wybranych produkcji, liczne i niekiedy sięgające kilkudziesięciu procent promocje na gry, alternatywne formy płatności w postaci subskrypcji czy częstsze dystrybuowanie gier w modelu *free-to-play*). Ostatecznie prowadzi to do sytuacji, w której gaming jawi się jako dostępna i względnie tania forma rozrywki. Innym doniosłym zjawiskiem, które można potraktować jako przejaw postępującej ludyfikacji, jest praktyka cosplayu. Pojęcie to oznacza zarówno subkulturę, jak i praktyki ludzi inspirowanych postaciami fantastycznymi (głównie z gier cyfrowych), którzy poświęcają swój czas i pieniądze na przygotowanie, a następnie przedstawienie własnej metamorfozy w naśladowanego bohatera (por. Buhl 2019).

Innym wskaźnikiem postępującej ludyfikacji jest popularyzacja grania i samych gier. Niektórzy badacze przypisują im wyjątkową rolę „medium XXI wieku” (por. Petrowicz 2016), które stanowi kolejny istotny czynnik socjalizacji (Lorentz 2015: 87–89), wiodącą technologię symulacji w obszarze popkultury (Dovey i Kennedy 2011: 16) czy wreszcie jeden z najważniejszych obszarów kultury audiowizualnej (Pitrus 2012: IX). Ciekawym przykładem społecznego znaczenia gier jest traktowanie ich jako nośników przemian kulturowych (tzw. *cultural vehicle*). Gry cyfrowe od lat stanowią źródło inspiracji dla twórców dzieł tekstowych (by wymienić tylko *Starość aksolotla* Jacka Dukaja), filmowych (liczne adaptacje przygód growych bohaterów – Mario, Lary Croft, Maxa Payne’a czy postaci z serii gier *The Last of Us*)

lub muzycznych (czego przykładem jest debiutancki album zespołu The Protomen inspirowany klasyczną serią gier *Mega Man*). Sięganie po gry cyfrowe może wzmacniać poczucie identyfikacji z daną – w cytowanym przykładzie japońską – kulturą (Chen 2013: 423), a także oddziaływać na popularyzację niektórych praktyk, na przykład zainteresowanie piłką nożną w Stanach Zjednoczonych w związku z rozwojem serii gier piłkarskich *FIFA* (por. Markovits i Green 2017). Wreszcie gry cyfrowe są w stanie rewolucjonizować społecznie istotne obszary funkcjonowania ludzi, co w ostatnich latach udowodnił *Minecraft* w kontekście praktyk i usług edukacyjnych. Gra ta jest jednocześnie środowiskiem twórczej zabawy, jak i narzędziem edukacyjnym, wykorzystywanym na przykład do nauki programowania. Jej użyteczność pod tym względem jest tak duża, że korzystają z niej nie tylko instytucje oświaty czy NGO, ale też podmioty komercyjne, takie jak ogólnopolska szkoła programowania MindCloud. Niektórzy badacze utożsamiają ludyfikację z gamifikacją, jednak należy raczej przyjąć, że ta ostatnia jest szczególnym przypadkiem makrospołecznego zjawiska ludyfikacji. Gamifikacja może być rozumiana jako technika bądź narzędzie polegające na implementacji typowo growych elementów (mechanik, systemów punktowych, nagród, odznak itp.) w pozaludycznych kontekstach, na przykład pracowniczych systemach motywacyjnych, co robi się głównie w celu wywołania większego zaangażowania wśród zatrudnionych (Rackowski 2014: 141).

Przedstawiony tu dość ogólnie proces ludyfikacji pociąga za sobą znacznie więcej konsekwencji. W celu uniknięcia powtórzeń, krótko odwołam się do mojego artykułu pt. *Społeczno-kulturowy potencjał gier cyfrowych. Ujęcie syntetyczne*, w którym omawiam rolę tego medium we współczesnym świecie w odniesieniu do sfer: społecznej, ekonomicznej, kulturowej oraz edukacyjnej. Tekst ten zawiera argumenty wskazujące, że gry cyfrowe stały się powszechną formą spędzania czasu wolnego oraz fundamentem największego globalnie przemysłu kreatywnego (por. Gałuszka 2020a). Wywołuje to doniosłe przemiany w zakresie praktyk kulturowych, jak i wiąże się z koniecznością poszerzania obszarów naukowej refleksji oraz potrzebą wypracowania nowych podejść do działań popularyzatorsko-edukacyjnych, co do pewnego stopnia realizuję w tej książce w odniesieniu do kategorii srebrnych graczy. Warto także odnotować, że wzrastający odsetek grających seniorów jest jednym z przejawów opisywanego zjawiska ludyfikacji, ponieważ jest to przykład przekraczania kolejnej – demograficznej – granicy w popularyzacji cyfrowej rozrywki. Więcej na ten temat piszę w dalszej części rozdziału.



### 3.3. Pozaludyczny potencjał gier cyfrowych

Gry cyfrowe kojarzą się powszechnie z czasem wolnym czy rozrywką. Jednakże w efekcie ich technologicznego rozwoju i wzrastającego poziomu złożoności przestały być one formą prostej zabawy ograniczonej do kilku ruchów na elektronicznej planszy. Przełożyło się to zarówno na zakres interakcji, oddziaływania i znaczenia tego medium w relacji do użytkowników, jak i szerszego kontekstu społeczno-kulturowego. Dość szybko dostrzeżono przydatność gier cyfrowych w edukacji. Jedną z pierwszych i zarazem najbardziej znanych, szczególnie w USA, gier o wyraźnym walorze edukacyjnym jest *The Oregon Trail* z 1971 roku (Djaouti i in. 2011: 32). Wiele popularnych serii komputerowych gier edukacyjnych powstało już w latach 80. XX wieku (np. *Carmen Sandiego*). Jednocześnie skupianie się tylko na rozrywkowych (ludycznych) walorach gier stwarza zagrożenie przyjęcia redukcjonistycznej perspektywy, w której nie dostrzega się dodatkowych kontekstów ich użycia. Jan Stasińko w swojej analizie edukacyjnych użyczeń gier cyfrowych wymienia kilka ich rodzajów: edukacja poprzez gry (*education through games*), edukacja przynależna do gier (*inherent in games*), edukacja w zakresie tworzenia gier (*for game development*) oraz edukacja wynikająca z tworzenia gier (*as a result of working on games*) (Stasińko 2013: 49–50). Z perspektywy podjętej problematyki najważniejsze wydaje się uczenie poprzez gry, które mogą być wykorzystywane jako bezpośrednie i pośrednie narzędzia dydaktyczne, oraz w zakresie tworzenia gier, co Stasińko rozбивa na dwie domeny, a jedną z nich wiąże z nabywaniem kompetencji krytycznego i świadomego odbioru gier, co do pewnego stopnia pokrywa się z kategorią kapitału growego (Stasińko 2013: 50). Z kolei jak zauważa badaczka gatunkowości w grach Maria B. Garda, w zależności od formy praktyk i kontekstu odbioru gry możemy mówić o grach rozrywkowych (*entertainment games*), które mają przede wszystkim bawić<sup>24</sup>, oraz o grach poważnych (*serious games*), w przypadku których rozrywka schodzi na dalszy plan (Garda 2015: 73). Takie rozumienie gier poważnych, niekiedy określanych mianem stosowanych (*applied games*), jest tożsame z ich definicją zaproponowaną przez Davida Michaela i Sande Chen (Michael i Chen 2005: 21). Garda zauważa, że do zbioru gier poważnych zaliczyć możemy: gry edukacyjne (*edugames*), gry reklamowe (*advergates*) czy gry perswazyjne (*persuasive games*).

<sup>24</sup> W moim przekonaniu jako synonimiczne określenie uznać można gry komercyjne, dlatego w tej pracy będę stosował zamiennie te dwa pojęcia, to znaczy gry rozrywkowe i gry komercyjne.

Stosowanie gier cyfrowych w celach pozarozrywkowych może do pewnego stopnia przypominać koncepcję edukacji przez rozrywkę, określanej mianem edurozrywki (*edutainment*; od połączenia słów *education* i *entertainment*), rozumianą jako termin opisujący wszelkie próby łączenia procesu przekazywania wiedzy czy kształtowania postaw z elementami rozrywkowymi i to przy użyciu różnych form, między innymi programów radiowych i telewizyjnych, animacji czy bajek, gamifikacji lub gier edukacyjnych (por. Szot 2015). W tym najszerszym ujęciu przykładem edurozrywki mogą być nawet rekonstrukcje historyczne – będące działaniami z pogranicza wydarzenia medialnego, gry oraz praktyk ludycznych – które nie tylko zapewniają rozrywkę płynącą z uczestnictwa lub obserwacji, ale też realizują cel kształtowania tożsamości czy budowania historycznej świadomości poprzez przekazywane w inscenizowanych scenach treści (Regiewicz 2013: 102–103). Mitchel Resnick – twórca edukacyjnego języka programowania Scratch od wielu lat związany z MIT Media Lab – już na początku XXI wieku przekonywał, że najlepsze efekty nauczania można uzyskać poprzez zaangażowanie ludzi w działania, na których im zależy i z których czerpią zadowolenie oraz radość (Resnick 2004: 1). Jednocześnie Resnick otwarcie krytykuje zarówno pojęcie edurozrywki, jak i związane z nim podejścia do edukacji. Jeśli chodzi o to drugie zagadnienie, to zarzuca on twórcom edurozrywkowych narzędzi traktowanie samej edukacji jako praktyki nużącej czy wręcz odpychającej, która wymaga „doprawienia” elementami rozrywkowymi, by w ten sposób uzyskać „smaczną” czy też „zjadliwą” formę (Resnick 2004: 1). Sprawia to mylne wrażenie, jakoby uczenie się było jednym z najmniej przyjemnych doświadczeń w życiu. Natomiast termin *edutainment*, w opinii Resnicka, może sugerować, że do edukacji należy podchodzić w sposób pasywny, zupełnie tak jak do rozrywki zapewniającej przez studia filmowe, reżyserów czy aktorów, co jest podejściem niewłaściwym, ponieważ przyjęcie postawy aktywnego uczestnika (a nie biernego odbiorcy), stwarza według tego badacza największe szanse na wywołanie tak ważnych dla skutecznej edukacji zaangażowania i radości (Resnick 2004: 1).

W związku z tymi wątpliwościami Mitchel Resnick preferuje pojęcie uczenia się przez zabawę (*playful learning*)<sup>25</sup>. Skupienie na zabawie (*play*) i uczeniu się (*learning*) pozwala jego zdaniem spojrzeć na procesy edukacyjne jak na aktywne działanie, w którego ramach nauka odbywa się poprzez jej integrację z zabawą, co powoduje wzmocnione zaangażowanie

---

<sup>25</sup> Nie chodzi tu tylko o zabawę przy użyciu gier cyfrowych. Niestety nauczyciele czy przedstawiciele instytucji edukacyjnych mają tendencję do redukcji uczenia się poprzez zabawę tylko do tej ostatniej, a także ograniczania się w wykorzystaniu tego podejścia do najmłodszych uczniów (Resnick 2004: 3).



u działającego ucznia w efekcie koincydencji kilku czynników: wewnętrznej motywacji do zabawy, czerpanej z zabawy przyjemności, dostosowanego poziomu trudności podejmowanych zadań (nie mogą być zbyt proste, jak i zbyt trudne) oraz ich powiązania z zainteresowaniami czy pasjami uczniów (Resnick 2004: 2–3). To ostatnie założenie przywodzi na myśl inną koncepcję, która w sposób bezpośredni odnosi się do gier cyfrowych. Chodzi o *tangential learning*, co można tłumaczyć jako edukację pośrednią, nauczanie nieuświadomione bądź pasywne<sup>26</sup> czy też kontekstowe nauczanie nieformalne<sup>27</sup>. Zasadniczo kryje się za tą ideą takie podejście do wykorzystania gier cyfrowych, w którym stanowią one punkt wyjścia dla samodzielnych i realizowanych poza właściwą rozgrywką poszukiwań informacji o ukazywanych w danej grze tematach (por. Extra History 2012). Twórcy tego pojęcia, projektant gier James Portnow i animator Daniel Floyd, przekonują, że w grach cyfrowych skrywa się ogromny potencjał inspirowania graczy do podejmowania dodatkowego wysiłku na rzecz pogłębiania swojej wiedzy, ponieważ w sytuację grania wpisane są zarówno zaangażowanie, jak i przyjemność płynąca z rozgrywki (por. Extra History 2012). Nawet produkcje komercyjne i pozbawione jawnego waloru edukacyjnego mogą być pod tym względem użyteczne. Portnow i Floyd dowodzą tego przez odwołania do następujących serii gier rozrywkowych:

- pierwszoosobowe strzelanki *Call of Duty*, które mogą stanowić punkt wyjścia do poszukiwania informacji na temat działań realizowanych w trakcie historycznych konfliktów wojennych (np. kampanii z okresu II wojny światowej);
- gry rytmiczne/muzyczne *Rock Band*, gdzie gracz poznaje różnicowane pod względem gatunkowym utwory muzyczne, co może prowadzić do gromadzenia dodatkowych informacji o życiorysach artystów lub historii zespołów (np. w filmach dokumentalnych, książkach itp.);
- popularny cykl gier strategicznych *Cywilizacja*, gdzie fabularna fikcja miesza się z wydarzeniami oraz postaciami historycznymi, a wbudowana w grę encyklopedia może być traktowana jako źródło wstępnych informacji o losach państw czy królewskich dynastii.

---

<sup>26</sup> Takie tłumaczenia zaproponował projektant i badacz gier edukacyjnych Jakub Ryfa. Znamienne jest, że w momencie przygotowania książki pojęcie to nie zostało szerzej omówione przez polskich badaczy z wyjątkiem wspomnianego Ryfy, który nawiązywał do niego w trakcie swojego wystąpienia na jednej z poprzednich edycji konferencji *Kulturotwórcza funkcja gier*; por. <http://gry.konferencja.org/page.php?id=4316> (20.11.2023).

<sup>27</sup> Z kolei taką propozycję translacji przedstawił mi amerykańista i tłumacz Paweł Frelik.

Niewątpliwie jedną z zalet zaproponowanego przez Portnowa i Floyda podejścia jest relatywnie niewielki koszt po stronie twórców gier, gdyż nie muszą oni poświęcać wielu zasobów na implementowanie w swoich produkcjach elementów o edukacyjnym walorze.

Zupełnie inaczej kwestia ta wygląda w przypadku wspomnianych gier poważnych, które są zazwyczaj projektowane od początku z myślą o pozarozrywkowych schematach użycia, co jednocześnie czyni tego typu gry relatywnie niskowymi i trudnymi w sprzedaży (większość jest darmowa), a przez to mało popularnymi, a także zazwyczaj pozbawionymi elementu rozrywkowego i istotnej cechy określanej mianem powtarzalności (*replayability*), czyli potencjału do powtórnego przyciągania graczy. Z drugiej strony wykorzystanie gry komercyjnej w scenariuszach pozaludycznych wymaga dodatkowych kompetencji i wiedzy kontekstowej – zarówno po stronie osób chcących wykorzystywać takie tytuły jako narzędzie dydaktyczne (edukatorzy muszą niejako pełnić rolę podwójnych ekspertów w obszarze swojej specjalizacji oraz edukacyjnego użycia gier), jak i samych graczy. Wynika to z faktu, iż produkcje poważne łatwiej traktować jako odpowiednik książkowego podręcznika, dzięki któremu możliwe jest przekazanie wyselekcjonowanego pakietu wiedzy, co jest oparte na pozytywnym bodźcowaniu oraz powtarzalności i odpowiada podejściu określanemu we współczesnej pedagogice mianem behawiorystycznego (Bomba 2014: 328–329). Natomiast gry komercyjne (rozrywkowe) lepiej sprawdzają się w przeciwstawnym, konstruktywistycznym modelu, w którego ramach podkreśla się indywidualizm samodzielnie konstruującego wiedzę uczącego się, który angażuje się w interakcje z określonym środowiskiem i bierze udział w konkretnych działaniach, niekiedy inspirowanych przez nauczyciela pozostającego z uczącym się w partnerskiej relacji (Bomba 2014: 329). Użycie modelu konstruktywistycznego pozwala na bardziej swobodne i elastyczne wykorzystanie gier w celach edukacyjnych, także tych produkcji, które na pozór nie zawierają żadnych elementów umożliwiających rozwój wiedzy czy trening kompetencji. Przyjęcie takiej perspektywy na gry cyfrowe otwiera zupełnie nowe możliwości ich wykorzystania – zarówno samodzielnego, jak i w ramach projektów edukacyjnych, na przykład w instytucjach senioralnych. W moim przekonaniu należy o tym pamiętać także w odniesieniu do najstarszych graczy.

Podsumowując wcześniejsze rozważania, uważam, że efektywna edukacja powinna integrować proces zdobywania wiedzy oraz zabawy w formie aktywnych działań uczącego się, który czerpie z tego radość i realizuje swoje zainteresowania bądź pasje. Może się to odbywać za pomocą gier czy w grach, co określa się mianem GBL (*Game-Based Learning*), a ograniczając

się do przedmiotu moich zainteresowań, czyli gier cyfrowych, należy w tym wypadku mówić o DGBL (*Digital Game-Based Learning*), czyli edukowaniu przy użyciu gry cyfrowej. Warto w tym miejscu nieco uporządkować kwestie pojęciowe. Pomocna w tym jest analiza dokonana przez Johanna Breuera i Gary'ego Bente'a, którzy proponują następujące rozróżnienie przedstawianych w tym rozdziale pojęć (Breuer i Bente 2010: 11):

- Edurozrywka: odnosi się ona do wszelkich prób uczynienia edukacji bardziej przyjemną czy przystępną bez względu na rodzaj użytych narzędzi, ponieważ może być ona realizowana przez media, tradycyjnie w klasie szkolnej czy w jakikolwiek inny za pośrednictwem sposób.
- Edukacja przy użyciu gier (GBL): oznacza ona zbiór praktyk polegających na wykorzystaniu dowolnych gier (np. planszowych, karcianych, cyfrowych czy też tradycyjnych sportów) do celów edukacyjnych.
- Edukacja przy użyciu gier cyfrowych (DGBL): stanowi ona podzbiór GBL, do którego zaliczyć można wykorzystanie w celach edukacyjnych gier poważnych, chociaż jednocześnie nie wszystkie tego rodzaju gry są edukacyjne. Do segmentu DGBL można przyporządkować także klasyczne komputerowe gry edukacyjne. Uważam przy tym, że należy rozszerzyć przyjęte przez Johanna Breuera i Gary'ego Bente'a rozumienie DGBL na wszelkie gry cyfrowe wykorzystywane w szeroko rozumianej edukacji bez ograniczania się do tylko jednego ich rodzaju.
- E-learning: różni się od pozostałych podejść brakiem elementów rozrywkowych, gdyż stanowi połączenie przede wszystkim cyfrowych mediów i edukacji. W tym sensie gry cyfrowe mogą stanowić element metod e-learningowych, jednocześnie nie wszystkie rozwiązania tego typu zawierają elementy rozrywkowe (np. kursy online). Tę obserwację warto rozszerzyć o wzmiankę na temat prób gamifikowania narzędzi e-learningowych w celu poprawy zaangażowania użytkowników i czerpanej satysfakcji z procesu zdobywania wiedzy (por. Muntean 2011).

Pomimo licznych potencjalnych korzyści płynących z wykorzystywania gier cyfrowych w nauczaniu – na co w 2003 roku uwagę zwrócił jeden z czołowych badaczy tego fenomenu, profesor James Paul Gee, który wyróżnił aż 36 zasad efektywnego uczenia się (Gee 2003: 207–212) – niektórzy krytycznie podchodzą do tego pomysłu. Przy tym wątpliwości te dotyczą nie tyle niepodważalnej przydatności tego medium w edukacji

(np. w zakresie rozwoju kluczowych w XXI wieku kompetencji z umiejętnością rozwiązywania problemów na czele), ile zbyt uproszczonych i powierzchownych prób ich użycia, co przejawia się między innymi w: fetyszyzowaniu gier jako panaceum na liczne bolączki systemu edukacji; niedopasowaniu konkretnych produkcji do tematu, rodzaju wiedzy czy problemu podejmowanego w trakcie zajęć; braku spójnego i przemyślanego planu zaangażowania uczących się w zabawę ukierunkowaną na wzajemne interakcje, a nie indywidualną rozrywkę; ograniczaniu się jedynie do grania w gry bez podejmowania prób ich projektowania; czy wreszcie traktowaniu tego medium jako swego rodzaju „wabika” na – szczególnie młodych – ludzi zainteresowanych przede wszystkim aspektem rozrywkowym przy jednoczesnym pomijaniu jego pełnego potencjału do przekształcania całych modeli nauczania (por. Van Eck 2015; Glazer 2016).

Wyżej wspomniane wątpliwości nie zniechęcają jednak badaczy, ekspertów w zakresie edukacji czy twórców gier do rozwijania ukierunkowanych na osoby starsze projektów z zakresu (D)GBL. Przykładowo w 2011 roku w ramach unijnego programu uczenia się przez całe życie (*EU Lifelong Learning Programme*) rozpoczęto międzynarodowe partnerstwo pn. *gambaloo* (*Game-Based Learning for Older Adults*), w ramach którego eksperci z Belgii, Niemiec, Wielkiej Brytanii oraz Włoch skupili się na rozwijaniu sieci kontaktów oraz wiedzy o metodach efektywnego stosowania gier z uczniami 50+ w edukacji formalnej, pozaformalnej, jak i nieformalnej (por. Charlier i in. 2012). Co więcej, poza próbami środowiskowej integracji pojawiają się też inicjatywy, w ramach których powstają skonkretyzowane rozwiązania lub nowatorskie pomysły, takie jak koncepcja *Digital Game-Based Lifelong Learning* (DGBLLL), która łączy edukację z użyciem gier cyfrowych z uczeniem się przez całe życie (por. Romero i in. 2017).

Odnosząc tę niekoniernie skupioną na samej tylko rozrywce perspektywę do osób starszych, można dostrzec w grach cyfrowych jedno z narzędzi wykorzystywanych w ramach całożyciowego uczenia się, a praktykę grania rozumieć jako generującą liczne korzyści z perspektywy starszych graczy aktywność realizowaną w ramach czasu wolnego. Ujawnia się przy okazji kolejna warstwa relacji zachodzących pomiędzy grami a srebrnymi graczami. Chodzi więc nie tylko o rozwijanie umiejętności oraz wiedzy – czyli budowanie wspomnianego wcześniej kapitału growego – osób starszych w zakresie wykorzystywania gier rozrywkowych, ale też o ich edukowanie i wspieranie w rozwoju przy użyciu tego medium.

Poszerza to zakres możliwych korzyści z grania w późniejszym wieku, a także wpisuje się w jedno z moich założeń o przydatności promowania rozwojowo korzystnego zaangażowania seniorów w kulturę gier cyfrowych, czyli takiego, które wykracza poza samą tylko bierną ich konsumpcję, przy zachowaniu możliwie niskiego prawdopodobieństwa wystąpienia negatywnych konsekwencji tego zaangażowania. Jak starałem się pokazać w tym rozdziale, funkcje gier cyfrowych nie ograniczają się tylko do zabawy, rozrywki i czerpanych z tego przyjemności. Tych korzyści jest znacznie więcej, chociaż prawdopodobnie w typowym, codziennym kontakcie z grami cyfrowymi ich nie dostrzegamy. Ich omówieniem w kontekście osób starszych zajmuję się w dalszej części rozdziału. Na koniec tego fragmentu chcę jednak podkreślić, że łączenie gier i zabawy z edukacją osób dorosłych wiąże się z kilkoma problemami: (1) jest to obszar wciąż niedostatecznie przebadany, szczególnie w porównaniu z uczeniem się poprzez zabawę u dzieci; (2) może być pejoratywnie kojarzone z czynnością „dziecinna”, „niepoważna” bądź „nieautentyczna”, co negatywnie wpływa na motywację ludzi dorosłych do nauki; (3) nie jest tak samo dostępne dla każdego, ponieważ zabawa to przywilej tych, którzy dysponują odpowiednimi zasobami: czasowymi, motywacyjnymi, zaufania, kapitału społecznego i growego czy zdolnością do angażowania się w taką praktykę; znaczenie w dostępie do zabawy mogą mieć też nierówności wynikające z różnic w pozycji społecznej czy obowiązujących norm kulturowych (Whitton 2018: 9–10). Dlatego rozważając możliwość wdrażania elementów edukacyjnych do praktyki grania wśród osób starszych, należy przynajmniej podjąć próbę szerszego i bardziej krytycznego ujęcia tego pomysłu, co też staram się robić w niniejszej książce.

### 3.4. Korzyści z sięgania po gry cyfrowe w późniejszym wieku

Zdając sobie sprawę z potencjalnych korzyści płynących z zaangażowania seniorów w kulturę gier cyfrowych, warto pójść o krok dalej i rozważyć tę kwestię w sposób bardziej szczegółowy. Okazuje się, że gry cyfrowe mają wiele do zaoferowania osobom starszym, także w obliczu przedstawionych wcześniej rozważań nad pomyślnym starzeniem się, do którego w sposób pozytywny może przyczyniać się granie (por. Allaire i in. 2013). Jan Stasińko zauważa, że gry (edukacyjne) dla seniorów spełniają dwie zasadnicze funkcje: mogą odgrywać bardzo istotną rolę w rozwijaniu kompetencji cyfrowych, a także świetnie sprawdzają się (szczególnie gry ruchowe

sprzężone z interfejsami haptycznymi<sup>28</sup>) w psychomotorycznej aktywizacji (Stasieńko 2013: 55). Podobnie Sara Mosberg Iversen zauważyła, że badacze widzieli w grach przede wszystkim narzędzie do poprawy kompetencji cyfrowych starzejących się ludzi oraz treningu ciała i umysłu, przy czym dodaje ona jeszcze trzeci obszar, jakim jest wspieranie osób cierpiących z powodu poczucia osamotnienia (Iversen 2016: 20). Z przeprowadzonej przeze mnie analizy literatury przedmiotu wynika, że tych zastosowań jest znacznie więcej, a potencjalne korzyści mogą dotyczyć wszystkich najważniejszych obszarów pomyślnego starzenia się, które wymieniła cytowana wcześniej Ann Bowling (por. Jung i in. 2009; Rice i in. 2011; Anguera i in. 2013; Soares, Bertolini i Pasqualotti 2014; Zając-Lamparska 2014; Cota i Ishitani 2015; Chin 2016; Conti 2016; Kaufman i in. 2016; Zhang i Kaufman 2016a; De Schutter i Brown 2016):

1. W zakresie społecznego funkcjonowania zaangażowanie w wirtualne zmagania może ograniczać poczucie alienacji i osamotnienia – osoby starsze mają szansę spotkać podobnych sobie graczy w rozgrywkach sieciowych. Badacze wskazują także na potencjał gier cyfrowych w podtrzymywaniu komunikacji z krewnymi, jak również wzmocnieniu relacji z grającymi partnerami – niekiedy dziadkowie próbują wspólnej rozgrywki z wnuczętami, a czerpanie przyjemności z takiej międzygeneracyjnej zabawy może wzmocniać wewnątrzrodzinną integrację. Tego rodzaju potencjalne korzyści wydają się szczególnie istotne, biorąc pod uwagę problemy osób starszych z poczuciem osamotnienia czy niezrozumieniem ze strony ludzi młodych. Korzystanie z gier cyfrowych może sprzyjać rozwijaniu wiedzy o nowych technologiach oraz kompetencji ich użycia, co otwiera możliwość nawiązywania interakcji zapośredniczonych przez technologie informacyjno-komunikacyjne, do których w omawianym tu znaczeniu możemy zaliczyć także gry cyfrowe.

---

<sup>28</sup> Interfejsy haptyczne (niekiedy określane mianem dotykalnych) stanowią zbiór technologii, umożliwiających manualne czy też mechaniczne komunikowanie się z urządzeniem przy zachowaniu wrażenia taktowności. W przypadku gamingu popularnym rozwiązaniem jest stosowanie silników wibracyjnych w kontrolerach, które wprawiając urządzenie w ruch, symulują określone wrażenia dotykowe, na przykład w momencie uderzenia samochodem w barierkę w grze wyścigowej. Jedną z najlepiej przyjętych tego rodzaju technologii w ostatnich latach jest kontroler DualSense dla konsoli Sony PlayStation 5.



2. W odniesieniu do poczucia satysfakcji z życia granie może generować pozytywne zmiany dzięki odnoszonym sukcesom. Udana kooperacja czy rywalizacja, gromadzenie punktów, rozwój postaci, pokonywanie kolejnych – zazwyczaj coraz trudniejszych – przeszkód czy realizacja zadań mogą wywoływać zadowolenie oraz wzmacniać poczucie własnej sprawczości. Wszystko to pomaga w utrzymaniu dobrego samopoczucia i wynika częściowo z cech gier, o czym w swojej definicji gry pisał Jesper Juul. Gracze wkładają wysiłek w uzyskanie pozytywnego dla siebie wyniku rozgrywki, przywiązując się do niego emocjonalnie, doświadczając przy tym szerokiej palety odczuć (radości z wygranej, smutku w efekcie porażki itd.) (por. Juul 2010: 45–52).
3. W obszarze kondycji mentalnej, zaangażowanie w niektóre rodzaje gier cyfrowych jest postrzegane jako rodzaj treningu poznawczego czy metody radzenia sobie z problemami z pamięcią lub koncentracją, ale też ograniczania skutków demencji czy powstrzymywania rozwoju choroby Alzheimerera (w tym kontekście często wspomina się o takich poważnych produkcjach, jak: *Mindfit*, *Brain Age*, *Brain Fitness*).
4. W wymiarze biomedycznym omawiane medium bywa wykorzystywane jako narzędzie wspierające zachowanie sprawności fizycznej osób starszych. W tym celu tworzy się gry ruchowe, które umożliwiają pełniejszą kontrolę nad ruchami awatara przy użyciu specjalnych kontrolerów (m.in. Wii Remote, Xbox Kinect, PlayStation Move lub przeznaczone do tego maty podłogowe czy deski do ćwiczeń, np. Wii Balance Board). Tego typu produkcje są określane mianem *exergames*, a ich regularne stosowanie może przeciwdziałać rozwojowi niektórych chronicznych chorób (cukrzycy, schorzeń serca).

Wyżej wymienione potencjalne – i oczywiście nie w pełni tutaj przedstawione – korzyści z grania mogą wspierać w utrzymaniu pozytywnego schematu starzenia się. Warto przy tym pamiętać, że istotna wydaje się w tym różnorodność doświadczeń, ponieważ z perspektywy rozwoju poznawczego największe korzyści przynosi angażowanie się w gry dostarczające nowych i odmiennych wyzwań stawianych przed coraz bardziej kompetentnymi graczami, którzy uczą się, jak korzystać ze znanych im produkcji (Whitlock i in. 2012: 1094–1095). Podobnie pozytywnie może na poziom odczuwanych korzyści z grania oddziaływać wdrożenie gier cyfrowych jako narzędzia stymulacji do środowiska życia, w którym brakuje nowych form aktywności, na przykład w domach opieki dla osób starszych (McGuire 1984: 5–7). Co więcej, niektórzy badacze sugerują, że uświadomienie tego osobom starszym jest niezbędne do wywołania

u nich zainteresowania omawianym medium, tak by mieli oni pewność, że poświęcanie zasobów czasowych oraz podejmowanie wysiłku mentalnego czy fizycznego i przeznaczanie go na gry cyfrowe zapewni im bogate, satysfakcjonujące i korzystne efekty (Ijsselsteijn i in. 2007: 21; Ossowska 2017: 216). Koresponduje to z ustaleniami, że jedną z ważnych motywacji do grania u seniorów są spodziewane korzyści zdrowotne (Khalili-Mahani i in. 2020: 222). Jest to wyraźna sugestia, by w komunikacji z potencjalnymi srebrnymi graczami używać języka korzyści, którego źródeł doszukiwać się można w działalności marketingowo-sprzedażowej (Ossowska 2017: 216). Jego podstawę stanowi zasada CZK (cecha – zaleta – korzyść), zgodnie z którą odbiorcy najpierw należy przedstawić cechy danego produktu, następnie związane z nimi jego zalety, a wreszcie korzyści wynikające z zakupu, by w ten sposób umocnić klienta w przekonaniu o osobistej użyteczności wybieranego rozwiązania (Ossowska 2017: 216). Podobne – chociaż oczywiście pozbawione komercyjnego celu – podejście można zastosować w promowaniu gamingu wśród osób starszych, co zostanie szerzej omówione na kolejnych stronach.

Pokazanie gier cyfrowych w lepszym świetle, to znaczy z podkreśleniem zalet płynących z ich użycia, może być niezbędne także z powodu niechęci niektórych seniorów względem tego medium, dla których może się ono jawić jako „ogłupiające” (Szmigielska, Bąk i Jaszczak 2012: 347) czy też być negatywnie kojarzone z powodu obserwowanego u ludzi młodych przesadnego zaangażowania w cyfrową rozrywkę. Takie wnioski nasuwają się po lekturze fragmentów wypowiedzi z wydanego przed kilkoma laty raportu *Między alienacją a adaptacją. Polacy w wieku 50+ wobec internetu*, w którym czytamy o seniorach zaniepokojonych młodymi „maniakami komputerowymi”, którzy są wciągnięci „w te agresywne gry” i przez to tracą kontakt z rzeczywistością (Batorski i Zajac 2010: 33). Osoby starsze mogą też postrzegać granie jako marnowanie czasu, co przejawiać się może usuwaniem ze smartfonów czy tabletek fabrycznie zainstalowanych gier mobilnych (por. Kane 2019). Tak więc promowanie tego medium wśród starszych Polek i Polaków wymaga nie tylko przybliżania jego zalet, ale też „odczarowania” ze stereotypów krążących na jego temat, w tym rozwiania jak najbardziej uzasadnionych obaw.

Wreszcie w literaturze przedmiotu dostępne są badania, które wskazują, że samodzielne korzystanie z gier cyfrowych we własnym domu może być równie korzystne dla zachowania sprawności poznawczej, co częste rozwiązywanie krzyżówek czy granie pod nadzorem w warunkach laboratoryjnych, przy czym trening w warunkach domowych generuje niekiedy dodatkowe trudności z obsługą oprogramowania (w związku



z ograniczonymi kompetencjami cyfrowymi wielu seniorów), a także wymaga większej samodyscypliny (z czym nie każdy sobie radzi) dla zachowania pełnych pozytywnych efektów (por. Wolinsky i in. 2013). Ujawnia się tu możliwa wspierająca rola otoczenia osoby starszej, a także znaczenie wypracowywania nowych nawyków w zakresie codziennego funkcjonowania i praktyk medialnych.

Przedstawione w tym fragmencie syntetyczne omówienie potencjalnych korzyści z sięgania po gry cyfrowe przez osoby starsze uzmysławia, że upowszechnienie tej praktyki – zarówno w warunkach instytucjonalnych, jak i domowych – może nie tylko ograniczyć negatywne konsekwencje biologicznego procesu starzenia się, ale także wspomóc seniorów w (od)budowie relacji społecznych oraz umożliwić im głębsze zaangażowanie we współczesną, wysoce ucyfrowioną kulturę.

### 3.5. Czy istnieją gry dla seniorów?

W ogólnym ujęciu branża elektronicznej rozrywki wciąż nie przejawia dużego zainteresowania projektowaniem i produkcją gier pod kątem starszych graczy. Jednak obserwowana wśród wydawców i twórców – szczególnie gier mainstreamowych określanych niekiedy mianem AAA<sup>29</sup> – inercja nie jest niczym niezwykłym, co może wynikać z przekonania o braku opłacalności wychodzenia poza branżowe schematy oraz powiązaną z tym zależnością od finansowych kalkulacji zysków i kosztów (Falstein 2009: 224). Im bardziej rozbudowana, złożona i zaawansowana pod względem oprawy audiowizualnej i funkcjonalności gra, tym większe są koszty jej produkcji, dochodzące w wielu przypadkach do kwot rzędu dziesiątek czy setek milionów dolarów (por. Parashar 2023). Pomimo stale rosnącego zainteresowania starszych ludzi grami cyfrowymi, jak zauważa Alison Bryant, wiceprezydentka ds. badań w AARP, wciąż nie przekłada się to na większą świadomość odrębności i specyfiki potrzeb srebrnych graczy, dzięki której twórcy komercyjnych gier cyfrowych mogliby projektować produkty bardziej atrakcyjne dla tej grupy odbiorców (por. Rodriguez 2020). Dlatego też produkowanie gier komercyjnych z myślą o osobach starszych jawić się może obecnie jako mało racjonalne z biznesowej perspektywy, co

---

<sup>29</sup> Gry AAA (*Triple-A*) to w uproszczeniu tytuły pochłaniające duże środki na produkcję oraz promocję, a także związane z większymi oczekiwaniami w zakresie sprzedaży oraz generowanych przychodów.

niektórzy badacze określają mianem „niewykorzystanej szansy rynkowej”, wynikającej z nadmiernego skupienia twórców na młodszych konsumentach, a przez to na wydawaniu gier niedostosowanych do zainteresowań, potrzeb, umiejętności oraz ograniczeń osób starszych (Ijsselsteijn i in. 2007: 21; Khalili-Mahani i in. 2020: 223).

Tak więc obecnie trudno opisywać „gry dla seniorów”, ograniczając się tylko do tego, co zwykle określamy mianem przemysłu elektronicznej rozrywki, którego trzon tworzą produkcje AAA. Wysokobudżetowe, komercyjne gry dla seniorów być może pojawią się w przyszłości, gdy rosnący odsetek zaangażowanych w gaming srebrnych graczy niejako wymusi na twórcach poświęcenie im większej uwagi. W chwili obecnej, poszukując informacji o grach dla osób starszych, natknąć się można na publikacje, w których poleca się tytuły bardzo zróżnicowane pod względem gatunkowym czy tematycznym: od ucyfrowionych wersji gier analogowych (karcianych, planszowych, krzyżówek), przez popularne gry mobilne (np. *Candy Crush Saga*, *Bejeweled*), a skończywszy na odmiennych pod względem poziomu złożoności produkcjach na komputery i konsole (np. *World of Warcraft*, *The Elder Scrolls V: Skyrim*, *Wii Sports*, *Animal Crossing*, *PGA Tour 2K21* czy *Flower*) (por. Age UK 2020; New Cyber Senior 2020; Redd 2020). Podobnie sytuacja wygląda na polskich stronach internetowych. Poleca się takie gry jak logiczne *2048*, cyfrowe odpowiedniki klasycznych szachów czy pasjansów; ale też gry generujące bardzo różny poziom obciążenia poznawczego, czyli zarówno produkcje nieangażujące, jak i angażujące, na przykład: *Tetris*, *Candy Crush Saga*, *Pokemon Go*, *Minecraft*, *Plants vs. Zombies*, *World of Tanks*, *Forza Horizon*, *Firewatch*, *To the Moon*, *Dear Esther* czy *Journey* (por. eDziadkowie.pl 2020; Grabski 2020; Janikowska 2020; Pajda 2020). Nie ma tu więc, moim zdaniem, żadnego spójnego i uniwersalnego klucza doboru. Jeśli weźmie się pod uwagę stosowane przez PEGI<sup>30</sup> kategorie wiekowe, także okazuje się, że na listach gier rekomendowanych dla starszych graczy znaleźć można produkcje zarówno dla młodszych, jak i dojrzałych odbiorców. Nie jest więc tak, że osobom starszym proponuje się przede wszystkim gry dla najmłodszych, czyli w domyśle te prostsze

---

<sup>30</sup> PEGI (*Pan European Game Information*) – to obowiązujący w Europie system oceny gier pod względem zawartości i jej dostosowania do wieku odbiorców. Składa się na niego pięć kategorii (+3, +7, +12, +16 i +18) oznaczeń wiekowych oraz osiem deskryptorów treści, jakie dana gra zawiera (wulgarny język, dyskryminacja, narkotyki, strach, hazard, seks, przemoc oraz funkcja opłat w grze). Więcej o systemie PEGI można przeczytać na oficjalnej stronie: <https://pegi.info/pl/> (4.02.2021). Na świecie istnieje kilka odpowiedników systemu PEGI, m.in. amerykański ESRB.

w opanowaniu i mniej złożone. Pomimo możliwych w przypadku seniorów trudności w opanowaniu bardziej złożonych z polecanych gier, warto takie podejście docenić, ponieważ skojarzenia z grami „dziecinnymi” mogą być dla niektórych seniorów zniechęcające, gdyż część z nich uważa, że takie produkcje są przeznaczone dla młodszych odbiorców, a przez to nie stanowią one wyzwania czy też źródła rozrywki „odpowiedniej” dla ludzi starszych (Diaz-Orueta i in. 2012: 118). Z tego powodu niektórzy badacze sugerują, aby w grach tworzonych z myślą o srebrnych graczach unikać infantylnych elementów oprawy audiowizualnej (Diaz-Orueta i in. 2012: 122). Przy tym niekiedy poleca się im sięganie po znaną z czasów ich młodości klasykę lub też ucyfrowione odpowiedniki popularnych gier analogowych. W pierwszym przypadku chodzi prawdopodobnie o poczucie nostalgii, w drugim o przekonanie o znajomości i prostocie zasad przeniesionych na ekrany gier analogowych. Jest tak na przykład na stronie internetowej organizacji AARP, gdzie w sekcji odnoszącej się do gier przeglądarkowych dostępne są między innymi tytuły wywodzące się z Atari (np. *Pong*, *Asteroids*, *Missile Command*)<sup>31</sup>. Podobnie jest na witrynie z grami przeglądarkowymi Silvergamers.com, gdzie w zakładce „Gry dla osób starszych” (*Games for old people*) czytamy, że są to: „zabawne gry online, które usprawniają zdrowie mentalne oraz pamięć seniorów i starszych ludzi”, a wśród dostępnych tytułów znaleźć można proste gry zręcznościowe (np. *Bubble Shooter*, *Tetris*), karciane (pasjanse), planszowe (warcaby) czy logiczne (Silvergamers.com 2020). Tak więc starsi użytkownicy tych witryn sięgają po tytuły niezaprojektowane od początku z myślą o nich. W związku z tym można zaryzykować tezę, że być może w przyszłości nie dojdzie do wytworzenia się segmentu gier dla srebrnych konsumentów lub będzie miał on marginalne znaczenie, nawet pomimo prawdopodobnego wzrostu odsetka najstarszych graczy w całej populacji miłośników tego medium. Już dziś przynajmniej część seniorów odnajduje na rynku gry cyfrowe, które są dla nich wystarczająco użyteczne i dostosowane, a przy tym zapewniają im odpowiedni poziom satysfakcji z rozgrywki. Wydaje się przy tym, że niezbędne – a przynajmniej warte rozważenia – są pewne zmiany w podejściu do projektowania i popularyzowania gier wśród starszych ludzi, czym zajmują się na kolejnych stronach.

Wciąż niewielkie zainteresowanie starszymi graczami ze strony podmiotów działających na rynku komercyjnym nie oznacza, że poza jego obszarem nie próbuje się tworzyć projektów ukierunkowanych przede wszystkim na potrzeby osób na późniejszych etapach życia, czyli właśnie „gier dla seniorów”.

---

<sup>31</sup> Por. <https://games.aarp.org/> (4.02.2021).

Wielu przykładów dostarczają inicjatywy z pogranicza nauki i biznesu. Warto przytoczyć krótkie charakterystyki kilku takich przedsięwzięć:

- „Gameup” – projekt platformy z grami ruchowymi, nastawiony na zaktywizowanie osób starszych do częstszych i poprawnie wykonywanych ćwiczeń w ich własnych mieszkaniach, także poprzez wbudowany moduł społecznościowy; w projekcie wykorzystano gry poważne, kamery i sensory ruchu; korzyści dla użytkowników miały polegać na zachowaniu mobilności, zapewniającej wydłużenie okresu niezależności oraz poprawę jakości życia<sup>32</sup>.
- „PLAYTIME” – projekt, w którego ramach rozwinięto zestaw narzędzi składający się z: mobilnej gry poważnej, interaktywnej maty oraz zestawu funkcji diagnostycznych, umożliwiających rehabilitację, diagnostykę oraz zdalną kontrolę osób cierpiących na demencję; korzyści wynikają ze stymulowania procesów poznawczych przez wykonywanie w grze mobilnej spersonalizowanych i emocjonalnie angażujących ćwiczeń<sup>33</sup>.
- „memoreBox” – konsola do gier przygotowana z myślą o mieszkańcach domów opieki czy domach starości; urządzenie może być połączone ze zwykłymi telewizorami i zawiera sześć modułów z grami pozwalającymi na trening kilku obszarów ważnych dla codziennego funkcjonowania (m.in. utrzymywanie stabilnej postawy, zapamiętywanie, ćwiczenie rąk, szybkość reakcji, koordynacja ręka–oko); sposób sterowania jest określany jako „intuicyjny” i opiera się na gestach<sup>34</sup>.
- „EntertainR” – aplikacja mobilna, której celem jest przypominanie seniorom o konieczności przyjmowania leków, przy czym robi to w dość nieoczywisty sposób, bo przez powiązanie tego obowiązku z potrzebą czy chęcią zabawy. W aplikacji zaimplementowano szereg gier słownych, dostępnych dla użytkowników po zeskanowaniu kodów kreskowych z opakowań przyjmowanych leków. W ten sposób aplikacja przypomina o konieczności przyjęcia medykamentów. Inne korzyści to zachęcanie do kontaktów społecznych poprzez wbudowany czat, a także trenowanie pamięci w toku rozgrywek wieloosobowych z innymi użytkownikami aplikacji<sup>35</sup>.

---

<sup>32</sup> Więcej informacji w archiwalnej wersji strony w usłudze Wayback Machine: <http://www.gameupproject.eu/> (22.02.2021).

<sup>33</sup> Więcej informacji: <https://aal-playtime.eu/project/> (22.02.2021).

<sup>34</sup> Więcej informacji w archiwalnej wersji strony w usłudze Wayback Machine: <https://www.retrobrain.de/en/memore/> (22.02.2021).

<sup>35</sup> Więcej informacji w archiwalnej wersji strony w usłudze Wayback Machine: <https://seriousgaming.nl/portfolio/game-projects/ah/entertainr/> (11.11.2023).

Także w Polsce podjęto kilka inicjatyw, w których połączono gry cyfrowe (lub ich elementy) z potrzebami czy problemami osób starszych. Od 2016 roku w kolejnych edycjach obsługiwanego przez Narodowe Centrum Badań i Rozwoju (NCBiR) programu sektorowego wsparcia „GameINN” przeznaczono kilkanaście milionów złotych na następujące projekty (w nawiasach podano nazwy realizujących je podmiotów) (por. NCBiR 2016; 2020):

- „Opracowanie i wdrożenie innowacyjnego systemu treningu kognitywnego dla osób starszych w rzeczywistości wirtualnej” (VR MIND Sp. z o.o.);
- „Equilibrium quest – opracowanie gry rehabilitacyjnej wzbogaconej o system motywacyjny dla seniorów” (Voxtrack Business Solutions Sp. z o.o.);
- „Aktywny Senior. Opracowanie motywacyjnej gry mobilnej wspierającej rehabilitację i adoptującej się do możliwości fizycznych i poznawczych osób w podeszłym wieku” (Spectral Games S.A., Polsko-Japońska Akademia Technik Komputerowych).

Z kolei już w 2012 roku ze środków Fundacji na rzecz Nauki Polskiej (FNP) sfinansowano zrealizowany na Uniwersytecie SWPS w Warszawie projekt pn. „Innowacje sprzyjające zdrowemu starzeniu się. Wykorzystanie metod psychologii poznawczej do trenowania zdolności intelektualnych seniorów” (por. FNP 2012).

Z analizy dostępnych opisów wyżej wymienionych przedsięwzięć wynika, że różnią się one w zakresie celu (trening kognitywny, zachowanie dobrej sprawności fizycznej, rehabilitacja itd.), formy (gry przeglądarkowe, komputerowe, mobilne) oraz poziomu skomplikowania (niekiedy gra jest jedynie jednym z elementów bardziej złożonego ekosystemu). Jednak ich wspólną cechą jest nastawienie na wsparcie seniorów w zachowaniu szeroko rozumianego dobrostanu. Dlatego inaczej niż w przypadku wcześniej omawianych gier komercyjnych, w takich projektach kwestia zabawy czy rozrywki schodzi na dalszy plan, co jest typowe dla gier poważnych (*serious games*). Do pewnego stopnia opisane gry czy pomysły korespondują z przekonaniem o konieczności takiego ich tworzenia dla osób starszych, by miały one wyraźny cel (*have a purpose*) lub były w pewien sposób dla nich istotne (*meaningful*). Jeśli chodzi o tę pierwszą kwestię, to wspomina o tym między innymi Hannah R. Marston, proponując następujące

wytyczne projektowe dla gier tworzonych z myślą o starszych odbiorcach (Marston 2013: 113–114):

- w zakresie modelu interakcji gry tworzone z myślą o starszych użytkownikach powinny: być proste i intuicyjne, umożliwiać eksperymentowanie, odnosić się do rzeczywistych sytuacji/problemów i doświadczeń życiowych, pozostawiać swobodę wyboru, umożliwiać grę w trybach dla pojedynczego gracza i wieloosobowe rozgrywki, pozwalać na kontrolę poprzez ruchy ciała, zawierać elementy interfejsów głosowych, a także zapewniać przejrzyste i pozytywne informacje zwrotne;
- w odniesieniu do zawartości takie produkcje powinny zawierać: funkcjonalność dodawania nowej lub zmodyfikowanej treści w celu poprawy doświadczenia rozgrywki, możliwość wykorzystania w grze myślenia technicznego, mechaniki zapewniające możliwość uczenia się czy wykorzystania własnej wiedzy, przedstawienia świata gry z różnych i wybieralnych perspektyw, minigry, swobodę wyboru różnych poziomów trudności, funkcje pozwalające na proste udostępnianie wyników, elementy dające poczucie odpowiedzialności za podejmowane decyzje, a także wyraźnie nakreślone cele rozgrywki.

Opisane powyżej założenia projektowe mają wzmacniać podmiotowość i sprawczość starszych osób, a przez to ich chęć i poczucie zaangażowania w wirtualne zmagania w grach cyfrowych.

Z kolei inny badacz, a zarazem projektant gier, Bob De Schutter, propaguje podejście, które odnosi się do pojęcia *meaningful play*, co można próbować tłumaczyć jako zabawa znacząca czy istotna. Autorzy tej koncepcji, Katie Salen i Eric Zimmerman, wywodzą ją z rozważań nad tezą wyrażoną przez Johana Huizingę w jego klasycznej już książce *Homo Ludens*, gdzie przekonuje on, że każda zabawa *coś* znaczy, a zaangażowanie w nią wytwarza wiele znaczeniowych zależności (Salen i Zimmerman 2003: 32–33). Zasadniczym wnioskiem płynącym z tych rozważań jest przekonanie, że sukces odniosą te projekty gier, które zapewnią graczom pełne sensu (*meaning*) i z ich perspektywy znaczące (*meaningful*) doświadczenia rozgrywki (Salen i Zimmerman 2003: 32–33). Granie w grę polega na podejmowaniu decyzji i realizacji działań w ramach stworzonego przez twórców systemu rozgrywki, co pociąga za sobą zmiany konkretnych elementów lub całości tego systemu i jednocześnie może prowadzić do wytworzenia nowych znaczeń, będących efektem podejmowanych przez gracza akcji

(Salen i Zimmerman 2003: 33). Wymaga to jednak odpowiedniego działania gry, w dużym uproszczeniu polegającego na precyzyjnym i przejrzystym informowaniu użytkownika o efektach podjętych działań (np. zestrzelenie asteroidy powinno być zobrazowane poprzez graficzny efekt wybuchu, dźwięk wystrzelonej rakiety, a także dodanie odpowiedniej ilości punktów za celny strzał) przy jednoczesnej integracji tych działań z szerszym kontekstem rozgrywki (kontynuując przykład zestrzelenia asteroidy, może to być powiązanie ilości zdobytych punktów z możliwością przejścia do kolejnego etapu gry lub dostępem do nowych rodzajów broni) (Salen i Zimmerman 2003: 34–35). Tak więc rozgrywka w grach może być znacząca czy istotna tylko wtedy, gdy gracz potrafi dostrzec efekty wkładanego w nią wysiłku, a także zrozumieć tego szerszy sens. W przekonaniu Salen i Zimmermana kształtowanie znaczeń może przebiegać w wielu różnych warstwach, począwszy od poziomu pojedynczej akcji w grze (np. ruch pionka na szachownicy), w wymiarze społecznym (np. podczas rywalizacji dwóch szachistów), jak i w odniesieniu do ogólnych struktur kulturowych (np. w trakcie mistrzostw szachowych, gdy rywalizują ze sobą przedstawiciele zwaśnionych mocarstw) (Salen i Zimmerman 2003: 35–36). Przykładem nadawania rozgrywce głębszego sensu z perspektywy srebrnych graczy jest jej odniesienie do szerszego kontekstu społecznego, co w USA uzyskano już kilkanaście lat temu poprzez powołanie Narodowej Ligi Seniorów (National Senior League)<sup>36</sup>, w której rywalizują drużyny tworzone przez mieszkańców domów starości czy opieki, a przestrzenią rywalizacji jest ucyfrowiona wersja kręgli w ruchowej grze konsolowej *Wii Sports* (McLaughlin i in. 2012: 21).

Wspomniani wcześniej Bob De Schutter wraz z Vero Vanden Abeele przenoszą ustalenia Salen i Zimmermana do sfery rozważań nad silver gamingiem. W swoim wcześniejszym badaniu zaproponowali oni model MPE (*Meaningful Play in Elderly Life*), który wskazuje na elementy zabaw i gier, dzięki którym osoby starsze uznają je za znaczące (De Schutter i Vanden Abeele 2008: 3–4):

- budowanie więzi (*connectedness*): gry powinny pozwalać na wspólną rozgrywkę bądź kontakty z innymi graczami: bliskimi (dzieci, wnuki), przyjaciółmi czy partnerami – dlatego należy w nich implementować funkcje czy treści to podkreślające (m.in. tryby wieloosobowe, wątki rodzinne), a także budować wokół nich społeczności (np. fora dyskusyjne);

---

<sup>36</sup> Szczegółowe informacje na temat National Senior League są dostępne na stronie organizacji: <http://www.nslgames.com/> (14.03.2021).



- doskonalenie osobiste (*cultivation*): istotna jest także możliwość nauki i rozwoju poprzez zabawę, jak również dzielenie się swoją wiedzą z innymi osobami, stąd niektórzy seniorzy cenią możliwość dodawania własnych treści do gier lub też rywalizowania w quizach;
- wkład w rozwój społeczny (*contribution*): granie powinno być też korzystne w szerszym, społecznym kontekście i pomagać ludziom w czynieniu dobrych uczynków.

Natomiast w kolejnej publikacji De Schutter i Vanden Abeele integrują model MPE z psychospołecznym wymiarem zainteresowania grami cyfrowymi u srebrnych graczy, by następnie zaproponować kilka konkretnych zaleceń projektowych dla twórców, którzy chcą zainteresować swoimi grami starszych odbiorców (De Schutter i Vanden Abeele 2010: 91):

- Odnajdywanie odpowiednich współgraczy: w grach powinno się implementować filtry pozwalające na wyszukiwanie partnerów do rozgrywek wieloosobowych na podstawie takich zmiennych jak wiek czy język, którym się posługują, ponieważ osoby starsze preferują rozgrywki z podobnymi sobie ludźmi.
- Możliwość pośredniej rozgrywki: niekiedy osoby starsze wolą przyglądać się rozgrywce i uczestniczyć w niej pośrednio, bez konieczności manipulowania kontrolerem. Może to polegać na pomaganiu w rozwiązywaniu zagadek, szukaniu dodatkowych wskazówek na ekranie czy też poszukiwaniu informacji poza grą, na przykład w internecie. Projektanci powinni brać pod uwagę także tę formę uczestnictwa w rozgrywce podczas prac koncepcyjnych.
- Narzędzia do zarządzania czasem: ze względu na zaangażowanie osób starszych w różne typy aktywności gry zaprojektowane także z myślą o nich powinny mieć wbudowane narzędzia do kontroli czasu, na przykład alarmy.
- Wsparcie dla wersji językowych: kompetencje językowe ograniczone do mowy ojczystej stanowią poważną barierę dla zanurzenia osób starszych w zabawę, dlatego gry powinny być tłumaczone na wiele języków lub zawierać narzędzia do zautomatyzowanej translacji tekstów.
- Udostępnianie wyników: dzielenie się zdobyczami punktowymi jest jedną z prostszych w realizacji funkcjonalności ułatwiających znalezienie partnera do zabawy w grach. Jako wzór można przyjąć Facebook, jednak w badaniu De Schuttera i Vanden Abeele nie odnotowano starszych graczy, którzy korzystali z gier społecznościowych na tym portalu – większości kojarzył się on z udostępnianiem zdjęć, a nie rozrywką.



- Zbalansowane drużyny: gdy już dochodzi do rozgrywek wieloosobowych z udziałem starszych osób, to często muszą one rywalizować z młodszymi graczami, dlatego projektując gry, należy rozważyć zrównoważenie rozgrywek drużynowych, na przykład poprzez systemy ograniczeń czy doboru opartego na zróżnicowanych zestawach umiejętności.

Warto odnotować, że Bob De Schutter w praktyce realizuje swoje teoretyczne ustalenia, gdyż od kilku lat rozwija on niezależną grę *Brukel*<sup>37</sup>, która opowiada o wydarzeniach z czasów II wojny światowej z perspektywy jego babci. W grze pojawiają się nagrania dźwiękowe, na których opowiada ona o historiach, jakie spotkały ją na tytułowej farmie w czasie niemieckiej okupacji, a celem gracza jest eksploracja przestrzeni i odnajdywanie kolejnych nagrań, by w ten sposób poznać całą historię bohaterki (por. De Schutter 2019). Użycie gry cyfrowej do przedstawiania osobistych historii z przeszłości jest zdaniem De Schuttera przykładem *gaminiscingu* (od połączenia słów *gaming* – granie i *reminiscing* – wspomnianie), dzięki któremu osoby starsze mogą sobie przypomnieć wydarzenia z własnej młodości, a z kolei młodszy odbiorcy mogą doświadczyć minionych dziejów w ciekawy lub bliski – ze względu na popularność gier cyfrowych – sobie sposób (por. De Schutter 2019). Takie rozwiązanie stwarza szansę na wykreowanie w odbiorze gry znaczeń, które będą dla graczy istotne, a tym samym zachęcające do rozgrywki. Podobne do *Brukel* produkcje – zarówno pod względem tematyki, jak i osobistego charakteru przedstawianych historii – to *Memories of Manzanar and Tule Lake* (tytuł roboczy) czy *La Peur Bleue*. W tej pierwszej twórca gry skupia się na wspomnieniach i zmaganiach swoich japońsko-amerykańskich dziadków, którzy byli internowani w obozie po ataku na Pearl Harbor, natomiast autor drugiego wspomnianego tytułu ma zamiar umożliwić graczom zrozumienie wojennych przeżyć swojego dziadka, który mieszkał we Francji w okresie II wojny światowej (por. De Schutter 2019).

Opisywane tu gry odwołują się do doświadczeń osób starszych, ale w tym kontekście warto krótko wspomnieć o produkcjach, w których

---

<sup>37</sup> Gry niezależne, określane też mianem *indie* czy „indyków” to w uproszczeniu tytuły będące odwrotnością gier AAA, czyli są to tytuły produkowane przez niewielkie studia, pozbawione wielomilionowych budżetów produkcyjnych i marketingowych, a niekiedy także wsparcia zewnętrznego wydawcy. Z jednej strony może to ograniczać potencjał sprzedażowy, z drugiej pozwala zachować większą niezależność twórczą, a także zachęca do częstszego eksperymentowania z tematyką czy funkcjonalnością gier.

starość czy przemijanie stanowią istotny element świata przedstawionego. Jedną z takich najbardziej znanych i cenionych przez krytyków gier jest artystyczna i niezależna *The Graveyard* z 2008 roku, którą stworzyli Auriea Harvey i Michaël Samyn ze studia Tale of Tales (Williams 2017: 225). Gracze wcielają się tu w spacerującą po trójwymiarowym cmentarzu staruszkę, a celowo ograniczone funkcjonalności oraz mechaniki – w grze można chodzić lub usiąść na ławce i odsłuchać utwór muzyczny – miały przekierować uwagę odbiorców na elementy świata przedstawionego, gdyż w opinii twórców ten tytuł to „obraz, który można eksplorować”<sup>38</sup>. Inna produkcja niezależna w ciekawy sposób ujmująca temat przemijania to wydana w 2007 roku przez Jasona Rohrera *Passage* – gra, podobnie jak *The Graveyard*, niezależna i dostępna z poziomu przeglądarki internetowej<sup>39</sup>. Tu celem gracza jest przemierzanie dwuwymiarowego świata jako postać, która w ciągu zaledwie pięciu minut rozgrywki przechodzi wszystkie etapy życia człowieka, by po upływie tego czasu umrzeć w wieku wyraźnie starszym (Williams 2017: 225). *Passage* jest interpretowane jako ugrojona wersja hasła *memento mori*, a o jej wyjątkowości świadczy synergia prostoty tego projektu (warstwa audiowizualna jest uproszczona, mechaniki ograniczone do eksploracji świata, czas rozgrywki wyjątkowo krótki) z siłą przekazu – podobnie jak w życiu, tak i w tej grze wszelka aktywność człowieka prowadzi do nieuchronnego i niezmiennego finału, jakim jest śmierć (Williams 2017: 226). Mimo wyraźnych walorów *The Graveyard* i *Passage* w warstwach artystycznej czy koncepcyjnej, nie są to produkcje, które były skierowane przede wszystkim do starszych odbiorców. Wydaje się, że zamiar był zupełnie inny, gdyż chodziło raczej o pokazanie relatywnie młodym fanom gier, że ich ulubione medium może być użyte do przedstawienia egzystencjalnych zagadnień w sposób niebanalny przy jednoczesnym poszerzaniu kolejnych granic w zakresie prezentowanych w grach tematów.

Innym podobieństwem łączącym niektóre z opisywanych wyżej gier jest angażowanie osób starszych już na etapie projektowania, a niekiedy także testowania tych produkcji. Uwzględnianie możliwości i potrzeb osób starszych w toku projektowania gier wpisuje się w przekonanie, wedle którego technologie powinny być dostosowane do wszystkich grup wiekowych

---

<sup>38</sup> Szczegółowe informacje dostępne są na witrynie internetowej *The Graveyard*: <http://tale-of-tales.com/TheGraveyard/index.html> (11.03.2021).

<sup>39</sup> Gra *Passage* i dodatkowe informacje są dostępne pod adresem: <http://hcsoftware.sourceforge.net/passage/> (11.03.2021).

(*age-friendly*), a w szczególności do osób starszych i z ograniczoną sprawnością, gdyż ich dyskryminacja pod tym względem stanowi ciągle aktualny problem, co podkreślają liczni eksperci, między innymi uczestnicy 4. Międzynarodowego Forum Długowieczności (por. ILC-BRAZIL 2016). Idea wytwarzania produktów i usług dostępnych dla szerokiego grona odbiorców – bez względu na ich wiek, niepełnosprawności czy inne czynniki – wpisuje się w filozofię projektowania uniwersalnego (UD – *universal design*), co w przypadku gier cyfrowych zostało zaadaptowane w koncepcji gier czy zabaw inkluzywnych (*inclusive play*), czyli filozofii tworzenia takich produkcji, które są dostępne dla osób o zróżnicowanych zdolnościach psychomotorycznych, poznawczych czy o odmiennych cechach społeczno-demograficznych, jak i reprezentujących wiele typów różnych pod względem tożsamości czy cielesności postaci (np. z niepełnosprawnościami, starsze czy pochodzące z grup mniejszościowych) (por. Crossley 2019). Projektant gier Quinn Crossley zaproponował definicję gry inkluzywnej jako takiej, „w której wszyscy gracze są mile widziani” – *an inclusive game is a game that actively welcomes all players* (por. Crossley 2019). Dalej w swoim poglądzie idzie Mia Consalvo, która proponuje perspektywę przeciwną do opisywanego wcześniej pomysłu projektowania gier specjalnie z myślą o seniorach. Badaczka przywołuje wnioski z własnych wywiadów z osobami starszymi i zauważa, że na takich użytkownikach tego medium należy patrzeć przede wszystkim jak na graczy, którzy podobnie jak osoby młodsze są zróżnicowani w swoich preferencjach i wyborach, a w grach – zarówno poważnych, jak i komercyjnych – nie szukają „opowieści o przemianiu” (*narrative of decline*), ale analogicznie jak młodszy liczą na angażujące i zapewniające rozrywkę doświadczenia (Consalvo 2017: VI). Jej zdaniem nie należy opierać procesu projektowania na stereotypach i tworzyć gry nie tylko dla osób starszych, ale też z nimi (Consalvo 2017: VI).

Przytoczony pogląd Mii Consalvo koresponduje z zachodzącymi ostatnio zmianami filozofii projektowania produktów oraz usług. Elizabeth B.-N. Sanders i Pieter Stappers, uznani badacze i eksperci w tym obszarze, opisują te przekształcenia w odniesieniu do roli potencjalnych użytkowników, którzy nie są już tylko pasywnym źródłem informacji, ale coraz częściej traktuje się ich jako aktywnych partnerów w procesie wytwarzania innowacji (Sanders i Stappers 2008: 5). To pierwsze nastawienie jest typowe dla metodyki określanej mianem projektowania zorientowanego na użytkownika (UCD – *user-centered design*) – o czym w kontekście osób starszych oraz z niepełnosprawnościami pisano już w latach 90. XX wieku (por. Petrie 1997) – i polega ono na projektowaniu innowacji

technologicznych czy społecznych z wykorzystaniem zgromadzonych informacji na temat ich potencjalnych użytkowników w zakresie charakterystyk, potrzeb czy opinii (Sanders i Stappers 2008: 5). Natomiast drugie wpisuje się w tradycję projektowania partycypacyjnego (PD – *participatory design*), w którym potencjalni użytkownicy są nie tylko źródłem wiedzy, ale także biorą aktywny udział na różnych etapach tworzenia i wdrażania produktu czy usługi, podejmując tym samym rolę współprojektantów (Sanders i Stappers 2008: 5). Pomimo odmiennej historii powstania i rozwoju (PD wywodzi się z krajów Europy Północnej, natomiast UCD z USA), w ostatnich kilkudziesięciu latach obie metody wzajemnie na siebie oddziałują, a w istocie łączy je założenie, wedle którego projektowanie rozwiązań technologicznych nie powinno być realizowane w oderwaniu od faktycznych potrzeb, możliwości oraz ograniczeń potencjalnych ich odbiorców (Sanders i Stappers 2008: 5).

Z kolei Sebastian Merkel i Alexander Kucharski, odnosząc się do innowacji z zakresu gerontechnologii, roboczo definiują PD w następujący sposób (Merkel i Kucharski 2019: e17):

[jest to – przyp. DG] metodologia badawcza wykorzystywana do projektowania artefaktów technologicznych, w której angażuje się (przyszłych) użytkowników (tu osoby starsze) w prace badawcze oraz projektowe jako pełnoprawnych partnerów dla badaczy i/lub projektantów.

Jednocześnie zauważają oni, że podejście typu PD może być zrealizowane na wszystkich etapach wytwarzania produktów czy usług, stosując w zależności od potrzeb odmienne metody i techniki pracy (m.in. wywiady fokusowe, prototypowanie, warsztaty), przy czym istotne jest tutaj także ich zorganizowanie, które prowadzi do wzajemnego porozumienia i demokratyzacji procesu twórczego – także w odniesieniu do zewnętrznych interesariuszy, na przykład bliskich osób starszych czy ich opiekunów (Merkel i Kucharski 2019: e17).

Przyjęcie takiej perspektywy jest niezbędne dla tworzenia dostępnych technologii, ale jednocześnie wymaga poznania ich potencjalnych użytkowników. Można tego dokonać zarówno przez analizę materiałów zastanych (publikacji czy raportów), w toku specjalnie ukierunkowanych badań konsumenckich czy w ramach mniej lub bardziej włączających testów czy procedur projektowania. Koncentracja na odbiorcach jest ważna także z powodu stopnia zróżnicowania zbiorowości samych seniorów, stylów ich życia oraz licznych kontekstów procesu pomyślnego starzenia się, na co zwracałem już uwagę w początkowych fragmentach książki. Osoby starsze

stanowią różnorodną grupę potencjalnych odbiorców gier cyfrowych, dlatego dominujące na rynku gier komercyjnych praktyki produkcyjne wiążą się z ryzykiem wystąpienia negatywnych efektów, na przykład pomijania zróżnicowania potrzeb wynikających z odmienności płciowej (ślepotą płciową – *gender blindness*), dyskryminacji starszych konsumentów czy wytwarzania rozwiązań niedostosowanych do ich potrzeb, możliwości lub zainteresowań (Zapędowska-Kling 2015: 213). Należy więc mieć na uwadze takie kwestie, jak fizjonomia oraz – fizyczna, psychiczna, poznawcza – sprawność osób starszych czy też czynniki społeczno-kulturowe: wiek, płeć, miejsce zamieszkania, stopień wykształcenia czy status materialny (Zapędowska-Kling 2015: 213). Jest to kolejna przesłanka uzasadniająca konieczność holistycznego ujęcia badanej problematyki, a w kontekście projektowania gier dla osób starszych – angażowania ich w ten proces. Takie włączające podejście jest stosowane w odniesieniu do innych technologii (np. z zakresu telemedycyny) wspomagających osoby starsze w aktywnym starzeniu się i wynika z potrzeby poprawy ich dostępności, a także zwiększenia często niskiego poziomu ich akceptacji i wykorzystania wśród osób starszych (Merkel i Kucharski 2019: e16). Z przeprowadzonej przez Merkla i Kucharskiego metaanalizy 26 publikacji (z lat 2012–2017), poświęconych partycypacyjnemu projektowaniu technologii wspomagających osoby starsze wynika, że najczęściej takie podejście jest stosowane w odniesieniu do szeroko rozumianych technologii informacyjno-komunikacyjnych (m.in. rozwój aplikacji mobilnych, poprawa interfejsów użytkownika, produkcja urządzeń wyposażonych w ekrany dotykowe czy nawet robotów) (Merkel i Kucharski 2019: e18). Trzy z tych projektów dotyczyły gier cyfrowych, a dokładniej treningowych/ruchowych (*exergames*) opracowanych z myślą o przeciwdziałaniu upadkom, przy których tworzeniu wykorzystano takie metody i techniki, jak: warsztaty, wywiady, obserwacje, dyskusje grupowe czy testowanie prototypów (Merkel i Kucharski 2019: e19-e20). Zastosowanie metod jakościowych – typowe dla całego zbioru uwzględnionych w omawianej metaanalizie tekstów – powoduje konieczność ograniczania liczby zaangażowanych w proces projektowania uczestników, a rekrutowanie ich z określonych środowisk – zazwyczaj organizacji senioralnych – wiąże się z niebezpieczeństwem pomijania przedstawicieli grup marginalizowanych, na przykład ludzi niewykształconych, z niskimi dochodami czy samotnych (Merkel i Kucharski 2019: e21). Odnosząc te rozważania do prób angażowania seniorów we współprojektowanie gier cyfrowych, należy stwierdzić, że dotychczas było to zagadnienie rzadziej podejmowane przez badaczy, ale też zawodowych projektantów, zasadniczo skupionych

na potrzebach młodszych graczy (Havukainen i in. 2020: 164). Natomiast podjęcie próby otwarcia na starszych ludzi nie musi być traktowane jako trudne wyzwanie, a uwzględnienie ich życiowych doświadczeń w procesie współprojektowania gier może stanowić cenny wkład w rozbudowę ich oferty i poprawę dostępności (Havukainen i in. 2020: 165). Martti Havukainen wraz ze współpracownikami wymienia następujące rodzaje przydatnych w projektowaniu gier zasobów, jakimi dysponują osoby starsze (Havukainen i in. 2020: 179):

- czas: osoby starsze zazwyczaj są mniej aktywne zawodowo, dlatego mają więcej czasu na aktywności różnego typu, w tym współprojektowanie gier, które niekiedy wymaga wielogodzinnych i częstych spotkań;
- doświadczenia życiowe: dłuższe życie wiąże się zazwyczaj z większym bogactwem opowieści, historii czy wrażeń, które mogą wzbogacić projekty i zawartość tworzonych gier;
- oryginalna perspektywa: bogatsze doświadczenia życiowe mogą stanowić rezerwar dla innowacyjnych, opartych na doświadczeniu długiego życia rozwiązań w zakresie mechanik rozgrywki czy funkcjonalności implementowanych w grach;
- skupienie na użyteczności: osoby starsze oczekują, że współprojektowane gry będą użyteczne, a rozgrywka przynosić będzie korzystne i znaczące efekty;
- motywacja: seniorzy przejawiają wysoką motywację do współprojektowania gier opartych na ich własnych doświadczeniach życiowych, chcąc się nimi dzielić na potrzeby procesu twórczego;
- szczerość: seniorzy nie unikają komentowania i krytyki pomysłów rozwijanych na dowolnym etapie produkcji gry.

Z powyższego zestawienia wynika, że osoby starsze – przy odpowiednim poziomie chęci i motywacji – mogą się realizować na kilka różnych sposobów w procesie wytwarzania gier cyfrowych, by w ten sposób wspierać profesjonalnych twórców w przygotowywaniu bardziej dostępnych i uniwersalnych tytułów, w których sens i ważne dla siebie treści odnajdą zarówno młodzi gracze, ci w średnim wieku, jak i seniorzy wśród pasjonatów tego medium.

W podsumowaniu tego fragmentu powinno jeszcze raz wybrzmieć, że branża elektronicznej rozrywki nie jest obecnie mocno zainteresowana produkcją wysokobudżetowych gier projektowanych z myślą o starszych konsumentach. Jednocześnie w segmencie gier niekomercyjnych (niezależnych) czy poważnych powstają takie tytuły, ale mają one przede wszystkim



pomagać osobom starszym w rozwoju lub częściej w ograniczaniu negatywnych konsekwencji mijającego czasu, realizując przez to – nie zawsze świadomie – ideę pomyślnego starzenia się. Zasadniczo w takim ujęciu myśli się przede wszystkim o problemach związanych z procesem starzenia, a dopiero w dalszej kolejności bierze się pod uwagę aspekty ludyczne oraz możliwość czerpania rozrywki z gamingu. Według przywołanych wcześniej słów Mii Consalvo twórcy takich projektów postrzegają potencjalnych odbiorców swoich gier przede wszystkim w kontekście wieku, a kosztem innych ich cech. Uważam przy tym, że nawet w edukacyjnych czy treningowych produkcjach nie można zapominać o rozrywce, a także o osobistym nastawieniu seniorów do roli zabawy i gier w ich życiu, co starałem się pokazać. Ujawnia się tu pewien rozdźwięk pomiędzy opisanymi wyżej wysiłkami twórców gier poważnych czy też edukacyjnych a przedstawianymi dalej oddolnymi próbami zaangażowania w kulturę gier cyfrowych, których podejmują się niektórzy seniorzy. Ci ostatni niekoniecznie sięgają po produkcje tak wyraźnie nastawione na konkretne korzyści, szukając zazwyczaj prostej rozrywki. Oczywiście może to wynikać z niskiego poziomu kompetencji (cyfrowych) czy kapitału growego, co ogranicza ich szanse dotarcia do słabo promowanych gier poważnych czy edukacyjnych, na które relatywnie trudno trafić podczas wyszukiwania w internecie tak zwanych gier dla seniorów. Jak starałem się pokazać, w ten sposób opisuje się raczej gry komercyjne o zróżnicowanym poziomie złożoności, zapewniające w pierwszej kolejności przyjemność i rozrywkę.

### 3.6. Silver gaming w ujęciu badawczo-statystycznym

W niniejszym fragmencie próbuję zobrazować skalę zainteresowania osób starszych grami cyfrowymi, odwołując się do danych zastanych – zarówno o charakterze ilościowym, jak i jakościowym. Nie ograniczam się przy tym do danych z Polski z dwóch powodów. Po pierwsze, z uwagi na mocno ograniczoną liczbę przeprowadzonych do tej pory analiz tego zagadnienia. Po drugie, z chęci zapewnienia szerszego kontekstu dla prowadzonych przeze mnie rozważań, które we fragmencie dotyczącym badań własnych ograniczają się do Polek i Polaków.

Opisywany wcześniej proces ludyfikacji kultury ma charakter powszechny, gdyż wzrost znaczenia gier i zabaw w życiu ludzi można zaobserwować w wielu krajach odmiennych pod względem kulturowym. Podobnie jest z silver gamingiem, ponieważ zbieżne tendencje ujawniły badania

prowadzone na różnych kontynentach. W 2019 roku odnotowano w Australii, że gracze pomiędzy 65. a 94. rokiem życia stanowili 10% wszystkich grających i odsetek ten systematycznie rośnie, a w kategorii emerytów sięganie po to medium zadeklarowało aż 42% badanych (Brand i in. 2019: 17). Rosnące zainteresowanie grami cyfrowymi wśród seniorów zauważyli także badacze ze Stanów Zjednoczonych, gdzie wydawane są jedne z najbardziej kompleksowych raportów poświęconych silver gamingowi. Są to publikacje będące efektem współpracy amerykańskiego stowarzyszenia producentów gier ESA (Entertainment Software Association) oraz AARP. W edycji z 2019 roku dowiadujemy się, że (Kakulla 2019: 4–5):

- w USA stale rośnie odsetek graczy 50+, którzy codziennie oddają się swojej pasji; względem 2016 roku odnotowano wyraźnie wyższy procent (38% do 44%) osób 50+, które sięgają po gry cyfrowe przynajmniej raz w miesiącu, co w wartościach bezwzględnych oznacza zwiększenie liczby takich ludzi z poziomu 40,2 miliona do 50,6 miliona;
- przeciętny srebrny gracz (przeważają wśród nich kobiety) poświęca średnio 5 godzin tygodniowo na gry;
- ważnym czynnikiem zaangażowania osób starszych w świat cyfrowej zabawy jest ich rosnące przekonanie o przyjemności i użyteczności płynącej z gamingu, co daje im możliwość nawiązywania relacji społecznych, utrzymania sprawności mentalnej, redukcji stresu czy po prostu rozrywki;
- srebrni gracze stają się coraz bardziej świadomymi konsumentami gier; w porównaniu z 2016 rokiem mniejszy ich odsetek zwraca się do dzieci lub wnuków z prośbami o pomoc w zdobyciu wiedzy o nowych grach; zamiast tego decydują się na samodzielne poszukiwania w źródłach offline'owych i online'owych: mediach społecznościowych, reklamach, stronach internetowych czy aplikacjach mobilnych;
- w ostatnich latach obserwuje się zwrot amerykańskich graczy 50+ w kierunku grania mobilnego na smartfonach oraz tabletach;
- jednocześnie są oni coraz bardziej aktywnymi konsumentami, ponieważ kupują nie tylko gry, ale także płatne dodatki, cyfrowe przedmioty do gier<sup>40</sup>, sprzęt niezbędny do ich uruchamiania oraz akcesoria, wydając przy tym na to znacznie więcej w porównaniu z 2016 rokiem;

---

<sup>40</sup> W zależności od gry mogą to być dodatkowi bohaterowie bądź jednostki, elementy wyposażenia, różnego rodzaju punkty poprawiające pozycję gracza czy umożliwiające dalszą rozgrywkę, a także wirtualna waluta służąca do dokonywania zakupów w świecie gry.



- znaczna część badanych (tj. 85%) deklaruwała, że ich zainteresowaniem grami cyfrowymi towarzyszy także pasja do gier tradycyjnych – w obu przypadkach najczęściej wybieranymi rodzajami gier są logiczne, karciane oraz zawierające zagadki graficzne.

Wzrastające znaczenie osób starszych w branży gier odnotowano także na rynkach europejskich. W 2017 roku przedstawiciele ISFE (International Software Federation of Europe, a obecnie pod zmienioną nazwą Video Games Europe) opublikowali dokument pt. *The New Faces of Gaming*, w którym wykazano rosnące zainteresowanie grami wśród odbiorców do tej pory słabo kojarzonych z tradycyjnym wyobrażeniem gracza, czyli osoby o cechach 20-letniego mężczyzny, grającego na komputerze lub konsoli, sugerując tym samym konieczność poszerzenia dotychczas przyjmowanej perspektywy na rynek gier cyfrowych o potrzeby kobiet oraz srebrnych graczy (por. Mena i Cookman 2017). Okazuje się, że w okresie od 2013 do 2016 roku na wybranych europejskich rynkach (Wielka Brytania, Niemcy, Francja oraz Hiszpania) odsetek użytkowników gier w wieku 45–64 lat wzrósł z poziomu 21% do 27% (por. Mena i Cookman 2017). Takie wyniki nie zaskakują w świetle ogólnych procesów demograficznych, jednak zdziwienie może generować zestawienie czasu poświęcanego na gaming. W analizowanym okresie trzeciego kwartału 2016 roku badani w wieku 45–64 lat poświęcali średnio 7,5 godziny tygodniowo na korzystanie z gier bez względu na platformę sprzętową, natomiast w grupie respondentów w wieku 25–35 lat uzyskano wynik na poziomie 6,2 godziny tygodniowo (por. Mena i Cookman 2017). Niestety autorzy nie dostarczają wyjaśnienia tej obserwacji, jednak można przyjąć, że wskazany fakt wynika z uwalnianych wraz z wiekiem zasobów czasowych, co przy okazji podobnego zjawiska sugerowali badacze z amerykańskiego Pew Research Center w raporcie z 2008 roku na temat gamingu w społeczeństwie amerykańskim. Ujawniono w nim ciekawy trend polegający na stałym spadku zainteresowania graniem wraz z wiekiem respondentów, przy czym prawidłowość ta ulegała załamaniu w najstarszej kategorii badanych, czyli w wieku 65 i więcej lat (por. Lenhart, Macgill i Jones 2008). Badacze powiązali swoje odkrycie z przechodzeniem respondentów w wiek emerytalny, przez co emeryci – podobnie jak dzieci i nastolatki – mają najwięcej wolnego czasu na cyfrową zabawę w przeciwieństwie do zazwyczaj najmocniej obciążonych obowiązkami ludzi w średnim wieku (por. Lenhart, Macgill i Jones 2008). Te wyjaśnienia korespondują z ogólnymi i opisanymi już prawidłowościami. Praktyka sięgania po gry cyfrowe realizowana jest zazwyczaj w czasie

wolnym, którego znaczące zasoby mogą pojawić się w efekcie zaprzestania aktywności zawodowej czy przejścia na emeryturę, czyli innymi słowy wejścia w trzeci wiek (Laslett 1991: 78). Koresponduje to chociażby z raportem Komisji Europejskiej na temat srebrnej gospodarki, w którym także sugerowano, że osoby starsze wydają więcej na rekreację oraz kulturę właśnie ze względu na bogatsze zasoby czasu wolnego (Komisja Europejska 2018: 9). Co więcej, dla seniorów korzystanie z nowych mediów oraz technologii cyfrowych jest coraz częściej elementem strategii radzenia sobie z rosnącymi zasobami wolnego czasu (Kluszczyńska 2011: 96–97).

Do niedawna sytuacja polskich srebrnych graczy była trudna do uchwycenia, gdyż wzmianki o nich ograniczały się zasadniczo do okazjonalnych publikacji w mediach internetowych, co opisuję w dalszej części rozdziału. Polscy badacze i badaczki – w przeciwieństwie do naukowców publikujących po angielsku – nie byli na tyle mocno zainteresowani tą problematyką, by poświęcić jej szersze opracowania, o czym pośrednio świadczą ogromne różnice w liczbie tekstów naukowych opublikowanych na ten temat po polsku względem publikacji anglojęzycznych. Rodzimi autorzy podejmowali zazwyczaj tylko niektóre aspekty zaangażowania osób starszych w świat gier cyfrowych, na przykład: potencjał gier konsolowych (konkretnie Nintendo Wii) w profilaktyce upadków osób starszych, wykorzystanie gier ruchowych (*exergames*) do aktywizacji fizycznej seniorów, wpływ treningu w grach na procesy poznawcze, zastosowanie kontrolera ruchowego Kinect do poprawy funkcjonowania osób starszych czy też badanie wpływu gier miejskich opartych na aplikacji mobilnej na efektywność uczenia się seniorów (por. Żak i in. 2014; Bielecki 2015; Sobczak 2015; Tutak i Woś 2016; Jurczyk-Romanowska i in. 2019). Z jednej strony taki stan rzeczy można próbować tłumaczyć przekonaniem o marginalnym znaczeniu gier cyfrowych w życiu seniorów, z drugiej – szerszym problemem niewielkiego zainteresowania, jakie gry cyfrowe wywołują u przedstawicieli polskich nauk społecznych (Krawczyk 2016: 32), którzy, jak się zdaje, w największym stopniu byłiby zainteresowani holistycznym ujęciem zjawiska silver gamingu, będącego przecież fenomenem społecznym. Wobec tego dostępne dane nie dostarczają pogłębionej wiedzy o zaangażowaniu rodzimych seniorów w kulturę gier cyfrowych, ponieważ ich autorzy skupiają się raczej na konkretnych problemach badawczych, a nie na zjawisku jako takim. Jednocześnie przedstawiane dalej dane pozwalają na umiarkowany optymizm wobec ewentualnej popularyzacji tej praktyki w Polsce.

Ogólnych wzmianek o zainteresowaniu starszych Polek i Polaków grami cyfrowymi doszukać się można w komunikacie CBOS z 2010 roku,

w którym przedstawiono między innymi rodzaje podejmowanych przez seniorów (60-letnich i starszych) aktywności w czasie wolnym. Analiza została oparta na danych z 2007 roku. Niestety autorzy postanowili połączyć w jedną kategorię korzystanie z komputera, internetu i gier komputerowych, co mocno ogranicza moc wyjaśniającą uzyskanych wyników. Ten rodzaj aktywności – podobnie jak podejmowanie działalności społecznej i na rzecz środowiska – uzyskał najniższy odsetek odpowiedzi pozytywnych, gdyż aż 85% ankietowanych stwierdziło, że nie zajmuje się tym, ponieważ ich to nie interesuje, a w sumie jedynie 11% podejmowało takie działania (CBOS 2010: 10). Z kolei w 2009 roku autorzy raportu *Diagnoza Społeczna* zapytali Polaków o wykorzystywanie gier online. Takie produkcje, określane także pojęciem gier sieciowych, są przeznaczone dla wielu graczy, a do ich uruchomienia wymagane jest aktywne połączenie z internetem. Mimo wąskiej perspektywy, polegającej na zainteresowaniu tylko jednym rodzajem gier cyfrowych, co stanowi istotne ograniczenie tego badania, warto przywołać wywołane w jego trakcie dane, gdyż już wtedy 20% badanych w wieku 15–49 lat i 12% tych powyżej 50. roku życia zadeklarowało sięgnięcie po grę online przynajmniej raz w ciągu ostatnich siedmiu dni (Batorski i Zajac 2010: 73). Jednocześnie odsetek odpowiedzi był wyraźnie wyższy w pytaniu o to, czy ankietowani kiedykolwiek skorzystali z gry sieciowej, co wskazało 57% respondentów w wieku 14–49 lat oraz 27% osób 50+ (Batorski i Zajac 2010: 72). Wyraźny trend wzrostowy widać także w danych zgromadzonych na potrzeby raportu *Diagnoza Społeczna 2013* i to pomimo zmodyfikowanej kafeerii pytania, ponieważ wówczas 22% ankietowanych w wieku do 59 lat oraz 18% osób 60+ przyznało się do grania w gry sieciowe w ciągu ostatniego tygodnia (Czapiński i Błędowski 2014: 60). Zmiany mogą więc wynikać nie tylko z powiększenia grupy osób starszych, deklarujących korzystanie z omawianego tu rodzaju gier, ale też ich przesunięcia w stronę użytkowników na późniejszych etapach życia. Pomędzy kolejnymi edycjami *Diagnozy Społecznej*, w 2012 roku, opublikowano wyniki szeroko zakrojonych badań europejskich rynków gier, które zostały zleczone przez ISFE (Interactive Software Federation of Europe). Uzyskane dane wskazują, że 22% badanych Polaków oraz 19% Polek w wieku 55–64 lat zadeklarowało skorzystanie z różnego typu gier cyfrowych w ciągu ostatnich 12 miesięcy, przy czym europejska średnia (wyliczona dla 16 państw) wynosiła kolejno 28% dla mężczyzn i 27% dla kobiet (ISFE 2012: 9). Niewielka wzmianka o zainteresowaniu osób starszych grami pojawiła się też w raporcie *Między alienacją a adaptacją. Polacy w wieku 50+ wobec internetu*, gdzie w jednym z cytatów pewna rozmówczyni krótko przyznaje, że lubi grać w „jakies” niedookreślone gry (Batorski i Zajac 2010: 70). Niestety

wątek ten nie został szerzej opisany w cytowanej publikacji. Te dość ograniczone dane sugerują, że dekadę wcześniej sięganie po gry cyfrowe nie było popularne wśród polskich seniorów, jednak już wtedy niewielki odsetek pionierów i pionierów decydował się na ten rodzaj innowacyjnej praktyki.

Bardziej pogłębione badania i wnioski na temat praktyki silver gamingu w kontekście polskim pojawiły się dopiero w ostatnich kilku latach. Rozpocznę od wzmianki autorów badania poświęconego kulturowej partycypacji Polek i Polaków, którzy podkreślili w swojej publikacji, że zainteresowanie grami cyfrowymi nie jest ograniczone tylko do tak zwanych cyfrowych tubylców, czyli zasadniczo ludzi młodych i dorastających wraz z postępującą cyfryzacją życia społecznego (Bachórz i in. 2016: 29). W raporcie krótko przywołana jest historia pani Zofii, która pomimo skończonych 50 lat chętnie poświęca swój czas wolny nie tylko na tradycyjnie kojarzone ze starszymi kobietami haftowanie, ale też gry społecznościowe na Facebooku (Bachórz i in. 2016: 29). W roku 2019 Krakowski Park Technologiczny wraz z Polish Gamers Observatory przedstawił wyniki piątej edycji badania *Polish Gamers Research*, w którym po raz pierwszy poszerzono próbę badawczą na graczy w wieku 56–65 lat (por. Bobrowski i in. 2019). Z zestawienia badanych w wieku 15–55 lat z tymi w wieku 56–65 lat wynika, że starsi rzadziej deklarują korzystanie z gier cyfrowych (15–55: 76%, 56–65: 52%), a także dokonują mniej zróżnicowanych wyborów, gdyż grają głównie na komputerach i urządzeniach mobilnych, unikając konsol do gier. Użytkownicy na późniejszych etapach życia prowadzą też mniej intensywne rozgrywki, ponieważ grają zazwyczaj nie codziennie, lecz co kilka dni. Co więcej, w porównaniu z graczami młodszymi rzadziej deklarują nie tylko codzienne, ale też bardzo rzadkie granie. Różnice odnotowano także w sferze postaw, gdyż starsi gracze różnią się od młodszych przede wszystkim tym, że rzadziej decydują się na rozgrywkę motywowaną emocjami czy chęcią rywalizacji. Gaming jest dla nich przede wszystkim sposobem na relaks i radzenie sobie ze stresem. Rzadziej też szukają w grach narzędzia do rozwijania swoich kompetencji czy okazji do poznania kogoś nowego. Jest to zrozumiałe w perspektywie uzyskanych danych, według których większość badanych to osoby nastawione głównie na samotną rozgrywkę w trybach dla pojedynczego gracza (por. Bobrowski i in. 2019).

Dodatkowych informacji o polskich srebrnych graczach dostarcza zleczone przez firmę Intel badanie *Silver Gamers*. Z opublikowanych w połowie 2020 roku wyników wyłania się podobny do powyżej zaprezentowanego obraz graczy 55+, którzy: stanowią 15% całości polskiej populacji użytkowników gier; częściej są kobietami (58% – K, 42% – M); preferują gry

logiczne oraz edukacyjne; niekiedy sięgają po popularne serie gier z *Wiedźminem* na czele; unikają rozgrywek sieciowych z innymi (61% wybiera tryb dla pojedynczego gracza) czy też angażowania się w społecznościowy wymiar kultury gier (np. oglądanie filmów publikowanych przez influencerów); sięgają po gry przede wszystkim ze względu na możliwość rozwijania zręczności i refleksu oraz odstresowania się i zrelaksowania; czy wreszcie grają kilka razy w tygodniu (średnio niespełna 11 godzin, czyli około 4 godziny krócej niż przeciętny gracz) (por. Hekman 2020). Z przedstawionego tu omówienia polskich badań wyłaniają się pewne podobieństwa do przytoczonych wcześniej analiz z rynku amerykańskiego – głównie w aspektach preferowanych platform sprzętowych (komputery, urządzenia mobilne) oraz relaksacyjnych motywacji do sięgania po gry.

Wśród polskich raportów poświęconych osobom starszym można znaleźć jeszcze kilka opracowań luźno nawiązujących do medium gier cyfrowych, ale przydatnych dla moich analiz. W publikacji *Świat na miarę wieku. Potencjał konsumencki pokolenia 55+* czytamy między innymi, że 22% najbardziej zaangażowanych użytkowników internetu powyżej 55. roku życia – określonych mianem e-seniorów – korzysta z gier komputerowych, co jest wynikiem ze środka zestawienia (KIGS/Kantar 2019: 12). Dla porównania mniejszy odsetek odpowiedzi uzyskały takie praktyki, jak: zamieszczanie/poszukiwanie ogłoszeń, czytanie blogów, komentowanie, publikowanie filmów/zdjęć czy też nauka w formie e-learningu, na którą wskazało zaledwie 9% badanych (KIGS/Kantar 2019: 12). Te dane uświadamiają, że część starszych internautów może chętniej sięgać po gry, niż wykonywać inne popularne czynności w sieci. Jednocześnie w kolejnym raporcie z podobnego okresu podano, że w zestawieniu z „młodym pokoleniem” osoby starsze bardzo rzadko deklarują granie w gry komputerowe (w podgrupie seniorów 5,7% wskazań, a wśród przedstawicieli młodego pokolenia 29%) (Kantar 2019: 6). Jak to interpretować? Być może e-seniorzy będący kompetentnymi użytkownikami internetu, stanowiący niewielki odsetek wszystkich starszych Polek i Polaków, przejawiają relatywnie wysokie zainteresowanie grami, ale nie aż tak intensywne, jak przedstawiciele młodszych generacji.

Przedstawione w tym fragmencie omówienie nie tylko nie pozwala na jasną odpowiedź na pytanie o popularność gier cyfrowych wśród starszych Polek i Polaków, ale też nie zapewnia pogłębionej wiedzy o tym zjawisku. Pierwsze ograniczenie wynika przede wszystkim z przygodności zrealizowanych badań (np. brak długofalowych, panelowych ujęć), metodologicznych ograniczeń (np. pytania o tylko jeden rodzaj gier, niereprezentatywne próby) czy odmiennych konceptualizacji oraz operacjonalizacji (np. różne

definicje osób starszych, rozmaicie określane rodzaje badanych gier)<sup>41</sup>. W efekcie poszczególne raporty trudno ze sobą zestawić w celu wykazania prawidłowości wyłaniających się z danych, by w ten sposób dojść do klarownego obrazu srebrnych graczek i graczy w Polsce. Drugie ograniczenie powiązane jest z ilościowym charakterem podejmowanych do tej pory prób badania i objaśniania silver gamingu w polskim kontekście, a także z ignorowaniem gier cyfrowych, nawet w sytuacji, gdy temat ten ujawniał się w toku analizy danych jakościowych. Dlatego przedstawione tu wnioski z badań zastanych traktować można jako źródło wstępnych obserwacji, sugestii badawczych oraz intuicji, ale z pewnością nie jako pełne czy pogłębione omówienie podjętej problematyki. Jednocześnie przypominam, że także moje własne badania nie dostarczają reprezentatywnych danych o zaangażowaniu polskich seniorów i seniorek w kulturę gier cyfrowych. Ich walor osadza się przede wszystkim na relatywnie holistycznym ujęciu tego zjawiska, co w moim przekonaniu może stanowić punkt wyjścia dla przyszłych i lepiej zaprojektowanych badań ilościowych, które mogłyby zostać zrealizowane w celu potwierdzenia bądź odrzucenia wniosków wyłaniających się z danych jakościowych.

### 3.7. Silver gaming w doniesieniach internetowych

Opisane wcześniej badania dostarczają ogólnej i niepewnej wiedzy o zaangażowaniu seniorów w gaming, dlatego należy podjąć starania badawcze, których efektem będzie pogłębiony wgląd w to zjawisko. Pomocne w tym zamiarze mogą być inne niż akademickie źródła wiedzy. Silver gaming jest opisywany także przez popularne media. W tym podrozdziale zajmuję się doniesieniami opublikowanymi na polskich stronach internetowych, które zebrałem i przeanalizowałem na potrzeby niniejszego projektu.

W praktyce omówione dalej doniesienia zostały wyselekcjonowane przy użyciu polskojęzycznej wersji wyszukiwarki Google. Podstawą analizy było pierwszych kilkanaście (od 5 do 12) stron wyników dla zestawu wyrażań, które wiążą różne rodzaje gier cyfrowych z hasłami „seniorzy” lub „osoby starsze”. Po odrzuceniu wyników niezwiązanych z podjętą tematyką,

---

<sup>41</sup> Pojęciowe nieścisłości dobrze ilustruje opublikowany w 2018 roku raport pt. *Fenomen dojrzałego gracza*, w którym mianem „dojrzałych graczy” określono osoby w przedziale wiekowym od 25 do 44 lat. Z tego powodu publikacja ta nie została włączona do przeprowadzonych przeze mnie analiz materiałów zastanych. Szczegółowe informacje o tym raporcie dostępne na stronie internetowej: <https://lenovogaming.pl/aktualnosci/235,fenomen-dojrzalego-gracza-w-co-i-jak-graja-starsi> (15.08.2023).



a także duplikatów, do uproszczonej analizy treści zakwalifikowałem rodzaje publikacji zestawione w tabeli 4<sup>42</sup>.

**Tabela 4.** Podstawowa charakterystyka bazy wyszukanych doniesień medialnych

Wyszukiwana fraza	Liczba publikacji	Zakres lat
Gry wideo seniorzy	33	2007–2020
Gry komputerowe seniorzy	30	2006–2020
Gry online seniorzy	15	2009–2020
Gry wideo osoby starsze	13	2011–2020
Gry konsolowe seniorzy	13	2010–2019
Gry komputerowe osoby starsze	11	2009–2020
E-sport seniorzy	8	2017–2020
Gry cyfrowe seniorzy	7	2016–2020
Gry na telefon osoby starsze	6	2014–2020
Gry na telefon seniorzy	5	2013–2020
Gry cyfrowe osoby starsze	3	2012–2020
Gry online osoby starsze	3	2013–2019
E-sport osoby starsze	3	2018–2020
Gry mobilne seniorzy	3	2016–2017
Gry konsolowe osoby starsze	1	2020
Gry mobilne osoby starsze	1	2018

Przygotowana w ten sposób baza odnośników – po niezbędnych uzupełnieniach w przypadkach, gdy artykuł odnosił się do innych istotnych z perspektywy tematu treści – okazała się przydatna także do opisu silver gamingu w sferze działań oddolnych oraz projektów instytucjonalnych, czym zajmuję się w kolejnych podrozdziałach.

W wygenerowanej bazie znalazły się witryny o zróżnicowanym profilu: ogólnotematyczne o zasięgu krajowym (m.in. NaTemat.pl), ogólnotematyczne o zasięgu regionalnym (m.in. DziennikZachodni.pl, GłosWielkopolski.pl, DziennikBałtycki.pl itp.), informacyjno-edukacyjne skupione na osobach starszych (m.in. CafeSenior.pl, Senior.pl, eDziadkowie.pl, RynekSeniora.pl, NaszSenior.pl), poświęcone opiece stacjonarnej seniorów

<sup>42</sup> Wyniki pochodzą z okresu 25–27 listopada 2020 roku.

(m.in. Careexperts.pl), technologiczne (m.in. Benchmark.pl, Antyweb.pl, PCWorld.pl, KomputerŚwiat.pl), gamingowe (m.in. GameDot.pl, GryOnline.pl, Techgame.pl, Esportmania.pl, GamePlanet.onet.pl, Ppe.pl, Eurogamer.pl, Gram.pl), medyczne i popularnonaukowe (m.in. Spartanska.pl, Termedia.pl, RynekZdrowia.pl, Medonet.pl, Naukawpolsce.pap.pl), religijne (Deon.pl), komercyjne (np. RedBull, PKO BP, AOC, Allegro) czy rozrywkowe (m.in. Donald.pl, NaEkranie.pl). Publikacje na temat gier cyfrowych w kontekście osób starszych umieszczały na swoich stronach także telewizje i radia o zasięgu ogólnokrajowym (np. TVP Info, Polsat Games, Polskie Radio) oraz instytucje – zarówno działające na rzecz seniorów (m.in. centra aktywności senioralnej, domy seniora), jak i o innym profilu (biblioteki, samorządy, muzea itp.) – nie tylko informując o korzyściach z grania w późniejszym wieku, ale w kilku przypadkach także o możliwości wypróbowania gier lub nauki ich obsługi w trakcie realizowanych zajęć edukacyjnych. Kilka odnalezionych stron to fora dyskusyjne, gdzie zazwyczaj rozmawiano o korzyściach, jakie seniorzy mogą czerpać z grania, a także pytano o gry odpowiednie dla starszej osoby. Warto też odnotować pojedyncze filmy dostępne na polskojęzycznej stronie portalu YouTube. Udało mi się odnaleźć dziewięć takich materiałów, opublikowanych w latach 2015–2020. Większość z nich zawiera opis praktyki sięgania po gry cyfrowe przez osoby starsze, przy czym jest ona prezentowana z kilku odmiennych perspektyw jako: wywiady ze srebrnymi graczami i graczami, wideopodsumowanie wdrożenia gier cyfrowych na szpitalnym oddziale geriatrycznym, krótka wzmianka o grach w ramach kampanii rządowej na rzecz cyfrowego zaangażowania seniorów, relacja z pierwszych kontaktów grupy osób starszych z grami konsolowymi, krótka zachęta ze strony srebrnej graczy do pozostania w domu z powodu pandemii COVID-19, zapis wspólnej rozgrywki srebrnej graczy z popularnym twórcą wideo na YouTube. Jednocześnie udało mi się odnaleźć jeden kanał prowadzony przez gracza 60+, na którym regularnie prezentowane są zapisy rozgrywek w jedną z popularnych gier sieciowych.

Znaczna część wyselekcjonowanych publikacji to krótkie lub średniej długości teksty wzorowane na anglojęzycznych oryginałach. Jeśli artykuł jest polski, to są to częściej doniesienia o prowadzonych projektach badawczych i rozwijanych w ich ramach grach, opisy akcji promocyjnych lub też działań instytucji, na przykład informacje o organizowanych spotkaniach czy warsztatach. Rzadziej są to autorskie omówienia tematu w formie dłuższych felietonów. Większość z wytypowanych artykułów internetowych skupia się na zagadnieniu korzyści płynących z sięgania po gry cyfrowe w późniejszym wieku. Ich autorzy piszą o grach „dobrych dla seniorów”;



a samo granie określają mianem „pożytecznej rozrywki”, argumentując zazwyczaj o konieczności podjęcia wzmożonego wysiłku intelektualnego podczas rozgrywek, ćwiczeniu pamięci czy koncentracji. Przytaczane są też opisy eksperymentów z użyciem gier cyfrowych, dzięki którym możliwa jest rehabilitacja seniorów cierpiących na określony rodzaj schorzeń, takich jak na przykład ograniczona sprawność ruchowa po udarze. Kilka publikacji poświęcono opisom planowanych bądź realizowanych projektów badawczych, ukierunkowanych na przygotowanie gier umożliwiających trening kognitywny czy ruchowy, którego zakładanym efektem jest poprawa sprawności psychoruchowej użytkowników.

W przygotowanym zestawieniu publikacji często wspomina się o grze lub grach korzystnych z perspektywy utrzymania dobrostanu osób starszych, a rzadziej o produkcjach polecanych przede wszystkim ze względu na możliwość czerpania przyjemności z wirtualnej zabawy, chociaż wydaje się, że w ostatnich latach taka perspektywa zyskała na znaczeniu, gdyż coraz częściej poleca się osobom starszym nie tylko gry edukacyjne czy poważne, ale też komercyjne. Prawdopodobnie wiązanie grania w późniejszym wieku z różnego rodzaju praktycznymi korzyściami stanowi rodzaj uzasadnienia dla tej formy aktywności, zupełnie tak, jakby gry cyfrowe nie mogły stanowić „odpowiedniego” dla seniorów przedmiotu zainteresowania jedynie ze względu na ich walory rozrywkowe. Popularnym w zbiorze analizowanych publikacji zagadnieniem są też skrótowo prezentowane statystyki z badań, świadczące o rosnącym zainteresowaniu osób starszych grami cyfrowymi. W ten sposób uzasadnia się sens poruszania tej problematyki. W niektórych publikacjach jedynie wzmiankuje się o osobach starszych przy okazji referowania innych tematów, na przykład w opisie oferty konsol do gier w jednym z muzeów, które posiada w swoich zbiorach także starsze typy tych maszyn, czy też przedstawiając funkcjonalności urządzeń – smartfonów lub tabletów – które pozwalają między innymi na granie. Także różnego rodzaju wydarzenia są okazją do wzmiankowania o osobach starszych i grach cyfrowych, na przykład o stoisku z konsolą do gier, z której mogli skorzystać starsi uczestnicy organizowanych targów.

Z rzadziej poruszanych wątków warto wspomnieć o łączeniu e-sportu, czyli zawodowego i wyczynowego grania w gry cyfrowe, z osobami starszymi. Przykładem tego mogą być artykuły na temat szwedzkiej, seniorskiej drużyny e-sportowej o nazwie Silver Snipers, reprezentowanej ówczesnie przez dwie kobiety i trzech mężczyzn 60+ (por. Jędruszek 2019). Drużyna powstała w 2017 roku z inicjatywy firmy Lenovo – globalnego producenta sprzętu komputerowego – i rok później zwyciężyła w oficjalnym turnieju dla seniorów, gdzie okazała się lepsza od innej wspieranej

przez Lenovo drużyny seniorskiej Grey Gunners (por. Jędruszek 2019). Rywalizacja odbywała się w wymagającej szybkiej reakcji i dobrego refleksu grze *Counter Strike: Global Offensive*, która wpisuje się w gatunek pierwszoosobowych strzelanek. Co prawda srebrni e-sportowcy, jak do tej pory, nie osiągnęli spektakularnych sukcesów w najważniejszych cyfrowych grach e-sportowych, chociaż są obecni przede wszystkim w rozgrywkach wirtualnych szachów (por. [Esportsearnings.com](http://Esportsearnings.com) 2023), nie powstały też żadne regularne rozgrywki dla tej kategorii osób, ale wydaje się, że cel, jaki założyła sobie firma Lenovo, został osiągnięty: pokazano, że nawet wyczynowe granie nie musi być niczym nieosiągalnym dla srebrnych graczy, którzy mogą świetnie radzić sobie z zawiłymi taktykami czy wymagającym sterowaniem. Podobnie jak w „typowej” drużynie e-sportowej, także Silver Snipers oraz Grey Gunners trenowali i rozwijali swoje umiejętności pod czujnym okiem trenerów i zarazem byłych profesjonalnych graczy (por. Jędruszek 2019). Co więcej, historia mistrzyń i mistrzów z drużyny Silver Snipers okazała się na tyle inspirująca, że inna znacząca firma z branży elektronicznej rozrywki, francuski koncern Ubisoft, postanowiła sfinansować film im poświęcony (por. Łokietek 2020). Innym symptomem większego otwarcia na seniorów w kontekście wyczynowej rywalizacji jest e-sportowe centrum dla osób 60+, które zostało otwarte w 2020 roku w Japonii (por. Tashev 2020). Potencjał osób starszych do zainteresowania e-sportem dostrzeżono także w Polsce. W 2019 roku zorganizowano turniej Winter Game Festival Suwałki w dwóch popularnych grach sieciowych – wspomnianym *Counter Strike: Global Offensive* oraz *League of Legends*. Oliwier Dziobkowski – jeden ze współorganizatorów tej imprezy, uczeń Zespołu Szkół Technicznych w Suwałkach – zapytany o udział rodziców i seniorów w tym przedsięwzięciu powiedział (por. „DwuTygodnik Suwalski” 2019):

Myszę, że jak najbardziej dobry to pomysł dla rodziców i seniorów. Chcemy złamać stereotyp, że są to „głupie gry komputerowe”. Chcemy pokazać, że za tymi grami kryje się wielka pasja i ogromna rywalizacja, jaką widzimy przykładowo na boiskach. W formie zachęty dodam, że bardzo nam miło będzie widzieć rodziców czy seniorów na kolejnych tego typu imprezach. Będzie to dla nas, jako społeczności e-sportowej znak, że powoli ten stereotyp jest przełamany. A jak rodzic ma dziecko, które gra w turnieju, to jak najbardziej nalegamy, by zobaczył to na żywo i przeżył wraz z nim te emocje.

Tego rodzaju komentarze i postawy budzą nadzieję na możliwość podjęcia współpracy pomiędzy młodymi ludźmi zafascynowanymi światem gier cyfrowych a osobami starszymi czy instytucjami działającymi na

rzecz seniorów, czym zajmuję się w końcowym fragmencie tego rozdziału na przykładzie zagadnienia międzygeneracyjnego grania.

W opisywanym tu przeglądzie doniesień internetowych znalazły się też treści o mniej pozytywnym wydźwięku. Należą do nich (krytycznie przeze mnie oceniane) publikacje, w których, jak uważam – bezpodstawnie – pomija się gry w wersji cyfrowej. Zazwyczaj polega to na ograniczaniu się w prowadzonych rozważaniach czy sugestjach do tradycyjnych gier planszowych (por. Tuchowska 2020). Natomiast, jak staram się pokazać, obecnie gry w wersji cyfrowej także mogą stanowić atrakcyjną alternatywę dla seniorów, z tego też powodu powinny być przynajmniej wzmiankowane w publikacjach odwołujących się do szeroko rozumianej rozrywki na późniejszych etapach życia. Innym zagadnieniem, o którym chcę wspomnieć, są stereotypy dotyczące zaangażowania osób starszych w świat cyfrowy. Autorzy niektórych publikacji – mniej lub bardziej świadomie – przedstawiali uwagi, które uważam za przejawy niewiedzy, ignorancji, a być może nawet ageizmu, czyli uprzedzeń i w skrajnych przypadkach dyskryminacji osób – zazwyczaj – starszych z powodu ich wieku, która może objawiać się w sposobach wypowiedzi, osobistych przekonaniach (także względem siebie, jeśli doszło do internalizacji stereotypów własnej grupy wiekowej) czy podejmowanych działaniach (por. Butler 1969; Schuurman i in. 2022). Mam tu na myśli „programowe” podawanie w wątpliwą zainteresowania grami cyfrowymi u osób starszych, podejmowanie decyzji za seniorów w kwestii ich potencjalnego zainteresowania tym medium poprzez usuwanie gier z ich urządzeń telekomunikacyjnych czy też doszukiwanie się pozytywów w ograniczonej funkcjonalności sprzętu – na przykład telefonu dla seniora, na którym użycie nawet najprostszych gier stanowi wyzwanie (por. Ferri-Benedetti 2014; Cyganek 2018; NajlepszeRankingi 2021). Wymienione tu publikacje mogą utrzymywać negatywne wyobrażenia o potencjale osób starszych do zainteresowania grami cyfrowymi, a tym samym utrudniać popularyzację tej praktyki zarówno w wymiarze indywidualnym, jak i instytucjonalnym.

### 3.8. Srebrni gracze w działaniach oddolnych

Praktyka sięgania po gry cyfrowe przez osoby starsze stanowi przedmiot zainteresowania nie tylko badaczy czy dziennikarzy, ale coraz częściej samych seniorów. W internecie – szczególnie anglojęzycznym – funkcjonują od lat witryny skierowane do takich osób, a niektóre z nich pozwalają im się samoorganizować. Za przykłady takich stron można uznać wirtualne wspólnoty

„dojrzałych” graczy, w przeszłości działające w ramach forów internetowych, a obecnie jako serwery na platformie Discord lub grupy na Facebooku: Seniorgamers.net, Theoldergamers.com, 2old2play.com, Gamingoldies.co.uk czy Oldnrubbish.com. Z przeprowadzonego przeze mnie wcześniej badania na pierwszych dwóch wymienionych portalach wynika, że seniorzy mogą z powodzeniem angażować się w wirtualne rozgrywki (także te wieloosobowe), o czym często dyskutowali między sobą (Gałuszka 2019a: 118).

Także w sferze polskiego internetu odnaleźć można kilka przykładów oddolnych prób (samo)organizacji starszych graczy. Takie działania przyjmują przede wszystkim postać rozmów na forach internetowych bądź w ramach grup na portalu Facebook. Inaczej niż w przypadku artykułów umieszczanych na stronach internetowych, treści publikowane przez samych srebrnych graczy skupiają się znacznie częściej na ich własnych doświadczeniach z grami, chociaż w sieci łatwiej można się natknąć na dyskusje młodszych internautów, którzy poszukują na różnych forach odpowiedzi na pytanie o gry odpowiednie dla osób starszych – zazwyczaj bliskich (rodziców, wujostwa czy znajomych). Takie wątki zwykle przyjmują identyczny schemat. Najpierw przedstawiana jest charakterystyka domniemanego „starszego gracza”, następnie pada pytanie o odpowiednie dla takiej osoby gry, po czym następuje seria wypowiedzi sugerujących konkretne tytuły. Są to zazwyczaj rekomendacje nieskomplikowanych gier na smartfony czy komputery osobiste. Niestety w niektórych wypowiedziach można doszukiwać się reprodukcji stereotypowego podejścia do srebrnych graczy jako tych zainteresowanych głównie prostymi grami czy niezdolnych do opanowania rozbudowanych, poznawczo angażujących produkcji komercyjnych.

Z uwagi na ochronę cyfrowej tożsamości internautów nie będę przywoływał tu bezpośrednich cytatów, pomimo że w większości odnoszą się do publicznych danych, dostępnych dla każdego internauty z poziomu wyszukiwarki Google<sup>43</sup>. Co więcej, w żadnym momencie przeprowadzonego

---

<sup>43</sup> Na marginesie głównych rozważań pozwolę sobie zasygnalizować problem prawno-etycznych aspektów prowadzenia badań w cyberprzestrzeni. Nie ma tu miejsca na pogłębione omówienie, tym bardziej, że przedstawiłem już swoje rozważania na ten temat w ogólnodostępnym artykule *Postawy antypornograficzne wśród polskich internautów. Wstępne ujęcie badawcze* (Gałuszka 2020b: 165–167). Zasadniczo uważam, że w przypadku tego rodzaju przedsięwzięć należy wziąć pod uwagę przede wszystkim cztery czynniki: tematykę badań, poziom otwartości wirtualnych wspólnot, które mają być zaangażowane w projekt, skalę ingerencji badacza w funkcjonowanie tych grup, a także ich regulaminy. Wraz ze wzrostem kontrowersyjności tematyki, ekskluzywności wspólnot oraz zakresu interakcji badacza z internautami, należy podjąć dodatkowe środki ostrożności, na przykład zaniechać bezpośrednich cytatów lub podawania

przeze mnie przeglądu nie wchodziłem w interakcje z uczestnikami interesujących mnie grup, nie musiałem też dokonywać rejestracji w celu uzyskania dostępu do treści ich wypowiedzi, z wyjątkiem grupy na Facebooku, do której zostałem przyjęty po przesłaniu prośby o dołączenie. Dodatkowo zadbałem o pisemną zgodę administratora tej wspólnoty na przedstawienie jej ogólnej charakterystyki. Ze względu na wysoką wartość poznawczą w kontekście podjętej przeze mnie problematyki postanowiłem ogólnie opisać ten wymiar zainteresowania osób starszych grami cyfrowymi, ale bez wchodzenia w szczegóły.

Na forum dla osób starszych dyskusje oscylują przede wszystkim wokół rekomendacji gier czy wymiany odnośników do stron internetowych z grami przeglądarkowymi. Dominują tu jednak internetowe wersje dobrze znanych gier i zabaw: kulki, brydż, scrabble, puzzle, pasjanse, madżong, szachy czy bingo. Relatywnie często przywoływany jest portal Kurnik.pl, gdzie dostępne są przeglądarkowe wersje wielu popularnych gier, w które można zagrać z innymi internautami. Rzadziej wspomina się o grach cyfrowych wymagających instalacji lub posiadania specjalnego urządzenia (konsoli do gier, na przykład PlayStation). Tego typu produkcje pojawiają się w pojedynczych wypowiedziach, często tych samych forumowiczów. Przy tym trudno tu o jednoznaczny klucz doboru gier, bo to jak się wydaje zależy od preferencji (np. gry akcji) lub zainteresowań (np. konkretny sport lub rodzaj pojazdów) danej osoby. Mowa była między innymi o serii gier *Assassin's Creed*, *Wiedźminie*, *Tekkenie* lub też grach wieloosobowych (np. *Metin 2*) czy społecznościowych (*Farmville*), czyli zasadniczo produkcjach popularnych w różnych kategoriach wiekowych i dostępnych na kilka platform sprzętowych, ale przede wszystkim na komputery osobiste. Taka tematyka rozmów pokazuje, że choć większość forumowiczów przejawia zainteresowanie prostymi grami, to są wśród nich także gracze korzystający z gier bardziej skomplikowanych pod względem rozgrywki oraz oprawy audiowizualnej. Kolejnym wyraźnym motywem jest wzajemne pomaganie sobie w obsłudze gier. Rozmówcy przedstawiają też korzyści płynące z ich użytkowania. Zazwyczaj mowa jest w tym kontekście o relaksie, zabawie, treningu różnych kompetencji czy cech charakteru (np. spostrzegawczość, cierpliwość, systematyczność), ćwiczeniu umysłu lub sprawności manualnej, ale też profilaktyce chorób (np. alzheimera).

---

źródeł, uzyskać dodatkowe zgody czy nawet zrezygnować z agregowania danych na własnym urządzeniu, także kosztem waloru poznawczego i potencjału wyjaśniającego badania. Przykładem takich badań może być podjęta przeze mnie analiza wirtualnych grup samopomocowych, skupiających osoby deklarujące się jako uzależnione od masturbacji i/lub pornografii.

Równocześnie niektórzy forumowicze przedstawiali dość ambiwalentny stosunek do gier, z jednej strony podkreślając swoje zaangażowanie w tę pasję, a z drugiej opisując jego skalę jako uzależnienie. Przy tym poziom prowadzonych rozmów był na tyle powierzchowny, że trudno jakkolwiek ocenić rzetelność takiej autodiagnozy.

Często dyskusje kończą się zachętą do wypróbowania polecanych tytułów, wymianą odnośników do gier online oraz związanych z nimi doświadczeń, a także sugestią wspólnej rozgrywki w różnych grach dostępnych przez internet. W pojedynczych przypadkach rozmówcy deklarowali wspólne granie z członkami rodziny przy jednym urządzeniu lub z innymi osobami w trybach wieloosobowych. Uwidacznia się tu potrzeba współdzielenia zainteresowania grami z bliskimi lub podobnymi sobie dojrzałymi graczami. Z lektury wypowiedzi wynika, że ważne jest przełamanie własnych schematów myślowych i przekonania, że gry są tylko dla ludzi młodych, dzięki czemu osoba starsza może wykonać pierwszy krok w zgłębianiu tego zainteresowania. Pojawiają się też pytania o gry dla wnuków, co z kolei pokazuje troskę ze strony dziadków. Jednocześnie starsi rozmówcy okazjnie narzekają na młodszych graczy – niekiedy bez wyraźnego powodu, innym razem wskazując na coś, co im się nie podoba (np. błędy ortograficzne, oszukiwanie, czyli tak zwany *cheating*). Wymowne jest jednak tempo tych internetowych dyskusji, gdyż większość tematów zawiera niewielką liczbę postów opublikowanych w długich odstępach czasu, niekiedy nawet kilkuletnich. Zazwyczaj na forach zdominowanych przez osoby młodsze dynamika wymiany wpisów jest zdecydowanie wyższa – także w dyskusjach poświęconych grom cyfrowym. Przy tym obserwacja ta mówi nam więcej o kompetencjach cyfrowych starszych forumowiczów, a niekoniecznie ich zainteresowaniu gamingiem. Osoby starsze mogą słabiej obsługiwać komputer, wolniej pisać na klawiaturze czy też po prostu rzadziej pojawiać się na forum w porównaniu z młodymi użytkownikami.

Na osobne kilka zdań zasługuje inicjatywa „Seniorzy przy konsoli”, będącą facebookową grupą stworzoną na początku 2016 roku przez srebrną graczkę Bogumiłę Bodziarek (pseudonim)<sup>44</sup>, której celem była integracja

---

<sup>44</sup> Bogumiła Bodziarek, znana także jako „babcia Playstation” czy „babcia gejmerka”, jest jedną z najlepiej rozpoznawalnych srebrnych graczek w Polsce. Jej pasja do gier cyfrowych została po raz pierwszy szerzej spopularyzowana w 2016 roku, kiedy kobieta wystąpiła w nagrodzonym filmie internetowym *Project Humans* gdzie podzieliła się swoimi doświadczeniami z wieloletniego grania na kolejnych generacjach konsol do gier (m.in. PlayStation oraz Xbox) (ProjektHumans 2016). To wystąpienie zwróciło uwagę mediów, co zaowocowało publikacjami – zarówno internetowymi, jak i w prasie papierowej – o pasji pani Bogumiły do gier cyfrowych.



seniorów zainteresowanych graniem na konsolach. Nie jest to jednak historia sukcesu, ponieważ inicjatywa nie spełniła pokładanych w niej nadziei. Grupa niedługo po powstaniu została „skolonizowana” przez ludzi młodych, którzy pojawili się tam na fali medialnych publikacji poświęconych założycielce grupy, a realnie zainteresowanych grami konsolowymi seniorów brakowało. Z czasem pojedyncze starsze osoby same opuściły wspólnotę. Problemem było też łamanie zasad grupy przez niektórych użytkowników, przede wszystkim młodszych graczy zaintrygowanych fenomenem grających seniorów. Ostatecznie większość publikowanych treści stanowiły odnośniki do artykułów na temat silver gamingu, a niekiedy także materiałów promocyjnych czy recenzji popularnych gier cyfrowych. Niestety wspólnota od kilku lat pozostaje nieaktywna – nie pojawiają się nowe posty, nie prowadzi się też dyskusji.

### 3.9. Gry i gaming w instytucjach senioralnych

Instytucje działające na rzecz seniorów mogą ich wspierać w różnych sferach, pomagać w organizacji czasu wolnego, rozwoju kompetencji bądź zdobywaniu wiedzy, co w Polsce realizowane jest w ramach kilku różnych typów działalności (por. Tomczyk 2010):

- komercyjnej (firmy szkoleniowe);
- oświatowej (uczelnie wyższe, placówki kształcenia ustawicznego);
- pozarządowej (stowarzyszenia);
- społecznej (kluby seniora);
- kulturalnej (domy kultury).

Jednym z często podejmowanych zadań jest przeciwdziałanie cyfrowemu wykluczeniu starszych obywateli, co odbywa się zazwyczaj poprzez kursy ukierunkowane na rozwój ich kompetencji cyfrowych, które są organizowane przez instytucje pozarządowe, działające jednak często w pośredniej bądź bezpośredniej współpracy z rządem (Szadzińska 2021: 13). Niektóre tego typu przedsięwzięcia przyjmują formę kompleksowych programów, realizowanych na ponadlokalną skalę i w dłuższej perspektywie czasowej. Przykładem może być projekt „Latarnicy” (poprzednio „Polska Cyfrowa Równych Szans”) realizowany przez Stowarzyszenie Miasta w Internecie, którego celem jest upowszechnianie wśród osób dojrzałych oraz starszych umiejętności obsługi urządzeń cyfrowych i korzystania z e-usług, co jest realizowane

dzięki pracy edukatorów-wolontariuszy (wspomnianych „Latarników”) (Szadzińska 2021: 13). Inne inicjatywy mają bardziej doraźny charakter, czego przykładem może być realizowana od 2020 roku przez Cyfryzację KPRM (obecnie ponownie Ministerstwo Cyfryzacji) kampania edukacyjno-informacyjna pn. „e-Senior potrafi!”, w której zachęca się osoby starsze do bezpiecznego wykorzystywania technologii cyfrowych w codziennym życiu (Szadzińska 2021: 13). Podnoszenie kompetencji cyfrowych starszych Polek i Polaków jest niewątpliwie społecznie istotnym zadaniem. Warto więc sprawdzić, czy i w jakim zakresie bierze się pod uwagę także gry w projektach podejmowanych na rzecz rozwijania umiejętności cyfrowych starszych obywateli.

Już w połowie lat 80. XX wieku badacze zwracali uwagę na korzyści z włączania gier cyfrowych do oferty instytucjonalnej, sugerując, że mogą one „odgrywać rolę w zaspokajaniu potrzeb klientów [domów opieki – przyp. DG] w zakresie rozrywki, stymulacji umysłowej i wzmacniania poczucia własnej wartości” (Weisman 1983: 361). Współcześnie instytucje ukierunkowane na działalność na rzecz osób starszych mogą się zmagać z licznymi wyzwaniami, co wiąże się z: niespełnionymi potrzebami lokalowymi, brakiem środków finansowych, ograniczoną lub nieciekawą ofertą, jednoosobowym zarządzaniem czy niskim poziomem zaangażowania samych seniorów (por. Woderska 2018). Poszerzenie oferty na nowe technologie, w tym wykorzystanie takich urządzeń jak konsole do gier, może być, moim zdaniem, uznane za przykład dobrych praktyk, które należy rozumieć jako konkretne działania mające na celu poradzenie sobie z przeciwnościami w prowadzeniu działalności na rzecz osób starszych (por. Woderska 2018). Dodatkowo charakterystyka gier cyfrowych sprawia, że mogą być one szczególnie przydatne w programach zajęciowych, ponieważ są relatywnie tanie, łatwe w utrzymaniu i obsłudze, można je udostępniać bez konieczności przesadnego angażowania personelu i korzystać z nich w dowolnym miejscu, pozwalają na dopasowanie do poziomu umiejętności użytkownika, a także generują odmienne wyniki w zależności od umiejętności gracza – to wszystko pozwala na stworzenie rozwojowo korzystnego środowiska ciągłej stymulacji i rozmaitych wyzwań (McGuire 1984: 6–7). Niestety z przeprowadzonego przeze mnie rozeznania wynika, że w polskich realiach instytucjonalnych podchodzi się do roli gier cyfrowych w życiu starszych obywateli w sposób dość powierzchowny. W opisywanych dalej przykładach znacznie więcej czasu poświęca się grom w wydaniu analogowym, czyli niewymagającym użycia jakiegokolwiek urządzenia cyfrowego. Brakuje inicjatyw integrujących różne możliwe podejścia do roli gier



w życiu osób starszych, a większość z przeanalizowanych przedsięwzięć ogranicza się do przekazywania seniorom najbardziej podstawowych informacji o wybranych tylko grach cyfrowych, traktowanych jako relatywnie prosta i dostępna forma rozrywki. Z tego też powodu nie wykorzystuje się w pełni opisywanego wcześniej, pozaludycznego potencjału tego medium.

Wstępny przegląd ofert dostępnych na stronach różnych instytucji<sup>45</sup> pozwala sądzić, że gry cyfrowe nie stanowią wiodącego medium na realizowanych z myślą o seniorach spotkaniach, kursach czy szkoleniach<sup>46</sup>, zupełnie inaczej niż w przypadku gier analogowych. Zasadniczo można wymienić trzy główne kategorie gier wykorzystywanych przez instytucje w ich działaniach na rzecz starszych obywateli, co graficznie przedstawia rysunek 5.



Rys. 5. Główne kategorie gier wymienianych w ofertach instytucji dla seniorów

1. Gry tradycyjne to przede wszystkim gry często określane mianem „stolikowych”, czyli angażujących graczy we wspólną rozgrywkę przy zachowaniu bezpośrednich interakcji, stanowiących okazję do spotkania sąsiedzkiego czy rozmowy przy poczęstunku. Osoby starsze są zachęcane do udziału w wydarzeniach, podczas których jest możliwe skorzystanie z gier planszowych, karcianych czy logicznych. W opisach niekiedy wspomina się ogólnie o „prostych grach”, „grach stymulujących”,

<sup>45</sup> Przedstawione dalej wstępne obserwacje pogłębiam w rozdziale siódmym przy okazji omówienia wywiadów zrealizowanych przeze mnie wśród ekspertów.

<sup>46</sup> Źródło ofert stanowi przedstawiona wcześniej baza doniesień medialnych, pogłębiąca o dodatkowe wyszukiwanie w Google pod kątem wykorzystania na spotkaniach gier konsolowych (hasło „seniorzy konsola spotkanie”). Wyniki dla pierwszych 13 stron z 13.12.2020 roku.

„grach miejskich” czy „grach ruchowych”, przez co trudno ocenić faktyczny przebieg takich spotkań i ich „stolikowy” charakter. Zazwyczaj są to scrabble, *Rummikub*, szachy, warcaby, brydż, bingo, chińczyk, domino, rzutki czy bierki. Analogowa forma takich gier sprawia, że ich użycie nie wymaga zastosowania urządzeń elektronicznych, więc stanowią one stosunkową tanią i łatwą w opanowaniu formę zabawy w trakcie spotkań organizowanych dla osób starszych. Nie wymagają posiadania dodatkowego sprzętu czy kompetencji cyfrowych, a także opanowania zupełnie nowych zasad rozgrywki. W tym sensie stanowią zupełne przeciwieństwo gier konsolowych.

2. Gry przeglądarkowe to przede wszystkim gry dostępne w internecie z poziomu przeglądarki, zwykle na tematycznych portalach (popularną stroną tego typu jest Kurnik.pl), chociaż używane w opisach inicjatyw instytucjonalnych ogólne określenia (np. „gry komputerowe”, „gry interaktywne”, „gry edukacyjne”, „gry online”), utrudniają jednoznaczną identyfikację prezentowanych seniorom tytułów. Są to przede wszystkim internetowe wersje tradycyjnych gier analogowych wymienionych w punkcie pierwszym, a więc szachy, warcaby, krzyżówki, puzzle, kalambury. O tego rodzaju produkcjach wspomina się często przy okazji kursów z obsługi komputera. Są one pośrednią formą pomiędzy najprostszymi do zastosowania grami tradycyjnymi a najbardziej wymagającymi z perspektywy organizatorów i seniorów grami konsolowymi. Gry przeglądarkowe nie są wymagające pod względem sprzętowym (uruchomić je można na większości komputerów ze standardowym łączem internetowym), rozgrywki (opierają się na dobrze znanych i prostych mechanikach; nie oferują rozbudowanych funkcjonalności; cechują się uproszczoną oprawą audiowizualną, a także stosunkowo łatwymi do opanowania schematami sterowania), czasowym (pojedyncza sesja rozgrywki może trwać od kilku do kilkunastu minut, a jej powtórzenie oznacza odegranie podobnego schematu), jak i ekonomicznym (większość jest dostępna za darmo) (Wagner i Gałuszka 2020: 6). Z tych powodów takie tytuły łatwo wdrożyć w plan działania instytucji, a także nauczyć ich obsługi osoby starsze – nawet w trakcie kursów w formie zdalnej, które z powodu pandemii koronawirusa mocno zyskały na znaczeniu (por. a.wysoczanska 2020). Do ich obsługi wystarczą podstawowe kompetencje cyfrowe, co jest prostsze zarówno dla edukatorów, jak i seniorów. Co więcej, próby wykorzystania bardziej zaawansowanych gier komputerowych wiążą się z koniecznością posiadania mocniejszych komputerów (niekiedy określanym mianem „gamingowych”), a także zakupem licencji na gry, których jednostkowa

cena może dochodzić do nawet kilkuset złotych w przypadku najnowszych produkcji, co tylko wzmacnia atrakcyjność produkcji przeglądarek. Użycie komercyjnych gier komputerowych generuje istotne przeszkody zarówno dla samej instytucji, jak i osób starszych, gdyż uruchomienie takiego (często bardziej rozbudowanego i skomplikowanego) tytułu w warunkach domowych stanowi większe wyzwanie niż ponowne użycie przetestowanej w instytucji gry przeglądarek.

3. Gry konsolowe są najrzadziej stosowane i do niedawna stanowiły rodzaj szkoleniowej nowinki, gdyż wymagają zakupu specjalnego sprzętu (zazwyczaj jest to konsola Microsoft Xbox z kontrolerem ruchowym Kinect<sup>47</sup>, rzadziej Sony PlayStation z Move czy Nintendo Wii) oraz wsparcia ze strony przeszkolonej osoby. W rolę wspomagającego partnera angażuje się niekiedy osoby młode, co stanowi przykład opisanego w kolejnym podrozdziale międzygeneracyjnego grania. Sama konsola do gier stanowić może dla osób starszych zupełnie nieznaną formę urządzenia. Specyfika jego obsługi, połączona z nieopanowanym rodzajem interfejsu w postaci standardowego kontrolera („gamepada”) lub też kontrolera ruchowego, wymaga nabycia nie tylko specyficznych kompetencji cyfrowych, ale też nauki zupełnie nowej formy zabawy. Z tego powodu niezbędne jest – przynajmniej w trakcie kilku pierwszych sesji – stałe wsparcie ze strony kompetentnego partnera, który przekazuje instrukcje i nadzoruje przebieg rozgrywki. Pod tym względem zastosowanie gier konsolowych jest najbardziej wymagające – zarówno dla osób starszych, jak i przedstawicieli instytucji. Chodzi tu nie tylko o zakup nowego sprzętu, ale też naukę jego obsługi po obu stronach, lub też znalezienie asystentów, którzy mogliby podjąć się takiego zadania. Jednocześnie zastosowanie gry konsolowej z kontrolerem ruchowym może przynosić osobom starszym najszerze korzyści, zarówno pod względem radości czerpanej z rozgrywki, jak i rozwoju funkcji poznawczych czy sprawności fizycznych. Chciałbym zwrócić uwagę, że podobnego rodzaju przeszkody i wyzwania związane są z użyciem technologii VR podczas spotkań organizowanych dla osób starszych, jednak mimo to już od kilku lat takowe są realizowane<sup>48</sup>.

---

<sup>47</sup> Popularność takiego rozwiązania wynikać może nie tylko z siły marketingowej firmy Microsoft, ale też promowania tego interfejsu w trakcie różnego rodzaju wydarzeń, na przykład targów (por. SeniorLO 2014).

<sup>48</sup> Por. <https://wsparcie.um.warszawa.pl/-/odkryj-wirtualna-rzeczywistosc-bezplatne-warsztaty-dla-seniorow> (20.08.2023).

Jeśli w opisie spotkania wspomina się o grach cyfrowych, to zazwyczaj w kontekstach czasu wolnego, rozrywki, kursów z obsługi komputera, a także poprzez odwołania do korzyści płynących z grania. Chodzi tu przede wszystkim o ćwiczenie różnego rodzaju sprawności (zapamiętywania, motorycznej) lub też ograniczanie negatywnych konsekwencji stanów chorobowych (np. demencji). Ciekawym przykładem są poradniki dla opiekunek osób starszych, w których pisze się o możliwości wykorzystania między innymi gier komputerowych w pracy z podopiecznymi. Zazwyczaj takie teksty pojawiają się na stronach firm oferujących pracę za granicą, skąd czerpane są inspiracje w zakresie innowacji wykorzystywanych w opiece nad osobami starszymi (por. Help24 2019). Jednocześnie gier cyfrowych, a szczególnie tych bardziej rozbudowanych, zasadniczo nie stawia się w centrum podejmowanych w instytucjach inicjatyw. Udało mi się odnaleźć tylko pojedyncze przykłady takiego podejścia.

W 2013 roku grupa ekspertów związana z projektem „Polska Cyfrowa Równych Szans” przygotowała kilkunastostronicowy materiał merytoryczny dla Latarników Polski Cyfrowej, czyli edukatorów pracujących na rzecz rozwoju kompetencji cyfrowych u między innymi przedstawicieli starszego pokolenia (por. Srokowski i Guzowski 2013). W publikacji pt. *Gry i zabawy w internecie* opisano scenariusz zajęć dla osób 50+, który pokazuje (Srokowski i Guzowski 2013: 3):

- jak poprowadzić zajęcia dla osób 50+, które chcą wykorzystać internet do rozrywki;
- gdzie szukać gier i partnerów do wspólnych rozgrywek;
- w jaki sposób poznawać nowe osoby przez internet;
- jak zacieśniać więzy w grupie.

Tak sformułowane cele wykraczają poza sam aspekt rozrywkowy. Polecane w omawianym tekście są gry komputerowe dostępne przez internet (wspomina się o stronie Kurnik.pl czy niedostępnej już Zagrajmy.pl), produkcje wieloosobowe MMO, ale też konsole Nintendo Wii i Microsoft Xbox, wybrane źródła informacji o tym medium (popularny serwis GryOnline.pl), a także kilkanaście praktycznych wskazówek dla prowadzących takie zajęcia – zarówno w zakresie ich przygotowania i realizacji, jak i zachęcenia osób starszych do udziału (por. Srokowski i Guzowski 2013). Materiał ten, choć pomocny, z pewnością nie wyczerpuje tematu promowania gier cyfrowych wśród osób starszych w sferze instytucjonalnej ze względu na dość ogólny poziom przekazywanych informacji.

Jedną z niewielu inicjatyw zrealizowanych w Polsce, w których kompleksowo połączono właściwe dla gier skupienie na zabawie z celami poważnymi, jest projekt *Połączyły ich gry wideo, czyli jak grać w gry z seniorami* autorstwa Urszuli Kłosińskiej<sup>49</sup> (2018). W tym przedsięwzięciu chodziło o wygenerowanie innowacji polegającej na wykorzystaniu – co ważne – powszechnie dostępnych gier wideo do stymulacji poznawczej i fizycznej osób starszych, a także na odnowieniu kontaktów społecznych osób starszych i zależnych przez ich zaangażowanie we wspólną rozrywkę z asystentami (por. Generator Innowacji – Sieci Wsparcia 2020). W przekonaniu autorów projektu wspólne granie jest okazją do „poprawy stanu emocjonalnego, wzrostu poczucia własnej skuteczności u osób starszych zależnych z osłabionymi funkcjami poznawczymi oraz zwiększenie jakości nawiązywanych przez nich kontaktów z ich opiekunami nieformalnymi, formalnymi, sąsiadami, znajomymi lub innymi osobami” (por. Generator Innowacji – Sieci Wsparcia 2020). W toku realizacji przedsięwzięcia – która miała miejsce w 2018 roku w katowickim Szpitalu Geriatrycznym im. Jana Pawła II – przeprowadzono szereg spotkań z seniorami cierpiącymi na zaburzenia poznawcze (MCI) lub zespół otępienny, podczas których prezentowano im wybrane gry na konsolę Xbox One, zarówno w wersji standardowej, jak i przy użyciu kontrolera (sensora/czujnika) ruchowego Kinect. Efektem tych spotkań jest między innymi kompleksowy poradnik, w którym szczegółowo opisano procedurę przygotowania podobnego stanowiska, umożliwiającego samodzielną lub wspomaganą cyfrową rozrywkę dla osób starszych (por. Kłosińska 2018). Jest to z pewnością bardzo cenne źródło wiedzy dla wszystkich zainteresowanych popularyzacją gier cyfrowych wśród osób starszych, gdyż publikacja zawiera szczegółowe zalecenia w zakresie niezbędnego sprzętu, polecanych gier, sposobów rozgrywki, a także motywowania seniorów do zainteresowania się omawianym medium. Niestety, trudnością w replikacji tego podejścia może być porzucenie przez producenta konsoli Xbox – firmę Microsoft – wsparcia dla wykorzystywanego w przedsięwzięciu Kłosińskiej sensora ruchu Kinect. Od kilku lat nie pojawiają się nowe gry z obsługą Kinecta, urządzenie nie jest też wspierane przez najnowsze konsole Xbox Series S i X. W efekcie powtórzenie opisanego projektu z wykorzystaniem tego urządzenia wymagałoby zakupu używanego

---

<sup>49</sup> Przedsięwzięcie zostało zrealizowane w ramach projektu grantowego „Generator Innowacji. Sieci Wsparcia” finansowanego ze środków Europejskiego Funduszu Społecznego w ramach Programu Operacyjnego Wiedza Edukacja Rozwój 2014–2020. Partnerem projektu była Polsko-Amerykańska Fundacja Wolności w ramach Programu „Uniwersytety Trzeciego Wieku – Seniorzy w akcji”.

i coraz trudniej dostępnego sprzętu. Innym projektem zrealizowanym na szeroką skalę, w którym wykorzystano szereg gier (planszowych, terenowych, kościanych, podchodów, fabularnych RPG czy LARP, a także zabaw logicznych) w poprawie efektywności uczenia się osób 60+, jest „LoGaSET” zrealizowany w latach 2017–2019 w międzynarodowej kooperacji (Polska, Litwa, Słowacja i Wielka Brytania), którego efektem końcowym jest obszerna publikacja książkowa, bogata nie tylko w sugestie teoretyczne, ale także praktyczne wskazówki wykorzystania przede wszystkim rozwiązań mobilnych (smartfonów, aplikacji) w realizacji innowacyjnych scenariuszy edukacyjnych dla osób starszych (por. Jurczyk-Romanowska i in. 2019).

Warto nadmienić, że niektóre instytucje już przed kilkoma laty postanowiły poszerzyć swoją ofertę na konsole do gier. Przykładem może być tarnowskie Centrum Edukacji i Kreacji Cyfrowej „Fabryka Przyszłości”, gdzie wykorzystuje się konsolę Xbox wraz z czujnikiem Kinect. W 2015 roku wyemitowano program w stacji TVP Kraków, w którym przedstawiono fragmenty spotkania, podczas którego osoby starsze w swoim gronie i przy widocznym wzajemnym zainteresowaniu oraz zadowoleniu podejmują się rywalizacji w cyfrowych odpowiednikach rzutek, tenisa ziemnego czy narciarstwa, a wszystko to za pomocą ruchów własnych rąk i tułowia (por. TVP Kraków 2015). W rozgrywkę zaangażowane były nawet osoby z problemami w poruszaniu się, na co wskazują widoczne na nagraniu kule ortopedyczne. W materiale pojawia się wymowna wypowiedź Grzegorza Foltaka, jednego z pracowników instytucji (wspomnianego wcześniej Latarnika), który pełnił rolę asystenta wspomagającego grających seniorów (por. TVP Kraków 2015):

(...) nowe technologie mogą niektóre osoby przerażać. Stąd wykorzystanie najnowszych zdobyczy techniki, jakim jest konsola do gier z Kinectem, pozwala pewne bariery przełamać. (...) Ich życie będzie łatwiejsze i prostsze, a przecież o to właśnie chodzi, żeby poprzez zabawę, poprzez wspólne granie na konsoli czegoś się nowego nauczyć i sprawić, że będziemy szczęśliwsi.

W takim godnym, moim zdaniem, pochwały podejściu – podobnie jak w omówionym wyżej projekcie Urszuli Kłosińskiej czy inicjatywie „LoGaSET” koordynowanej przez Ewę Jurczyk-Romanowską – gry czy aplikacje cyfrowe traktowane są jako narzędzie mające na celu poprawę jakości życia oraz funkcjonowania osób starszych, a także ich aktywizację społeczną, przy czym nie zapomina się tutaj o kluczowym dla grania elemencie – przyjemności i radości płynących z satysfakcjonującej rozgrywki, także w kontekstach, które wykraczają poza samą tylko rozgrywkę w czasie

wolnym. Jak się jednak wydaje, w Polsce takie nastawienie nie zdążyło się jeszcze spopularyzować, nawet wśród edukatorów z dużym doświadczeniem w pracy na rzecz rozwoju kompetencji cyfrowych starszych obywateli. Prowadzone przez Latarników Polski Cyfrowej spotkania zazwyczaj nie odnoszą się do gier cyfrowych, a przynajmniej tak wynika z publikowanych przez nich samych relacji. Wciąż główną rolę na szkoleniach odgrywa nauka podstawowych funkcjonalności komputerów czy urządzeń mobilnych, załatwiania formalności (np. e-recepty, bankowość internetowa, zakupy online itp.) i komunikacji (np. nauka obsługi popularnych komunikatorów, takich jak Google Meet, Messenger, WhatsApp) czy bezpiecznego korzystania z zasobów internetowych, a na ponad 1000 wprowadzonych na stronie Latarnicy2020.pl relacji z zajęć, w zaledwie kilku odniesiono się do różnego rodzaju gier, przy czym należy pamiętać, że nie wszystkie były skierowane do seniorów, gdyż w większości przypadków chodziło o rozwój kompetencji nauczycieli i wdrożenie gier cyfrowych w szkołach jako innowacji dydaktycznej<sup>50</sup>.

Wykorzystanie bardziej skomplikowanych, komercyjnych gier cyfrowych czy konsol wydaje się ciągle działaniem realizowanym na niewielką w polskich realiach skalę, dlatego można je rozpatrywać w kategorii innowacji, a nie standardu w przedsięwzięciach podejmowanych przez polskie instytucje senioralne. Trudno spodziewać się innego podejścia do tego typu produkcji, skoro nie prowadzi się na szeroką skalę projektów czy akcji informacyjnych wśród edukatorów, animatorów czy asystentów skupionych na pracy ze starszymi obywatelami. Zresztą nie mają oni skąd czerpać inspiracji i wiedzy. W sklepach sprzedających produkty – między innymi pomoce czy prezenty – dla osób starszych oferuje się przede wszystkim analogowe wersje gier (planszowe, karciane, puzzle, ruchowe czy sensoryczne), o czym świadczy asortyment takich internetowych sprzedawców, jak: Alzheimer-sklep.pl, Pomocedlaseniora.pl, Seniorplus.edu.pl, Sklepikseniora.pl, Liger.net.pl, Seni24.pl czy Seniorlux.pl<sup>51</sup>. Pojedynczymi przykładami wyłamującymi się z tego schematu są produkty w rodzaju interaktywnych projektorów, umożliwiających rozgrywkę w prostych grach ruchowych<sup>52</sup> czy

---

<sup>50</sup> Dane aktualne na 21.12.2020. Relacje publikowane były w okresie od sierpnia 2019 do grudnia 2020 roku. W celu wygenerowania wyników skorzystałem z dostępnej na stronie wyszukiwarki relacji, wpisując hasła: „gry”, „gier”, „zabawa”, „rozrywka”.

<sup>51</sup> Dane aktualne na 20.12.2020.

<sup>52</sup> Jednym z takich produktów jest Magiczny Dywan Onevo, którego pełny opis dostępny jest na stronie producenta Onevo.com (11.01.2023). Niestety cena takiego urządzenia wraz z materiałami oscyluje w granicach kilkudziesięciu tysięcy złotych.



też multimedialne zestawy do treningu kognitywnego, zawierające uproszczone gry<sup>53</sup>. Intrygującym pomysłem są też próby wdrażania aplikacji wspierających rozwój i kontakty społeczne osób starszych, które oparte są na technologii gogli VR (*virtual reality*), umożliwiającej immersyjne – czyli wielozmysłowe i głębokie – zanurzenie w obserwowany wirtualny świat (Kłosiński 2018: 67–68) – „wejście” w symulowaną rzeczywistość o w zasadzie dowolnej charakterystyce (por. Radio Gra Wrocław 2017). Podobnie próżno szukać pozycji książkowych skierowanych do osób starszych i poświęconych w większym stopniu grom cyfrowym, gdyż tego rodzaju polskojęzyczne publikacje skupiają się przede wszystkim na tematyce rozwoju kompetencji z zakresu obsługi komputera, smartfonu lub tabletu z naciskiem na takie ich wolnoczasowe funkcjonalności, jak słuchanie muzyki czy oglądanie filmów<sup>54</sup>. Nawet w publikacjach skierowanych bezpośrednio do edukatorów nie zawsze wspomina się o grach we fragmentach poświęconych cyfrowej rozrywce osób starszych, co stanowi zmarnowaną, moim zdaniem, okazję do większego zainteresowania czytelników tym medium, lub też robi się to w sposób bardzo skrótowy, utrudniając tym samym szybkie ich wdrożenie do oferty prowadzonych zajęć<sup>55</sup>.

Ostatnim wartym tutaj poruszenia wątkiem z zakresu szeroko rozumianej sfery instytucjonalnej jest niewielkie zainteresowanie grami cyfrowymi w prowadzonych na rzecz seniorów kampaniach informacyjnych. W 2020 roku w Polsce pojawiło się kilka ogólnopolskich akcji i kampanii

<sup>53</sup> Przykładem takiego pakietu multimedialnego jest Akademia Umysłu SENIOR EDU, której cena waha się w zależności od liczby zakupionych stanowisk i zamyka w kwocie około 60–160 zł za jedno. Więcej informacji na stronie Akademia-umyslu.pl (3.12.2021).

<sup>54</sup> W tym kontekście można przywołać takie wydawnictwa jak (pogrubieniem zaznaczono książki poświęcające grom cyfrowym osobny rozdział): Marcin Blicharski, *Seniorzy w bibliotece. Ich pierwsze kroki w cyfrowy świat* (2020); Krzysztof Masłowski, *E-senior. Poradnik świadomego użytkownika internetu* (2018); Paweł Olszewski, **Komputer i internet dla seniorów** (2019); Alicja Żarowska-Mazur, *Cyfrowy świat seniora. Aktywnie w internecie* (2015) oraz *Cyfrowy świat seniora. Smartfon, tablet i nie tylko* (2015); Witold Wrotek, *Windows 8.1 PL. Dla seniorów* (2014); Jan Strugarek, Jakub Wieczorek, *Aktywny senior. Zbiór gier rekreacyjnych dla osób starszych* (2013); Daniel Wieprzkowicz, **Komputer i Internet dla seniorów** (2011).

<sup>55</sup> Przykładami publikacji dla pracowników instytucji czy edukatorów, w których w sposób nieznaczący (tj. bez rozbudowanych opisów użycia) nawiązuje się do gier cyfrowych, mogą być: Fundacja Digital Poland, *Nowoczesny senior – przewodnik po cyfrowym świecie* (2020); Justyna Dubanik, *Kurs podstawowy z obsługi komputera i Internetu dla osób 60+*. *Edukacja cyfrowa* (2016); Maja Durlik, Edyta Bonk, Maria Wiśnicka, *Siłownia Pamięci. Trening umysłu dla seniorów. Wstęp* (2016); Marzena Łotys, *Poradnik dla trenerów i organizatorów szkoleń komputerowych dla seniorów* (2010).



ukierunkowanych na najstarszych obywateli, co ma oczywiście związek z pandemią COVID-19 i licznymi jej skutkami, między innymi koniecznością przeniesienia wielu procedur do cyberprzestrzeni:

- Cykl „Play dla seniorów”, przygotowany przez operatora telekomunikacyjnego Play, objął 10 odcinków krótkich wideoporadników prezentujących wybrane funkcjonalności smartfonów i aplikacje mobilne, a uzupełnienie stanowi przewodnik w formie e-booka, w którym szczegółowo opisano poruszane w filmach zagadnienia<sup>56</sup>. W nagraniach o grach wspomina się bardzo skrótowo, a konkretnie o grach logicznych w kontekście ćwiczeń koncentracji (aplikacje z krzyżówkami i sudoku). Podobnie jest w przewodniku, przy czym tu pojawia się dodatkowa porada sugerująca osobom starszym zwracanie szczególnej uwagi na to, czy przekazany wnukom do zabawy telefon nie służy im do grania, ponieważ, jak przekonują autorzy, wiąże się to z możliwością dodatkowych płatności, a także zajmowaniem miejsca w pamięci telefonu i wolniejszym jego działaniem (Kwiatkowska 2019: 89). Podobny przekaz utrzymano w drugim wydaniu poradnika (Wojtynek 2023: 66). Niestety ten krótki fragment może zniechęcić starsze osoby do gier mobilnych, ograniczając ich potencjał do poszerzenia zainteresowań na ten rodzaj stosunkowo dostępnych gier.
- Kampania banku Pekao dla seniorów pn. „Bierz internet za rogi” objęła przygotowanie między innymi specjalnej zakładki na stronie internetowej instytucji, gdzie opublikowano cykl artykułów poświęconych różnym aspektom korzystania z internetu, w tym rozrywce oraz edukacji<sup>57</sup>. Niestety pomimo widocznej w nagłówku zapowiedzi tematu korzystania z gier, ten wątek nie pojawia w opublikowanych artykułach. Poruszone zagadnienia ograniczają się do: e-booków, audiobooków, blogów i wideoblogów, fotoksiążek, komunikatorów, portali społecznościowych, podcastów oraz filmów edukacyjnych, a także serwisów i aplikacji streamingowych. Powtarza się więc kolejny raz sytuacja, kiedy omawiane medium wzmiankuje się jedynie hasłowo, bez dodatkowego objaśnienia.
- Kampania „e-Senior potrafi!” Ministerstwa Cyfryzacji (w partnerstwie z Państwowym Instytutem Badawczym NASK) jest dedykowanym seniorom wariantem szerszego projektu wspomagania rozwoju

---

<sup>56</sup> Materiały dostępne pod adresem: <https://www.play.pl/strefa-seniora> (21.08.2023).

<sup>57</sup> Omawiane artykuły opublikowano na witrynie: <https://www.pekao.com.pl/strefaseniiora/> (21.12.2020).

kompetencji cyfrowych „e-Polak potrafi!”<sup>58</sup>. W jej ramach opublikowano kilkanaście filmów na portalu YouTube, które niestety w momencie publikacji książki nie były w całości dostępne. Jedno z wciąż dostępnych nagrań zawiera zapis kilkuminutowej rozmowy z osobą starszą, podczas której przez kilkadziesiąt sekund wspomina się o „graniu w gierki”, a konkretnie „klocki”. Pomimo określenia tej praktyki jako „fajnej” uzasadnienie grania znów odwołuje się nie do sfery rozrywki, ale treningu, ponieważ rozmówczynie podkreślają konieczność „myślenia” podczas rozgrywki, co ma się przekładać na utrzymanie „sprawności umysłowej” (por. bringMore advertising 2023).

- Kampania „Seniorze – spotkajmy się w sieci”, realizowana przez KPRM, Państwowy Instytut Badawczy NASK oraz Warszawski Instytut Bankowości, ma na celu przybliżenie osobom starszym sfery internetu i nauczenie ich bezpiecznego korzystania z zasobów sieci w formie pięciu filmów oraz broszur instruktarzowych<sup>59</sup>. Podobnie jak w przypadku wcześniej wymienionych inicjatyw, także w tej akcji wydzielono osobny obszar tematyczny pod nazwą „rozrywka i informacja”, ale w filmie tym o grach zupełnie się nie wspomina, a w broszurze co prawda zachęca się czytelników do pobrania gry ze sklepu z mobilnymi aplikacjami, ale nie ma w niej jakichkolwiek dodatkowych objaśnień (por. KPRM 2020: 12).

Podsumowując przegląd oferty instytucjonalnej, należy zauważyć, że cechuje się ona nieskoordynowanym, ograniczonym i zazwyczaj wtórnym podejściem do roli gier cyfrowych w życiu osób starszych. Gry są tu często zamiennikiem prostej rozrywki, łączonej niekiedy z narracją o korzystnym ich wpływie na niektóre funkcje poznawcze. Poza nielicznymi wyjątkami edukatorzy i eksperci pomijają to medium w swoich rozważaniach lub prezentują zaledwie namiastkę możliwości, jakie oferuje współczesna kultura gier cyfrowych. W takim podejściu trudno też dostrzec jakiegokolwiek próby pogłębiania kapitału growego osób starszych czy też ukazywania im potencjału tego medium w sposób, który łączy rozrywkę z celami pozaludycznymi. Opisani seniorzy samodzielnie korzystający z gier – podobnie jak część moich rozmówców z badań własnych – przejawiają niekiedy znacznie większy zakres zaangażowania w wirtualną zabawę, a co za tym

<sup>58</sup> Opis kampanii dostępny na stronie: <https://www.gov.pl/web/cyfryzacja/seniorze-nie-boj-sie-internetu> (21.12.2020).

<sup>59</sup> Pełna charakterystyka kampanii pod adresem: <https://www.gov.pl/web/seniorze-spotkajmy-sie-w-sieci> (21.12.2020).

idzie rozumienia tego medium, co powinno stanowić impuls do weryfikacji dotychczasowych metod edukowania polskich seniorów o grach i poprzez gry cyfrowe. Można mieć wrażenie, że ten rodzaj aktywności nie stanowi w przekonaniu autorów kampanii czy edukatorów zagrożenia wartego pełnego omówienia. Powodów takiego stanu rzeczy może być kilka: przekonanie o braku zainteresowania tym medium wśród seniorów; chęć zajęcia się sprawami „ważniejszymi” (np. bezpieczeństwem w internecie, komunikacją z bliskimi itd.); brak wiedzy lub kompetencji nauczania o grach; czy też przyjmowanie założenia, że jest to praktyka – przynajmniej w odniesieniu do prostych, niewymagających produkcji – stosunkowo łatwa w opanowaniu, a tym samym niewymagająca kompleksowego omówienia.

### 3.10. Międzygeneracyjne granie

Jak już to opisałem, zainteresowanie osób starszych grami cyfrowymi może być realizowane zarówno poprzez samodzielne i indywidualne praktyki w sferze prywatnej, jak i udział w projektach instytucjonalnych. Chcę poszerzyć omówienie zasadniczych schematów wykorzystywania tego medium przez opisanie kolejnej formy uczestnictwa srebrnych graczy w kulturze gier cyfrowych, która przebiega niejako w poprzek sfer prywatnej i instytucjonalnej. Chodzi mi o rozgrywki o charakterze międzygeneracyjnym (*intergenerational gaming*), gdy przedstawiciele różnych pokoleń wspólnie współpracują bądź rywalizują w grach.

Wspólne korzystanie z gier przez osoby reprezentujące różne pokolenia charakteryzują – i to w kilku publikacjach – Fan Zhang i David Kaufman. W jednym ze swoich badań tego fenomenu dokonali metaanalizy 19 publikacji poświęconych próbom interwencji międzygeneracyjnych przy użyciu gier cyfrowych. Na tej podstawie wypracowali oni uogólnioną, pięciopunktową charakterystykę tej praktyki (Zhang i Kaufman 2016a: 134):

1. Główną motywacją do międzypokoleniowej zabawy u osób starszych jest radość z interakcji i możliwość komunikacji z członkami rodziny. Rozrywka sama w sobie nie pełni dla nich tak kluczowej roli.
2. Interakcje i komunikacja wytwarzające się w toku międzypokoleniowych rozgrywek pomiędzy członkami rodziny nie są symetryczne i odwzajemnione. Dziadkowie zwykle angażują się w działania polegające na zapewnieniu bezpiecznego środowiska zabawy dla swoich wnuków, są też bardziej wyczuleni na jej dynamikę, natomiast rozrywka jest priorytetem dla młodszych generacji.

3. W tradycyjnych przestrzeniach zabawy osoby starsze przyjmują zazwyczaj rolę organizatorów, instruktorów, opiekunów, towarzyszy czy prowadzących zabawy. Role ulegają odwróceniu w przypadku zabaw pośredniczonych przez nowe technologie, takie jak gry cyfrowe. W takich przypadkach to przedstawiciele młodszych generacji funkcjonują jako nauczyciele osób starszych, ucząc je obsługi technologii.
4. Początkowa powściągliwość w aktach komunikacji pomiędzy przedstawicielami różnych pokoleń może ulec zmianie poprzez spędzany ze sobą czas i wzajemne poznawanie się.
5. Osoby reprezentujące pośrednie generacje (np. rodzice, starsze dzieci) mogą odgrywać istotną rolę w ułatwianiu międzygeneracyjnej zabawy.

W innej metaanalizie 16 publikacji poświęconych zagadnieniu międzygeneracyjnych gier cyfrowych Teresa de la Hera wraz ze współpracownikami wypracowała cztery kategorie korzyści wynikających z ich użytkowania, które częściowo pokrywają się z ustaleniami Zhanga i Kaufmana (de la Hera i in. 2017: 7–8):

1. Wzmacnianie więzi rodzinnych – zarówno bezpośrednich, jak i utrzymywanych na odległość. W tym sensie wspólne granie może prowadzić do wypracowania nowych tematów do dyskusji, obniżać napięcie pojawiające się pomiędzy ludźmi młodszymi a starszymi, sprzyjać rozmowom na tematy trudne czy stanowić punkt wyjścia dla kontaktów utrzymywanych na odległość.
2. Usprawnianie nauczania wzajemnego – gry stanowią tu wspólnie wykorzystywane źródło treści, a także przestrzeń wymiany doświadczeń czy poglądów pomiędzy młodymi i srebrnymi graczami.
3. Zwiększanie wzajemnego zrozumienia przedstawicieli różnych generacji – gry cyfrowe i wspólne rozgrywki mogą prowadzić do lepszego poznania osób odmiennych od siebie pod względem wieku, a przez to wspomagać w walce z krzywdzącymi stereotypami czy uprzedzeniami.
4. Zmniejszanie lęku społecznego – w zbiorze przeanalizowanych publikacji znalazły się także badania, które sugerowały związek pomiędzy zaangażowaniem seniorów we wspólne rozgrywki w grach cyfrowych a zmniejszonym poczuciem lęków społecznych.

Z obu opracowań wyłania się obiecujący obraz omawianej praktyki, i to w kilku obszarach: relacyjnym, kompetencyjnym oraz instytucjonalnym.

Zaangażowanie osób w różnym w wieku we wspólne granie wiąże się z szeregiem korzyści, także w obszarze relacji rodzinnych czy towarzyskich.

Bob De Schutter i Julie A. Brown przeprowadzili badania, w których ustalili, że starsi gracze cenią możliwość grania z osobami, które są dla nich ważne, ponieważ w ten sposób wspólna rozrywka nabiera dla nich szczególnego znaczenia (De Schutter i Brown 2016: 42–43). Mogą to być zarówno członkowie rodziny (dzieci, wnuki, rodzeństwo), jak i przyjaciele. Niekiedy osoby starsze wyrażają samodzielnie chęć wspólnego korzystania z gier, co odnotowali Maayan Agmon i współpracownicy w ich pilotażowym badaniu skuteczności *exergames* w poprawie poczucia równowagi u osób starszych. Pomimo metodologii ukierunkowanej na indywidualne korzystanie z konsoli Nintendo Wii większość badanych seniorów podjęła próbę zaangażowania swoich wnuków w grówę sesje badawcze, czemu w interpretacji badaczy sprzyjała realizacja projektu w warunkach domowych, gdzie wnuki odwiedzały swoich dziadków (Agmon i in. 2011: 165–166). Tego rodzaju poszukiwanie międzygeneracyjnych kontaktów poprzez gry cyfrowe odnotowali także badacze z Chin, którzy sprawdzali wpływ społecznościowej gry *QQ Farm* na relacje pomiędzy dorosłymi dziećmi a ich rodzicami. Odkryli oni trzy funkcje takiej opartej na grze komunikacji (Chen, Wen i Xie 2012):

1. Przestrzeń wyrażania komunikatów „Jestem bezpieczny i wszystko ze mną dobrze” – świadomość obecności i podejmowanych w grze aktywności stanowiła pośrednie źródło informacji o stanie mieszkającego z dala od rodziców dziecka. Niektórzy badani przyznawali w trakcie wywiadów, że taki rodzaj informacji zastępuje im wysyłanie wiadomości poprzez komunikatory czy nawet rozmowy telefoniczne. Starsi rodzice interpretowali działania swoich dzieci w grze także jako przejaw ich dobrego nastroju czy bezpieczeństwa w sytuacjach potencjalnie niebezpiecznych, na przykład katastrof naturalnych występujących na obszarze, który zamieszkuje dziecko.
2. Pomaganie członkom rodziny w okazywaniu troski i utrzymywaniu kontaktów – uczestnicy opisywanego badania postrzegali swoje wirtualne aktywności w grze jako sposób na wykazanie wzajemnej troski i miłości. Dlatego wspólne rozgrywki kojarzyły się im z poczuciem „szczęścia”, „ukojenia” czy „braku samotności”. Miało to miejsce zarówno jeśli chodzi o działania wprost świadczące o chęci pomocy w grze (podlewanie plonów czy plewienie chwastów na wirtualnej farmie), jak i w sytuacji, gdy nie były one korzystne dla współgracza. Tak działo się w przypadku wykorzystywania mechaniki „kradzieży” pielęgnowanych w grze plonów. Dla części badanych obiektywny wynik w grze nie miał większego znaczenia, a istotna była możliwość wchodzenia w zapośredniczone interakcje i związane z tym poczucie

współobecności z fizycznie oddalonym członkiem rodziny. Jak zauważyli autorzy badania, niewyrażona wprost informacja o pozytywnych uczuciach do dziecka czy rodzica, przekazywana jest w toku codziennej praktyki grania poprzez konkretne mechaniki (funkcje) gry.

3. Dostarczanie nowych relaksujących tematów do dyskusji – przeniesienie do świata gier cyfrowych części kontaktów dorosłych dzieci ze starszymi rodzicami przyniosło obustronne korzyści. Z perspektywy młodszej generacji pozwoliło to na odejście od często podejmowanych przez rodziców „poważnych” tematów (m.in. pytania o powodzenie w życiu zawodowym czy uczuciowym). Natomiast zdaniem starszych ich zaangażowanie w wirtualne zmagania poszerzyło zakres tematów możliwych do podjęcia z dziećmi.

Opisany chiński przykład międzygeneracyjnych kontaktów przez gry pokazuje, że ich obecność w życiu wielopokoleniowej rodziny może stanowić okazję do pogłębienia wzajemnych interakcji, szczególnie gdy bliscy są od siebie oddaleni fizycznie, ale też mentalnie – w opisanym projekcie badawczym gra *QQ Farm* pokazała potencjał tego medium w kreowaniu przestrzeni do niezobowiązujących, częstych i niezależnych od czasu i miejsca (asynchronicznych) kontaktów pomiędzy krewnymi, które mogą stanowić uzupełnienie komunikacji bezpośredniej i tej realizowanej za pomocą innych mediów (por. Chen, Wen i Xie 2012). Także inne rodzaje gier cyfrowych mogą wspierać kontakty i wspólne spędzanie czasu przedstawicieli różnych pokoleń. Fan Zhang i David Kaufman wykazali, że sieciowe gry RPG (MMORPG), takie jak *World of Warcraft*, są z powodzeniem wykorzystywane przez osoby 55+ nie tylko w celach rozrywkowych, ale także do utrzymywania oraz wzmacniania przypadkowych i pogłębionych (intymnych) relacji zarówno z obcymi ludźmi, jak i bliskimi (por. Zhang i Kaufman 2016b). Podobne wnioski wyłoniły się z mojego własnego badania internetowych wspólnot srebrnych graczy (por. Gałuszka 2019a). W literaturze przedmiotu sprawdzano też potencjał gier cyfrowych w domowej opiece realizowanej w diadach „senior – członek rodziny” (dorosłe dziecko, współmałżonek). Także w tej sferze medium to może być użyteczne, gdyż doświadczenie łączonej rozgrywki może wzmacniać komunikację pomiędzy osobami starszymi a ich opiekunami, a także pogłębiać poczucie bliskości zarówno w wymiarze dyskursywnym (rozmowy o wydarzeniach na ekranie), jak i fizycznym (dotyk i okazywanie czułości podczas rozgrywki, np. przytrzymywanie się za dłonie) (Gerling i Mandryk 2014: 19–20).

Międzygeneracyjne granie można rozpatrywać nie tylko w kontekście relacyjnym, ale także kompetencyjnym. Członkowie rodziny czy przyjaciele

mogą, podobnie jak spotykani w instytucjach edukatorzy, pełnić istotną funkcję w procesie wsparcia kreatywnych i rozwojowo korzystnych scenariuszy użycia narzędzi cyfrowych przez osoby starsze. Najmniej kompetentni seniorzy mogą stawiać pierwsze kroki w cyberprzestrzeni dzięki wsparciu młodszych członków rodziny, którzy nie tylko obdarowują osoby starsze urządzeniami czy programami, ale też objaśniają ich możliwości, a także ukazują korzyści z ich wykorzystania (Batorski i Zajac 2010: 23), co, jak wcześniej sugerowałem, jest istotne w kontekście opowiadania seniorom o nowych technologiach – w tym grach – odwołując się do języka korzyści. Taka forma transferu wiedzy wpisuje się w rozumienie rozwoju kulturowego, występujące u Margaret Mead. Podkreślała ona znaczenie odwróconej socjalizacji w realiach kultury prefiguratywnej, kiedy to postępujący rozwój technologiczny wymusza na starszych pokoleniach czerpanie wiedzy o świecie od lepiej zorientowanych przedstawicieli młodszych generacji (Mead 2000: 23). Z innych badań nad zaangażowaniem osób starszych w świat cyfrowy wynika, że bliscy mogą odgrywać także negatywną rolę w sytuacji, gdy zamiast objaśnień i zachęt oferują wykonanie za starszego użytkownika różnych czynności w zakresie obsługi urządzeń i oprogramowania, co może wywoływać poczucie niepewności względem własnych umiejętności oraz ograniczać możliwości rozwoju (Szmigielska, Bąk i Jaszczak 2012: 349). Oba przykłady uświadamiają, jak duże znaczenie może mieć bezpośrednie środowisko społeczne starszej osoby w rozwoju jej kompetencji cyfrowych i zaangażowania w cyberkulturę.

Przenosząc te rozważania na grunt międzygeneracyjnego grania, chcę podkreślić, że młodszy krewni mogą być świetnym źródłem wiedzy o grach cyfrowych i wspierać seniorów w generowaniu kapitału growego. Wynika to w dużej mierze z popularności tego medium wśród ludzi młodych, co w polskim piśmiennictwie naukowym odnotowano już na przełomie XX i XXI wieku, kiedy wskazano na zmiany w zakresie istotnych dla młodszych generacji źródeł treści socjalizacyjnych, które już wtedy przyjmowały charakter cyfrowy i nietradycyjny, z grami cyfrowymi włącznie (Kwieciński 1998: 23; Melosik 2003: 68). Co więcej, jak przed laty zauważył Henry Jenkins, ucyfrowieniu ulegają także przestrzenie zabawy (Jenkins 2006: 330–333), a to, jak wcześniej zasugerowałem, sprzyja młodym w kontekście międzygeneracyjnego grania, gdyż to oni częściej pełnią funkcję nauczycieli wobec ludzi starszych, chcących wkroczyć w obszar cyfrowego świata. Ułatwia to ludyczny czy też rozrywkowy kontekst wspólnego grania oraz naturalnie występujące w grach role nowicjusza i eksperta – w tych ostatnich mogą wcielać się ludzie młodzi, odwracając tym samym typowe normy sytuacyjne, przypisujące wyższy statusu osobom bardziej



doświadczonym i starszym (Chua i in. 2013: 2309). W rezultacie młodzi i seniorzy mogą się od siebie uczyć i poprawiać wzajemne postrzeganie poprzez odrzucenie stereotypów: młodzi dostrzegają, że osoby starsze są gotowe zaakceptować technologie cyfrowe (w tym gry), natomiast seniorzy w toku wspomaganego przez młodych procesu nabywania kapitału growego zaczynają odczuwać radość i przyjemność ze wspólnych rozgrywek w grach, ucząc się tym samym, że interakcje z młodymi mogą być miłe i zabawne (Chua i in. 2013: 2308–2309).

W istocie wsparcie seniorów ze strony dzieci czy wnuków w opanowaniu zasad rozgrywki jest niekiedy niezbędne (De Schutter i Brown 2016: 47). Zagadnienie to podjął cytowany już wcześniej Fang Zhang, pytając młodych graczy o ich doświadczenia z rozgrywek ze swoimi starszymi krewnymi, to jest rodzicami, dziadkami, wujkami i ciociami. W grupie 308 ankietowanych w wieku 15–35 lat niewielki ich odsetek zadeklarował praktykowanie międzygeneracyjnego gamingu, a różnica pomiędzy rodzicami, wujostwem a dziadkami była znacząca, ponieważ aż 78,4% badanych nigdy nie grało wspólnie z dziadkami, w przypadku wujków i cioc ten odsetek wyniósł 70,2%, a w odniesieniu do rodziców zaledwie 8,8% (Zhang 2018: 586). Różnice na niekorzyść babć i dziadków zaobserwowano także w częstotliwości wspólnego grania (Zhang 2018: 586). Co istotne, wspólne granie ze starszymi osobami nie musi wiązać się z rezygnacją z ulubionych tytułów, ponieważ badani zadeklarowali sięganie po łącznie 139 produkcji ze wszystkich wiodących gatunków gier, w tym: pierwszoosobowe strzelanki (FPS), wyścigi, planszowe, sportowe i fabularne (Zhang 2018: 586)<sup>60</sup>. Najbardziej popularne serie to kolejno: *Mario Kart* (21,4% wskazań), *Wii Sports* (w tym *Wii Party*, *Wii Sports Resort* i *Wii Fit*) (13%), *Jackbox Party Pack* (9,7%), *Call of Duty* (8,4%), *World of Warcraft* (7,8%), *Words with Friends* (5,8%), *Minecraft* (5,2%) i *Cywilizacja* (4,5%) (Zhang 2018: 586). Jednak z perspektywy prowadzonych tu rozważań najistotniejsze są ustalenia w zakresie treści rozmów podejmowanych przy okazji rozgrywek. Okazuje się, że najczęściej poruszane tematy związane były z edukowaniem seniorów w zakresie wiedzy i kompetencji niezbędnych do obsługi danej gry, co innymi słowy można określić jako wspomaganie osób starszych w generowaniu kapitału growego. Aż 47% wskazań uzyskały tematy rozmów związane

---

<sup>60</sup> Zhang wspomina też o relatywnie nowych grach, które powstały z myślą o wzmacnianiu międzypokoleniowych relacji i możliwości wzajemnego uczenia się pomiędzy starszymi i młodszymi członkami rodzin, wymieniając takie produkcje jak: *Collage*, *TranseCare*, *Age Invaders*, *e-Treasure* czy *Curball* (Zhang 2018: 581). Jednocześnie we własnym badaniu pokazuje on, że gry komercyjne z powodzeniem mogą być wykorzystywane w międzygeneracyjnych rozgrywkach.

z objaśnianiem seniorom problemów z grami (w tym w zakresie kompetencji growych), 24% wskazań przypadło na dzielenie się codziennymi doświadczeniami (np. przepisami kulinarnymi), 18,5% na rozmowy o ostatnich wydarzeniach społecznych, a 9,1% na rozmowy na tematy istotne (np. rezygnacja z pracy) (Zhang 2018: 587). Nie tylko w wymiarze dyskursywnym, ale także na poziomie działań dominują te polegające na wspieraniu osób starszych ze strony młodszych (Zhang 2018: 587). Chodzi tu przede wszystkim o objaśnianie znaczenia elementów i mechanik wykorzystywanych gier; instruowanie, jak grać w gry cyfrowe; decydowanie o wyborze gry; a w mniejszym stopniu o narzucanie strategii rozgrywki oraz komentowanie skuteczności srebrnego gracza w grach (Zhang 2018: 588). Uwidacznia się tu dość szeroki zakres pomocy zapewnianej przez młodszych graczy tym starszym, która jest realizowana w ramach sprywatyzowanego (rodzinnego), międzygeneracyjnego i ugrowionego transferu wiedzy, kompetencji oraz doświadczeń.

Wyżej opisany proces przekazywania kapitału growego oraz budowania międzygeneracyjnych relacji może z powodzeniem odbywać się w przestrzeni instytucjonalnej. Jak pokazują badania zrealizowane na potrzeby poradnika *Using Technology to Connect Generations*, 9 z 46 (tj. 19,6%) przeanalizowanych międzygeneracyjnych programów aktywizacji osób starszych wykorzystywało platformy gamingowe, głównie w celach budowania współpracy i dialogu pomiędzy młodymi „trenerami” a osobami starszymi (Kaplan i in. 2013: 16). Jak zaznaczają autorzy tej analizy, budowanie zaangażowania międzypokoleniowego przy użyciu technologii może być realizowane na wiele sposobów, by w ten sposób pomagać przedstawicielom różnych pokoleń w łączeniu się, komunikowaniu, rozumieniu, budowaniu relacji oraz podejmowaniu wspólnych działań (Kaplan i in. 2013: 35). Bez względu na wykorzystywane narzędzie (poczta e-mail, media społecznościowe, gry wideo i inne) można w ten sposób stworzyć nowe możliwości stymulowania, rozszerzania czy pogłębiania międzygeneracyjnego dialogu – w tym sensie fundamentem programów i interwencji powinna być nie tyle technologia sama w sobie, ile dążenie do wykorzystania jej potencjału w zakresie wzmacniania relacji pomiędzy przedstawicielami różnych generacji (Kaplan i in. 2013: 35).

Takie rozumienie roli technologii wpisuje się w ideę tak zwanych Międzygeneracyjnych Sfer Kontaktów (ICZs – *Intergenerational Contact Zones*), które funkcjonują jako przestrzenie skupiające przedstawicieli różnych pokoleń na wzajemnych kontaktach, interakcjach, budowaniu relacji (np. zaufania czy przyjaźni) lub współpracy w rozwiązywaniu problemów o charakterze lokalnym (por. Kaplan i in. 2016). Tego typu przestrzenie można

odnaleźć niemal we wszystkich rodzajach uspołecznionych miejsc, takich jak: szkoły, parki, restauracje, biblioteki, kluby, muzea, ogródki towarzyskie, centra edukacji czy wielousługowe domy kultury (por. Kaplan i in. 2016). Jednocześnie eksperci odnoszą koncepcję ICZs także do gier cyfrowych, widząc potencjał w poszerzeniu międzygeneracyjnych kontaktów na środowisko wirtualne, co wymaga jednak spełnienia kilku warunków. Poza opisanym już wcześniej przyjaznym z perspektywy starszych graczy projektowaniem gier i angażowaniem osób bliskich we wspólne rozgrywki niezbędne jest też przygotowanie internetowych i lokalnych form wsparcia dla seniorów (por. Eyu i Thang 2016). Chodzi tu zarówno o wirtualne wspólnoty czy internetowe platformy komunikacyjne ułatwiające nawiązywanie międzypokoleniowych relacji pomiędzy graczami podobnymi pod względem zainteresowań lub umiejętności, jak i fizyczne miejsca, gdzie seniorzy mogą otrzymać wsparcie w rozwijaniu kapitału growego – co samo w sobie może mieć charakter międzygeneracyjny ze względu na możliwość osobistego spotkania z młodszymi ludźmi, jak i podjęcia z nimi wzajemnych działań w wybranych grach cyfrowych (por. Eyu i Thang 2016).

Przenosząc rozważania na rodzimy grunt, należy zauważyć, że także w polskich realiach podejmuje się próby budowania międzypokoleniowych pomostów przy użyciu gier cyfrowych. W internecie można znaleźć opisy inicjatyw instytucjonalnych, podczas których w różnym zakresie realizowano ten zamiar w ramach nieformalnej i pozaformalnej edukacji osób starszych. Chodzi tu kolejno o: zachętę dla seniorów do wspólnego udziału z dziećmi w warsztatach w zakresie bezpiecznego korzystania ze „stron internetowych/gier komputerowych”; spotkanie międzypokoleniowe, podczas którego seniorzy i dzieci prezentują sobie swoje ulubione zabawy i gry; zajęcia międzypokoleniowe „gry i zabawy z konsolą X-Box, w co pograć z wnukami” (pisownia oryginalna); „warsztaty integracyjne z konsolą xBox” pn. „Młodzi ruchem”; czy też udostępnienie – także seniorom – w instytucji kulturalnej konsoli PlayStation, w której obsłudze pomagają młodzi wolontariusze (por. MOPR 2020; Tarnów.pl 2017; Działajlokalnie.pl 2016; Wolontariatwielkopolski.org 2015; Trzydnikduzy.pl 2018). W ramach wspomnianych przedsięwzięć próbuje się angażować młode osoby we współpracę z seniorami, a przez to wytwarzać przestrzeń do międzygeneracyjnego transferu wiedzy i umiejętności od umownych cyfrowych tubylców do cyfrowych imigrantów (por. Prensky 2001). Niestety dostrzec tu można pewne ograniczenia, gdyż przywołane projekty w dużej mierze ograniczały się do gier ruchowych dostępnych na konsolach, a także miały raczej jednorazowy charakter, co stawia pod znakiem zapytania ich skuteczność w rozwijaniu kapitału growego oraz

generowaniu długotrwałego zainteresowania grami u starszych uczestników tych przedsięwzięć.

Jednocześnie chcę zwrócić uwagę na kilka zjawisk, niepokojących z perspektywy popularyzacji międzygeneracyjnego grania. Mam tu na myśli wchodzenie w narrację, w której poniekąd antagonizuje się ludzi młodych i seniorów, a także ich zainteresowania. Przykładem takiej retoryki może być zamieszczony w internecie opis samorządowego projektu „Zaloguj i pomagaj – Warszawa dla seniora”, którego celem było zebranie grupy wolontariuszy gotowych „towarzyszyć” osobom starszym w różnych obowiązkach i aktywnościach (por. UM Warszawa 2017). Organizatorzy tej inicjatywy „pytają” potencjalnych wolontariuszy, czy mają dość oglądania telewizji oraz grania w gry komputerowe, a jednocześnie w dalszym fragmencie sugerują możliwość spędzania czasu z seniorami na grze w warcaby (por. UM Warszawa 2017)<sup>61</sup>. Podobną perspektywę przyjęli organizatorzy warsztatów pn. „Baw się z nami, Seniorami!”, których celem było przedstawienie seniorom „alternatywnych sposobów na aktywne spędzanie wolnego czasu w gronie rodziny i przyjaciół”, przy użyciu różnych gier zespołowych czy planszowych (por. MB 2015). Także w opisie tego przedsięwzięcia zestawiono ze sobą sprzyjające nawiązywaniu relacji gry zespołowe czy planszowe z alienującymi grami cyfrowymi, co ilustruje poniższy fragment opisu warsztatów (por. MB 2015):

W dzisiejszych czasach obserwuje się rozpad tradycyjnego modelu wielopokoleniowej rodziny, a także szereg procesów społecznych, ekonomicznych i demograficznych sprawiających, że dzieci coraz rzadziej mają okazję do spędzania czasu z dziadkami, z którymi kontakty zastępowane są przez internet, gry komputerowe czy telewizję. Warsztaty „Baw się z nami, Seniorami!” stanowią propozycję dla wszystkich zainteresowanych, którzy poszukują ciekawych i atrakcyjnych rozwiązań na spędzanie wolnego czasu.

Ostatnim wydarzeniem, które tu przywołam, jest projekt wielopokoleniowej integracji seniorów pn. „Kto kogo gryzie”, podczas którego miało dojść do wymiany doświadczeń pokoleniowych i wspólnych zajęć edukacyjnych w różnych dziedzinach (por. GOKSiR 2013). W opisie czytamy, że jedną z atrakcji były międzypokoleniowe warsztaty komputerowe, podczas których młodzież mogłaby przedstawić osobom starszym także rozrywkowy potencjał tego urządzenia. Wydaje się jednak, że nie podjęto takiej próby,

---

<sup>61</sup> Warto odnotować, że w opisie III edycji inicjatywy zaplanowanej na lata 2021–2023 nie pojawia się pytanie o oglądanie telewizji czy granie w gry komputerowe; por. <https://zalogujpomagaj.um.warszawa.pl/o-projekcie> (21.10.2023).

co sugeruje następujący fragment opisu: „Wymiana wiedzy i doświadczeń pokaże młodym, że z dziadkiem czy babcią też może być fajnie. Natomiast seniorom, że zajęcia młodych to nie tylko gry komputerowe” (por. GOKSiR 2013). Zasadniczo w ramach tych trzech inicjatyw podjęto potrzebny i wartościowy trud na rzecz poprawy jakości życia i międzygeneracyjnych relacji osób starszych. Jednak nie sposób uniknąć wątpliwości, dlaczego nie wykorzystano okazji na połączenie zainteresowania grami cyfrowymi u przedstawicieli młodszych generacji z potrzebą rozrywki osób starszych? Dlaczego sugerowano, że zainteresowanie jednym rodzajem gier jest w pewien sposób mniej korzystne niż rywalizowanie lub współpraca w innych grach? Jest to nieco rozczarowujące, tym bardziej że także gry w wersji cyfrowej mają potencjał do wspierania międzygeneracyjnej integracji. Warto zwrócić uwagę, że ta przedstawiona tu ignorancja czy wręcz jawna niechęć względem cyfrowej rozrywki nie tylko przyczynia się do ograniczania pola integracji przedstawicieli różnych generacji, ale może też pogłębiać niekorzystne stereotypy, co wydaje się szczególnie niewłaściwe w przypadku instytucji działających na rzecz seniorów, ich emancypacji i społecznej aktywizacji. Adekwatnym podsumowaniem rozważań o międzygeneracyjnym graniu w Polsce może być fragment wydanego przed przeszło dekadą raportu *Can Video Games Promote Intergenerational Play & Literacy Learning?*, w którym czytamy, że „wszechobecność mediów cyfrowych w życiu dzieci i dorosłych jest istotną, ale zarazem niewykorzystaną okazją do nawiązywania kontaktów międzypokoleniowych” (Chiong 2009: 22).



#### 4. A co, jeśli nie?

Wątpliwości związane z promowaniem gier  
wśród osób starszych







W wielu – szczególnie potocznych – dyskusjach postrzega się spędzanie czasu na grach cyfrowych jako aktywność pozbawioną sensu lub wręcz szkodliwą, co pogłębiają powtarzające się paniki moralne wokół tego medium czy też jednostronne i przesadnie krytyczne opinie, zazwyczaj formułowane w odniesieniu do korzystających z gier dzieci czy nastolatków, ale coraz częściej także dorosłych (por. Gałuszka 2019b). Warto zwrócić uwagę na podobne wątpliwości w kontekście srebrnych graczy. W tym rozdziale skrótowo poruszę najważniejsze zastrzeżenia czy zagrożenia związane z popularyzacją gier cyfrowych wśród starszych odbiorców. Czy praktyka ta, poza – wcześniej przeze mnie opisanymi – pozytywnymi efektami, niesie ze sobą potencjalnie niekorzystne dla seniorów konsekwencje, narażając ich przy tym na różnego rodzaju zagrożenia czy dyskomfort? Żywię przekonanie, że taka krytyczna perspektywa jest niezbędna nie tylko ze względu na dobro samych srebrnych graczy, ale też z uwagi na rzetelność prowadzonych przeze mnie rozważań, jak również samoświadomość własnych ograniczeń poznawczych. Istnieją bowiem uzasadnione podejrzenia, że badacze korzystający z gier cyfrowych i podchodzący w sposób pozytywny do ich szeroko rozumianego potencjału – a do takich z pewnością sam siebie zaliczam – mogą nieświadomie przyjmować tendencyjne i nazbyt bezkrytyczne założenia, pomijając przy tym możliwe negatywne konsekwencje promowania gier, na przykład w sferze edukacji (Whitton 2018: 9). Tak więc z przynajmniej z kilku wymienionych tu powodów niezbędne jest wskazanie najważniejszych wątpliwości związanych z obecnością gier cyfrowych w życiu osób starszych.

#### 4.1. Skrajne postawy wobec gier cyfrowych

Jedną z podstawowych przeszkód dla popularyzacji silver gamingu jest niechęć niektórych seniorów do gier cyfrowych, o czym donoszono już w połowie lat 80. XX wieku. W prowadzonych ówczasie analizach wykazano, że starsi respondenci (osoby pomiędzy 35. a 70. rokiem życia) względem młodszych (uczniowie w wieku 14–18 lat) są generalnie mniej

zainteresowani grami cyfrowymi, mają węższą wiedzę o tym medium i darzą je mniejszą sympatią, a także bardziej obawiają się komputerów, co zdaniem autora przywoływanego tu badania koresponduje z sugestią o konserwatyzmie postaw i niechęci do zmian u osób starszych (McClure 1985: 286). Także współcześnie natknąć się można na doniesienia z badań, z których wynika, że niektórzy seniorzy wciąż nie mają większych doświadczeń z nowymi technologiami, z rezerwą podchodzą do gier cyfrowych, a przy próbach ich poznania dochodzą do wniosku, że granie nie dostarcza im rozrywki i jest „stratą czasu”, ponieważ koszty (m.in. wkładany wysiłek, poświęcany czas, inwestowane pieniądze) tej praktyki przewyższają płynące z niej korzyści (Sopanen 2015: 19–20). Inne negatywne skojarzenia to uważanie gier cyfrowych za wyjątkowo uzależniające czy odepiające (Khalili-Mahani i in. 2020: 236). Generalnie osoby starsze częściej niż młodsze przypisują praktyce grania takie określenia jak „uzależniający” czy „uzależnienie” (Nap, de Kort i Ijsselsteijn 2009a: 4). Co więcej, większość starszych ludzi nie postrzega tego medium w kategoriach hobby, a grania jako praktyki pozytywnie wpływającej na zdrowie, w przeciwieństwie do różnorodnych aktywności fizycznych (Khalili-Mahani i in. 2020: 239). Takie przekonanie do pewnego stopnia może być efektem niewiedzy, braku własnych i pozytywnych doświadczeń z grami cyfrowymi czy po prostu stereotypów, jednak część barier utrudniających gaming w późniejszym wieku ma wymierny charakter, a towarzyszące im odczucia seniorów nie powinny być ignorowane. W przeciwnym razie mogą się oni szybko zniechęcić do wirtualnej rozrywki. Mówią o tym sami zainteresowani, zwracając uwagę na między innymi początkowe frustracje spowodowane niedostateczną wiedzą o grach oraz niskim poziomem ważnych dla gracza kompetencji, pojawiające się poczucie niezaradności, internalizowane negatywne odczucia o własnych możliwościach czy brak kontroli nad przebiegiem rozgrywki (McLaughlin i in. 2012: 19). Dlatego tak ważne jest przygotowanie efektywnych modeli promowania gier cyfrowych wśród najstarszych obywateli, dla których rozwój w kierunku gamingu nie jest prostym i szybkim procesem, jak w przypadku przedstawicieli młodszych generacji, którzy nabywają niezbędne umiejętności w toku typowych dla siebie i powiązanych z dorastaniem procesów socjalizacyjnych.

O ile niewiedza, uprzedzenia czy niechęć mogą stanowić istotne przeszkody do zainteresowania omawianym medium, o tyle krytycznie należy ocenić przeciwstawną postawę zupełnie bezrefleksyjnego i intensywnego zaangażowania w świat cyfrowych rozgrywek, co w rzadkich przypadkach

może doprowadzić do rozwoju patologicznej formy grania. Problem zaburzeń wynikających z nadmiernego korzystania z gier cyfrowych stanowi przedmiot nieustannych i nie zawsze spójnych metodologicznie badań, dlatego trudno tu o jednoznaczne wnioski. Przez minione 40 lat naukowcy badali potencjał uzależniający różnych pod względem przeznaczenia czy formy gier – w latach 80. XX wieku skupiano się głównie na produkcjach zręcznościowych tworzonych na automaty; w kolejnej dekadzie chodziło przede wszystkim o gry jednoosobowe uruchamiane na konsolach, komputerach lub konsolach przenośnych; natomiast od początku XXI wieku uwaga specjalistów skierowała się ku sieciowym grom MMMORPG, w których rywalizacja przebiega pomiędzy wieloma graczami (Pontes i Griffiths 2014: 36–37). Z czasem przekształceniom uległ też sposób doboru respondentów i stosowane techniki badawcze, ponieważ początkowo analizowano przede wszystkim relatywnie niewielkie i niereprezentatywne grupy nastoletnich mężczyzn przy użyciu samoopisowych kwestionariuszy realizowanych w szkołach, natomiast obecnie wykorzystuje się szerszy wachlarz narzędzi – między innymi pomiary polisomnograficzne, testy pamięci wzrokowej i werbalnej, oceny medyczne – wiodącą formą pozostają zazwyczaj samodzielnie wypełniane przez graczy ankiety internetowe, które dają dostęp do danych generowanych na podstawie większych (choć niekoniecznie reprezentatywnych) prób badawczych, złożonych już nie głównie z nastolatków, ale też osób dorosłych, zarówno mężczyzn, jak i kobiet (Pontes i Griffiths 2014: 42–43). To otwarcie na starszych użytkowników gier jest związane ze zmieniającą się ich demografią, dlatego prowadzenie badań wyłącznie na grupach dzieci i nastolatków traktowane jest jako metodologiczne niedociągnięcie, ograniczające wiedzę o zaburzonym korzystaniu z gier wśród dorosłych (Pontes i Griffiths 2014: 37).

W ostatnich latach liczne dyskusje wywołała decyzja WHO o stworzeniu nieistniejącej wcześniej definicji zaburzenia określonego mianem *gaming disorder* (GD), która została dopisana do przyjętej w 2019 roku, a obowiązującej od 1 stycznia 2022 roku, 11. edycji Międzynarodowej Statystycznej Klasyfikacji Chorób i Problemów Zdrowotnych (ICD) (WHO 2021). Decyzja ta podzieliła ekspertów, ponieważ dla części z nich stanowi to punkt wyjścia do stworzenia trafnych narzędzi diagnostycznych i skutecznych terapii (por. Rumpf i in. 2018), jednak pojawiły się też obawy związane z możliwością nieuprawnionej patologizacji praktyki gamingu (por. Bean i in. 2017). Tę jednostkę chorobową można tłumaczyć jako problemowe korzystanie z gier cyfrowych, chociaż w powszechnym odbiorze bywa interpretowane jako „uzależnienie od gier”. Taki patologiczny stan

charakteryzuje się występowaniem trwałych lub powtarzających się zachowań związanych z grami cyfrowymi, zarówno tymi online (rozgrywane przez internet), jak i offline, które objawiają się:

1. ograniczoną kontrolą nad praktyką grania;
2. dominacją grania nad innymi zainteresowaniami oraz codziennymi czynnościami;
3. kontynuacją lub eskalacją grania pomimo wystąpienia negatywnych skutków.

Taki wzorzec zachowań – w zależności od nasilenia i wpływu na funkcjonowanie jednostki – powinien utrzymywać się przynajmniej kilkanaście miesięcy (zazwyczaj rok), aby były podstawy do diagnozy GD, które z kolei może skutkować poczuciem niepokoju lub znacznym upośledzeniem funkcjonowania w takich sferach, jak: życie osobiste, rodzinne, społeczne, edukacja, aktywność zawodowa lub w innych ważnych obszarach życia (WHO 2020).

Definicja WHO odwołuje się do różnego rodzaju gier cyfrowych – w przeciwieństwie do nawiązującej do gier online definicji zamieszczonej w klasyfikacji DSM-5 Amerykańskiego Towarzystwa Psychiatrycznego z 2013 roku (por. Parekh 2018) – i może być z powodzeniem używana do diagnozowania osób w różnym wieku. Jednak ujawnia się tu jeszcze inny problem, polegający na przesadnym skupieniu badaczy na ludziach młodych i to pomimo występowania wspomnianych wcześniej zmian demograficznych, polegających na stałym wzroście średniej wieku graczy i odsetka seniorów korzystających z omawianego medium. Jak zauważają autorzy metaanalizy 53 publikacji z lat 2009–2019, poświęconych problemowemu użyciu gier cyfrowych (GD), częstość występowania tego zjawiska w skali globalnej to około 3% (niespełna 2% dla badań spełniających bardziej rygorystyczne metody doboru próby, np. losowe), przy czym w grupie ponad 220 tysięcy badanych z 17 różnych krajów znaczny odsetek stanowiły nastolatki, wśród których jednocześnie stwierdzono wyższe wskaźniki GD, co może sugerować, że problem ten jest mniej rozpowszechniony w innych grupach demograficznych (Stevens i in. 2020: 565). Warto w tym miejscu odnotować, że wciąż możliwe są pewne regionalne i zarazem kulturowe różnice, gdyż w państwach Azji Południowo-Wschodniej wyższa średnia wieku była pozytywnie skorelowana ze współczynnikiem występowania zaburzonego schematu korzystania z gier cyfrowych, chociaż wciąż dotyczyło to młodych dorosłych i osób w średnim wieku, a nie seniorów (Chia i in. 2020: 12). Niestety w odniesieniu do dojrzałych czy srebrnych

graczy brakuje danych. Na 53 włączonych do wspomnianej wcześniej meta-analizy publikacji jedynie siedem opartych było na badaniach, w których do próby badawczej zakwalifikowano osoby 60+ (Stevens i in. 2020: 556–558). W żadnej z tych analiz nie przyglądano się dokładniej sytuacji najstarszych graczy, w pojedynczych przypadkach jedynie o nich wzmiankując na dość ogólnym poziomie, co nie dostarcza pogłębionej wiedzy o ryzykach związanych z obecnością gier cyfrowych w życiu seniorów w zakresie występowania specyficznych dla tej grupy wiekowej wzorców zachowań potencjalnie niekorzystnych oraz ich konsekwencji. Oczywiście determinuje to także stosowanie ilościowej metodologii przez autorów tych opracowań. Chodzi tu o statystyczne wyliczenia odsetka osób wykazujących objawy problemowego grania, który jest zazwyczaj wyższy wśród ludzi młodszych (Wittek i in. 2016: 682), chociaż niektóre negatywne konsekwencje takiego stanu mogą dotyczyć także osoby dorosłe i starsze. Przykładem może być nasilenie objawów depresji (Kim i in. 2017: 571), szczególnie w odniesieniu do fanów rozgrywek sieciowych i osób codziennie korzystających z gier, które zasadniczo bez względu na wiek są bardziej narażone na rozwinięcie symptomów patologicznego grania (Festl, Scharrow i Quandt 2013: 596). Te ostatnie objawiają się zarówno w sferach fizycznej oraz psychicznej, jak i aktywności społecznej. Częste i wielogodzinne sesje z grami mogą powodować między innymi bóle oczu lub karku czy nadwyrężenie nadgarstków, ale też dezorganizować codzienne życie każdej, w tym starszej, osoby i jej relacje z najbliższymi (Wang, Yao i Gu 2019: 257).

Grupa badaczy z Chin postanowiła przyjąć jakościową perspektywę w poszukiwaniu czynników sprzyjających występowaniu uzależnienia od gier wśród starszych graczy. W toku 12 wywiadów z osobami o średniej wieku przekraczającej 66 lat ustalono, że niektórzy seniorzy z powodu braku innych zajęć czy odczuwanej nudy stosunkowo szybko wypracowują nawyk regularnego i wielogodzinnego korzystania z gier cyfrowych, z czego po pewnym czasie trudno im zrezygnować nawet po uświadomieniu sobie skali poświęcanego czasu czy po negatywnych reakcjach rodziny (Wang, Yao i Gu 2019: 263). W badaniu wskazano szereg czynników, które mogą jednocześnie wzmacniać motywację osób starszych do korzystania z gier cyfrowych, jak i potencjalnie sprzyjać przesadnemu ich zaangażowaniu w tę praktykę: zachęty ze strony znajomych oraz rodziny, proste zasady rozgrywki oraz sterowania, przejrzysty interfejs użytkownika, niska cena gry lub brak opłat za prowadzenie rozgrywki (Wang, Yao i Gu 2019: 265). Istotne są też cechy samych gier, które pomagają wygenerować u srebrnych

graczy silne poczucie zaangażowania i podtrzymać zainteresowanie rozgrywką (Wang, Yao i Gu 2019: 263):

- gra powinna być początkowo prosta w opanowaniu, ale oferować progresję poziomu trudności (wyzwania) wraz z rosnącym poziomem umiejętności (kapitału growego) użytkownika, by w ten sposób wzmacniać poczucie spełnienia i własnej sprawczości;
- w grze należy implementować częste, użyteczne z perspektywy celów rozgrywki i zrozumiałe komunikaty zwrotne w formie tekstowej lub graficznej, dzięki którym starsi gracze mogą lepiej zrozumieć zasady rozgrywki, przechodzić do kolejnych etapów i przez to dłużej z niej korzystać bez poczucia zniechęcenia;
- dodatkowym atutem gry są też tryb wieloosobowy oraz funkcje społecznościowe, dzięki którym srebrni gracze mogą podtrzymywać relacje z najbliższymi czy znajomymi.

Jak ostatecznie zauważają badacze, osoba starsza będzie kontynuować rozgrywkę tylko wtedy, jeśli będzie jej to sprawiać radość, bez względu na jej źródło, którym mogą być zarówno podejmowane wyzwania, jak i nawiązywane interakcje społeczne (Wang, Yao i Gu 2019: 264).

Obecnie możemy jedynie w sposób ograniczony i pośredni wnioskować o czynnikach sprzyjających rozwojowi zaburzonego korzystania z gier wśród seniorów, a także specyficznych dla tej grupy konsekwencji takiego stanu. Wydaje się, że poszukiwanie odpowiedzi poprzez porównania do młodszych kategorii graczy jest niewystarczające, choćby z powodu różnic rozwojowych, odmiennych preferencji czy specyfiki realiów funkcjonowania, takich jak wyższe wskaźniki społecznej izolacji i poczucia osamotnienia wśród senierek i seniorów (Bieńkuńska 2020: 89–91). Znaczny odsetek gier cyfrowych zapewnia możliwości rozgrywania potyczek w trybach dla wielu graczy – zarówno „lokalnie” na współdzielonym ekranie, jak i za pośrednictwem internetu, co może pomagać w radzeniu sobie z brakiem relacji społecznych czy poczuciem osamotnienia. Z drugiej strony wiek, a dokładnie związana z nim określona sytuacja życiowa może sprzyjać nadużywaniu gier cyfrowych, w tym szczególnie produkcji dla wielu graczy. Czynniki ryzyka są typowe dla dorosłości, a więc niezależność i swoboda w podejmowaniu decyzji, brak zewnętrznej kontroli ze strony bliskich (jak w przypadku dzieci), rozwinięte kompetencje (w tym technologiczne), potrzeba podtrzymywania relacji interpersonalnych oraz przezwyciężenia poczucia osamotnienia (Chia i in. 2020: 12). O ile zakres zazwyczaj przejawianych kompetencji nie predestynuje wielu seniorów do wzmożonego

zaangażowania w świat gier cyfrowych, o tyle problemy izolacji społecznej bądź poczucia osamotnienia mogą popchnąć niektóre osoby starsze do szukania kontaktów w grach czy poprzez gry – niekoniecznie z własnymi bliskimi, a być może ich kosztem. Nie zmienia to jednak faktu, że gaming może być realizowany w pojedynkę, od czego seniorzy nie stronią, gdyż zdecydowanie częściej deklarują oni samodzielne niż zespołowe granie (por. Bobrowski i in. 2019; Kakulla 2019: 26). Oczywiście można to interpretować jako wyraz niezależności srebrnych graczy, ale przyjęcie odmiennej perspektywy jest także możliwe. Rezygnacja – mniej lub bardziej świadoma – ze społecznościowych funkcjonalności gier cyfrowych oznacza, że „zamieszkiwanie” wirtualnych światów może dystansować osobę starszą od bliskich czy znajomych. Oczywiście taki alienacyjny potencjał ma każde realizowane w pojedynkę hobby, jednak immersyjna natura omawianego tu medium może wzmocniać ten efekt. Między innymi z tego powodu ważnym zagadnieniem jest rozwijanie kapitału growego osób starszych i ukazywanie im szerokich możliwości użycia gier cyfrowych, a także unacznienie im alternatywnych kosztów korzystania z nich w późniejszym wieku. Ostatecznie znalezienie czasu na wirtualne rozgrywki może wiązać się z rezygnacją lub spadkiem motywacji do podjęcia innych praktyk: spotkań ze znajomymi lub rodziną, wizyt w instytucji, wyjścia z domu czy wreszcie zredukowaną szansą na podjęcie innych form aktywizacji (np. ruchowej). Jednocześnie w perspektywie przedstawionych wcześniej rozważań wokół konsumpcji mediów wśród najstarszych Polek i Polaków można zaryzykować tezę, że zwiększenie zaangażowania w gry cyfrowe odbywałoby się – być może – kosztem oglądania telewizji, co w moim przekonaniu należałoby interpretować jako pozytywne zjawisko.

Z pewnością poza analizowaniem pozytywnego oddziaływania gier cyfrowych na życie starszych osób, a także poszukiwaniem wzorców projektowych sprzyjających ich zaangażowaniu w wirtualne przygody, należy większą uwagę poświęcić kwestii uzależnień czy zaburzeń wynikających z ich obecności w życiu srebrnych graczy. Szczególnie mając świadomość, że te same cechy gier mogą pełnić dwojaką rolę: zachęcać do podjęcia nowej aktywności na późniejszym etapie życia, jak i utrwalac patologiczny stan przesadnego zaangażowania w gaming.

## 4.2. Braki kompetencyjne wśród osób starszych

Rzetelne przedstawienie rachunku zysków i strat może pomóc srebrnym graczom w realizowaniu rozwojowo korzystnego schematu praktyki



korzystania z gier cyfrowych. Wiąże się to jednak z koniecznością wejścia w rolę gracza, co jak już wcześniej opisałem, wymaga przyjęcia postawy ludycznej oraz posiadania zasobów określanych mianem kapitału growego. Gry cyfrowe stanowią jeden z wiodących przykładów technologii symulacji w obszarze kultury popularnej (Dovey i Kennedy 2011: 16). Dlatego zaangażowanie w świat cyfrowej rozrywki pozwala doświadczać wirtualności w jej „twardym” ujęciu, a przez to balansować pomiędzy dwiema sferami rzeczywistości hybrydowej – fizykalną i wirtualną. Wymaga to jednak umiejętności oraz wiedzy wykraczających poza – wciąż bliską i niekiedy jedyną dostępną dla części seniorów – sferę „analogową”<sup>62</sup>. Niektórzy badacze poruszanej tu problematyki przyznają, że wiedza seniorów o grach cyfrowych jest ograniczona i nieaktualna, a nawet typowa dla lat 80. XX wieku, kiedy to obecni seniorzy przeżywali swoją dorosłość (Nap, de Kort i Ijsselsteijn 2009a: 5–6). W efekcie są oni przesadnie skupieni na negatywnych skutkach grania, nie dostrzegają wielu możliwości pozytywnego oddziaływania tego medium na ich życie czy też nie są w stanie samodzielnie zadbać o sprzęt i gry spełniające ich oczekiwania (Nap, de Kort i Ijsselsteijn 2009a: 6). To kolejne z możliwych barier utrudniających ich zaangażowanie w kulturę gier cyfrowych.

Jak przekonuje badacz gier Michał Kłosiński, w wyniku zjawiska immersji, czyli „polisensorycznego zanurzenia w wirtualnym świecie, w wirtualnym ciele”, gracz zamieszkuje ten świat (Kłosiński 2018: 67–68). To „zadomowienie” wirtualnych przestrzeni wymaga jednak od użytkowników gier dostosowania do (Kłosiński 2018: 54):

nowego sposobu regulacji ich życia [w sferze fizykalnej – przyp. DG], opartego na ograniczeniach tkwiących w samym kodzie [konkretnej gry – przyp. DG], który owe światy definiuje, porządkuje, w równej mierze czyniąc je jednocześnie utopią, więzieniem oraz miejscem wykluczenia.

Wynika z tego, że wejście w świat dowolnej gry wymaga zaakceptowania, a wcześniej poznania jego reguł. W podobnym tonie o relacji gra–gracz pisał Espen Aarseth, który zwracał uwagę na ograniczoną podmiotowość gracza w odniesieniu do zakresu dopuszczalnego przez strukturę gry i zaimplementowane w niej reguły (Aarseth 2007: 130–132). Dlatego wchodzenie w rolę gracza wymaga poznania tych zasad, które następnie stanowią

---

<sup>62</sup> Mam tu na myśli pierwotnie analogowe media, z których w okresie młodości korzystali obecni seniorzy i seniorki. Jest to przede wszystkim prasa, radio czy telewizja, które aktualnie częściowo lub w całości uległy procesowi ucyfrowienia.

zasób kapitału growego konkretnej osoby. Jednocześnie ten sam kapitał warunkuje potencjał (z)rozumienia reguł gry. Osoba bardziej obyta z grami cyfrowymi ma prawdopodobnie lepszą orientację i znajomość typowych rozwiązań w zakresie sposobów sterowania, implementowanych mechanik czy zabiegów narracyjnych stosowanych przez twórców gier. Nawet jeśli spotyka się ona z czymś nowym, na przykład w produkcji odmiennej pod względem gatunkowym od dotychczas używanych gier, to bogatsze zasoby kapitału growego ułatwiają jej rozpoczęcie rozgrywki oraz szybką aktualizację wiedzy oraz kompetencji. Przy tym nawiązując do opisanego wcześniej schematu konsumpcji mediów wśród seniorów, można założyć, że osoby starsze (względnie) dobrze zinternalizowały kompetencje medialne odnoszące się do tradycyjnych mediów (szczególnie telewizji), a gry cyfrowe, przynależące do sfery cyberkultury, zasadniczo stanowią dla większości starszych Polek i Polaków *terra incognita*. Osoby starsze, w przeciwieństwie do młodych, nie dorastały w erze dominacji mediów cyfrowych, więc w toku socjalizacji medialnej wypracowały one inny rodzaj kompetencji i praktyk medialnych (de la Hera i in. 2017: 9). Jest tak również w zakresie narzędzi wykorzystywanych do poszukiwania informacji, gdyż starzenie się jest negatywnie skorelowane ze zdolnością wyszukiwania informacji w sieci (Bierówka 2015: 150), która stanowi bogate źródło samych gier, jak i informacji o nich. Opisywane tu problemy nie są oczywiście typowo polskie, ponieważ obawy i stres związane z niepewnością zrozumienia oraz opanowania zasad gry cyfrowej były sygnalizowane także wśród seniorów zaangażowanych w projekty badawcze zrealizowane w innych krajach (Rosenberg i in. 2010: 224).

Wyróżnić można dwie główne kategorie barier, ograniczających potencjał starszych osób do zaangażowania w cyfrową rozrywkę – fizyczne oraz poznawcze (Sopanen 2015: 15). Chodzi tu o takie problemy, jak: drżenie rąk, które utrudnia precyzyjne manipulowanie kontrolerem, czy niską ostrość widzenia, co z kolei ogranicza możliwość dostrzegania detali obrazu i zauważania niekiedy subtelných różnic obserwowanych obiektów w świecie gry (Sopanen 2015: 15). Osoby starsze mogą mieć też trudności z wykonywaniem akcji wymagających wciśnięcia kilku przycisków naraz bądź jednoczesnego obsługiwania klawiatury oraz myszy, co poważnie utrudnia im użycie większości współczesnych gier komputerowych (Zhang 2018: 589). Z kolei spadek potencjału poznawczego wiąże się z problemami z pamięcią i przejawia przez trudności z „nadażaniem” za dynamiczną akcją w grach, czy też odczuwanym przemęczeniem wynikającym z konieczności utrzymania wysokiego poziomu koncentracji na nauce zasad rozgrywki obowiązujących w danej

grze (Sopanen 2015: 16). W efekcie osoby starsze mogą mniej efektywnie komunikować się w grach, ponieważ wolniej piszą i przetwarzają informacje płynące z rozgrywki, co z kolei przekłada się na ich niższą skuteczność względem młodszych generacji graczy – szczególnie w tytułach opartych na dynamicznej rozgrywce i szybkości reakcji (Zhang 2018: 589).

Każdą grę cyfrową można podzielić na kilka warstw analitycznych, co warunkuje sposób postrzegania i rozumienia danej produkcji, ale też pomaga w uzmysłowieniu sobie głębi i poziomu skomplikowania tego medium pod względem formalno-treściowym. Tabela 5 zawiera syntetyczne omówienie trzech takich częściowo ze sobą zbieżnych modeli, wypracowanych na gruncie analiz groźnawczych.

Tabela 5. Wybrane modele analizy gier cyfrowych

<p>Gra jako artefakt – Lars Konzack (2008)</p>	<p>Każdą grę cyfrową można rozłożyć na siedem analitycznych warstw:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Sprzęt – najniższa warstwa, opisująca komponenty sprzętowe (kable, sygnały, sprzęt i jego elementy, np. kontrolery), na które gra jest projektowana i wydawana. To swoisty „fizyczny teren” cyfrowej rozgrywki, jej materialny wymiar, w którym urządzenie jawi się jednocześnie jako „zabawka” i medium.</li> <li>– Kod programu – to zrozumiwały dla mikroprocesora ciąg znaków i cyfr, swoisty język w którym zapisana jest gra; to warstwa trudno dostępna (wymaga rozumienia zasad programowania, a niekiedy także inżynierii wstecznej, polegającej na przykład na dekompilacji oprogramowania z języka maszynowego na wyższy język programowania), ale podstawowa dla rozumienia gier cyfrowych i sposobu ich działania, chociaż bez ww. kompetencji poznajemy ją zazwyczaj w sposób pośredni na podstawie analizy kolejnych (wyższych) warstw gry.</li> <li>– Funkcjonalność – wypadkowa sprzętu i kodu programu, objawiająca się użytkownikowi w formie odpowiedzi urządzenia (np. komputera, konsoli etc.) na podejmowane w aplikacji działania i wprowadzane informacje. Nie jest specyficzna dla gier cyfrowych i podobnie jak dwie poprzednie warstwy da się ją odnieść do wszelkich aplikacji stworzonych na komputery i pochodne urządzenia.</li> <li>– Elementy rozgrywki (<i>gameplay</i>) – pierwsza typowa dla gier cyfrowych warstwa, odnosząca się do ich struktury. Na elementy rozgrywki składają się: usytuowanie (perspektywa, z jakiej postrzega się grę, np. gracza, widowni, sędziów, mistrzów gry etc.), zasoby (wszelkie środki wpływu graczy na grę, np. pionek, piłka, a w przypadku gier cyfrowych kontrolowane przez komputer układy pikseli na ekranie), przestrzeń (dzieli się na wirtualną przestrzeń gry oraz fizyczny teren gry, czyli fragment rzeczywistości materialnej, z której gracze wpływają na świat gry),</li> </ul>
--	--

Tabela 5 cd.

<p>Gra jako artefakt – Lars Konzack (2008)</p>	<p>czas (to limit czasu wyznaczony dla danej gry i w zależności od jej projektu może być określony, zależny od celu lub też decyzji gracza o zaprzestaniu dalszej rozgrywki), cel (czyli to, co jest wymagane do wygrania w grze; wyróżnia się także cele cząstkowe, czyli pośrednie i prowadzące do osiągnięcia celu głównego), przeszkody (utrudnienia bezpośrednio związane z celem gry, ustanawiane, by zapobiec jego osiągnięciu przez graczy), wiedza (różne rodzaje wiedzy istniejące w grze – otwarta, czyli zasady lub statystyki, ukryta – strategie innych graczy, losowa – losowe zdarzenia oraz wybory), nagrody/kary (dowolnie definiowane nagrody i kary za postępy w rozgrywce lub innymi słowy to, co może być wygrane lub stracone w efekcie gry, np. punkty, pieniądze, czas, zasoby, przestrzeń etc.).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Znaczenie – ta kategoria zwraca uwagę na semantyczne znaczenia wytwarzane w grze cyfrowej, które przyjmują różne formy: obrazu, dźwięku, tekstu czy całej narracji.</li> <li>– Referencyjność – jest to charakterystyka gry uwidaczniana poprzez jej porównanie z innymi grami lub mediami, z których przeniesione zostały pewne element scenarii (np. znaki, ozdobniki, struktury) lub gatunku (wyróżnia się dwa ich rodzaje, gier komputerowych – np. gra akcji, zręcznościowa, przygotowowa czy strategiczna; narracyjne – np. oparte na filmie, literaturze, rzeźbie, dramacie). Ta warstwa pozwala określić kierunek transferu znaczeń, w tym sensie gra <i>Donkey Kong</i> odnosi się do filmu <i>King Kong</i>. Znajomość gatunków gier pomaga zrozumieć to, co nowe, poprzez dostarczane odniesienia do tego, co jest już znane (stare).</li> <li>– Socjokulturowość – jest to najszersza znaczeniowa warstwa, odnosząca się do społecznych i kulturowych aspektów wykorzystania danej gry, czyli: interakcje pomiędzy grą i graczem, ale też wzajemne powiązania pomiędzy wszystkimi uczestnikami gry (np. w trybie wieloosobowym). W analizach tej warstwy pomocne są takie pojęcia, jak: grupa docelowa gry, płeć, wiek czy pozycja społeczna graczy</li> </ul>
<p>Gra jako gęsta sieć relacji społecznych – Jon Dovey i Helen W. Kennedy (2011)</p>	<p>Lista krytycznych pytań, wokół których powinny skupiać się analizy gier:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Jaki to rodzaj gry? Punkt wyjścia, w którym ustalany jest gatunek gry, wskazujący na rolę gracza zależną od narzuconej konwencji uczestniczenia w grze.</li> <li>– Jakie gospodarcze, technologiczne i kulturowe czynniki miały wpływ na daną grę podczas jej produkcji? Ustalenie warunków i założeń przyjmowanych na etapie planowania i tworzenia gry, w których efekcie gra przyjmuje swój ostateczny kształt.</li> <li>– Dla jakiej platformy gra jest przeznaczona? Określenie sprzętowej platformy docelowej pomaga w rozważaniu rodzaju fizycznych czynności wymaganych od gracza, wynikających z takich obiektywnych czynników, jak: odległość od ekranu, rozmiar i charakter interfejsu, wymagane wcześniejsze doświadczenia.</li> </ul>

Tabela 5 cd.

<p>Gra jako gęsta sieć relacji społecznych – Jon Dovey i Helen W. Kennedy (2011)</p>	<p>Uruchomienie tej samej gry na różnych platformach sprzętowych jest innym doświadczeniem, na przykład granie w pierwszoosobową strzelankę na konsoli do gier (przy użyciu padu), komputerze (za pomocą klawiatury i myszki) czy urządzeniu mobilnym (z wykorzystaniem ekranu dotykowego).</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Czego gra od nas wymaga? Ustalenie wymogów przegranej i zwycięstwa w grze oraz zasad do nich prowadzących.</li> <li>– W jakim stopniu, całkowicie czy częściowo, gra determinuje działania gracza – jak bardzo system jest otwarty albo zamknięty? Zakres dozwolonych czynności i ruchów, jakie w przestrzeni gry podjąć może gracz. Każde uniwersum gry jest do pewnego stopnia ograniczone narzuconymi zasadami i strukturą świata, przy czym niektóre produkcje mocniej kontrolują zachowanie gracza (np. w serii <i>Doom</i> użytkownik porusza się po „wąskich”, jasno określonych ścieżkach), a inne pozwalają na większą swobodę eksploracji (np. seria gier <i>Grand Theft Auto</i>).</li> <li>– W jaki sposób gracz jest reprezentowany w grze? Pytanie odnosi się do form reprezentacji gracza w świecie gry – czyli awatara, a także przewidzianych dla niego reakcji oraz relacji z graczem.</li> <li>– W jaki sposób gra unaocznia użytkownikowi jego poczynania? Zagadnienie to zawiera w sobie zarówno sprzętowe interfejsy wejścia-wyjścia (np. zmysłowe sprzężenie zwrotne, wywoływane haptycznymi wibracjami kontrolera), jak i sposoby prezentowania graczowi efektów jego oddziaływania na awatara czy świat gry (interfejsy diegetyczne i niediegetyczne).</li> <li>– Jakie znaczenia wiążą z rozgrywką sami gracze? Ostatnie pytanie, podobnie jak warstwa socjokulturowa w modelu Konzacka, nawiązuje do społeczno-kulturowych aspektów grania. Chodzi tu między innymi o: przypisywane rozgrywce znaczenia przez graczy; sposoby kształtowania i charakterystyki społeczności powstałych wokół gry; rolę rozgrywek w organizacji wydarzeń społecznych (np. turniejów e-sportowych, wystaw muzealnych, formalnych bądź nieformalnych imprez dla graczy); zakres wykorzystania przez graczy doświadczeń zdobytych w grach w codziennym życiu czy sytuacje, w których odwołują się oni do wiedzy zdobytej w grach; wypracowywane style grania lub sposoby doświadczania gry; znaczenie zmiennych socjodemograficznych (wieku, płci, rasy, miejsca zamieszkania) w doświadczaniu rozgrywki; czy wreszcie związki wytwarzanych w grze znaczeń z kulturą</li> </ul>
<p>Gra jako źródło oddziaływań na gracza – Michael Nitsche (2008)</p>	<p>Gaming to aktywność realizowana na styku fizycznego i wirtualnego wymiaru rzeczywistości hybrydowej, co można analizować przy użyciu następujących kryteriów:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>– Reguł – to najniższa warstwa analizy sytuacji grania, która odwołuje się do maszynowego poziomu przetwarzanych przez urządzenie obliczeń, stanowiących podstawową strukturę gry z jej fundamentalnymi regułami.</li> </ul>

Tabela 5 cd.

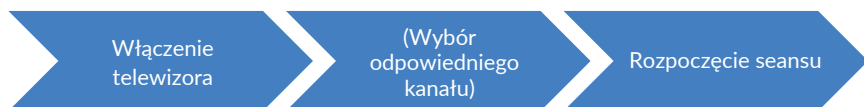
	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Warstwy zmediatyzowanej – jest to całość obserwowanych przez gracza elementów audiowizualnych, będących efektem działania systemu reguł i przetwarzanego przez urządzenie kodu gry.</li> <li>- Warstwy fikcyjnej – to wyobrażenia i interpretacje umysłu gracza wywołane obserwacją warstwy zmediatyzowanej gry cyfrowej.</li> <li>- Rozgrywki – poszerzającej perspektywę na fizyczny wymiar sytuacji grania: pomieszczenie, rozkład wykorzystywanych mebli czy urządzeń.</li> <li>- Warstwy społecznej – co pozwala opisać nawiązywane w toku rozgrywek relacje pomiędzy graczami, zarówno te bezpośrednie, jak i utrzymywane przez sieć</li> </ul>
--	--

Źródło: opracowanie własne na podstawie (Konzack 2008; Nitsche 2008: 15–17; Dovey i Kennedy 2011: 153–155)

W moim przekonaniu modelowe działania edukacyjne ukierunkowane na rozwój kapitału growego i korzystnego zaangażowania seniorów w pasję do gier cyfrowych wymagają przynajmniej częściowego uwzględnienia wszystkich wymienionych warstw analizy i oddziaływania gier cyfrowych. Gra cyfrowa jest więc nie tylko tym, „co widać i słyszać”, ale także działającym w określony sposób i na danym urządzeniu programem, w którego projekcie zawarto liczne elementy symboliczne i poddające się zróżnicowanym – w zależności od przyjętej perspektywy, wiedzy i kompetencji – interpretacjom. Oczywiście zakres treści powinien być dostosowany do celu działania i potrzeb jego odbiorców (np. warsztatów), przy czym promowanie gier cyfrowych nie powinno się odbywać bez prób ukazania ich pogłębionej charakterystyki oraz pełnego potencjału w aktywizacji ludzi, a szczególnie osób starszych. Niestety, jak wynika z opisanego wcześniej omówienia zrealizowanych do tej pory inicjatyw, w Polsce edukatorzy zazwyczaj ograniczają się w swoich wysiłkach do takich podstawowych zagadnień, jak: wyszukiwanie gier, ich uruchamianie, kojarzenie elementów interfejsu oraz opanowanie na podstawowym tylko poziomie sterowania i zasad rozgrywki, co nie daje wielkich szans na rzetelne zrozumienie, czym gra cyfrowa jest, czym różni się od tradycyjnych mediów i w jaki sposób oddziałuje na odbiorcę. W zasadzie osoba wykorzystująca to medium w kształceniu musi być „podwójnym” ekspertem – we własnej dziedzinie i w obszarze gier cyfrowych, co wciąż nie jest często spotykaną sytuacją.

Moją intencją w tym fragmencie rozważań jest wykazanie, że nawet przyjęcie opisywanej wcześniej postawy ludycznej i wyrażanie w ten sposób wstępnej gotowości do zaangażowania w grę nie jest wystarczające – szczególnie

w odniesieniu do gier cyfrowych i osób starszych. Ten problem obrazują nie tylko wzmiankowane już wcześniej bariery, zróżnicowany w zależności od gry zakres poznawczego i motorycznego obciążenia czy poziom złożoności samych gier, ale w moim przekonaniu także zestawienie wiodącej wśród osób starszych medialnej praktyki oglądania telewizji z gamingiem, co schematycznie przedstawiają rysunki 6 i 7 (kroki podane w nawiasie traktuję jako opcjonalne).



Rys. 6. Typowy schemat konsumpcji treści telewizyjnych



Rys. 7. Typowy schemat konsumpcji gier cyfrowych

Liczba typowych kroków, wymaganych w przypadku chęci rozpoczęcia sesji z grą cyfrową, jest zazwyczaj wyraźnie wyższa w porównaniu z zamiarem odbycia seansu przed telewizorem. Oczywiście wiąże się to z różnymi wymogami kompetencyjnymi, gdyż możliwość zaangażowania w sytuację grania wymaga posiadania podstawowej wiedzy i umiejętności w zakresie:

1. kompetencji cyfrowych, które określają zdolność jednostki do obsługi urządzeń cyfrowych – komputerów, konsol, smartfonów czy tabletów stanowiących sprzętowe platformy docelowe dla uruchamianych gier;
2. kompetencji medialnych, będących kategorią zasobów wiedzy i umiejętności, umożliwiających krytyczny, bardziej świadomy i twórczy odbiór różnych treści medialnych;
3. kapitału growego, który determinuje sposoby postrzegania gier, potencjał ich wykorzystywania (w zakresie znajomości zasad, stosowanych mechanik czy mechanizmów sterowania etc.) oraz zaangażowania się w dyskusje im poświęcone.



Trudno sobie wyobrazić sytuację, w której osoba zupełnie pozbawiona podstawowych umiejętności obsługi komputera czy konsoli z powodzeniem korzysta z gry cyfrowej. W zasadzie jest to niemożliwe bez aktywnego wsparcia kogoś kompetentnego. Podobnie opanowanie tylko technicznych umiejętności obsługi urządzeń nie wydaje się wystarczające do wypracowania schematu konsumpcji gier cyfrowych, który jest rozwojowo korzystny i nie ogranicza się jedynie do prostej rozrywki, podejmowanej wyłącznie z powodu braku lepszych zajęć czy nudy. Dlatego we wzmiankowanej tu piramidzie kompetencji, którą graficznie przedstawiam w rozdziale szóstym, ważne są też kompetencje medialne, dzięki którym możliwe jest przyjęcie krytycznego spojrzenia na własne schematy korzystania z mediów. Na takich dwóch fundamentach w moim przekonaniu powinien być osadzony kapitał growy oraz wszelkie jego próby budowania w ramach pozaformalnych i nieformalnych projektów edukacyjnych.

Wydaje się, że w myśleniu o popularyzacji grania wśród osób starszych potrzeba bardziej holistycznego, a zarazem integrującego podejścia. Jest to bowiem zadanie wymagające wypracowania metod faktycznie i skutecznie wdrażających skomplikowane medium gier cyfrowych do obwarowanych licznymi ograniczeniami realiów życia najstarszych obywateli. Warto pamiętać, że ludziom starszym nauka obsługi tego nowego medium przychodzi relatywnie trudno, szczególnie w porównaniu z potencjałem osób młodszych, gdyż nawet osoby starsze regularnie korzystające z gier wykazują zdecydowanie węższy zbiór skojarzeń słownych z grami cyfrowymi niż młodszy gracz, co można tłumaczyć ograniczonym doświadczeniem seniorów w praktyce grania lub trudnościami z przyswajaniem kapitału growego (Nap, de Kort i Ijsselsteijn 2009a: 5). Pewną szansę stanowią też prowadzone od lat działania na rzecz cyfrowej aktywizacji osób starszych, więc w przypadku seniorów już wstępnie przeszkolonych proces nabywania umiejętności niezbędnych z perspektywy graczy może być prostszy i mniej wymagający.

Jednakże seniorzy to nie jedyna grupa graczy mogących zmagać się z barierami. Dotychczasowa praktyka pokazuje, że w zależności od sytuacji osobistej i środowiska życia partycypacja w kulturze gier cyfrowych bywa problematyczna dla osób z niepełnosprawnościami (por. Gałuszka 2017b). W przypadku takich użytkowników zakres odczuwanych trudności może do pewnego stopnia pokrywać się z tymi zgłaszanymi przez srebrnych graczy. Wynika to wprost z faktu, że z wiekiem ograniczeniom ulegają sprawność motoryczna oraz poznawcza organizmu, co towarzyszy też niektórym chorobom prowadzącym do niepełnosprawności. Wymownym przykładem z literatury może być historia starszego kierowcy



rajdowego, który w latach 70. XX wieku rywalizował na prawdziwych trasach, ale na późniejszym etapie życia nie mógł sobie poradzić z uzyskaniem wymaganego czasu w – jak się wydaje mniej wymagającej – grze wyścigowej (Nap, de Kort i Ijsselsteijn 2009b: 258). Dlatego warto zastanowić się nad możliwością wypracowania rozwiązań włączających obie te kategorie graczy, co z pewnością wiąże się z działaniami na rzecz poprawy dostępności (*accessibility*) samych gier i projektowaniem inkluzywnym. Innym podobieństwem pomiędzy sytuacją graczy z niepełnosprawnościami oraz srebrnych graczy jest niedostateczna ich reprezentacja wśród znanych z gier postaci, co może generować poczucie wykluczenia oraz negatywne odczucia (McLaughlin i in. 2012: 17; Gałuszka i Żuchowska-Skiba 2018: 107).

Postulowałbym dalsze działania na rzecz poprawiania dostępności gier i większego otwarcia na projektowanie inkluzywne. Nie chodzi mi tu jednak o tworzenie gier z myślą o graczach z niepełnosprawnościami czy starszych. Bliższe mi jest, przywoływane wcześniej, podejście badaczki Mii Consalvo, która uważa, że seniorzy – i także gracze z niepełnosprawnościami – oczekują takich samych gier jak osoby młodsze: czyli między innymi ciekawych, tematycznie i gatunkowo zróżnicowanych, z dobrze zaprojektowanymi mechanikami. Warto jednak częściej angażować takie osoby w proces projektowy dla uchwycenia pewnych specyficznych oczekiwań czy potrzeb, jednocześnie zwiększając odsetek gier, które są tworzone zgodnie z już dostępnymi za darmo wytycznymi (m.in. w ramach Game Accessibility Guidelines, Xbox Accessibility Guidelines czy The IGDA Game Accessibility SIG). Niestety koszty ich wdrażania i relatywnie niskie zyski mogą zniechęcać twórców, którzy zazwyczaj nie dostrzegają ekonomicznego uzasadnienia implementowania w swoich grach zaawansowanych ułatwień (m.in. audiodeskrypcja tekstów, alternatywne kanały informacyjnego sprzężenia zwrotnego, możliwości zapisu postępów w dowolnym momencie rozgrywki, funkcja wspomaganego grania z asystentem), ograniczając się do mniej zasobochłonnych zmian (np. tryby dla osób z zaburzeniem widzenia barw).

### 4.3. Nietolerancja ze strony innych graczy oraz członków rodziny

Kolejna kategoria zagrożeń może wydać się mało istotna w obliczu relatywnie niskiego zaangażowania starszych graczy w rozgrywkę wieloosobową, w których najczęściej można się zetknąć z negatywnymi reakcjami innych

współgraczy, czym się w tym miejscu zajmę. Jednak okazuje się, że na ten problem, także w kontekście bardziej bezpośrednich relacji (np. rodzinnych), wskazują sami zainteresowani, dlatego należy się mu przyjrzeć zarówno z perspektywy srebrnych graczy, jak i osób z ich otoczenia.

Zasadniczo z reakcjami innych ludzi srebrni gracze mogą zetknąć się w kilku sytuacjach:

- podczas rozgrywek w trybach jednoosobowych, gdy członkowie rodziny lub znajomi komentują obserwowaną sesję z grą;
- w trakcie wspólnego grania przed jednym ekranem, co też zazwyczaj realizuje się ze współgraczem z bezpośredniego otoczenia społecznej osoby starszej;
- w sieciowych rozgrywkach wieloosobowych, podczas których starsza osoba może wejść w interakcje na czatach (tekstowych, głosowych) z obcymi lub znanymi osobie ludźmi;
- korzystając z gier cyfrowych w przestrzeni publicznej, na przykład w trakcie warsztatów, na spotkaniu w instytucji czy podczas innego rodzaju wydarzeń (targi, pokazy, festiwale gier itd.);
- komunikując o swojej pasji do gier poprzez kanały informacyjne, na przykład na forach internetowych, w mediach tradycyjnych bądź społecznościowych.

Bez względu na formę interakcji istotnym problemem są stereotypy oraz nieporozumienia, szczególnie pomiędzy przedstawicielami różnych pokoleń. Mogą się one objawiać jeszcze przed podjęciem prób wspólnego sięgnięcia po grę cyfrową. Z jednej strony młodszy gracze mogą przejawiać liczne zachowania utrudniające zaangażowanie tych starszych – na przykład nie doceniając trudności, z jakimi zmagają się seniorzy w trakcie nauki zasad rozgrywki, z drugiej – starsi mogą żywić krzywdzące czy budzące sprzeciw młodszych przekonania o przesadnym zaangażowaniu tych drugich w świat nowych technologii (Khalili-Mahani i in. 2020: 236). Niektórzy badacze zauważają, że międzypokoleniowe luki kulturowe stanowią większą od niskiej dostępności przeszkodę we wdrażaniu osób starszych do świata gier cyfrowych, dlatego należy podjąć wysiłki w stworzeniu przyjaznego środowiska, w którym przedstawiciele odmiennych grup wiekowych będą mogli się wzajemnie edukować o grach i z nich korzystać (Khalili-Mahani i in. 2020: 241). Jest to o tyle ważne, że samodzielne próby przekazania osobie starszej niezbędnych do grania wiedzy i umiejętności mogą być dla ludzi młodych frustrujące, gdyż wymaga to niekiedy częstego oraz szczegółowego powtarzania podobnych instrukcji oraz wiąże się z trudnością

znalezienia odpowiedniej metody i języka ich przekazu (Zhang 2018: 589). Co więcej, opisywane wcześniej braki kompetencyjne u osób starszych stanowią źródło pokoleniowych różnic w potencjale do efektywnego grania, co w odbiorze części młodszych użytkowników tego medium może stanowić źródło przekonania o niezdolności osób starszych do równoprawnego rywalizowania we współczesnych i dla większości młodych graczy ciekawych grach (Zhang 2018: 589). Takie poglądy już na wstępie wpływają na możliwość porozumienia przedstawicieli odmiennych generacji.

Problemy komunikacyjne, nieporozumienia, a nawet otwarta niechęć względem starszych osób pojawiają się także w trakcie wspólnych rozgrywek. Z perspektywy starszych graczy chodzi tu między innymi o: przesadne skupienie młodszych na efektywności w grach (mierzonej współczynnikami czy statystykami) kosztem przyjemności płynącej z grania, angażowanie się młodych w *grind* (odtworzenie schematycznych akcji w grach w celu wygenerowania różnego rodzaju zasobów) czy *raging* (przejawianie zachowań agresywnych w stosunku do innych graczy), a także brak cierpliwości oraz wyrozumiałości względem starszych użytkowników gier (Gałuszka 2019a: 113). To wszystko w połączeniu z opisywanymi ograniczeniami występującymi u starszych ludzi może powodować u seniorów obawy o reakcje innych współgraczy oraz możliwość ich negatywnego wpływu na wyniki w grach – szczególnie tych rozgrywanych w wieloosobowych drużynach (Gałuszka 2019a: 113). Obawy seniorów nie są bezpodstawne, ponieważ w badaniach przeprowadzonych wśród młodszych graczy pojawiały się zarzuty, że osoby starsze nie radzą sobie z grami cyfrowymi, a popełniane przez nie błędy „dramatycznie” oddziałują na wyniki różnicowanych pod względem wieku zespołów (Zhang 2018: 589).

Źródłem nieprzychylnych reakcji na zaangażowanie seniorów w gaming są także różnice pokoleniowe w zakresie przyjmowanych postaw, wyznawanego światopoglądu, osobistej wrażliwości czy nawet poczucia humoru. Zarówno młodszy, jak i starsi gracze zwracali uwagę, że nie rozumieją niektórych żartów drugiej strony; podnoszono też problem nieodpowiedniego zachowania (nieuprzejmość czy złośliwość ze strony młodych) lub też kłótni będących wynikiem odmiennych preferencji w zakresie sposobów interakcji w grach, ale też różnych poglądów (politycznych, religijnych czy społecznych), co uwidacznia się szczególnie w grach tematycznie nawiązujących do takich zagadnień (Zhang 2018: 589; Gałuszka 2019a: 113–114).

Pozwolę sobie zakończyć ten fragment kilkoma obserwacjami o negatywnym odbiorze silver gamingu w przestrzeni publicznej, co skróciłem już w końcowym fragmencie rozdziału *Silver gaming w doniesieniach internetowych*. Społeczny odbiór tej praktyki jest zazwyczaj pozytywny,

jednak w sieci natknąć się można także na reakcje negatywne. Chcę tu zwrócić uwagę na trzy kwestie: (1) przytłaczające zainteresowanie mediów, (2) nieprzyjemności ze strony internetowych komentatorów; (3) wykorzystywanie stereotypów związanych z wiekiem do budowania popularności w sieci. Zaczynając od pierwszej kwestii, należy zauważyć, że niekiedy przesadne zainteresowanie mediów wciąż nietypową praktyką silver gamingu może prowadzić do niepożądanych efektów. Taka niespodziewana popularność może przytłoczyć, czego doświadczył Hubert „Hubdon” Donnerstag – mieszkaniec Katowic i miłośnik sieciowej gry *World of Tanks*, który pod koniec 2016 roku w wieku 74 lat udzielił wywiadu w „Dzienniku Zachodnim” na temat swojej fascynacji tą produkcją (por. Kowalczyk 2017). W krótkim czasie ta publikacja wzbudziła ogromne zainteresowanie innych mediów, co jednak nie zostało dobrze odebrane przez bohatera historii, co sam przyznał w jednym z wywiadów (Kowalczyk 2017):

Już nie pamiętam nazw portali, jakieś trzy czy cztery redakcje do mnie dzwoniły. Niektórzy też proponowali przyjazd i wideo. Powiedziałem, że mam serdecznie dość, nie chcę aż takiego szumu, chcę sobie po prostu grać.

Drugie ze wskazanych przeze mnie zjawisk, czyli odczuwane przez starszych graczy nieprzyjemności w związku z ich publiczną działalnością, właściwie ilustruje historia Shirley Curry, określanej w mediach jako „babcia Skyrim”. Ta już prawie 90-letnia Amerykanka od 2011 roku prowadzi kanał na YouTube, na którym regularnie publikuje filmy dokumentujące jej przygody w grach, a szczególnie w jednej z najpopularniejszych fabularnych gier komputerowych *The Elder Scrolls V: Skyrim*. Jednak rosnąca popularność przyniosła nie tylko pozytywne reakcje, ale też obawy o własne zdrowie. W maju 2020 roku Shirley Curry opublikowała film, na którym z przejęciem opowiada o trudnościach zdrowotnych – podwyższonym ciśnieniu tętniczym, wysokim poziomie odczuwanego stresu – wynikających z lektury niektórych komentarzy pod publikowanymi filmami (por. Curry 2020). W szczególności zwróciła ona uwagę na opinie o wydźwięku protekcyjnym, między innymi sugerowanie, co i w jaki sposób powinna w grze robić, wybieranie za nią „odpowiednich” dla niej produkcji, ale także pytania wymuszające dodatkowe objaśnienia podjętych przez nią wyborów (por. Curry 2020). Curry przyznała, że lektura takich komentarzy sprawia, że czuje się nieustannie kontrolowana i sprawdzana, co wywołuje u niej poczucie presji, jednocześnie odbierając radość z publicznego rozgrywania i przeżywania cyfrowych przygód (por. Curry 2020). Zarzuciła też niektórym graczom, że mają oni „obsesję” na punkcie statystyk, czego ona nie podziela – zarówno jeśli chodzi o wskaźniki popularności

(liczba subskrybentów czy widzów), jak i efektywność rozgrywki (por. Curry 2020). Konsekwencją tych przykrych doświadczeń były zmiany na kanale. Twórczyni zapowiedziała mniejszą tolerancję na niektóre komentarze, ograniczanie częstości i ilości publikowanych filmów, a także przynajmniej dwutygodniową przerwę w swojej publicznej działalności, która ostatecznie trwała miesiąc (por. Curry 2020). Sama Shirley Curry w komentarzu do własnego filmu wyraziła publiczny sprzeciw wobec powtarzanych w mediach czy wśród internautów narracji, jakoby otrzymywała ona nienawistne opinie, co odebrała jako niezrozumienie jej słów. Być może jest to efekt odmiennej optyki czy też innego rozumienia pojęć, trudno jednak całkowicie zignorować fakt, że pewne postawy oraz opinie niektórych graczy doprowadziły tę twórczynię do negatywnych odczuć, a także decyzji o czasowym wycofaniu się. Nie jest to wyrażone wprost, ale motywacje kryjące się za takimi uwagami mogą mieć związek z wiekiem twórczyni oraz poziomem prezentowanych przez nią kompetencji w grach. W przekonaniu tych najbardziej krytycznych widzów wiek może stanowić źródło niekompetencji lub też uzasadniać konieczność przyjęcia protekcyjnej postawy względem grającej seniorki, co oczywiście byłoby przykładem ageizmu.

Ostatnim zjawiskiem, jakie tu omówię, jest wykorzystywanie przymiotów typowych dla okresu starości do budowania rozgłosu czy popularności. Przykładem są filmy publikowane na portalu YouTube, na których młodzi twórcy wykorzystują gry przedstawiające osoby starsze (*Granny Simulator*, *Granny*), określając je w słownym komentarzu do prezentowanej rozgrywki w pejoratywny sposób (np. „jędza”, „stara rura”) (por. KaJot 2018; bonkol 2019); czy też wcielają się w rolę osoby starszej, np. dziadka, powielając negatywne i stereotypowe wyobrażenia o kompetencjach i potencjale najstarszych obywateli („dziadkowa” mowa, pomyłki językowe, sugerowanie demencji itp.) (por. LisekPompa 2017; Enzzi 2018)<sup>63</sup>. Oba te przykłady pokazują, że wizerunek osób starszych może być wykorzystywany do przyciągania uwagi widzów zainteresowanych growymi filmami, gdyż zazwyczaj młodej widowni na portalu YouTube jawi się to jako coś niecodziennego czy oryginalnego, chociaż takie ukazywanie seniorów niekoniecznie prowadzi do budowania międzygeneracyjnego porozumienia i szacunku.

---

<sup>63</sup> Ekspertki coraz częściej zwracają uwagę na dyskryminujący wymiar języka, wskazując, że pretensjonalny czy infantylny sposób zwracania się do osób starszych jest przykładem tak zwanego dziadurzenia czy też gerontomowy (*elderspeak*); por. <https://bip.brpo.gov.pl/pl/content/posiedzenie-komisji-ekspertow-ds-osob-starszych-20-05-22> (24.07.2023).

#### 4.4. Niski poziom dostępności gier

Z przytoczonych już argumentów wynika, że obecnie starsze osoby nie stanowią dla twórców gier komercyjnych istotnej grupy odbiorców, co w połączeniu z także wzmiankowanymi ich ograniczeniami w zakresie sprawności manualnej czy poznawczej, generuje pewne problemy z dostępnością gier cyfrowych dla starszych ludzi, czym zajmę się w tym fragmencie książki.

Problem ten dotyczy nie tylko samych gier, ale też niedostatecznego zrozumienia po stronie twórców specyfiki grania na późniejszych etapach życia. Mogą oni przyjmować założenia, które sprawdzają się w odniesieniu do przeciętnego gracza (uogólniając – młodego dorosłego), ale jednocześnie będą stanowić źródło barier u tych srebrnych. Przykładem tego może być zakładanie, że odbiorcy gry znają powszechnie stosowane konwencje (np. klawisz spacji służy do skakania), więc w instrukcjach obsługi lub segmentach gry wprowadzających w zasady rozgrywki (tzw. tutoriale) nie poświęca się zbyt dużo miejsca na dokładne, a przede wszystkim repetytywne ich wyjaśnienie (Khalili-Mahani i in. 2020: 235). Podobnie negatywne skutki wiążą się z przyjmowaniem przez autorów poglądu, że główną barierą uniemożliwiającą seniorom zaangażowanie w gry cyfrowe jest brak kompetencji technicznych, co przekierowuje uwagę na zagadnienie rozwoju niezbędnych umiejętności cyfrowych, przysyłając kwestię nie mniej istotnych wyzwań, jakie gry cyfrowe mogą wnieść w życie osoby starszej (Khalili-Mahani i in. 2020: 235). Zasadniczo negatywne zjawiska da się zaobserwować już na poziomie ogólnie rozumianej kultury gier cyfrowych, ponieważ nie jest ona włączająca dla osób starszych, a jej przedstawiciele – szczególnie twórcy, wydawcy i sprzedawcy – nie próbują do nich docierać z interesującym i skutecznym przekazem o grach (Khalili-Mahani i in. 2020: 235). Ujawnia się tu problem nie tylko niedostosowania samych gier do potrzeb i możliwości starszych odbiorców, ale też pomijających ich strategii marketingowych. W efekcie seniorzy mogą nie wiedzieć o potencjalnie interesujących dla nich grach, na przykład mniej popularnych produkcjach niezależnych (m.in. *Old Man's Journey*, *Lieve Oma*, *Night in the Woods*) (Khalili-Mahani i in. 2020: 235). To wykluczenie osób starszych rozciąga się także na inne wymiary kultury gier cyfrowych. W kontekście e-sportu pisze o tym specjalista ds. marketingu Bartłomiej Płatek, zauważając, że seniorzy nie tylko pozostają poza uwagą firm zaangażowanych w sporty elektroniczne, ale również wśród fanów takich rozgrywek pojawiają się poglądy wykluczające, wedle których osoby starsze nie są w żadnym wymiarze grupą docelową e-sportowych rywalizacji oraz ich transmisji, dlatego większe na nich otwarcie ma być pozbawione sensu (Płatek 2018).



Zgłaszane przez osoby starsze problemy z dostosowaniem gier cyfrowych do ich potrzeb odnoszą się do kilku różnych aspektów. W zależności od projektu gra może być zbyt „szybka” w warstwie rozgrywkowej, przez co starszy gracz nie nadąża z realizacją stawianych przed nim wyzwań, co z kolei prowadzi go lub ją do wniosku, że dana produkcja jest przesadnie wymagająca (Sopanen 2015: 17). Także w warstwie audiowizualnej niektóre rozwiązania mogą być problematyczne, na przykład zbyt małe elementy graficzne, które dla osób z obniżonymi zdolnościami percepcyjnymi mogą być trudne do odróżnienia – jeśli w danej grze jest to wymagane, to dla części seniorów będzie to wyjątkowo trudne i zniechęcające, podobnie zresztą jak brak rodzimej wersji językowej, ponieważ znajomość języka angielskiego wśród osób starszych nie jest powszechna (Sopanen 2015: 17–18). Dla niektórych seniorów czy senierek granie może być też doświadczeniem dezorientującym, i to pomimo stałego wsparcia osoby trzeciej oraz przekazywanych instrukcji postępowania, lub też stanowić powód przesadnej samokrytyki czy frustracji wynikających z doświadczanych w grach porażek (Sopanen 2015: 18).

Bariery w dostępie do gier cyfrowych dotyczą u osób starszych niemal każdej warstwy grania, nie ograniczając się jedynie do projektu samego programu. Problemy sprawiać może opanowanie kontrolera i jego konfiguracja (Zhang 2018: 589), co ma odzwierciedlenie w badaniach preferencji, gdyż osoby starsze mają tendencję do wybierania kontrolerów ruchowych kosztem tradycyjnych urządzeń pozwalających na sterowanie postacią za pomocą przycisków i gałek analogowych (Pham i Theng 2012: 285). Można to tłumaczyć nie tylko naturalnością tej formy interakcji (kontrola postaci w grze polega na naśladowaniu ruchów ręki lub całego ciała) czy jej dostępnością (nie ma konieczności zapamiętywania funkcji kilku różnych przycisków oraz ich niekiedy skomplikowanych kombinacji), ale także opisywanymi ograniczeniami fizyczno-poznawczymi seniorów. Większą atrakcyjność kontrolerów ruchowych można też uzasadniać pozytywnymi skojarzeniami z aktywnością fizyczną, która nie występuje w takim stopniu podczas korzystania z tradycyjnego pada czy joysticka (Pham i Theng 2012: 285). Nie zmienia to jednak faktu, że najpopularniejszym sposobem interakcji pozostają interfejsy oparte na fizycznych przyciskach, a na rynku mobilnym przyciskach wirtualnych wyświetlanych na ekranie dotykowym. Kontrolery ruchowe są dedykowane jedynie niektórym, niekiedy nie najnowszym, konsolom do gier (np. Xbox One, PlayStation 4 i 5, Nintendo Wii i Switch). Pewnym rozwiązaniem dla osób z największymi ograniczeniami motorycznymi może być adaptacyjny kontroler Xbox firmy Microsoft, który pozwala nie tylko na relatywnie swobodne konfigurowanie



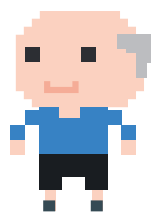
odpowiednio zmodyfikowanych (powiększonych) przycisków, ale też dołączanie opcjonalnych akcesoriów – przełączników czy joysticków, które umożliwiają rozgrywkę nawet osobom o mocno ograniczonej sprawności ruchowej. Ciekawą i przydatną funkcją jest „copilot”, który umożliwia zespolenie kontrolera adaptacyjnego z tradycyjnym, dzięki czemu dostępna jest rozgrywka wspomagana przez drugą, pełnosprawną osobę. Z podobnym rozwiązaniem, nazwanym „Projekt Leonardo”, wystartowało w 2023 roku konkurencyjne Sony, które przygotowało adaptacyjny, konfigurowalny i pozwalający na wspomaganą rozgrywkę kontroler do konsoli PlayStation 5. W efekcie te poszerzające dostępność gier rozwiązania nie są zapewniane tylko w ekosystemie Microsoftu, czyli na konsoli Xbox oraz komputerach z systemem Windows. Wcześniej ewentualne użycie adaptacyjnego kontrolera Microsoftu z innymi urządzeniami wymagało nieoficjalnych rozwiązań i przejściówek, co z oczywistych względów ograniczało jego użyteczność dla osób starszych.

Niedostosowana czy nieznaną, a co za tym idzie nieprzyjazną technologią może generować u osób starszych szczególny rodzaj stresu, określane mianem technostresu, który jest efektem niezdolności adaptacji do szybkich i technologicznie indukowanych zmian społecznych oraz popularyzacji technologii informacyjno-komunikacyjnych (ICT) (czyli po prostu postępującej cyfryzacji), czego konsekwencją mogą być problemy zdrowotne, obniżona produktywność czy ograniczone szanse życiowe (Berger i in. 2016: 391–393). Z badań wiadomo, że technostres jest zazwyczaj wyższy wśród osób starszych (Berger i in. 2016: 396). Wiek to nie jedyna zmienna podwyższająca poziom odczuwanego technostresu. Także kompetencje (m.in. obsługi komputera) są skorelowane z tym negatywnym stanem w taki sposób, że osoby o mniejszych umiejętnościach częściej deklarują odczuwanie technostresu niż osoby bardziej kompetentne (Berger i in. 2016: 396). Wreszcie w badaniach odnotowano negatywną korelację pomiędzy znajomością danego medium a poziomem technostresu, gdyż media najrzadziej używane mogą generować u niezaznajomionych użytkowników najwyższy poziom technostresu (Berger i in. 2016: 396). Niestety dość łatwo zauważyć tu można analogię do praktyki sięgania po gry cyfrowe przez osoby starsze. Jest to przecież medium przynależne do sfery technologii cyfrowych, słabo spopularyzowane wśród starszych ludzi, którzy zazwyczaj nie posiadają kompetencji oraz wiedzy do jego sprawnego użycia, co w przypadku podjęcia prób zaangażowania może generować – przynajmniej przez pewien czas i na początkowym etapie – dodatkowy rodzaj stresu. Dlatego tym mocniej należy przyglądać się temu zjawisku, bo bez względu na formę zaangażowania prawdopodobnie coraz więcej

i coraz starszych ludzi będzie próbowało swoich sił w wirtualnych rozgrywkach, a brak wsparcia – ze strony najbliższych, instytucji, producentów czy dostępnego w internecie – może wzmacniać niekorzystne napięcia i obawy.

W podsumowaniu chcę podkreślić, że dbanie o lepszą dostępność gier cyfrowych dla osób starszych jest w interesie wszystkich zaangażowanych stron. Twórcy i wydawcy poszerzają w ten sposób bazę odbiorców swoich produkcji. Instytucje zyskują ułatwiony dostęp do kolejnego medium, którego świadome użycie może pomóc w aktywizacji seniorów. Wreszcie same osoby starsze mają możliwość bardziej przyjaznego i mniej stresogenego zaangażowania w ważny obszar kultury cyfrowej. Aby to osiągnąć, w moim przekonaniu należałoby skoordynować cztery rodzaje działań: (1) stale poprawiać szeroko rozumianą dostępność gier cyfrowych; (2) budować porozumienie pomiędzy przedstawicielami odmiennych generacji graczy; (3) kształtować wśród twórców gier świadomość potencjału zarówno osób starszych jako konsumentów, jak i gier cyfrowych jako narzędzi ich (samo)rozwoju; (4) powiększać ofertę gier cyfrowych i wykorzystujących je przedsięwzięć w instytucjach senioralnych. W efekcie synergii takich działań może dojść do wypracowania skutecznych modeli rozwojowo korzystnego zaangażowania starszych osób w gry cyfrowe.

## 5. Podstawy metodologiczne terenowych badań własnych





Wobec postępującego zainteresowania grami cyfrowymi wśród osób starszych w Polsce, a przy jednoczesnym braku pogłębionej wiedzy o tej praktyce pojawia się konieczność przeprowadzenia badań<sup>64</sup>, które pozwolą na wypełnienie tej luki poznawczej. Jednocześnie sam tylko opis silver gamingu w kontekście polskim wydaje się niewystarczający, gdyż istotne jest także wskazanie zarówno korzystnych, jak i niekorzystnych z perspektywy rozwoju psychofizycznego oraz społecznego form partycypacji seniorów w grach cyfrowych, także w odniesieniu do założeń głównych ujęć pomyślnego starzenia się. Z szerszej socjologicznej perspektywy warto też rozważyć możliwości popularyzacji wygenerowanej w toku realizacji projektu wiedzy, by w ten sposób poszerzyć grono potencjalnych beneficjentów, czyli osób starszych, dla których świat gier cyfrowych pozostaje często nieodkryty. Jednocześnie wejście w ten świat wymaga wypracowania pewnych zasobów wiedzy i kompetencji. Ujawnia się tu kolejny problem związany z formami wsparcia, jakie należałoby zaproponować seniorom, by mogli w sposób bezpieczny i korzystny otworzyć się na cyfrową zabawę w wirtualnych światach.

Nim przejdę do omówienia kwestii bardziej szczegółowych, w tym celów niniejszego projektu badawczego, objaśnię ogólne czynniki kształtujące przyjętą przeze mnie perspektywę metodologiczną. Zasadniczo to przedsięwzięcie dotyka kilku zagadnień, wpisując się w sugestię Earla Babbiego, który jest zdania, że większość badań społecznych spełnia cechy więcej niż jednego z trzech głównych zamiarów, jakimi są: eksploracja, opis oraz wyjaśnienie (Babbie 2016: 90–93). Odnosząc to do tego projektu, stwierdzić muszę, że podjęty temat był dla mnie jako badacza stosunkowo nowy – zarówno w wymiarze poznawczym, jak i instytucjonalnym, gdyż problematyka silver gamingu nie została wcześniej dokładnie przeanalizowana przez polskich badaczy, a sama w sobie stanowi ciągle przykład kulturowego *novum*. Moje wysiłki badawcze stanowią próbę opisu zastanej sytuacji w odniesieniu do seniorów już grających, a także realizowanych (bądź nie) działań instytucjonalnych w tym zakresie. Co ważne, chodzi mi

---

<sup>64</sup> W rozdziale przedstawiam opis założeń i kolejnych etapów realizacji badań własnych, natomiast dla zachowania narracyjnej spójności bardziej szczegółowa charakterystyka rozmówców dostępna jest w *Aneksie*.

tu o opis możliwie wyczerpujący i pogłębiony, który ujmuje różnorodne aspekty zjawiska grania wśród osób starszych, w tym konteksty, interpretacje, działania i nadawane temu sensy z uwzględnieniem ograniczeń perspektywy zewnętrznego (także pod względem metrykalnym) obserwatora, co koncepcyjnie można ująć jako próbę wygenerowania gęstego opisu analizowanego zjawiska (por. Geertz 2005). Jednocześnie nie ograniczam się w swoim zamiarze do samej tylko charakterystyki, proponując rekomendacje uwzględniające polską specyfikę silver gamingu. Takie przyjęte przeze mnie i właściwe dla paradygmatu interpretatywnego podejście wiąże się z koniecznością badania zjawisk w „ich naturalnym środowisku” i nadawania im znaczenia za pomocą pojęć używanych przez badanych ludzi (Denzin i Lincoln 2010: 23), co jest zazwyczaj realizowane z wykorzystaniem metod jakościowych, dla których typowymi technikami badawczymi są: wywiad, obserwacja czy analiza tekstów (Sułkowski 2013: 110), z których w różnym stopniu skorzystałem na kolejnych etapach realizacji prezentowanego przedsięwzięcia. Pomocna okazała się tutaj triangulacja – źródła danych (osobowe, materialne zastane), metod (wywiady swobodne, obserwacja, analiza tekstów) i teorii – która umożliwia „bogatsze, pełniejsze, wielostronne poznanie obiektu poznania, gdyż związana jest z ujmowaniem go z różnych punktów widzenia, z różnych perspektyw, w różnorodny sposób” (Palka 2011: 121), a w odniesieniu do analiz procesów edukacyjnych pozwala zgromadzić nie tylko wiedzę czysto teoretyczną, ale też przydatną w działaniach praktycznych.

### 5.1. Konkretyzacja celów i pytań badawczych

Zasadnicze cele projektu skupiają się na ustaleniu, w jakim stopniu gry cyfrowe w realiach polskiego społeczeństwa mogą:

1. wspierać w przeciwdziałaniu negatywnym skutkom starzenia się w wymiarze indywidualnym oraz społecznym;
2. pomagać w podtrzymywaniu różnego typu aktywności i rozwoju osób starszych zgodnie z założeniami teorii pomyślnego starzenia się;
3. umożliwiać nawiązywanie wielokierunkowych relacji (pomiędzy seniorami, międzygeneracyjnych) w przestrzeni prywatnej oraz instytucjonalnej.

Poza wyżej wymienionymi przedsięwzięcie zakłada realizację dodatkowych celów o charakterze teoretycznym, a także potencjale praktycznym.

Są to:

1. poszerzenie stanu wiedzy o silver gamingu, w tym wkład w rozwój interdyscyplinarnego pola badawczego wytworzonego na przecięciu socjologii, groznawstwa i gerontologii;
2. pogłębienie rozumienia kluczowych dla ww. dyscyplin pojęć oraz teorii poprzez ich powiązanie z innowacyjną i słabo zbadaną praktyką kulturową silver gamingu;
3. scharakteryzowanie indywidualnych konsekwencji wynikających z popularyzacji silver gamingu wśród polskich seniorów;
4. wypracowanie rekomendacji dla popularyzacji praktyki sięgania po gry cyfrowe wśród polskich seniorów w wymiarze indywidualnym oraz w ramach działalności instytucji senioralnych.

Realizacja tak złożonych celów wymaga wyjścia od możliwie ogólnego pytania badawczego, które przyjęło następującą formę:

*Jakie role pełnią i mogą pełnić gry cyfrowe w realizacji założeń pomysłnego starzenia się wśród polskich seniorów?*

Pytanie to zostało odniesione do najważniejszych form edukacji, dzięki którym osoby starsze mogą nabywać wiedzę i kompetencje przydatne w rozwijaniu pasji do gier cyfrowych. Chodzi tu przede wszystkim o uczenie się nieformalne, edukację nieformalną oraz pozaformalną, a zatem zarówno działania podejmowane samodzielnie przez osoby starsze, jak i przedsięwzięcia realizowane przez różnego typu instytucje, bez których wsparcia otwarcie się seniorów na zupełnie nowe przestrzenie zainteresowań może być niekiedy mocno utrudnione. Takie podejście wymaga uwzględnienia szeregu czynników – zarówno na poziomie indywidualnych praktyk osób starszych, jak i działalności instytucjonalnej – oraz doboru odpowiednich metod i technik badawczych, umożliwiających ich trafne ujęcie.

## 5.2. Wykorzystane procedury i techniki badawcze

Omówienie zrealizowanej procedury badawczej rozpocznę od wyjaśnienia kwestii podstawowej, jaką niewątpliwie jest perspektywa poznawcza prowadząca do osiągnięcia podjętych celów. Przyjęty przeze mnie abdukcyjny model wyjaśnienia stanowi, moim zdaniem, optymalny schemat rozumowania, ponieważ koresponduje z charakterystyką podjętej problematyki oraz z założonymi celami badawczymi, nastawionymi na szukanie najbardziej trafnych wyjaśnień dla określonego (wygenerowanego w toku



realizowanych badań) zbioru faktów. Abdukcja wywodzi się historycznie z myśli Charlesa Sandersa Peirce'a – amerykańskiego filozofa oraz współtwórcy (wraz z Johnem Deweyem i Williamem Jamesem) pragmatyzmu. Współcześnie ta – zawodna, ale uprawdopodobniająca – metoda wnioskowania polega na wyjaśnianiu zaobserwowanych zjawisk poprzez tworzenie hipotez, z których można dedukcyjnie wyprowadzić przypuszczenie, że takie właśnie zjawisko zajdzie. Jeśli hipotez jest więcej, to należy przyjąć tę, która dostarcza najlepszego wyjaśnienia – takie założenie nosi nazwę „zasady wnioskowania do najlepszego wyjaśnienia” (*inference to the best explanation*) (Grobler 2006: 102). Obszar badań nad silver gamingiem stanowi sferę nieuporządkowanych, rozproszonych i różnorodnych praktyk oraz zjawisk, które wymykają się jednoznacznym kategoryzacjiom czy jednowymiarowym objaśnieniom teoretycznym – tych ostatnich zresztą jeszcze nie wypracowano, szczególnie w odniesieniu do polskiego społeczeństwa. Dlatego właściwe jest, moim zdaniem, abdukcyjne podejście badawcze, w toku którego banalna i wstępna obserwacja o występowaniu zjawiska silver gamingu staje się punktem wyjścia do pogłębionych badań polegających na gromadzeniu różnorodnych danych dokumentujących przypadki zaangażowania osób starszych w świat gier cyfrowych, dla których następnie są wyprowadzane – także poprzez twórcze przekształcenie już istniejących pojęć oraz koncepcji – objaśniające je twierdzenia, ukazujące powody wystąpienia, a także rozwoju tego fenomenu.

Wynikająca z przyjętej perspektywy poznawczej potrzeba wygenerowania różnorodnych danych, pozwalających na wypracowanie wielowymiarowej i pogłębionej oceny badanego zjawiska, skierowała mnie w stronę odmiennych technik badawczych i źródeł danych, po które sięgnąłem na różnych etapach realizacji całego przedsięwzięcia, co wpisuje się w podejście określane mianem mieszanego (*mixed-methods*) (Pearce 2012: 844). Główna część badań własnych została zrealizowana za pomocą techniki wywiadu swobodnego mało ukierunkowanego. Cechuje się on, jak wiadomo, najniższym stopniem standaryzacji ze wszystkich rodzajów wywiadów socjologicznych (Przybyłowska 1978: 63). W praktyce oznacza to, że badacz nie tworzy listy szczegółowych pytań lub ewentualnie konstruuje ich wzory związane z eksplorowanymi w badaniu zagadnieniami, a w trakcie realizacji zadawane przez badacza pytania mają charakter ogólny i otwarty, gdyż zamiarem jest zachęcenie rozmówcy do dłuższych wypowiedzi. Dlatego jest ich mniej i mogą przyjmować formę zindywidualizowaną pod konkretnego badanego, podobnie jak zachowania prowadzącego wywiad (Przybyłowska 1978: 63). Kolejna z wykorzystanych – na znacznie

skromniejszą skalę – metod to obserwacja, która osadza się na założeniu bezpośredniego dostępu do danych empirycznych, co minimalizuje wpływ czynników stojących pomiędzy badaczem a przedmiotem bądź podmiotem zainteresowania (Chomczyński 2011: 195). Wyróżnić można kilka technik obserwacji w zależności od przyjętych kryteriów w zakresie stopnia: uczestnictwa badacza w ramach obserwowanej rzeczywistości (uczestnicząca, nieuczestnicząca), przyjętej standaryzacji (ilościowa, jakościowa, mieszana), kontroli warunków obserwacji (niekontrolowana – „naturalistyczna”, kontrolowana – „pozytywistyczna”), oraz dotyczących charakteru obserwowanych zjawisk (wywołane – kontrolowane, niewywołane – niekontrolowane) (Chomczyński 2011: 195–196). Z kolei jakościową analizę treści, stosowaną przeze mnie bez wstępnie skonstruowanego klucza kategoryzacyjnego przede wszystkim na etapach przygotowawczych w odniesieniu do literatury zastanej i analizowanych doniesień medialnych, opisanych już w rozdziale trzecim książki, rozumiem jako metodę przydatną w badaniu użytych w przekazie (tekstowym, graficznym) słów, zwrotów, zdań czy dłuższych fragmentów wypowiedzi, co prowadzi do rozpoznania cech nadawcy przekazu, a także tego, co chce zakomunikować, co komunikuje i z jakim efektem (Dymarczyk 2011: 175).

Na poziomie praktycznej realizacji badań wygenerowane dane w formie nagrań wywiadów zostały technicznie dostosowane (m.in. poprzez odszumianie oraz modyfikację tempa przy użyciu edytora nagrań Audacity), a następnie zakodowane w MaxQDA 2020 – oprogramowaniu wspomagającym jakościową analizę danych (QDAS – *Qualitative Data Analysis Software*). W trakcie analizy wywiadów wykorzystałem różnego rodzaju techniki kodowania, czyli nadawania partiom danych określonych cech istotnych z punktu widzenia założeń i celów realizowanego badania (por. Szklarczyk 2016). W zależności od etapu tego procesu kody miały charakter zarówno opisowy (wiernie oddawały treść kodowanego materiału), analityczny (oznaczały sens danej partii materiału w odniesieniu do wyłaniającej się siatki pojęciowo-teoretycznej), jak i bezpośrednich cytatów (por. Szklarczyk 2016). Kolejne cykle kodowania przeplatane były etapami ich porządkowania i kategoryzowania w grupy kodów (kategorie), a te z kolei w nadrzędne w hierarchii i powiązane z celami badania wątki tematyczne. W ten sposób wytworzona została książka kodowa. Wykorzystywałem też funkcje notatek i komentarzy, by dodatkowo opisać fragmenty rozmów i zaznaczyć w ten sposób ich pogłębiony sens lub wyjątkowe znaczenie dla prowadzonej przeze mnie analizy. Dane wygenerowane w trakcie obserwacji zostały tradycyjnie spisane w formie odręcznych notatek, a następnie dokładnie

przeanalizowane pod kątem wniosków pogłębiających lub poszerzających konkluzje wypracowane na podstawie przeglądu literatury oraz procedury kodowania wywiadów.

### 5.3. Etapy projektu badawczego i dobór rozmówców

Poziom skomplikowania projektu wymusił wieloetapowość jego realizacji. Stadium prac terenowych trwało – z przerwami, na co wpływ miały opisane dalej trudności – od jesieni 2018 roku do analogicznego okresu roku 2020. W tym czasie udało mi się przeprowadzić 20 wywiadów swobodnych – zarówno w formie bezpośredniego spotkania (m.in. w Katowicach, Wrocławiu, Warszawie), jak i rozmowy zapośredniczonej (telefonicznej, przez komunikator internetowy) z korzystającymi z gier seniorami oraz ekspertami. Łącznie odbyłem 13 wywiadów bezpośrednich, pięć telefonicznych i dwa przy użyciu Skype’a. Taka liczba rozmów jest, moim zdaniem, optymalna, biorąc pod uwagę nietypowy charakter badanej praktyki, przyjęte cele badawcze, a także zwyczajową liczbę rozmówców do badań z wykorzystaniem wywiadów, która na ogół zamyka się w przedziale od 10 do 15 osób (Kvale 2010: 88). Długość nagrań z wywiadów wahała się od około 50 minut do ponad dwóch godzin. Poza wspomnianymi rozmowami zrealizowałem także dwie obserwacje jawne.

Badani na każdym etapie byli rekrutowani w sposób łączący dobór celowy oraz metodę kuli śnieżnej (Babbie 2016: 187–188). Celowość doboru polegała na poszukiwaniu jednostek (osób), które cechują się możliwie bogatymi doświadczeniami oraz wiedzą w kontekście podjętej problematyki. W grupie srebrnych graczy były to osoby w wieku 60+ korzystające z gier cyfrowych, przy czym to teoretyczne założenie nie zostało w pełni zrealizowane w praktyce, ponieważ w przypadku trójki wywiadowanych (dwóch kobiet i jednego mężczyzny) wiek podczas rozmowy wynosił niespełna 60 lat. Wiek pozostałych rozmówców wahał się między 60. a 80. rokiem życia. Decyzja o włączeniu tych nieco młodszych osób do badania podyktowana była przede wszystkim ich bogatymi doświadczeniami z grami, a także kwestiami pragmatyczno-organizacyjnymi, wynikającymi z opisanych w kolejnym rozdziale trudności w realizacji projektu. Warto też zaznaczyć, że w wielu opracowaniach poświęconych zjawisku silver gamingu, w tym według mnie wzorcowym raporcie *Gaming Attitudes and Habits of Adults Ages 50-Plus* od AARP, granica pomiędzy dorosłymi a srebrnymi graczami jest stawiana na 50. roku życia. Wywiady zostały zrealizowane także z ekspertami (edukatorzy, przedstawiciele instytucji senioralnych,

osoby zainteresowane aktywizacją seniorów) z wiedzą lub doświadczeniem w stosowaniu gier lub mediów cyfrowych w praktyce szkoleniowo-edukacyjnej ukierunkowanej na osoby starsze, a także w zakresie funkcjonowania osób starszych w odniesieniu do technologii cyfrowych. W przypadku ekspertów kluczowym kryterium ich celowego doboru było nie tyle ich wykształcenie formalne, ile doświadczenia w pracy z osobami starszymi i na ich rzecz. Innymi słowy, poszukiwałem przede wszystkim tak zwanych „praktyków”. W niektórych przypadkach rozmówcy zostali mi zasugerowani przy okazji prowadzonych wywiadów czy nawiązywanych kontaktów, co spełnia cechy doboru właściwego dla metody kuli śnieżnej. Zastosowanie takiego nielosowego doboru badanych uzasadniają: (a) trudności w dotarciu do „srebrnych graczy” w Polsce oraz przedstawiciele instytucji senioralnych zainteresowanych grami cyfrowymi, (b) jakościowy charakter badań, (c) potrzeba uzyskania bogatych narracji od osób, które posiadają możliwie szeroko rozwinięty kapitał growy, wynikający z własnych i relatywnie bogatych doświadczeń z grami cyfrowymi.

Pierwszy etap badań własnych miał charakter przedterenowy i był dla mnie okazją do samodzielnego wprowadzenia w tematykę silver gamingu<sup>65</sup>. Następnie przystąpiłem do badań w etapie drugim<sup>66</sup>, polegającym na przeprowadzeniu 10 wywiadów swobodnych z osobami starszymi, które korzystają z gier cyfrowych, w celu wygenerowania danych umożliwiających wypracowanie pogłębionego wglądu w praktykę silver gamingu wśród polskich seniorów. W trakcie rozmów poruszono między innymi takie wątki, jak:

- życiowe doświadczenia związane z ewolucją praktyk medialnych (przejście od użytkowania tradycyjnych mediów do cyfrowych, z uwzględnieniem gier; także przemiany praktyk medialnych w toku dorastania i starzenia się moich rozmówców);
- sposoby partycypacji w kulturze gier cyfrowych;

---

<sup>65</sup> Głównie przez zapoznanie się z doniesieniami medialnymi, w których opisywano zjawisko grania wśród osób starszych czy sylwetki takich graczy, a także rozeznanie się w ofercie stowarzyszeń, fundacji oraz uniwersytetów trzeciego wieku ze szczególnym uwzględnieniem zajęć rozwijających kompetencje cyfrowe (np. nauka obsługi komputera itp.). Do fazy przygotowawczej zaliczyć też można zrealizowane przeze mnie w 2017 roku badanie na forach internetowych – SeniorGamers i The Older Gamers – skierowanych do dojrzałych graczy, które stało się podstawą dla opublikowanego w 2019 roku artykułu naukowego (Gałuszka 2019a).

<sup>66</sup> Od pewnego momentu etap drugi i trzeci były realizowane symultanicznie z powodu przesunięć terminów wywiadów.

- rola grup rówieśniczych, rodziny oraz instytucji w rozwoju pasji do badanego medium;
- relacje podtrzymywane bądź nawiązywane przez udział w cyfrowych rozgrywkach;
- subiektywnie postrzegane korzyści i zagrożenia wynikające z tego zainteresowania.

Jak wcześniej zasygnalizowałem, na potrzeby rekrutacji rozmówców do etapu drugiego przyjąłem dwa dodatkowe warunki: ukończenia 60. roku życia (nie dotyczy ww. trzech osób) oraz sięgania po gry cyfrowe – na dowolnej platformie sprzętowej – w wymiarze przynajmniej raz na tydzień w ciągu półrocza poprzedzającego wywiad. W projekcie w większości przypadków udział wzięły osoby, których wiek pozwalał na przypisanie do przedstawionej w rozdziale pierwszym kategorii młodych starych (*young old*), czyli zazwyczaj sprawni fizycznie i psychicznie 60-latkowie i starsi. Za taką decyzją kryją się trzy merytoryczne przesłanki:

1. Świadomość występowania licznych i pozytywnie skorelowanych z wiekiem barier utrudniających realizację badań w praktyce. Mowa tu o problemach zdrowotnych, ograniczeniach ekonomicznych, brakach kompetencyjnych czy obawach względem procesu bądź techniki badawczej po stronie potencjalnych rozmówców, co udało mi się po raz pierwszy zaobserwować w swoim wcześniejszym badaniu nad zjawiskiem silver gamingu (por. Gałuszka 2019a); nie bez znaczenia pozostaje też kwestia specyfiki interesującej mnie grupy pod względem adaptacji innowacji, gdyż w porównaniu z przeciętnym polskim seniorem srebrni gracze wciąż mogą być ujmowani jako innowatorzy czy wcześnie użytkownicy – mniej liczni, ale jednocześnie szerzej otwarci na technologiczne nowinki oraz bardziej kompetentni do ich użycia (por. Rogers 2003: 282–283).
2. Fakt, że najliczniej reprezentowaną na polskich uniwersytetach trzeciego wieku grupą wiekową są osoby pomiędzy 60. a 70. rokiem życia (GUS 2016: 12; 2019b: 15), co pośrednio dowodzi, że seniorzy na tym etapie procesu starzenia się są ponadprzeciętnie aktywni.
3. Niekorzystna różnica pomiędzy oczekiwaną przeciętną dalszą długością życia Polek i Polaków w wieku 65 lat względem równolatków z lepiej rozwiniętych krajów Europy Zachodniej; ten negatywny trend został pogłębiony w 2020 roku w wyniku pandemii COVID-19 (Kocot 2011: 14; Eurostat 2021).

Etap trzeci pozwolił rozszerzyć horyzont poznawczy na sferę działalności instytucjonalnej dzięki wywiadom swobodnym w grupie 10 osób zaangażowanych w pracę NGO<sup>67</sup> oraz realizację przedsięwzięć edukacyjnych skierowanych do osób starszych, ze szczególnym uwzględnieniem projektów z zakresu poszerzania kompetencji cyfrowych bądź medialnych (kursy komputerowe, obsługa internetu, w tym nauka korzystania z gier cyfrowych). Celem tych rozmów było między innymi:

- uzyskanie opinii o grach cyfrowych w wymiarach indywidualnym (biografia danego rozmówcy); zawodowo-szkoleniowym (doświadczenia i plany związane z wykorzystaniem tego medium w pracy z osobami starszymi) oraz instytucjonalnym (opinie na temat stosowania gier cyfrowych w działalności instytucji senioralnych);
- omówienie sytuacji osób starszych pod kątem zaangażowania w sferę wirtualną i gry;
- zapoznanie z metodami nauczania i narzędziami edukacyjnymi przydatnymi w pracy z seniorami;
- zweryfikowanie możliwych sposobów popularyzacji silver gamingu wśród Polek i Polaków.

Dodatkowo w ramach etapu trzeciego przeprowadziłem jawną obserwację nieuczestniczącą w ośrodku dla osób starszych w duńskim Odense<sup>68</sup>, gdzie wykorzystuje się proste gry cyfrowe w celu poprawy jakości życia podopiecznych chorujących na demencję, a także jawną obserwację nieuczestniczącą podczas zajęć komputerowych w jednym z krakowskich centrów aktywności senioralnej (CAS). Przyczyniło się to do pogłębienia spojrzenia na miejsce gier w życiu osób starszych, a także lepszego zrozumienia wyzwań związanych z nauczaniem kompetencji cyfrowych w tej kategorii osób. Przy czym miały one charakter uzupełniający względem pozostałych technik badawczych, których użyłem do zgromadzenia materiału badawczego.

---

<sup>67</sup> W grupie ekspertów znalazły się osoby powiązane między innymi z takimi instytucjami/inicjatywami, jak: Fundacja Zaczyn, Fundacja 2035, Stowarzyszenie Miasta w Internecie, Polskie Towarzystwo Gerontologiczne, Federacja Uniwersytetów Trzeciego Wieku, Superbelfrzy, Ośrodek Działań Artystycznych „Dorożkarnia”, Towarzystwo Inicjatyw Twórczych „e” czy Fundacja Aktywny Senior.

<sup>68</sup> Obserwacja oraz odbywające się przy jej okazji konsultacje merytoryczne bezpośrednio powiązane z tematyką moich badań zostały przeprowadzone w ramach stażu sfinansowanego ze środków Interdyscyplinarnych Studiów Doktoranckich na Uniwersytecie Jagiellońskim.

#### 5.4. Trudności w realizacji badań własnych

Opisywane przedsięwzięcie badawcze to prawie dwa lata sukcesów, ale też licznych trudności. Pomimo przyjęcia szerokich i ogólnych założeń nie udało mi się uniknąć problemów z pozyskaniem rozmówców oraz realizacją badań – zarówno w grupie srebrnych graczy, jak i osób zaangażowanych w działalność instytucji oraz projekty szkoleniowo-edukacyjne. Podstawowe wyzwanie polegało na braku dostępu do znacznej liczby osób spełniających przyjęte przeze mnie kryteria. Praktyka sięgania po gry cyfrowe ciągle nie jest powszechna wśród osób starszych. Dodatkowo należy uwzględnić rzadsze niż u młodych zaangażowanie ludzi starszych w życie towarzyskie (Bieńkuńska 2020: 89–91) czy ich ograniczoną zdolność komunikowania (także o sobie) przez media, szczególnie cyfrowe. Nie bez znaczenia pozostaje też nieidentyfikowanie się wielu potencjalnych rozmówców z kategorią gracza czy też błędne rozumienie przez nich celów mojego badania i roli osoby udzielającej wywiadu. Niektórzy kandydaci wycofywali się z udziału w projekcie z powodu przekonania o braku dostatecznej wiedzy, ale też bez podania wyraźnej przyczyny. W takich sytuacjach nie pomagała moja gotowość do podporządkowania formy oraz terminu wywiadu oczekiwaniom drugiej strony. Do pewnego stopnia podobne bariery ujawniły się przy próbach rekrutacji edukatorów i przedstawicieli instytucji senioralnych, w których przypadku także oczekiwałem wiedzy oraz doświadczeń związanych z grami cyfrowymi, co jak się okazało, mogło stanowić problem, gdyż medium to nie jest zbyt popularne w polskich instytucjach ukierunkowanych na współpracę z osobami starszymi. W tej grupie rozmówców dodatkową przeszkodą były deklarowane liczne zobowiązania i wynikający z tego brak czasu na udzielenie wywiadu.

Realizację badań własnych skomplikowała pandemia COVID-19 (szczególnie w latach 2020–2021), która wymusiła poważne zmiany planów, ale jednocześnie unaoczniała nowe perspektywy badawcze. W efekcie wprowadzonych obostrzeń, a także z uwagi na dobro badanych, byłem zmuszony zrezygnować z pierwotnej formy trzeciego etapu projektu. Miał on polegać na realizacji edukacyjnych badań w działaniu w formie cyklu (około 10) warsztatów dla osób starszych, rozwijających podstawowe kompetencje umożliwiające wykorzystanie gier cyfrowych. Poza potencjalną korzyścią dla samych uczestników takich szkoleń ich przeprowadzenie pozwoliłoby mi na autoetnograficzny (por. np. cały numer „Przeglądu Socjologii Jakościowej” X, 3/2014) wgląd w proces edukowania osób starszych w kierunku gier cyfrowych.



Częściowym rozwiązaniem tej trudności byłoby przeniesienie niemożliwej w realizacji stacjonarnej formy kształcenia do trybu online, czyli internetowego narzędzia edukacyjnego, co zresztą zbiegło się z powszechnym przejściem do nauczania zdalnego na wielu jego poziomach. Jednocześnie dostępne zasoby (czasowe, finansowe, kompetencyjne) nie pozwoliły mi na przygotowanie działającego prototypu takiego narzędzia i jego przetestowanie. Dlatego ostatecznie trzeci etap projektu został zmodyfikowany, a jego realizacja w pierwotnie planowanej formie – mam nadzieję – nastąpi w późniejszym terminie w ramach innej ścieżki badawczo-wdrożeniowej. Niejako „w zamian” w książce pojawiły się rekomendacje w zakresie popularyzacji silver gamingu wśród polskich seniorów i senierek, a także w instytucjach pozarządowych, wywiedzione zarówno z analizy danych zastanych, jak i ich syntezy z danymi przeze mnie wygenerowanymi.

## 5.5. Etyka prowadzonych badań

Odpowiedzialność badacza względem uczestników realizowanych projektów stanowi fundament takich przedsięwzięć, a niespodziewana sytuacja pandemii niejako nałożyła na naukowców dodatkowe, niespotykane wcześniej zobowiązania w zakresie odpowiedzialności za bezpieczeństwo sanitarne i psychiczne osób zaangażowanych w prowadzone badania. Poza opisaną wyżej koniecznością dostosowania do nowych warunków należy wciąż dbać o najważniejsze etyczne aspekty prowadzenia badań naukowych.

W odniesieniu do techniki wywiadu – ale zasadniczo także obserwacji – są to przede wszystkim (niezależne od pandemii) konieczność uzyskania świadomej zgody respondentów, zagwarantowanie poufności, rozpatrzenie możliwych konsekwencji po stronie uczestników oraz przeanalizowanie roli badacza w całym przedsięwzięciu (Kvale 2010: 71). Dlatego wszystkie osoby zaangażowane w mój projekt na każdym etapie jego realizacji zostały dokładnie poinformowane o celu oraz ich roli w przedsięwzięciu. Podobnie od każdego uzyskano świadomą, słownie wyrażoną zgodę na udział w wywiadzie oraz rejestrowanie rozmowy w formie dźwiękowej. Jednocześnie informowałem rozmówców o ich prawie do przerwania wywiadu w dowolnym momencie i zażądania usunięcia nagrania. Z tych możliwości nikt nie skorzystał. Dodatkowo rozmówcy byli proszeni o nieujawnianie informacji potencjalnie ich identyfikujących (np. imienia i nazwiska), a także informowani o formie przetwarzania i sposobach wykorzystania wygenerowanych danych. Natomiast zarówno obecność badacza podczas obserwacji, jak i jej cel zostały ujawnione i zakomunikowane, co



nie spotkało się ze sprzeciwem pozostałych zaangażowanych w obserwowaną sytuację.

Ze względu na konieczność zapewnienia poufności badania żadne publikowane i inaczej udostępniane na jego podstawie teksty – w tym niniejszy – nie zawierają szczegółowych charakterystyk rozmówców czy wskazujących na konkretną osobę cytatów, a jeśli takowe się pojawiają to tylko w zmodyfikowanej lub uogólnionej formie. Te charakterystyki sformułowałem w sposób ogólny, ponieważ część moich rozmówców prowadziła działalność publiczną, co ułatwia ich identyfikację. Natomiast jeśli chodzi o zamieszczone w książce cytaty, to doбираłem je i formułowałem w taki sposób, aby zachować oryginalny kontekst i sens wypowiedzi, pomijając jedynie informacje pozwalające na łatwą identyfikację rozmówców. Biorąc pod uwagę możliwe konsekwencje wynikające z udziału w projekcie, starałem się zminimalizować jakiegokolwiek niedogodności po stronie uczestników. Dlatego czas, miejsce, forma oraz termin spotkań były zawsze (oczywiście w ramach moich własnych możliwości) podporządkowane oczekiwaniom rozmówców, a w trakcie rozmów starałem się zbytnio nie ingerować w prywatność badanych, w tym unikać pytań zbyt intymnych czy przesadnie wykraczających poza umówiony obszar tematyczny.

Wreszcie w toku prowadzonych działań badawczych starałem się równoważyć konieczność zachowania profesjonalnego dystansu i wymogi stworzenia komfortowej oraz bezpiecznej dla rozmówców atmosfery, zachowując przy tym autentyczność i szczerść zawieranych relacji. Warto też odnotować, że podjęta problematyka nie jest uważana za kontrowersyjną czy związaną z ryzykiem dla badanych lub badacza. Mimo to starałem się zadbać o bezpieczeństwo i komfort wszystkich osób jakkolwiek zaangażowanych w projekt bez względu na możliwe – i opisane – trudności w jego realizacji.

6. Z życia srebrnego gracza.  
Wyniki jakościowego badania  
wśród osób starszych





W tym i kolejnym rozdziale prezentuję wyniki badań własnych, zrealizowanych techniką wywiadu swobodnego w grupie 20 osób: dziesięciu srebrnych graczy powyżej 58. roku życia, a następnie dziesięciu edukatorów i przedstawicieli instytucji senioralnych. Rozpoczynając od seniorów korzystających z gier cyfrowych, przedstawiam w dalszej części ich ogólną charakterystykę, a później przechodzę do zagadnień szczegółowych, wyłaniających się z przeanalizowanych danych.

## 6.1. Ogólna charakterystyka rozmówców

W przeprowadzonym przeze mnie badaniu graczy udział wzięło 10 osób – sześć kobiet oraz czterech mężczyzn w wieku od 58 do niemal 80 lat (w momencie przeprowadzenia rozmowy). W tym miejscu przedstawię ich krótkie i ze względu na ochronę tożsamości tych osób uogólnione charakterystyki, by w ten sposób ułatwić interpretację przytaczanych dalej cytatów bezpośrednich, jak i wniosków wywiedzionych z analizy wywiadów. Szczegółowa charakterystyka rozmówców dostępna jest w *Aneksie*<sup>69</sup>.

W badanej grupie znalazły się osoby odmienne zarówno pod względem najważniejszych zmiennych społeczno-demograficznych (płeć, wiek, stan zdrowia)<sup>70</sup>, ale też poziomu zaangażowania w gry cyfrowe, doświad-

---

<sup>69</sup> Stosowany dalej system kodowania rozmówców zawiera informacje o płci osoby (K lub M, w przypadku ekspertów poprzedzone literą E) oraz jej orientacyjnym wieku.

<sup>70</sup> Moi rozmówcy nie różnią się znacząco pod względem miejsca zamieszkania. Wszyscy w momencie wywiadu mieszkali w różnej wielkości, ale zasadniczo dużych polskich miastach (m.in. Katowice, Warszawa, Wrocław). Co więcej, nie badałem też w sposób bezpośredni (a jedynie pośrednio) poziomu ich zamożności. Te ostatnie kwestie poruszane były przy okazji takich wątków jak zakup gier czy innych związanych z tą pasją wydatków. Potencjalnie istotnym, ale w toku badań w zasadzie nieporuszonym, zagadnieniem jest wykształcenie rozmówców. Wspomniane ograniczenia wynikają przede wszystkim z eksploracyjnego charakteru projektu, celowego doboru oraz przebiegu rekrutacji. W praktyce odnalezienie i zachęcenie do udzielenia wywiadu znacznej liczby osób 60+ mocno zainteresowanych grami cyfrowymi okazało się w polskich warunkach zadaniem trudnym. Zwracam na to uwagę, ponieważ opisane braki stanowią o pewnych niedostatkach badania. Jednocześnie nie powinny znacząco wpływać na główne wnioski, a ich u powszechnienie może stanowić inspirację do kolejnych przedsięwzięć

czeń i kompetencji niezbędnych do sięgania po to medium. Dzięki temu uzyskane wnioski pozwalają zarówno na pogłębienie już dostępnych ogólnych obserwacji o zaangażowaniu polskich seniorów w kulturę gier cyfrowych, jak i przedstawienie wątków, które do tej pory nie były przedmiotem refleksji badawczej. Oczywiście jakościowy charakter badania, niewielka próba oraz dobór celowy nie pozwalają na ekstrapolowanie tych ustaleń na całą populację srebrnych graczy w Polsce, nie mówią też nic o powszechności tego zjawiska w sensie statystycznym, ale jednocześnie wygenerowana wiedza pozwala nam na lepsze zrozumienie tej kategorii osób oraz roli gier cyfrowych w ich życiu. Nową wiedzę można wykorzystać do zmiany przyjmowanych do tej pory perspektyw w zakresie badania i upowszechniania gier cyfrowych w życiu osób starszych.

Dwie najważniejsze osie podziału moich rozmówców, jakie wyłoniły się w toku analizy zgromadzonych materiałów, osadzają się pomiędzy:

- poziomem ich szeroko rozumianej aktywności życiowej (od osób niemal całkowicie zamkniętych w przestrzeni własnych mieszkań, częściowo na wzór opisywanych w rozdziale pierwszym „więźniów czwartego piętra”, po seniorów wyjątkowo zaangażowanych w życie towarzyskie oraz własne pasje);
- poziomem zaangażowania w gaming (od graczy ograniczających się w swoich wyborach do konkretnych serii gier, po tych sięgających po różne ich rodzaje na odmiennych platformach sprzętowych).

Taka struktura grupy badawczej umożliwiła przygotowanie szeregu rekomendacji, odpowiadających potrzebom zróżnicowanych pod względem osobistej sytuacji (m.in. rodzinnej czy zdrowotnej) osób starszych, a także uwzględnienie różnych strategii grania w późniejszym wieku. W ten sposób staram się wpisać w przedstawione wcześniej założenia projektowania zorientowanego na użytkownika (*user-centered design*) oraz potrzebę dostosowania technologii do wszystkich grup wiekowych (*age-friendly*). Perspektywę srebrnych graczy poszerzam o opinie ekspertów w dalszych fragmentach książki.

Z kolei w tym rozdziale przedstawiam najważniejsze wnioski płynące z dokonanej przeze mnie analizy wywiadów, na którą ostatecznie złożyło się ponad 1000 zakodowanych w programie MaxQDA fragmentów,

---

naukowych ukierunkowanych na zjawisko silver gamingu w Polsce, w ramach których można uzupełnić ewentualne luki w wiedzy, związane z opisanymi tu kwestiami.

zgrupowanych w przeszło 100 kodów odnoszących się zarówno do zagadnień wywiedzionych z przeglądu literatury przedmiotu (teorii), jak i wątków bezpośrednio wynikających z treści przeprowadzonych wywiadów. Prezentowane dalej konkluzje ułożyłem w hierarchii od najbardziej ogólnych do tych związanych z konkretnymi aspektami praktyki silver gamingu.

## 6.2. Przełamywanie stereotypów wokół starości

Jedną z ogólnych obserwacji z przeprowadzonego badania jest powiązanie praktyki silver gamingu z szerszymi postawami i nastawieniem moich rozmówców względem procesu starzenia się i starości, a także ról, jakie mogą oni pełnić na późniejszych etapach swojego życia. Okazuje się, że zainteresowanie grami cyfrowymi może stanowić jeden z przejawów podejścia przełamującego stereotypowe społeczne oczekiwania względem najstarszych obywateli, zarówno w zakresie preferowanych form spędzania czasu wolnego, jak i podejmowanej aktywności względem najbliższych oraz znajomych.

Przykładów dostarczają moi rozmówcy, którzy dostrzegają zmieniającą się w czasie rolę osób starszych w rodzinie i sugerują im wypracowanie pewnej autonomii czy niezależności. Jak zaznaczały niektóre z moich rozmówczyń, występowanie w rodzinie małoletnich dzieci wciąż może się wiązać z koniecznością podjęcia nad nimi częściowej opieki przez dziadków, co (jak już pokazałem na podstawie danych zastanych) nie budzi entuzjazmu niektórych osób starszych. Jednak wraz z dojrzewaniem wnuków zmianom podlega relacja wiążąca ich z dziadkami. Wzajemne kontakty są coraz rzadsze, a przestrzeń życia nastoletnich lub dorosłych wnuków coraz bardziej oddala się od sfery funkcjonowania najstarszych członków rodziny. Sytuacja może wyglądać inaczej w rodzinach wielopokoleniowych (w jednym gospodarstwie zamieszkują dzieci, rodzice oraz dziadkowie), jednak z badań CBOS wynika, że takowych w Polsce jest około 20%, natomiast dominującą formą pozostają małe (nuklearne) rodziny składające się z rodziców i dzieci (Bożewicz 2019: 2). Jedna z moich rozmówczyń (K70/3) przyznała, że wobec tego naturalnego i w dużej mierze nieuniknionego procesu ludzie starsi nie powinni się całkowicie poświęcać dla wnuków, a zaoszczędzony w ten sposób czas przeznaczyć na istotne dla zachowania dobrostanu pasje i aktywności:

(...) ja opiekowałam się nią [małoletnią wnuczką – przyp. DG], chodziłam na różne tam występy, (...) ona teraz ma faceta, jest gdzieś, od czasu do czasu

wpadnie, nawet nie zadzwoni... I teraz ja, gdybym nie miała tu tego swojego życia, które mam, tobym siedziała [i mówiła – przyp. DG] „no tak, ja dla ciebie pół życia poświęciłam, a ty teraz nawet do babci nie zadzwonisz”. (...) Nie możesz się tak poświęcać, bo gorzkniejesz, bo narzekasz, bo jak nie ma ruchu, to się starzejesz.

W takim podejściu personalnie rozumiane dobro osoby starszej traktowane jest przez nią samą jako istotna wartość, niezależna od poziomu zadowolenia czy spełnienia ludzi z jej najbliższego otoczenia – wnuków, ale też własnych dzieci, co wymownie skomentowała inna z aktywnych na kilku polach kobiet (K70/2):

Jest tak: jest dzieciństwo, tak? Musimy słuchać rodziców. Potem idziemy do szkoły – musimy słuchać nauczycieli. Potem wychodzimy za męża – musimy słuchać męża. Potem jeszcze idziemy do pracy – musimy słuchać swojego dyrektora. Kiedy jest ten okres, kiedy będziemy słuchać samych siebie?! Kiedy nikt nam nie powie: „w twoim wieku nie wypada”. A komu wypada jak nie nam?! No komu? My [osoby starsze – przyp. DG] mamy swoje doświadczenie i sami regulujemy, co nam wypada, a nie żeby nam młodzi 30-, 40-latkowie mówili: „Babcia w twoim wieku? No wybacz...”. Chwileczkę, chwileczkę. Nie ma tego.

Rozwój pasji do gier cyfrowych na późniejszych etapach życia w ramach działań nieformalnych wiąże się także z otwartością na nowe doświadczenia i ciekawością poznawczą. Jak skomentowała jedna z rozmówczyń (K70/2) swoje otwarcie na zupełnie nieznaną grę wieloosobową: „rozsądek mówił »nie«, ale ciekawość wołała »tak«”. W innym miejscu powtarza „nigdy nie mów nigdy”, gdy wychodząc myślami w przyszłość, zastanawia się nad możliwością grania na kolejnych – jeszcze ówczesnie niezapowiedzianych – generacjach konsol do gier. Jej otwarta postawa wykracza poza samą tylko sferę cyfrowej zabawy, co uświadamiają słowa:

Próbuję trochę tego, trochę tego. Próbowалам płaskorzeźby nawet, ale mi nie wyszło, bo się nie nadają do tego. Szukam sobie, szukam. Powiem tak, jak mój [kolega z pracy – przyp. DG] szedł na emeryturę, powiedział do mnie słowa takie, miał wtedy 60 lat: „Pani Katarzyno<sup>71</sup>, idę na emeryturę, za kilka dni już mnie tu nie będzie. Chciałbym się pożegnać, bo emerytura to jest wiadomo – czekanie na śmierć”. Ja mówię: „Panie Władku! Co Pan za głupoty opowiada?!”

---

<sup>71</sup> Imiona zmienione.



Jakie czekanie na śmierć?! Dla mnie emerytura to nie jest koniec życia, tylko nowy etap w życiu! To jest to, gdzie my sami sobie jesteśmy dyrektorem, Panem Bogiem, wiatrem w żagle, a nie jakieś czekanie na śmierć”.

Podobnie sądziła inna narratorka (K70/3), zauważając: „(...) ja zresztą w ogóle uważam, że nie ma różnicy pokoleń, raczej jest różnica jakby tego, czy człowiek idzie do przodu, czy chce coś nowego poznać”. Ta ciekawość może się realizować na wiele różnych sposobów. Chodzi tu o szereg działań inicjowanych przez starsze osoby. Nie wszystkie są bezpośrednio związane z korzystaniem z gier cyfrowych. Moi rozmówcy wspominali między innymi o:

- świadomości i akceptacji przemian społecznych (np. w zakresie dopuszczalnych zachowań osób starszych, przystosowania do nowych warunków funkcjonowania i możliwości postępowania itd.);
- chęci próbowania czegoś nowego, w tym nowinek technologicznych i poszukiwania informacji na ich temat (np. nowego komputera, konsoli do gier itp.);
- nastawieniu na działania wymuszające aktywność (np. bieganie, granie zamiast oglądania telewizji);
- gotowości do podjęcia pewnego ryzyka (np. przejście z tradycyjnych usług bankowych na elektroniczne, poświęcenie czasu na rzecz wypróbowania polecanej gry cyfrowej);
- podejmowaniu samodzielnych prób nauki obsługi urządzeń i oprogramowania (np. poczty e-mail, sklepu z cyfrowymi wersjami gier, sterowania na padzie);
- wyszukiwaniu i przeglądaniu stron internetowych (np. banku, sklepu, portali z grami przeglądarkowymi);
- wykorzystywaniu nadarzających się okazji (np. czasu uwolnionego w związku z przejściem na emeryturę, sięgnięcia po dostępną w rodzinie i – często już – nieużywaną konsolę do gier);
- podejmowaniu niezależnych decyzji konsumenckich (np. kupowanie gier i sprzętu do grania);
- otwartości na innych, w tym młodszych, ludzi oraz ich pasje (np. inspirowanie się hobby młodszych generacji, poszukiwanie wspólnych tematów do rozmów, gotowość gromadzenia wiedzy, wspólne rozgrywki w grach wieloosobowych).

Przyjęcie otwartej postawy jest niezbędne, gdyż inaczej osoba starsza może nie dać sobie szansy na podjęcie zupełnie nowej aktywności i wyjście

poza mocno zinternalizowane schematy postępowania, w tym nie dopuścić do siebie zachęty czy wsparcia ze strony bliskich bądź edukatorów. To potencjalne (ale często realne) zamknięcie może być efektem stereotypowego myślenia i to w kilku wymiarach. Jedna z kobiet (K70/2) wprost przyznała, że „(...) za dużo jest seniorów, którzy myślą stereotypami w stylu: »a po co mi to?«, »to co ja mam, to mi wystarczy« czy »przecież ja już jestem stara«”. Kontynuując ten wątek w pewien sposób zarzuca ona osobom starszym wygodę i bierność, mówiąc: „(...) to jest stereotyp, w którym seniorzy są uwięzieni i dobrze im z tym! Bo nie mają świadomości”.

Stereotypowe, ograniczające podejście do seniorów mogą przejawiać także osoby z ich otoczenia, uważając, że „starsi ludzie do niczego się nie nadają” (K60/2). W kontekście poruszanej tu problematyki nawet bliscy osób starszych, szczególnie młodszy, mogą wygłaszać poglądy ograniczające potencjał seniorów do zainteresowania się mniej oczywistymi zajęciami. Może się to odbywać chociażby poprzez sugestie w rodzaju: „w twoim wieku nie wypada” (K70/2) czy wyrażania zdziwienia, że osoba starsza „nagle na stare lata sobie kupiła konsolę i w gry młodzieżowe chce grać” (K70/1). Takie reakcje mogą skutecznie zniechęcać starszych ludzi do wkroczenia na szerzej sobie nieznane obszary współczesnej kultury cyfrowej, szczególnie w perspektywie słów jednej z rozmówczyń (K60/2), która sugerowała, że z powodu własnych obaw, problemów zdrowotnych czy poczucia zażenowania część osób starszych może odczuwać obawy przed poproszeniem o pomoc. Z drugiej strony zaznaczyła, że starsi obywatele bez względu na kompetencje czy stan zdrowia mogą mieć własne preferencje i trzeba je uszanować (także w stosunku do gier cyfrowych): „po prostu ta opcja nie pasuje albo jej nie chcemy, możemy wybrać, nie musimy. (...) Nie to, że chory, nie to, że nie może, tylko nie chce”. Zauważa też, że „dużo ograniczeń nakładamy na siebie sami” i tyczy się to także gamingu w późniejszym wieku.

To uświadamia, że problem popadania w stereotypowe myślenie może dotyczyć nawet samych grających seniorów. Jeden z mężczyzn (M60) sugerował, że wykorzystywaną przez niego grę wieloosobową może polecić ludziom nie tyle „starszym” jak on sam, ile ludziom młodym. Ten pogląd miał odzwierciedlenie w jego praktyce streamowania rozgrywek z tej produkcji, ponieważ kierował je przede wszystkim do młodszej widowni, licząc na popularyzację gry wśród takich odbiorców, ale nie myślał on podobnie o możliwości zachęcania swoich rówieśników. Z kolei inna rozmówczyni (K70/2) zdradziła, że u początków swoich kontaktów z grami cyfrowymi poddała się wciąż pokutującemu jej zdaniem stereotypowi, że „gry są dla

dzieci”, przez co zwlekała z pozytywną reakcją na zachęty jej dziecka do spróbowania gier konsolowych.

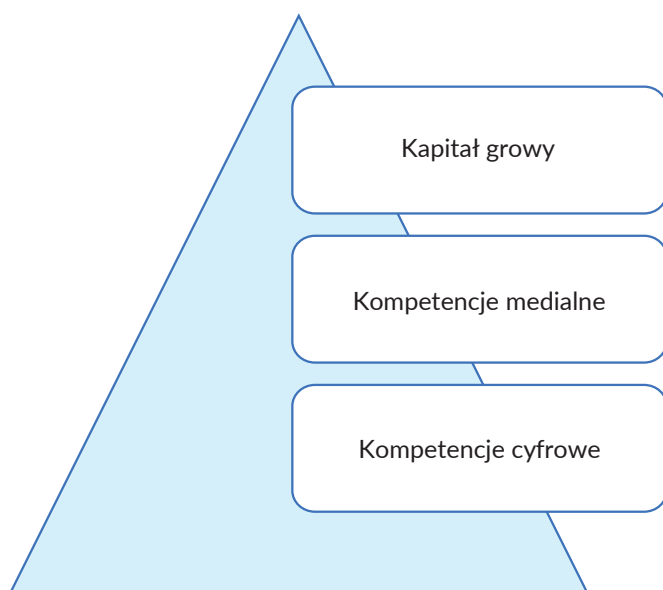
Jak wynika z analizy przytoczonych rozmów, rozwój zainteresowania grami cyfrowymi na późniejszych etapach życia wiąże się z wchodzeniem w nowe i nieznane role. Jest to przykład „przełamywania barier w sobie”, jak zaznaczyła jedna z rozmówczyń (K60/2). Z pewnością należy tę obserwację poszerzyć o czynniki egzogenne względem starszego obywatela: przełamywania stereotypów na temat starości, funkcjonowania osób starszych i potencjalnej roli gier cyfrowych w życiu seniorów. Jednocześnie dla zachowania pełnego obrazu sytuacji, muszę w tym miejscu zapowiedzieć omawiane dalej zagadnienie motywacji do grania. Te, jak się okazuje, mogą być zróżnicowane i z pewnością nie jest tak, że srebrny gracz to zawsze osoba aktywna, otwarta na nowe doświadczenia i gotowa do przełamywania stereotypów związanych z wiekiem. Chcę jednak, aby konkluzją tego fragmentu było przekonanie, że sięgnięcie po gry cyfrowe w późniejszych okresach życia wiąże się – przynajmniej na tym etapie rozwoju tej praktyki w Polsce – z koniecznością wykazania minimalnej otwartości na nowe doświadczenia, a także gotowością do wchodzenia w rolę niekojarzoną z osobami starszymi. Zgoda i chęć na to stanowią swoiste minimum czy fundament dla ewentualnego zaangażowania seniora w gaming. Inne „minimum”, jakie ujawniło się w toku analizy wywiadów, jest związane z obszarem wiedzy i kompetencji.

### 6.3. Kompetencyjne fundamenty

W grupie moich rozmówców sięgnięcie po gry cyfrowe zawsze było poprzedzone wcześniejszymi kontaktami z urządzeniami cyfrowymi w kontekście pozarozrywkowym. To ważna obserwacja, ponieważ zmusza ona do zastanowienia nad jedną z fundamentalnych kwestii dla procesu upowszechniania silver gamingu w polskim społeczeństwie. Chodzi tu o właściwy schemat generowania wiedzy oraz kompetencji. Czy możemy potraktować gry jako punkt wyjścia do rozwoju kompetencji cyfrowych i medialnych, a może wymagane jest podejście odwrotne?

Z przeprowadzonych rozmów wynika, że podjęcie praktyki grania zasada się na – przynajmniej minimalne rozwiniętych – kompetencjach cyfrowych, chociaż niekoniecznie medialnych. Rozumiem tutaj kompetencje cyfrowe jako zestaw składający się z wiedzy i umiejętności technicznych umożliwiających posługiwanie się technologiami informacyjno-komunikacyjnymi

(w tym komputerami, konsolami oraz urządzeniami mobilnymi), a kompetencje medialne jako jeden z komponentów kompetencji cyfrowych, na który składają się umiejętności krytycznego rozumienia, tworzenia czy rozpowszechniania przekazów medialnych przez cyfrowe kanały informacyjne (por. Ptaszek 2019: 140, 143, 152). Z przeprowadzonych przeze mnie rozmów wynika, że dopiero na takiej podbudowie najłatwiej rozwijać kapitał gromy, czyli zbiór powiązanych ze sobą kompetencji praktycznych i wiedzy teoretycznej, umożliwiający skuteczne użycie gier cyfrowych (por. Consalvo 2007: 4). W tym sensie kapitał gromy stanowiłby wierzchołek, a nie fundament „kompetencyjnej piramidy srebrnego gracza”, która ogólnie ilustruje zakres umiejętności i wiedzy niezbędnych do pełnego i rozwojowo korzystnego wkroczenia w świat cyfrowej rozrywki (rys. 8).



Rys. 8. Kompetencyjna piramida srebrnego gracza

Uzasadnienia dla takiej perspektywy dostarczają moi rozmówcy. Wspominali oni o konkretnych potrzebach, które stanowiły dla nich motywację do nauki obsługi urządzeń cyfrowych – przede wszystkim komputerów – i nie były one związane z pragnieniem rozrywki, które pojawiało się dopiero po pewnym czasie. Chodzi tu o komunikowanie się z bliskimi (za pomocą Skype’a i innych popularnych programów), wyszukiwanie informacji

(np. przepisów kulinarnych, tras wycieczek itp.), załatwianie spraw finansowych (np. obsługa konta bankowego, opłacania rachunków za media), dokonywanie zakupów i sprzedaży przez internet (także sprzętu komputerowego i gier) czy nawiązywanie relacji w mediach społecznościowych (na Naszej Klasie<sup>72</sup> czy Facebooku). Niektórzy rozmówcy (m.in. K60/1, K70/3, M70/2) przyznawali, że ich pierwsze i zazwyczaj znacznie już oddalone w czasie kontakty z urządzeniami cyfrowymi wynikały z konieczności przekwalifikowania i opanowania coraz powszechniejszych w użyciu komputerów lub też z rodzaju wykonywanej pracy – urządzenie służyło im zazwyczaj do prac biurowych (pisanie, drukowanie itp.), chociaż jedna z rozmówczyń (K60/2) miała okazję korzystać jeszcze z polskiego komputera Odra<sup>73</sup>. W grupie badanych znalazły się także osoby, które w toku swojej kariery zawodowej nie miały możliwości korzystać z komputerów, co wynikało nie tylko z zajmowanego stanowiska, ale też niskiego poziomu komputeryzacji kraju w czasie ich aktywności zawodowej. Jednocześnie rozmówcy mający kontakt z tymi urządzeniami na wcześniejszych etapach życia zauważali, że wraz ze wzrastającym doświadczeniem poszerzała się ilość i częstość wykorzystywanych funkcji komputera, często podejmowanych w sferze internetu, w tym związanych nie tylko z konsumpcją czy odbiorem treści, ale i ich wytwarzaniem (np. pisanie bloga, tworzenie prezentacji w programie Microsoft PowerPoint czy plakatów w edytorze Picasa). Jak przyznał jeden z mężczyzn (M70/2): „Pracę nie było tak łatwo znaleźć. No i jakoś przy okazji zacząłem się bawić jakimiś tam programami graficznymi..., no, a potem jakoś zacząłem łapać tego bakcyła gier. (...) Gry to nie były jakimś moim celem”. Takie pragmatyczne podejście do narzędzi cyfrowych jest w badanej grupie wiodące, aczkolwiek katalizatorem większego zaangażowania bywały również sytuacje mniej oczywiste. Przykład takiego osobistego doświadczenia to śmierć współmałżonka i wynikająca z tego potrzeba poradzenia sobie z poczuciem osamotnienia: „Zaczął się komputer, jak mąż zmarł, no bo sama byłam...” – przyznała jedna z rozmówczyń (K80). Podobnie niepełnosprawność może stanowić okoliczność, która niejako wymusza przekierowanie swoich zainteresowań, o czym wspomina jeden z mężczyzn (M75), który z powodu niepełnosprawności ruchowej, będącej wynikiem udaru, musiał zrezygnować z podróżowania czy grzybobrania, a zaoszczędzony w ten sposób czas poświęcił na częstsze korzystanie z komputera, internetu i gier cyfrowych. Z kolei motywacja związana z zainteresowaniem nowymi technologiami była

---

<sup>72</sup> Po wielu latach działania w lipcu 2021 roku portal Nasza Klasa został zamknięty.

<sup>73</sup> Komputery z serii Odra produkowane były od początku lat 60. XX wieku do połowy lat 70. XX wieku w Zakładach Elektronicznych Elwro we Wrocławiu.

wzmiankowana w pojedynczych przypadkach. Przy tym nawet wtedy, gdy osoba uzasadniała ciekawością decyzję o zakupie komputera czy instalacji łącza internetowego, towarzyszyły temu konkretne powody (K70/1): „(...) mnie interesowało to, że można wejść w ten internet, można poczytać... To znaczy w ogóle interesują mnie wiadomości itd. (...) Interesują mnie też wywiady, troszeczkę może i polityka, tak że śledzę, co się dzieje”. Podobną perspektywą podzielili się inni rozmówca (M75), który od lat regularnie odwiedza interesujące go portale, między innymi z wiadomościami czy prasą lokalną, a także poświęca sporo czasu na tworzenie cyfrowej wersji drzewa genealogicznego swojej rodziny. Te przykłady potwierdzają zaprezentowane przeze mnie już wcześniej założenie o roli języka korzyści i realnych potrzeb w promowaniu zainteresowania technologiami cyfrowymi wśród seniorów. Same nowoczesne narzędzia na ogół nie wydają się moim badanym na tyle ciekawe, by podjąć wysiłek ich opanowania. Tak więc niezbędna wydaje się faktyczna potrzeba i wynikająca z niej motywacja. W tym sensie dotarcie do seniorów z jasnym i zrozumiałym przekazem o możliwej pozytywnej roli gier cyfrowych w ich życiu, popartym konkretnymi oraz praktycznymi przykładami, nabiera jeszcze większego sensu, bo bez przynajmniej obietnicy osobistych korzyści wielu seniorów może nie dać sobie nawet szansy na wypróbowanie w praktyce tego medium.

Nabywanie kompetencji cyfrowych odbywało się w przebadanej grupie w toku nieformalnych procesów, co niektórzy określali mianem uczenia się „na błędach” (K80), a najbardziej doświadczeni i kompetentni rozmówcy przedstawiali w następujący sposób (K70/2): „Ja jestem komputerowicz-samouk, a wujek Google załatwił resztę”. Ujawnia się tu konieczność zachowania poznawczej ciekawości, aktywności, otwartości i swego rodzaju śmiałości, gdyż, jak zauważył jeden z mężczyzn (M70/1): „Ja się nie bałem komputera (...), wie pan, ja do dzisiaj mam takiego kolegę, który się boi. On nie podejździe. Już jest na tyle dobry, że kopiarę uruchomi. Potrafi sobie kopię zrobić, ale już zeskanowanie dokumentu na komputerze jest dla niego zbyt trudne”. Kolejny dodaje (M70/2): „To jest kwestia chęci. Fakt, że się nie znam dobrze na komputerach, ale jeśli chodzi o obsługę... nie ma problemu”. O niebagatelnej roli chęci poznawania technologii i rozwoju zainteresowań mówi inna kobieta (K70/2):

U mnie pan przepisów na dobrą sałatkę nie znajdzie, ale słuchawki bezprzewodowe, pendrive’y, dyski. Ja mam na dysku gry. I to jest dla mnie coś! Tak że ja sobie nie wyobrażałam, że jak pójde na emeryturę, to ja nie będę miała laptopa. Ja mogę nie mieć kawy, ja mogę nie mieć – nie wiem – proszku do prania, ale laptopa nie mieć?

Brak tej ciekawości czy chęci rozwijania kompetencji prowadzi do sytuacji, w której osoba starsza przez lata odtwarza podobny, „oswojony” już schemat użytkowania urządzenia cyfrowego, co proponuję nazwać kompetencyjną stagnacją. Taki stan *de facto* podtrzymuje sytuację częściowego wykluczenia cyfrowego oraz zależności seniora od bardziej kompetentnych użytkowników – przede wszystkim członków rodziny. To bliscy – wnuki i dzieci – zazwyczaj okazywali się pomocni w sytuacjach kłopotliwych, ponieważ „przyczuli (...), tłumaczyli, co trzeba i jak” (M75), ale w pojedynczych przypadkach (K70/2) deklarowano też próby szukania pomocy na forach internetowych poza bezpośrednim kręgiem społecznym, czy też w prasie specjalistycznej. Pod tym względem wyróżniała się pewna rozmówczyni (K60/2), która „praktycznie od pierwszego numeru” czyta czasopismo „Komputer Świat”, a także rozmówca (M70/2), który w przeszłości miał w zwyczaju kupować poświęcone kulturze gier cyfrowych pismo „CD-Action”. Szczególne znaczenie takiej postawy dla rozwoju kompetencji cyfrowych i kapitału growego uświadamia historia rozmówczyni (K70/2), która nieskutecznie próbowała zachęcić ponad 70-letniego członka swojej rodziny do gamingu:

Ja zainstalowałam [zręcznościową grę komputerową *Rayman 2* – przyp. DG], pojechałam do niego z padem (...). A on mówi: „weź pograj, a ja popatrzę”. No orka na ugorze! Ja myślę, że większość seniorów idzie na łatwiznę też. (...) Bo on rozwiązuje krzyżówki, bo on co tydzień kupuje program telewizyjny i z tyłu są krzyżówki. A on mówi: „a co ja mam z tymi cyferkami sudoku robić?”. Ja mówię: „to robisz tak, tak”. „A nie, to ja wolę te zwykłe”. Nie ma tego podnoszenia sobie, o własnie! – podnoszenia sobie poprzeczki.

Natomiast w grupie moich rozmówców nie cieszyły się dużą popularnością nieformalne i pozaformalne ścieżki rozwoju kompetencji cyfrowych (warsztaty czy szkolenia w instytucjach), o których pisałem w rozdziale pierwszym. Tyczy się to w szczególności nauki obsługi gier cyfrowych. Zasadniczo większość z nich nie miała kontaktów z takimi formami zorganizowanej edukacji, co pokazuje, że rozwój pasji do gier cyfrowych na późniejszych etapach życia może z powodzeniem polegać na uczeniu się nieformalnym, chociaż efekty mogą być bardzo odmienne w zależności od umiejętności początkowych konkretnej osoby, jej nastawienia, a także ewentualnego wsparcia – lub jego braku – ze strony otoczenia społeczno-instytucjonalnego. W toku rozmów wspomniano o różnych powodach tego niewielkiego zainteresowania ofertą instytucji i niekoniecznie chodzi tu o brak wiedzy, ponieważ uczestnicy badania wiedzieli o ich działalności (np. klubów seniora) z lokalnych mediów, tablic ogłoszeniowych czy



stron internetowych. Wspominane w rozmowach bariery dotyczyły takich kwestii, jak problemy z: poruszaniem się (K80, M75), zapamiętywaniem przekazanych instrukcji i ich samodzielnym odtwarzaniem w warunkach domowych bez wsparcia edukatora (K70/1, K70/2), brakiem chęci lub potrzeby odwiedzania instytucji dla osób starszych (M70/1, M60), czy też poczuciem znużenia, wynikającym z własnych rozwiniętych kompetencji, przewyższających ofertę instytucji (K70/3). Niechęć niektórych do zaangażowania się w projekty instytucjonalne wynikała z ich własnych poglądów, które mogą wiązać się z wyobrażeniem (być może do pewnego stopnia stereotypowym) działania organizacji senioralnych lub też negatywnym własnym doświadczeniem. Przykładem tego pierwszego jest następująca opinia mężczyzny, który stwierdził: (M70/2): „odsuwam od siebie to, że jestem taki stary”. Natomiast o negatywnych doświadczeniach ze spotkań w klubie seniora mówi jedna z wyjątkowo aktywnych – przede wszystkim w zakresie ruchowej i międzypokoleniowej aktywizacji seniorów – kobiet (K70/3), dla której nie były one na tyle wartościowe, by poświęcać im swój cenny czas:

Te spotkania odbywały się tak, że przychodzi towarzystwo, robi kawkę, dzielą się ciasteczkami i nieraz tam ktoś przyjdzie i coś powie. Ale przeważnie to jest tak: „no wiesz, byłam ostatnio u lekarza”, „a wiesz, ja to już trzy razy byłam”, „ja biorę to, ja biorę tamto”. Poza tym nawet tam był alkohol czasami. Taka też zawiść między „ta to z tym, a tamta z tamtym”. (...) Tam nic nie jest innego. To się nie zmienia. No to mnie to po prostu nudziło.

Niekiedy zniechęcenie może wynikać z dyskryminacyjnego podejścia do osób starszych i przesadnego nastawienia na osoby młodsze, o czym mówiła jedna z kobiet (K70/2), opisując zachowanie pracownika pobliskiej instytucji kulturalnej, gdzie udostępniono konsolę do gier. Moja rozmówczyni postanowiła udać się w to miejsce i wyraziła wstępną chęć zagrania, co pracownica skomentowała – odwołując się do obowiązującego regulaminu – w następujący sposób: „pani się w limicie wiekowym nie mieści”. Taka postawa zdenerwowała i zraziła (do całej instytucji) moją rozmówczynię. Z szerszej perspektywy uwidacznia się tu problem przesadnie formalnego podejścia, które wytwarza bariery pomiędzy przedstawicielami różnych pokoleń, oraz uprzedzeń czy stereotypów, a niekiedy wręcz ageizmu. Niektórzy (K70/1, K70/2) zarzucali instytucjom braki w ofercie, ponieważ osoby starsze mają zbyt mało możliwości na „wypróbowanie” gier cyfrowych czy sprzętów przeznaczonych do ich obsługi, na przykład konsol. Podkreślano też znaczenie pomijanych niestety czynników społecznych, takich jak wytwarzanie grupowego zaangażowania i wsparcia w procesie poznawania gier cyfrowych (K70/1). Chodzi tu o budowanie lokalnych wspólnot osób



starszych, które spędzając wspólnie czas na grach w instytucjach, realizują jednocześnie pragnienie kontaktów towarzyskich. Potrzebę wsparcia instytucjonalnego może znosić także pewnego rodzaju samopomoc sąsiedzka, o czym mówiła jedna z rozmówczyń (K70/1): „Dłuższy czas żeśmy się wspierały [z sąsiadką – przyp. DG] wspólnie można powiedzieć. (...) To była taka wspólna (...) taka wspólna pomoc, ale same, bez kursów”.

Jak wynika z przeprowadzonych przeze mnie rozmów, jedną z najważniejszych konsekwencji opisanych powyżej wzorców nabywania wiedzy i kompetencji w zbadanej grupie seniorów stanowi uczenie się schematów obsługi urządzeń cyfrowych i oprogramowania. To prawdopodobnie brak instytucjonalnej edukacji prowadził do tego, że niektórzy uczestnicy badania nie byli w stanie poradzić sobie z sytuacjami wykraczającymi poza opanowaną w trybie samokształcenia procedurę postępowania. Chodzi tu o takie – dość typowe i powszechne – zdarzenia, jak błędy na stronie (np. w koszyku zakupowym), nieznanne komunikaty systemowe, wyskakujące okna z reklamami w grach przeglądarkowych itp. W takich przypadkach seniorzy mogą czuć się bezradni i oczekują pomocy ze strony bliskich. Być może takie schematyczne podejście do narzędzi cyfrowych jest utrwalane już na etapie uczenia się kompetencji – zarówno w toku działań kształcenia nieformalnego, jak i edukacji nieformalnej bądź pozaformalnej. W tym pierwszym przypadku chodzi o wszystkie sytuacje, o których też wspominali moi rozmówcy, kiedy ich bliscy (wnuki czy dzieci) przekazują osobie starszej dokładne instrukcje postępowania (np. logowania na stronę banku, uruchamiania ulubionej gry); pozwalają im na naukę poprzez naśladownictwo, nie uwzględniając możliwych, ale w danym momencie „niepotrzebnych” czy nieodnotowanych, a przez to nieprzedyskutowanych sytuacji losowych; czy też rozwiązują pojawiające się problemy samodzielnie bez większego zaangażowania starszego użytkownika.

Do podobnych efektów mogą prowadzić niektóre działania z zakresu edukacji nieformalnej czy pozaformalnej, co zauważyłem w trakcie prowadzonej przeze mnie obserwacji warsztatów z obsługi komputera. Byłem wtedy świadkiem sytuacji, kiedy część z zebranych w grupie szkoleniowej seniorów szczegółowo, wręcz literalnie przepisywała przekazywane słownie i graficznie (na slajdach) instrukcje, co nie spotkało się z reakcją edukatora. Ewentualnie do tej reakcji szkoleniowców dochodziło, gdy któryś z kursantów wyraźnie pogubił się i dopytywał o pominięte (czy niezapamiętane) fragmenty wyводу. Takie podejście dydaktyczne może stanowić dobry punkt wyjścia, ale pełne uniezależnienie od pomocy bardziej kompetentnych użytkowników wymaga zdolności samodzielnego reagowania na mniej oczywiste zdarzenia, których w trakcie kursów nie sposób omówić

z powodu ograniczeń czasowych czy organizacyjnych. Dlatego działania ukierunkowane na cyfrową aktywizację osób starszych nie powinny ograniczać się do przekazania umiejętności czysto praktycznych, ale winny także budować u nich świadomość możliwości oferowanych przez narzędzia cyfrowe w zakresie poszukiwania informacji i samodzielnego poszerzania kompetencji oraz wiedzy. Brak tej zdolności i praktyki może prowadzić do sytuacji, takiej jak opisana przez jedną z rozmówczyń (K70/1), która pomimo kilkuletnich doświadczeń w samodzielnej obsłudze komputera i internetu nie wpadła na pomysł poszukania informacji o mechanizmie działania reklam spersonalizowanych, które zauważyła podczas przeglądania zasobów sieciowych. Inny badany (M75), z podobnymi doświadczeniami z obsługą komputera, także zwracał uwagę na to, że wciąż nie jest w stanie wykonać pewnych operacji i niezbędna mu jest – niekiedy zdalna – pomoc syna. Przyznał też, że po wymianie urzędzenia na inne nie ma już dostępu do pierwotnego układu zakładek w przeglądarce internetowej, a jej odtworzenie było niemożliwe prawdopodobnie z powodu jego własnej niekompetencji lub braku zainteresowania ze strony najbliższych. Tego rodzaju deficyty ujawniły się także w odniesieniu do bardziej kreatywnych, twórczych czy krytycznych przejawów używania mediów cyfrowych – wymagających kompetencji medialnych. Były one rzadko wspomniane przez moich rozmówców, którzy w większości przypadków nie wychodzili poza konsumpcję treści. Przy tym należy mieć świadomość, że osoby starsze przejawiają potencjał do kreatywnych i twórczych działań w ramach cyberprzestrzeni, także związanych z ich pasją do gier cyfrowych. Część z moich rozmówców (K60/1, K70/2, M60, K70/3) próbowała tworzenia bloga (w tym związanego z grami cyfrowymi), publikowania filmów z gier na portalu YouTube lub treści na Facebooku/Instagramie, moderacji wirtualnych wspólnot na forach czy portalach społecznościowych. Jednocześnie nie wszystkie z tych osób przejawiały najpełniejsze i najintensywniejsze zaangażowanie w gry cyfrowe, gdyż dla części z nich cyfrowa rozrywka stanowiła tylko jedno z wielu zainteresowań. Z drugiej strony niektórzy rozmówcy często deklarujący korzystanie z gier nie podejmowali żadnych innych prób ich pozarozrywkowego użycia czy też rozwoju innych, twórczych praktyk z nimi powiązanych. Stąd wniosek, że kompetencje medialne są pomocne, ale nie niezbędne do rozwijania kapitału growego, chociaż ich brak może utrudniać osobie starszej pełniejsze zaangażowanie w tak różnorodną obecnie kulturę gier cyfrowych. Przy tym wydaje się, że krytyczne i świadome podejście do tego medium – co traktuję jako wypadkową kompetencji cyfrowych, kompetencji medialnych oraz kapitału growego – jest niezbędne dla wykształcenia rozwojowo korzystnych sposobów użycia gier cyfrowych na

późniejszych etapach życia. Wątek ten rozwijam w przedstawianych w rozdziale ósmym rekomendacjach.

Podsumowując ten fragment, chcę podkreślić, że moi rozmówcy pomimo różnic w zakresie posiadanych kompetencji nie przejawiali ponadprzeciętnych zdolności obsługi urządzeń cyfrowych i oprogramowania, a także umiejętności ich krytycznego, świadomego oraz twórczego wykorzystania. Dlatego uważam, że zasadne jest stwierdzenie, że w tej grupie badani cechowali się niskimi kompetencjami medialnymi i podstawowymi kompetencjami cyfrowymi, bez których jednak realizowanie zainteresowania grami cyfrowymi nie byłoby możliwe, co kilka stron wcześniej zilustrowałem za pomocą kompetencyjnej piramidy srebrnego gracza. Krótko mówiąc, zdolność obsługi urządzenia cyfrowego jest warunkiem koniecznym do skorzystania z gry cyfrowej. Jednocześnie wyraźnie ujawniła się potrzeba wspierania starszych użytkowników w sytuacjach wykraczających poza wyuczony schemat użytkowania urządzenia i dostępnego na nim oprogramowania. Przykładowo są oni „pogubieni”, gdy na ekranie pojawia się niespodziewany komunikat, zmienia się wygląd interfejsu lub też oczekiwany sposób działania sprzętu bądź programu. W takich sytuacjach moi rozmówcy zazwyczaj przyznawali, że prosili najbliższych o radę lub bardziej bezpośrednią pomoc. Jest to problematyczne, także w kontekście opisywanego dalej zainteresowania grami cyfrowymi, ponieważ nie tylko uzależnia starszego użytkownika od innych osób, ale też ukazuje problem zbyt wąsko rozwiniętej wiedzy i kompetencji. Chcę też zauważyć, że instytucje senioralne i nieformalne czy pozaformalne schematy rozwijania kompetencji oraz wiedzy nie były znaczące w tej grupie osób. Rozmówcy najbardziej aktywni (i zarazem relatywnie najbardziej kompetentni) nie postrzegali oferty instytucji senioralnych jako interesującej, zaś dla seniorów z trudnościami w poruszaniu się (i wykazujących pewne deficyty w zakresie kompetencji cyfrowych czy medialnych) oferta organizacji była niejako „poza zasięgiem” ich codziennego, ograniczonego niepełnosprawnością funkcjonowania.

#### 6.4. Gry cyfrowe a medialne praktyki osób starszych

We wcześniejszych teoretycznych fragmentach tej książki piszę o wiodącej roli tradycyjnej telewizji w praktykach medialnych osób starszych. Okazuje się, że w grupie zrekrutowanych przeze mnie seniorów i senierek medium to nie pełni aż tak znaczącej roli, jak mogłoby się wydawać po lekturze cytowanych wcześniej opracowań ilościowych. Może to być powiązane z wysuniętą przeze mnie sugestią o konieczności dokonywania wyborów na

podstawie ograniczonych przecież dla każdego człowieka zasobów. W tym sensie seniorzy, którzy spędzają więcej czasu przed ekranami urządzeń cyfrowych i na granii, mają go mniej na inne praktyki medialne. Podobnie większe poznawcze zaangażowanie w granie może redukować chęć bądź też potencjał do konsumpcji treści dystrybuowanych w tradycyjnych formach tekstowo-wizualnych. Wreszcie, być może osoby przejawiające otwartą postawę względem technologii i gotowość rozwoju nie postrzegają tradycyjnej telewizji jako atrakcyjnej alternatywy. Oczywiście taką wiodącą czy ciekawą praktyką medialną wcale nie musi być gaming, ponieważ w badanej grupie znalazły się osoby (K70/3), które najwięcej swojej uwagi poświęcały mediom społecznościowym. Ogólny mechanizm pozostaje jednak podobny: im więcej realnych (tzn. możliwych do podjęcia w praktyce) możliwości w mediasferze danej osoby starszej, tym mniejsza szansa, że będzie się ona angażować w wielogodzinne sesje przed ekranem telewizora.

Przed wszystkim moi rozmówcy nie ograniczali się w swoich medialnych praktykach do tradycyjnej telewizji, która w zasadzie nie pełniła w tej grupie wiodącej roli, inaczej niż w ogólnej populacji osób starszych. Owszem, część z nich przyznała się do oglądania sportu (K80, K70/3) lub seriali (K80, K70/2, K70/3) w telewizji, ale z drugiej strony znalazły się też osoby (K60/1, M70/2), które podobnie jak ludzie młodszy oglądają tego rodzaju treści, używając komputera oraz platform streamingowych – głównie Netflix. W tym miejscu warto zwrócić uwagę na podwójny potencjał takich serwisów w popularyzacji silver gamingu. Na przykład Netflix udostępnia gry cyfrowe, których co prawda jest niewiele, są proste i niewymagające, ale przez to relatywnie łatwe w obsłudze – zarówno ze względu na niższe wymagania kompetencyjne, jak i niewielkie wymagania sprzętowe – do ich użycia wystarczy smartfon z aktywną subskrypcją serwisu. Platformy streamingowe mogłyby też popularyzować silver gaming w nieco inny, kulturowy sposób, gdyby częściej przedstawiały srebrnych graczy w swoich produkcjach, co mogłoby zainspirować starszych widzów do grania, a młodszych członków rodzin do wsparcia rodziców lub dziadków w otwarciu na ten nowy sposób spędzania czasu wolnego. Oczywiście dla tych rozważań istotna jest struktura demograficzna użytkowników platform streamingowych. Jeśli nie ma tam zbyt wielu osób starszych, to trudno oczekiwać, że streaming będzie mieć w najbliższych latach wpływ na ich praktyki grze. Obecnie prostsze i tańsze jest instalowanie gier mobilnych na smartfonach bądź tabletach, gdyż nie wymaga to posiadania dodatkowej aplikacji i opłacania abonamentu.

Innym podobieństwem między starszymi i młodszymi konsumentami mediów jest wspominany już wcześniej multiscreening, a konkretnie

jednoczesne granie na laptopie i oglądanie telewizji ze współmałżonkiem (M70/1) czy korzystanie z relatywnie prostych gier mobilnych w trakcie transmisji sportowych (K70/3). Z wypowiedzi rozmówców wynika, że w tym pierwszym przypadku chodzi o relaks, natomiast w drugim o rozładowanie napięcia i emocji wynikających z obserwowanej rywalizacji sportowej, w czym ma pomagać chwilowe przeniesienie uwagi na mniej angażującą grę cyfrową. Ta opisywana już cecha niektórych gier ułatwia korzystanie z nich „z doskoku” w trakcie wykonywania innych czynności. Moi rozmówcy (K70/2, K70/3, M75) korzystali też z zasobów YouTube’a, Facebooka czy Instagrama. Wynika to nie tylko z możliwości swobodnego i autentycznego wyrażania siebie oraz nawiązywania ważnych interakcji międzyludzkich (K70/3), ale też braku alternatyw i odczuwanej nudy, na co zwrócił uwagę jeden z mężczyzn (M75): „Nie ma co robić. No ileż można w telewizor patrzeć? Człowiek się nudzi”. W innym miejscu dodał: „No co ja będę robił, jak ja nie będę grał?”. Wtórzy mu rozmówczyni (K80) stwierdzeniem, że nigdy nie zrezygnuje z grania, „bo jakieś zajęcie musi mieć”, sugerując w ten sposób, że samo oglądanie telewizji byłoby dla niej niewystarczające. Rezygnacja z tradycyjnej telewizji może wynikać nie tylko ze znudzenia prezentowanymi tam treściami, ale też potrzeby większej aktywności, o czym krytycznie w kontekście osób starszych wspomniała jedna z rozmówczyń (K60/2): „My mamy z tym problem, bo nie mamy takich potrzeb. Możemy się rozwalić przed telewizorem i obraz nam sam miga”. Te osobiste doświadczenia rozmówców uzupełniają zaprezentowane w jednym z rozdziałów teoretycznych przypuszczenia, że część seniorów może z chęcią przenieść się z oglądania telewizji na granie. Także te osoby starsze, które podobnie jak przywoływany tu mężczyzna (M75) zmagają się z poważną niepełnosprawnością ruchową, oczekując bardziej angażujących i stanowiących większe wyzwanie doświadczeń medialnych.

W moim przekonaniu należy to interpretować dwojako. Pozytywna interpretacja idzie w kierunku unikania opisywanego wcześniej stanu pasywnego pobudzenia podczas oglądania treści telewizyjnych, a także szans na aktywizację seniorów w kierunku zupełnie nowej praktyki medialnej. Jednocześnie opisywany tu brak alternatyw dla gier może budzić obawy o możliwość wystąpienia problemów z przesadną zależnością, a co za tym idzie popadnięcia w stan problemowego grania, co jak już wcześniej opisywałem, może wynikać z szybkiego przywiązania do tej praktyki z powodu odczuwanej nudy przy braku dostępu do interesujących i różnorodnych sposobów spędzania czasu wolnego. Warto też odnotować, że telewizja może zostać wykorzystana do promowania kultury gier cyfrowych czy bezpośrednio zjawiska silver gamingu. Jedna z kobiet (K80) przyznała, że oglądała telewizyjną relację

z zawodów e-sportowych Intel Extreme Masters w Katowicach. Zapewne nie była ona jedyną osobą starszą, która zetknęła się z takim ukazującym gaming przekazem w tradycyjnej telewizji, dlatego w przyszłych działaniach motywujących należałoby rozważyć docieranie do seniorów poprzez ten wciąż ważny dla nich kanał komunikacyjny.

Zaskoczenia nie budzi natomiast fakt, że moi rozmówcy nie wykazywali dużego zainteresowania czytelnictwem, gdyż jak wiadomo z badań Biblioteki Narodowej, wiek jest zmienną negatywnie skorelowaną z odsetkiem osób deklarujących czytanie (Chymkowski i Zasacka 2021: 2). Na późniejszych etapach życia praktyka ta może się jawić jako zbyt uciążliwa, gdyż na ogół wymaga zakładania okularów i zadbania o dobre oświetlenie, a przy tym wyraźnie męczy wzrok, co niektórych zniechęca (M70/1). Do stałego kontaktu ze słowem pisany przyznała się tylko jedna kobieta (K60/2), która regularnie czytała prasę specjalistyczną (czasopismo „Komputer Świat”). Niektórzy wprost stwierdzali, że książki nigdy nie stanowiły ich pasji (M75), jednak zasadniczo praktyka czytania była wspominalna w odniesieniu do przeszłości. Tak to przedstawił jeden z narratorów (M70/2), który przypomniał, że przed laty regularnie sięgał po „Fantastykę” czy poświęcone grom cyfrowym „CD-Action”, ale te zainteresowania wygasły, w przeciwieństwie do fascynacji prozą Andrzeja Sapkowskiego, a w szczególności książkami poświęconymi przygodom wiedźmina Geralta. To stanowiło dla mojego rozmówcy jedną z głównych motywacji do sprawdzenia growych adaptacji tych historii, które zostały przygotowane przez CD Projekt Red, obecnie bodaj najważniejszą polską firmę produkującą gry cyfrowe. Co interesujące, dla przywoływanego tu mężczyzny dzieło „redów” stanowiło źródło kilkuset godzin emocjonującej i angażującej rozrywki, gdyż zdarzyło mu się kilkukrotnie wracać do każdej z trzech części gier z serii *Wiedźmin*. Jego fascynację wirtualną wersją przygód Geralta poświadcza nie tylko skala poświęconego czasu, ale także przekonanie, że zapowiedziany wtedy serial platformy Netflix, poświęcony przygodom tego bohatera, nie będzie mógł się równać z tym, co zapewniają gry, co z perspektywy czasu niektórzy mogliby określić mianem „proroczej wizji”. Ten przykład w moim przekonaniu uświadamia, że osoby starsze nie muszą się różnić od młodszych, jeśli chodzi o źródła growych fascynacji, a także pokazuje jedną z możliwych ścieżek budzenia zainteresowania grami u osób starszych, czyli poprzez odwoływanie się do ich własnych przeżyć oraz preferencji, które osadzone są we wcześniejszych doświadczeniach (w tym medialnych).

Na koniec tej części rozważań chcę zwrócić uwagę na krytykę niektórych praktyk grania, podejmowaną przez moich rozmówców i rozmówczynie



w odniesieniu do pozostałych ich zachowań medialnych. Niektórzy z nich (K60/1, M70/1) krytycznie oceniali wykorzystywane przez siebie gry, zwracając uwagę, że doświadczana w nich akcja nie jest tak samo dynamiczna jak ta prezentowana w oglądanych serialach na Netflixie, czy też narzekając na ich niski „poziom intelektualny” w porównaniu z książkami czytanyymi w przeszłości. Jednocześnie te osoby nie przejawiały motywacji do wypróbowania innych, bardziej satysfakcjonujących czy zaskakujących pod tym względem produkcji, ograniczając się do tytułów czy rodzajów gier, które już dobrze znają i po które sięgają od dawna. Nazwałbym taką sytuację „błędnym kołem”, wynikającym ze wspomnianej wcześniej kompetencyjnej stagnacji i nierozwijanego od dawna kapitału growego. Osoby te, nie poszerzając swoich kompetencji cyfrowych, medialnych oraz zasobów kapitału growego, trwają przy podobnych grach, co z czasem przynosi im coraz mniej satysfakcji i zniechęca do tego medium, jednocześnie ograniczając ich motywację do podjęcia wysiłku poszukania czegoś nowego, bardziej zaskakującego pod względem formalnym (mechaniki, zasady) czy narracyjnym (pogłębione psychologicznie postaci, niebanalne historie, odmienne światy itd.). Poznanie innych gier oczywiście wymagałoby wysiłku poznawczego, czasowego czy dodatkowych nakładów finansowych, ale jednocześnie przyczyniłoby się do rozbudowy kapitału growego tych graczy, a być może także czerpanej z grania satysfakcji. To kolejny z powodów, dla których warto zachęcać osoby starsze do poszerzania ich wiedzy o grach cyfrowych, co – jak opisywałem we fragmentach teoretycznych – dość rzadko ma miejsce.

## 6.5. Wybierany sprzęt oraz gry

Jednym z założeń moich badań było analizowanie zjawiska silver gamingu zarówno z szerszej perspektywy społecznej, jak i w ujęciu biograficznym, co w praktyce polegało na odkrywaniu osobistych historii rozwoju zainteresowania grami cyfrowymi wśród zaproszonych do wywiadów srebrnych graczy. W przypadku moich rozmówców na początku ich przygody z tym medium często pojawia się zachęta ze strony dzieci lub też potrzeba nauki obsługi komputera, gdy takie urządzenie pojawiło się w ich domu. Co ważne, ten schemat ujawnił się zarówno u osób z długą historią sięgania po gry cyfrowe, jak i u srebrnych graczy, którzy odkryli to zainteresowanie w bardziej zaawansowanym wieku.

W tym pierwszym przypadku moi rozmówcy zazwyczaj przywoływali wydarzenia z lat 80. i 90. XX wieku, gdy w ich domach pojawiały się

pierwsze komputery. W tych wspomnieniach ważną, w zasadzie potrójną rolę pełnią zazwyczaj ich kilku- lub kilkunastoletnie dzieci, które inspirowały rodziców do zakupu takiego urządzenia, pomagały w jego opanowaniu lub też ukazywały świat cyfrowej rozgrywki, pełniąc poniekąd funkcję tutorów czy nauczycieli. Niektórzy rozmówcy (m.in. M70/1, K70/3) wymieniali w tym kontekście wiekowe już dzisiaj komputery Atari czy Commodore oraz kultowe gry *River Raid* z początku lat 80. XX wieku lub wydawane u progu kolejnej dekady pierwsze tytuły z serii *Cywilizacja* bądź *Warcraft*. W drugim przypadku, czyli u osób, u których zainteresowanie grami cyfrowymi pojawiło się w późniejszym okresie życia, ważną rolę inicjatorów także pełniły – tym razem już dorosłe – dzieci, chociaż pojawiały się tu też inne rodzaje motywacji – śmierć kogoś bliskiego (K80, K70/1), niepełnosprawność (M75) czy choroba (K60/2), które wymuszały na moich rozmówcach zmianę stylu życia i stwarzały szansę na odkrycie nowego zainteresowania. Wspominane już przeze mnie wcześniej i zapośredniczone przez najbliższych otwarcie na cyfrowe narzędzia niejako przekierowuje uwagę na wirtualny wymiar rzeczywistości, także w sferze (cyber)kultury. Rozmówcy, którzy zainteresowali się grami na późniejszych etapach swojego życia – zazwyczaj w latach 90. XX wieku i na początku wieku XXI – przywoływali przede wszystkim komputery osobiste i zdecydowanie rzadziej konsole – sprzedawane w Polsce pod nazwą Pegasus klony japońskiej konsoli 8-bitowej Famicom, ale też znacznie wydajniejsze Sega Dreamcast czy PlayStation. Z kolei wymieniane gry z tamtego okresu to: gry logiczne oraz karciane (popularne pasjanse), *Transport Tycoon*, *Warlords*, *Mario Bros.*, *Rayman 2*, *Age of Empires*, *Diablo*, *Baldur's Gate*, *Harry Potter*, serie *FIFA*, *Heroes* czy *SimCity*. W tych późniejszych historiach posiadany przez srebrnego gracza sprzęt oraz gry często pochodzą od ich starszych dzieci (np. udostępniają rodzicom konsole lub komputery). W przekazywanych narracjach pojawiały się też wnuki, na przykład wspomagające babcię (K80) w konfiguracji komputera i szukaniu gier przeglądarkowych czy też proszące ją (K70/2) o zachowanie zapisu postępów w grze, by dzięki temu nie rozpoczynać jej za każdym razem od początku. W pojedynczych przypadkach pomocne okazywały się też młodsze osoby spotykane w pracy – koledzy (M70/2) czy uczniowie (K70/3). Co interesujące, moi rozmówcy rzadko deklarowali zainteresowanie grami analogowymi – planszowymi czy karcianymi, preferując raczej ich cyfrowe odpowiedniki.

Bez względu na moment zetknięcia się z grami cyfrowymi u większości moich rozmówców uwidacznia się zewnętrzna motywacja do podjęcia prób zainteresowania się tym medium. Przynajmniej na początkowych etapach rozwoju praktyki grania. W wielu opisanym sytuacjach osoba starsza



odpowiada na potrzeby czy zachęty kogoś innego (dziecka, wnuka) lub też reaguje na zmieniające się okoliczności (poszukiwanie nowej pracy, choroba, poczucie straty), a niekoniecznie realizuje własne postanowienie rozwoju nowych zainteresowań związanych z cyfrową rozrywką. W badanej grupie tylko jedna rozmówczyni (K70/1) podzieliła się doświadczeniem, w którym łatwo można dostrzec wyraźnie osobistą motywację do spróbowania gier cyfrowych, wynikającą z poznawczej ciekawości spowodowanej obserwacją innej osoby starszej, u której już wcześniej zrodziła się głęboka fascynacja tym medium. Znaczenie miało dla niej nie tylko odnotowanie takiej sytuacji, ale także osobiste doświadczenie, kiedy wypróbowała po raz pierwszy proste gry przeglądarkowe na komputerze swojej kuzynki. W efekcie postanowiła zakupić na prywatny użytek komputer z dostępem do internetu, a w późniejszym okresie także konsolę (PlayStation 3).

W trakcie wywiadów poruszony został również temat aktualnych preferencji względem sprzętu i gier. Okazuje się, że pomimo wieloletnich doświadczeń z grami tylko część moich rozmówców widocznie zwiększyła liczbę wykorzystywanych produkcji, a tym samym pogłębiła zasoby kapitału growego. Zasadniczo badanych można podzielić na trzy następujące typy srebrnych graczy:

1. Wycofani (K60/1, K70/1, K70/3): użytkownicy gier, którzy z czasem ograniczyli czy też wygasili swoje zaangażowanie w praktykę grania. Są to osoby, które w trakcie rozmów odwoływały się przede wszystkim do swoich przeszłych doświadczeń. Takie wycofanie z regularnych, intensywnych rozgrywek w grach może przytrafić się każdemu srebrnemu graczowi, na przykład w efekcie pogarszającego się stanu zdrowia (chodzi między innymi o słabnący wzrok, problemy z sercem, osłabienie sprawności fizycznej), problemów sprzętowych (stare gry przestają działać na nowym urządzeniu czy po aktualizacji systemu operacyjnego), zniechęcenia (porażki i związane z nimi frustracje) czy spadku zainteresowania grami (w następstwie pogorszenia nastroju lub stanów depresyjnych, problemów rodzinnych czy po prostu zaniknięcia początkowej fascynacji czymś nowym). Te zmiany mogą mieć charakter ilościowy, jakościowy lub mieszany. Jedna z kobiet (K70/1) po etapie sięgania po złożone gry (*Assassin's Creed*, *Tomb Raider*) na konsoli PlayStation 3 ostatecznie ograniczyła się do relatywnie prostych gier zręcznościowo-logicznych na komputerze (m.in. madżong), ponieważ wymagają od niej niższego zaangażowania poznawczego i czasowego, a tym samym rzadszego „kombinowania”. Takie gry wydały się jej łatwiejsze, a także bardziej dostosowane do jej potrzeby

grania okazynego. Inna uczestniczka projektu (K60/1) przyznała, że w przeszłości grała często sama i z synem w kilka gier na komputerze (m.in. *SimCity*, *Transport Tycoon*) czy konsoli przenośnej (*Tetris*), by ostatecznie ograniczyć się do jednej z nich (*SimCity*), na co wpływ miały zarówno problemy sprzętowo-techniczne (syn nie potrafił zainstalować starszej i preferowanej wersji gry na nowszym urządzeniu), jej niechęć do zmian wprowadzonych przez twórców w kolejnych częściach ulubionych serii, jak i wreszcie poczucie znużenia. Wpływ na mniejszą intensywność grania może mieć też zaangażowanie w aktywność na innych polach, co spotkało jedną z kobiet (K70/3), która z wiekiem ograniczyła swoje obowiązki rodzinne (opieka nad wnukami) i zaczęła poświęcać czas na liczne pozadomowe działania – aktywność sportową czy życie towarzyskie. Z powodu tych mnogich zobowiązań musiała ona zmodyfikować swój schemat konsumpcji gier cyfrowych do głównie nieangażujących gier mobilnych (m.in. *Toon Blast*, *Candy Crush Saga*, *Pearl's Peril*), z których może korzystać doraźnie przy okazji innych czynności czy w krótkich chwilach swobody. Takie osoby zazwyczaj cechują się zdezaktualizowanym i/lub ograniczonym kapitałem growym do tych produkcji, z których aktualnie korzystają.

2. Stabilni (K80, K60/2, M60, M75): korzystają przez dłuższy czas z tych samych gier lub nawet konkretnej gry. Jeśli osoba sięga po gry przeglądarkowe, to zazwyczaj wybiera je z kilku wcześniej odwiedzonych (lub też zapisanych w zakładkach) witryn. Tak robi jedna z rozmówczyń (K80), która wymieniła strony z takimi produkcjami, jak: karciane (pasjansy), logiczne (puzzle), zręcznościowe (m.in. *Zuma*). Inny typowy schemat to ograniczanie się do gry lub kilku gier zaprezentowanych i udostępnionych przez dzieci – tak było w przypadku dwóch mężczyzn (M60, M75), którzy na lata ograniczyli całe swoje zainteresowanie grami do jednej produkcji (m.in. przeglądarkowej gry wieloosobowej *Plemiona*). Natomiast inna rozmówczyni (K60/2) postanowiła pogłębić pasję do gier, jednocześnie ograniczając się tylko do uruchamianego na urządzeniach mobilnych i zmuszającego do spacerowania *Pokemon Go*, co było dla niej rodzajem rehabilitacji ruchowej po uszkodzeniu nogi. Gracze stabilni mają średnią lub znaczną wiedzę o tych konkretnych grach, ale w zasadzie nie potrafią niczego powiedzieć o innych produkcjach, gdyż zwyczajnie ich nie poznali. Trudno jest im też przekroczyć wypracowane schematy obsługi urządzeń i gier. Tym samym ich kapitał growy jest niewielki, aktualizowany, ale tylko w odniesieniu do konkretnej gry czy serii gier.

3. Zaangażowani (K70/2, M70/1, M70/2): ich growe zwyczaje nie odbiegają specjalnie od praktyk młodszych graczy. Są to osoby niekoniernie najbardziej zaangażowane w granie pod względem czasowym (korzystający tylko z *Plemion* mężczyzna potrafi spędzać kilkanaście godzin na dobę przy tej grze), ale wyróżniają się stabilnym (choć nie zawsze imponującym) rozwojem kapitału growego i większym zróżnicowaniem używanych gier cyfrowych. Tacy gracze mogą oczywiście często wracać do tego samego tytułu czy rodzaju gier, ale w przeciwieństwie do dwóch poprzednich typów nie zaobserwowałem u nich (1) negatywnie skorelowanego z czasem spadku zaangażowania w gaming; (2) długotrwałego skupienia na konkretnej grze (np. wiodącą grą było *Heroes VI*, ale osoba angażowała się też w rozgrywki wieloosobowe w takich produkcjach, jak: *SimCity*, *Total Battle*, *The Settlers Online* czy *Rising Cities*; inny przykład: miłośnik bądź miłośniczka *Wiedźmina* sięga często po tytuły z tej serii, podobnie jak po *Heroes of Might and Magic* czy *Total War*, ale jednocześnie nie stroni od tak odmiennych produkcji, jak: *Diablo*, *The Elder Scrolls: Morrowind* oraz *Skyrim*, *Risen*, *Śródziemie: Cięż Mordoru*, *Drakensang Online*, *Age of Empires Online* lub *Game of Thrones: Winter is Coming*; czy też badana osoba poświęca wiele czasu na powtórne przechodzenie gier z serii *Assassin's Creed* bądź *Uncharted*, ale przez ostatnie lata czerpała też przyjemność z grania w między innymi: *Tomb Raider Underworld*, *Red Dead Redemption*, *Horizon Zero Dawn*, *Grand Theft Auto 5*, *Detroit: Become Human* czy *Wiedźmina*).

Warto pamiętać, że opisane typy nie są wyraźne rozłączne, a granice pomiędzy formami grania są płynne, a także zmienne w czasie. Ilustruje to przykład jednego z mężczyzn (M60), który w przeszłości miał w zwyczaju grać ze swoim synem, sięgając w zależności od etapu życia rodzinnego i posiadanego sprzętu po takie produkcje, jak *Mario Bros.* (na Pegasusie) czy *FIFA* (po zakupie komputera), następnie po okresie słabszego zainteresowania grami wrócił do jednej ze znanych sobie produkcji (*Heroes of Might and Magic III*), by ostatecznie w momencie wywiadu przyznać, że od kilku lat regularnie (codziennie) gra w jedną z popularnych gier sieciowych, a do *Heroes III* wraca jedynie okazyjnie. Podobnie kobieta (K70/3), która w przeszłości, dzięki wsparciu młodych ludzi spotykanych w pracy, zainteresowała się grami cyfrowymi (m.in. serią *Warcraft*), następnie na pewnym etapie swojego życia towarzyszyła wnuczce w poznawaniu przygód Harry'ego Pottera – także w wirtualnym świecie gier komputerowych wydawanych na tej licencji – a wreszcie w toku przemian biegu jej życia

zredukowała swoje zaangażowanie w silver gaming do okazynego grania w wolnych chwilach na smartfonie. Oczywiście możliwe są też odwrotne procesy wzmacniającej się zależności osoby starszej od gier cyfrowych, co pokazuje historia niepełnosprawnego 75-latka (M75), który przez całe swoje życie w zasadzie nie interesował się grami cyfrowymi i dopiero po 60. roku życia – z opisanych już wcześniej powodów – poświęcił się grze przeglądarkowej *Plemiona*, spędzając przy niej wiele godzin każdego niemal dnia przez kilka ostatnich lat. Podobnie problemy zdrowotne stanowiły punkt zwrotny w życiu innej rozmówczyni (K60/2), która krótko przed 60. rokiem życia zaangażowała się w granie w *Pokemon Go*, co stanowiło początek jej poważniejszego zainteresowania omawianym medium.

Te osobiste narracje uświadamiają, że nie zawsze kontakty z grami cyfrowymi na wcześniejszych etapach życia są (w pełni) podtrzymywane w trzecim wieku, ale z drugiej strony pokazują, że brak tego doświadczenia w młodości nie przekreśla scenariusza, w którym gaming staje się jedną z głównych pasji starzejącego się człowieka. Jest to wniosek korespondujący nie tylko z wygenerowanymi przeze mnie danymi, ale też ustaleniami Julie A. Brown, która zaproponowała wpisany w perspektywę biegu życia dynamiczny i przestrzenny model rozwoju praktyki grania ludzi starzejących się, u którego podstaw znalazły się trzy zmienne w czasie i wzajemnie na siebie oddziałujące domeny (wymiary): motywacja, doświadczenie oraz umiejętności konkretnej osoby (Brown 2014: 129). Jak pokazuje opisany tu schemat funkcjonowania srebrnych graczy, w toku ich długiego życia mogą, ale nie muszą zmieniać się ich preferencje w zakresie wykorzystywanych gier i urządzeń.

Zwróciłbym tu też uwagę na pewną sekwencyjność grania moich rozmówców, która polega na zmienianiu gry na inną dopiero po jej ukończeniu lub rezygnacji z kontynuowania rozgrywki. Innymi słowy, nie korzystali oni z wielu gier jednocześnie. W moim przekonaniu wynika to zarówno z braku zasobów czasowych czy poznawczych na równoległe użytkowanie kilku różnych produkcji, ale też unikania gromadzenia gier „na zapas”, z czym coraz częściej mają problem młodszy gracze, wykorzystujący liczne okazje do taniego lub darmowego nabycia cyfrowych wersji gier (szczególnie komputerowych, ale też coraz częściej także konsolowych w ramach abonamentowych form dystrybucji, takich jak oferowany przez firmę Microsoft „Game Pass”). Jak zauważył jeden z rozmówców (M70/1): „Ja jestem nieprzyzwyczajony, żeby mieć taki duży wybór”, a zaraz dodał: „Mnie na Steamie przeraża ilość gier możliwych do wyboru”. O swoim koncie na platformie Steam wypowiedział się też inny mężczyzna (M70/2), stwierdzając:

Ja tych gier mam od jasnej cholery. Na Steamie w bibliotece mam chyba ze dwadzieścia, no ale oczywiście aktywnych mam ze trzy, bo po cholere mi wszystkie aktywne. Nie ma to sensu. (...) No niektóre kupuję, bo są tanie. (...) Wie pan, muszę być człowiekiem oszczędnym, dlatego że stypendium zusowskie nie jest zbyt wysokie w tym kraju, więc staram się kupować na wyprzedających. Więc nie są to jakieś tam porażające gry, założymy... Taka gra, która by mnie interesowała. Jakiś tam najnowszy *Medieval*, prawda? Kosztowałby 300 złotych, to absolutnie odpada. Nie ma o czym mówić, żebym ja sobie taką grę kupił. (...) Pięć dych – nie więcej.

W tej wypowiedzi uwagę zwracają trzy kwestie. Po pierwsze, samoocena badanego, w którego odczuciu dwadzieścia gier w bibliotece Steam jawi się jako znaczna liczba, co jednak nie wydaje się wartością imponującą w porównaniu z realiami rynkowymi. Szczególnie biorąc pod uwagę fakt, że dla tego rozmówcy komputer osobisty to platforma wiodąca. Po drugie, wyrażenie wątpliwości co do sensu posiadania wielu zainstalowanych, aktywnych i gotowych do natychmiastowego uruchomienia produkcji, co pokazuje, że nie dochodzi tu do zjawiska częstego przechodzenia od gry do gry. Wreszcie, po trzecie, podkreślenie znaczenia niskiej ceny w podejmowaniu decyzji zakupowej. Inni uczestnicy badania podobnie niechętnie wypowiadali się o wszelkich wydatkach na gry czy zawartość w grach, stawiając zazwyczaj granicę pojedynczego zakupu na poziomie kilkudziesięciu złotych. Ta obserwacja uświadamia, że srebrni gracze z przyczyn ekonomicznych mogą z rezerwą podchodzić do kwestii kupowania gier, dlatego należałoby im ukazywać metody obniżania kosztów związanych z realizacją omawianego tu hobby. Zresztą tacy użytkownicy sami się tu poniekąd wspierają, ponieważ z moich rozmów wyłania się obraz grupy, w której nie ma ludzi odczuwających presję „bycia na czasie” ze wszelkimi growymi nowościami i sprzętowymi innowacjami, które zazwyczaj kosztują najwięcej. Nawet osoby najbardziej aktywne pod względem czasu poświęcanego na gaming i ilości kupowanych gier (K70/2) samoświadomie to podkreślały: „Nie jestem graczem, którzy rzuca się na wszystkie nowości. Mam gry, na które czekam”. Co więcej, kupno kolejnej gry można zrationalizować jako relatywnie tanią pod względem kosztów alternatywę dla innych zachcianek czy używek, na przykład papierosów czy alkoholu, na co zwróciła uwagę przywoływana tu rozmówczyni (K70/2), która przez miesiące odkładała środki na zakup swoich gier, a po nowe sięgała dopiero, gdy coś jej się „znudzi”. Podkreślała też, że wciąż ma w domu rzadko już używaną konsolę tylko po to, aby od czasu do czasu ponownie uruchomić konkretną produkcję (m.in. *Tomb Raider Legend*), a do starszych części

*Assassin's Creed* wracała „chyba ze 30 razy”, ponieważ odczuwa do tej gry sentyment. Z kolei jeden z mężczyzn (M70/1) wciąż trzyma w domu swój pierwszy laptop, na którym ma zainstalowaną starszą część *Heroes of Might and Magic*, w które „czasem pogrywa”. O szczególnym charakterze tego przyzwyczajenia świadczy fakt, że nie chodzi tu o tytuły dystrybuowane w modelu usługowym (*game as a service*), który stymuluje odbiorców (bez względu na wiek) do wieloletniego „podążania” za stale rozwijaną grą-usługą (por. Serrels 2015). W przeprowadzonych wywiadach zazwyczaj przywoływano produkcje o wyraźnie zaznaczonym początku i końcu, a także ograniczonej regrywalności, czyli z niewielką liczbą elementów zachęcających do ponownego użycia danej produkcji. W moim przekonaniu opisywana tu postawa szczególnego przywiązania do poznanych już gier – współ z przywoływanymi wcześniej przykładami wracania do tych samych tytułów czy serii – ukazuje wyjątkową siłę przyzwyczajień u badanych przede mnie srebrnych graczy, którzy mają tendencję do repetytywnego grania, co było już sygnalizowane przez badaczy na innych grupach starszych użytkowników (por. Nap, de Kort i Ijsselsteijn 2009b). Pogłębiając omawiane tu zagadnienie źródeł gier, warto odnotować, że osoby lepiej radzące sobie z obsługą komputerów i internetu (m.in. K70/2, M70/1, M70/2) – tj. mające bardziej rozwinięte kompetencje cyfrowe – samodzielnie dokonywały zakupów w sklepach internetowych (np. Allegro) czy też potrafiły przeszukiwać zasoby sieci w celu znalezienia odpowiednich dla siebie darmowych produkcji przeglądarkowych. W pojedynczych przypadkach źródłem posiadanych gier były sklepy stacjonarne (np. Biedronka), czasopisma komputerowe (wymieniano „CD-Action”) czy cyfrowe platformy dystrybucji (m.in. Steam). Jednocześnie – powtarzając obserwację z początku tego rozdziału – chciałbym podkreślić, że wyjątkowo często wymienianym źródłem informacji o grach czy samych gier byli bliscy moich rozmówców – przede wszystkim dzieci, a rzadziej wnuki, do czego jeszcze wrócę.

Pogłębiając zagadnienie wykorzystywanego sprzętu – tu jeszcze raz powtórzę, że moi rozmówcy, co wpisuje się we wnioski z opisanych w rozdziale trzecim badań ilościowych, deklarowali korzystanie głównie z komputerów (laptopów), a zdecydowanie rzadziej z telefonów oraz konsol do gier – przywołam dość osobliwą zależność, która do pewnego stopnia wynika z ograniczonych kompetencji cyfrowych osób, z którymi rozmawiałem, ale też finansowych barier. W trakcie wywiadów wspomniano, że zmiany wykorzystywanych gier powiązane były ze zmianami posiadanego sprzętu. Przy tym nie dochodziło tu do typowej wśród młodszych graczy kontynuacji, która zasadniczo polega na inwestowaniu w wydajniejsze (i często



droższe) urządzenia w celu uruchamiania nowszych i bardziej wymagających pod względem wydajnościowym gier. U moich rozmówców były to raczej wymuszone przejścia na nowsze sprzęty, spowodowane awarią bądź uszkodzeniem, zużyciem lub spowolnieniem komputera po zainstalowaniu aktualizacji oprogramowania. W tym ostatnim przypadku mogło chodzić nie tylko o system operacyjny, a też o gry, ale tu znów wektor zmiany był niekiedy odwrotny niż typowy. Dlaczego? Ponieważ niektóre z cenionych przez moich rozmówców produkcji z różnych przyczyn (zazwyczaj w efekcie braku kompatybilności) nie uruchamiały się na zakupionym urządzeniu, z czym oni nie potrafili sobie poradzić. Dlatego ta sprzętowo-programowa niekompatybilność generowała kolejną, nie zawsze przyjmowaną z aprobatą zmianę gry na inną lub nowszą w danej serii. Potwierdzają to słowa jednego z mężczyzn (M70/1), który przyznał: „Ja podejrzewam, że jakby się nie zmieniał system operacyjny, albo pod »dziesiątką« chodziły gry z pierwszych Windowsów, to ja bym dalej w *Cywilizację* grał”. Tak więc w takiej perspektywie nowsze nie znaczy lepsze, gdyż kilkukrotnie i w odniesieniu do różnych gier pojawił się zarzut, że bardziej aktualne wydania nie odpowiadają oczekiwaniom uczestników badania, ukształtowanych na doświadczeniu rozgrywki w starszych edycjach i do tego przyzwyczajonych.

Warto także odnotować, że w zdecydowanej mniejszości były osoby, które świadomie i sukcesywnie inwestowały pieniądze w sprzęt do grania. Najbardziej wyróżniająca się pod tym względem jest rozmówczyni (K70/2), która z własnej inicjatywy zakupiła kolejno PlayStation 3 i PlayStation 4 oraz wiele oryginalnych gier na te (i wcześniejsze swoje, m.in. komputer) urządzenia, chociaż wiązało się to z koniecznością wielomiesięcznego oszczędzania i rezygnacji z innych zakupów, na przykład droższych ubrań. Inna badana (K80) stwierdziła, że musi wymienić już kilkuletniego laptopa, który „za wolno chodzi”, „zawiesza się” czy „grzeje”, co ją denerwuje. Przy tym niekoniecznie z powodu niedostatecznej wydajności w grach, gdyż dla starszego użytkownika istotniejszym kryterium może być szybkość otwierania stron internetowych czy ułatwiający czytanie monitor o większej przekątnej, o czym mówił jeden z moich rozmówców (M70/1). Zasadniczo wybór sprzętu do grania był wyraźnie powiązany z historią życia rodzinnego i opisywanymi w części teoretycznej realiami procesu komputeryzacji społeczeństwa polskiego – stąd wiodąca rola komputerów kupowanych z myślą o dzieciach lub na późniejszym etapie życia w związku z koniecznością kontaktu z bliskimi, rozwoju zawodowego czy obsługi coraz popularniejszych usług cyfrowych. Oczywiście znaczenie ma też uniwersalność komputera jako urządzenia, które może być wykorzystywane do pracy,



komunikacji, nauki oraz zabawy. Wobec tego nie dziwi wyraźnie niższe zainteresowanie moich rozmówców konsolami do gier. Jedna z rozmówczyń (K70/3) zwróciła też uwagę na „spokój” i wygodę grania na komputerze, ponieważ na tym urządzeniu – w przeciwieństwie do smartfonów – nie jest ona tak często rozpraszana powiadomieniami, a także ma dostęp do znacznie większego ekranu, co ułatwia dostrzeżenie szczegółów.

Na osobny akapit zasługuje zagadnienie zgłaszanych barier czy trudności w dostępie do gier cyfrowych. Jest to oczywiście związane ze stanem zdrowia konkretnego rozmówcy, który wpływa na potencjał obsługi urządzeń oraz gier, co może też warunkować wybór konkretnej platformy sprzętowej. W przypadku smartfonów zgłaszano problemy ze zbyt małymi wyświetlaczami i elementami interfejsu. Natomiast sformułowanym w stosunku do konsol zarzutem były trudności w obsłudze kontrolera (gamepada), który w standardowych warunkach wymaga operowania obiema dłońmi. Jeden z moich rozmówców (M75) zwrócił uwagę, że w związku z niedowładem kończyny zmuszony był poszukać sobie takiej gry, którą da się obsługiwać jednoręcznie przy użyciu samej tylko myszy komputerowej. Zasadniczo stan psychofizyczny konkretnej osoby kształtuje formy jej zaangażowania w świat gier cyfrowych, niestety w przypadku osób starszych zazwyczaj ograniczając zakres możliwych do podjęcia w ramach tej praktyki działań.

Z przeprowadzonych rozmów wynika, że srebrni gracze – w zależności od poziomu własnych kompetencji i sytuacji zdrowotnej oraz rodzinnej – zmagają się z licznymi problemami, związanymi z niemal każdym wymiarem grania. Oto kilka przykładów:

- Niekorzystna krzywa uczenia się, wymagająca od początku dużych nakładów czasowych na naukę podstaw rozgrywki (K80). Z perspektywy osoby starszej nawet relatywnie proste produkcje mogą początkowo jawić się jako skomplikowane w opanowaniu – w trakcie wywiadu padł przykład tak relatywnie nieskomplikowanej i nieangażującej produkcji jak mobilna *Zuma*, a także wyraźna sugestia, że brak wiedzy czy zdolności wykonania najprostszych akcji w grze (np. poruszania się) zniechęca i prowadzi do pojawienia się w głowie starszej osoby pytania: „po co w tę grę grać”? Z tego względu należy przy próbach wsparcia wystrzegać się przyjmowania perspektywy własnego wieku czy doświadczeń.
- Ograniczenia własne w zakresie: przyjmowanych postaw (m.in. bariery mentalne, obojętność na nowe technologie czy technofobia, brak poznawczej ciekawości, stagnacja i repetycyjność), kompetencji

(przede wszystkim cyfrowych, ale też medialnych, a także nierozwinięty kapitał growy), psychofizycznego stanu organizmu (ograniczenia sprawności poznawczych czy motorycznych, pogarszający się wzrok utrudniający obsługę niewielkich ekranów urządzeń mobilnych itp.).

- Nieznajomość języków obcych, a w szczególności języka angielskiego. Była to jedna z najczęściej przywoływanych w rozmowach trudności, która negatywnie oddziaływała nie tylko na możliwość zrozumienia fabuły czy zasad gry, ale także jej odnalezienia, skonfigurowania, uruchomienia czy nawet zapamiętania – niektórzy seniorzy nie byli w stanie przypomnieć sobie anglojęzycznych tytułów gier bądź też pamiętali je błędnie. Interfejs w obcym języku jest ogromnym problemem dla osób starszych. Nie rozumieją komunikatów i poleceń, a niektórzy nawet rezygnują z próby zagrania, jeśli dana produkcja nie jest dostępna w ojczystym języku lub też przy wysokim poziomie motywacji starają się przechodzić grę „po omacku” (K70/2), czyli innymi słowy metodą prób i błędów, co na ogół wpływa negatywnie na jakość rozgrywki i sukces w grze. Dodatkową trudność stanowi fakt, że w grach akcja jest często dynamiczna i wymagane są szybkie reakcje użytkownika. Nie jest to więc statyczny komunikat, który można sobie wygodnie przetłumaczyć w razie konieczności. Co więcej, dostępność polskich wersji językowych może być o tyle kluczowa w przypadku starszych graczy, że ich zdolność czy gotowość do nauki języków obcych jest ograniczona. Jak wspomniała jedna z rozmówczyń (K60/2): „języka się już nie nauczę”.
- Niezadowolenie ze zmian wprowadzanych w kolejnych wydaniach ulubionych gier, które niekiedy polegają na zwiększaniu ich złożoności i skomplikowania, co utrudnia rozgrywkę i zmusza do rozwijania kompetencji (K60/1, M70/1).
- Zależność od osób bardziej kompetentnych cyfrowo w konfigurowaniu sprzętu oraz oprogramowania, w tym gier (K60/1). Niekiedy problemowe mogą być relatywnie niewielkie zmiany sprzętu, na przykład zamiana myszy przewodowej na bezprzewodową, którą trzeba dodatkowo uruchamiać przed użyciem (K80).
- Zależność od osób wyposażonych w lepiej rozwinięty kapitał growy, co okazuje się niezbędne w zbyt trudnych fragmentach wykorzystywanych gier – zarówno w zakresie rozumienia zasad oraz mechanik, jak i manualnych zdolności.
- Konieczność uiszczenia opłaty za grę lub zbyt wysoka cena, a także występowanie elementów płatnych. Moi rozmówcy byli niechętni

ponoszeniu dodatkowych wydatków na gry cyfrowe w związku z przeciętną sytuacją materialną (K80, M70/1, M70/2) w przeciwieństwie do ludzi młodszych, którzy chętniej płacą za cyfrowe dobra, niekiedy zyskując w ten sposób przewagę w grach (np. lepszy i wzmacniający bohatera ekwipunek, zakupiony do gry za prawdziwe pieniądze).

- Inflacja dostępnych gier i powiązane z nią zagubienie oraz trudności w podejmowaniu decyzji o zakupie czy przeszukiwaniu katalogów sklepów internetowych/platform DRM.
- Rozczarowanie postawami innych współgraczy, szczególnie ich agresją werbalną w trakcie rywalizacji wieloosobowych czy przesadne zaangażowanie w rozgrywkę, prowadzące do wzajemnych konfliktów.

Ostatecznie w tej relatywnie niewielkiej grupie badawczej udało się odkryć różne preferencje seniorów względem sprzętu elektronicznego i gier cyfrowych. Srebrni gracze to zarówno osoby, które od lat sięgają po jeden rodzaj gier czy nawet pojedynczy tytuł (gracze stabilni); są w tej grupie także ludzie, którzy z czasem stracili początkowo duże zainteresowanie tym medium (gracze wycofani), ale też tacy utrzymujący przez lata zaangażowanie, które pozwala im poszerzać doświadczenia z cyfrowej rozrywki (gracze zaangażowani). W różnych proporcjach moi rozmówcy korzystali ze wszystkich wiodących platform sprzętowych – głównie komputerów osobistych, a w mniejszym stopniu ze smartfonów oraz konsol do gier. Angażowali się zarówno w gry dla pojedynczego gracza, jak i rywalizacje wieloosobowe. Wreszcie sięgali po produkcje komercyjne i przygotowane z myślą o szerokim odbiorcy, potwierdzając tym samym przywołany już we wcześniejszych fragmentach książki pogląd Mii Consalvo, wedle którego niektórzy seniorzy – przynajmniej ci względnie sprawni poznawczo i fizycznie – podobnie jak osoby młodsze mają zróżnicowane preferencje, a w grach szukają angażującej rozrywki (Consalvo 2017: VI). Co więcej, moi rozmówcy nie wykazywali szczególnego zainteresowania konkretnym rodzajem gier czy tematyką, gdyż ich preferencje wynikały raczej z indywidualnych upodobań, a także zewnętrznych inspiracji czy nawet przypadku. Nie jest więc tak, że osoby starsze zawsze preferują gry mniej dynamiczne czy tematycznie powiązane z kojarzoną ze starością sferą symboliczną, co poniekąd sugeruje się w omawianych wcześniej rekomendacjach dla twórców. Do podobnych wniosków doszedłem w jednym z wcześniejszych projektów, gdzie na znacznie liczniejszej i odmiennej grupie starszych graczy wykazałem to gatunkowo-tematyczne zróżnicowanie upodobań tej kategorii użytkowników gier (Gałuszka 2019a: 117). Specyficzna dla tej grupy ludzi jest wyraźnie większa potrzeba wsparcia ze strony najbliższego

otoczenia, przynajmniej w początkowej fazie rozwoju pasji do gier cyfrowych, a także pewne umiarkowanie w uczestnictwie zarówno w samych rozgrywkach (mniejsza liczba sprawdzanych produkcji), jak i kulturze gier rozumianej jako zestaw okołogrowych praktyk. Są to z pewnością dwa istotne obszary, w których należałoby poszukać rozwiązań poprawiających niezależność seniorów, a także poszerzających ich świadomość o możliwości do podjęcia działania na rzecz pełniejszego i zarazem bardziej korzystnego zaangażowania w świat gier cyfrowych.

## 6.6. Korzyści i zagrożenia związane z silver gamingiem

W przeprowadzonych wywiadach podjęte zostały także wątki korzyści i zagrożeń związanych z graniem na późniejszych etapach życia, co już wcześniej opisuję w części teoretycznej, a tutaj pogłębiam przez ukazanie perspektywy polskich srebrnych graczy. Chcę jednak już na wstępie zwrócić uwagę na, moim zdaniem, istotny problem. Ze sposobu wypowiedzi wnioskuję, że niektórzy z moich rozmówców mogą podchodzić dość bezrefleksyjnie do swojego zaangażowania w świat gier cyfrowych. Jest tak zarówno gdy chodzi o korzyści z tej praktyki, jak i możliwe negatywne konsekwencje. W obu przypadkach przychodziło im z pewną trudnością wykazanie przykładów oddziaływania gier na ich organizm, samopoczucie czy nawiązywane relacje, a jeśli pojawiały się już w wywiadach jakies objaśnienia, to zazwyczaj miały one charakter zdawkowy. Dopiero po naprowadzeniu czy dopytaniu uświadamiali sobie oni, że znaczenie grania dla ich codziennego funkcjonowania może być poważniejsze, niż początkowo mogłoby się wydawać. Jak więc sami srebrni gracze oceniają konsekwencje swojego postępowania?

Rozpoczynając od ujęcia pozytywnego i sfery mentalnej, można stwierdzić, że granie jawiło się badanym seniorom jako praktyka, która pozwala im się „czymś zająć”, a w ten sposób nie tylko radzić sobie z poczuciem osamotnienia, ale też popadaniem w nastroje melancholijne i rozmyślaniami nad wydarzeniami z przeszłości. Podobnie zaangażowanie w rozgrywkę odciągało od skupiania się na odczuwanym dyskomforcie fizycznym bądź psychicznym. Tego rodzaju korzyści były szczególnie istotne dla tych z rozmówców, którzy mieszkali sami i musieli spędzać więcej czasu we własnym towarzystwie. W tym kontekście inni zwracali uwagę, że zaangażowanie w grę daje wytchnienie. Granie pomaga też na nudę i stanowi formę relaksu. Medium to chwalono także za rozbudzanie ciekawości względem nowych technologii, możliwość sprawdzania samego siebie

i przełamywania własnych granic (także w rywalizacji z innymi ludźmi), co pomaga w radzeniu sobie z depresją. Wreszcie realizacja tej pasji może w opinii moich rozmówców wzmocnić ich ogólne życiowe zaangażowanie i jakość funkcjonowania. Jedna z kobiet (K70/2) stwierdziła: „Jestem bardziej rozgarnięta, niżbym była, gdybym nie grała”. Chodzi tu także o sferę relacji, gdyż dzięki grom seniorka mogła nawiązywać (najpierw wirtualne, a następnie pozagrowe) kontakty z napotykanymi w cyfrowych światach młodymi ludźmi. Podobne doświadczenia miał inny srebrny gracz (M75), który podzielił się budującym, międzygeneracyjnym doświadczeniem z gry *Plemiona*, kiedy po ujawnieniu swojego wieku na wbudowanym w grze komunikatorze na tyle zachęcił jednego z młodych graczy, że ten wszedł z nim w interakcję i wypytywał o różne historie z przeszłości seniora. To doświadczenie sprawiło, że mój rozmówca, od lat uwieczony we własnym mieszkaniu z powodu choroby, mógł poczuć się wysłuchany, a jego osobiste wspomnienia okazały się ważne z perspektywy młodego człowieka.

W trakcie wywiadów padały też bardziej skonkretyzowane opinie. Jedna z rozmówczyń (K60/2) stwierdziła: „Mi dają [gry – przyp. DG] przede wszystkim więcej siły, więcej zdrowia... i energii”. Przy tym w jej przypadku realizowane jest to za pomocą mobilnej gry terenowej *Pokemon Go*, która wymusza na graczach eksplorowanie przestrzeni fizycznej i wyjątkowy poziom ruchowego zaangażowania. W jej sytuacji granie w *Pokemon Go* jest formą rehabilitacji po kontuzji nogi. Jednak argument ten nie jest adekwatny do większości gier (komputerowych, konsolowych, mobilnych), z których korzystali pozostali badani, gdyż w ich przypadku sytuacja grania ogranicza się do siedzenia przed ekranem i manipulowania kontrolerem – co oczywiście samo w sobie także stanowi pewien rodzaj wysiłku – pogłębiając w ten sposób i tak już dość często siedzący tryb życia. Jednocześnie przyjmując inny punkt odniesienia, można wykazać, że „przesiadywanie” przed ekranem komputera niekoniecznie musi dowodzić niższej aktywności starszej osoby. Pomocne w tym są doświadczenia przywoływanego w poprzednim akapicie, niepełnosprawnego ruchowo mężczyzny (M75) po udarze i połowicznym paraliżu ciała, który podkreślał, że w jego przypadku nawet codzienne chodzenie po mieszkaniu (do komputera), a następnie próby jednoręcznego prowadzenia rozgrywki w grze są już pewną formą aktywności ruchowej. Oczywiście zawsze może się tu pojawić uzasadniona wątpliwość, czy jest to wystarczający poziom zaangażowania, prowadzący do korzystnych efektów zdrowotnych, ale w przypadku tego rozmówcy alternatywą nie była regularna rehabilitacja, a raczej pasywne przesiadywanie przed telewizorem. Według starszych graczy analizowane tu hobby wspiera ich także w ćwiczeniu pamięci (np. trzeba

zapamiętywać liczne informacje, kojarzyć przypisanie funkcji do przycisków na kontrolerze itp.), wymusza aktywność mentalną (np. rozwiązywanie zagadek logicznych, szukanie nieoczywistych rozwiązań, przeliczanie itd.), uczy myślenia strategicznego i przewidywania (np. kolejnych kroków przeciwnika), pomaga w ćwiczeniu słownictwa (jeśli ktoś korzysta z wersji obcojęzycznych gier), poprawia motorykę i postrzeganie obiektów, wyrabia refleks i funkcjonowanie dłoni, a także koordynację ręką–oko, zapewnia satysfakcję oraz przyjemność z wygranej, stanowiąc źródło rozrywki. Wreszcie, w ujęciu relacyjnym, współdzielenie pasji do gier poszerza zakres możliwych do poruszenia w rozmowach tematów – szczególnie z ludźmi młodszymi. Sami seniorzy podkreślali też, że zainteresowanie grami może być alternatywnym zajęciem dla innych, zwyczajowo kojarzonych z osobami starszymi. Jedna z kobiet (K70/3) zestawiała gaming z szydełkowaniem, stwierdzając, że dla niej taka forma aktywności zupełnie nie byłaby odpowiednia, w przeciwieństwie do regularnego korzystania z prostych gier.

Oczywiście zachęcałem rozmówców do bardziej krytycznego podejścia w tych autodiagnozach, ponieważ wykazanie jedynie korzyści z grania byłoby połowicznym ujęciem wpływu tej praktyki na życie ludzi starszych. W efekcie przyznawali oni, że granie na późniejszych etapach życia niesie ze sobą pewne zagrożenia. Rozpocznę od przesadnego zaangażowania w rozgrywkę. Jedna z uczestniczek badania (K80) jako ilustrację tego zjawiska przywołała trzykrotną sytuację, gdy po zostawieniu potrawy na kuchence tak mocno uwikłała się w swoją ulubioną grę (pasjans lub przeglądarkowa *Zuma*), że spaliła zawartość naczynia<sup>74</sup>. Dopiero roznoszący się po całym mieszkaniu dym zadziałał emersyjnie<sup>75</sup> i wyrwał ją z głębokiego zanurzenia (imersji) w prowadzoną rozgrywkę. W innym miejscu przyznała, że zdarza się jej przesiadywać od godziny osiemnastej do nawet drugiej w nocy przy grach z przerwą tylko na kolację. Natomiast jej reakcja na sugestię utraty dostępu do komputera i gier, na przykład z powodu awarii, pokazuje, że pełnią one dla niej bardzo ważną funkcję w zachowaniu satysfakcji z codziennego funkcjonowania w pustym mieszkaniu. Inni, także po namyśle, stwierdzali, że być może zbyt często sięgają po gry cyfrowe, na przykład zawsze wtedy, gdy potrzebują się odstresować czy zrelaksować (K60/1), lub też podobnie jak ludzie młodszy „przeciągają” moment pójścia spać, „żeby zakończyć coś” w grze (M70/1). Jeden z mężczyzn (M70/2) problematyzował swój przebieg pasji do gier, sugerując, że podczas bezrobocia

<sup>74</sup> Podobną historię przeżyła inna badana – K70/3.

<sup>75</sup> Używam tu pojęcia w rozumieniu Piotra Kubińskiego, które w dużym skrócie stanowi przeciwieństwo zjawiska imersji (por. Kubiński 2016).



być może „zbyt dużo” grał, chociaż z wywiadu wynika, że w późniejszym okresie wcale nie ograniczył częstości tej praktyki, przyznając, że potrafi niekiedy „grać cały dzień”, a w związku z coraz poważniejszymi problemami ze wzrokiem, chciałby się ograniczyć do maksymalnie dwóch godzin dziennie. Co więcej, sam po pogłębieniu rozmowy przyznał, że zrobienie sobie dwu- lub trzydniowych przerw od przesiadywania przed komputerem poprawia mu samopoczucie, a przesadnie długie sesje z grami prowadzą do przemęczenia oraz przeciążenia informacyjnego, ale ostatecznie nie potrafi on trwale zmienić swoich medialnych przyzwyczajeń. Na problem z zachowaniem równowagi pomiędzy częstością grania a potencjalnymi negatywnymi konsekwencjami zdrowotnymi zwróciła uwagę także jedna z uczestniczek (K60/1), u której niekiedy przedłużające się sesje z grami prowadzą do przemęczenia oczu, a inna badana (K70/3) podkreśliła wzrastające obciążenie poznawcze wraz z rosnącym poziomem złożoności gier, przyznając, że prostsze produkcje mogą także zapewniać wytchnienie od trudnych myśli, ale jednocześnie nie męczą tak mocno, jak te bardziej skomplikowane, co wpisuje się w przedstawione już wcześniej rozróżnienie na gry angażujące i nieangażujące.

Dla prowadzonego tu wywodu znaczenie ma też rodzaj wykorzystywanych gier. Niektóre wieloosobowe produkcje rozgrywane są w czasie rzeczywistym, co oznacza, że o dowolnej porze dnia czy nocy w świecie gry może dochodzić do ważnych zmian. Taką grą są *Plemiona*, co sprawia, że jeden z badanych graczy (M75) nie tylko czuje się „wciągnięty” i z krótkimi przerwami spędza na rywalizacji z innymi graczami po kilkanaście godzin na dobę, ale jeszcze znajduje się pod nieustanną presją ciągle działającego świata *Plemion*. Nie tylko rodzaj gry, ale także styl życia i jakość relacji społecznych mogą kształtować częstość i długość grania. Jeśli osoba starsza ma tendencję do izolowania się od znajomych – tak jak badana (K80), która nie tylko od lat mieszka sama, ale, jak przyznała, nie ma zbyt wielu znajomych, bo nie jest zbyt towarzyska, twierdząc przy tym, że „mnie mój komputer wystarcza” – to dostęp do komputera czy gier może pogłębiać mocne ukierunkowanie na wirtualną rozrywkę, gdyż stanowi ona wygodną alternatywę dla seniora (jest „na wyciągnięcie ręki” i nie trzeba w to angażować innych ludzi), a także jego/jej rodziny (ponieważ osoba starsza poniekąd „zaopiekowała” się sama sobą, wykorzystwała czas wolny, realizując przy tym swoje potrzeby rozrywki). Opiswane tu postawy eskapistyczne mogą wynikać nie tyle z obecności gier w życiu osoby starszej, ale stanowić efekt głębszych przekonań czy potrzeb. Sięgnięcie po gry może być kompatybilną z ukształtowanymi wcześniej preferencjami decyzją o spędzaniu czasu wolnego we własnym towarzystwie i w formie niewymagającej



angażowania osób trzecich. Jedna z badanych (K60/1) wprost przyznała, że czuje się introwertyczką i nie bawi ją konfrontowanie się z innymi ludźmi w grach, dlatego preferuje samodzielne ich rozgrywanie w trybach dla pojedynczego gracza. Inna (K70/2), także często grająca, powtarzała, że „najlepiej czuje się we własnym towarzystwie”, a większość podejmowanych przez nią działań domowych prowadzi ją do „samorealizacji”. Przy tym nie izoluje się ona całkowicie od ludzi. Odwiedza rodzinę czy uczęszcza na zajęcia na uniwersytet trzeciego wieku, chociaż nie ma potrzeby częstych kontaktów, gdyż preferuje ich jakość, a nie ilość. W obu tych przypadkach dostrzec można znaczenie osobowości i osobistych preferencji w kształtowaniu przebiegu praktyki grania. Trafnie, moim zdaniem, podsumowuje to zagadnienie srebrna graczka, która stwierdziła (K60/2):

Wydaje mi się, że one [gry – przyp. DG] na wielu poziomach pomagają. Nie można ich wszystkich skreślać tylko dlatego, że odrywają ludzi od życia. Bo to jest... to nie jest tak do końca. Jeżeli ktoś nie chce się włączyć w jakiegokolwiek życie, to się i tak nie włączy niezależnie od tego, czy gra, czy nie gra. Nie winna jest temu gra, tylko sposób realizacji swojego życia, swoich marzeń, czy w ogóle sposób podejścia do życia.

Rzeczywiście niektórzy moi rozmówcy argumentowali, że granie po prostu ich bardziej „pociąga” i „zabija więcej czasu” (K80), czy jest mniej uciążliwe niż czytanie książek (M70/1), dlatego ostatecznie stanowi w danym momencie życia satysfakcjonujący sposób spędzania czasu wolnego, którego ludziom na emeryturze zazwyczaj nie brakuje.

W toku rozmów pojawiały się też próby bagatelizowania skali zaangażowania w granie. Przykładowo jeden z uczestników projektu (M70/1) nie przeczył, że być może jego częste sięganie po gry cyfrowe spełnia znamiona uzależnienia, ale jednocześnie tworzył on analogię do procesu rzucania palenia, żywiąc przekonanie, że skoro wcześniej udało mu się z papierosami, to z pewnością – w razie potrzeby wynikającej z pogarszającego się wzroku (podobną obawą podzielił się inny z rozmówców – M70/2) czy chęci – zrezygnuje z gamingu. Do pojęcia „uzależnienia” odwoływali się też inni badani (m.in. K70/2), ale można odnieść wrażenie, że robili to w kontekście długości i częstości grania, a nie opisywanego wcześniej i szerszej ujmującego to zjawisko *gaming disorder* (GD) w ujęciu WHO. Jest to więc podejście mocno redukcjonistyczne i jednowymiarowe. Przy tym trzeba zaznaczyć, że przywoływana narratorka (K70/2) wyjawiała, że w jej przekonaniu najważniejszym czynnikiem warunkującym wystąpienie uzależnienia jest utrata kontroli nad jakimś zachowaniem, co w jej mniemaniu nie ma miejsca w przypadku praktykowanej przez nią formy zaangażowania w gaming,

choć można mieć wątpliwości, czy podobnie jest u wszystkich opisanych w tym fragmencie srebrnych graczek i graczy.

Zasadniczo perspektywa na możliwe pozytywne i negatywne konsekwencje korzystania z gier cyfrowych w grupie moich rozmówców pokrywa się z ustaleniami płynącymi z wcześniejszych badań. Jednak badani seniorzy dostarczyli unikalnych doświadczeń osobistych, które pozwalają spojrzeć z nieco innego punktu widzenia na ten poruszany już wcześniej wymiar silver gamingu. Chodzi mi przede wszystkim o problem niskiej świadomości zarówno korzyści, jak i możliwych negatywnych konsekwencji angażowania się ludzi starszych w praktykę grania. Osoby biorące udział w wywiadach miały trudności z podaniem konkretnych tego przykładów, a to zagadnienie poruszały dopiero po wyraźnych sugestiach i zachętach. Ilustruje to też ich codzienne funkcjonowanie z grami, ponieważ w przekazanych narracjach nie dostrzegam dbałości o higienę cyfrową lub też równowagę<sup>76</sup>. W efekcie osoby te nie są w stanie wykorzystać w pełni czasu i energii poświęcanych na pasję do gier cyfrowych, ale też chronić się przed ewentualnymi zagrożeniami. Jednym z niewielu czynników, który wpływał na praktyki growe moich rozmówców, były obowiązki domowe (np. porządki, zakupy, utrzymanie domu i ogrodu), rodzinne (przede wszystkim opieka nad dziećmi, współmałżonkiem czy wnukami) bądź zawodowe, a w mniejszym stopniu inne pasje (m.in. malowanie, czytanie książek, pisanie wierszy, spacer, wyszywanie). Rozmówcy, którzy nie potrafili sobie zorganizować innych zajęć bądź nie czuli presji do ich wykonania, potrafili „grać cały dzień” (M70/2) czy też przyznawali, że to w momencie stopniowego zaniku dodatkowych zobowiązań (zawodowych, rodzinnych itp.) „zaczął się komputer” (K80) i częstsze przed nim przesiadywanie. Gaming może być atrakcyjniejszy nawet od tradycyjnie kojarzonych z seniorami (seniorkami) zajęć, takich jak szydełkowanie (K80). Te obserwacje zwracają uwagę na możliwość wystąpienia niekorzystnej koincydencji czynników, prowadzących do potencjalnie negatywnych efektów gamingu w późniejszym wieku. Nadmiar wolnego czasu w połączeniu z brakiem innych zajęć i poczuciem osamotnienia czy znudzenia mogą skutkować wytworzeniem

<sup>76</sup> Propagatorzy higieny cyfrowej – Maciej Dębski oraz Magdalena Bigaj – definiują ją w następujący sposób: „postawa życiowa i wynikające z niej działania charakteryzujące się kreatywnym i odpowiedzialnym użytkowaniem zasobów sieci, zmierzające do optymalizacji indywidualnego zdrowia somatycznego, psychicznego oraz społecznego w zakresie korzystania z technologii informacyjno-komunikacyjnych. Jej poziom uzależniony jest od samoregulacji i kontroli związanej z użytkowaniem internetu oraz cyfrowych narzędzi ekranowych, dostępnej alternatywy dla świata cyfrowego, jak również rozwiniętej sieci oparcia społecznego” (Bigaj i Dębski 2020: 77).

warunków temu sprzyjających. Jest to tym bardziej niepokojące, jeśli uświadomimy sobie, że, jak opisuję to dalej, osoby starsze niekoniecznie mogą liczyć na pomoc najbliższych czy instytucji w rozwoju swojego zainteresowania grami cyfrowymi, co z pewnością jest problemem wymagającym skutecznych rozwiązań. Chcę przy tym podkreślić, że dbałość o cyfrową higienę dotyczy graczy w każdym wieku. Wielu młodszych fanów gier nie dba o bezpieczeństwo grania i podchodzi bezrefleksyjnie do swojej pasji, z czym nie zawsze potrafią sobie poradzić rodzice. Wiele na ten temat napisałem w poprzedniej książce *Gry wideo w środowisku rodzinnym. Diagnoza i rekomendacje* (por. Gałuszka 2017a).

## 6.7. Budowanie kapitału growego

Opisywane tu różne wymiary uwikłania badanych seniorów w praktykę grania nieodłącznie wiążą się z rozwojem wiedzy i kompetencji istotnych dla efektywnej obsługi gier cyfrowych, czyli krótko mówiąc, generowania kapitału growego. Przynajmniej tak powinno być w teorii, a jak jest w praktyce?

Intuicyjnie rozumiemy, że rozwój wiedzy i kompetencji wymaga zainteresowania i zaangażowania czasowego, co, jak opisałem wcześniej, ma miejsce w przypadku większości zaproszonych do projektu srebrnych graczy. Okazuje się przy tym, że w grupie moich rozmówców za proces wprowadzania ich w świat cyfrowej rozrywki odpowiadały zazwyczaj ich dzieci, które przekazywały dorosłym (starszym) informacje o grach, a także w praktyce instruowały ich, jak z tych gier można korzystać. Odbывало się to na różne sposoby, na przykład przez obserwację grającego dziecka, a także współtowarzyszenie mu. Z czasem role mogły się odwrócić i to osoba starsza siadała przed ekranem z kontrolerem w dłoniach, a dziecko – szybciej budujące swój kapitał growy (por. Gałuszka 2017a: 222), ale z wiekiem mniej chętnie – przyglądało się rozgrywce i w momentach trudności pasywnie (werbalnie) lub aktywnie (przejmując kontrolę) wspierało uczącego się, ale już starszego gracza. Drugi popularny w badanej grupie sposób opanowywania gier i grania to „uczenie się na błędach” czy „metodą prób i błędów”. Nie ma tu wsparcia osoby trzeciej, dodatkowych pomocy w postaci instrukcji czy poradników, chociaż z pewnością kompetentna cyfrowo i medialnie osoba mogłaby się wesprzeć materiałami dostępnymi w internecie, na przykład zapisami rozgrywki z danej gry, które zazwyczaj można znaleźć na YouTube. Tak też zrobił jeden z badanych (M60), oglądając

zapis z meczu profesjonalnych graczy, gdyż chciał podpatrzeć i przenieść ich taktyki do wykorzystywanej przez siebie gry sieciowej. W takim podejściu starsza osoba po prostu próbuje różnych opcji i uczy się, jakie wywołują one reakcje w grze, a także, które z nich prowadzą do zwycięstwa. Po kilku – zazwyczaj kończących się porażką – próbach można nabrać trafnych intuicji co do zasad działania mechanik w grze, jej celów i warunków wygranej. Taki schemat opanowania gry bywa czasochłonny i może generować frustracje, ponieważ początkujący użytkownik może nie mieć świadomości działania tak podstawowych funkcjonalności, jak zapisywanie przebiegu rozgrywki. Jedna z rozmówczyń powiedziała, że musiała wstrzymać grę i zapisywać nawet funkcje poszczególnych przycisków na padzie, co oczywiście ją na początku denerwowało (K70/1). Dlatego kluczowe było odpowiednie nastawienie, wyrażające się w przekonaniu, że „na pewno sobie poradzi”, a także wiara we własne umiejętności (K70/1). Podkreślała też znaczenie otwartej postawy i gotowości do nauki, bez których – jej zdaniem – nie można rozpocząć nowej aktywności, nawet przy zachętach rodziny czy wsparciu instytucji.

W jednym z wcześniejszych rozdziałów przywołuję model rozwoju praktyki grania ludzi starzejących się autorstwa Julie A. Brown, na który składają się trzy zmienne w czasie domeny (wymiary): motywacja, doświadczenie oraz umiejętności konkretnej osoby (Brown 2014: 129). Przy najmniej dwa z tych zasobów – tj. doświadczenia i umiejętności wynikające z grania – składają się na kapitał growy danej osoby, który także jest opisywany jako płynny, gdyż podlega procesom aktualizacji lub dezaktualizacji w zależności od podejmowanych przez graczy działań (Consalvo 2007: 185). Jak słusznie, moim zdaniem, zauważa Brown w swojej pracy, zmiany w jednej domenie (np. spadek motywacji do grania, osłabienie umiejętności wskutek choroby czy też wzbogacanie doświadczeń z gier) mogą kompensować utratę zasobów z innej. W tym sensie pomnażanie kapitału growego ułatwia podtrzymywanie praktyki grania w dłuższej perspektywie czasowej, szczególnie na późniejszych etapach życia, ponieważ bogate doświadczenia czy rozwinięte wcześniej umiejętności mogą znosić negatywne konsekwencje wynikające ze słabnącej sprawności psychofizycznej starszej osoby. Krótko mówiąc, prawdopodobnie łatwiej znajdzie ona korzystne dla siebie rozwiązanie w sytuacji kryzysowej niż ktoś, kto z grami nie miał większych doświadczeń lub stracił motywację do grania. Co więcej, z moich wywiadów wynika, że najbardziej kompetentni srebrni gracze są w stanie swobodnie korzystać z gier angażujących i słabnące zdolności (np. ostrość wzroku, czas reakcji, motoryka itd.) nie stanowią dla

nich znacznej przeszkody, dzięki czemu mogą w pełni cieszyć się rozgrywką i skupiać się na różnych warstwach czy elementach gry, na przykład fabule. Z drugiej strony w przebadanej grupie znaleźli się ludzie, którzy pod względem zdrowotnym są w lepszym stanie, ale niewielkie doświadczenie z grami i ograniczone umiejętności sprawiają, że zakres ich growych aktywności jest mocno zredukowany, wysoce schematyczny i powtarzalny. Przy tym największą, jak się zdaje, barierą dla rozwoju kapitału growego u tych osób jest brak odczuwanej potrzeby czy motywacji.

Sama motywacja pozostaje bardzo ważna dla trwania zainteresowania grami w późniejszym okresie życia, chociaż, jak starałem się już wcześniej pokazać, często ma ona charakter zewnętrzny i wynika z oddziaływania na seniora czy seniorkę innych ludzi lub okoliczności. Przy tym konsekwencją odejścia – czy odchodzenia – od praktyki grania, a następnie powracania do niej, szczególnie po dłuższym czasie, może być dezaktualizacja kapitału growego czy to poprzez naturalny proces zapominania informacji oraz utraty wypracowanych sprawności manualnych, czy też w rezultacie zmian (rozwoju, wzrastającego poziomu złożoności) samego medium oraz sprzętu komputerowego, konsol do gier czy urządzeń mobilnych. W takim przypadku, jeśli osoba starsza zdecyduje się na powrót do grania, to może być niejako zmuszona do uczenia się tego na nowo poprzez aktualizację kompetencji cyfrowych i kapitału growego. Nie każdy ma ochotę czy możliwości podjąć taki wysiłek, co w konsekwencji może doprowadzić do całkowitego wycofania bądź zmiany rodzaju preferowanych gier na mniej wymagające. Tak było w przypadku dwóch moich rozmówczyń (K70/1, K70/3), które w przeszłości częściej sięgały po angażujące, mainstreamowe produkcje komercyjne, ale po pewnym czasie ograniczyły się do nieangażujących gier mobilnych lub przeglądarkowych, a z gier bardziej złożonych zrezygnowały całkowicie (K70/3) lub też zaczęły je oglądać, obserwując rozgrywkę prowadzoną przez kogoś innego (K70/1). Oczywiście możliwe są też sytuacje odwrotne, czego doświadczyła inna graczyca (K70/2). Na początku XXI wieku, mniej więcej około 50. roku życia, z nieukrywana niechęcią zareagowała na zachęty dziecka do zainteresowania się jego nową konsolą, mówiąc mu: „Dziecko, szkoda na to prądu. (...) Czym ty się tu zachwycasz?”. Jak przyznała, wynikało to zarówno z jej braku zainteresowania, jak i innych obowiązków (zawodowych, rodzinnych), które pochłaniały większość jej wolnego czasu. Dopiero po przejściu na emeryturę i uzyskaniu większej ilości czasu postanowiła spróbować czegoś nowego, rozwijać pasję, co jest niemal modelowym przykładem realizacji założeń teorii aktywnego starzenia się w wyniku angażowania się w nowe rodzaje

aktywności na późniejszych etapach życia. Dlatego jakiś czas później przyjechała wspomnianą konsolę, gdy w domu pojawił się nowszy model, i w ten sposób rozpoczęła się jej wieloletnia przygoda z grami.

Co więcej, rozmówcy potwierdzili w swoich wypowiedziach sugerowane w części teoretycznej znaczenie przejścia na emeryturę dla rozwoju zainteresowania grami cyfrowymi. Jeden z mężczyzn (M70/1) podkreślił swobodę w dostępie do gier: „Kiedy mogę [grać – przyp. DG]? Zawsze mogę! Jestem emeryt”. Wtórzy mu inna rozmówczyni (K70/2), odpowiadając w następujący sposób na pytanie o brak zainteresowania gamingiem na wcześniejszych etapach życia: „Ja chodziłam do pracy. Ja miałam swoje zajęcia”. Zauważa przy tym, że gdyby nie liczne zobowiązania zawodowo-rodzinne, to być może znacznie wcześniej pozytywnie odpowiadałaby na sugestie i spróbowała gamingu, który dopiero w trzecim wieku stał się jej wielką pasją. Pomogły jej w tym nie tylko otwarta postawa i przełamanie zinternalizowanych schematów funkcjonowania, ale też związane z odejściem z pracy uwolnienie znacznych zasobów czasowych: „Ja na emeryturze to mam tyle wolnego czasu”, „U mnie emerytura to jest czas, kiedy ja sama sobie jestem panem”. Podobnie wypowiedział się kolejny narrator (M70/2): „Ja przez jakiś czas nie pracowałem, więc miałem czas na to granie i na siedzenie przed komputerem. Może nawet trochę za dużo. To było takie trochę jednostronne (M70/2)”. Z drugiej strony rozmówca wciąż aktywny zawodowo powiedział (M60): „Staram się w miarę możliwości grać w tę grę, chociaż ogólnie pracuję. Nie mam zbytnio czasu, no ale godzinę coś tam sobie znajduję na tę grę, żeby coś tam pokazać”. Obowiązki zawodowe odciągają starsze osoby od rekreacji, w tym tej w wydaniu cyfrowym. Warto przy tym odnotować, że niektórzy uczestnicy badania (m.in. M70/1, K70/3) sięgają niekiedy po gry (mobilne, komputerowe) także w trakcie pracy, chociaż pewne produkcje z racji swej specyfiki mocno to utrudniają. Przykładem jest przywoływane *Pokemon Go*, które wymusza zaangażowanie w świecie fizycznym, co jedna z moich wciąż pracujących rozmówczyń (K60/2) może robić dopiero po wyjściu z biura lub w trakcie urlopów. Graniu mogą natomiast sprzyjać niektóre formy zatrudnienia, na co zwróciła uwagę jedna z rozmówczyń (K60/1): „Ja w domu mam dosyć dużo wolnego czasu. Wprawdzie pracuję [zdalnie – przyp. DG] jeszcze trochę, ale robię to w domu na komputerze. Więc w dowolnym momencie mogę sobie przebrać i sobie zagrać w coś”.

Jednocześnie należy pamiętać, że samodzielny rozwój kapitału growego w ramach uczenia się nieformalnego wiąże się z pewnymi pułapkami. Dynamikę jego kształtowania u osób starszych może spowalniać ich tendencja do wspomnianego wcześniej sekwencyjnego i repetytywnego



grania, co pokazuje komentarz jednego z mężczyzn (M70/1): „Gram rok, dwa, aż mi się całkiem znudzi, i zmieniam. (...) Chwilowa fascynacja [grą – przyp. DG]... no ta chwila dosyć długo trwa. Potem się zmienia. Na zasadzie tego przyzwyczajenia. Przyzwyczailem się, że w to gram...”. Dlatego zjawisko dezaktualizacji kompetencji i kapitału to nie jedyny problem. Innym jest stagnacja, polegająca na utrzymywaniu tego samego poziomu wspomnianych zasobów przez wiele lat, co w praktyce realizuje się poprzez długotrwałe odtwarzanie tych samych gier, w podobny sposób i na tym samym urządzeniu. Jedna z uczestniczek (K60/1) przyznała, że w jej odczuciu przez ostatnie lata nie zmieniła się jako graczka i nie poszerzyła swoich doświadczeń czy umiejętności, a wręcz „zatrzymała się w miejscu”, podobnie jak inna rozmówczyni (K70/3). Nie wypróbowała wielu nowych gier, decydując się na powrót do starych i dobrze już znanych produkcji, które kryją w sobie coraz mniej tajemnic i stanowią coraz mniejsze wyzwanie. Do pewnego stopnia przypomina to wielokrotne czytanie tej samej książki lub powtórne oglądanie tego samego filmu i to przy założeniu, że nie sięgamy po inne powieści czy obrazy filmowe. Po prostu nieustannie wracamy do tej jednej publikacji czy konkretnego obrazu. Oczywiście taką postawę można zrozumieć, gdyż nauka obsługi kolejnych gier wiąże się z wysiłkiem poznawczym, a niekiedy także wymaga inwestowania w nowy sprzęt, co przywoływaną tu rozmówczynię demotywoowało do spróbowania czegoś nowego. Jestem też świadom, że wiele gier cechuje się wysoką regrywalnością, jednak w omawianym przypadku chodzi o wielokrotne odtwarzanie procesu budowania miasta w trybie swobodnej rozgrywki *SimCity*. Warto podkreślić, że nie jest to produkcja z dużą ilością zdarzeń losowych, a skupienie na jednym tylko trybie rozgrywki dodatkowo ogranicza różnorodność takiego growego doświadczenia. W efekcie taki styl rozgrywki nie dostarcza nowych doświadczeń i nie stanowi już wyzwania, zmuszającego do przetwarzania nieznanych wcześniej informacji czy mechanik, opanowania odmiennych sposobów sterowania czy wchodzenia w interakcje z kolejnymi graczami – innymi słowy takie growe środowisko nie jest w żaden sposób „wzbogacone” o ponadprzeciętny poziom stymulacji, zmniejszając tym samym szansę na uruchomienie ważnego dla zachowania potencjału poznawczego mechanizmu neuroplastyczności mózgu, do którego użycie gier cyfrowych być może się przyczynia (por. Kowalczyk i Brzezicka 2020; Gamma 2023).

Warto zauważyć, że skutkiem ubocznym scharakteryzowanych w poprzednim akapicie schematów może być fragmentaryczne nabywanie wiedzy i umiejętności, co z kolei prowadzi do powstania luk kompetencyjnych, wąskiego spojrzenia na medium gier cyfrowych, a w konsekwencji



wpracowania preferencji do powtarzalnej i nierozwojowej konsumpcji gier cyfrowych. Ilustracjami dla tego negatywnego, jak uważam, zjawiska mogą być sytuacje, w których wieloletni użytkownik popularnej gry sieciowej nie potrafił poprawnie zinterpretować pytania o turnieje i rozgrywki e-sportowe (M60), zupełnie tak jakby nigdy o nich nie słyszał, pomimo samodzielnego zaangażowania w rozgrywki wieloosobowe. Poziom posiadane go kapitału growego odzwierciedlał się w wielu różnych sferach. Rozmówcy z bogatszymi jego zasobami przejawiali większą swobodę w wyszukiwaniu informacji o grach, a także ich kupowaniu (w sklepach i na aukcjach internetowych, na Steamie, czy też w stacjonarnych punktach sprzedaży). Jawili się oni jako bardziej świadomi własnych preferencji, sprawdzali opisy potencjalnie interesujących gier, by w ten sposób podjąć właściwą decyzję zakupową. Ten rodzaj zasobów wpływa także na warstwę językową czy przestrzeń symboliczną. Rozmówcy z bardziej różnorodnymi doświadczeniami z grania zazwyczaj wykorzystywali szerszy zakres słownictwa, potrafili przypomnieć sobie i poprawnie przedstawić tytuły ulubionych gier (słabiej zorientowani uciekali się do opisów, np. „kulki”, „motylki” itp.)<sup>77</sup>, a także wykazywali się większą świadomością okołogrowych zjawisk i dzięki temu w sposób pełniejszy i z większą swobodą byli w stanie uczestniczyć w realizowanych wywiadach. Wpływało to nie tylko na jakość rozmowy, ale też pomagało w przełamaniu – zazwyczaj znaczącej – luki pokoleniowej, ponieważ z rozmówcą mogliśmy się odwoływać do wspólnego rezerwuaru doświadczeń (z gier) i symboli (z gamingiem związanych). Przekładało się to też na preferencje względem gier, ponieważ srebrni gracze z bardziej rozwiniętym kapitałem growym mogą przejawiać podobne oczekiwania jak ci młodszy (np. w zakresie swobody eksploracji w grze fabularnej), aczkolwiek wciąż możliwe są pewne pokoleniowe różnice w potrzebach, na przykład narzekania na zbyt skomplikowane, a tym samym męczące dla starszych sterowanie (M70/2). Warto w tym miejscu wspomnieć o kompetencjach medialnych, które u niektórych osób uzupełniały kompetencje cyfrowe, a także kapitał growy. Dzięki temu były one w stanie dzielić się z innymi swoją pasją (np. na autorskim blogu) czy też angażować się w kolejne, przełamujące zinternalizowane schematy działania, takie jak streamowanie swoich rozgrywek w grze i przy tej okazji włączanie się w dyskusje z widzami (M60 – chociaż przy dużym wsparciu syna, który zajmował się stroną techniczną przedsięwzięcia).

---

<sup>77</sup> Chodzi tu o gry przeglądarkowe, które polegają na zagadkach graficznych i dobieraniu w pary tak samo wyglądających motyli czy też obiektów w kształcie kuli.

Podsumowując, odkryte w przebadanej grupie nieformalne procesy nabywania kompetencji i wiedzy niezbędnych do korzystania z gier cyfrowych pozwalają co prawda na uzyskanie takiego ich poziomu, że osoba starsza jest w stanie – względnie – samodzielnie uprawiać swoje hobby, ale niestety nie prowadzi to zazwyczaj do rozwinięcia form partycypacji w kulturze gier cyfrowych pozwalających na pełniejsze wykorzystanie jej szans i możliwości. Mam tu na myśli przede wszystkim liczne luki kompetencyjne, ograniczone spojrzenie na gry czy włączanie osób starszych w schemat powtarzalnej i nierozwojowej rozrywki.

## 6.8. Niejednoznaczna rola rodziny i znajomych

Wielokrotnie wspominałem o rodzinie srebrnych graczy, sugerując istotną jej rolę w promowaniu gier cyfrowych u starszych krewnych. W tym fragmencie to zagadnienie pogłębiam, a zarazem sproblematyzuję, ponieważ ze zgromadzonych przeze mnie danych wynika, że najbliżsi mogą spełniać rolę zarówno pozytywną, jak i negatywną, a do tego zmienną w czasie.

Z przeprowadzonych ze srebrnymi graczami wywiadów wyłania się obraz rodziny, która oddziałuje na praktykę grania starszych krewnych przynajmniej w czterech wymiarach:

- motywacyjnym: pozytywnie (zachęty do grania, inspirowanie, sugerowanie) lub też negatywnie (krytykowanie, ignorancja, pobłażliwość względem starszego gracza);
- materialnym: dostarczanie osobie starszej sprzętu lub gier;
- merytoryczno-kompetencyjnym: przekazywanie wiedzy o grach i wspieranie w rozwoju kompetencji cyfrowych, naprawy urządzeń, rekonfiguracja oprogramowania i gier;
- czasowym: pozytywnie (angażowanie się we wspólne sesje, tak zwane międzygeneracyjne granie), ale też negatywnie (unikanie okazji do wspólnego grania, „odgrodzenie” się od najbliższych przy użyciu gier).

Wsparcie lub jego brak w wyżej wspomnianych obszarach jest czasowo zmienne, a zasadnicza empiryczna prawidłowość jest taka, że na początku growej historii moich rozmówców pomoc ze strony bliskich jest częstsza, by z czasem wygasnąć. Trzeba przy tym pamiętać, że niekiedy to sami seniorzy rezygnują z oferowanego przez dzieci wsparcia, ceniąc sobie bardziej własną niezależność. Doświadczyło tego dziecko uczestniczki badania (K70/2), które kilkakrotnie proponowało jej swoją pomoc, ale jak

przyznała moja rozmówczyni, jej odpowiedź była dość jednoznaczna: „Jak będę potrzebowała twojej pomocy, to do ciebie zadzwonię, bo numer telefonu znam”.

Zaangażowanie rodziny ocenić można dwojako: jako pozytywne lub negatywne w zależności od podejmowanych działań. W pierwszym przypadku jest to przede wszystkim udostępnianie lub kupowanie sprzętu komputerowego, a także wyszukiwanie i dostarczanie gier (tak M70/2 wspomina wsparcie sprzed lat ze strony jego synów: „potem chłopcy mi zaczęli wciskać *Heroesów*, po herosach było *Diablo*, po *Diablo* co było... *Baldur's Gate*”; z kolei M75 powiedział, że jego syn kupił mu konto premium w grze *Plemiona*), a następnie ich instalowanie i wstępne konfigurowanie. Chodzi tu też o inspirowanie do wypróbowania danej produkcji. Niekiedy bywa tak, co powtórzyło kilka osób, że po jakimś czasie dziecko rezygnuje z grania lub przechodzi do kolejnych gier, a srebrny gracz zostaje na długo z danym tytułem. Rodzina – dzieci czy wnuki – okazują się też pomocne w sytuacjach losowych, na przykład – jak to określiła jedna z graczek (K80) – „zgubienia” gry na komputerze, na co pomogło ponowne zainstalowanie programu przez wnuka, czy też w razie konieczności usuwania wirusów lub błędów systemu. Czasami bardziej kompetentni członkowie rodziny przygotowują gotowy schemat użycia oprogramowania i gier, a następnie przekazują go osobie starszej, by w ten sposób ułatwić jej obsługę urządzenia. U rozmówcy, który publikuje swoje rozgrywki na YouTubie (M60), syn zajmuje się całą techniczną stroną obsługi kanału, w tym przetwarzaniem i montażem nagrania wideo, ponieważ ojciec „nie ma o tym pojęcia”.

Przy tej okazji zwróć uwagę na pewien trudny w jednoznacznej ocenie dylemat. Jeśli bliscy często wyręczają srebrnego gracza w obsłudze urządzeń, oprogramowania czy gier, może to negatywnie oddziaływać na kształtowanie poczucia sprawczości, a także rozwój kompetencji cyfrowych wspieranej osoby, co też można rozciągnąć na proces budowania kapitału growego. Oczywiście pomoc jest ważna, a niekiedy wręcz niezbędna, ale wydaje się, że bliscy osób starszych powinni szukać kompromisów pomiędzy wyręczaniem seniora a pozostawianiem go samemu sobie, o czym piszę nieco dalej. Warto odnotować, że taki charakter relacji pomiędzy starszymi a młodszymi członkami rodziny może być efektem stereotypizacji starości i ageizmu – zarówno w stosunku do osób starszych (*ageism*), jak i seniorów wobec siebie (*self-ageism*) (Ayalon i Tesch-Römer 2017: 1–2). W skrajnych przypadkach może to doprowadzić do stanu, w którym bliscy żywią przekonanie, że starszy członek rodziny z pewnością sam sobie nie poradzi z obsługą komputera bądź gier; lub też osoba starsza może zinternalizować

taki pogląd na swój temat, ograniczając w ten sposób własny potencjał i niejako skazując się na pomoc i zależność od innych.

Natomiast do wyraźnie niepożądanych sytuacji zaliczyłbym „walki” o dostępność w domu urządzenie i brak gotowości ze strony młodszych domowników do dzielenia się komputerem czy konsolą z osobą starszą, a także udzielania pomocy. Takie sytuacje związane są z brakiem cierpliwości oraz zrozumienia dla potrzeb seniora, także w sferze rozrywki i dostępu do nowoczesnych technologii. Niestety niektórzy mogą wciąż widzieć w dziadkach przede wszystkim opiekunów, którzy winni okazywać wsparcie w opiece nad wnukami, stąd też przedkładanie potrzeb rodziców i ignorowanie pragnień dziadków, także w sferze zakupowej. Jedna z uczestniczek badania (K70/1) przyznała, że jej decyzja o zakupie dla siebie konsoli do gier nie wywołała entuzjazmu u bliskich, a ich reakcja była raczej ambiwalentna, inna (K70/2) podzieliła się podejrzeniem, że w wielu domach celowo nie dopuszcza się osób starszych do konsol, by nie doszło do rozbudzenia u nich zainteresowania tą formą rozrywki, co wiązałoby się z koniecznością współdzielenia, ale też zmniejszeniem ilości czasu, jaki senior mógłby poświęcić dla rodziny. Krytycznie wypowiedziała się też o postawie izolowania osoby starszej od sprzętu z obawy przed jego uszkodzeniem przez niekompetentnego seniora. Niekiedy także partnerzy srebrnych graczy wypowiadają się krytycznie o tej pasji, uważając, że to marnowanie czasu, wykazując sceptycyzm czy po prostu zupełny brak zainteresowania. Z czasem mogą się też pojawić różnice zdań i odmienne oceny tych samych sytuacji, o czym mnie poinformowała jedna z kobiet (K70/2) – z jednej strony opowiadała o swoim dziecku jako tym, które oddało jej przed laty swoją starą konsolę i tym samym otworzyło przed nią szansę wejścia w zupełnie nowy i fascynujący świat cyfrowej rozrywki, z drugiej przytaczała niedawne wspólne rozmowy, w których pojawiły się stwierdzenia, że jej zależność od gier to nie „pasja” (przekonanie rozmówczyni), ale już „uzależnienie”, a ona jest „nałogowcem”. Jednak także u srebrnych graczy dało się dostrzec postawę do pewnego stopnia zamkniętą. O negatywnej opinii moich rozmówców na temat zaangażowania wnuków w gaming piszę dalej, w tym miejscu wspomnę niechęć dziadków do kupowania wnukom gier czy niewielką gotowość do dzielenia się własnym sprzętem – konsolą bądź komputerem.

Problematyczne wydaje się też zjawisko „porzucania” seniorów w ich fascynacji grami cyfrowymi. Chodzi mi tu o sytuację „odgrodzienia” starszych i młodszych członków rodzin, którzy granie traktują jako praktykę realizowaną indywidualnie lub w ramach własnej grupy rówieśniczej,

która, jak się okazuje, niekoniecznie jest tożsama z własną grupą wiekową, szczególnie jeśli senior bierze udział w rywalizacjach wieloosobowych, gdzie brakuje równoletków i dominują ludzie młodzi<sup>78</sup>. W realiach życia rodzinnego takie „porzucenie” babci bądź dziadka może być funkcjonalne, ponieważ grająca starsza osoba ma się czym zająć, a młodzi – zaafierowani własnymi licznymi obowiązkami – nie muszą w tak dużym stopniu dbać o rozrywki i czas wolny starszych. Niestety w przypadku niektórych moich rozmówców prowadzi to do sytuacji, w której osoba starsza niekiedy przez lata „zajmuje się sama sobą” w wirtualnych światach, wcale nie angażując się przy tym w relacje z innymi lub robiąc to w sposób zapośredniczony i często ograniczony przez dostępne w grach komunikatory, co nie zawsze prowadzi do wytworzenia trwałej relacji. Jeden z mężczyzn (M75) zwrócił uwagę, że nawet pomimo istotnej cechy wspólnej (podobna choroba) jego wirtualna znajomość z innym seniorem w grze *Plemiona* nie przetrwała wbudowanego w nią mechanizmu restartu światów, który w dużym uproszczeniu polega na przywróceniu początkowych statystyk i wymusza na graczach ponowne budowanie swojej pozycji.

W przekazywanych mi historiach rozmówcy przywoływali sytuacje z przeszłości, kiedy częściej dochodziło do prób wspólnego grania z własnymi dorastającymi dziećmi. Niekiedy na tym tle dochodziło do konfliktów, na przykład o dostęp do jedynego w domu komputera, na którym osobno pograć – w „swoje” gry – chcieli matka i syn (K60/1). Inny rozmówca przywoływał „umowę” z dziećmi sprzed lat, kiedy obiecał im zakup komputera w zamian za to, że nauczą go obsługiwać to urządzenie. Jednak w grupie zrekrutowanych do projektu srebrnych graczy w zasadzie nie dochodziło w momencie przeprowadzenia wywiadu do sytuacji wspólnego sięgania po gry w gronie rodzinnym, a jeśli już o nich wspomiano, to w już wzmiankowanym ujęciu historycznym. Nawet w domach, gdzie pod jednym dachem mieszkali dwaj gracze, zazwyczaj nie podejmowano już prób wspólnego grania. Tak było u jednego z mężczyzn (M75), którego żona także od wielu lat sięgała po proste gry logiczne i zręcznościowe, a on grał w *Plemiona*. Pomimo że dzielili ten sam komputer i musieli go sobie przekazywać, to przez lata nie wpadli na pomysł, aby znaleźć grę, przy której mogliby się bawić wspólnie i razem spędzić ten czas. Do podobnej sytuacji doszło w domu jednej z moich rozmówczyń (K60/2), u której przed

---

<sup>78</sup> W opinii moich rozmówców zazwyczaj szybsi w reakcjach i metodach komunikacji, częściej inwestujący realną walutę na płatną zawartość w grach, bardziej zaangażowani w rozrywkę i konfrontacje z innymi ludźmi, także w sensie komunikacyjno-emocjonalnym.

60. rokiem życia narodziła się fascynacja mobilną grą ruchową *Pokemon Go* – zupełnie niezależnie od wieloletniego zainteresowania komputerowymi grami ekonomicznymi i strategicznymi jej męża. Jak podkreślała, takie produkcje przesadnie – na wiele godzin – angażują współmałżonka w pozycji siedzącej, co z kolei jej „nie cieszy” ze względu na biurowy charakter wykonywanej przez niego pracy zawodowej. Mamy tu więc do czynienia z rozejściem się potrzeb i zarazem form aktywności członków rodziny, także w sferze cyfrowej rozrywki, co w połączeniu z relatywnie niewielką liczbą srebrnych graczy i ich rozproszeniem utrudnia niekiedy osobom starszym odnalezienie odpowiedniego współgracza. Ponadto ujawnia się tu alienujący potencjał grania, gdy każdy ma „swoje” gry – wymagające zaangażowania czasowego i poznawczego, ale pozbawione wymiaru wspólnotowego.

Jedna z rozmówczyń (K80), być może próbując usprawiedliwić swoje wnuki, zadała mi w trakcie wywiadu bezpośrednie pytanie, reagując w ten sposób na moją sugestię o możliwości wspólnego grania z wnuczętami: „Ma pan czas przyjść do babci?”. Dodała przy tym, że w trakcie i tak niezbyt częstych spotkań rodzinnych „nie ma czasu” na gaming, gdyż ważniejsze są rozmowy. Jednocześnie zasugerowała ona ciekawy trop interpretacyjny, mówiąc: „Każdy już ma swoje zajęcia, a ja przynajmniej mam swój laptop”. Być może część seniorów wcale nie chce dzielić się sprzętem i grami z innymi, bo to dla nich przestrzeń swoistej autonomii od dzieci i wnuków? Inną potencjalną barierą dla międzygeneracyjnego grania w rodzinach jest przekonanie istotnej części badanych o przesadnym i rozwojowo niekorzystnym zaangażowaniu wnuków w gaming (z kolegami, z obcymi przez sieć). Dlatego niektórzy „nie próbują wciągnąć w nałogi” swoich wnuków (M70/1), nie chcą ich odciągać „od szkoły” czy nauki (K70/2) lub też restrykcyjnie podchodzą do zagadnienia ograniczeń wiekowych, do pewnego stopnia bardziej niż rodzice, co jest akurat przejawem świadomego i poważnego traktowania gier. Ta krytyczna opinia o negatywnym wpływie gier cyfrowych na dzieci i nastolatki była na tyle wyraźna u części moich rozmówców, że można ją traktować jako jedną z kluczowych barier w realizacji wewnątrzrodzinnego i międzygeneracyjnego grania. Inną, nieco zaskakującą przeszkodą jest różnica w kapitale growym, ale na niekorzyść młodszych graczy. Zazwyczaj przyjmuje się – i tak też to opisywałem we wcześniejszych rozdziałach – że to ludzie starsi posiadają niższe kompetencje w porównaniu z młodszymi i rzeczywiście najczęściej tak jest. Jednak wśród moich badanych znalazły się osoby, które początkowo ucząc się grania od swoich dzieci, po latach osiągnęły poziom kompetencji, który sprawia, że są oni zbyt trudnym do pokonania w grze przeciwnikiem.



Doświadczyła tego rozmówczyni (K70/2), która spróbowała przed laty wspólnej zabawy w sieciowym trybie *Red Dead Redemption* ze swoją pociechą. Okazało się jednak, że różnica pomiędzy poziomami awatarów obu graczy była tak znacząca na korzyść postaci seniorki, że rozgrywka na dłuższą metę okazała się pozbawiona sensu. Ciekawą historią podzielił się też rozmówca (M70/2), który zachowuje na komputerze zapisy ze swojego przejścia gry *Wiedźmin 3* specjalnie po to, by je udostępnić swojej wnuczce, gdy ta go odwiedza i chce pograć w tę produkcję. W innym miejscu przypomina, że próbował w przeszłości grać ze swoim dorosłym synem – także zaangażowanym graczem – w *Medieval: Total War* i młodszy gracz „nie miał żadnych szans”. To jednak nie dziwi w perspektywie ilości czasu, jaki mój rozmówca poświęcił na tę serię gier. Te historie pokazują, że przy odpowiednim podejściu, motywacji i wystarczającej ilości czasu srebrni gracze mogą rozwinąć swój kapitał growy do poziomu, który umożliwia im nie tylko prowadzenie rozgrywek z młodszymi graczami, ale też wygrywanie. Bywa tak przynajmniej w ramach grania rekreacyjnego, ponieważ sfera profesjonalnych zawodów e-sportowych stanowi odmienną i znacznie bardziej wymagającą pod względem psychoruchowym przestrzeń cyfrowych zmagania, chociaż jak wcześniej pokazałem, starsi gracze i tu mogą sporo osiągnąć.

Niższy potencjał osób starszych w kompetytywnym gamingu może być też powiązany z przytaczanymi w części teoretycznej wnioskami z badań zastanych, z których wynika, że grający seniorzy są mniej motywowani chęcią otwartej konfrontacji z żywym przeciwnikiem. Takie nastawienie uwidocznili się także podczas rozmów. Jedna z uczestniczek badania (K70/2) opisała swoje trudne początki z trybami dla wielu graczy, mówiąc: „Ledwo weszłam [w tryb multiplayer w grze *Assassin's Creed: Brotherhood* – przyp. DG], to mnie zabili! Zrezygnowałam. Powiedziałam »nie chcę i już«”. Inna rozmówczyni (K60/2) wyjawiała, że dość długo nie mogła zdecydować się na bezpośrednie rywalizowanie z innymi ludźmi w *Pokemon Go*. Jak powiedziała: „Na początku miałam obawy przed wszelkimi walkami”, i podjęła się tego dopiero po osiągnięciu 35. poziomu w grze. W obu przypadkach pomocni okazali się młodzi członkowie wspólnot wytworzonych wokół tych gier – w pierwszym: wirtualnej (badana otrzymała ofertę pomocy na forum internetowym, która polegała na objaśnieniu zasad, a następnie wspólnej grze w trybie sieciowym), a w drugim: działającej na pograniczu wymiaru fizycznego i wirtualnego (młoda kobieta – dostrzegając pewne zagubienie u mojej rozmówczyni, podeszła do niej na ulicy i zaferowała wspólne „polowanie” na pokemony).



Jak już sygnalizowałem, prób wspólnego sięgania po gry cyfrowe w okresie poprzedzającym nasze rozmowy nie było zbyt wielu. Z pewnością pozytywną ilustracją tej praktyki jest doświadczenie korzystającej z *Pokemon Go* graczką (K60/2), która od czasu do czasu zabierała swojego 4-letniego wnuka na spacer, podczas których oboje łapali wirtualne stworzki przy użyciu smartfona. Z relacji rozmówczynie wynika, że obu stronom te wyjścia dostarczały wiele radości i była to prosta, ale angażująca okazja do spędzenia razem czasu, a jednocześnie ważnej dla seniorów aktywności fizycznej<sup>79</sup>. Podobne pozytywne wrażenia towarzyszyły jej w trakcie bezpośrednich kontaktów ze współgraczami na ulicach podczas łapania pokemonów, kiedy docierały do niej ze strony młodszych zazwyczaj graczy „pozytywne gesty”, na przykład w sytuacjach, gdy popełniała błąd czy zostawała „w tyle”, a pozostali czekali, by mogła dołączyć do drużyny. Co więcej, zwraca ona uwagę na więziotwórczy potencjał zaangażowania w *Pokemon Go*, gdyż spacerując po ulicach i rozmawiając z innymi ludźmi, także z przedstawicielami własnej rodziny, którzy przez jakiś czas grali w tę produkcję, doświadczyła ona poczucia wspólnoty i zbliżenia do innych. O podobnie wspólnotowym doświadczeniu wspominała inna badana (K70/3), która kilkanaście lat temu przeżyła ze swoją rodziną fascynację książką, filmami, a także grą o Harrym Potterze, co ówczesnie było treścią wielu wewnątrzrodzinnych interakcji i rozmów – wspólnego grania, dzielenia się opiniami czy radami dotyczącymi rozgrywki. Przykładów międzygeneracyjnego grania w zbadanej grupie seniorów doszukiwać się można także poza kręgiem rodziny – podczas rozgrywek sieciowych z obcymi ludźmi. Mówiła o tym między innymi rozmówczynie (K70/2): spotkała ona w grze *Red Dead Redemption* grupę bardzo młodych graczy, którzy zareagowali pozytywnie na wieść o zaawansowanym (jak na stereotypową graczkę) wieku mojej rozmówczynie, a następnie wprowadzili ją do gry, otaczając wsparciem i opieką.

Podsumowując opisywaną wcześniej praktykę międzygeneracyjnego grania – w której niewątpliwie dostrzegam spory potencjał – muszę stwierdzić, że w domach moich rozmówców nie była to popularna forma

---

<sup>79</sup> Przykład babci grającej wspólnie z 4-latkami może jawić się jako kontrowersyjny ze względu na konieczność ograniczania ekspozycji dzieci na media ekranowe. Warto jednak pamiętać, że eksperci takich instytucji jak WHO czy AAP (American Academy of Pediatrics) sugerują nie całkowity zakaz, a ograniczenie (do godziny dziennie) używania ekranów przez osoby w takim wieku, najlepiej w relacji z inną osobą (np. rodzicem), co dodatkowo obniża negatywne skutki takiej praktyki (Pappas 2020). W przytoczonym przykładzie użycie smartfona odbywało się nie tylko w relacji, ale i w ramach rozwojowo korzystnej aktywności fizycznej.

zaangażowania w cyfrową rozrywkę, gdyż: (1) w kręgu rodzinnym młodszy, ale także starszy, zasadniczo nie wykazywali takiego zainteresowania, (2) moi rozmówcy nie widzieli potrzeby czy możliwości międzygeneracyjnego czy wewnątrzgrupowego grania w sferze instytucjonalnej – zarówno z powodu ograniczeń oferty (brak sprzętu w lokalnych instytucjach czy ogłoszeń o możliwości skorzystania z gier cyfrowych), osobistych preferencji (przyzwyczajenie do grania w domu czy w gry dla pojedynczego gracza), jak i ograniczeń zdrowotnych (trudności w poruszaniu się ze względu na niepełnosprawność). Dlatego grają sami lub z obcymi przez sieć, nawiązując tym samym często powierzchowne, czasowe i przygodne relacje z obcymi w trakcie rozgrywek wieloosobowych. Przy tym w pojedynczych przypadkach te kontakty wychodziły poza sferę cyfrową. Jedną z moich wyjątkowo mocno zaangażowanych w wieloosobowe rozgrywki rozmówczyń (K70/2) dostawała grove gadżety (m.in. plakaty, breloki) od swoich młodszych współgraczy.

Na kilka zdań zasługuje temat rozwoju zainteresowania grami cyfrowymi w ramach własnej grupy rówieśniczej. Wśród moich rozmówców udało się ujawnić dwa pozytywne przykłady wspólnego sięgania po gry przez osoby starsze. Jedną z rozmówczyń (K80) przyznała, że podczas jej spotkań z niespełną 70-letnią bratową dochodzi do czegoś na wzór lokalnych turniejów w grach przeglądarkowych (m.in. pasjanse). W ich trakcie obie panie grają na własnych laptopach, siedząc w osobnych pokojach, a następnie porównują wyniki punktowe, by w ten sposób orzec, która z nich wygrywa. W przypadku obu kobiet inspiracją do podjęcia prób wspólnego grania był brat mojej rozmówczynie. Także po jego śmierci kobiety kontynuowały tę formę spędzania czasu wolnego. Inny przykład to historia kolejnej z moich rozmówczyń (K70/2), która czasem odwiedza swoją sąsiadkę, by na jej konsoli przechodzić zainstalowane tam gry, co drugiej z kobiet zapewnia zadowolenie. Co prawda w tej sytuacji nie dochodzi do wspólnej rozgrywki, ale przykład ten pokazuje, że nie jest ona konieczna do tego, by gra stanowiła okazję do towarzyskiego spotkania starszych ludzi. Zresztą obie kobiety nawzajem się odwiedzają i wspierają. To u mojej rozmówczynie jej sąsiadka miała okazję po raz pierwszy skorzystać z konsoli i gamepada, co jej się początkowo bardzo spodobało. W kolejnych latach okazywały sobie one wzajemną pomoc w obsłudze komputera czy rozwoju umiejętności, na przykład przy tworzeniu stron internetowych. Dochodziło do sytuacji, w których bardziej kompetentna – pod względem kapitału growego – z kobiet objaśniała drugiej zasady gier czy przechodziła za sąsiadkę trudniejsze fragmenty rozgrywanych na konsoli produkcji. Te sytuacje pokazują potencjał wewnątrzgeneracyjnych działań samopomocy sąsiedzkiej, jakie

mogą wobec siebie podejmować osoby starsze, także w kontekście cyfrowej rozrywki. Jednocześnie w doświadczeniu większości moich rozmówców i rozmówczyń inne osoby starsze nie stanowią szczególnie ważnych partnerek czy partnerów do rozgrywki, a także źródła informacji o grach czy inspiracji do grania. Jednym z tego powodów może być nastawienie do innych ludzi i budowania więzi, na przykład niewielkie zainteresowanie relacją z sąsiadami, ale także aktywny styl życia i liczne zajęcia, które ograniczają zasoby wolnego czasu. Jak przyznała pewna srebrna graczyca (K70/3): „Gdybym miała więcej czasu, to pewnie łączyłabym seriale z graniem większym, ale że czasami nie mam na to czasu, więc ta aktywność [gaming – przyp. DG] być może dopiero się rozwinie... ja wiem? Może po osiemdziesiątce?”. Jeden z mężczyzn (M70/1) przyznał, że ma kolegę, który „namiętnie”, ale jednocześnie „zupełnie inaczej” gra w gry cyfrowe. W opinii mojego rozmówcy styl grania jego kolegi cechuje się dużą dynamiką – często („co trzy wieczory”) pobiera on nowe tytuły ze Steamu i nie skupia się przez dłuższy czas na jednej produkcji. Inny jego znajomy preferował samodzielne potyczki w grach z serii *Europa Universalis*, przez co mój rozmówca nigdy nie miał okazji z nim wspólnie pograć. Tak samo jak mężczyzna (M70/2), którego znajomy przez lata grał tylko w strategię z cyklu *The Settlers*, co narrator dość wymownie skomentował, stwierdzając: „To trochę tak, jakby monokulturę uprawiać”. Podobnym doświadczeniem podzieliła się jedna z intensywnie grających senierek (K70/2), która w przeszłości podjęła próbę kontaktu z innymi seniorami w usłudze PlayStation Network. Udało jej się zapoznać z kilkoma osobami, ale pomimo jej chęci i technicznej możliwości do wspólnych rozgrywek nie doszło, ponieważ te osoby preferowały inne produkcje. Przytoczone tu przykłady uświadomiamy, że nawet jeśli osoby starsze dzielają pasję do gier, to różnice w zasobach kapitału growego czy preferencji mogą w znaczący sposób ograniczać ich potencjał do zaaranżowania sesji wieloosobowych – bez względu na charakter łączącej ich relacji (bezpośrednie, pośrednie). Niektórzy z moich rozmówców (np. M60) nawet nie mieli świadomości, że w sieci można odnaleźć innych starszych graczy, co pokazuje pewne problemy z integracją oraz widocznością tej wciąż specyficznej podkategorii graczy.

Trudno jednoznacznie ocenić rolę bliskich w rozwoju pasji do gier w przebadanej grupie seniorów i senierek, ponieważ z jednej strony osoby te okazywały wsparcie, ale też generowały sytuacje w pewnym stopniu niekorzystne czy konfliktogenne. Podobnie było w kwestii zaangażowania – okazało się ono zmienne w czasie, od regularnego po zupełnie okazyjne. Potwierdza się przywoływana w części teoretycznej opinia o istotnej roli rodziny w rozwijaniu zainteresowania grami cyfrowymi u osób starszych,

ale jednocześnie w badanej grupie obraz tych relacji jest bardziej złożony. Nie jest to też zaangażowanie we wspólne, międzygeneracyjne granie, co ogranicza zakres możliwych korzyści w sferze rodzinnej i społecznej. Wspólne granie przywoływane było zazwyczaj w kontekście historycznym bądź doraźnym, kiedy młodsze osoby na krótko interweniowały, by wspomóc przeżywającego trudności srebrnego gracza. Pewne jest natomiast to, że w wielu przypadkach bliscy nie są w stanie zaoferować wsparcia, które pozwoliłoby przekroczyć typowo rozrywkowe użycie gier cyfrowych, gdyż nawet młodszy gracze często nie wychodzą poza ludyczny potencjał tego medium. Bliscy pomagają, ale w przebadanej grupie srebrnych graczy jest to zazwyczaj pomoc doraźna, skupiona na rozwiązywaniu konkretnych problemów: począwszy od braków sprzętowych, przez (re)konfigurację urządzeń bądź oprogramowania (w tym gier), a skończywszy na okazym wspomaganie w przechodzeniu poziomów. Nie są to jednak interwencje wyraźnie przyczyniające się do pełniejszego i bardziej świadomego zaangażowania osób starszych w cyfrową rozrywkę, a raczej podtrzymujące silver gamingowe *status quo*, skupione przede wszystkim na rozrywkowym aspekcie gier cyfrowych. Co więcej, nie zawsze rozumieją oni sytuację oraz ograniczenia człowieka starszego, co stanowi dodatkowe wyzwanie i może prowadzić do formułowania porad niekoniecznie korzystnych dla osób będących na zupełnie innym etapie życia. Niemniej istotna rola dzieci, wnuków bądź przyjaciół w inspirowaniu czy wspieraniu seniorów rozwijających zainteresowanie grami cyfrowymi jest oczywista, przynajmniej w perspektywie wygenerowanych przeze mnie danych, a także części przytoczonych wcześniej publikacji. Dlatego tym mocniej należy zwrócić uwagę na społeczne otoczenie osób starszych, rozwinać użyteczne narzędzia, które pomogą dzieciom czy wnukom wprowadzać swoich dziadków w gaming, a także propagować idee cyfrowej samopomocy sąsiedzkiej.

## 6.9. Promowanie gier cyfrowych – perspektywa srebrnych graczy

W zakończeniu tej części książki przedstawiam poglądy srebrnych graczy na zagadnienie promowania gier cyfrowych w ich własnej kategorii wiekowej. Jakie zdaniem moich rozmówców działania należy podjąć, aby silver gaming zyskiwał na popularności w Polsce?

W opinii moich rozmówców należy poszukać skutecznych sposobów na ukazanie gier cyfrowych seniorom i zainspirowanie ich do podjęcia próby szerszego otwarcia na świat wirtualny, szczególnie, że wiele osób

starszych może wciąż nie mieć przekonania, że granie nie jest zarezerwowane tylko dla młodych; odczuwa opory przed użyciem urządzeń cyfrowych czy wstyd przed proszeniem o pomoc (K70/2, K60/2). Najważniejsze jest zbudowanie powszechnego poczucia, że taki wybór istnieje, a w kolejnym kroku należałoby przygotować konkretne projekty wsparcia dla tych, którzy zechcą z tej nowej możliwości skorzystać. Ujawnia się tu przekonanie, że większość seniorów po prostu nie ma świadomości, że gry cyfrowe mogą być z powodzeniem wykorzystywane także przez osoby starsze, a zmiana tego stanu rzeczy wymaga podjęcia odpowiednich działań komunikacyjnych, co z pewnością może być realizowane przez instytucje, takie jak centra aktywności senioralnej czy uniwersytety trzeciego wieku. W przekonaniu uczestników badania początkowo inicjatywy wsparcia osób starszych powinny skupiać się na rozwoju kompetencji cyfrowych, czyli obsługi komputera i internetu, ale ważny jest, zdaniem badanych, odpowiedni model kształcenia – należałoby odejść od linearnego i jednostronnego przekazu, skupionego wyłącznie na najbardziej podstawowych i użytecznych funkcjonalnościach takich urządzeń i włączyć do programów kursów czy warsztatów także elementy rozrywkowe, w tym gry cyfrowe (K70/1). Powinno się przy tym pamiętać o dostosowaniu poziomu trudności do kompetencji i doświadczeń uczestników, a także o oferowaniu alternatyw, zarówno jeśli chodzi o rodzaje sugerowanych gier, jak i prezentowanych sprzętów (K70/3), gdyż, jak się okazuje, osoby starsze są zróżnicowane pod kątem preferencji i należałoby im zaprezentować wszelkie możliwe platformy do grania.

W wypowiedziach niektórych rozmówców wybrzmiewała sugestia, by zadbać o odpowiednią strukturę inicjatyw ukierunkowanych na promowanie gamingu wśród seniorów, tak aby na początku nie przesadzać z oferowaniem skomplikowanych, złożonych i dynamicznych gier, które mogą przytłoczyć i zniechęcić wciąż jeszcze niedoświadczonych graczy, a zarazem nie powinno się zatrzymywać tylko na prostych tytułach, ponieważ istotne jest wzbudzenie ciekawości. Zdaniem części rozmówców można ją wywołać przez z jednej strony odwołanie do zainteresowań seniorów (w sensie ogólnym, jak i konkretnie na przykładzie konsumowanych treści kultury czy podejmowanych działań w czasie wolnym), a z drugiej jednocześnie przedstawienie im innych gier do wypróbowania (K80), obejmujących zarówno prostsze, nieangażujące, jak i bardziej skomplikowane propozycje tytułów AAA. Na początkowym etapie wystarczające mogą być gry oparte na klasycznych pomysłach, chociaż w optymalnym ujęciu powinny być one dostosowane do preferencji, kompetencji (cyfrowych i medialnych), a także zasobów kapitału growego konkretnej osoby, by w ten

sposób ograniczyć ryzyko zniechęcenia seniora czy seniorki<sup>80</sup>. Sugerowanie gier zbyt uproszczonych może wywołać taki efekt, gdyż jak zauważyła jedna z rozmówczyń (K70/2): „Ale gierki [dostępne na konsole w jednej z lokalnych instytucji – przyp. DG], bo mi pan pokazywał z obsługi, to jest takie badziewie, co ja bym kijem nie chciała ruszyć. No bo to są gry dla dzieci”. Z innych wypowiedzi da się też wyciągnąć wnioski dotyczące potencjalnie interesujących dla seniorów gatunków gier, na przykład „zmuszających do myślenia” (M70/2) gier strategicznych czy gry ruchowej, „przy której nie trzeba siedzieć w domu przy komputerze, można wyjść na świeże powietrze” (K60/2), co koresponduje z moją wcześniejszą sugestią o konieczności wykorzystywania języka korzyści w kształtowaniu skutecznych zachęt do sięgania po gry cyfrowe na późniejszych etapach życia. Przy tym warto te zalety ukazywać w szerszym kontekście: miejsc (np. muzea, wystawy, puby dla graczy, które można odwiedzać w celach towarzyskich), dzieł kultury (książki, filmy lub seriale związane tematycznie z grami), zjawisk (na przykład praktyki cosplayu czy e-sportu, które można podziwiać bądź realizować w praktyce) lub nawet produktów (gadżety typu breloki czy plakaty, o których wspominali moi rozmówcy). Takie poszerzenie perspektywy jest istotne, ponieważ zaangażowani w projekt gracze powtarzali dość oczywiste przykłady czerpanych z grania korzyści, ale brakowało im pogłębionego wglądu i wiedzy, jak szerzej wykorzystać to medium do samorozwoju, co wcześniej omówiłem już na przykładzie DGBL (*Digital Game-Based Learning*) czy edukacji pośredniej (*tangential learning*). Warto odnotować, że o ile dobrze jest rozpocząć od kwestii pozytywnych, o tyle w działaniach ukierunkowanych na promowanie silver gamingu należy także pamiętać o higienie cyfrowej, by w ten sposób chronić starsze osoby przed negatywnymi konsekwencjami zdrowotnymi oraz społecznymi zaangażowania w gaming, o czym pisałem we wcześniejszych fragmentach książki.

Jednocześnie gatunkiem mniej kompatybilnym z upodobaniami i potrzebami seniorów są „pierwszoosobowe strzelanki” (FPS), dlatego osoby chcące zachęcać starszych ludzi do gier cyfrowych powinny szczególnie zastanowić się nad kolejnością wprowadzania do schematu kształcenia poszczególnych typów gier, biorąc pod uwagę ich charakterystykę oraz poziom kompetencji cyfrowych i kapitału growego wśród seniorów, a także ich indywidualne upodobania. Niektóre cechy gier niejako stają „w kontrze” do ograniczeń wynikających z procesu starzenia się organizmu. Chodzi mi

---

<sup>80</sup> Praktyczna realizacja tej sugestii może wiązać się z koniecznością reorganizacji wsparcia w kierunku oferty indywidualnego mentoringu bądź spotkań w mniejszych grupach zajęciowych.



tu o zazwyczaj wysoką dynamikę rozgrywki, konieczność podejmowania szybkich decyzji, wymóg dobrej sprawności manualnej oraz wzrokowej, a także perspektywę, w której świat przedstawiony jest z „oczu” bohatera (FPP – *first-person perspective*). Taki pozbawiony widoku całego awatara rzut może powodować u niektórych odbiorców zawroty czy ból głowy, na co zwróciła uwagę jedna z graczek (K70/2), mówiąc, że nie sięga po gry pierwszoosobowe. Często obecna w strzelankach przemoc może zniechęcić użytkowników unikających takich treści (K60/2), tak samo jak traktujących strzelanki jako stratę czasu bądź uważających, że takie gry są zbyt wymagające ze względu na pogarszający się wzrok i refleks (M70/2). Bez względu na gatunek z pewnością ważna jest polska wersja językowa gry, gdyż bariera językowa może być dla większości seniorów i seniorów mocno zniechęcająca. Dlatego wybierając produkcje do polecenia, warto się upewnić, że posiadają one pełną lokalizację lub przynajmniej napisy w języku polskim.

Poruszając wątki promowania gier wśród osób starszych, moi rozmówcy dawali do zrozumienia, że na skuteczność tego przedsięwzięcia ma też wpływ przyjazne środowisko, okazujące merytoryczne, a także emocjonalne i motywacyjne wsparcie do rozwoju kompetencji i kapitału growego. Zdaniem badanych to wsparcie powinno polegać między innymi na wykazywaniu postępów i sukcesów początkującego srebrnego gracza – zarówno w formie informacji zwrotnych w samej grze (np. zadanie zakończone z sukcesem), jak i w pozytywnych reakcjach otoczenia (edukatorów, rodziny, przyjaciół). Co więcej, osoby starsze często czują obawy przed podjęciem działań, ponieważ boją się, że w ich wyniku coś się zepsuje bądź przestanie funkcjonować, stąd też muszą one czuć się bezpiecznie i mieć poczucie, że obok jest ktoś przygotowany na korygowanie ich ewentualnych błędów. Ważne jest też dla nich metodyczne, uważne tłumaczenie „krok po kroku” funkcji czy możliwości sprzętu oraz oprogramowania, w tym gier cyfrowych, a także pomaganie w radzeniu sobie z nieuniknionymi w grach porażkami czy trudnymi fragmentami, które początkowo mogą irytować czy zniechęcać – szczególnie w rywalizacjach wieloosobowych. Niekiedy wymaga to przejścia od osoby starszej kontrolera na wymagającym etapie gry, innym razem wystarczająca będzie rzeczowa rozmowa i przekazanie objaśnień. Jednak w każdym przypadku potrzebna jest odpowiednia postawa ze strony wspierających czy edukatorów, cechująca się w opinii moich rozmówców cierpliwością i wyrozumiałością (czego zdaniem niektórych brakuje młodemu), a także wystarczająca ilość czasu i przestrzeni do nauki w tempie odpowiadającym osobom starszym, by w ten sposób „dać im szansę na spróbowanie” (K70/1) gamingu. To ważne, ponieważ „kandydaci”



na srebrnych graczy mogą wspomagać się własnoręcznie przygotowywanymi notatkami z dokładnymi instrukcjami uruchamiania sprzętu czy gier, schematami sterowania, objaśnieniami opcji, ważnymi pojęciami, hasłami dostępu itd., do czego przyznali się niektórzy moi rozmówcy. Przygotowanie takich zapisków angażuje czasowo i poznawczo. Natomiast sama teoria nie jest wystarczająca, ponieważ własne doświadczenie rozgrywki jest niezbędne, aby się przekonać, „z czym to się je” (K70/3) czy nabrać pewności o osobistej sprawności i sprawczości (K70/2): „To jest miłe, że gra doceniła mój wysiłek i jednak mi się udało (...). To jest takie poczucie »a jednak potrafię«”. Innymi słowy chodzi o weryfikację w praktyce tego, czy dana aktywność komuś odpowiada i na ile sobie z nią radzi. Co istotne, dla części seniorów i senierek odpychające mogą być nawet tak specyficzne elementy gier, jak głośna, natarczywa muzyka, o czym powiedziała jedna z badanych (K80) – jeśli osoba starsza nie będzie w stanie skonfigurować gry w odpowiedni sposób (w tym przypadku wyciszyć muzykę w opcjach), to może całkowicie z niej zrezygnować. Co więcej, problematyczne mogą być wypracowane już schematy czy przyzwyczajenia w użytkowaniu urządzeń cyfrowych. Jeśli ktoś nawykł do sterowania przy użyciu myszy komputerowej, to wyzwaniem może okazać się nauka użycia gamepadów i odwrotnie. Stąd potrzeba dopytywania o odczucia starszych ludzi względem prezentowanych im produkcji oraz udostępnianych sprzętów.

Z opinii badanych seniorów można także wywnioskować, że po nabyciu podstawowych kompetencji cyfrowych i kapitału growego niezbędnych do obsługi gier, starsi ich użytkownicy powinni otrzymać pakiet informacji, w jaki sposób i gdzie mogą te gry zdobywać. Przy tym wymaga to, aby posiadali oni już podstawowe kompetencje cyfrowe, niezbędne do wyszukiwania informacji w internecie. Jednocześnie z powodu opisywanych już w kilku miejscach barier językowych po stronie senierek i seniorów, sugeruję raczej polskojęzyczne źródła. Moi rozmówcy zwracali jednak uwagę na jeszcze inne, ważne tu zagadnienia. Po pierwsze, niektórzy z nich, nawet ci posiadający relatywnie rozbudowane kompetencje cyfrowe oraz kapitał growy, mogą poczuć zagubienie wobec niezwykle bogatej oferty gier cyfrowych, na jaką można natknąć się w sieci. W odniesieniu do platformy Steam opisał to jeden ze srebrnych graczy (M70/1), mówiąc: „Mnie na Steamie przeraża ilość gier możliwych do wyboru”. Takie trudności można przezwyciężyć poprzez dokładne objaśnianie niektórych funkcji sklepów, takich jak filtry pozwalające na zawężenie wyświetlanej oferty do wąskich kryteriów. Drugim ważnym zagadnieniem jest fakt, że niektórzy seniorzy kupują gry cyfrowe w sklepach stacjonarnych, w tym popularnych sieciach. W trakcie wywiadów wymieniano Biedronkę (M70/1). Dlatego

przygotowując programy wsparcia, należałoby poruszyć i ten potencjalnie istotny dla seniorów wątek, ponieważ kupowanie gier w supermarketach nie wymaga posiadania specjalnych kompetencji, odbywania męczących wyjazdów (wiele takich obiektów znajduje się blisko miejsca zamieszkania) czy też ponoszenia znacznych wydatków (zazwyczaj, chociaż nie zawsze, cena gry jest obniżona). Natomiast wadą takich sklepów jest z pewnością nieaktualna czy niekiedy zaledwie czasowa oferta sprzedażowa, ograniczona do kilkunastu tytułów.

Z kwestią zakupu gier wiąże się błędne przekonanie części rozmówców, którzy twierdzili, że (m.in. M70/2) „gry dobrej klasy” zawsze kosztują bardzo dużo i trzeba na nie wydać kwoty rzędu kilkuset złotych, jednocześnie przyznając się do kupowania czasopism z dołączonymi grami – przede wszystkim chodzi o magazyn „CD-Action”, który jednak od połowy 2018 roku nie dodaje już pełnych wersji gier na fizycznym nośniku (płyta DVD), a od kwietnia 2020 roku jest pozbawiony jakichkolwiek cyfrowych dodatków. Aktualnie źródłem korzystnych (także darmowych) ofert i promocji jest internet (w tym poświęcone temu strony, np. polska witryna Łowcy Gier) lub też dystrybucja w modelu abonamentowym (np. Xbox Game Pass Ultimate na konsolach Microsoftu oraz komputerach z systemem Windows). O tej ostatniej możliwości moi rozmówcy nie wspominali, co sugeruje, że kwestia dostępu do tanich gier cyfrowych może wymagać większego zainteresowania ze strony edukatorów czy bliskich, szczególnie w perspektywie opisywanych wcześniej ograniczeń finansowych, z jakimi zmagają się polscy emeryci.

Najbardziej schorowani spośród moich rozmówców podkreślali, że wyjście poza miejsce zamieszkania jest dla nich trudne, dlatego nie mają możliwości skorzystania ze stacjonarnej oferty instytucji. Wynikać to może zarówno z sytuacji zdrowotnej czy niepełnosprawności, barier infrastrukturalnych (np. niedostosowane przejścia), jak i posiadanych przekonań – zamknięcia na nowe doświadczenia, obaw czy wstydu przed proszeniem o wsparcie kogoś obcego (K60/2) – co można nazwać samowykluczeniem polegającym na przyjmowaniu *a priori*, że dana aktywność „nie jest odpowiednia” dla ludzi starszych czy jest poza zasięgiem konkretnej osoby. Dla osób o ograniczonej mobilności jest to podwójna strata, ponieważ, jak zauważyła jedna z rozmówczyń (K60/1), rozwinięte kompetencje cyfrowe i zdolność zaangażowania w cyfrową rozrywkę – czego można nauczyć się w toku edukacji nieformalnej bądź pozaformalnej – mogą pomagać w nawiązywaniu relacji zapośredniczonych bez wychodzenia z domu. Inny wymiar samowykluczenia moich rozmówców to unikanie nazywania siebie „graczem” czy „graczką” – także przez tych, którzy od lat regularnie sięgają

po to medium, tak jak w przypadku jednego z mężczyzn (M70/1), który powiedział: „Mimo tego, że gram, ale czy jestem graczem? (...) Widzi pan, jest różnica pomiędzy tym, co ja robię, a graczem, który gra w różne gry, zmienia (...). Nie uważam się za gracza, dlatego że ja po prostu zabijam czas, a nie gram”. W tej wypowiedzi ujawnia się błędne przekonanie, że graczem możemy określić osobę, która z gier korzysta bardzo często i w sposób różnorodny. To unikanie samoidentyfikacji w roli gracza utrudniało niektórym wyrażanie własnego zdania, co dostrzec można w wypowiedzi innego uczestnika badania (M60), który nie potrafił znaleźć na siebie właściwego określenia: „Ja jako, jako »człowiek taki«... nie, nie starałem się grać w gry szybkie”. Takie pojęciowe wykluczenie naraża w moim przekonaniu osoby starsze na marginalizację w kulturze gier cyfrowych, gdyż w ten sposób poniekąd same wyrzucają się poza jej nawias.

Inną wartą rozważenia obserwacją jest to, że działania na rzecz promowania silver gamingu muszą być przygotowywane ze świadomością zróżnicowania kategorii osób starszych, o czym sam wspominam w części teoretycznej i na co zwróciła uwagę jedna z moich rozmówczyń, twierdząc (K60/1):

Dla mnie seniorzy to są moi rodzice, którzy mają po 80 kilka lat i ich nie da się już nauczyć obsługi nowej komórki, mimo że stare komórki umieli obsługiwać (...). Ludzie teraz coraz dłużej żyją, więc ta grupa 60+ to jest naprawdę bardzo niejednorodna, bo to jest no powiedzmy 40 lat... ciągłości. Czyli między mną a osobą 100-letnią to jest taka różnica, jak między 20-latkami a mną. Więc to jest bardzo niejednorodna grupa.

Jak pokazuję wcześniej, nawet zaawansowani wiekowo seniorzy czy seniorki mają możliwość nabycia nowych umiejętności czy rozwinięcia kolejnej pasji, chociaż w sensie statystycznym raczej nie są to częste przypadki. Także stan zdrowia może nakładać na osobę starszą dodatkowe ograniczenia, których kompensacja wymaga zastosowania indywidualnego podejścia i spersonalizowanych rozwiązań (np. dostosowanych ustawień gry czy celowo dobranego sprzętu). Tak więc wewnętrzne zróżnicowanie tej kategorii osób – które do pewnego stopnia przypomina heterogeniczność grupy graczy z niepełnosprawnościami (por. Gałuszka 2017b: 349) – stanowi kolejny czynnik i być może wyzwaniem w skutecznym promowaniu silver gamingu.

Poszukując praktycznych implikacji powyższych wniosków, a także uwzględniając doświadczenia z okresu pandemii COVID-19, warto rozważyć przygotowanie oferty zdalnych kursów e-learningowych z obsługi gier cyfrowych, z których mogliby skorzystać seniorzy, szczególnie ci o ograniczonych możliwościach przemieszczania się. Alternatywnym rozwiązaniem może być organizacja szkoleń realizowanych na zasadach tutoringów,

podczas których edukatorzy wizytują osoby starsze w ich domach, czy też stworzenie internetowej sieci wsparcia, w której e-mentorzy (w różnym wieku) zdalnie wprowadzają początkujących srebrnych graczy w świat cyfrowej rozrywki. Wreszcie nie można zapominać o opisywanych przez mnie wcześniej formach samopomocy sąsiedzkiej. Zdaniem niektórych moich rozmówców to właśnie sąsiedzi mają największą szansę na skuteczne udzielenie pomocy osobom starszym, a szczególnie tym najmocniej wyalienowanym społecznie (K60/2):

To samo trzeba też wziąć pod uwagę, jeśli chodzi o starszych ludzi, ludzi niepełnosprawnych. Nie wszyscy są otwarci. Niektórzy są mocno zasklepieni w swoim bólu. W swoich ograniczeniach. Trudno jest ich wyciągnąć. Łatwiej wyciągnie sąsiadka taką osobę z domu niż na przykład afisz na budynku, że wtedy a wtedy robimy takie a takie kursy. No bo jej jest ciężko wyjść – to jest raz, a dwa – ciężko poprosić.

Wątek wspólnotowy jest kluczowy także z perspektywy przekonania niektórych rozmówców o niskiej zdolności osób starszych do samoorganizacji w grupy, w których można razem realizować pasję do gier cyfrowych. Dlatego niezbędne jest podjęcie w tym temacie ponadgeneracyjnych i międzyinstytucjonalnych wysiłków w tworzeniu inicjatyw, dzięki którym powstaną takie miejsca fizyczno-wirtualnych spotkań. Pomocni mogą być w tym sami srebrni gracze, których można na poziomie lokalnym (w pobliskich instytucjach senioralnych) czy krajowym (w ramach ogólnopolskich akcji edukacyjnych czy informacyjnych) angażować w roli promotorów – czy używając modnego słowa „influencerów” – grania wśród osób starszych. Jedna z kobiet (K70/1) zasugerowała powołanie stowarzyszenia temu poświęconego, co mogłoby ułatwić proces organizacji opisywanych tu pomysłów, w tym w wymiarze finansowym. Być może partnerów dla takich działań należy poszukać wśród firm z prężnie rozwijającej się w Polsce branży gamej. Niestety, jak już o tym pisałem, instytucje nie zawsze potrafią współpracować z osobami starszymi w temacie gamingu, nawet z tymi aktywnymi i szukającymi kontaktu, czego doświadczyła jedna z rozmówczyń (K70/2). Opisała ona ofertę współpracy ze strony lokalnej instytucji, która jednak okazała się zbyt obciążająca i niekorzystna dla tej kobiety, gdyż musiałaby ona zbyt mocno się zaangażować – także w sensie finansowym. Zwróciła ona też uwagę, że przedsięwzięcia ukierunkowane na osoby starsze muszą gwarantować wysoki poziom organizacji i cechować się dbałością o szczegóły: „Bo ja jakbym chciała pokazać seniorom, jak to wygląda [gry – przyp. DG], to nie może to być zamazana grafika, bo mam ich zachęcić, a nie zniechęcić”.

Budowanie świadomości bycia graczem, tworzenie zachęt oraz dobrze zaprojektowanych inicjatyw instytucjonalnych jest istotne, ponieważ, jak wnioskuję ze zgromadzonych przeze mnie – zastanych i własnych – materiałów oraz wypowiedzi samych seniorów, nabywanie kapitału growego winno być realizowane w praktyce i w sprzyjającym otoczeniu, dającym okazję do wspomaganego, a z czasem samodzielnego doświadczenia gier. Czy w polskich instytucjach zapewnia się takie warunki?

## 7. Polskie instytucje senioralne a gry cyfrowe w opiniach ekspertów







Po fragmentach, w których przedstawiam silver gaming w ujęciu srebrnych graczy, przejdę do skromniejszej części książki, gdzie głos oddają ekspertom powiązanim z instytucjami senioralnymi. Poszerzenie przyjętej perspektywy pozwoliło na wygenerowanie wiedzy o działaniach podejmowanych w sferze edukacji nieformalnej oraz pozaformalnej, prowadzonej na rzecz społecznej aktywizacji i cyfrowej edukacji starszych Polek i Polaków, co uzupełnia wyłożoną już ścieżkę uczenia się nieformalnego, w którego ramach osoby starsze samodzielnie lub przy wsparciu bliskich rozwijają kompetencje cyfrowe i kapitał growy.

Staram się nie ograniczać jedynie do diagnozy, ale też pokazać konkretne działania, które ułatwiają bądź utrudniają popularyzację gier cyfrowych wśród polskich seniorów, najlepiej w sposób, który przyniesie im najwięcej korzyści osobistych, a także pomoże w realizacji pomysłnego toru starzenia się. Ta część książki, podobnie jak poprzednia, została oparta na badaniach techniką wywiadu swobodnego mało ukierunkowanego, które przeprowadziłem w grupie 10 zróżnicowanych pod względem doświadczeń ekspertek i ekspertów. Ich bardziej szczegółowe charakterystyki przedstawiam w dołączonym *Aneksie*. W tym miejscu jedynie zasygnalizuję, że są to osoby odmienne zarówno pod względem podstawowych zmiennych demograficznych, doświadczeń w pracy na rzecz społecznej aktywizacji i edukacji osób starszych, jak i stosunku do gier cyfrowych. Dzięki temu udało mi się wygenerować narrację o instytucjonalnym wymiarze zjawiska silver gamingu w Polsce, w której zawarte są zarówno przykłady warte naśladowania, jak i kwestie problematyczne. Dodatkowe źródło własne prezentowanych dalej rozważań stanowią dwie obserwacje jawne nieuczestniczące w domu opieki oraz centrum aktywności senioralnej.

## 7.1. Gry cyfrowe w życiu ekspertów

Omówienie perspektywy eksperckiej rozpocznę od ujęcia biograficznego, kreśląc w ten sposób historię użycia bądź unikania gier cyfrowych przez moich rozmówców, a także powody podjęcia przez nich problematyki starości i społecznej aktywizacji osób starszych.

Z przeprowadzonych rozmów wynika, że prywatne doświadczenia z grami cyfrowymi są istotne dla ich użycia bądź nauczania w kontekście edukacyjnym czy zawodowym. Wśród zaangażowanych do projektu ekspertów o grach cyfrowych nauczali w trakcie szkoleń czy warsztatów dla seniorów przede wszystkim ci, którzy wchodzili w rolę gracza. Jeden z mężczyzn (EM40) wspominał początek lat 90. XX wieku, kiedy pierwszy raz miał kontakt z grami projektowanymi na automaty, co przerodziło się następnie w wieloletnie i wciąż trwające zainteresowanie grami komputerowymi, między innymi obiema częściami *Diablo* i *Left 4 Dead*, *Baldur's Gate*, serią *Dark Souls* oraz *Wiedźmin* czy wreszcie mobilnym *Pokemon Go*. Przy tym niekoniecznie musi to być stale angażująca pasja, gdyż nawet osoby, które wobec rosnących obciążeń zawodowych czy rodzinnych były zmuszone ograniczyć ilość czasu poświęcanego gamingowi, w trakcie wywiadów częściej deklarowały realne i realizowane w praktyce wykorzystywanie tego medium. Tak jest w przypadku jednej z edukatorek (EK30), która jeszcze w okresie nastoletnim regularnie sięgała po nowe gry – głównie strategie i symulacje (m.in. *SimCity*, *Cywilizacja*). Jednocześnie osoby, które zupełnie odeszły od zainteresowania grami (m.in. EM35/1, EM60, EM35/2) lub nigdy nie poświęciły temu medium czasu (m.in. EK60, EK70), nie miały zbyt wiele do powiedzenia na ich temat, nawet jeśli od lat działały – osobiście lub reprezentowane przez instytucje – na rzecz edukacji cyfrowej osób dorosłych czy przy współtworzeniu polityk cyfryzacji. Potwierdza się tym samym często powtarzany pogląd, wedle którego celowe i świadome użycie gier wymaga najpierw ich poznania i zrozumienia. Zresztą wspominali o tym sami eksperci, doszukując się w braku doświadczenia powodów niskiego ich zdaniem zainteresowania tym medium wśród polskich edukatorów cyfrowych czy pracowników instytucji senioralnych. Jedna z ekspertek (EK35/2) objaśniła ten mechanizm, stwierdzając:

Nie mówię, że to jest niemożliwe [częstsze nauczanie o grach cyfrowych w projektach instytucjonalnych – przyp. DG], ale bardzo trudne do realizacji, ze względu na to, że osoby, które pracują w instytucjach, robią to w ramach wolontariatu. One mają też swoje zainteresowania, swoje potrzeby. Jakies swoje tam wizje i niekoniecznie grają. Żeby tak jakby wprowadzić gry na warsztatach, sami powinniśmy być graczami... i dostrzegać w tym pasję. No nie można uczyć czegoś, jeżeli to nie jest moja pasja, bo wtedy tą pasją potrafi się zarazić, tak? Innych. No, ale jeśli to nie jest pasja, to dlaczego senior starszy ma się zafiksować na punkcie gry?

W dalszej części swojej wypowiedzi zwraca ona uwagę, że samo sięganie po gry w życiu prywatnym niekoniecznie musi się przekładać na obszar

pracy zawodowej, co jej zdaniem wynika z dwóch czynników: kojarzenia gamingu ze sferą czasu wolnego i odpoczynku, a także brakiem umiejętności oraz wiedzy, niezbędnych do wdrożenia gier na zajęciach z osobami starszymi:

Można grać i pracować [z seniorami – przyp. DG] i w ogóle tego nie połączyć ze sobą i z tym się spotykamy teraz, że grę często kojarzymy jako taką funkcję rozrywkową i taką bardzo prywatną. To robię po pracy. Tutaj się tak jakby rozwijam, spełniam itd., ale niekoniecznie chcę to przenosić do swojej pracy zawodowej na przykład na warsztatach. (...) Czasem trudno jest to przenieść. (...) Robienie takich warsztatów [z wykorzystaniem gier cyfrowych – przyp. DG] w porządku, tylko (...) ja mogę nauczyć jak obsługiwać maila, ale to jest krok po kroku, tak? Zawsze wygląda (podobnie). W grach jest inaczej. Jak uczyć seniorów w ogóle poruszania się po grach? Na co zwracać uwagę? Tu jest ta nisza, taka niezaopiekowana. Dlatego te gry nie pojawiają się na warsztatach. One nie są pokazywane. No bo jak ja mam pokazać, nie wiem, *Wiedźmina*? No dobra, uruchamiamy *Wiedźmina*. Mamy już super kompy (...) no i co my w tym *Wiedźminie* robimy?

Poza brakiem własnych doświadczeń z grami oraz kompetencji ich użycia w kontekście edukacyjnym – co do pewnego stopnia przypomina opisywaną przeze mnie sytuację z użyciem gier przez nauczycieli w szkołach (por. Gałuszka 2017a: 195–196) – barierą utrudniającą poszerzenie wiedzy i kompetencji ekspertów w kierunku gamingu może być przekonanie, że granie „to strata czasu”. Takie podejście towarzyszyło jednemu z edukatorów (EM35/1), który w wieku nastoletnim zrezygnował z tej praktyki i już do tego zainteresowania nie wrócił. Podobnie inni – jeszcze bardziej doświadczeni – moi rozmówcy (EK70, EM60) tłumaczyli się brakiem czasu, licznymi obowiązkami lub też innymi zainteresowaniami. Trudno oczekiwać, że ktoś negatywnie nastawiony do gier czy zupełnie nimi niezainteresowany spróbuje poświęcić swój czas i zasoby na ich poznanie, a następnie wdrożenie do prowadzonych działań szkoleniowych czy też projektowanych strategii aktywizacji osób starszych. Warto zwrócić uwagę, że ogólna – czy też nawet ekspercka – wiedza i kompetencje cyfrowe nie stanowią „antidotum” do traktowania grania jako praktyki zasadniczo bezwartościowej czy szkodliwej, co zresztą już opisywałam na przykładzie poglądów psychologa Philipa Zimbardo, który wydał w ostatnich latach kilka publikacji jednoznacznie – i moim zdaniem nazbyt jednostronnie – negatywnie ujmujących wpływ gier cyfrowych na życie ludzi, a w szczególności mężczyzn (por. Gałuszka 2019b). Przełamanie własnych

uprzedzeń nigdy nie jest prostym procesem, ale niekiedy jest niezbędne, co uwidacznia się w historii jednej z ekspertek (EK35/1):

Na początku była miłość do gier, która została we mnie wbudowana, wskrzeszona, włożona przez mojego partnera (...). Działo się to w ten sposób, że jak jeszcze byłam w liceum, miałam lat 17 – nigdy przenigdy nie grałam w gry wideo. To nie było dla mnie. Nie znosiłam gier wideo z opowieści i uznawałam, że to strata czasu. (...) Poznałam partnera, który (...) w pewnym momencie pokazał mi *Dragon Age*. To była pierwsza część *Dragon Age*. I mówi: „spróbuj w to zagrać, to jest jak historia”. No dobra. Powiedziałam, że spróbuję. To było lato. Lipiec. Przesiedziałam przez cały lipiec wtedy przed komputerem i byłam zadziwiona sama sobą, że właśnie to jest tak mocno wciągające. Wciągnęło mnie kompletnie. Ja przesłałam wtedy kolejne części *Dragon Age*. Przeszłam potem *Fallout*. Przeszłam *Wiedźmina* i generalnie kilka innych gier po drodze. Mniejszych produkcji. Ostatnio sobie zaliczyłam *Assassina*. (...) Gram intensywnie i mocno głównie w erpegi<sup>81</sup> i głównie w strategię, chociaż większa moja miłość jest po stronie potężnych erpegów.

Realizowanie działań na rzecz rozwoju potencjału osób starszych do życia w realiach społeczeństwa cyfrowego także wymaga otwartej postawy i gotowości na podejmowanie nieoczywistych wyzwań. Dla jednej z ekspertek (EK60) takim wyzwaniem było zaobserwowanie indukowanych demograficzne przemian na lokalnym rynku pracy, powodujących przyrost odsetka osób w wieku poprodukcyjnym względem osób w wieku produkcyjnym, które wymagały jej zdaniem przygotowania do życia w nowych realiach „świata międzypokoleniowego”. Co więcej, jak przyznała, technologie cyfrowe stanowiły jej zainteresowanie już od lat 80. XX wieku, kiedy zaangażowała się w uniwersyteckie projekty z zakresu cybernetyki i promowania użycia komputerów. W efekcie przyjęcie technologicznej perspektywy na zmiany demograficzne było dla tej ekspertki dość naturalne, podobnie jak zaangażowanie się w działania na rzecz rozwoju kompetencji cyfrowych osób starszych, co od kilku lat realizuje w formie stacjonarnych i zdalnych warsztatów. Była ona nawet gotowa poświęcić swój czas i środki na przygotowanie opartej na grach oferty edukacyjnej dla osób starszych, jednak nie znalazł się nikt, kto mógłby ją w tym merytorycznie wesprzeć, co stanowi przykład kolejnej bariery w popularyzacji

---

<sup>81</sup> W kontekście cytowanej wypowiedzi chodzi o komputerowe gry fabularne, tak zwane cRPG, w których głównym zadaniem gracza jest rozwój wirtualnego bohatera i eksploracja świata przedstawionego – zarówno przestrzenna, jak i fabularna, co odbywa się przez realizację zadań czy misji (questów).

silver gamingu w polskich instytucjach. Regularne kontakty z technologiami informacyjno-komunikacyjnymi stanowiły zaplecze także dla innej ekspertki (EK30), która pracowała w branży nowych mediów, a komputerami, nowościami czy innowacjami interesowała się „od dziecka”, kojarząc ten obszar z „otwartością”. Zwróciła ona też uwagę na kwestie oddziaływania środowiska, wrażliwości wobec „wykluczanych” grup, chęci przełamywania stereotypów, zdolności utrzymywania dobrych relacji z osobami starszymi oraz myślenia perspektywnego i świadomości własnej przemijalności:

To byli fajni, otwarci ludzie i bardzo wrażliwi społecznie [pierwsi zawodowi współpracownicy rozmówczyni – przyp. DG], więc o pewnych rzeczach się po prostu tam rozmawiało. (...) To dotyczyło wszystkich grup. To dotyczyło osób homoseksualnych, migrantów już wtedy jakichś pierwszych w ogóle powiedzmy takiej akceptacji inności. Mi z jakiegoś względu po prostu gdzieś tam te osoby starsze zaczęły się pojawiać i ja się zaczęłam z nimi dobrze dogadywać. To znaczy mi jakoś pasował ich temperament i *de facto* odpoczywałam w tym kontakcie. Też zobaczyłam, że to jest taka grupa, która jest właśnie zaniedbana... a ja lubiłam zawsze wyszukiwać takie nieoczywistości. Na skutek tego kontaktu z nimi, nowych technologii, zobaczyłam, że my tutaj jesteśmy młodzi, fajni (...), no ale co z innymi ludźmi i zaczęłam myśleć o tych osobach starszych, które są postrzegane tak bardzo stereotypowo i ten stereotyp sprawdza się w bardzo dużym procencie. Zaczęłam też poznawać ludzi, u których to się nie sprawdza. To jest jedna rzecz i druga rzecz jeszcze, że zaczęłam myśleć o swojej starości. (...) Ja teraz jestem młoda, wszystko jest ekstra, ale nie będę młoda całe życie i nie chcę wylądować nagle w społeczeństwie, które mówi mi, że: „sorry, nie wiem, masz 70 lat i narka, i nie możesz nic robić”. Nie ma dla ciebie możliwości. Jedyną twoją drogą rozwoju i kariery jest, żeby dobrze pilnować wnuków, ewentualnie im gotować obiady i być miłą panią (...), więc ja stwierdziłam, że [mi – przyp. DG] to nie odpowiada i dosyć wcześnie mi ta świadomość przyszła i uznałam, że jeśli mi to nie odpowiada, to chciałabym jakiś kłocuszek do tego dołożyć, żeby to zmienić.

Niestety, pomimo często bardzo bogatych – teoretycznych i praktycznych – doświadczeń w pracy z seniorami czy na rzecz ich społecznego zaangażowania, większość rozmówców nie wykazywała zainteresowania silver gamingiem, który znajdował się niejako poza ich horyzontem poznawczym i to pomimo faktu, że część z tych osób mogła pochwalic się wybitną i wieloletnią aktywnością w sferze szeroko rozumianej

gerontologii czy gerontechnologii: organizowali oni liczne przedsięwzięcia (m.in. wyjścia seniorów do kina, teatru czy muzeum, spotkania z ciekawymi osobami, warsztaty twórcze, międzygeneracyjna współpraca, szkolenia z obsługi urządzeń cyfrowych oraz internetu itp.), zajmowali się diagnozą sytuacji osób starszych (w ramach prac naukowych i raportów) czy projektowaniem programów edukacyjnych i polityk senioralnych (reprezentując instytucje bądź indywidualnie angażując się w pracę różnych ciał kolegialnych, np. przy PAN, w samorządach czy ministerstwach). To pomijanie gier cyfrowych jest tym mocniej zaskakujące, gdy uświadomimy sobie kontekst – zarówno w wymiarze makrospołecznym (postępujące ucyfrowienie życia społecznego, ludyfikacja kultury), jak i indywidualnym (rozmawiałem z osobami, które mają świadomość przemożnego wpływu technologii cyfrowych na życie ludzi) – przy czym dobrze koresponduje z przedstawionym w rozdziale trzecim omówieniem polskich inicjatyw instytucjonalnych.

Zasadniczo zainteresowanie grami cyfrowymi u części moich rozmówców jest do pewnego stopnia konsekwencją głębszych ich motywacji do podążania za innowacjami – zarówno wdrażanych w życie osób starszych, jak i w ramach prowadzonych przez nich projektów, które niestety w grupie zaangażowanych do badania ekspertów rzadko dotyczyły gier cyfrowych. Przytoczone wyżej wypowiedzi zwracają uwagę na kilka konkretnych problemów, jakie mogą wiązać się z wdrażaniem tego medium do nieformalnych i pozaformalnych inicjatyw edukacyjnych: wąskie rozumienie jego potencjału jako narzędzia rozrywki, deprecjonowanie znaczenia gier, niedostatecznie wykwalifikowane i niezainteresowane silver gamingiem kadry czy konieczność zapewnienia odpowiedniego zaplecza technologicznego, czym szerzej zajmuję się w kolejnym rozdziale.

## 7.2. Dotychczasowe wykorzystanie gier cyfrowych w instytucjach

Chociaż w grupie zaproszonych do projektu ekspertów nie odnotowałem dużego zainteresowania grami cyfrowymi, nie przeszkodziło to w zebraniu przykładów – zarówno pozytywnych, jak i negatywnych – prób wykorzystania tego medium w projektach realizowanych w polskich instytucjach senioralnych.

Większość historii użycia gier cyfrowych przez zaangażowanych w badanie ekspertów można opisać jako doraźne inicjatywy, traktowane jako wątek poboczny, a nie istotne zagadnienie realizowanych projektów

edukacyjnych czy aktywizacyjnych. Taka charakterystyka wynika, po pierwsze, z faktu wprowadzania tematyki gamingu jako zaledwie elementu szerszych działań – zazwyczaj warsztatów poświęconych rozwojowi podstawowych kompetencji cyfrowych, które polegają na nauce obsługi komputera podłączonego do internetu lub urządzenia mobilnego (tabletu, smartfonu). W tym sensie możliwość uruchamiania gier cyfrowych – zazwyczaj motywowana osobistymi przekonaniem edukatora, a rzadziej prośbami osób starszych – traktowana jest zaledwie jako jedna z wielu funkcjonalności tych urządzeń. Proponowane seniorom przez moich rozmówców tytuły to zazwyczaj nieskomplikowane i nieangażujące gry komputerowe bądź mobilne, szczególnie na początkowym etapie „oswajania” starszych osób z tym medium. Jeden z ekspertów (EM40) użył sformułowania „proste gierki” i przyznał, że w ramach zajęć z obsługi komputera zaczyna od *Sapera* czy pasjansa, czyli jednoosobowych gier znanych z wielu wersji systemów operacyjnych Windows. Jak przekonuje, w ten sposób uczy on osoby starsze wykonywania podstawowych operacji, takich jak „klikanie” czy „przeciąganie” elementów, co trenują przez kilka godzin na pierwszym spotkaniu. O relatywnie nieskomplikowanych produkcjach wspomina też jedna z ekspertek (EK35/2), opisując zgłaszane przez starszych kursantów zapotrzebowanie na „rozrywkę”. Jak przyznała, w reakcji na te prośby pokazywała im przeglądarkowe wersje tradycyjnych łamigłówek czy gier logicznych: szachów, sudoku lub krzyżówek, co seniorzy mają sobie cenić, ponieważ uważają, że „trzeba ćwiczyć ten mózg, żeby szare komórki dalej pracowały”. Inna edukatorka (EK30) przyznała, że jeśli już pokazuje osobom starszym gry i ćwiczy ich użycie w trakcie spotkań, to są to częściej produkcje na urządzenia mobilne, ponieważ seniorzy generalnie nie mają dostępu do wydajnych komputerów czy konsol do gier. Dlatego grała z nimi w mobilne „kulki”, łamigłówki oparte na zagadkach graficznych czy też popularne w mediach społecznościowych produkcje typu „farma”.

Co więcej, ta rozmówczyni podzieliła się swoimi czterema metodami pracy z osobami starszymi:

1. Warsztaty, podczas których trenowane są konkretne kompetencje, jak na przykład obsługa skrzynki pocztowej; w tym modelu zdarzało się, że osoby starsze przynosiły ze sobą „proste gierki” (m.in. karciane czy dostępne na platformie Facebook), których obsługa była ćwiczona w trakcie spotkania.
2. Kilkudziesięciogodzinne kursy komputerowe, do których moja rozmówczyni wprowadza informacje o grach cyfrowych, ale bez treningu ich obsługi ze względu na, jej zdaniem, i tak już znaczne obciążenie



starszych – zazwyczaj początkujących – uczestników takich zajęć (jak mówiła: „bardziej chodzi o taką informację i żeby oni się nie bali tych gier”).

3. Spacer cyfrowe, polegające na zwiedzaniu z grupą osób starszych miejsc, gdzie dostępne są urządzenia cyfrowe (np. biletomaty, mapy interaktywne), podczas których ekspertka wykorzystywała wiedzę, która jest „około gier”, ponieważ w trakcie takich wyjść często wykorzystuje się różne aplikacje.
4. Duety cyfrowe, czyli inaczej międzygeneracyjne pary, w których osoba młodsza wprowadza seniora w przestrzeń wirtualną i tworzy z nim/nią pogłębioną relację – z wiedzy mojej rozmówczynie wynika, że rzadko („jedna osoba na 20 czy 30”) w takich parach przekazywane są informacje o gamingu, przy czym znów nie chodziło tu o podjęcie prób wspólnego grania, a raczej przekazanie podstawowych objaśnień, ułatwiających osobom starszym zrozumienie pasji ich wnuków czy generalnie ludzi młodych.

Na tle pozostałych rozmówców wyróżniła się ekspertka (EK35/1)<sup>82</sup>, która potraktowała gry i gaming jako punkt wyjścia dla projektu aktywizacji i wsparcia osób starszych, a nie jedynie doraźne narzędzie dydaktyczne lub jedną z wielu funkcjonalności komputerów czy urządzeń mobilnych. W jej podejściu dobór platformy, samych gier, jak i zaangażowanie bliskich w sesje grove, podyktowane były celowi, jakim było przeciwdziałanie poznawczym skutkom procesu starzenia się senierek i seniorów. W rezultacie udało się jej zachować wysoką spójność i trwałość inicjatywy, która ostatecznie dostarczyła pozytywnych efektów zarówno organizatorom, jak i uczestnikom, gdyż:

W ten sposób powstał ten dziwny pomysł... bardzo odjechany, ale niesamowicie cudowny. Sprawiający mi ogromnie dużo frajdy, ale przede wszystkim osobom, z którymi ćwiczyłam. Przywracający w nich taką energię, wiarę też i też ogromną radość ze wspólnego czasu, który mogą razem spędzać i jakieś takie poczucie kontroli nad tym, co się dzieje i nad objawami swojej choroby.

W przypadku tego przedsięwzięcia istotne w moim przekonaniu są nie tylko pozytywne efekty zdrowotne i społeczne (rozmówczynie wspominała między innymi o wzmocnieniu motywacji do udziału w rehabilitacji czy zwiększeniu liczby powtórzeń wykonywanych ćwiczeń, poprawie zdolności

---

<sup>82</sup> W związku z poufnym charakterem badania celowo przedstawiam uogólniony opis tej inicjatywy.

zapamiętywania, wzmożonej aktywności fizycznej czy wspólnej zabawie z bliskimi), ale też odmienne od typowego podejście do roli gier cyfrowych w życiu osób starszych. Ta inicjatywa uświadamia, że tylko poprzez uważne skupienie na omawianym medium można w pełni wykorzystać jego potencjał w przedstawianym tu kontekście. Jednocześnie taki schemat użycia gier jest oczywiście bardziej wymagający od doraźnego wspomnienia seniorom o ich istnieniu, gdyż po stronie edukatora wiąże się z koniecznością zdobycia czy pogłębienia wiedzy, a także osobistego zaangażowania w praktykę grania. Przy tym nie chodzi mi tu tylko o rozwinięcie kapitału growego w sensie ogólnym, ale też o wiedzę specjalistyczną, bez której trudno dopasować gry do potrzeb konkretnej grupy seniorów. Wreszcie, takie przedsięwzięcia są bardziej obciążające dla instytucji, ponieważ zazwyczaj wymagają więcej przestrzeni (w sensie fizycznym), jak i dodatkowych nakładów finansowych na sprzęt (np. konsole, wydajne komputery) oraz oprogramowanie (proste i darmowe gry przeglądarkowe nie wystarczą). Nie muszą to być znaczne wydatki, ale konieczność inwestycji może stanowić barierę, szczególnie dla słabiej finansowanych placówek. Wobec tego nie dziwi fakt, że po zmianie miejsca pracy odpowiedzialnej za opisywany tu projekt ekspertki, jego realizacja została zawieszona. Wspominam o tym, by zwrócić uwagę, że sama tylko infrastruktura nie jest wystarczająca, gdyż niezbędna jest obecność edukatorów, którzy potrafią wykorzystać dostępne technologie, a przy tym dostatecznie mocno zachęcić do tego rodziny osób starszych czy samych seniorów – nie zawsze otwartych na nowe doświadczenia, często nieprzekonanych do gier cyfrowych, czy słabo zmotywowanych do nauki nowych umiejętności. Potwierdzają to słowa mojej rozmówczynie (EK35/1), która podsumowała zakończenie swojego innowacyjnego przedsięwzięcia w następujący sposób: „Sprzęt jest na razie nieużywany, dlatego że nie ma nikogo, kto byłby w stanie zrozumieć to, co się podziało, i wykorzystać walor tego w celach terapeutycznych...”. Niestety z przekazanej mi relacji wynika też, że po zakończeniu projektu nie był on kontynuowany w domach uczestników i to pomimo początkowego entuzjazmu bliskich, którzy deklarowali gotowość do zakupu niezbędnego sprzętu z prywatnych środków i dalszego współuczestniczenia ze swoimi starszymi krewnymi w wirtualnych rozgrywkach. Także w związku z innymi obowiązkami i brakiem czasu moja rozmówczynie nie mogła kontynuować tej współpracy w sferze pozainstytucjonalnej.

Wątek ten warto poszerzyć o perspektywę jednego z ekspertów (EM60), który przytoczył wnioski z wcześniej prowadzonych badań, zauważając, że krytyczne znaczenie dla uzyskania sukcesu edukacyjnego w pracy z osobami dorosłymi czy starszymi mają odpowiednio przygotowani oraz

godni zaufania „pośrednicy”, którzy uczestniczą w tym procesie i towarzyszą w nabywaniu nowych umiejętności oraz wiedzy. Zdaniem tego rozmówcy takie osoby powinny być otwarte na potrzeby dorosłych uczniów, a także prezentować podejście, w którym niewiedza jest okazją do wspólnych poszukiwań. Pewnym utrudnieniem może być znaczny rozdźwięk pomiędzy poziomem kompetencji nauczyciela oraz uczniów, szczególnie jeśli ten pierwszy mocno podkreśla swoją merytoryczną przewagę, zniechęcając w ten sposób do wyrażania wątpliwości i zadawania pytań. Stąd logiczny wniosek interlokutora, który stwierdził, że w kontekście edukacji cyfrowej osób dorosłych „bycie informatykiem przeszkadza”. Potwierdziła to inna ekspertka (EK35/2), przywołując doświadczenia swojego kolegi programisty, który zupełnie nie poradził sobie z falą pytań seniorów o najprostsze funkcje komputera czy programów. Zabrakło mu cierpliwości, wyrozumiałości, dlatego nie był w stanie zadbać o bardzo ważną dla komfortu osób starszych atmosferę na zajęciach („budowanie ciepła”), a w pewnym momencie nie wytrzymał napięcia i użył wulgaryzmu, co nie uszło uwadze uczestników warsztatów. O przemożnym wpływie edukatora na przebieg zajęć przekonałem się osobiście podczas mojej obserwacji lekcji komputerowych w jednym z krakowskich centrów aktywności senioralnej (CAS). Prowadzący spotkanie także wyraźnie dominował kompetencyjnie nad słuchaczami i utrzymywał wysokie tempo przekazywanych informacji – zarówno słownie, jak i w formie graficznej na wyświetlanej prezentacji. Niektórzy uczestnicy zajęć nie nadążali za prowadzącym i dopytywali o szczegóły, inni nawet nie utrzymywali kontaktu wzrokowego, gdyż byli wpatrzeni w zeszyty, do których wpisywali drobiazgowe notatki. Część kursantów w pewnym momencie była tak zagubiona, że prosili oni trenera o podejście i wytłumaczenie działania programu. Okazuje się więc, że nie tylko wiedza, ale także kompetencje miękkie są ważne w edukacji osób starszych, natomiast osobiście dodałbym, że w związku ze specyfiką i swego rodzaju kulturową odmiennością świata gier cyfrowych ta rola współpracujących z osobami starszymi edukatorów jest tym bardziej istotna i nie do pominięcia. Niektórzy moi rozmówcy (EK60) mówili wręcz o „samodzielności” trenerów w tym zakresie, na których w dużej mierze spoczywa zadanie przygotowania i efektywnego wdrażania innowacji edukacyjnych.

Jak podkreślali eksperci podczas wywiadów, i co można wywnioskować z poprzednich fragmentów książki, w zajmujących się edukacją dorosłych pozarządowych instytucjach senioralnych wprowadza się tematykę czy metody dydaktyczne odnoszące się do tradycyjnych mediów (filmu, muzyki, literatury), ale „gry są pominięte” (EK35/2). Jest to na tyle rzadko

podejmowane zagadnienie, że nawet osoby (na przykład EK70 i EM60) od lat działające na rzecz edukacji – w tym cyfrowej – osób starszych na różnych poziomach (lokalnym, ponadlokalnym, ogólnopolskim) i w różnych środowiskach (wolontariusze i organizacje, decydenci na poziomie wojewódzkim czy państwowym), mające za sobą setki rozmów temu poświęconych, a także wiele zrealizowanych projektów, nie miały wiedzy o próbach użycia gier cyfrowych w sferze instytucjonalnej, na przykład na uniwersytetach trzeciego wieku. Wynika to z opisanych barier po stronie samych edukatorów, ale znaczenie ma też postawa seniorów, którzy korzystają z oferty instytucji pozarządowych. Biorący udział w projekcie eksperci wspominali o braku zainteresowania grami i graniem u osób starszych. Przy tym podawali oni różne tego przyczyny. Niektórzy (EM60) zwracali uwagę na generalnie niską potrzebę rozrywki wśród osób starszych, a szczególnie w wersji wirtualnej, co ujawniło się w trakcie mapowania potrzeb polskich seniorów i seniorek w ramach przygotowań do jednego z ponadlokalnych projektów z zakresu cyfrowej edukacji. Koresponduje to z efektami moich rozmów z seniorami, w których gry cyfrowe nie pojawiały się jako istotna potrzeba, a jeśli były wspomniane, to w kontekście okazjonalnych prób grania z wnukami. To kolejne potwierdzenie istotnej roli rodziny w kształtowaniu motywacji osób starszych do zainteresowania się grami cyfrowymi, jak i poszukiwania przez nich dodatkowych korzyści wynikających z gamingu, który sam w sobie nie kojarzy się im z czymś pożądanym, pozytywnym czy niezbędnym.

Inny rozmówca (EM40) stwierdził, że w ostatniej dekadzie doszło do wyraźnej zmiany w zakresie kompetencji i potrzeb osób, które przychodzą na jego warsztaty. Dekadę wcześniej byli to seniorzy zupełnie pozbawieni podstawowych kompetencji cyfrowych, w związku z czym prowadził on kursy nastawione na rozwój fundamentalnych umiejętności (uruchamianie urządzenia, logowanie na konto, tworzenie folderów itp.). Natomiast obecnie częściej spotyka starsze osoby, które posiadają już własne komputery czy smartfony oraz wypracowane schematy obsługi oprogramowania, a po pomoc przychodzą z konkretnymi problemami, na przykład chęcią opanowania Google Drive, czyli usługi przechowywania danych w chmurze. Inna ekspertka (EK25) podzieliła się podobnym doświadczeniem z własnych badań, podczas których zetknęła się z rosnącą liczbą seniorów zaopatrzonych w urządzenia cyfrowe i z nich korzystających. Przy tym niezmiennie jest relatywnie niewielkie zainteresowanie grami cyfrowymi, także u tych mocniej zaangażowanych w świat wirtualny srebrnych obywateli. Z tej perspektywy inspirujące mogą być słowa eksperta (EM60), który zauważył,

że pokazanie osobom starszym nowych funkcjonalności czy narzędzi – sam podał przykład aplikacji do oglądania filmów lub seriali na życzenie (VOD) – generowało w nich wyraźne zaciekawienie. Stąd wniosek, że problemem jest nie tylko – lub nie tyle – brak zainteresowania wirtualnymi rozgrywkami, ale też brak świadomości istnienia pewnych narzędzi czy funkcjonalności posiadanych urządzeń. Wpisuje się to w przekonania niektórych ekspertów (m.in. EK35/2), którzy uważali, że seniorzy nie wiedzą, jakie czynności mogą podejmować w przestrzeni wirtualnej czy też nie dostrzegają pełni potencjału cyberkultury. Dlatego być może pokazanie gier cyfrowych w odpowiedni sposób generowałoby podobne zaciekawienie jak w przypadku wspomnianych aplikacji VOD. Niestety, jak wiadomo z poprzedniego rozdziału, nie wszyscy eksperci są do tego przygotowani, co w połączeniu z obserwacją, że „seniorzy często boją się nowych rzeczy” (EK70) uświadamia, jak niełatwe jest promowanie gamingu wśród ludzi na późniejszych etapach życia – zarówno dla edukatorów, jak i edukowanych.

Ten edukacyjny wysiłek dodatkowo utrudniają realia społeczne, przy czym niektórzy eksperci (EM40) zauważyli w ostatnich latach wyraźną poprawę w gotowości otoczenia biznesowo-instytucjonalnego do wspierania projektów cyfrowej edukacji seniorów – firmy czy instytucje kultury mają chętniej udostępniać pomieszczenia oraz sprzęt na potrzeby realizowanych spotkań. Nie zmienia to faktu, że pewne problemy wciąż pozostały nierozwiązane. Kilku ekspertów (m.in. EM60, EM40, EK35/2) potwierdziło moje wnioski wywiedzione z analizy materiałów zastanych, zauważając, że rynek nie oferuje osobom starszym przeznaczonych dla nich gier cyfrowych, a nawet jeśli się takowe pojawiają, to na niewielką skalę i mają charakter doraźny lub też są niedostosowane do potrzeb tej kategorii odbiorców (m.in. nie mają polskiej wersji językowej, są zbyt dynamiczne, tematycznie skierowane do młodszych ludzi). Ograniczony dostęp do użytecznego oprogramowania stanowi wyzwanie także dla samych edukatorów, gdyż, jak zauważyła jedna z moich rozmówczyń (EK35/2), brakuje produkcji, które można wykorzystać na warsztatach czy szkoleniach z osobami starszymi, na przykład tematycznie powiązanych z obszarem zainteresowań seniorów (w trakcie rozmowy sugerowano tematykę historyczną) czy nastawionych na rozwój konkretnego obszaru kompetencyjnego lub wiedzy. To ostatnie jest o tyle ważne, że pozwala ukierunkować oraz skonkretyzować plan i ofertę zajęć, a także daje się łatwiej powiązać z istotnymi dla osób starszych konkretnymi korzyściami, co nie zawsze jest oczywiste czy łatwe do wykazania w przypadku gier komercyjnych. Jednocześnie trudno jednoznacznie rozstrzygnąć, czy w tym przypadku zabrakło rozmówczyń

wiedzy o grach, czy raczej jest to kwestia zapotrzebowania na produkcje rozwijające bardzo specyficzne kompetencje. Nie zmienia to jednak faktu, że nawet produkcje komercyjne mogą być z powodzeniem stosowane w pracy ze starszymi ludźmi, chociaż w związku z omawianymi tu problemami niekoniecznie jest to proste – szczególnie dla ekspertów, którzy nie mają większego doświadczenia z tym medium.

Kolejną kategorią problemów czy barier dla częstszego stosowania gier cyfrowych w ukierunkowanych na potrzeby osób starszych działaniach instytucjonalnych są obciążenia finansowe związane z zakupem wydajnego sprzętu i licencji na gry komercyjne. Jedna z edukatorek (EK35/2) wprost przyznała, że prywatnie od czasu do czasu sięga po popularne gry AAA<sup>83</sup>, jednak na swoich warsztatach z osobami starszymi wspomina przede wszystkim o prostych tytułach, które da się uruchomić na relatywnie tanim i niewydajnym komputerze. Związane jest to zarówno z brakiem odpowiedniego sprzętu na miejscu (w instytucji), jak i w domach osób starszych, gdyż nawet jeśli posiadają oni komputery czy smartfony, to zazwyczaj nie są to urządzenia drogie, a tym samym cechujące się wysoką wydajnością. Taka konstatacja wpisuje się w przedstawione już wcześniej rozważania poświęcone wyzwaniom, przed jakimi stoją instytucje pozarządowe, a także koresponduje z realiami życia niektórych srebrnych graczy czy opisami dotychczas zrealizowanych projektów z użyciem gier cyfrowych. Jednocześnie ten odpowiadający ogólnym trendom dobór prezentowanych gier nie jest do pogodzenia z preferencjami najbardziej aktywnych i kompetentnych srebrnych graczy, o których sporo piszę w poprzednim rozdziale. Tacy gracze nie ograniczają się do kilku zaledwie i do tego niezbyt skomplikowanych oraz dość wtórnych pod względem rozgrywki gier. Co więcej – jak już wcześniej pokazałem, przedstawiając perspektywę srebrnych graczy – ograniczanie się do prostych tytułów może nie wzniesić trwałego zainteresowania tym medium u osób starszych, gdyż na dłuższą metę nie powoduje to rozwoju niezbędnych do wchodzenia w rolę gracza kompetencji i wiedzy, a na początkowym etapie może zwyczajnie nie wywołać pozytywnego efektu („zachwytu”) – czy to ze względu na wtórność takich produkcji, czy też niedostateczne ich powiązanie z zainteresowaniami osoby starszej.

---

<sup>83</sup> W dużym uproszczeniu takie gry częściej wpisują się w kategorię produkcji angażujących, a także zazwyczaj są droższe (szczególnie krótko po premierze) i mają wyższe wymagania sprzętowe, których spełnienie jest warunkiem zachowania najwyższej jakości i płynności rozgrywki w warstwie audiowizualnej. To oczywiście podnosi koszty zarówno zakupu gry, jak i jej użytkowania w sytuacji, gdy konieczna jest modernizacja lub wymiana sprzętu na bardziej wydajny pod względem mocy obliczeniowej.



Wreszcie chcę podkreślić, że przekonanie o konieczności inwestowania znacznych środków pieniężnych – tak w sferze instytucjonalnej, jak i prywatnej – w wydajny sprzęt jest do pewnego stopnia fałszywe. Wiele gier, a w szczególności te wydane na komputery osobiste, pozwala na zmianę ustawień graficznych, co znosi konieczność posiadania urządzeń o znacznej mocy obliczeniowej, ponieważ obniżenie szczegółowości grafiki zazwyczaj pozwala uruchomić grę na słabszym komputerze z zachowaniem zadowalającego poziomu płynności animacji. Natomiast problem ten nie występuje w przypadku większości produkcji konsolowych (są „fabrycznie” dostosowane do możliwości urządzenia), jak i mobilnych (zwykle projektuje się je w taki sposób, aby były grywalne na najpopularniejszych, a co za tym idzie przeciętnych pod względem wydajności smartfonach i tabletach). Taki rodzaj wiedzy o grach klasyfikuję jako element zasobów, które na kartach tej książki określam mianem kapitału growego. Jak wcześniej starałem się pokazać, wpływa on na potencjał edukatorów do pełnego wykorzystania omawianego medium w działaniach edukacyjnych, w tym na dobór i dostosowanie gier z uwzględnieniem ich wymagań sprzętowych.

Z opisów wzmiankowanych przez ekspertów oraz ekspertki przedsięwzięć trudno wywnioskować, że są one nastawione na rozwój kluczowego dla praktyki gamingu kapitału growego, ponieważ te inicjatywy mają raczej charakter okazynny i przyczynkarski – przedstawia się zazwyczaj pewną możliwość, a ewentualne pogłębianie zainteresowania gamingiem pozostaje po stronie osoby starszej, która może je kontynuować w ramach samokształcenia nieformalnego. Także nauka obsługi gier cyfrowych – jeśli już się pojawia na zajęciach – nie jest nawet pobocznym celem, bo ten zwykle odnosi się do rozwoju kompetencji cyfrowych bądź przeciwdziałania zdrowotnym skutkom starzenia się ludzi, a nie do rozwoju umiejętności pozwalających na głębsze zaangażowanie w świat wirtualny za pomocą cyfrowej rozrywki. Jak wcześniej przekonuję, kompetencje cyfrowe są niezbędne dla podjęcia prób zagrania w grę cyfrową, ale niewystarczające dla wypracowania długotrwałej i rozwojowo korzystnej pasji do tego medium. Z przeprowadzonych wywiadów dość jasno wynika, że potencjał ekspertów czy trenerek pracujących w instytucjach senioralnych do efektywnego edukowania o grach cyfrowych jest ważny, ponieważ nie każdy senior może liczyć na wsparcie rodziny czy sąsiadów, by przy ich pomocy angażować się w świat gamingu. Zresztą bliscy i znajomi też nie zawsze są na tyle kompetentni, by w umiejętny sposób towarzyszyć osobie starszej w takim zamiarze. Nie wszyscy cechują się wystarczającym poziomem zasobów własnych (wiedzy, umiejętności, motywacji), by samodzielnie eksplorować zupełnie sobie obcą kulturę gier cyfrowych, dlatego pewne – opisywane



dalej – formy wsparcia w przestrzeni instytucjonalnej wydają się niezbędne dla budowania zainteresowania omawianym medium u polskich senierek i seniorów.

### 7.3. Popularyzowanie silver gamingu w rodzinach, instytucjach i politykach

Podczas wywiadów z ekspertami poruszyłem szereg wątków odnoszących się do problemu popularyzacji silver gamingu zarówno w wymiarze uczenia się nieformalnego (przede wszystkim w rodzinach), jak i edukacji nieformalnej i pozaformalnej (w instytucjach). W ten sposób poszerzam punkt widzenia srebrnych graczy o zdanie osób zawodowo czy też merytorycznie przygotowanych do edukowania osób starszych i wspierania ich w społecznej aktywizacji. W dalszej części rozdziału przedstawiam najważniejsze wnioski temu poświęcone, które zasadniczo potwierdzają sformułowane przeze mnie we wcześniejszych fragmentach uwagi. Od razu chcę zaznaczyć, że są to w dużej mierze propozycje wywiedzione z zajęć poświęconych innym, ale pokrewnym zagadnieniom (np. nauki obsługi komputera), dlatego ich skuteczność należy sprawdzić w praktyce, traktując przedstawiany dalej syntetyczny opis jako punkt wyjścia i zbiór potencjalnie korzystnych założeń dla przyszłych inicjatyw realizowanych w stowarzyszeniach czy fundacjach.

Zachowując sugerowany w tytule rozdziału schemat narracyjny, tę część rozważań rozpocznę od kontekstu rodzinnego. Także w trakcie rozmów z ekspertami ujawnił się wspomniany już problem niejednoznacznej roli rodziny – z jednej strony najbliżsi mogą inspirować osoby starsze do zainteresowania się technologiami i mediami cyfrowymi, z drugiej mogą negatywnie je nastawiać do samych gier. Jedna z ekspertek (EK35/2) zauważyła, że często to krewni zachęcają osobę starszą do udziału w szkoleniach, natomiast sami seniorzy są zadowoleni, gdy mogą pokazać, że „też ogarniają”, na przykład obsługę skrzynki pocztowej, co udowadniają wiadomościami samodzielnie przesyłanymi do swoich wnuków czy dzieci. Zresztą pojawienie się konieczności komunikowania zdalnego z rodziną (np. w efekcie czyjegoś wyjazdu) może być jedną z przyczyn, dla których osoba starsza postanawia udać się na kurs. Kolejna z rozmówczyń (EK30) wspominała o ciekawości dziadków względem tego, w co „klikają” ich wnuki, a jednocześnie sugerowała występowanie odwrotnego efektu, gdyż niektórzy dziadkowie uważają, że dzieci i młodzież za często sięgają po gry cyfrowe. W ten sposób u osób starszych rodzi się pejoratywne nastawienie

względem gier, które nie tyle okazują się nieodgadnięte czy nieoswojone, ile wręcz szkodliwe dla rozwoju (młodych) ludzi. W mniemaniu tej edukatorki remedium na takie ambiwalentne reakcje jest promowanie działań rodzinnych, w których udało się wypracować zbalansowany i włączający krewnych model użytkowania mediów cyfrowych (EK30). Można to osiągnąć poprzez wdrożoną przez inną ekspertkę (EK35/1) procedurę angażowania bliskich we wspólną zabawę z osobami starszymi, tworząc projekty oparte na współpracy bądź rywalizacji w grach z trybem lokalnej kooperacji – na przykład *A Way Out* czy nowsze *It Takes Two* autorstwa studia Hazelight. Podczas takich spotkań małżonkowie „oddawali się chwili” i „zapominali”, że jedno z nich cierpi na chorobę neurodegeneracyjną, a kilkuletnie wnuki na równi rywalizowały ze schorowanymi dziadkami i babciami. Zresztą to wnuki, a nie dzieci osób starszych mają przejawiać większy potencjał do towarzyszenia swoim dziadkom w wirtualnych przygodach, ponieważ do pewnego stopnia łączy ich „podobny tryb życia” (EK30), tzn. mają zapewnione utrzymanie (dzieci ze strony rodziców, seniorzy dzięki własnej pracy i odkładaniu na emeryturę), relatywnie dużo czasu wolnego, a także przestrzeń do rozwoju (dzieci nie pracują, podobnie jak zazwyczaj emeryci). Kolejny mój rozmówca (EM40) podkreślił znaczenie własnego doświadczenia w zmianie stosunku do gier, przywołując przykłady ludzi, którzy „pukali się w czoło” na wieść, że „biega z telefonem za pokemonami”. Przyznał, że początkowo on sam – pomimo że jest graczem – był sceptyczny, ale po przełamaniu własnych oporów oraz spróbowaniu *Pokemon Go* jego nastawienie uległo radykalnej zmianie i zaczął regularnie korzystać z tego tytułu. Dlatego stwierdził, że w przypadku gier należy najpierw samodzielnie jakiejś doświadczyć, a dopiero po tym formułować opinie.

Z wątkiem rodzinnym wiąże się kolejna obserwacja ekspertów, którzy podkreślali, że u części osób starszych chęć uczestnictwa w projektach instytucjonalnych wynika z potrzeby kontaktu z innymi ludźmi. W takim przypadku cel zajęć schodzi na dalszy plan (EK35/2): „Chcą [seniorzy – przyp. DG] tak naprawdę się spotkać. Wyjść z domu. Po prostu. Czy to będzie internet, czy to pilates będzie, to nie jest ważne. Ważne jest, że po prostu wyjadą z domu, kogoś tam poznają. Pogadają”. Jedna z ekspertek (EK30) podzieliła klientów instytucji na cztery grupy:

1. Osoby „hiperaktywne”, które „chodzą wszędzie”, są bardzo zaangażowane w lokalne środowisko i potrafią wypełnić swój tygodniowy harmonogram udziałem w różnych przedsięwzięciach.

2. Seniorzy, którzy przychodzą na wszystkie „imprezy” (spotkania towarzyskie, kursy, warsztaty itp.), ponieważ chcą wyjść z domu oraz pobyc z innymi ludźmi, by miło spędzić czas i uciec od poczucia samotności.
3. Grupa pośrednia, do której zaliczają się osoby zainteresowane zarówno nauką czegoś nowego, jak i potrzebą kontaktu z ludźmi.
4. Osoby skupione na poszerzaniu wiedzy oraz kompetencji, a zarazem słabiej zainteresowane nawiązywaniem relacji, ponieważ nie są samotne lub są wciąż aktywne zawodowo.

Na motywację wpływa także rodzaj przedsięwzięcia, gdyż, jak przyznała moja rozmówczyni, w przypadku długich kursów (np. 40–60-godzinnych zajęć poświęconych nauce obsługi komputera) większą rolę odgrywa czynnik towarzyski, ponieważ uczestnictwo ze znajomymi pomaga w dotrzymaniu do końca szkoleń, które spełniają dwie funkcje – edukacyjną oraz towarzyską. Niekiedy do takiej konfiguracji uczestników dochodzi niejako samoistnie, gdy na zajęciach pojawiają się osoby „z polecenia” (EK35/2), zachęczone dobrymi opiniami – o prowadzącym, stylu realizacji zajęć, panującej atmosferze – własnych znajomych.

Jedna z głównych konstatacji wynikających z rozmów z ekspertkami i ekspertami dotyczy relatywnie niewielkiego zainteresowania gramami cyfrowymi wśród nie tylko samych osób starszych, ale też edukatorów czy osób decyzyjnych w instytucjach. Sugerowanym rozwiązaniem tego problemu jest przygotowanie oferty szkoleń, kursów czy poradników dla szkoleniowców i decydentów lub też stworzenie poświęconej silver gamingowi grupy tematycznej, łączącej ludzi teoretycznie i praktycznie zainteresowanych edukacją cyfrową osób starszych. Niektóre wypowiedzi moich rozmówców wpisywały się w pogląd, wedle którego rozwój zainteresowania gamingiem u osób starszych jest warunkowany (za)obserwowanymi korzyściami z tego płynącymi, dlatego trzeba pokazywać, że zaangażowanie w tę praktykę zaspokaja konkretne potrzeby (EM60). Jedna z trenerek cyfrowych (EK60) mówiła wręcz o dbaniu o „dobrostan duchowy”, co jej zdaniem wymaga wyjścia od „potrzeb osoby starszej (...) dotyczących rozwoju i spędzania czasu wolnego”, przy czym oferowane programy czy narzędzia edukacyjne powinny odwoływać się do „emocji, historii, biografii” starszych osób, być im „dedykowane” i promowane jako „alternatywa” dla innych praktyk realizowanych w czasie wolnym, która pozwala na: „uczestnictwo, twórczość, na poznanie czegoś, na podzielenie się czymś”. Uwidacznia się tu rozdźwięk pomiędzy realiami a przedstawianą w wypowiedziach ekspertów hipotetyczną ofertą edukacyjną, która jawi się jako znacznie bardziej

rozbudowana od typowego i opisywanego już schematu edukowania o grach cyfrowych w polskich instytucjach senioralnych.

Ten zazwyczaj przyjmuje formę informatywną, przyczynkarską i nie zapewnia odpowiedniego poziomu rozwoju kompetencji cyfrowych oraz zasobów kapitału growego, bez których trudno rozwinąć świadome i korzystne zaciekawienie gamingiem. Dostrzegam tu pewnego rodzaju błędne koło. Z jednej strony, jeśli oferta ma być dostosowana do potrzeb seniorów, a osoby starsze nie zgłaszają chęci poszerzenia swoich zainteresowań na gry cyfrowe, to edukatorzy nie wykazują takiej inicjatywy lub też poświęcają tej tematyce niewiele miejsca. Z drugiej strony, jeśli cyfrowa rozrywka jest tak bardzo obca ludziom starszym, to trudno oczekiwać, że znaczny ich odsetek będzie przejawiał chęć rozwoju kompetencji czy wiedzy, których przydatności nie potrafią odnieść do realiów własnego funkcjonowania. Można tym samym uznać, że zarówno dla niektórych seniorów, jak i dla edukatorów pomysł rozwojowo korzystnego użycia gier cyfrowych stanowi przykład podejścia „niedającego się pomyśleć” (Bourdieu 2009: 548). W obu przypadkach wynika to z niewiedzy, nieświadomości i braku pozytywnych doświadczeń użytkowania tego medium. Ta – uogólniając – ignorancja w stosunku do gier cyfrowych przejawia się na wielu poziomach, począwszy od założenia, że to medium zupełnie nie interesuje osób starszych (jedna z ekspertek – EK30 – przywołała komentarz na jej pomysł organizacji zajęć z obsługi gier cyfrowych w małych miejscowościach, który brzmiał: „chyba pani zwariowała, o co chodzi, z czym do ludzi”); przez brak świadomości samych seniorów, czego jeszcze mogą się nauczyć (inna moja rozmówczyni – EK35/2 – powiedziała, że część uczestników prowadzonych kursów przychodzi na zajęcia, ale nie wyraża konkretnego zapotrzebowania, ci z podstawowymi kompetencjami cyfrowymi potrafią obsłużyć skrzynkę pocztową, ale w zasadzie nie wiedzą, co jeszcze ma im do zaoferowania rzeczywistość wirtualna); a skończywszy na edukatorach czy decydentach, dla których idea promowania grania wśród osób starszych jawi się jako zbędna lub wykraczająca poza ich kompetencje.

Ważne dla wdrażania technologicznych innowacji edukacyjnych jest finansowanie zakupu sprzętu bądź oprogramowania. Moi rozmówcy deklarowali korzystanie z sieci wsparcia oraz programów grantowych na zakup niezbędnych urządzeń – telewizorów, konsol czy samych gier. Co więcej, istotne w tym kontekście jest wczesne planowanie i poznanie grupy docelowej, ponieważ zakup sprzętu i gier powinien być warunkowany zarówno celem zajęć (rehabilitacja ruchowa czy poznawcza, rozwój kompetencji cyfrowych, nawiązywanie interakcji międzygeneracyjnych itp.), jak i charakterystyką potencjalnych ich uczestników. Zasadniczo specjaliści

potwierdzali wcześniejsze ustalenia, że w przypadku osób starszych powinno się inwestować w możliwie duże ekrany (np. telewizory) i maksymalnie intuicyjne oraz nieskomplikowane interfejsy (np. kontrolery ruchowe, ekrany dotykowe, uproszczone gamepady, gry z minimalistycznym HUD<sup>84</sup>). Zwróciłbym jednak uwagę, że te ogólne zalecenia nie mają charakteru absolutnego, ponieważ w przypadku bardziej sprawnych (fizycznie, poznawczo) i kompetentnych (cyfrowo, medialnie) seniorów możliwe jest użycie innej kategorii sprzętów oraz gier, na przykład gogli VR.

W trakcie rozmów z ekspertami (m.in. EM35/2) kilkakrotnie przywołano problematykę wykluczenia cyfrowego – zjawisko to ma dwojakie dla popularyzacji silver gamingu znaczenie. Z jednej strony to poważna bariera, z drugiej – szansa, gdyż gaming może być zarazem przyciągającą uwagę seniorów innowacją, jak i praktyką pozwalającą im na lepsze zrozumienie świata cyfrowego poprzez rozwój kompetencji cyfrowych i medialnych, a także kapitału growego. Jednocześnie taka idea zdaje się słabo funkcjonować wśród decydentów kształtujących polityki senioralne, ponieważ moi rozmówcy (m.in. EM35/2) sugerowali, że wykorzystanie gier cyfrowych przez osoby starsze być może zyska na znaczeniu, ale dopiero za kilka lat, pojawiając się częściej w rządowych programach o skali ogólnopolskiej, a nie jedynie w ramach lokalnych przedsięwzięć. Będzie to zależec nie tylko od podejmowanych prób promowania gier wśród starszych obywateli, ale też od postępującej cyfryzacji i pogłębiającej się zależności ludzi od technologii, co przyczyni się do upowszechnienia innych technologicznych rozwiązań dla osób starszych, na przykład zrobotyzowanej opieki domowej.

Krótko omówię również ewentualne zagrożenia z praktykowania gamingu na późniejszych etapach życia, czemu zapobiegać może dbanie o higienę cyfrową i świadome korzystanie z gier – do czego niezbędne są kompetencje cyfrowe, medialne oraz zasoby kapitału growego. Co zaskakujące, badani przeze mnie eksperci nie poświęcili temu zagadnieniu zbyt wiele uwagi – podobnie jak sami srebrni gracze, z którymi na ten temat rozmawiałem. Jedna z edukatorek (EK35/2) uznała, że na problem ewentualnej alienacji i uzależnienia seniorów od gier patrzymy z własnej perspektywy ludzi młodych, którzy wiedzą, że w graniu można „wsiąknąć”. Jej zdaniem odmienne doświadczenie pokoleniowe osób starszych („seniorzy

---

<sup>84</sup> HUD (*heads-up display*) – jest to stały element większości gier cyfrowych, będący jedną z warstw programowego interfejsu użytkownika. W zależności od projektu gry może zawierać takie elementy, jak: paski zasobów (m.in. życia, mocy magicznej, tzw. many, wytrzymałości itd.), minimapę, kompas, prędkościomierz (zazwyczaj w grach wyścigowych), miernik czasu (gry sportowe).

zostali inaczej wychowani”) niejako je zabezpiecza przed zbyt intensywnym i częstym sięganiem po gry cyfrowe, ponieważ bardziej cenią sobie one możliwość wchodzenia w relacje z innymi ludźmi. Jednak jak wynika z moich wywiadów ze srebrnymi graczami, nie zawsze potrafią oni zadbać o balans i własny dobrostan. Inne ekspertki (EK35/1, EK30) zauważyły, że osoby starsze częściej się męczą – zarówno w efekcie informacyjnego przeciążenia na zajęciach, jak i w trakcie korzystania z niektórych gier (bardzo dynamicznych) czy technologii (gogle VR) – dlatego należy szczególnie uważać, aby ich nie przebodźcować, czego negatywnym efektem może być poczucie znużenia, zaburzenia równowagi czy bóle głowy. Szczególnie narażeni na takie problemy są ludzie cierpiący na choroby neurodegeneracyjne (np. demencję), dlatego projektując zajęcia pod kątem takich odbiorców, należy zadbać o szczególne środki ostrożności. Znaczenie tego zalecenia uświadomiłem sobie osobiście podczas obserwacji w ośrodku w duńskim Odense, gdzie wykorzystuje się proste gry cyfrowe<sup>85</sup> w celu poprawy jakości życia podopiecznych chorujących na demencję. W trakcie rozmów z obsługą przekazano mi, że wobec specyficznych potrzeb i ograniczeń takich osób niezbędne jest z jednej strony stałe ich aktywizowanie do najprostszych czynności, a z drugiej – pilnowanie, aby nie wystawiać ich na nadmiar bodźców. Z opowieści duńskich opiekunów wynika, że o ile wspólne granie – szczególnie z innymi mieszkańcami domu opieki – poprawia w dłuższej perspektywie szeroko rozumiany dobrostan senierek i seniorów, o tyle przestymulowanie ich zbyt długą sesją z grami może doprowadzić do zauważalnego pogorszenia zachowania. Takie osoby stają się niespokojne, przesadnie pobudzone, a niekiedy nawet agresywne w stosunku do współmieszkańców. W najbardziej skrajnych przypadkach dochodziło do sytuacji, w których osoba starsza miała problem z utrzymaniem moczu.

Podsumowując ten rozdział, chcę podkreślić, że zarówno w toku przeprowadzonych – i opisanych w rozdziale trzecim – analiz dotychczasowej oferty instytucji senioralnych, jak i w ramach wywiadów z ekspertami nie udało mi się dotrzeć do polskich inicjatyw instytucjonalnych holistycznie, na szeroką skalę i w sposób systematyczny kształtujących zainteresowanie osób starszych grami cyfrowymi, które na potrzeby książki określiłem mianem „rozwojowo korzystnego”. Realizowane do tej pory projekty w dużej mierze traktują to medium jako niezbyt istotny element szerszego programu kształcenia (zazwyczaj obsługi komputera lub urządzeń mobilnych) lub też narzędzie do „korzystnej” pod względem głównie zdrowotnym

---

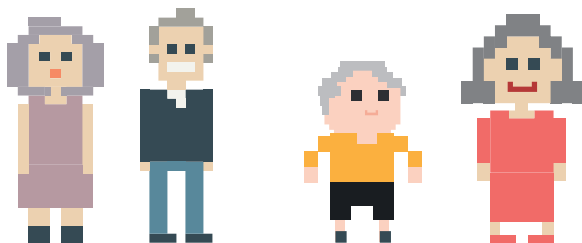
<sup>85</sup> Przy użyciu podwieszanego projektora, przypominającego urządzenie w rodzaju Magicznego Dywanu Onevo.

rozrywki. Oczywiście na poziomie nominalnym wspomina się o korzyściach płynących z gamingu, ale w wymiarze praktycznym nie robi się wiele, aby uczestnicy warsztatów czy szkoleń mogli samodzielnie kontynuować takie świadome zaangażowanie w kulturę gier cyfrowych, także pod kątem ewentualnych zagrożeń, co jawi mi się jako poważne zaniedbanie i zarazem zmarnowana okazja do bezpiecznej cyfrowej aktywizacji seniorów.





8. Czy gry cyfrowe  
mogą wspierać Polki i Polaków  
w pomyślnym starzeniu się?





Nim przejdę do zakończenia, chciałbym pochylić się nad syntezą najważniejszych wniosków z moich badań własnych. Staram się tu odpowiedzieć na główne pytanie badawcze, które brzmi: „Jakie role pełnią i mogą pełnić gry cyfrowe w realizacji założeń pomyślnego starzenia się wśród polskich seniorów?”. Odnoszę się także do celów szczegółowych, które zawarłem w rozdziale metodologicznym. W dalszych rozważaniach przedstawiam szereg rekomendacji dotyczących popularyzacji silver gamingu zarówno w obszarach uczenia się nieformalnego, jak i edukacji pozaformalnej czy nieformalnej.

### **8.1. Pomyślnie starzenie się a gry cyfrowe – czy niewykorzystany potencjał?**

Rozpocznę od próby udzielenia odpowiedzi na główne pytanie badawcze, co wymaga dłuższego komentarza. Przedstawione w części teoretycznej rozważania, a także niektóre opinie samych srebrnych graczy zasadniczo pokazują, że gry cyfrowe mogą wspierać osoby starsze w aktywnym, a w konsekwencji także pomyślnym – zgodnie z przyjętym przeze mnie rozumieniem tego procesu – starzeniu się, przy czym w praktycznym ujęciu jest to słabo realizowane. Osoby starsze, które rozwijają swoje zainteresowanie grami w ramach samokształcenia nieformalnego, mogą w dużej mierze sprowadzać to medium do jego ludycznej, czyli innymi słowy rozrywkowej funkcji. Zazwyczaj rozwijają się przy tym takie formy partycypacji w kulturze gier cyfrowych, które nie pozwalają na pełniejsze wykorzystanie szans i możliwości, jakie ona oferuje graczom, także starszym. Mam tu na myśli przede wszystkim liczne luki kompetencyjne, ograniczone spojrzenie na gry czy wtłaczanie się w schemat powtarzalnej i nierozwojowej rozrywki. W takim ujęciu gaming jest zredukowany do poziomu prostej zabawy, zastępującej rozwiązywanie krzyżówek czy oglądanie telewizji, co samo w sobie może zapewniać pewne korzyści, ale z pewnością nie pozwala na pełniejszą aktywizację człowieka. Dodatkowo pewnym zagrożeniem jest możliwość rozwoju problemowego wzorca użycia gier, który już scharakteryzowałem w rozdziale czwartym. Jest tak szczególnie w sytuacji osób, które nie są świadome konieczności zadbania o higienę cyfrową.

Takie podejście może prowadzić do reprodukcji schematu zaangażowania w świat gier cyfrowych, który nie jest do końca korzystny dla osób starszych i nie wpisuje się w modele pomyślnego starzenia. Sprzyjają temu braki kompetencyjne czy słabo rozwinięty kapitał growy, niedostateczna (samo)kontrola nad częstością i długością sesji growych, sekwencyjność i repetytywność grania, a także nastawienie na rozgrywki jednoosobowe, stwarzające ryzyko pogłębionej alienacji.

Na takiej sytuacji tracą nie tylko sami seniorzy, ale też państwo oraz instytucje. Jednostki narażają się na kompetencyjną i grową stagnację, która zamyka je na nowe doświadczenia, ograniczając w ten sposób szansę na rozwój i sięgnięcie po inne gry czy otwarcie na liczne okołogrowe doświadczenia. Z perspektywy państwa podnoszenie kompetencji cyfrowych starszych Polek i Polaków jest niewątpliwie społecznie istotnym zadaniem, które wiąże się także z podjętym w tej książce tematem. Rozwijanie umiejętności oraz wiedzy osób starszych w obszarze gier cyfrowych przyczynia się po części do poprawy umiejętności wykorzystywanych także poza sferą wirtualnej rozrywki. Przy tym trudno oczekiwać w tym aspekcie spektakularnych efektów, jeśli niskie zasoby kapitału growego danej osoby i wyuczony uproszczony schemat użycia gier sprowadzają się do uruchamiania tych samych, często dość nieskomplikowanych i nieangażujących tytułów. Widać to w wywiadach ze srebrnymi graczami, u których nie zawsze zainteresowanie grami prowadziło do dalszego rozwoju już posiadanych kompetencji cyfrowych. Okazuje się, że to może być jedna z wad rozwijania pasji do gier oddolnie, nieformalnie i bez odpowiedniego wsparcia ze strony najbliższych bądź profesjonalnych edukatorów. Oczywiście ocena sytuacji zależy też od przyjętego punktu odniesienia. Z perspektywy przeciętnego seniora, który spędza sporo czasu na pasywnej konsumpcji treści telewizyjnych i nie próbuje angażować się w wirtualny wymiar rzeczywistości hybrydowej, podjęcie jakiegokolwiek próby otwarcia na cyberkulturę (np. na poziomie zaproszonych do moich badań srebrnych graczy) może jawić się jako poważny krok do zupełnie nowej formy aktywności oraz poszerzenia zasobów kompetencyjnych, co w myśl przyjętej tu perspektywy stanowi formę starzenia pomyślnego. Jednak istnieją niewielkie szanse na samodzielne wypracowanie rozwojowo korzystnego zaangażowania w gry cyfrowe w formie, którą przedstawiam w dalszej części rozdziału. Czy skorzystanie z oferty instytucjonalnej zwiększa takie szanse? Z rozmów z ekspertami wynika, że większość podejmowanych działań w zakresie nieformalnego czy pozaformalnego edukowania osób starszych o grach cyfrowych ma charakter raczej przyczynkarski i jest nastawiona na bardzo wstępne ich

zaznajomienie z tym medium, jednak bez pogłębienia niezbędnych dla szerszego zaangażowania kompetencji i wiedzy. Jak się wydaje, dla większości starszych ludzi taka „baza” nie jest wystarczająca do kontynuowania dalszych poszukiwań, szczególnie jeśli brakuje odpowiedniego wsparcia ze strony najbliższych. Co więcej, edukowanie o grach czy przy użyciu tego medium można traktować jako innowację dydaktyczną bądź w ofercie danej organizacji, czyli jako przykład opisywanych wcześniej dobrych praktyk, poprzez które poprawia się atrakcyjność i zróżnicowanie dostępnych w instytucjach usług. Jednocześnie, jak starałem się pokazać, nie zawsze jest na to gotowość czy chęć. Wśród decydentów oraz edukatorów nie ma przekonania, że silver gaming to temat warty zainteresowania i poświęcenia – często skromnych – zasobów, a w niektórych NGO problematyczny jest też niedostateczny dostęp do sprzętu oraz oprogramowania (gier).

Biorąc pod uwagę całość opisanych w części teoretycznej możliwości zaangażowania osób starszych w kulturę gier cyfrowych – zarówno na poziomie indywidualnym, rodzinnym, jak i instytucjonalnym – a także relacje srebrnych graczy i przedstawicieli instytucji przedstawione w empirycznych fragmentach książki, należy przyjąć, że w Polsce mamy do czynienia z wciąż niewykorzystanym potencjałem silver gamingu, którego uwolnienie wymaga podjęcia szeregu opisanych dalej działań. Jednocześnie należy mieć na uwadze, że sugerowane propozycje mają charakter postulatywny i kryje się za nimi do pewnego stopnia idealistyczne ujęcie zarówno potencjału samego medium, jak i ludzi, którzy mieliby o nim edukować, czy z niego korzystać.

Jak już to zapowiedziałem we wstępie, rozwojowo korzystne zaangażowanie seniorów w kulturę gier cyfrowych stanowi formę ich wykorzystania wykraczającą poza bierną konsumpcję przy zachowaniu możliwie niskiego prawdopodobieństwa wystąpienia negatywnych konsekwencji tego zaangażowania. Potencjał gamingu nie sprowadza się tylko do zapewniania sobie rozrywki w czasie wolnym i poszukiwania psychofizycznych korzyści płynących z tej praktyki. Nawet tak ograniczając perspektywę, należy mieć świadomość, że dla uzyskania pozytywnych efektów niezbędna jest różnorodność growych doświadczeń, które nie zamykają się w wąskim katalogu. Jest to także możliwość rozwijania posiadanych zainteresowań poprzez transmedialne narracje, okazja do nawiązywania relacji bezpośrednich i pośrednich, jedna z form uczestnictwa we współczesnej kulturze cyfrowej oraz obcowania z najnowszymi trendami technologicznymi, przestrzeń do budowania międzygeneracyjnego dialogu, narzędzie twórczej ekspresji i wiele więcej. Niestety, takie holistyczne podejście wymaga kompetencji

cyfrowych (warunkują one zdolności do operowania technologiami komputerowymi) i medialnych (pozwalają zachować krytyczny stosunek do przetwarzanych treści), a także zasobów kapitału growego, który warunkuje zdolność użycia konkretnie gier cyfrowych. Te wymogi tyczą się zarówno seniorów chcących w pełny i twórczy sposób wykorzystywać to medium, jak i ekspertów zainteresowanych edukowaniem o nim czy za jego pomocą. W moim przekonaniu docelowo i w modelowym ujęciu silver gaming powinien prowadzić do:

- podejmowania nowych i wielopoziomowych (tj. osobistych, międzyludzkich, międzyinstytucjonalnych) rodzajów aktywności;
- podtrzymania psychofizycznej sprawności graczy;
- przyjmowania otwartej postawy i ciekawości względem technologii oraz kultury cyfrowej;
- generowania (samo)świadomości zagrożeń związanych z używaniem gier cyfrowych.

Takie wyjście z czysto rozrywkowego i tym samym ograniczającego użytkowania gier może przebiegać na wiele różnych sposobów. Jednak, aby było możliwe, należy omówić szereg czynników warunkujących schematy użycia tego medium przez seniorki i seniorów, a w szczególności:

1. wskazać korzyści i zagrożenia związane z obecnością gier cyfrowych w życiu osób starszych;
2. określić możliwe kierunki rozwoju metod i technik edukowania osób starszych o grach cyfrowych, a w niektórych scenariuszach także bliskich tych osób czy przedstawicieli instytucji działających na rzecz seniorów;
3. wypracować skuteczne sposoby promowania holistycznego podejścia do roli gier cyfrowych u ludzi na późniejszych etapach życia – zarówno na poziomie mikro-, mezo-, jak i makrospołecznym.

Zagadnienie korzyści i zagrożeń związanych z silver gamingiem omówiłem już na przykładach cudzych i własnych badań we wcześniejszych fragmentach książki. Natomiast kierunkami rozwoju odpowiednich metod i technik edukowania o grach cyfrowych zajmuję się w dwóch kolejnych podrozdziałach, prezentując rekomendacje wywiedzione z analizy teorii i danych wywołanych oraz odnosząc je do dwóch najważniejszych z perspektywy osób starszych sfer kształcenia: uczenia się nieformalnego oraz edukacji pozaformalnej/nieformalnej. Podobnie postępuję z ostatnim ważnym zagadnieniem,



czyli skutecznymi sposobami promowania holistycznego podejścia do gier cyfrowych u ludzi na późniejszych etapach życia, o czym wspominał zarówno we wcześniejszych fragmentach, jak i pośrednio w dalszej części tego rozdziału.

## 8.2. Rekomendacje w zakresie uczenia się nieformalnego

Rozpoczynając rozważania od sfery uczenia się nieformalnego – czyli w dużej mierze realizowanego w przestrzeni prywatnej oraz rodzinnej – chcę zwrócić uwagę na następujące kwestie:

1. Chociaż podstawą opisaną wcześniej „kompetencyjnej piramidy srebrnego gracza” są kompetencje cyfrowe, to nie można zapominać o istotnej roli kompetencji medialnych oraz kapitału growego. Same podstawowe umiejętności obsługi urządzeń i oprogramowania pozwalają wypracować jedynie sekwencyjny i repetytywny model grania, który zaledwie w niewielkim stopniu aktywizuje osoby starsze oraz nie przyczynia się do dalszego rozwoju tego zainteresowania, a co za tym idzie poszerzenia zakresu czerpanych z niego korzyści.
2. Należy położyć większy nacisk na rozwój kompetencji medialnych osób starszych, dzięki którym mogą one wypracować krytyczny stosunek do własnych medialnych zainteresowań, ale też lepiej opisywać i promować swoje pasje, w tym do gier cyfrowych, a przez to zachęcać innych seniorów do podjęcia nowych form aktywności i pomagać im w rozwoju umiejętności niezbędnych do pełniejszego uczestnictwa w społeczeństwie cyfrowym.
3. Większym zainteresowaniem powinno się obdarzyć także umiejętności i wiedzę odnoszące się do gier cyfrowych, czyli kapitał growy, którego rozwój powinien być pozytywnie skorelowany z częstością i intensywnością korzystania z gier cyfrowych, co niestety nie zawsze ma miejsce w przypadku srebrnych graczy. Niektórzy z nich w niewielkim tylko stopniu rozwijają swój kapitał growy, co powoduje trwanie, niekiedy przez lata, przy jednej zaledwie grze cyfrowej, redukując do minimum korzyści z gaminu oraz minimalizując walory uczestnictwa w kulturze tego medium.
4. Jednocześnie bez względu na rodzaj rozwijanych kompetencji czy wiedzy warto odchodzić od przekazywania osobom starszym sztywnych instrukcji na rzecz bardziej elastycznego wykorzystania posiadanych przez nie zasobów. W innym przypadku osoba starsza ryzykuje

wypracowanie wyuczonego schematu postępowania, który jest dysfunkcyjny w sytuacjach, które wykraczają poza ten schemat – dotyczy się to zarówno obsługi urzędzeń, jak i oprogramowania (także gier). Oczywiście takie wysoce sekwencyjne i informatywne podejście jest efektywne na początkowych etapach poznawania wirtualnego wymiaru rzeczywistości hybrydowej, ale z czasem powinno być zastępowane wsparciem o charakterze partnerskim, które zakłada współtowarzyszenie osobie starszej, a nie jej instruowanie.

5. Warto kształtować ogólną postawę otwartości, ciekawości i kreatywności wśród osób starszych, co zwiększa szansę na podjęcie nowego typu aktywności (w tym gamingu), ogranicza możliwość wystąpienia nastawienia technofobicznego, a także otwiera na nowe doświadczenia (np. gry odmienne pod względem gatunkowym). Na poziomie praktycznym pomocne w tym może być przyjęcie przez bliskich postawy wspierającej, a nie wyřęczającej, która co prawda ściąga z seniora bądź seniorki poczucie odpowiedzialności, ale jednocześnie nie daje im szansy na zmierzenie się z trudnościami, zdobycie przydatnych umiejętności i wreszcie ważnego z perspektywy budowania poczucia własnej sprawczości samodzielnego ich użycia w praktyce.
6. Wydaje się, że wraz z wiekiem potencjalnego gracza rośnie znaczenie korzyści czerpanych z gamingu dla decyzji o zaangażowaniu w tę praktykę. Dlatego niektórzy seniorzy przed podjęciem próby zagrania muszą mieć przekonanie, że gry cyfrowe wniosą coś konkretnego do ich życia, co odnosi się zarówno do sfery uczenia się nieformalnego, jak i edukacji pozaformalnej czy nieformalnej. Wszelkie opisy gier czy inicjatyw skierowane do tej grupy ludzi powinny zatem ukazywać – najlepiej na skonkretyzowanych przykładach – czerpane z tego profity. Co więcej, istotną rolę w motywowaniu osób starszych do grania mogą pełnić ich dotychczasowe zainteresowania, dlatego warto sugerować im takie tytuły, które z nimi korespondują, co oczywiście musi być poprzedzone poznaniem preferencji konkretnego człowieka.
7. Oprócz korzyści z grania na późniejszych etapach życia praktyka ta może przyjąć „problemowy” przebieg, co może być ignorowane przez starszych graczy. Jednocześnie niektórzy seniorzy mogą być negatywnie nastawieni do wirtualnej rozrywki. Dlatego nie należy przesadnie eksponować zagrożeń płynących z gamingu, ale z pewnością nie można ich całkowicie pomijać w przekazach kierowanych do osób starszych. Dobrym rozwiązaniem w tej sytuacji będzie przypominanie o higienie cyfrowej, która nie odnosi się tylko do wirtualnej rozrywki, a także ukazywanie pozytywnych przykładów srebrnych graczy bądź ich rodzin.

8. Zarówno doniesienia teoretyczne, jak i zgromadzone na potrzeby tego projektu dane empiryczne potwierdzają istotną – przynajmniej w początkowych fazach – rolę rodziny w kształtowaniu zainteresowania osób starszych nowoczesnymi technologiami. Gry cyfrowe nie stanowią tu wyjątku. W związku z tym publikowane w przyszłości materiały promocyjne czy edukacyjne (np. poradniki) powinny zawierać treści skierowane do bliskich osób starszych. Niestety nastawienie rodzin nie zawsze jest przychylne. Niektórzy seniorzy są pozostawieni sami sobie, ponieważ ich bliscy nie okazują chęci pomocy. Inni deprecjonują pasję dziadków czy starszych rodziców do gier cyfrowych. Wreszcie bywa i tak, że krewni wręcz umacniają kompetencyjną stagnację seniorów, rozwiązując za nich pojawiające się problemy. Jest to oczywiście strategia prostsza w realizacji niż próba trwałego wyedukowania osoby starszej, co w dłuższej perspektywie może być bardziej korzystne – zarówno dla starszych, jak i młodszych bliskich.
9. W badanej grupie w mocno ograniczonym zakresie zaistniała praktyka międzygeneracyjnego grania, a niekiedy urządzenia cyfrowe i ich rozrywkowe użycie w zasadzie alienowały członków rodziny (inaczej niż funkcje komunikacyjne, np. zdalne rozmowy z bliskimi, media społecznościowe). Jest to niekorzystne zjawisko, któremu należałoby przeciwdziałać, ale na zasadzie zachęt i pokazywania korzyści ze wspólnych rozgrywek. Z pewnością należy mocniej promować i objaśniać międzygeneracyjne oraz wewnątrzgeneracyjne granie, gdyż nie jest ono zbyt popularne. Przy tym trzeba pamiętać, że narzucanie osobom starszym praktyk czy pasji typowych dla ludzi młodszych może być przykładem postawy paternalistycznej i ageizmu. Część seniorów – jak pokazują badania ilościowe, prawdopodobnie nieco ich większy odsetek niż w przypadku młodszych graczy – woli grać samodzielnie w trybach dla pojedynczego gracza. Wynika to zarówno z osobistych preferencji, niekiedy także braku świadomości czy chęci po stronie przedstawicieli różnych pokoleń, ale też dostępu do profesjonalnie obsługiwanych sieci wsparcia (lokalnych, ponadlokalnych, internetowych) dla seniorów już zainteresowanych cyfrową rozrywką i szukających partnera do wzajemnej zabawy. Wspólne granie seniora z seniorem można rozpatrywać w kontekście samopomocowej diady, co warto promować i popularyzować.
10. Powinno się poświęcać więcej uwagi kwestii społecznej recepcji praktyki silver gamingu. Wiele wciąż pozostaje do zrobienia – zarówno na poziomie działań rządowych, instytucjonalnych, jak i medialnych. W przyszłości ogólnopolskie akcje czy kampanie informacyjne dotyczące

cyfrowej aktywizacji osób starszych powinny częściej i w szerszym zakresie odwoływać się do tematyki cyfrowej zabawy. Obecnie zbyt często są to próby przeniesienia do sieci schematów konsumpcji treści znanej z tradycyjnych mediów. Skutecznym kanałem popularyzacji silver gamingu będzie telewizja w związku z jej dużą popularnością wśród osób starszych. Zasadniczo należałoby promować wspólne rozgrywki jako jedną z nowoczesnych form spędzania czasu w trakcie rodzinnych spotkań czy sposób na nawiązywanie relacji na odległość z bliskimi bądź przyjaciółmi.

Niektóre z przedstawionych tutaj sugestii wymagają zmiany w postawie samych seniorów, inne współpracy bliskich z osobami starszymi. Jednocześnie wiele przekształceń indywidualnego czy rodzinnego stylu życia potrzebuje zewnętrznych impulsów, a jednostki i rodziny nie funkcjonują w społecznej próżni, dlatego istotne jest wsparcie środowiskowe, którego w omawianym przypadku mogą dostarczać instytucje senioralne, na przykład w zakresie tworzenia sieci wsparcia czy materiałów edukacyjnych.

### 8.3. Rekomendacje w zakresie edukacji pozaformalnej i nieformalnej

W niniejszym fragmencie przedstawiam rekomendacje odnoszące się do sfery edukacji pozaformalnej i nieformalnej, czyli wszelkich działań realizowanych w ramach instytucji wspierających także osoby starsze – uniwersytetów trzeciego wieku, centrów aktywności senioralnej, domów seniora i opieki, bibliotek itp.

Dotychczas realizowany model włączania osób starszych do funkcjonowania w przestrzeni wirtualnej w dużej mierze opiera się na działaniach edukacyjnych, ukierunkowanych na rozwój kompetencji cyfrowych. Jak się okazuje, w perspektywie obserwacji poczynionych w ramach niniejszego projektu jest to podejście właściwe, gdyż bez przynajmniej minimalnie rozwiniętych umiejętności tego rodzaju nie jest możliwe zaangażowanie osoby starszej w gaming. Jednak jak już przekonywałem, samo ćwiczenie praktycznych umiejętności obsługi urządzeń cyfrowych czy internetu to za mało dla realizacji modelu grania rozwojowo korzystnego i wpisującego się w ideę pomyślnego starzenia się. Osoba starsza, uzbrojona w podstawowe kompetencje i często pozostawiona sama sobie w sferze prywatnej (po zakończeniu kursu czy warsztatów), może nie być w stanie samodzielnie kontynuować wysiłków w zakresie wzbogacania swojego kapitału growego, ograniczając

się do niedostatecznej i schematycznej wiedzy z kursów czy warsztatów. Rozmowy z ekspertami – a także analiza oferty instytucjonalnej – pokazują, że obecnie w Polsce przyjmuje się ograniczające podejście do roli gier cyfrowych w życiu osób starszych, oparte na propozycjach zazwyczaj prostych gier komputerowych, które relatywnie szybko stają się powtarzalne i mało wymagające. To w połączeniu z brakiem działań nastawionych na realne wzbogacanie kapitału growego, a także materiałów czy narzędzi wsparcia, obniża prawdopodobieństwo rozwoju pogłębionego zainteresowania grami cyfrowymi wśród starszych obywateli, także tych posiadających kompetencje cyfrowe, rozwinięte w toku uczenia się nieformalnego. Wobec tego proponuję następujące rekomendacje:

1. Z przeprowadzonych analiz i badań wynika, że przedstawiciele instytucji, a w szczególności edukatorzy cyfrowi czy trenerzy medialni, mogą pełnić istotną rolę w budowaniu świadomości osób starszych w zakresie użycia gier cyfrowych. Przy tym nie zawsze eksperci są przygotowani do tego zadania. Niekiedy brakuje im motywacji (pasji), wiedzy czy umiejętności niezbędnych do nauczania o tym medium. Ważne jest też przyjęcie odpowiedniej postawy przez trenerów – okazanie empatii, cierpliwości, wyrozumiałości, by w ten sposób zminimalizować możliwość wystąpienia lęku przed oceną czy poczucia niemocy u starszych osób. Należy więc metodycznie, spokojnie, z odpowiednią liczbą powtórzeń i przy aktywnej asyście tłumaczyć objęte programem kursu zagadnienia lub te wspomniane przez samych seniorów. Jednak w moim przekonaniu edukowanie o grach cyfrowych wymaga większego zaangażowania i inicjatywy ze strony trenerów, którzy mogą pełnić funkcję swego rodzaju przewodników czy mentorów, umożliwiających osobom starszym dostęp do często zupełnie im obcej i nieodkrytej przestrzeni wirtualnej rozrywki, ryzykując jednak przy tym mniejszym zainteresowaniem niż w przypadku konwencjonalnych tematów, na przykład nauki obsługi komputera czy smartfonu. Dlatego należy poświęcać więcej uwagi kwestii przygotowania ekspertów do podejmowanych przez nich wyzwań z zakresu edukacji cyfrowej osób starszych, a szczególnie edukowania o grach cyfrowych czy poprzez gry cyfrowe. Obecnie zbyt rzadko próbuje się stosować rozwiązania wypracowane na gruncie rozważań wokół DGBL (*Digital Game-Based Learning*), uczenia się przez zabawę (*playful learning*) czy edukacji pośredniej (*tangential learning*), co sprawia wrażenie, że większość dotychczasowych projektów łączących gry cyfrowe z osobami starszymi miała mocno powierzchowny charakter. Wobec przytoczonych

wcześniej ustaleniu za tego rodzaju przedsięwzięcia nie powinny odpowiadać osoby, które nie rozumieją potrzeb i perspektywy seniorów, są osobiście słabo zainteresowane grami cyfrowymi, przejawiają braki w zakresie kompetencji miękkich, a także przesadnie eksponują własne przygotowanie.

2. Liczba polskojęzycznych publikacji poświęconych silver gamingowi nie jest wystarczająca, dlatego należy przygotować więcej materiałów na ten temat, także dla specjalistów zainteresowanych edukacją cyfrową. Problemem jest też dostępność poradników, gdyż są one słabo wyeksponowane<sup>86</sup>, a także ich zawartość merytoryczna, ponieważ propagują raczej wąskie rozumienie roli, jaką mogą pełnić gry cyfrowe w życiu osób starszych. Pozytywnymi przykładami mogą być cytowane już wcześniej poradniki Łukasza Srokowskiego i Marka Guzowskiego (Srokowski i Guzowski 2013), a w szczególności Urszuli Kłosińskiej (Kłosińska 2018). Z pewnością można je potraktować jako podstawę kursów czy warsztatów dla osób starszych, przy czym nie są to poradniki, które w sposób wyczerpujący przedstawiają omawiane zagadnienie. Co więcej, tradycyjna (tekstowa) ich forma może co prawda być wystarczająco ciekawa i użyteczna dla profesjonalistów (edukatorów, trenerów kompetencji cyfrowych itp.), ale już niekoniecznie dla seniorów, dla których lepsze mogą okazać się interaktywne i multimedialne materiały, dostępne nie tylko w trakcie trwania kursu, ale także po jego zakończeniu.
3. Z pewnością istotne jest powiązanie motywacji do rozwoju kompetencji growych i wiedzy z ważnymi dla osób starszych obszarami, takimi jak życie rodzinne czy towarzyskie. Dlatego warto angażować bezpośrednio (np. we wspólne granie) lub pośrednio (pomoc w obsłudze sprzętu i gier) rodzinę w realizowane projekty instytucjonalne. Ważne są też kwestie nawiązywania relacji w instytucjach oraz radzenia sobie z poczuciem samotności, dlatego przy projektowaniu oferty edukacyjnej nie należy pomijać sąsiadów czy znajomych ludzi starszych. Można to osiągnąć poprzez odpowiednią komunikację (tzn. przy użyciu mediów, po które sięgają osoby starsze: lokalne gazety, ulotki w instytucjach opieki, plakaty na typowych szlakach komunikacyjnych itp.)

---

<sup>86</sup> Przykładowo w skierowanym do edukatorów i ekspertów cyfrowym repozytorium „Kometa – Sieć Edukacji Cyfrowej”, zrealizowanym przez stowarzyszenie Miasta w Internecie, dostępnych jest ponad 1100 publikacji poświęconych szeroko rozumianej edukacji cyfrowej, przy czym zaledwie kilka z nich dotyczy gier cyfrowych, ale żadna nie odwołuje się do silver gamingu. Por. <https://kometa.edu.pl/> (27.07.2021).

oraz właściwy projekt przedsięwzięcia, u którego podstaw umieścić bym gry kooperacyjne. Takie podejście koresponduje z potrzebą kontaktu, a także postulatami badanych przeze mnie srebrnych graczy, którzy twierdzili, że instytucje senioralne powinny bardziej zaangażować się w tworzenie sieci towarzyskich czy wsparcia, w ramach których można grupowo rozwijać zainteresowanie grami cyfrowymi. Instytucje senioralne mogłyby też realizować działania skierowane do rodzin seniorów, których celem byłoby uświadomienie krewnych o potencjale gier cyfrowych w pogłębianiu relacji rodzinnych i aktywizacji ludzi starszych. Interesującym, chociaż bardziej wymagającym w praktycznej realizacji pomysłem byłoby powiązanie funkcji komunikacyjnej z rozrywkową, co zapewniają gry sieciowe, które zresztą mogą też stanowić źródło satysfakcjonujących interakcji dla osób samotnych, jeśli rozgrywka prowadzona jest w ramach wspierającej i rozumiejącej grupy (co samo w sobie może stanowić cel projektu instytucjonalnego), gdyż w innym przypadku powstaje ryzyko zetknięcia z agresją słowną i niechęcią innych (młodszych, kompetywnie nastawionych) graczy. Takie trudne doświadczenia nie tylko zniechęcają, ale też prowadzą do pojawienia się negatywnych emocji i zbędnego stresu.

4. Oferta instytucji senioralnych jest niekorzystna dla najbardziej kompetentnych graczy, gdyż zbyt często projekty realizowane w sferze edukacji pozaformalnej czy nieformalnej ograniczają się do doraźnego informowania o możliwości grania i operują na przykładach prostych gier. Trudno w ten sposób budować głębokie zainteresowanie omawianym medium, a także kapitał growy. Dlatego należy podjąć próbę realizacji dłuższych warsztatów czy kursów poświęconych przede wszystkim silver gamingowi. Co więcej, niezbędne wydaje mi się poszerzenie i zarazem dostosowanie zakresu rekomendowanych gier, ponieważ w toku badań ujawnił się dysonans pomiędzy preferencjami srebrnych graczy a ofertą instytucji senioralnych. Moi rozmówcy sięgali przede wszystkim po gry komputerowe, a rzadziej mobilne i konsolowe. Zasadniczo nie interesowały ich gry ruchowe, które z kolei proponowano w instytucjach.
5. Należy rozszerzyć myślenie o roli gier cyfrowych w życiu ludzi starszych i wyjść poza czysto rozrywkowe i wolnoczasowe ich użycie. Ważne jest ukazywanie potencjalnych korzyści z praktyki gamingu, przy czym właściwsze wydaje się ilustrowanie na praktycznych przykładach konkretnych profitów, powiązanych z rodzajem proponowanych gier, zainteresowaniami seniorów i ewentualnie zgłaszanymi



przez nich potrzebami. Niekoniecznie muszą to być konkretne i funkcjonalne oczekiwania, na przykład komunikacji z bliskimi czy obsługi lokalnego portalu informacyjnego. Potrzebne jest poszerzenie kursów nie tylko o praktyczne wykorzystanie gier, ale ich twórcze, krytyczne i kreatywne zastosowania. Dobrym pomysłem może być odwoływanie się do wcześniejszych zainteresowań. W jednym z wywiadów padła sugestia, że jeśli senior przez lata interesował się wędkarstwem, to jego uwagę mogą przyciągnąć gry poświęcone temu zagadnieniu. Przykładowo w internetowej encyklopedii gier portalu GryOnline.pl zamieszczono ponad 70 tytułów wędkarskich na wszystkie wiodące platformy sprzętowe<sup>87</sup>. Nie ma konieczności zatrzymywać się na samej rozrywce. W przedstawionym tu przykładzie można powiązać budowanie kapitału growego z rozwojem kompetencji cyfrowych oraz medialnych i zachęcić srebrnego gracza do opisywania swoich wirtualnych połowów w mediach społecznościowych czy na prywatnym blogu, a nawet nauczyć taką osobę publikowania zapisów z rozgrywki na YouTube czy streamowania w czasie rzeczywistym na Twitchu. W zależności od jakości i wybranej gry takie materiały mogłyby być interesujące dla innych wędkarzy, co z kolei można wykorzystać do generowania u starszej osoby poczucia przynależności i nawiązywania relacji – na forach internetowych, w grupach w mediach społecznościowych, czy wreszcie podczas wydarzeń organizowanych w przestrzeni fizycznej. Innym kryterium doboru gier może być chęć trenowania konkretnej partii ciała (np. nóg, wtedy wartościowe mogą okazać się gry miejskie) czy też nawiązywania relacji z innymi, w czym sprawdzą się gry kooperacyjne bądź sieciowe.

6. Zasadniczo należy rozważyć, czy uogólnione narracje o profitach z gamingu jakkolwiek pozytywnie wpływają na chęć seniorów do zainteresowania się grami cyfrowymi. Abstrakcyjne przekazy o psychofizycznych i społecznych korzyściach trudno odnosić do osobistej sytuacji danego gracza. Bardzo konkretną, aczkolwiek możliwie kontrowersyjną sugestią, jest powiązanie zaangażowania w projekty edukacyjne z wymiernymi bonifikatami, by wzorem niektórych fundacji oferować nagrody za udział w kursach. W odniesieniu do praktyki gamingu mogłyby to być zarówno same gry (w wersjach pudełkowych czy cyfrowych – przekazane przez instytucję, sprzedawców oprogramowania bądź twórców), jak i przydatny w graniu sprzęt (kontrolery, konsole, ekrany itp.).

---

<sup>87</sup> Por. <https://www.gry-online.pl/gry/wedkarstwo/> (27.07.2021).

7. Jednocześnie sugerowanie uniwersalnych rozwiązań w zakresie metod edukowania o grach cyfrowych jest problematyczne, ponieważ poziom zróżnicowania zarówno w wymiarze osobistych zdolności i możliwości, jak i sytuacji rodzinnej osób starszych może być tak odmienny, że niekiedy niezbędne jest indywidualne podejście do ich edukacji. Niektórzy moi rozmówcy sugerowali, że dla udziału ludzi starszych w wydarzeniach organizowanych przez instytucje istotne znaczenie ma możliwość bezproblemowego dojazdu, a nawet pogoda czy pora roku, co oczywiście związane jest z ograniczoną sprawnością i mobilnością starszych ludzi. Z tej sugestii ekspertów wyciągam wnioszek o potrzebie dywersyfikacji oferty, która powinna opierać się na kilku formach współpracy: zajęć indywidualnych w instytucji na zasadzie tutorialu, zajęć grupowych, par szkoleniowych wewnątrz- i międzygeneracyjnych (wspominane „cyfrowe duety”), indywidualnych wizyt w miejscu zamieszkania, indywidualnych i grupowych zajęć w synchronicznej formie zdalnej (webinaria) oraz asynchronicznej (platformy e-learningowe). Poza samą formą organizacji należy dostosować do odbiorców także treść merytoryczną oferowanych kursów czy warsztatów w zależności od zgłaszanego zapotrzebowania czy poziomu kompetencji seniorów. Wiąże się to z koniecznością lepszego poznania grupy docelowej.
8. Bez względu na przyjęty sposób opowiadania o grach czy wdrożony schemat organizacji zajęć z pewnością niezbędne jest przeciwdziałanie negatywnym postawom i stereotypom wśród seniorów oraz edukatorów, na przykład przekonaniu, że granie to „strata czasu” lub też zajęcie odpowiednie tylko dla dzieci i ludzi młodych, ponieważ takie nastawienie powstrzymuje przed choćby próbą sprawdzenia się w wirtualnych rozgrywkach; pomocne w tym może być odwoływanie się do opisywanego już „języka korzyści”, a także przedstawianie pozytywnych historii innych srebrnych graczy – swego rodzaju „ambasadorów” tej pasji.
9. Holistyczne ujęcie zjawiska silver gamingu wymaga zwrócenia uwagi także na możliwe zagrożenia, dlatego należy więcej mówić o higienie cyfrowej i bezpiecznym użyciu gier, a także promować liczne otoczkowe praktyki, które odciągają od samego tylko przesiadywania przed ekranem. Co więcej, z doświadczenia ekspertów wynika, że osoby starsze szybciej się męczą podczas wykonywania zadań, a także mogą odczuwać zagubienie czy informacyjne przebodźcowanie, gdy zajęcia są prowadzone w przesadnie dynamicznym stylu. W tym kontekście niebagatelne znaczenie mają indywidualne cechy seniorów, ponieważ

z wiekiem dochodzi zazwyczaj do stopniowego ograniczenia zdolności kognitywnych czy manualnych. Z tych powodów wszelkie materiały edukacyjne czy realizowane w przyszłości kursy powinny zawierać moduły odwołujące się do zagadnienia bezpiecznego korzystania z gier cyfrowych, a także uwzględniać możliwości osób z ograniczonymi sprawnościami.

10. Instytucje senioralne i jednostki rządowe w finansowanych przez siebie kampaniach powinny częściej angażować seniorów do promowania pasji do gier cyfrowych. W Polsce mamy już srebrnych graczy, którzy mogliby wejść w rolę „influencerów” i poprzez własny przykład „odczarować” wizerunek starszego gracza. Dotychczasowe podejścia raczej reprodukują stereotyp seniora, który nie gra wcale lub zaledwie okazynie sięga po cyfrowe wersje tradycyjnych gier. To tylko część prawdy, ponieważ są starsze osoby wyjątkowo mocno zaangażowane w pasję do tego medium, które grają przede wszystkim dla rozrywki i przyjemności – zupełnie tak, jak dzieci, młodzież czy dorośli.
11. Problemem jest brak koordynacji działań – zarówno na szczeblu lokalnym (np. w tym samym mieście różne centra senioralne mogą być otwarte na gry cyfrowe bądź też nie), jak i ogólnopolskim (kwestie cyfrowej rozrywki, a szczególnie gamingu, są marginalizowane w prowadzonych kampaniach informacyjnych czy politykach senioralnych). Należy rozważyć rozszerzenie obowiązujących w przyszłości aktów normatywnych o zapisy bezpośrednio odwołujące się do cyfrowej rozrywki jako jednego z kilku istotnych obszarów funkcjonowania ludzi starszych w realiach rozwijającego się społeczeństwa cyfrowego, a także podjąć wysiłki badawczo-biznesowe dla wypracowania optymalnych modeli edukowania o grach cyfrowych, jak i w zakresie poprawy dostępności nowoczesnych narzędzi edukacyjnych, w tym samych gier, na których brak narzekali niektórzy edukatorzy. Chodzi tu więc nie tylko o starania w docieraniu z przekazem o silver gamingu do decydentów i przedstawicieli kluczowych instytucji (np. rządowych), ale też producentów i dystrybutorów gier, dla których srebrni gracze wciąż stanowią nieodkryty rodzaj klienta, podobnie jak organizacje pozarządowe czy edukacyjne.
12. Polskie instytucje senioralne powinny czerpać więcej inspiracji zagranicznych z państw, gdzie już od dłuższego czasu aktywizuje się osoby starsze z wykorzystaniem gier cyfrowych. Pouczające mogą być też zjawiska współpracy międzynarodowej z ośrodkami o zdecydowanie większym doświadczeniu w używaniu technologii cyfrowych – w tym gier – w pracy z osobami starszymi.

13. Organizacje powinny mieć ułatwiony dostęp do środków na rozwój infrastruktury technicznej, a także zakup oprogramowania – w tym gier. Chodzi tu zarówno o środki z budżetu państwa, funduszy zagranicznych (także europejskich), jak i pochodzących z prywatnych źródeł. Dlatego należałoby przeprowadzić holistyczną i wpisującą się w całościową politykę senioralną państwa diagnozę potrzeb inwestycyjnych NGO.
14. Niezbędne jest także podjęcie współpracy instytucji z otoczeniem biznesowym, szczególnie sprzedawcami sprzętu oraz oprogramowania. Przede wszystkim chodzi o branżę elektronicznej rozrywki. Takie kooperacje wydają się możliwe, także w wymiarze organizacyjnym – producenci sprzętu bądź gier mogą organizować wydarzenia ukierunkowane na osoby starsze lub brać w ich udział. Przy tym pomocne mogą tu być też „odwrotne” działania, nastawione na edukowanie polskich przedsiębiorców o rosnącym znaczeniu srebrnej gospodarki oraz srebrnych konsumentów – w tym graczy. Wydaje się, że w rodzimej branży gier częściej niż na bardziej dojrzałych rynkach ignoruje się tę kategorię odbiorców.
15. Należy rozważyć stworzenie – we współpracy z komercyjnymi firmami wyposażonymi w *know-how* – gier i innych interaktywnych pomocy dydaktycznych, które mogą być użyte w trakcie zajęć z osobami starszymi.

Wdrożenie wyżej wspomnianych zaleceń oczywiście nie gwarantuje znacznego wzrostu zainteresowanie grami cyfrowymi wśród osób starszych, ale w moim przekonaniu pomoże w przygotowaniu pełniejszej, lepiej ukazującej potencjał gier cyfrowych, a także bardziej przyjaznej dla kandydatów na srebrnych graczy oferty kursów, materiałów edukacyjnych czy polityk senioralnych.



## Zakończenie

Uważam, że większe otwarcie na gry cyfrowe może stanowić pozytywną zmianę w codziennym funkcjonowaniu osób starszych – szczególnie tych realizujących typowy schemat zaangażowania medialnego, który ogranicza się w dużej mierze do tradycyjnej telewizji. Otwarcie na zupełnie dla nich nową przestrzeń wirtualną, poszerzenie zaangażowania na polu rozrywki, a także podjęcie trudu opanowania niezbędnej wiedzy i kompetencji oznacza konieczność realizacji szeregu działań, co w myśl przyjętych przeze mnie założeń teoretycznych wpisuje się w szeroko rozumianą perspektywę pomyślnego starzenia się.

Oczywiście jestem świadom, że zarówno aktywność cyfrowa, jak i w szczególności wirtualna rozrywka nie są propozycją dla każdego starzejącego się człowieka. Co więcej, nie uważam – pomimo własnego pozytywnego nastawienia – że należy w jakikolwiek sposób narzucać ludziom starszym to zainteresowanie. Jednocześnie jestem przekonany, że każdy powinien mieć możliwość podjęcia niezależnej decyzji o zaangażowaniu bądź niezaangażowaniu w gaming, ale to wymaga przynajmniej wstępnego zapoznania z medium i jego potencjałem. Wielu z polskich seniorów nie ma nawet mglistego wyobrażenia o grach cyfrowych, a nawet jeśli jest inaczej, to wizja nazbyt oparta na stereotypach. Co więcej, nawet srebrni gracze, którzy zazwyczaj samodzielnie rozwinęli pasję do gier cyfrowych, realizują niekiedy taki model ich konsumpcji, który ogranicza się do powtarzalnej i pozbawionej szerszych korzyści rozrywki, narażając się w ten sposób nawet na rozwój problematycznej formy gamingu.

Ostatecznie moje początkowo przesadnie optymistyczne nastawienie uległo zmianie w toku realizacji niniejszego projektu, ponieważ nowa wiedza i jej synteza wyraźnie pokazują, jak wiele obszarów zjawiska silver gamingu nie doczekało się w Polsce omówienia i wdrożenia zarówno na poziomie polityk, jak i konkretnych działań w sferze instytucjonalnej. Z pewnością promowanie tego medium wśród starszych Polek i Polaków

wymaga nie tylko jego przybliżania oraz objaśniania, ale też „odczarowania” ze stereotypów krążących na jego temat, w tym rozwiewania obaw i przełamywania niechęci – niekiedy nawet u edukatorów czy decydentów.

W moim odczuciu silver gaming to zjawisko społecznie i indywidualnie korzystne, ale w Polsce o zupełnie marginalnym znaczeniu – tak pośród osób starszych, jak i ekspertów czy edukatorów działających na ich rzecz. Z jednej strony jest to szansa na dalszy i dynamiczny rozwój tego obszaru, z drugiej – zagrożenie, bo co roku do grona graczy dołączają kolejni seniorzy wcale lub słabo przygotowani na tę zupełnie nową przygodę. Oczywiście proces demograficznego starzenia się dotyka także tych użytkowników gier, którzy wnoszą w tę nową dla siebie sytuację zasoby kompetencyjne z wcześniejszych etapów życia. W połączeniu z niezależnie trwającymi procesami społecznego ucyfrowienia i ludyfikacji kultury będzie prawdopodobnie dochodzić do stałego wzrostu ich liczby, ale jak pokazałem wcześniej, nawet osoby, które od lat korzystają z gier, niekoniecznie cechują się „mądrością mędrca” względem tej pasji. Na ignorancji względem gier cyfrowych tracą też instytucje, bo w zdecydowanej większości przypadków marnują świetną okazję do poszerzenia oferty o medium faktycznie innowacyjne z perspektywy większości seniorów i seniorek. Traci też państwo, ponieważ świadomie wykorzystane gry cyfrowe mogą stanowić jedno z narzędzi walki z cyfrowym wykluczeniem osób starszych oraz ich aktywizowaniem do funkcjonowania w społeczeństwie cyfrowym. By odmienić ten niepożądany stan, należy podjąć działania w dwóch najważniejszych obszarach kształcenia osób starszych – uczeniu się nieformalnym i edukacji pozaformalnej oraz nieformalnej. W rozdziale ósmym przedstawiłem wstępne propozycje takich starań w kierunku popularyzacji silver gamingu w modelu, który pozwala na maksymalizację korzyści i minimalizację potencjalnych zagrożeń, co określiłem mianem „rozwojowo korzystnego” zaangażowania seniorów w kulturę gier cyfrowych. W kolejnych krokach (latach) warto powziąć bardziej skonkretyzowane działania, dla których moje rekomendacje mogą stanowić punkt wyjścia.

Podczas przygotowywania książki regularnie trafiałem na doniesienia o srebrnych graczach. Jednym z nich jest 70-letni Chezjusz, który w połowie 2021 roku ujawnił się na swoim kanale na portalu YouTube, gdzie zamieszcza nagrania z własnych rozgrywek w niezwykle popularnym wśród młodszych graczy *Minecraftie* i w zaledwie kilka dni zdobył kilkadziesiąt tysięcy subskrypcji oraz wiele pozytywnych komentarzy ze strony widzów (Boop 2021). Stale publikowane są też opracowania czy raporty z różnych krajów, w których coraz więcej uwagi poświęca się graczom w wieku 60+, co sugeruje rosnące zainteresowanie tą grupą konsumentów (msnet 2021).



Srebrne graczki szalejące w grze wyścigowej pojawiają się nawet w reklamach telewizyjnych znanego producenta... kabanosów o obniżonej zawartości tłuszczu<sup>88</sup>. W sieci dostępne są także nowe kursy dla edukatorów, poświęcone wykorzystaniu gier i zabaw w pracy z osobami starszymi<sup>89</sup>, czy wreszcie kolejne szkolenia dla samych seniorów, w ramach których na gry cyfrowe przeznaczają się pojedyncze lekcje<sup>90</sup>. Wciąż jednak rzadko zdarza się, aby na to medium poświęcano cały cykl spotkań, a jeśli nawet, to seniorom ciągle prezentowane są proste gry logiczne, a ich dobór uzasadnia się zdrowotnymi (poznawczymi) korzyściami, opisując je w następujący sposób: „układanki, gry oparte na prostych zasadach matematycznych oraz słowne”<sup>91</sup>. Być może w kolejnych latach takie gry zostaną zastąpione tytułami, w których gracz – także bardzo dojrzały – wyrusza „w najbardziej niebezpieczną i osobistą podróż”, przyjmując obowiązek uratowania „całego świata”<sup>92</sup>, by w ten sposób radykalnie poprawić różnorodność gamingowych doświadczeń wśród osób starszych, a tym samym zakres płynących z grania benefitów o elementy wynikające z autentycznej pasji, głębokiego zaangażowania i pełniejszego uczestnictwa w jednym z najważniejszych współcześnie fenomenów z pogranicza kultury i nowoczesnych technologii cyfrowych.

Przywołane wyżej doniesienia nie podważają zaprezentowanych wcześniej wniosków, jednak wspominam o nich, by zwrócić uwagę na dynamikę badanego obszaru, ale też jego nieuporządkowanie i zróżnicowanie. Z jednej strony nie jest możliwe uwzględnienie wszystkich przykładów użycia gier cyfrowych przez osoby starsze czy instytucje senioralne, z drugiej – można żywić uzasadnione przekonanie, że z czasem pewne moje ustalenia będą podlegać dezaktualizacji, czego jestem świadomy. Nim jednak do tego dojdzie, pozostaje wystarczająco dużo czasu, by podjąć działania na rzecz zmian w podejściu do roli gier i zabaw (cyfrowych) w życiu starszych Polek oraz Polaków, i to w kilku wymiarach. Nie jest to jednak zasadniczy

<sup>88</sup> Por. <https://www.youtube.com/watch?v=16W8u8lfbIU> (29.11.2023).

<sup>89</sup> Przykładem jest płatny (179 zł) kurs pt. „Terapia zajęciowa gry i zabawy w pracy z seniorami”, przy czym z opisu można wywnioskować, że w tym przypadku raczej nie chodzi o gry cyfrowe. Por. <https://akademia-czas-seniora.pl/product/kurs-terapia-zajeciowa-gry-i-zabawy-w-pracy-z-seniorami/> (30.08.2023).

<sup>90</sup> Chodzi o kurs online „Aplikacje dla cyfrowych debiutantów”, na który złożyło się kilkanaście zdalnych spotkań, w tym zaledwie jedno dotyczyło gier komputerowych. Por. [https://www.youtube.com/watch?v=\\_ujTje\\_yGi4](https://www.youtube.com/watch?v=_ujTje_yGi4) (13.11.2023).

<sup>91</sup> Takie zajęcia w formie e-kursów proponowała na przełomie 2020 i 2021 roku Wojewódzka Biblioteka Publiczna w Krakowie. Por. <https://kursy.rajska.info/> (27.07.2021).

<sup>92</sup> Fragment opisu gry *Wiedźmin 3* dostępny na oficjalnej stronie producenta: <https://www.thewitcher.com/pl/pl/witcher3#story> (1.09.2023).

problem, ponieważ wciąż nie ma pewności, jak dokładnie te procesy będą przebiegać, czy kapitał growy oraz kompetencje cyfrowe/medialne ludzi nie będą ulegać dezaktualizacji, podobnie jak ma to miejsce teraz. Widać to na przykładzie byłych graczy, którzy w młodości korzystali z gier cyfrowych, a po dłuższej przerwie nie są w stanie z łatwością powrócić do tego zainteresowania, czy też srebrnych graczy, którzy przez lata w niewielkim tylko stopniu poprawili swoje zasoby kompetencyjne oraz kapitału growego i to niekiedy pomimo poświęcenia na gaming setek, jeśli nie tysięcy godzin. Co więcej, jeśli teza amerykańskiego socjologa Williama Ogburna o zapóźnieniu rozwoju kulturowego względem rozwoju technologicznego (materialnego) wciąż będzie aktualna (por. Ogburn 1922: 200–212), to można założyć, że immersyjne technologie przyszłości wymuszą na ludziach kolejną aktualizację posiadanych zasobów, co poniekąd sprawi, że także dojrzewający w otoczeniu gier seniorzy będą zmuszeni do całożyciowego dokształcania się, by być „na czasie”. Podobnie kolejne pokolenia graczy także będą musiały dbać o aktualizację kompetencji cyfrowych, medialnych i kapitału growego i w tym – jak myślę – kluczowym sensie niewiele się zmieni. Nie uważam też, że zmieni się wiele w odniesieniu do graczy, którzy otwierają się na granie w bardziej zaawansowanym wieku. Oni wciąż będą potrzebować wsparcia w adaptacji do wymogów i realiów cyberprzestrzeni oraz wyłaniającej się na jej podstawie cyberkultury, która przecież podlega dynamicznym zmianom. Wystarczy zdać sobie sprawę, jaką przemianę przeszło medium gier cyfrowych przez minione 30 lat i ile nowych ich form przed nami, by wspomnieć tylko o VR, (być może) metawersum czy produkcjach silnie wspieranych sztuczną inteligencją. Inny – prosty, ale działający na wyobraźnię przykład – to telewizor. Jeszcze kilkadziesiąt lat temu było to urządzenie, które obsługiwało się jednym guzikiem i pokrętkiem, a dziś odbiorniki z funkcjami smart oferują znacznie więcej, ale też ich pełne użycie wymaga stałej aktualizacji wiedzy, o którą nie każdy zadba. Ostatecznie uważam, że najbardziej narażona na dezaktualizację jest ta część moich obserwacji, które dotyczą graczy kontynuujących swoją pasję przez kolejne etapy życia. Być może dla dzisiejszych cyfrowych tubylców gaming będzie tak naturalny, jak dla przeszłych generacji było słuchanie radia, więc nie będą potrzebowali oni wsparcia, o jakim napisałem. Przy czym znów zwracam uwagę na kwestię zmian sprzętu do grania, samych gier i praktyk grania. Jednak jest to na tyle odległa perspektywa czasowa, że przenosi nas w sferę czystej spekulacji, czym nie warto się tu zajmować.

Natomiast warto już dziś generować nową wiedzę, by lepiej się przygotować do tego, co może nadejść w przyszłości. Spodziewam się tu raczej

płynnej ewolucji, a niekoniecznie skokowej rewolucji, więc przynajmniej część „starej” wiedzy powinna okazać się przydatna. To jednak pieśń przyszłości, a dziś ważne jest raczej opowiadanie, także w formie unaukowanej, o silver gamingu, oraz budowanie świadomości tego zjawiska w szerokiej grupie potencjalnie zainteresowanych seniorów, ich bliskich oraz ekspertów zaangażowanych w różne formy działalności na rzecz najstarszych obywateli.

Mam nadzieję, że lektura tej książki może dać impuls do realizacji kolejnych projektów, ukierunkowanych na rozwojowo korzystne zaangażowanie osób starszych w kulturę gier cyfrowych – zarówno w sferze uczenia się nieformalnego (w rodzinach, grupach sąsiedzkich czy rówieśniczych), jak i zorganizowanej edukacji pozaformalnej bądź nieformalnej. W tym ostatnim obszarze niezbędne jest kształtowanie świadomości u decydentów mających wpływ na lokalne i ogólnopolskie programy czy polityki senioralne. Bez akceptacji i wsparcia takich osób nie jest możliwe przeprowadzenie szerzej zakrojonych inicjatyw, na przykład ogólnopolskich kampanii informacyjnych poświęconych srebrnym graczom i ich pasji do gier. Liczę przy tym, że dzięki tej książce zwrócę uwagę innych badaczy oraz ekspertów na liczne kwestie merytoryczne, których nie podjąłem lub które ledwie zaznaczyłem.

Wspomnę o kilku z wielu wartych przebadania zagadnień. Intrygujące i potrzebne byłoby: ilościowe (statystyczne) oszacowanie popularności gier cyfrowych wśród starszych Polek i Polaków, a także częstości ich użycia w przestrzeni instytucjonalnej; określenie ewentualnych kompetencyjnych oraz poznawczych różnic pomiędzy srebrnymi i młodszymi graczami; pogłębienie wiedzy o społecznych reakcjach – także w sferze internetu – na zjawisko silver gamingu; przygotowanie zestawu kluczowych kompetencji dla rozwoju zainteresowania grami cyfrowymi u seniorów, a także zasobów kapitału growego, w tym metod ich mierzenia i diagnozy; zaprojektowanie i stworzenie zarówno gier, materiałów, metod, jak i narzędzi umożliwiających edukowanie o grach cyfrowych i ich popularyzowanie wśród najstarszych obywateli; czy wreszcie wypracowanie nowych polityk senioralnych, uwzględniających rosnące znaczenie cyfrowej rozrywki w życiu ludzi starszych. Co więcej, nie podjąłem się pogłębionej analizy wątków związanych ze sposobami reprezentacji growych bohaterów na późniejszych etapach życia – ciekawym przykładem byłby Ezio Auditore z serii *Assassin's Creed* – czy też ukazania procesu starzenia się w grach (por. Toma 2015), przyjmując, że nie tylko wykracza to poza cele przyjęte w tej książce, ale także nie wnosi niczego istotnego do interesującego mnie obrazu polskiego srebrnego gracza. Uważam jednak, że kwestia reprezentacji starości i starzenia

się może mieć pewne znaczenie przynajmniej dla części starszych graczy, przede wszystkim w zakresie identyfikowania się z wirtualnymi bohaterami. Poznawczo ciekawe byłoby też zbadanie populacji twórców gier pod kątem różnych wymiarów demograficznego starzenia się tej grupy, która co prawda ewoluuje, ale do niedawna była zmaskulinizowana i należeli do niej głównie młodzi mężczyźni rasy białej, chociaż w ostatnich kilkunastu latach obserwuje się trend nieznacznego wzrostu średniej wieku przeciętnego twórcy do poziomu 34 lat w roku 2021, co pokazują raporty IGDA (International Game Developers Association) z serii *Developer Satisfaction Survey*. Poza różnicami krajowymi pod uwagę należałoby też wziąć specyfikę stanowisk – te wyższe mogą być częściej zajmowane przez branżowych „weteranów”, czyli osoby z dłuższym stażem pracy, a co za tym idzie średnio starsze. W swoich rozważaniach pominąłem też technologię oraz gry VR – i to pomimo własnego praktycznego i dydaktycznego zaangażowania w ich użycie<sup>93</sup>. Uważam, że należy je traktować jak odrębne medium ze względu na ich specyfikę. Z pewnością mogłem więcej miejsca i refleksji poświęcić wpływowi pandemii COVID-19 na sytuację seniorów i senierek, co przecież mocno odbiło się na ich funkcjonowaniu także w sferze wirtualnej. Zauważam też pewne niedostatki w przyjętym przeze mnie podejściu metodologicznym oraz doborze próby badawczej. Być może bardziej użyteczne, ale jednocześnie dość trudne w realizacji, w wykazaniu zależności pomiędzy rozwojem praktyki grania a pomyślnym starzeniem się byłyby badania podłużne. Natomiast dobierając w trakcie pandemii (na tyle, na ile z jej powodu było to możliwe) w sposób celowy rozmówców – szczególnie seniorów – nieco mniejsze, niż należałoby, znaczenie przypisywałem zmiennej wykształcenia. Nie dotarłem także do srebrnych graczy, którzy rozwijali kapitał gromy w ramach inicjatyw instytucjonalnych (edukacja pozaformalna/nieformalna), co z pewnością jeszcze bardziej pogłębiłoby uzyskane wyniki. Ostatecznie oparłem się na pośrednim przekazie edukatorów, którzy współpracują z osobami starszymi w instytucjach. Zapewne lepszym rozwiązaniem byłoby wejście do instytucji pomocowo-opiekuńczych, a być może nawet przeprowadzenie badań w działaniu czy eksperymentów z udziałem osób starszych i gier cyfrowych, co pierwotnie planowałem, a co zostało zniweczone przez pandemię. Zapewne w ten sposób udało się pogłębić nasze rozumienie terapeutycznej roli gier, a także potencjał ich użycia w tym specyficznym kontekście instytucjonalnym.

---

<sup>93</sup> Wiele w tym obszarze dzieje się w ramach Laboratorium EduVRLab, które funkcjonuje na Wydziale Humanistycznym AGH w Krakowie; por. <https://www.eduvrllab.agh.edu.pl/> (21.10.2023).

Zdaję sobie sprawę z tego, że treść tej książki jest zdominowana przez komponent teoretyczny i diagnostyczny<sup>94</sup>, a przedstawione w formie syntezy rekomendacje i sugestie mają nie tyle charakter praktyczny, ile zaledwie propedeutyczny – także w odniesieniu do postulowanego przeze mnie modelu rozwojowo korzystnego użycia gier cyfrowych na późniejszych etapach życia. Oczywiście opis zastanej rzeczywistości jest ważnym zadaniem nauk społecznych, ale dużą wartość dostrzegam także w próbach stosowania wygenerowanej teorii w praktyce, gdyż obecnie „widać coraz wyraźniej, że teoria nie może istnieć sama dla siebie, ale powinna czemuś służyć” (Halicka i Halicki 2017: 162). Niestety ten samodzielnie narzucony sobie cel zrealizowałem tylko fragmentarycznie, rezygnując z próby wypracowania praktycznych rozwiązań w zakresie edukacji nieformalnej i pozaformalnej. Częściowo wynikało to z opisywanych już problemów natury organizacyjnej, które spowodowała pandemia COVID-19 (m.in. trudności w dotarciu do rozmówców, konieczność zmiany metod badawczych i rezygnacji z edukacyjnych warsztatów dla seniorów, wstrzymanie działalności instytucji senioralnych). Miałem też trudności w uzyskaniu wszystkich rodzajów danych, na których mi zależało. W tym kontekście przywołam nieudaną próbę zdobycia informacji o użyciu gier cyfrowych na polskich uniwersytetach trzeciego wieku. Przygotowałem ankietę internetową i rozesłałem ją do wielu takich instytucji. Pomimo wsparcia Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wiek i relatywnie krótkiego kwestionariusza, w którym zawarłem kilka pytań o dotychczasowe i planowane próby realizacji zajęć odnoszących się do gier cyfrowych, nie udało mi się uzyskać zadowalającej liczby zwrotów. Zaledwie osiem UTW przesłało odpowiedzi, co nie pozwala na jakiegokolwiek sensowne próby wnioskowania czy uogólniania<sup>95</sup>. Jednak na decyzję o ograniczeniu szczegółowych rozważań w zakresie praktycznego wykorzystania moich ustaleń wpłynęło też przekonanie, które nabyłem w toku realizacji badań. Zrozumiałem, że praktyczne wdrożenie własnych wniosków stanowi już wyraźnie odrębny cel, który znacząco wykracza poza przyjętą przeze mnie w tamtym momencie optykę. Nie oznacza to, że całkowicie rezygnuję z zamiaru wytworzenia

---

<sup>94</sup> Chociaż, jak opisałem to we wstępie, zakres rozważań teoretycznych został zredukowany do zagadnień powiązanych z podjętą problematyką silver gamingu, co wydało mi się niezbędne przy tak interdyscyplinarnym problemie badawczym.

<sup>95</sup> Z mojej rozmowy na ten temat z przedstawicielką Ogólnopolskiej Federacji Stowarzyszeń Uniwersytetów Trzeciego Wiek wynika, że tak słaba reakcja może być konsekwencją: wzrastającego zmęczenia częstymi prośbami o udział w badaniach ankietowych, obawy przed otwieraniem odnośników przesyłanych pocztą elektroniczną, a także niewielkiej wiedzy na ten temat u przedstawicieli tych instytucji.

użytecznych rozwiązań opartych na przedstawionych obserwacjach empirycznych, ponieważ w kolejnych projektach naukowych chciałbym podjąć próbę wypracowania efektywnych i ogólnodostępnych narzędzi dla osób starszych oraz edukatorów zainteresowanych wzbogacaniem swoich kompetencji i wiedzy o rozwojowo korzystnym użyciu gier cyfrowych, wykorzystując zarówno już posiadane i zaprezentowane tu materiały, jak i nowe źródła w zakresie niezbędnym dla skutecznej realizacji tego przedsięwzięcia. Żywię nadzieję, że planowane przeze mnie działania na rzecz upowszechnienia wyników przeprowadzonych badań (m.in. publikacje artykułów naukowych i publicystycznych) mogą dać efekt w postaci większego i wykraczającego ponad kontekst czysto finansowy zainteresowania starszymi osobami wśród przedstawicieli polskiej branży elektronicznej rozrywki. Srebrni gracze, podobnie jak ci reprezentujący pozostałe kategorie wiekowe, mają swoją specyfikę oraz potrzeby, które warto poznać, zrozumieć i uszanować. Kierowanie się takim przekonaniem działa na korzyść wszystkich ludzi. W końcu nawet najmłodszy dziś fani gier w przyszłości być może zupełnie otwarcie i świadomie – czyli inaczej niż obecnie – będą się identyfikować jako „srebrni gracze”. Jednocześnie mogą oni nie odczuwać potrzeby dookreślenia swojej identyfikacji, jeżeli w toku wchodzenia w „erę gier” (por. Mäyrä 2017) praktyka gamingu ulegnie pełnemu upowszechnieniu i normalizacji, w czym swój bardzo istotny udział będą mieć osoby starsze, przez co staniemy się *homo players* – już nie tyle ludźmi bawiącymi się, ile po prostu grającymi<sup>96</sup>, bez wyraźnego podziału na odmienne kategorie graczy. Warto więc się temu zjawisku przyglądać i go nie ignorować, w czym powinny pomóc przedstawione na kartach tej książki obserwacje oraz rekomendacje.

W ostatnim akapicie chciałbym jeszcze raz podkreślić, że nie jest to książka, w której uniknąłem niedociągnięć czy pozostawionych bez odpowiedzi pytań. Traktuję ją raczej jako (mam nadzieję) początek szerszej, akademickiej i pozaakademickiej dyskusji o zjawisku silver gamingu w Polsce. Debaty lepiej skoordynowanej i pozbawionej nuty przyczynkarskości, czego przejawem są kolejne doniesienia medialne w rodzaju odcinka programu *Uwaga!* z 2022 roku, z którego pochodzi otwierający książkę cytat. W tym materiale przedstawiono sylwetki srebrnych graczek zatroskanych zmianami w ich ulubionej grze przeglądarkowej *Wiejskie Życie* – rekordzistki regularnie logowały się na serwery przez kilkanaście lat (por.

---

<sup>96</sup> Jest to nawiązanie do tytułu książki Dominiki Urbańskiej-Galanciak: *Homo players: strategie odbioru gier komputerowych* (2009).

*Uwaga! TVN 2022*). Jednocześnie jestem zdania, że ostatecznie udało mi się odkryć i opisać słabo do tej pory rozpoznany wymiar życia polskich senierek i seniorów, unikając przy tym popadania w paternalistyczne i wyższościowe narracje o roli gier cyfrowych w realizowaniu założeń pomysłnego starzenia się. Takie zarzuty w stosunku do groźnych badań nad srebrnymi graczami wysunęli niedawno Huan Wu i Chen Guo, sugerując, że badacze powinni wychodzić w swoich projektach od osobistej perspektywy (starszych) graczy, a także brać pod uwagę warunki społeczno-kulturowe, w których przyszło im (graczom) funkcjonować (por. Wu i Guo 2020), co jest dość widoczne w moim sposobie opisywania polskiego silver gamingu – zarówno w doborze poruszanych wątków, jak i sile „głosu” osób starszych w całym tym przedsięwzięciu.





## Literatura

- a.wysoczanska (2020). *Klub Seniora w trybie online*. Dostęp: <https://zolytyparasol.org/klub-seniora-w-trybie-online/> (13.12.2020).
- Aarseth Espen (2007). *I Fought the Law: Transgressive Play and The Implied Player*. Dostęp: <http://www.digra.org/wp-content/uploads/digital-library/07313.03489.pdf> (19.08.2021).
- Abramowska-Kmon Anita (2011). O nowych miarach zaawansowania procesu starzenia się ludności. *Studia Demograficzne*, 159(1), s. 3–22.
- Age UK (2020). *The best video games for older people*. Dostęp: <https://www.ageuk-mobility.co.uk/mobility-news/article/the-best-video-games-for-older-people> (4.02.2021).
- Agmon Maayan, Cynthia K. Perry, Elizabeth Phelan, George Demiris i Huong Q. Nguyen (2011). A Pilot Study of Wii Fit Exergames to Improve Balance in Older Adults. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, 34(4), s. 161–167. DOI: 10.1519/JPT.0b013e3182191d98.
- Aleksander Tadeusz (2003). Edukacja ustawiczna/permanentna. W: *Encyklopedia pedagogiczna XXI wieku. Tom I*. Warszawa: Żak, s. 985–988.
- Allaire Jason C., Anne Collins McLaughlin, Amanda Trujillo, Laura A. Whitlock, Landon LaPorte i Maribeth Gandy (2013). Successful aging through digital games: Socioemotional differences between older adult gamers and Non-gamers. *Computers in Human Behavior*, 29(4), s. 1302–1306. DOI: 10.1016/j.chb.2013.01.014.
- Amaral Ines i Fernanda Daniel (2016). Ageism and IT: Social Representations, Exclusion and Citizenship in the Digital Age. W: Jia Zhou i Gavriel Salvendy (ed.), *Human Aspects of IT for the Aged Population. Healthy and Active Aging. ITAP 2016. Lecture Notes in Computer Science*, 9755. Cham: Springer, s. 159–166. DOI: 10.1007/978-3-319-39949-2\_15.
- Anguera J.A., J. Boccanfuso, J.L. Rintoul, O. Al-Hashimi, F. Faraji, J. Janowich, A. Gazzaley et al. (2013). Video game training enhances cognitive control in older adults. *Nature*, 501(7465), s. 97–101. DOI: 10.1038/nature12486.
- Arak Piotr, Andrzej Bobiński i Anna Wójcik (2015). *Bez kabli. Mobilny internet motorem zmian społecznych i ekonomicznych*. Dostęp: [https://www.polityka-insight.pl/\\_resource/multimedium/20075758](https://www.polityka-insight.pl/_resource/multimedium/20075758) (2.12.2020).

- Ayalon Liat i Clemens Tesch-Römer (2017). Taking a closer look at ageism: self- and other-directed ageist attitudes and discrimination. *European Journal of Ageing*, 14(1), s. 1–4. DOI: 10.1007/s10433-016-0409-9.
- Babbie Earl (2016). *The Practice of Social Research, 14th Edition*. Boston: Cengage Learning.
- Bachórz Agata, Karolina Ciechorska-Kulesza, Martyna Grabowska, Jakub Knera, Lesław Michałowski, Krzysztof Stachura, Stanisław Szultka, Cezary Obracht-Prondzyński i Piotr Zbieranek (2016). *Kulturalna hierarchia. Nowe dystynkcje i powinności w kulturze a stratyfikacja społeczna*. Gdańsk: Instytut Kultury Miejskiej.
- Balderas-Cejudo Adela, Ian Patterson i George W. Leeson (2019). Senior Foodies: A developing niche market in gastronomic tourism. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 16, s. 100152. DOI: 10.1016/j.ijgfs.2019.100152.
- Batorski Dominik, Adam Płoszaj, Justyna Jasiewicz, Dominika Czerniawska i Klaudia Peszat (2012). *Diagnoza i rekomendacje w obszarze kompetencji cyfrowych społeczeństwa i przeciwdziałania wykluczeniu cyfrowemu w kontekście zaprogramowania wsparcia w latach 2014–2020*. Warszawa. Dostęp: [http://www.euroreg.uw.edu.pl/dane/web\\_euroreg\\_publications\\_files/3513/ekspertyza\\_mrr\\_kompetencjegyfrowe\\_2014-2020.pdf](http://www.euroreg.uw.edu.pl/dane/web_euroreg_publications_files/3513/ekspertyza_mrr_kompetencjegyfrowe_2014-2020.pdf) (31.07.2020).
- Batorski Dominik i Jan M. Zając (red.) (2010). *Między alienacją a adaptacją: Polacy w wieku 50+ wobec Internetu: raport otwarcia Koalicji „Dojrzałość w sieci”*. Warszawa: UPC Polska.
- Bean Anthony M., Rune K.L. Nielsen, Antonius J. van Rooij i Christopher J. Ferguson (2017). Video game addiction: The push to pathologize video games. *Professional Psychology: Research and Practice*, 48(5), s. 378–389. DOI: 10.1037/pro0000150.
- Berger Rita, Marina Romeo, Gerd Gidion i Luis Poyato (2016). *Media use and technostress*. W: Chova L. Gómez, Martínez A. López i Torres I. Candel (ed.), *Proceedings of INTED2016 Conference 7th-9th March 2016*. Valencia: IATED Academy, s. 390–400. DOI: 10.21125/inted.2016.1092.
- Białyżyt Katarzyna (2019). Wybrane obszary aktywności polskich seniorów w świetle europejskich raportów Indeksu Aktywnego Starzenia. *Niepełnosprawność*, 34, s. 114–130. DOI: 10.4467/25439561.np.19.021.11851.
- Bielak Tomasz, Mirosław Filiciak i Grzegorz Ptaszek (2011). *Zmierzch telewizji? Przemiany medium. Antologia*. Warszawa: Scholar.
- Bielecki Maksymilian (2015). Przyjemne z pożytecznym? Badania nad wpływem gier komputerowych na procesy poznawcze. *Wszechświat*, 116(1–3), s. 26–30.
- Bieńkuńska Anna (2020). *Jakość życia osób starszych w Polsce*. Dostęp: [https://stat.gov.pl/download/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5486/26/2/1/jakosc\\_zycia\\_osob\\_starszych\\_w\\_polsce.pdf](https://stat.gov.pl/download/gfx/portalinformacyjny/pl/defaultaktualnosci/5486/26/2/1/jakosc_zycia_osob_starszych_w_polsce.pdf) (1.05.2021).
- Bierówka Joanna (2015). Strategie dotarcia do wiarygodnych informacji za pośrednictwem Internetu stosowane przez osoby dorosłe. W: Agnieszka Ogonowska i Grzegorz Ptaszek (red.), *Edukacja medialna w dobie współczesnych zmian kulturowych, społecznych i technologicznych*. Kraków: Impuls, s. 145–157.

- Bigaj Magdalena i Maciej Dębski (2020). Subiektywny dobrostan oraz higiena cyfrowa w czasie edukacji zdalnej. W: Grzegorz Ptaszek, Grzegorz D. Stunża, Jacek Pyżalski, Maciej Dębski i Magdalena Bigaj (red.), *Edukacja zdalna: co stało się z uczniami, ich rodzicami i nauczycielami?* Gdańsk: Gdańskie Wydawnictwo Psychologiczne, s. 75–111.
- Bilicka Jagoda (2019). *Starsza pani ma myszkę i nie zawaha się jej użyć*. Dostęp: <https://nowydworgdanski.naszemiasto.pl/starsza-pani-ma-myszke-i-nie-zawaha-sie-jej-uzyc/ar/c10-5074339> (13.12.2020).
- Bloomberg Janon (2018). *Digitization, Digitalization, And Digital Transformation: Confuse Them At Your Peril*. Dostęp: <https://www.forbes.com/sites/jason-bloomberg/2018/04/29/digitization-digitalization-and-digital-transformation-confuse-them-at-your-peril/?sh=7b49466e2f2c> (7.11.2020).
- Błęszyńska Krystyna M. i Małgorzata Orłowska (2020). Seniorzy w cyberprzestrzeni. Między stereotypem a rzeczywistością. *Studia Edukacyjne*, 56, s. 153–166. DOI: 10.14746/se.2020.56.8.
- Błędowski Piotr, Barbara Szatur-Jaworska, Zofia Szweda-Lewandowska i Paweł Kubicki (2012). *Raport na temat sytuacji osób starszych w Polsce*. Warszawa. Dostęp: [http://senior.gov.pl/source/raport\\_osoby\\_starsze.pdf](http://senior.gov.pl/source/raport_osoby_starsze.pdf) (29.07.2020).
- Bobrowski Michał, Damian Gałuszka, Anna Krampus-Sepielak, Patrycja Rodzińska-Szary i Maciej Śliwiński (2019). *Polish Gamers Research'19*. Dostęp: <https://polishgamers.com/pgr/polish-gamers-research-2019/silver-gamers-age-56-65/> (16.08.2020).
- Bobrowski Michał, Damian Gałuszka, Anna Krampus-Sepielak, Patrycja Rodzińska-Szary i Maciej Śliwiński (2020). *Kondycja polskiej branży gier 2020*. Kraków: Krakowski Park Technologiczny.
- Bomba Radosław (2014). *Gry komputerowe w perspektywie antropologii codzienności*. Toruń: Wydawnictwo Adam Marszałek.
- bonkol (2019). *Symulator niegrzecznego wnuczka – Granny Simulator*. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=PNKULyrkEhA> (12.05.2021).
- Boop (2021). *70-letni dziadek nagrywający Minecrafta stał się ulubieńcem YouTube'a. Blisko 30 tysięcy subskrypcji w 3 dni*. Dostęp: <https://boop.pl/minecraft/70-letni-dziadek-nagrywajacy-minecrafta-stal-sie-ulubieniec-youtubea-bliisko-30-tysiecy-subskrypcji-w-3-dni> (19.08.2021).
- Bordone Valeria, Bruno Arpino i Arnstein Aassve (2017). Patterns of grandparental child care across Europe: the role of the policy context and working mothers' need. *Ageing and Society*, 37(4), s. 845–873. DOI: 10.1017/S0144686X1600009X.
- Boruckowska Agata (2020). *Działalność uniwersytetów trzeciego wieku w systemie zdalnym*. Dostęp: <https://epale.ec.europa.eu/pl/blog/dzialalnosc-uniwersytetow-trzeciego-wieku-w-systemie-zdalnym> (21.03.2021).
- Bourdieu Pierre (2009). Struktury, habitus, praktyki. W: Marek Kucia i Piotr Sztompka (red.), *Socjologia. Lektury*. Kraków: Znak, s. 546–559.
- Bowling Ann (2007). Aspirations for Older Age in the 21st Century: What is Successful Aging? *The International Journal of Aging and Human Development*, 64(3), s. 263–297. DOI: 10.2190/L0K1-87W4-9R01-7127.

- Bożewicz Marta (2019). *Preferowane i realizowane modele życia rodzinnego*. Warszawa: CBOS.
- Brand Jeffrey E., Jan Jarvis, Patrice M. Huggins i Tyler W. Wilson (2019). *Digital Australia 2020*. Eveleigh (NSW): IGEA. Dostęp: <https://igea.net/wp-content/uploads/2019/08/DA20-Report-FINAL-Aug19.pdf> (6.08.2020).
- Breuer Johannes i Gary Bente (2010). Why so serious? On the relation of serious games and learning. *Journal for Computer Game Culture*, 4(1), s. 7–24.
- bringMore advertising (2023). *Kampania społeczna „e-Polak potrafi!” – e-Senior w internecie: rozrywka*. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=OmRHP-26s2tc> (21.08.2023).
- Brown Skalsky Julie A. (2014). Let's Play: Understanding the Role and Significance of Digital Gaming in Old Age. *Theses and Dissertations – Gerontology*, 6, s. 1–169.
- Buhl Mie (2019). Cosplays and cosplayers: A global phenomenon in a local context. W: Anna Sparrman (ed.), *Making culture: Children's and young people's leisure cultures*. Göteborg: Kulturanalys Norden, s. 33–46. Dostęp: <https://vbn.aau.dk/en/publications/cosplays-and-cosplayers-a-global-phenomenon-in-a-local-context> (3.08.2020).
- Butler Robert (1969). Age-ism: Another form of bigotry. *The Gerontologist*, 4, s. 243–246.
- Caillois Roger (1997). *Gry i ludzie*. Warszawa: Volumen.
- Carrigan Marylyn (1999). “Old spice” – Developing successful relationships with the grey market. *Long Range Planning*, 32(2), s. 253–262. DOI: 10.1016/S0024-6301(99)00024-2.
- Castells Manuel (2007). *Spółeczeństwo sieci*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- CBOS (2010). *Obraz typowego Polaka w starszym wieku*. Dostęp: [https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2010/K\\_002\\_10.PDF](https://www.cbos.pl/SPISKOM.POL/2010/K_002_10.PDF) (5.12.2020).
- Celiński Piotr (2013). *Postmedia. Cyfrowy kod i bazy danych*. Lublin: Wydawnictwo UMCS.
- Charlier Nathalie, Michela Ott, Bernd Remmele i Nicola Whitton (2012). *Not Just for Children: Game-Based Learning for Older Adults*. W: *6th European Conference on Games Based Learning*. Cork, s. 102–108.
- Chen Chi-Ying (2013). Is the Video Game a Cultural Vehicle? *Games and Culture*, 8(6), s. 408–427. DOI: 10.1177/1555412013493349.
- Chen Yunan, Jing Wen i Bo Xie (2012). “I communicate with my children in the game”: Mediated Intergenerational Family Relationships through a Social Networking Game. *The Journal of Community Informatics*, 8(1). DOI: 10.15353/joci.v8i1.3056. Dostęp: <https://openjournals.uwaterloo.ca/index.php/JoCI/article/view/3056/3961> (30.03.2021).
- Chia Doris X.Y., Charis W.L. Ng, Gomathinayagam Kandasami, Mavis Y.L. Seow, Carol C. Choo, Peter K.H. Chew, Cheng Lee i Melvyn W.B. Zhang (2020). Prevalence of Internet Addiction and Gaming Disorders in Southeast Asia:

- A Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(7), s. 1–17. DOI: 10.3390/ijerph17072582.
- Chin Charlene (2016). *Video games and apps for elderly tested in Singapore*. Dostęp: <https://govinsider.asia/security/video-games-and-apps-for-elderly-tested-in-singapore/> (22.07.2020).
- Chiong Cynthia (2009). *Can Video Games Promote Intergenerational Play & Literacy Learning?* Dostęp: [https://joanganzcooneycenter.org/wp-content/uploads/2010/03/intergen\\_final\\_021210.pdf](https://joanganzcooneycenter.org/wp-content/uploads/2010/03/intergen_final_021210.pdf) (5.05.2021).
- Chomczyński Piotr (2011). Obserwacja (Observation). W: Krzysztof T. Konecki i Piotr Chomczyński (red.), *Słownik socjologii jakościowej*. Warszawa: Difin, s. 195–197.
- Chua Puay-Hoe, Younbo Jung, May O. Lwin i Yin-Leng Theng (2013). Let's play together: Effects of video-game play on intergenerational perceptions among youth and elderly participants. *Computers in Human Behavior*, 29(6), s. 2303–2311. DOI: 10.1016/j.chb.2013.04.037.
- Chymkowski Roman i Zofia Zasacka (2021). *Stan czytelnictwa w Polsce w 2020 roku*. Dostęp: <https://bn.org.pl/download/document/1621420376.pdf> (6.06.2021).
- Cierniak-Piotrowska Małgorzata, Agata Dąbrowska i Karina Stelmach (2020). *Ludność. Stan i struktura oraz ruch naturalny w przekroju terytorialnym w 2019 r.* Warszawa: GUS.
- Consalvo Mia (2007). *Cheating: Gaining Advantage in Video Games*. Cambridge (MA): The MIT Press.
- Consalvo Mia (2017). Foreword. W: Margarida Romero, Kimberly Sawchuk, Josep Blat, Sergio Sayago i Hubert Ouellet (ed.), *Game-Based Learning Across the Lifespan. Cross-Generational and Age-Oriented Topics*. Cham: Springer, s. V–VI.
- Conti Katherine (2016). *MIT startup lets seniors enter the world of virtual reality – The Boston Globe*. Dostęp: <https://www.bostonglobe.com/business/2016/05/12/mit-startup-lets-seniors-enter-world-virtual-reality/XbaWge6EseufMYu2tZ87TN/story.html> (22.07.2020).
- Cota Túlio Teixeira i Lucila Ishitani (2015). Motivation and benefits of digital games for the elderly: a systematic literature review. *Revista Brasileira de Computação Aplicada*, 7(1), s. 2–16. DOI: 10.5335/rbca.2015.4190.
- Cox Harold (2005). *Later life: the realities of aging*. New York: Pearson/Prentice Hall.
- Crosbie Jack (2019). *In the Future, Senior Citizens Will Play Video Games All Day*. Dostęp: <https://onezero.medium.com/in-the-future-senior-citizens-will-play-video-games-all-day-23794b532447> (15.05.2021).
- Crossley Quinn (2019). *Inclusive Game Design: Key Starting Principles*. Dostęp: <https://www.filamentgames.com/blog/inclusive-game-design-key-starting-principles/> (2.03.2021).
- Curry Shirley (2020). *Shirley's Ohio – Vlog #12*. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=p9pnck5ZvcA> (12.05.2021).

- Cyganek Amadeusz (2018). *Ja gram, ty grasz... Gry mobilne biją rekordy popularności, a PC i konsole zazdroszczą*. Dostęp: <https://www.gsmmaniak.pl/804852/gry-mobine-raport-popularnosc/> (26.03.2021).
- Czaja Stanisław (2016). Główne społeczne i ekonomiczne zagrożenia dla ludzi starszych w Polsce po 1990 roku. *Pedagogika Rodziny*, 2, s. 149–166.
- Czapiński Janusz i Piotr Błędowski (2014). *Aktywność społeczna osób starszych w kontekście percepcji Polaków: Diagnoza Społeczna 2013. Raport tematyczny*. Warszawa: Centrum Rozwoju Zasobów Ludzkich.
- Dave Paresh (2023). *The EU urges the US to join the fight to regulate AI*. Dostęp: <https://www.wired.com/story/the-eu-urges-the-us-to-join-the-fight-to-regulate-ai/> (24.07.2023).
- De la Hera Teresa, Eugène Loos, Monique Simons i Joleen Blom (2017). Benefits and Factors Influencing the Design of Intergenerational Digital Games: A Systematic Literature Review. *Societies*, 7(3), s. 1–15. DOI: 10.3390/soc7030018.
- Denzin Norman i Yvonne Lincoln (2010). Wprowadzenie. Dziedzina i praktyka badań jakościowych. W: Norman Denzin i Yvonne Lincoln (red.), *Metody badań jakościowych*, t. 1. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 19–76.
- De Schutter Bob (2019). *Video games can bring older family members' personal history back to life*. Dostęp: <https://theconversation.com/video-games-can-bring-older-family-members-personal-history-back-to-life-123065> (7.03.2021).
- De Schutter Bob i Julie A. Brown (2016). Digital Games as a Source of Enjoyment in Later Life. *Games and Culture*, 11(1–2), s. 28–52. DOI: 10.1177/1555412015594273.
- De Schutter Bob i Abeele Vero Vanden (2008). *Meaningful Play in Elderly Life*. Dostęp: <https://lirias.kuleuven.be/retrieve/114734> (8.03.2021).
- De Schutter Bob i Abeele Vero Vanden (2010). *Designing meaningful play within the psycho-social context of older adults*. W: *Proceedings of the 3rd International Conference on Fun and Games – Fun and Games '10*. New York: ACM Press, s. 84–93. DOI: 10.1145/1823818.1823827.
- Derejczyk Jarosław, Barbara Bień, Janina Kokoszka-Paszkot i Joanna Szczygieł (2008). Gerontologia i geriatria w Polsce na tle Europy – czy należy inwestować w ich rozwój w naszym kraju? *Gerontologia Polska*, 3, s. 149–159.
- Diaz-Orueta Unai, David Facal, Henk Herman Nap i Myrto-Maria Ranga (2012). What Is the Key for Older People to Show Interest in Playing Digital Learning Games? Initial Qualitative Findings from the LEAGE Project on a Multicultural European Sample. *Games for Health Journal*, 1(2), s. 115–123. DOI: 10.1089/g4h.2011.0024.
- Dippel Anne i Sonia Fizek (2017). Ludification of culture: the significance of play and games in everyday practices of the digital era. W: Gertraud Koch (ed.), *Digitisation: Theories and Concepts for Empirical Cultural Research*. New York–Routledge, s. 276–292.
- Djaouti Damien, Julian Alvarez, Jean-Pierre Jessel i Olivier Rampnoux (2011). Origins of Serious Games BT – Serious Games and Edutainment Applications. W: Minhua Ma, Andreas Oikonomou i Lakhmi C. Jain (ed.), *Serious Games*



- and Edutainment Applications*. London: Springer London, s. 25–43. DOI: 10.1007/978-1-4471-2161-9\_3.
- Długosz Zbigniew (2011). Population ageing in Europe. *Procedia – Social and Behavioral Sciences*, 19, s. 47–55. DOI: 10.1016/j.sbspro.2011.05.106.
- Dovey Jon i Helen W. Kennedy (2011). *Kultura gier komputerowych*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Duff Alistair S. (2020). *Coronavirus: the first big test of the information age and what it could mean for privacy*. Dostęp: <https://theconversation.com/coronavirus-the-first-big-test-of-the-information-age-and-what-it-could-mean-for-privacy-138068> (10.11.2020).
- „DwuTygodnik Suwalski” (2019). *Festiwal gier komputerowych*. Dostęp: <http://dwutygodniksuwalski.pl/festiwal-gier-komputerowych/> (22.03.2021).
- Dymarczyk Waldemar (2011). Metoda dokumentów osobistych. W: Krzysztof T. Konecki i Piotr Chomczyński (red.), *Słownik socjologii jakościowej*. Warszawa: Difin, s. 173–176.
- Działajlokalnie.pl (2016). *Od juniora do seniora, czyli międzypokoleniowa integracja dla kultury*. Dostęp: <https://dzialajlokalnie.pl/projekty/juniora-seniora-czyli-miedzypokoleniowa-integracja-dla-kultury/> (30.08.2023).
- Eberhardt Piotr (2014). Fazy rozwoju demograficznego Polski. *Roczniki Nauk Społecznych*, 42(2), s. 135–160.
- eDziadkowie.pl (2020). *Internetowe gry dla Dziadków*. Dostęp: <https://edziadkowie.pl/internetowe-gry-dla-dziadkow/> (19.03.2021).
- Egenfeldt-Nielsen Simon, Jonas Heide Smith i Susana Pajares Tosca (2013). *Understanding Video Games: The Essential – Introduction*. London: Routledge.
- EIA (2017). *Global access to electricity has increased over the past two decades – Today in Energy – U.S. Energy Information Administration (EIA)*. Dostęp: <https://www.eia.gov/todayinenergy/detail.php?id=31552> (4.11.2020).
- Enzzi (2018). *Dziadek gra z kamerką w Minecraft!* Dostęp: [https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=n4re\\_n2lFsc](https://www.youtube.com/watch?app=desktop&v=n4re_n2lFsc) (22.05.2021).
- Esportearnings.com (2023). *100 Oldest Players*. Dostęp: <https://www.esportearnings.com/players/oldest-players> (18.08.2023).
- Eurostat (2020). *Ageing Europe – statistics on social life and opinions*. Dostęp: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Ageing\\_Europe\\_-\\_statistics\\_on\\_social\\_life\\_and\\_opinions#Education\\_and\\_digital\\_society\\_among\\_older\\_people](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Ageing_Europe_-_statistics_on_social_life_and_opinions#Education_and_digital_society_among_older_people) (30.01.2021).
- Eurostat (2021). *Mortality and life expectancy statistics*. Dostęp: [https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Mortality\\_and\\_life\\_expectancy\\_statistics#Life\\_expectancy\\_at\\_age\\_65](https://ec.europa.eu/eurostat/statistics-explained/index.php?title=Mortality_and_life_expectancy_statistics#Life_expectancy_at_age_65) (27.09.2021).
- Extra History (2012). *Tangential Learning – How Games Can Teach Us While We Play – Extra Credits*. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=rlQrTHr-wyxQ> (1.02.2021).
- Eyu Zang i Leng Eye Thang (2016). Online Gaming Platforms as Intergenerational Contact Zones. W: Matthew Kaplan, Leng Eye Thang, Mariano Sanchez i Jaco Hoffman (ed.), *Intergenerational Contact Zones – A Compendium of Applications*. University Park (PA): Penn State Extension.

- Falstein Noah (2009). Include structures that adapt to player needs. W: Chris Bateman (ed.), *Beyond Game Design: Nine Steps Toward Creating Better Videogames*. Boston: Course Technology PTR, s. 213–234.
- Fancourt Daisy i Andrew Steptoe (2019). Television viewing and cognitive decline in older age: findings from the English Longitudinal Study of Ageing. *Scientific Reports*, 9(1), s. 1–8. DOI: 10.1038/s41598-019-39354-4.
- Ferri-Benedetti Fabrizio (2014). *Jak przygotować smartfona z Androidem dla osoby starszej*. Dostęp: <https://www.softonic.pl/artykuly/jak-przygotowac-smartfona-z-androidem-dla-osoby-starszej> (26.03.2021).
- Festl Ruth, Michael Scharrow i Thorsten Quandt (2013). Problematic computer game use among adolescents, younger and older adults. *Addiction*, 108(3), s. 592–599. DOI: 10.1111/add.12016.
- Filiciak Mirosław (2006). *Wirtualny plac zabaw. Gry sieciowe i przemiany kultury współczesnej*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Filiciak Mirosław, Alek Tarkowski, Justyna Jasiewicz, Anna Mierzecka, Małgorzata Kisilowska, Andrzej Klimczuk i Elżbieta Bojanowska (2015). *Taksonomia funkcjonalnych kompetencji cyfrowych oraz metodologia pomiaru poziomu funkcjonalnych kompetencji cyfrowych osób z pokolenia 50+*. Tarnów: Stowarzyszenie „Miasta w Internecie”.
- FNP (2012). *Laureaci Ventures 10/2012*. Fundacja na rzecz Nauki Polskiej. Dostęp: <https://www.fnp.org.pl/laureaci-ventures-102012/> (5.02.2021).
- Fry Prem S. (2000). Whose quality of life is it anyway? Why not ask seniors to tell us about it? *International Journal of Aging and Human Development*, 50(4), s. 361–383. DOI: 10.2190/DD41-W8F4-W6LK-FY8Q.
- Gałużka Damian (2017a). *Gry wideo w środowisku rodzinnym. Diagnoza i rekomendacje*. Kraków: Wydawnictwo Libron.
- Gałużka Damian (2017b). Gry wideo w perspektywie potrzeb osób niepełnosprawnych. W: Jakub Niedbalski, Mariola Raćław i Dorota Żuchowska-Skiba (red.), *Oblicza niepełnosprawności w teorii i praktyce*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, s. 327–355.
- Gałużka Damian (2019a). Praktyka grania wśród graczy 50+ w perspektywie etnografii wirtualnej. *Studia Humanistyczne AGH*, 18(3), s. 103–119. DOI: 10.7494/human.2019.18.3.103.
- Gałużka Damian (2019b). Rozważania wokół dyskursu nad grami cyfrowymi w oparciu o ich krytykę ze strony Philipa Zimbardo. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 15(3), s. 178–201. DOI: 10.18778/1733-8069.15.3.10.
- Gałużka Damian (2020a). Społeczno-kulturowy potencjał gier cyfrowych. Ujęcie syntetyczne. *Studia z Teorii Wychowania*, 11(4), s. 61–89. DOI: 10.5604/01.3001.0014.6559.
- Gałużka Damian (2020b). Postawy antypornograficzne wśród polskich internautów. Wstępne ujęcie badawcze. *Educational Psychology*, 59(17), s. 159–173. DOI: 10.5604/01.3001.0014.2658.

- Gałaszka Damian i Dorota Żuchowska-Skiba (2018). Niepełnosprawność w grach wideo – omówienie na przykładach wybranych wirtualnych postaci. *Przegląd Socjologii Jakościowej*, 14(3), s. 92–112. DOI: 10.18778/1733-8069.14.3.06.
- Gałaszka Mieczysław (2013). System opieki zdrowotnej w Polsce wobec potrzeb seniorów: priorytety, racjonowanie i dyskryminacja ze względu na wiek. *Przegląd Socjologiczny*, 62(2), s. 79–108.
- Gamma Eagle (2023). *Brain Plasticity (Neuroplasticity): How Experience Changes the Brain*. Dostęp: <https://www.simplypsychology.org/brain-plasticity.html> (30.08.2023).
- Garda Maria B. (2015). Modele fuzji gatunkowej w grach cyfrowych. W: Ryszard W. Kluszczyński i Dagmara Rode (red.), *Trajektorie obrazów. Strategie wizualne w sztuce współczesnej*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, s. 69–77.
- Garg Vaibhav, Lesa Lorenzen-Huber, Jean Camp L. i Kay Connelly (2012). *Risk communication design for older adults*. W: *Proceedings of the 29th International Symposium of Automation and Robotics in Construction, ISARC 2012*. Eindhoven: International Association for Automation and Robotics in Construction (I.A.A.R.C). DOI: 10.22260/isarc2012/0030.
- Gee James Paul (2003). *What Video Games Have to Teach Us About Learning and Literacy*. New York: Palgrave Macmillan.
- Geertz Clifford (2005). Opis gęsty: w poszukiwaniu interpretatywnej teorii kultury. W: Clifford Geertz (red.), *Interpretacja kultur*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Generator Innowacji – Sieci Wsparcia (2020). *Połączyły ich gry video*. Dostęp: <https://sieciwsparcia1.e.org.pl/project/gry-video/> (17.12.2020).
- Gerling Kathrin M. i Regan L. Mandryk (2014). *Designing Video Games for Older Adults and Caregivers*. Dostęp: [http://eprints.lincoln.ac.uk/id/eprint/14790/1/caregiver\\_camera-ready.pdf](http://eprints.lincoln.ac.uk/id/eprint/14790/1/caregiver_camera-ready.pdf) (12.04.2021).
- Gillen Martie, Terry Mills i Jenny Jump (2012). Family Relationships in an Aging Society. *EDIS*, 11, s. 1–5. Dostęp: <https://edis.ifas.ufl.edu/pdf/FY/FY62500.pdf> (5.04.2021).
- Glazer Kip (2016). *Game-Based or Playful Learning, not Gamification for All Things*. Dostęp: <https://www.literacyworldwide.org/blog/literacy-now/2016/04/27/game--based-or-playful-learning-not-gamification-for-all-things> (20.02.2021).
- GlobalWebIndex (2019). *Digital vs Traditional Media Consumption*. Dostęp: [https://www.amic.media/media/files/file\\_352\\_2142.pdf](https://www.amic.media/media/files/file_352_2142.pdf) (2.12.2020).
- Goffman Erving (2015). Rozrywka w grach. W: Irena Borowik i Janusz Mucha (red.), *Współczesne teorie socjologiczne, t. 1*. Kraków: Zakład Wydawniczy NOMOS, s. 35–103.
- GOKSiR (2013). *Innowacyjny wypoczynek w gminie Świdnica*. Dostęp: [http://www.goksir.swidnica.pl/index.php?option=com\\_content&view=article&id=506%3Ainnowacyjny-wypoczynek&Itemid=50](http://www.goksir.swidnica.pl/index.php?option=com_content&view=article&id=506%3Ainnowacyjny-wypoczynek&Itemid=50) (27.03.2021).

- Golinowska Stanisława (2011). „Srebrna gospodarka” i miejsce w niej sektora zdrowotnego. Koncepcja i regionalne przykłady zastosowania. *Zdrowie Publiczne i Zarządzanie*, 9(1), s. 76–85. DOI: 10.4467/20842627OZ.11.005.0342.
- González-Rábago Yolanda i Antía Domínguez-Rodríguez (2019). *Active Ageing Index in the European Union and its evolution 2010–2018: Results report*. Brusel: UNECE – European Commission.
- Grabarczyk Paweł (2015). O opozycji hardcore/casual. *Homo Ludens*, 7(1), s. 89–109.
- Grabski Filip (2020). *Gry na konsole dla seniorów? Dlaczego nie! Polecane tytuły*. Dostęp: <https://allegro.pl/artukul/gry-na-konsole-dla-seniorow-dlaczego-nie-polecane-tytuły-87949> (24.03.2021).
- Grobler Adam (2006). *Metodologia nauk*. Kraków: Znak.
- GUS (2014). *Population projection 2014–2050*. Warszawa: Zakład Wydawnictw Statystycznych.
- GUS (2016). *Uniwersytety Trzeciego Wieku w roku akademickim 2014/2015*. Warszawa: Zakład Wydawnictw Statystycznych.
- GUS (2017). *Spółeczeństwo informacyjne w Polsce. Wyniki badań statystycznych z lat 2013–2017*. Warszawa–Szczecin: Zakład Wydawnictw Statystycznych.
- GUS (2018). *Gospodarka senioralna w Polsce – stan i metody pomiaru*. Warszawa: Centrum Badań i Edukacji Statystycznej GUS.
- GUS (2019a). *Spółeczeństwo informacyjne w Polsce. Wyniki badań statystycznych z lat 2015–2019*. Warszawa–Szczecin: Zakład Wydawnictw Statystycznych.
- GUS (2019b). *Uniwersytety Trzeciego Wieku w roku akademickim 2017/2018*. Warszawa i Gdańsk: Zakład Wydawnictw Statystycznych.
- Halicka Małgorzata i Jerzy Halicki (2017). Starzenie się i starość w badaniach i praktyce edukacyjnej – wybrane aspekty. *Pedagogika Społeczna*, 64(2), s. 151–164.
- Harrington C. Lee, Denise D. Bielby i Anthony R. Bardo (2014). *Aging, media, and culture*. London: Lexington Books.
- Havukainen Martti, Teemu H. Laine, Timo Martikainen i Erkki Sutinen (2020). A Case Study on Co-designing Digital Games with Older Adults and Children: Game Elements, Assets, and Challenges. *The Computer Games Journal*, 9(2), s. 163–188. DOI: 10.1007/s40869-020-00100-w.
- Hekman Paweł (2020). *W gry grają też 50-latkowie. W co dokładnie?* Dostęp: <https://polygamia.pl/w-gry-graja-tez-50-latkowie-w-co-dokladnie/> (17.08.2020).
- Help24 (2019). *Wyposażenie domu seniora – inspiracje z zachodniej granicy*. Dostęp: <https://www.help24.info/wyposazenie-domu-seniora-inspiracje-z-zachodniej-granicy> (18.12.2020).
- Henricks Thomas S. (2020). Play Studies: A Brief History. *American Journal of Play*, 12(2), s. 117–155.
- Holstein Martha B. i Meredith Minkler (2007). Critical gerontology: Reflections for the 21st century. W: Bernard T. Scharf (ed.), *Critical Perspectives on Ageing Societies*. Cambridge: Policy Press, s. 13–26. DOI: 10.1332/policypress/9781861348906.003.0002.

- Holzer Jerzy Zdzisław (1999). *Demografia*. Warszawa: PWE.
- IAB-Polska (2019). *Raport: WWW + TV = Razem lepiej*. Dostęp: [https://iab.org.pl/wp-content/uploads/2019/04/IABPolska\\_TV\\_WWW\\_RazemLepiej\\_20190405\\_raport.pdf](https://iab.org.pl/wp-content/uploads/2019/04/IABPolska_TV_WWW_RazemLepiej_20190405_raport.pdf) (2.12.2020).
- IAB-Polska (2020). *Raport Strategiczny. Internet 2019/2020*. Dostęp: <https://www.iab.org.pl/wp-content/uploads/2020/06/Raport-Strategiczny-Internet-2019-2020.pdf> (2.12.2020).
- Ijsselsteijn Wijnand, Henk Herman Nap, Yvonne de Kort i Karolien Poels (2007). *Digital Game Design for Elderly Users*. W: *Proceedings of the 2007 Conference on Future Play*. Toronto: Association for Computing Machinery, s. 17–22.
- ILC-BRAZIL (2016). *Toward Age-Friendly Design*. Dostęp: <https://ilcbrazil.org.br/wp-content/uploads/2020/07/Design-Ageing-Report-4th.pdf> (31.08.2023).
- Imponderabilia (2020). *Mózg rozje\*any. Co wie o nas Facebook i jak się zabezpieczyć? Chris Wylie o Cambridge Analytica*. Dostęp: <https://youtu.be/eOQa2aWDzLI?t=875> (11.11.2020).
- InternetWorldStats (2023). *World Internet Users and 2023 Population Stats*. Dostęp: <https://www.internetworldstats.com/stats.htm> (23.07.2023).
- ISFE (2012). *Videogames in Europe: Consumer Study 2012*. Dostęp: [https://www.isfe.eu/wp-content/uploads/2018/11/euro\\_summary\\_-\\_isfe\\_consumer\\_study.pdf](https://www.isfe.eu/wp-content/uploads/2018/11/euro_summary_-_isfe_consumer_study.pdf) (16.08.2020).
- Iversen Sara Mosberg (2016). Play and Productivity. *Games and Culture*, 11(1–2), s. 7–27. DOI: 10.1177/1555412014557541.
- Jackson Natalie (2007). Population Ageing in a Nutshell: A Phenomenon in Four Dimensions. *People and Place*, 15(2), s. 12–21.
- Jajko-Siwiek Alicja (2023). Cyfryzacja osób będących na emeryturze w krajach europejskich w okresie pandemii COVID-19. *Prace Naukowe Uniwersytetu Ekonomicznego we Wrocławiu*, 67(1), s. 1–23.
- Janikowska Sandra (2020). *Gry nie tylko dla najmłodszych! TOP 5 gier internetowych dla seniorów. W co warto zagrać?* Dostęp: <https://dziennikbałtycki.pl/gry-nie-tylko-dla-najmlodszych-top-5-gier-internetowych-dla-seniorow-w-co-warto-zagrac/ar/c11-14945704> (17.03.2021).
- Jarzebski Marcin P., Thomas Elmquist, Alexandros Gasparatos, Kensuke Fukushi, Sofia Eckersten, Dagmar Haase, Julie Goodness, Sara Khoshkar, Osamu Saito, Kazuhiko Takeuchi, Töres Theorell, Nannan Dong, Fumiko Kasuga, Ryugo Watanabe, Giles Bruno Sioen, Makoto Yokohari i Jian Pu (2021). Ageing and population shrinking: implications for sustainability in the urban century. *npj Urban Sustain*, 1(17). DOI: 10.1038/s42949-021-00023-z.
- Jedlińska Lidia Maria (2013). Seniorzy na granicy wykluczenia społecznego – metody zapobiegania wykluczeniu cyfrowemu. *Zeszyty Pracy Socjalnej*, 18(3), s. 125–137.
- Jenkins Henry (2006). Complete Freedom of Movement: Video Games as Gendered Play Spaces. W: Eric Zimmerman i Katie Salen (ed.), *The Game Design Reader A Rules of Play Anthology*. London: The MIT Press, s. 330–363.

- Jerslev Anne i Line Nybro Petersen (2018). Introduction: ageing celebrities, ageing fans, and ageing narratives in popular media culture. *Celebrity Studies*, 9(2), s. 157–165. DOI: 10.1080/19392397.2018.1465302.
- Jewartowski Błażej (2016). Bezpieczeństwo osób starszych w kontekście oszustw metodą „na wnuczka” jako problem społeczno-polityczny. *Studia Politicae Universitatis Silesiensis*, 17, s. 207–217.
- Jędruszek Karol (2019). *Każdy z nich jest po 60-tce, zaskakują świat esportu. Historia niezwyklej drużyny*. Dostęp: <https://przekladSPORTOWY.onet.pl/esportmania/csgo/kazdy-z-nich-jest-po-60-tce-zaskakuja-swiat-esportu-historia-niezwyklej-druzyny/ht0kjk7> (22.03.2021).
- Jung Younbo, Koay Jing Li, Ng Sihui Janissa, Wong Li Chieh Gladys i Kwan Min Lee (2009). *Games for a better life: Effects of playing Wii games on the well-being of seniors in a long-term care facility*. W: *Proceedings of the 6th Australasian Conference on Interactive Entertainment, IE 2009*. New York: ACM Press, s. 1–6. DOI: 10.1145/1746050.1746055.
- Jurczyk-Romanowska Ewa, Marta Koszczyc, Luba Jakubowska, Aleksandra Marcinkiewicz-Wilk, Jacek Gulanowski, Michal Kabát, Magdaléna Švecová, Tijana Milenkovic Jankovic, Paola Barone, Charoula Giannelaki, Irena Žemaitaitytė, Agata Katkonienė, Asta Januškevičiūtė i Valdonė Indrašienė (2019). *Gry miejskie jako współczesna, oryginalna i innowacyjna metoda nauczania i uczenia się seniorów*. Wrocław: Uniwersytet Wrocławski.
- Juul Jesper (2010). Gra, gracz, świat: w poszukiwaniu sedna „growości”. W: Mirosław Filiciak (red.), *Światy z pikseli. Antologia studiów nad grami komputerowymi*. Warszawa: SWPS Academica, s. 37–62.
- Kaa Dirk, van de (1987). Europe’s second demographic transition. *Population Reference Bureau Inc.*, 42(1), s. 1–59.
- KaJot (2018). „Babcia na strażnik TEXASU”/Granny #4. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=pbTDYGwNrCI> (12.05.2021).
- Kakulla Brittne (2019). *Gaming Attitudes and Habits of Adults Ages 50-Plus*. AARP Research. June. DOI: 10.26419/res.00328.001.
- Kalinowska Anna (2020). User senior: praktyki (post)medialne seniorów w kontekście doświadczenia zwrotu cyfrowego/(digitalnego). *Dyskurs & Dialog*, 1, s. 89–103. DOI: 10.5281/ZENODO.3747715.
- Kane Lexie (2019). *Usability for Seniors: Challenges and Changes*. Dostęp: <https://www.nngroup.com/articles/usability-for-senior-citizens/> (24.02.2021).
- Kantar (2019). *Barometr Bayer 2019. Wyniki badania*. Dostęp: [https://www.bayer.com/sites/default/files/Raport\\_Barometr.pdf](https://www.bayer.com/sites/default/files/Raport_Barometr.pdf) (2.12.2020).
- Kaplan Matthew, Mariano Sánchez, Cecil Shelton i Leah Bradley (2013). *Using Technology to Connect Generations. Profiles of Highlighted Programs*. University Park and Washington D.C.: Penn State University and Generations United.
- Kaplan Matthew, Leng Leng Thang, Mariano Sánchez i Jaco Hoffman (2016). An Introduction to Intergenerational Contact Zones. W: Matthew Kaplan, Leng Leng Thang, Mariano Sánchez i Jaco Hoffman (ed.), *Intergenerational Contact*



- Zones – A Compendium of Applications*. University Park (PA): Penn State Extension. Dostęp: <https://aese.psu.edu/outreach/intergenerational/articles/intergenerational-contact-zones/introduction> (22.04.2021).
- Kapralska Łucja, Agata Maksymowicz i Marzena Mamak-Zdanecka (2018). *Starość niepokorna. O niektórych niestereotypowych rolach seniorów*. Kraków: Wydawnictwa AGH.
- Katzenbach Christian i Thomas Christian Bächle (2019). Defining concepts of the digital society. *Internet Policy Review*, 8(4). DOI: 10.14763/2019.4.1430.
- Kaufman David, Louise Sauv , Lise Renaud, Andrew Sixsmith i Ben Mortenson (2016). Older Adults' Digital Gameplay: Patterns, Benefits, and Challenges. *Simulation and Gaming*, 47(4), s. 465–489. DOI: 10.1177/1046878116645736.
- Khalili-Mahani Najmeh, Bob De Schutter, Mahsa Mirgholami, Eileen Mary Hollowka, Rebecca Goodine, Scott DeJong, Roseleen McGaw, Sue Meyer i Kim Sawchuk (2020). For Whom the Games Toll: A Qualitative and Intergenerational Evaluation of What is Serious in Games for Older Adults. *The Computer Games Journal*, 9(2), s. 221–244. DOI: 10.1007/s40869-020-00103-7.
- Khosravi Pouria i Amir Hossein Ghapanchi (2015). Investigating the effectiveness of technologies applied to assist seniors: A systematic literature review. *International Journal of Medical Informatics*, 85(1), s. 17–26. DOI: 10.1016/j.ijmedinf.2015.05.014.
- KIGS/Kantar (2019). *Świat na miarę wieku. Potencjał konsumencki pokolenia 55+. Wybór z raportu SILVER BOOK 2019*. Dostęp: [https://kigs.org.pl/wp-content/uploads/2018/11/Prezentacja\\_Silver-Book.pdf](https://kigs.org.pl/wp-content/uploads/2018/11/Prezentacja_Silver-Book.pdf) (4.12.2020).
- Kim Dong Jun, Kiwon Kim, Hae-Woo Lee, Jin-Pyo Hong, Maeng Je Cho, Maurizio Fava, David Mischoulon, Jung-Yoon Heo i Hong Jin Jeon (2017). Internet Game Addiction, Depression, and Escape From Negative Emotions in Adulthood. *Journal of Nervous & Mental Disease*, 205(7), s. 568–573. DOI: 10.1097/NMD.0000000000000698.
- Kirkwood Thomas B.L. (1997). The Origins of Human Ageing. *Philosophical Transactions: Biological Sciences*, 352(1363), s. 1765–1772. DOI: 10.2307/56620.
- Klimczuk Andrzej (2016). “Silver Economy” Models in the European Union in the Comparative Approach: An Attempt to Introduce Discussion. *Problemy Zarządzania*, 59(2/1), s. 41–59. DOI: 10.7172/1644-9584.59.3.
- Kluska Bartłomiej i Mariusz Rozwadowski (2014). *Bajty polskie. Wydanie 2.0*. Sosnowiec: SOWA.
- Kluszczyńska Urszula (2011). Czas wolny starszych mężczyzn. W: Janusz Mucha i Łukasz Krzyżowski (red.), *Ku socjologii starości. Starzenie się w biegu jednostki życia*. Kraków: Wydawnictwa AGH, s. 83–104.
- Kłosińska Urszula (2018). *Połączyły ich gry wideo, czyli jak grać w gry z seniorami*. Katowice: EMC Silesia.
- Kłosiński Michał (2018). *Hermeneutyka gier wideo. Interpretacja, immersja, utopia*. Warszawa: Instytut Badań Literackich Polskiej Akademii Nauk.



- Kocot Ewa (2011). Przemiany demograficzne – świat, Europa, Polska. Wpływ zmian demograficznych na rynek pracy i sektor ochrony zdrowia. *Zdrowie Publiczne i Zarządzanie*, 1, s. 5–24. DOI: 10.4467/20842627OZ.11.001.0338.
- Komisja Europejska (2018). *The Silver Economy. Final Report*. Bruksela: Komisja Europejska. DOI: 10.2759/640936.
- Konzack Lars (2008). Krytyka gier komputerowych: metoda analizy gier komputerowych. *Kultura i Historia*, 13. Dostęp: <https://www.kulturaihistoria.umcs.lublin.pl/archives/892> (4.05.2021).
- Koumpis Adamantios i Thomas Gees (2020). Sex with robots: A not-so-niche market for disabled and older persons. *Paladyn. Journal of Behavioral Robotics*, 11(1), s. 228–232. DOI: 10.1515/pjbr-2020-0009.
- Kowalczyk Tatiana (2017). *Ma 74 lata, od pięciu zacięcie gra w World of Tanks. Rozmawiamy z Hubdonem o graniu i hejcie*. Dostęp: <https://www.komputerswiat.pl/gamezilla/artykuly/ma-74-lata-od-pieciu-zaciecie-gra-w-world-of-tanks-rozmawiamy-z-hubdonem-o-graniu-i-meygttb> (25.03.2021).
- Kowalczyk Natalia i Aneta Brzezicka (2020). Gry wideo a zmiany strukturalne mózgu. *Kosmos. Problemy Nauk Biologicznych*, 69(1), s. 233–241.
- KPRM (2020). *Spektakl i film? Wszystko, co musisz wiedzieć o bezpiecznej rozrywce w sieci. Poradnik dla seniora*. Dostęp: <https://www.gov.pl/web/seniorze-spotkajmy-sie-w-sieci/broszury1> (21.12.2020).
- Krawczyk Stanisław (2016). Perspektywa krytyczna w polskich badaniach gier cyfrowych. Analiza publikacji. *Kultura Współczesna*, 2, s. 20–32.
- Krzyżowski Łukasz i Janusz Mucha (2012). Opieka społeczna w migranckich sieciach rodzinnych. Polscy migranci w Islandii i ich starzy rodzice w Polsce. *Kultura i Społeczeństwo*, 1, s. 191–217.
- Kubiński Piotr (2016). *Gry wideo. Zarys poetyki*. Kraków: TAIWP Universitas.
- Kvale Steinar (2010). *Prowadzenie wywiadów*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Kwiatkowska Anna (2019). *Pierwszy Smartfon. Przewodnik dla początkujących*. Dostęp: <https://docplayer.pl/183876482-Przewodnik-przygotowalismy-w-pierwszy-smartfon-przewodnik-dla-poczatkujacych.html> (30.08.2023).
- Kwieciński Zbigniew (1998). Wizja przyszłości a zmiany w edukacji. W: Wacław Strykowski (red.), *Media a edukacja*. Poznań: eMPI2, s. 17–24.
- Lammes Sybille (2015). Digital cartographies as playful practices. W: Valerie Frissen, Sybille Lammes, Michiel de Lange, Jos de Mul i Joost Raessens (ed.), *Playful identities: the ludification of digital media cultures*. Amsterdam: Amsterdam University Press, s. 199–210.
- Laslett Peter (1991). *A Fresh Map of Life: The Emergence of the Third Age*. Cambridge (MA): Harvard University Press.
- Lenhart Amanda, Alexandra Macgill i Sydney Jones (2008). *Adults and video games*. Washington D.C.: Pew Research Center.
- Levinson Daniel J. (1986). A Conception of Adult Development. *American Psychologist*, 41(1), s. 3–13. DOI: 10.1037/0003-066X.41.1.3.

- Lévy Pierre (2001). *Cyberculture*. Minneapolis (MN): University of Minnesota Press.
- LisekPompa (2017). *Dziadek Gra w Minecraft #1*. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=8iHz6JAoN64> (12.05.2021).
- Livingstone David W. (2001). *Adults' informal learning: definitions, findings, gaps and future research*. Dostęp: <https://tspace.library.utoronto.ca/bitstream/1807/2735/2/21adultsinformallearning.pdf> (24.07.2023).
- Livingstone David W. (2007) Re-exploring the icebergs of adult learning: Comparative findings of the 1998 and 2004 Canadian surveys of formal and informal learning Practices. *Canadian Journal for the Study of Adult Education*, 20(2), s. 1–24.
- Lorentz Pascaline (2015). *The Socializing Voyage of the Video Game Player*. Brno: Masaryk University Press.
- Łokietek Artur (2020). *Ubisoft stworzy film o Mistrzach Świata Seniorów w CS:GO*. Dostęp: <https://techgame.pl/esport-220420-al-ubisoft-nakreci-film-o-druzyynie-seniorow-cs-go> (22.03.2021).
- Łużak Tomasz (2017). Przesłanki tworzenia się nisz rynkowych na przykładzie rynku browarniczego. *Studia i Prace Kolegium Zarządzania i Finansów / Szkoła Główna Handlowa*, 156, s. 89–110.
- Macek Jakub (2005). *Defining Cyberculture (v.2)*. Dostęp: [https://www.researchgate.net/publication/268629704\\_Defining\\_Cyberculture\\_Koncept\\_rane\\_kyberkultury](https://www.researchgate.net/publication/268629704_Defining_Cyberculture_Koncept_rane_kyberkultury) (30.08.2023).
- Malaby Thomas M. (2007). Beyond Play: A New Approach to Games. *Games and Culture*, 2(2), s. 95–113. DOI: 10.1177/1555412007299434.
- Malec Rawiński Małgorzata i Ilona Zakowicz (2018). Renesans czy zmierzch idei uniwersytetów trzeciego wieku? Refleksje i wnioski z realizacji projektu „UTW: Uczyć – Tworzyć – Wspierać”. *Rocznik Andragogiczny*, 25, s. 141–156. DOI: 10.12775/RA.2018.09.
- Markovits Andrei S. i Adam I. Green (2017). FIFA, the video game: a major vehicle for soccer's popularization in the United States. *Sport in Society*, 20(5–6), s. 716–734. DOI: 10.1080/17430437.2016.1158473.
- Marston Hannah R. (2013). Design Recommendations for Digital Game Design within an Ageing Society. *Educational Gerontology*, 39(2), s. 103–118. DOI: 10.1080/03601277.2012.689936.
- Maxwell Danielle (2020). “Silver Economy”: A Window to the Future of the Digital World. Dostęp: <http://web.archive.org/web/20211224080627/https://opinno.com/insights/silver-economy-window-future-digital-world> (30.08.2023).
- Mäyrä Frans (2017). Pokémon GO: Entering the Ludic Society. *Mobile Media & Communication*, 5(1), s. 47–50. DOI: 10.1177/2050157916678270.
- MB (2015). *Cieszyn: Warsztaty Fundacji Wskazówka dla seniorów!* Dostęp: <http://gazetacodzienna.pl/artykul/kultura/cieszyn-warsztaty-fundacji-wskazowka-dla-seniorow> (26.03.2021).

- McClure Robert F. (1985). Age and Video Game Playing. *Perceptual and Motor Skills*, 61(1), s. 285–286. DOI: 10.2466/pms.1985.61.1.285.
- McGonigal Jane (2017). *SuperBetter: Życie to gra, naucz się wygrywać*. Warszawa: Czarna Owca.
- McGuire Francis A. (1984). Improving the Quality of Life for Residents of Long Term Care Facilities Through Video Games. *Activities, Adaptation & Aging*, 6(1), s. 1–7. DOI: 10.1300/J016v06n01\_01.
- McLaughlin Anne, Maribeth Gandy, Jason Allaire i Laura Whitlock (2012). Putting Fun into Video Games for Older Adults. *Ergonomics in Design: The Quarterly of Human Factors Applications*, 20(2), s. 13–22. DOI: 10.1177/1064804611435654.
- Mead George Herbert (1975). *Umysł, osobowość i społeczeństwo*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Mead Margaret (2000). *Kultura i tożsamość. Studium dystansu międzypokoleniowego*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN.
- Melosik Zbyszko (2003). Kultura popularna jako czynnik socjalizacji. W: Zbigniew Kwieciński i Bogusław Śliwerski (red.), *Pedagogika 2. Podręcznik akademicki*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 68–93.
- Mena Eduardo i Ben Cookman (2017). *The New Faces of Gaming*. Dostęp: [https://www.videogameseurope.eu/wp-content/uploads/2018/11/ipsos\\_connect\\_gaming\\_feb\\_17.pdf](https://www.videogameseurope.eu/wp-content/uploads/2018/11/ipsos_connect_gaming_feb_17.pdf) (30.08.2023).
- Merkel Sebastian i Alexander Kucharski (2019). Participatory Design in Gerontechnology: A Systematic Literature Review. *The Gerontologist*, 59(1), s. e16–e25. DOI: 10.1093/geront/gny034.
- MękarSKI Michał (2015). Walka o „nowego” klienta. Oferta dla seniorów w obliczu starzenia się społeczeństwa. *Prakseologia*, 157(2), s. 339–356.
- Michael David i Sande Chen (2006). *Serious games: games that educate, train and inform*. Boston: Thomson Course Technology.
- MOPR (2020). *Zapraszamy rodziców i seniorów do udziału w zajęciach Domu Sąsiedzkiego*. Dostęp: <https://mopr.slupsk.pl/strona/zapraszamy-dzieci-rodzicow-seniorow-do-udzialu-w-zajeciach-domu-sasiedzkiego> (28.03.2021).
- Morbitzer Janusz (2015). O nowej przestrzeni edukacyjnej w hybrydowym świecie. *Labor et Educatio*, 3, s. 411–430.
- msnet (2021). *W co grają seniorzy? Będziecie zaskoczeni*. Dostęp: <https://www.telepolis.pl/rozrywka/gry/w-co-graja-seniorzy-bedziecie-zaskoczeni> (5.08.2021).
- Muntean Cristina Ioana (2011). *Raising engagement in e-learning through gamification*. W: *Proceedings of 6th international conference on virtual learning ICVL*, s. 323–329. Dostęp: [https://www.academia.edu/36387149/Raising\\_engagement\\_in\\_e\\_learning\\_through\\_gamification\\_I](https://www.academia.edu/36387149/Raising_engagement_in_e_learning_through_gamification_I) (30.08.2023).
- Munteanu Cosmin, Calvin Tennakoon, Jillian Garner, Alex Goel, Mabel Ho, Clare Shen, i Richard Windeyer (2015). *Improving Older Adults' Online Security: An Exercise in Participatory Design*. W: *Symposium on Usable Privacy and*

- Security (SOUPS) 2015*. Ottawa, s. 1–2. Dostęp: [https://cups.cs.cmu.edu/soups/2015/posters/soups2015\\_posters-final22.pdf](https://cups.cs.cmu.edu/soups/2015/posters/soups2015_posters-final22.pdf) (11.11.2020).
- NajlepszeRankingi (2021). *Najlepszy telefon dla seniora*. Dostęp: <https://najlepszerankingi.pl/komputery-i-gry/telefon/telefony-dla-seniorow-ranking/> (26.03.2021).
- Najsztub Mateusz i Monika Oczkowska (2017). *Relacje międzypokoleniowe w kontekście opieki sprawowanej nad wnukami przez dziadków na podstawie wyników badania „SHARE: 50+ w Europie”*. Dostęp: [https://cenea.org.pl/wp-content/uploads/2019/04/share\\_komentarz24012017.pdf](https://cenea.org.pl/wp-content/uploads/2019/04/share_komentarz24012017.pdf) (28.03.2021).
- Nakamura Yuji (2019). *Peak Video Game? Top Analyst Sees Industry Slumping in 2019*. Dostęp: <https://www.bloomberg.com/news/articles/2019-01-23/peak-video-game-top-analyst-sees-industry-slumping-in-2019> (12.09.2020).
- Nap Henk Herman, Yvonne A.W. de Kort i Wijnand A. Ijsselsteijn (2009a). *Age Differences in Associations with Digital Gaming*. W: Tanya Krzywinska, Helen W. Kennedy i Barry Itkins (ed.), *DiGRA 2009 : Breaking New Ground: Innovation in Games, Play, Practice and Theory*. London: DIGRA, s. 1–7.
- Nap Henk Herman, Yvonne A.W. de Kort i Wijnand A. Ijsselsteijn (2009b). Senior gamers: Preferences, motivations and needs. *Gerontechnology*, 8(4), s. 247–262. DOI: 10.4017/gt.2009.08.04.003.00.
- NASA (2019). *Earth at Night*. Dostęp: [https://www.nasa.gov/sites/default/files/atoms/files/earth\\_at\\_night\\_508.pdf](https://www.nasa.gov/sites/default/files/atoms/files/earth_at_night_508.pdf) (4.11.2020).
- NCBiR (2016). *Lista ocenionych projektów złożonych w ramach Programu Operacyjnego Inteligentny Rozwój 2014–2020 działanie 1.2*. Dostęp: [https://archiwum.ncbr.gov.pl/fileadmin/user\\_upload/import/tt\\_content/files/lista\\_rankingowa\\_4\\_1.2\\_2016\\_poir\\_\\_gameinn\\_aktualizacja.pdf](https://archiwum.ncbr.gov.pl/fileadmin/user_upload/import/tt_content/files/lista_rankingowa_4_1.2_2016_poir__gameinn_aktualizacja.pdf) (5.02.2021).
- NCBiR (2020). *Lista ocenionych projektów złożonych w ramach Programu Operacyjnego Inteligentny Rozwój 2014–2020 działanie 1.2 (procedura odwoławcza)*. Dostęp: [https://archiwum.ncbr.gov.pl/fileadmin/POIR/4\\_1\\_2\\_2019/Lista\\_rankingowa\\_4\\_1.2\\_2019\\_GAMEINN\\_procedura\\_odwoławcza.pdf](https://archiwum.ncbr.gov.pl/fileadmin/POIR/4_1_2_2019/Lista_rankingowa_4_1.2_2019_GAMEINN_procedura_odwoławcza.pdf) (5.02.2021).
- Nelson Kakulla Brittnie (2020). *2020 Tech Trends of the 50+*. Washington D.C.: AARP Research. Dostęp: [https://www.aarp.org/content/dam/aarp/research/surveys\\_statistics/technology/2019/2020-tech-trends-survey.doi.10.26419-2Fres.00329.001.pdf](https://www.aarp.org/content/dam/aarp/research/surveys_statistics/technology/2019/2020-tech-trends-survey.doi.10.26419-2Fres.00329.001.pdf) (24.01.2021).
- New Cyber Senior (2020). *Best Video Games for Seniors*. Dostęp: <https://newcybersenior.com/best-video-games-seniors/> (4.02.2021).
- Newman James (2002). The Myth of the Ergodic Videogame – Some thoughts on player-character relationships in videogames. *Game Studies*, 2(1). Dostęp: <http://www.gamestudies.org/0102/newman/> (6.04.2020).
- Nitsche Michael (2008). *Video game spaces: image, play, and structure in 3D game worlds*. London: The MIT Press.
- Novikova Kateryna (2015). Ageism, Lifelong Learning and Self-Realization: a Critical Commentary. Ageizm, uczenie się przez całe życie a samorealizacja: krytyczny zarys problematyki. *Journal of Modern Science*, 3(26), s. 61–72.

- Nowakowski Michał i Luiza Nowakowska (2010). Medykalizacja starości: dylematy i zagrożenia. W: Dorota Kałuża i Piotr Szukalski (red.), *Jakość życia seniorów w XXI wieku. Ku aktywności*. Łódź: Wydawnictwo Uniwersytetu Łódzkiego, s. 206–218.
- OECD (2019). *Pensions at a Glance 2019. How does Poland compare?* Dostęp: <https://www.oecd.org/poland/PAG2019-POL.pdf> (28.08.2020).
- Ogburn William (1922). *Social Change with Respect to Culture and Original Nature*. New York: Huebsch.
- Okólski Marek (2010). Wyzwania demograficzne Europy i Polski. *Studia Socjologiczne*, 199(4), s. 37–78.
- Onedera Jill Duba i Fred Stickle (2008). Healthy Aging in Later Life. *The Family Journal*, 16(1), s. 73–77. DOI: 10.1177/1066480707309610.
- Ossowska Katarzyna (2017). Systemy ekspertowe wykorzystujące język korzyści do projektowania nowoczesnych technologii dla osób starszych. *Zeszyty Naukowe Politechniki Poznańskiej Organizacja i Zarządzanie*, 73, s. 213–224. DOI: 10.21008/j.0239-9415.2017.074.14.
- Ostrowska Maria (2017). *Medycyna regeneracyjna – regulacje i metody*. Dostęp: <https://www.ncbr.gov.pl/potrzebuj-wiedzy-uczelniainstytut/sciezki-komercjalizacji-b-r/szczegoly/news/medycyna-regeneracyjna-regulacje-i-metody-50209/> (29.08.2020).
- Pajda Michał (2020). *Najlepsze gry dla seniorów*. Dostęp: <https://www.redbull.com/pl-pl/w-co-zagrac-z-babcia-i-dziadkiem> (17.03.2021).
- Palka Stanisław (2011). Triangulacja w badaniach procesu dydaktyczno-wychowawczego. *Przegląd Pedagogiczny*, 1, s. 119–123.
- Pappas Stephanie (2020). What do we really know about kids and screens? *Monitor on Psychology*, 51(3). Dostęp: <https://www.apa.org/monitor/2020/04/cover-kids-screens> (24.07.2023).
- Parashar Nilesh (2023). *Why is Game Development So Expensive?* Dostęp: <https://medium.com/@niitwork0921/why-is-game-development-so-expensive-770bd31fcb83> (29.11.2023).
- Parekh Ranna (2018). *Internet Gaming*. Dostęp: <https://www.psychiatry.org/patients-families/internet-gaming> (29.04.2021).
- Pearce Lisa D. (2012). Mixed Methods Inquiry in Sociology. *American Behavioral Scientist*, 56(6), s. 829–848. DOI: 10.1177/0002764211433798.
- Perek-Białas Jolanta (2014). Active ageing and material deprivation of older generations in Europe and in Poland – how do they interplay? *Studia Humanistyczne AGH*, 13(4), s. 33–46. DOI: 10.7494/human.2014.13.4.33.
- Perek-Białas Jolanta (2022). *Polityka senioralna a jakość życia osób starszych*. Dostęp: <https://zaczyn.org/jolanta-perek-bialas-polityka-senioralna-a-jakosc-zycia-osob-starszych/> (2.07.2022).

- Perek-Białas Jolanta i Jan Zwierzchowski (2016). *Wskaźnik aktywnego starzenia w ujęciu regionalnym – 2015*. Dostęp: <https://das.mpips.gov.pl/source/AAI%20w%20ujęciu%20regionalnym%202015.pdf> (4.10.2020).
- Petrie Helen (1997). User-Centred Design and Evaluation of Adaptive and Assistive Technology for Disabled and Elderly Users. *It – Information Technology*, 39(2), s. 7–12. DOI: 10.1524/itit.1997.39.2.7.
- Petrová Kafková Marcela (2018). The active ageing index (AAI) and its relation to the quality of life of older adults. W: Asghar Zaidi, Sarah Harper, Kenneth Howse, Giovanni Lamura i Jolanta Perek-Białas (ed.), *Building Evidence for Active Ageing Policies: Active Ageing Index and its Potential*. Singapore: Palgrave Macmillan, s. 55–74. DOI: 10.1007/978-981-10-6017-5\_4.
- Petrowicz Marcin (2016). Gry wideo – medium XXI wieku. W: Damian Gałuszka, Grzegorz Ptaszek i Dorota Żuchowska-Skiba (red.), *Technokultura: transhumanizm i sztuka cyfrowa*. Kraków: Wydawnictwo Libron, s. 155–171.
- Pham Tan Phat i Yin-Leng Theng (2012). *Game controllers for older adults*. W: Magy Seif El-Nasr (ed.), *Proceedings of the International Conference on the Foundations of Digital Games – FDG '12*. New York: ACM Press, s. 284–285. DOI: 10.1145/2282338.2282401.
- Pikuła Norbert G. (2020). Edukacja seniorów do użytkowania nowych technologii. Nowe wyzwania dla polityki społecznej. *Edukacja Ustawiczna Dorosłych*, 4, s. 177–188. DOI: 10.34866/0tqd-3e85.
- Pitrus Andrzej (2012). Olbrzym wychodzi z cienia: gry wideo jako awangarda współczesnej kultury audiowizualnej. W: Andrzej Pitrus (red.), *Olbrzym w cieniu. Gry wideo w kulturze audiowizualnej*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, s. VII–IX.
- Plątek Bartłomiej (2018). *Esportowe wykluczenie – czy esport to rozrywka dla starszych ludzi?* Dostęp: <https://esportmakers.com/esportowe-wykluczenie/> (12.05.2021).
- Pontes Halley M. i Mark D. Griffiths (2014). Assessment of internet gaming disorder in clinical research: Past and present perspectives. *Clinical Research and Regulatory Affairs*, 31(2–4), s. 35–48. DOI: 10.3109/10601333.2014.962748.
- Pordata (2023). *Ageing index*. Dostęp: <https://www.pordata.pt/en/db/europe/search+environment/chart/5836108> (15.08.2023).
- Pólturzycki Józef (2006). Aktualność problemów edukacji ustawicznej. *E-Mentor*, 13(3). Dostęp: <http://www.e-mentor.edu.pl/artykul/index/numer/13/id/244> (2.06.2020).
- Prensky Marc (2001). Digital Natives, Digital Immigrants Part 1. *On the Horizon*, 9(5), s. 1–6. DOI: 10.1108/10748120110424816.
- ProjektHumans (2016). *Babcia Bogusia, co lubi grać w gry [Projekt HUMANS #8]*. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=4Nu9EXg8YDw> (12.12.2020).



- Przybyłowska Ilona (1978). Wywiad swobodny ze standaryzowaną listą poszukiwanych informacji i możliwości jego zastosowania w badaniach socjologicznych. *Przegląd Socjologiczny*, 30, s. 53–68.
- Ptaszek Grzegorz (2019). *Edukacja medialna 3.0. Krytyczne rozumienie mediów cyfrowych w dobie Big Data i algorytmizacji*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego.
- Raczkowski Felix (2014). Making Points the Point: Towards a History of Ideas of Gamification. W: Mathias Fuchs, Sonia Fizek i Paolo Ruffino (ed.), *Rethinking Gamification*. Lüneburg: Meson Press, s. 141–160. DOI: 10.25969/MEDIAREP/626.
- Radio Gra Wrocław (2017). *7 mln złotych – tyle pieniędzy przeznaczy Magistrat na... gry komputerowe*. Dostęp: <https://radiogra.pl/7-mln-zlotych-tyle-pieniedzy-przeznaczy-magistrat-na-gry-komputerowe.html> (22.03.2021).
- Raessens Joost F.F. (2010). *Homo Ludens 2.0 The Ludic Turn in Media Theory*. Utrecht: Universiteit Utrecht. Dostęp: <http://dspace.library.uu.nl/handle/1874/255181> (3.08.2020).
- Rataj Zuzanna, Rafał Iwański i Beata Bugajska (2018). Społeczne budownictwo mieszkaniowe wobec starzenia się polskiego społeczeństwa. *Ruch Prawniczy, Ekonomiczny i Socjologiczny*, 80(1), s. 287–300. DOI: 10.14746/rpeis.2018.80.1.22.
- Redd Luke (2020). *81 Top Games for Seniors and the Elderly: Fun for All Abilities*. Dostęp: <https://www.greatseniorliving.com/articles/games-for-seniors#video-games> (4.02.2021).
- Regiewicz Adam (2013). Rekonstrukcje historyczne jako edutainment. Przypadek powstania styczniowego. *Prace Naukowe Akademii im. Jana Długosza w Częstochowie*, 13, s. 87–104.
- Resnick Mitchel (2004). *Edutainment? No Thanks. I Prefer Playful Learning*. Dostęp: <https://web.media.mit.edu/~mres/papers/edutainment.pdf> (30.01.2021).
- Rettner Rachael (2021). *Too much TV may be bad for your long-term brain health*. Dostęp: <https://www.livescience.com/tv-watching-midlife-brain-health.html> (16.08.2023).
- Rice Mark, Marcus Wan, Min Hui Foo, Jamie Ng, Zynie Wai, Janell Kwok, Samuel Lee i Linda Teo (2011). *Evaluating gesture-based games with older adults on a large screen display*. W: *ACM SIGGRAPH 2011 Game Papers, SIGGRAPH'11*. New York: ACM Press, s. 1–8. DOI: 10.1145/2037692.2037696.
- Rodriguez Maya (2020). *Older adults becoming big business in the video game industry*. Dostęp: <https://www.thedenverchannel.com/news/national/older-adults-becoming-big-business-in-the-video-game-industry> (22.12.2020).
- Rogers Everett M. (2003). *Diffusion of Innovations, 5th Edition*. New York: Free Press.
- Romero Margarida, Kimberly Sawchuk, Josep Blat, Sergio Sayago i Hubert Ouellet (ed.) (2017). *Game-Based Learning Across the Lifespan. Cross-Generational and Age-Oriented Topics*. Cham: Springer.



- Rosa Hartmut i Dorota Chabrajska (2012). Przyspieszenie społeczne: etyczne i polityczne konsekwencje desynchronizacji społeczeństwa wysokich prędkości. *Ethos*, 25(3), s. 78–116.
- Rosenberg Dori, Colin A. Depp, Ipsit V. Vahia, Jennifer Reichstadt, Barton W. Palmer, Jacqueline Kerr, Greg Norman i Dilip V. Jeste (2010). Exergames for Subsyndromal Depression in Older Adults: A Pilot Study of a Novel Intervention. *The American Journal of Geriatric Psychiatry*, 18(3), s. 221–226. DOI: 10.1097/JGP.0b013e3181c534b5.
- Rosenblatt Kalhan (2019). *Older people are embracing video games. For some, that means stardom*. Dostęp: <https://www.nbcnews.com/tech/video-games/older-people-are-embracing-video-games-some-stardom-n1047906> (15.05.2021).
- Rowe John W. i Robert L. Kahn (1997). Successful Aging. *The Gerontologist*, 37(4), s. 433–440. DOI: 10.1093/geront/37.4.433.
- Rudowski Robert (2008). Internet a populacja osób starszych. W: Andrzej Karpiński i Antoni Rajkiewicz (red.), *Polska w obliczu starzenia się społeczeństwa. Diagnoza i program działania*. Warszawa: PAN, s. 137–153.
- Rumpf Hans-Jürgen, Sophia Achab, Joël Billieux, Henrietta Bowden-Jones, Natasha Carragher, Zsolt Demetrovics, Susumu Higuchi, Daniel L. King, Karl Mann, Marc, Potenza, John B. Saunders, Max Abbott, Atul Ambekar, Osman Tolga Aricak, Sawitri Assanangkornchai, Norharlina Bahar, Guilherme Borges, Matthias Brand, Elda Mei-Lo Chan, Thomas Chung, Jeff Derevensky, Ahmad El Kashef, Michael Farrell, Naomi A. Fineberg, Claudia Gandin, Douglas A. Gentile, Mark D. Griffiths, Anna E. Goudriaan, Marie Grall-Bronnec, Wei Hao, David C. Hodgins, Patrick Ip, Orsolya Király, Hae Kook Lee, Daria Kuss, Jeroen S. Lemmens, Jiang Long, Olatz Lopez-Fernandez, Satoko Mihara, Nancy M. Petry, Halley M. Pontes, Afarin Rahimi-Movaghar, Florian Rehbein, Jürgen Rehm, Emanuele Scafato, Manoj Sharma, Daniel Spritzer, Dan J. Stein, Philip Tam, Aviv Weinstein, Hans-Ulrich Wittchen, Klaus Wölfling, Daniele Zullino i Vladimir Poznyak (2018). Including gaming disorder in the ICD-11: The need to do so from a clinical and public health perspective. *Journal of Behavioral Addictions*, 7(3), s. 556–561. DOI: 10.1556/2006.7.2018.59.
- Ryff Carol D. (1989). Beyond Ponce de Leon and Life Satisfaction: New Directions in Quest of Successful Ageing. *International Journal of Behavioral Development*, 12(1), s. 35–55. DOI: 10.1177/016502548901200102/.
- Salen Katie i Eric Zimmerman (2003). *Rules of Play: Game Design Fundamentals*. Cambridge (MA): The MIT Press.
- Sand Martin i Karin Jongsma (2016). Towards an Ageless Society: Assessing a Transhumanist Programme. W: Emma Domínguez-Rué i Linda Nierling (ed.), *Ageing and Technology*. Bielefeld: Transcript Verlag, s. 291–310. DOI: 10.14361/9783839429570-014.
- Sanders Elizabeth B.N. i Pieter Jan Stappers (2008). Co-creation and the new landscapes of design. *CoDesign*, 4(1), s. 5–18. DOI: 10.1080/15710880701875068.

- Schuurman Belia, Jolanda Lindenberg, Johanna M. Huijg, Wilco P. Achterberg i Joris P.J. Slaets (2022). Expressions of Self-Ageism in Four European Countries: a Comparative Analysis of Predictors across Cultural Contexts. *Ageing and Society* 42(7), s. 1589–1606.
- SeniorLO (2014). *Targi Aktywni 50+ zakończone sukcesem!* Dostęp: <http://seniorlo.org/targi-aktywni-50/> (21.12.2020).
- Seredyńska Danuta. (2013). *Dyskursy edukacyjne o starości w naukach humanistycznych i społecznych: analiza konferencji ogólnopolskich*. Bydgoszcz: Wydawnictwo Uniwersytetu Kazimierza Wielkiego.
- Serrels Mark (2015). *The People Who Only Play One Video Game*. Dostęp: <https://kotaku.com/the-people-who-only-play-one-video-game-1680335832> (28.05.2021).
- Sherry John L., Bradley S. Greenberg, Kristen Lucas i Ken Lachlan (2006). Video Game Uses and Gratifications as Predictors of Use and Game Preference. W: Bryant Jennings i Peter Vorderer (ed.), *Playing Video Games: Motives, Responses, and Consequences*. New York–London: Routledge Taylor & Francis Group, s. 248–262.
- SilverEco (2017). *Video games, a second – youth for elderly people*. Dostęp: <http://www.silvereco.org/en/video-games-a-second-youth-for-elderly-people/> (15.05.2021).
- Silvergamers.com (2020). *Games for Old People – Play Free Games – for Old People Online*. Dostęp: <https://www.silvergames.com/en/t/games-for-elderly> (5.02.2021).
- Sisene Evita i Olga Kharitonova (2019). *I. AAI in brief – I. AAI in brief – UNECE Statswiki*. Dostęp: <https://statswiki.unece.org/display/AAI/I.+AAI+in+brief> (2.10.2020).
- SJP (2021). *Produkcja* [hasło]. Dostęp: <https://sjp.pl/produkcja> (6.08.2021).
- Slany Krystyna (2013). Ponowoczesne rodziny: konstruowanie więzi i pokrewieństwa. W: Krystyna Slany (red.), *Zagadnienia małżeństwa i rodzin w perspektywie feministyczno-genderowej*. Kraków: Wydawnictwo Uniwersytetu Jagiellońskiego, s. 45–64.
- Soares B.H, T.E. Bertolini i A. Pasqualotti (2014). Video game training enhances functional capacity in older adults. *Gerontechnology*, 13(2), s. 282–282. DOI: 10.4017/gt.2014.13.02.048.00.
- Sobczak Dorota (2015). Exergames jako metoda aktywizacji osób starszych. *Pielęgniarstwo Polskie*, 57(3), s. 337–343.
- Sopanen Jouni (2015). *Elderly clients' experiences of playing a video-game*. Dostęp: <https://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/98962/FINAL%20THE-SIS%20JOUNI%20SOPANEN.pdf> (25.04.2021).
- Srokowski Łukasz i Marek Guzowski (2013). *Gry i zabawy w internecie*. Tarnów: SMWI. Dostęp: [https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://www.seniorzy.nasza.nysa.pl/images/doc/e-rozdz\\_8\\_gry.pdf](https://docs.google.com/viewerng/viewer?url=http://www.seniorzy.nasza.nysa.pl/images/doc/e-rozdz_8_gry.pdf) (20.12.2020).

- Stasieńko Jan (2013). ‘Why are they so boring?’ – educational context of computer games in design and research perspectives. *Neodidagmata*, 35, s. 47–64. DOI: 10.14746/nd.2013.35.4.
- Studen Stanisława. (2009). *Szczęśliwi po pięćdziesiątce*. Warszawa: Wydawnictwa Akademickie i Profesjonalne.
- Stevens Matthew, Diana Dorstyn, Paul H. Delfabbro i Daniel L. King (2020). Global prevalence of gaming disorder: A systematic review and meta-analysis. *Australian & New Zealand Journal of Psychiatry*, 55(6), s. 553–568. DOI: 10.1177/0004867420962851.
- Stowe James D. i Teresa M. Cooney (2015). Examining Rowe and Kahn’s Concept of Successful Aging: Importance of Taking a Life Course Perspective. *Gerontologist*, 55(1), s. 43–50. DOI: 10.1093/geront/gnu055.
- Suits Bernard (2016). *Konik Polny. Gry, życie i utopia*. Warszawa: Aletheia.
- Sułkowski Łukasz (2013). Interpretatywne rozumienie kultury w naukach o zarządzaniu. *Zarządzanie Zasobami Ludzkimi*, 13(2), s. 107–122.
- Szadzińska Elżbieta (2021). *Wykluczenie cyfrowe podczas pandemii. Dostęp oraz korzystanie z internetu i komputera w wybranych grupach społecznych*. Warszawa: Rada Krajowa Federacji Konsumentów.
- Szarota Zofia (2009). Seniorzy w przestrzeni kulturalno-edukacyjnej społeczeństwa wiedzy. *Chowanna*, 33(2), s. 77–96.
- Szarota Zofia (2015). Uczenie się starości. *Edukacja Dorosłych*, 1(72), s. 22–35.
- Szarota Zofia (2022). Specyfika oferty dla uczących się w starości. *Dyskursy Młodych Andragogów/Adult Education Discourses*, 23, s. 287–303.
- Szklarczyk Dariusz (2016). *Kodowanie danych jakościowych*. Kraków: Fundacja Rozwoju Badań Społecznych. Dostęp: <https://web.archive.org/web/20220526233755/https://www.furbs.org/index.php?id=21&type=article> (31.08.2023).
- Szmigielska Barbara, Anna Bąk i Aleksandra Jaszczak (2012). Komputer i internet w życiu e-seniorów – doniesienie z badań jakościowych. *Studia Edukacyjne*, 12, s. 343–366.
- Szot Wiktor (2015). *Czym jest edutainment?* Dostęp: <https://sprawnymarketing.pl/blog/edutainment-grywalizacja/> (30.01.2021).
- Szukalski Piotr (2010). Starzenie się ludności Łodzi na tle największych polskich miast od początku XX wieku. *Acta Universitatis Lodzianensis. Folia Sociologica*, 35, s. 103–125.
- Święchowicz Małgorzata (2019). *Babcia Playstation z Sopotu. W dzień zajmuje się filozofią i poezją, w nocy gra z 20-latkami*. Dostęp: <https://www.newsweek.pl/polska/spoleczenstwo/babcia-bogusia-czyli-filozofia-i-playstation/p3t5c29> (15.05.2021).
- Tarnów.pl (2017). *Wkrótce „Senior Power”, Tarnowski Tydzień i Dzień Seniora*. Dostęp: <https://tarnow.pl/Dla-mieszkanow/Polityka-spoleczna-i-zdrowie/Dla-Seniora/Informacje-dla-seniorow2/Wkrotce-Senior-Power-Tarnowski-Tydzien-i-Dzien-Seniora> (28.03.2021).

- Tashev Tasho (2020). *Gaming instead of retiring: The first esports center for senior citizens*. Dostęp: <https://earlygame.com/gaming-instead-of-retiring-the-first-esports-centre-for-senior-citizens> (18.08.2023).
- Toma Elisabeta (2015). Powerful elderly characters in video games: Flemeth of Dragon Age. *Journal of Comparative Research in Anthropology and Sociology*, 6(2), s. 51–65.
- Tomczyk Łukasz (2010). Seniorzy w świecie nowych mediów. *E-Mentor*, 36(4). Dostęp: <http://www.e-mentor.edu.pl/artukul/index/numer/36/id/776> (13.12.2020).
- Tomczyńska Wioleta (2017). Digital exclusion – definicje, przyczyny, przeciwdziałanie. *Adeptus*, 10, s. 1–17. DOI: 10.11649/a.1503.
- Trzydnikduzy.pl (2018). *Nowy rok „Akcji Senior” rozpoczęty*. Dostęp: <https://www.trzydnikduzy.pl/kultura/n,40301,nowy-rok-akcji-senior-rozpozczety.html#> (28.03.2021).
- Tuchowska Maria (2020). *Seniorzy w czasie pandemii – jak ich wspierać*. Dostęp: <https://portal.librus.pl/rodzina/artykuly/seniorzy-w-czasie-pandemii-jak-ich-wspierac> (26.03.2021).
- Tutak Jacek Stanisław i Tomasz Woś (2016). System wspomagający funkcjonowanie osób starszych i niepełnosprawnych. *Problemy Nauk Stosowanych*, 4, s. 157–164.
- TVP Kraków (2015). *Magazyn Aktywni 60+: (seria III)*. Dostęp: <https://krakow.tvp.pl/22477873/seria-iii-2-xi-2015> (18.12.2020).
- Ulaniecka Natalia (2018). Teleopieka, wspólnoty mieszkań dla seniorów oraz międzypokoleniowe współkolektorstwo, czyli alternatywne formy opieki i wspierania osób starszych. *Interdyscyplinarne Konteksty Pedagogiki Specjalnej*, 20, s. 199–212. DOI: 10.14746/ikps.2018.20.10.
- UM Warszawa (2017). *Zaloguj i pomagaj*. Dostęp: <https://wsparcie.um.warszawa.pl/-/zaloguj-i-pomagaj> (30.08.2023).
- United Nations (2019). *World Population Ageing 2019: Highlights (ST/ESA/SER.A/430)*. New York: United Nations.
- Uwaga! TVN (2022). *Gra, która zawładnęła życiem wielu seniorów. „To nie nałóg, to pasja”*. TVN. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=Fj43xxRU-cs> (22.08.2023).
- Van Eck Richard N. (2015). Digital Game-Based Learning: Still Restless, After All These Years. *EDUCAUSE Review*, 50(6), s. 13–28.
- Wagg Emma, Fiona M. Blyth, Robert G. Cumming i Saman Khalatbari-Soltani (2021). Socioeconomic position and healthy ageing: A systematic review of cross-sectional and longitudinal studies. *Ageing Research Reviews*, 69, s. 101365. DOI: [doi.org/10.1016/j.arr.2021.101365](https://doi.org/10.1016/j.arr.2021.101365).
- Wagner Aleksandra i Damian Gałuszka (2020). Let’s play the future: Sociotechnical imaginaries, and energy transitions in serious digital games. *Energy Research and Social Science*, 70, s. 1–22. DOI: 10.1016/j.erss.2020.101674.

- Wang Xiaolun, Xinlin Yao i Jie Gu (2019). Attraction and Addiction Factors of On-line Games on Older Adults: A Qualitative Study. W: Jia Zhou i Gavriel Salvendy (ed.), *Human Aspects of IT for the Aged Population. Social Media, Games and Assistive Environments. HCII 2019. Lecture Notes in Computer Science, vol. 11593*. Cham: Springer, s. 256–266. DOI: 10.1007/978-3-030-22015-0\_20.
- Wanka Anna i Vera Gallistl (2018). Doing Age in a Digitized World – A Material Praxeology of Aging With Technology. *Frontiers in Sociology*, 3, s. 1–16. DOI: 10.3389/fsoc.2018.00006.
- Watts Thomas D. (1992). The disengagement and activity theories of ageing: some possible implications for future sports involvement of the aged. Deux theories du vieillissement et les implications de chaque theorie par rapport au role des veterans dans le sport. *New Studies in Athletics*, 7(4), s. 33–39.
- Weisman Shulamith (1983). Computer Games for the Frail Elderly. *The Gerontologist*, 23(4), s. 361–363. DOI: 10.1093/geront/23.4.361.
- Whitcomb G. Robert (1990). Computer games for the elderly. *ACM SIGCAS Computers and Society*, 20(3), s. 112–115. DOI: 10.1145/97351.97401.
- Whitlock Laura A., Anne Collins McLaughlin i Jason C. Allaire (2012). Individual differences in response to cognitive training: Using a multi-modal, attentionally demanding game-based intervention for older adults. *Computers in Human Behavior*, 28, s. 1091–1096. DOI: 10.1016/j.chb.2012.01.012.
- Whitton Nicola (2018). Playful learning: tools, techniques, and tactics. *Research in Learning Technology*, 26, s. 1–12. DOI: 10.25304/rlt.v26.2035.
- WHO (2000). *A Life Course Approach to Health*. Geneva: WHO.
- WHO (2002). *Active ageing: a policy framework*. Geneva: WHO.
- WHO (2020). 6C51 Gaming disorder. W: *ICD-11 for Mortality and Morbidity Statistics*. Dostęp: <https://icd.who.int/browse11/l-m/en#/http%3A%2F%2Fid.who.int%2Ficd%2Fentity%2F1448597234> (29.04.2021).
- WHO (2021). *International Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD)*. Dostęp: <https://www.who.int/standards/classifications/classification-of-diseases> (29.04.2021).
- Wieczorek Andrzej (2016). Gerontechnologia w rozwiązywaniu problemów osób starszych. *Inżynieria Systemów Technicznych*, 14(2), s. 358–370.
- Williams Andrew (2017). *History of Digital Games. Developments in Art, Design and Interaction*. London: Routledge.
- Wilson John (1980). Sociology of Leisure. *Annual Review of Sociology*, 6, s. 21–40.
- Winkie Luke (2020). *This 84-Year-Old Gamer Has More Than 900,000 'Grand-kids'*. Dostęp: <https://www.nytimes.com/2020/09/01/style/shirley-curry-skyrim-youtube.html> (15.05.2021).
- Wittek Charlotte Thoresen, Turi Reiten Finserås, Ståle Pallesen, Rune Aune Mentzoni, Daniel Hanss, Mark D. Griffiths i Helge Molde (2016). Prevalence and Predictors of Video Game Addiction: A Study Based on a National

- Representative Sample of Gamers. *International Journal of Mental Health and Addiction*, 14(5), s. 672–686. DOI: 10.1007/s11469-015-9592-8.
- Woderska Nina (2018). *Potencjał i wyzwania klubów seniora jako miejsc aktywizacji osób starszych*. Dostęp: <https://epale.ec.europa.eu/pl/blog/potencjal-i-wyzwania-klubow-seniora-jako-miejsc-aktywizacji-osob-starszych> (19.12.2020).
- Wojtynek Zbigniew (2023). *Mój smartfon. Przewodnik dla początkujących. Wydanie drugie zmienione*. Dostęp: <https://www.play.pl/binaries/content/documents/administration/repositories/file-docs/b2c/instrukcje/strefa-seniora/moj-smartfon.-przewodnik-dla-poczatkujacych> (30.08.2023).
- Wolinsky Fredric D., Mark W. Vander Weg, M. Bryant Howren, Michael P. Jones i Megan M. Dotson (2013). A Randomized Controlled Trial of Cognitive Training Using a Visual Speed of Processing Intervention in Middle Aged and Older Adults. *PLoS ONE*, 8(5), art. nr e61624. DOI: 10.1371/journal.pone.0061624.
- Wolontariatwielkopolski.org (2015). *Projekt „Prowadzenie placówki wsparcia dziennego na rzecz seniorów” zamieszkujących między innymi przy ul. Drewlańskiej „Fyrstel Seniora”*. Dostęp: <http://web.archive.org/web/20210613204720/http://wolontariatwielkopolski.org/projekt-prowadzenie-placowki-wsparcia-dziennego-na-rzecz-seniorow-zamieszkujacych-miedzy-innymi-przy-ul-drewlan-skiej-fyrstel-seniora/> (30.08.2023).
- Wolkanowska-Kołodziej Ewa (2017). *Więźniowie czwartego piętra*. Dostęp: <https://magazynpismo.pl/rzeczywistosc/reportaz/wiezniowie-czwartego-pietra/> (29.08.2020).
- World Data Lab (2019). *Silver Economy Spending Power Trends in Europe*. Dostęp: <https://worlddata.io/silver-economy-spending-power-trends-in-europe/> (20.08.2023).
- Wu Huan i Chen Guo (2020). The Older Gamer in Games Studies: Marginalised or Idealised? *Cultural Science Journal*, 12(1), s. 23–35. DOI: 10.5334/csci.141.
- Wyszkowska Dorota (2020). Senior economy in Poland. *Wiadomości Statystyczne. The Polish Statistician*, 65(5), s. 9–26. DOI: 10.5604/01.3001.0014.1330.
- Xbox (2020). *Xbox: Beyond Generations – Connecting Young and Old Through Gaming*. Dostęp: <https://www.youtube.com/watch?v=LFpJjbl2VU> (15.05.2021).
- Zacher Lech W. (2009). Odrealnienie człowieka i jego świata. Wstępne refleksje i uwagi. W: Andrzej Kiepa, Mariola Sułkowska i Magdalena Wołek (red.), *Człowiek a światy wirtualne*. Katowice: Wydawnictwo Uniwersytetu Śląskiego, s. 31–41.
- Zaidi Asghar, Katrin Gasior, Maria Hofmarcher, Orsolya Lelkes, Bernd Marin, Ricardo Rodrigues, Andrea Schmidt, Pieter Vanhuyse i Eszter Zolyomi (2013). *Active Ageing Index 2012: Concept, Methodology and Final Results*. Vienna: European Centre Vienna.



- Zajęc-Lamparska Ludmiła (2014). Wspomaganie funkcjonowania ludzi starzejących się. W: Janusz Trempała (red.), *Psychologia rozwoju człowieka. Podręcznik akademicki*. Warszawa: Wydawnictwo Naukowe PWN, s. 419–431.
- Zamczwała Adam (2020). *Jestem ewangelistką IT i cyfrową twórczynią. Mam 84 lata. Historia Masako Wakamiyi*. Dostęp: <https://geek.justjoin.it/jestem-ewangelistka-it> (15.05.2021).
- Zapędowska-Kling Kaja Anna (2015). Nowe technologie w służbie seniorom. *Acta Universitatis Lodziensis. Folia Oeconomica*, 315(4), s. 203–215. DOI: 10.18778/0208-6018.315.14.
- Zhang Fan (2018). Intergenerational Play Between Young People and Old Family Members: Patterns, Benefits, and Challenges. W: Jia Zhou i Gavriel Salvendy (ed.), *Human Aspects of IT for the Aged Population. Acceptance, Communication and Participation. ITAP 2018. Lecture Notes in Computer Science*, vol. 10926. Cham: Springer, s. 581–593. DOI: 10.1007/978-3-319-92034-4\_44.
- Zhang Fan i David Kaufman, (2016a). A review of intergenerational play for facilitating interactions and learning. *Gerontechnology*, 14(3), s. 127–138. DOI: 10.4017/gt.2016.14.3.002.00.
- Zhang Fan i David Kaufman (2016b). Older Adults Social Interactions in Massively Multiplayer Online Role-Playing Games (MMORPGs). *Games and Culture*, 11(1–2), s. 150–169. DOI: 10.1177/1555412015601757.
- Zsarnoczky Martin (2016a). *Silver tourism*. W: Elena Horská, Zuzana Kapsdorferová i Marcela Hallová (ed.), *International Scientific Days 2016. The Agri-Food Value Chain: Challenges for Natural Resources Management and Society*. Nitra: Slovak University of Agriculture, s. 556–563. DOI: 10.15414/isd2016.s7.15.
- Zsarnoczky Martin (2016b). Innovation Challenges of the Silver Economy. *Vadyba/Journal of Management*, 1, s. 105–109.
- Żak Marek, Szymon Krupnik, Grzegorz Puzio, Izabela Staszczak-Gawęlda, Agnieszka Stopa i Joanna Czesak (2014). Wykorzystanie wirtualnej rzeczywistości i gier konsolowych w profilaktyce upadków osób starszych. *Gerontologia Polska*, 22(1), s. 9–13.
- Żulicki Remigiusz (2017). Potencjał Big Data w badaniach społecznych. *Studia Socjologiczne*, 226(3), s. 175–207.





# Ludografia

- 2048 103  
*A Way Out* 274  
*Age Invaders* 149  
*Age of Empires* 216  
*Age of Empires Online* 219  
*Animal Crossing* 103  
*Assassin's Creed* 130, 217, 219, 221, 303  
*Assassin's Creed: Brotherhood* 244  
*Asteroids* 104  
*Baldur's Gate* 216, 240, 260  
*Bejeweled* 103  
bierki 135  
bingo 130, 135  
*Brain Age* 15, 100  
*Brain Fitness* 100  
*Brukel* 110  
brydź 130, 135  
*Bubble Shooter* 104  
*Call of Duty* 94, 149  
*Candy Crush Saga* 103, 218  
*Carmen Sandiego* 92  
chińczyk 135  
*Collage* 149  
*Counter Strike: Global Offensive* 127  
*Curbal* 149  
*Cywilizacja* 94, 149, 216, 223, 260  
*Dark Souls* 260  
*Dear Esther* 103  
*Detroit: Become Human* 219  
*Diablo* 216, 219, 240, 260  
domino 135  
*Donkey Kong* 167  
*Doom* 168  
*Dragon Age* 262  
*Drakensang Online* 219  
*e-Treasure* 149  
*Europa Universalis* 247  
*Fallout* 262  
*Farmville* 130  
*FIFA* 91, 216, 219  
*Firewatch* 103  
*Flower* 103  
*Forza Horizon* 103  
*Game of Thrones: Winter is Coming* 219  
*Grand Theft Auto* 168  
*Grand Theft Auto 5* 219  
*Granny* 176  
*Granny Simulator* 176  
*Harry Potter* 216, 219, 245  
*Hellblade: Shenua's Sacrifice* 11  
*Heroes of Might and Magic* 216, 219, 222, 240  
*Heroes of Might and Magic III* 219  
*Heroes of Might and Magic VI* 219  
*Horizon Zero Dawn* 219  
*It Takes Two* 274  
*Jackbox Party Pack* 149  
*Journey* 103  
kalambury 135  
*La Peur Bleue* 110

- League of Legends* 127  
*Left 4 Dead* 260  
*Lieve Oma* 177  
*Little Big Planet* 76  
*madżong* 130, 217  
*Mario Bros.* 216, 219  
*Mario Kart* 149  
*Medieval: Total War* 221, 244  
*Mega Man* 91  
*Memories of Manzanar and Tule Lake* 110  
*Metin 2* 130  
*Mindfit* 100  
*Minecraft* 76, 91, 103, 149, 300  
*Missile Command* 104  
*Night in the Woods* 177  
*Old Man's Journey* 177  
*pasjans* 103, 104, 130, 216, 218, 229, 246, 265  
*Passage* 111  
*Pearl's Peril* 218  
*PGA Tour 2K21* 103  
*Plants vs. Zombies* 103  
*Plemiona* 218–220, 228, 230, 240, 242  
*Pokemon Go* 12, 13, 89, 103, 218, 220, 228, 236, 243–245, 260, 274  
*Pong* 64, 104  
*puzzle* 130, 135, 140, 218  
*QQ Farm* 146, 147  
*Rayman 2* 207, 216  
*Red Dead Redemption* 219, 244, 245  
*Risen* 219  
*Rising Cities* 219  
*River Raid* 216  
*Rock Band* 94  
*Rummikub* 135  
*rzutki* 135  
*Saper* 265  
*scrabble* 130, 135  
*SimCity* 216, 218, 219, 237, 260  
*Śródziemie: Cień Mordoru* 219  
*Superbetter* 12  
*sudoku* 142, 207, 265  
*szachy* 103, 127, 130, 135, 265  
*Tekken* 130  
*Tetris* 75, 103, 104, 218  
*The Elder Scrolls III: Morrowind* 219  
*The Elder Scrolls V: Skyrim* 103, 175, 219  
*The Graveyard* 111  
*The Last of Us* 90  
*The Oregon Trail* 92  
*The Settlers* 247  
*The Settlers Online* 219  
*This War of Mine* 11  
*To the Moon* 103  
*Tomb Raider* 217  
*Tomb Raider Legenda* 221  
*Tomb Raider Underworld* 219  
*Toon Blast* 218  
*Total Battle* 219  
*Total War* 219  
*TranseCare* 149  
*Transport Tycoon* 216, 218  
*Uncharted* 219  
*warcaby* 104, 135, 152  
*Warcraft* 216, 219  
*Warlords* 216  
*Wiedźmin* 122, 130, 214, 219, 260–262  
*Wiedźmin 3* 244, 301  
*Wiejskie Życie* 3, 306  
*Wii Fit* 149  
*Wii Party* 149  
*Wii Sports* 103, 108, 149  
*Wii Sports Resort* 149  
*Words with Friends* 149  
*World of Tanks* 103, 175  
*World of Warcraft* 103, 147, 149  
*Zuma* 218, 224, 229

## Spis tabel

Tabela 1.	Dynamika przyrostu osób starszych w podziale na obszary geograficzne .....	29
Tabela 2.	Popularne podejścia do kompetencji cyfrowych oraz podobieństwa odmiennych koncepcji kompetencji medialnych .....	58
Tabela 3.	Potencjał gier cyfrowych w angażowaniu użytkowników .....	75
Tabela 4.	Podstawowa charakterystyka bazy wyszukanych doniesień medialnych .....	124
Tabela 5.	Wybrane modele analizy gier cyfrowych .....	166
Tabela A1.	Zestawienie podstawowych cech srebrnych graczy biorących udział w wywiadach .....	341
Tabela A2.	Zestawienie podstawowych cech ekspertów biorących udział w wywiadach .....	343

## Spis rysunków

Rys. 1. Zależność pomiędzy ogólnospołecznymi procesami, otoczeniem instytucjonalnym i aktorami społecznymi . . . . .	26
Rys. 2. Wartości indeksu starości w latach 1960–2019: średnia dla państw UE27, Irlandii, Włoch oraz Polski . . . . .	30
Rys. 3. Wybrane segmenty srebrnego rynku . . . . .	70
Rys. 4. Ilość czasu poświęcana przez osoby 60+ na wybrane czynności . . . . .	77
Rys. 5. Główne kategorie gier wymienianych w ofertach instytucji dla seniorów . . . . .	134
Rys. 6. Typowy schemat konsumpcji treści telewizyjnych . . . . .	170
Rys. 7. Typowy schemat konsumpcji gier cyfrowych . . . . .	170
Rys. 8. Kompetencyjna piramida srebrnego gracza . . . . .	204

## Aneks – lista i charakterystyka rozmówców

Tabela A1 zawiera uogólnioną charakterystykę uczestniczek oraz uczestników badania w części dotyczącej srebrnych graczy.

**Tabela A1.** Zestawienie podstawowych cech srebrnych graczy biorących udział w wywiadach

Kod rozmówcy/ rozmówczynie	Zmienne metryczkowe	Stosunek do gier cyfrowych
K80	Kobieta niemal 80-letnia; emerytka; wdowa; mieszka samotnie w bloku w dużym mieście. Prowadzi mocno ograniczone do własnego mieszkania życie – rzadko wychodzi	Ma 2–3 ulubione rodzaje gier cyfrowych; sięga przede wszystkim po proste, darmowe gry przeglądarkowe, które uruchamia się na laptopie
K60/1	Kobieta około 60-letnia; emerytka, ale w ograniczonym stopniu aktywna zawodowo; mieszka z mężem; wciąż relatywnie aktywna społecznie (m.in. jeździ na działkę itp.)	Przejawia typowe, tzn. ograniczone i historycznie ukształtowane zaangażowanie w kulturę gier cyfrowych. Ma swoje ulubione dwa lub trzy tytuły na komputerze i co jakiś czas do nich wraca
K70/1	Kobieta około 70-letnia; emerytka; wdowa; mieszka sama w mieszkaniu; ciągle aktywna, ale coraz częściej zmagająca się z fizycznymi ograniczeniami (np. źle znosi długie podróże)	Przejawia nietypowe nastawienie do gier cyfrowych; preferuje „oglądanie gier jak film” podczas wizyt u sąsiadki; zrezygnowała z produkcji na konsoli na rzecz prostszych i mniej angażujących gier komputerowych
K70/2	Kobieta około 70-letnia; emerytka; wdowa; mieszka sama w mieszkaniu; bardzo aktywna (zaangażowana w liczne przedsięwzięcia, m.in. kilka pasji, UTW)	Na tle pozostałych rozmówców jawi się jako wyjątkowo zaangażowana w pasję do gier cyfrowych. Korzysta przede wszystkim z produkcji na konsole i wybiera znane, złożone i angażujące serie gier

Tabela A1 cd.

Kod rozmówcy/ rozmówczynie	Zmienne metryczkowe	Stosunek do gier cyfrowych
K70/3	Kobieta około 70-letnia; emerytka; mieszka z mężem; wyjątkowo aktywna społecznie i medialnie (kilka pasji, aktywna w mediach społecznościowych)	Gry są jej pobocznym zainteresowaniem, formą zapelnienia wolnych chwil pomiędzy innymi działaniami; z czasem zrezygnowała z czasochłonnych produkcji na komputerze na rzecz prostszych gier mobilnych
K60/2	Kobieta niespełna 60-letnia; wciąż aktywna zawodowo; mieszka z mężem. Zмага się z trudnościami w poruszaniu	Na co dzień pracuje z komputerem, ale gry nigdy jej specjalnie nie interesowały; miłośniczka jednej gry mobilnej
M70/1	Mężczyzna około 70-letni; wciąż aktywny zawodowo, ale w ograniczonym stopniu; mieszka z żoną	Nie korzystał w swojej długiej historii kontaktów z grami cyfrowymi z wielu produkcji, ponieważ na długo skupiał się na swoich ulubionych seriach – głównie strategicznych. Gra na komputerach, rzadziej urządzeniach mobilnych. Zdarza mu się grać w pracy
M60	Mężczyzna około 60-letni; wciąż aktywny zawodowo; mieszka z żoną	Od zawsze unikał gier dynamicznych; preferuje granie na laptopie; od kilku lat skupia się na jednej grze wieloosobowej; próbuje też swoich sił w streamingu
M70/2	Mężczyzna około 70-letni; emeryt; mieszka z żoną. Zmuszony ograniczyć zakres realizowanych aktywności życiowych z powodu przebytego zawału serca	Posiada relatywnie – w odniesieniu do pozostałych rozmówców – rozbudowany kapitał growy. Od wielu lat gra regularnie na komputerze (przede wszystkim w skomplikowane gry strategiczne), chociaż miał epizod korzystania z konsoli
M75	Mężczyzna niespełna 75-letni; emeryt; mieszka z żoną. Niepełnosprawny (po udarze, częściowo sparaliżowany); jego funkcjonowanie od lat ogranicza się do przestrzeni własnego mieszkania	Od wielu lat regularnie korzysta z ulubionej gry przeglądarkowej, unikając przy tym innych produkcji



W tabeli A2 przedstawiam uogólnioną charakterystykę uczestniczek oraz uczestników badania w części dotyczącej ekspertów i przedstawicieli instytucji senioralnych.

**Tabela A2.** Zestawienie podstawowych cech ekspertów biorących udział w wywiadach

Kod rozmówcy/ rozmówczyni	Zmienne metryczkowe	Doświadczenie
EK60	Kobieta około 60-letnia	Edukatorka cyfrowa, w latach 80. XX wieku miała pierwsze doświadczenia z promowaniem technologii komputerowych; od dekady zaangażowana w projekty instytucjonalne z zakresu edukacji osób starszych i kształtowania ich kompetencji cyfrowych. Przeprowadziła wiele warsztatów praktycznych. Z wykształcenia kulturoznawca i filozof. Nie ma większych doświadczeń z grami cyfrowymi – zarówno osobistych, jak i w pracy z osobami starszymi
EM35/1	Mężczyzna około 35-letni	Doświadczenia rodzinne – opieka nad osobą cierpiącą na chorobę Parkinsona – popchnęły go w kierunku inicjatyw ukierunkowanych na wsparcie osób starszych. Początkowo z zakresu prawa – ekspert z wykształcenia jest prawnikiem – a następnie działań włączających osoby starsze we współczesną kulturę czy dialog międzypokoleniowy. Z gier cyfrowych korzystał w okresie nastoletnim, a w momencie realizacji wywiadu nie miał nowszych i pogłębionych doświadczeń z tym medium, także w sferze działań na rzecz osób starszych
EK25	Kobieta około 25-letnia	Motywowana własnymi obserwacjami z życia rodzinnego w zakresie zróżnicowania kompetencji cyfrowych swoich dziadków, a także zainspirowana podczas studiów tematyką wykluczenia cyfrowego osób starszych i cyfryzacji ich funkcjonowania – przygotowała prace dyplomowe poświęcone tym zagadnieniom. Z wykształcenia socjolog bez większych doświadczeń z grami cyfrowymi
EK35/1	Kobieta około 35-letnia	Reprezentantka nauk społecznych z doświadczeniem w pracy z osobami starszymi. Prywatnie po gry cyfrowe sięga regularnie, także produkcje złożone i wymagające. Wykorzystywała je też w swoich działaniach ukierunkowanych na dobrostan seniorów

Tabela A2 cd.

Kod rozmówcy/ rozmówczyni	Zmienne metryczkowe	Doświadczenie
EK70	Kobieta około 70-letnia	Od wielu lat związana z uniwersytetami trzeciego wieku, przede wszystkim od strony administracyjno-organizacyjnej. Zaangażowana w liczne projekty realizowane na rzecz osób starszych, w tym dotyczące ich cyfrowej aktywizacji. Gier cyfrowych unika z powodu braku czasu
EM60	Mężczyzna około 60-letni	Od ponad 20 lat zaangażowany – szkoleniowo i organizacyjnie – w projekty z zakresu cyfryzacji oraz rozwoju metodyki nauczania kompetencji cyfrowych osób dorosłych. Przed kilkoma laty podjął wstępne próby wypróbowania gier cyfrowych, ale z powodu braku czasu nie pogłębił tego zainteresowania. Z wykształcenia dziennikarz
EK30	Kobieta około 30-letnia	Pierwotnie związana zawodowo z nowymi technologiami w kontekście marketingowo-komunikacyjnym (m.in. media społecznościowe). Jednocześnie zaangażowana w działalność pozarządową, skierowaną na edukację cyfrową osób starszych z racji doświadczeń zawodowych, a także wrażliwości ukierunkowanej na osoby zagrożone wykluczeniem. Jeszcze do końca okresu nastoletniego często sięgała po gry cyfrowe
EM40	Mężczyzna około 40-letni	Od kilkunastu lat współpracuje z instytucją senioralną, gdzie prowadzi zajęcia z zakresu nauki obsługi komputera dla osób starszych, podczas których opowiada także o grach cyfrowych. Po te ostatnie sięga od początku lat 90. XX wieku, zaczynając od automatów do gier, by aktualnie korzystać z gier komputerowych
EK35/2	Kobieta około 35-letnia	Pierwotnie bibliotekarka, która na pewnym etapie swojej kariery dołączyła do ogólnopolskiego projektu rozwoju kompetencji cyfrowych – zarówno dzieci, jak i osób starszych. Przeprowadziła wiele warsztatów i szkoleń, w tym z wykorzystaniem gier
EM35/2	Mężczyzna około 35-letni	Pracownik naukowy od lat publikujący teksty z zakresu szeroko rozumianej socjologii starości. Skupiony przede wszystkim na badaniach, konstruowaniu teorii i doradztwie kosztem działań o charakterze edukacyjnym

*Wirtualna jesień życia.*

*Rozważania o roli gier cyfrowych w życiu osób starszych*

## Streszczenie

Globalne i niezależne od siebie procesy makrospołeczne, takie jak demograficzne starzenie się społeczeństw, cyfryzacja oraz wzrost znaczenia gier i zabaw w życiu ludzi (tzw. ludyfikacja kultury), przyczyniają się do powstania nowych praktyk społecznych, czego przykładem jest silver gaming.

Silver gaming to pojęcie określające praktykę sięgania po gry cyfrowe przez osoby starsze, czemu poświęcona została prezentowana książka. W polskim kontekście jest to zjawisko innowacyjne i słabo rozpoznane – zarówno przez badaczy, jak i edukatorów czy twórców gier.

Książka zawiera holistyczne ujęcie zjawiska silver gamingu, to znaczy uwzględniające zarówno indywidualne, jak i instytucjonalne konteksty użycia gier przez osoby starsze, a także możliwe tego pozytywne i negatywne konsekwencje dla funkcjonowania i dobrostanu starszych graczy w kontekście rodzinnym, zdrowia fizycznego i psychicznego oraz aktywizacji społecznej.

Książka dzieli się na dwie główne części. Część pierwsza, analityczna i w dużej mierze oparta na analizie materiałów zastanych, zawiera omówienie podstaw (społecznych, kulturowych i demograficznych) dla pojawienia się i popularyzacji zjawiska silver gamingu. Część druga, empiryczna, obejmuje przedstawienie i omówienie wyników badania własnego, zrealizowanego z wykorzystaniem metod jakościowych. Badanie to poszerza dostępną wiedzę o praktykach polskich srebrnych graczy w wyżej opisanym zakresie, a także użycia gier cyfrowych w polskich instytucjach senioralnych. Całość dopełniają rozważania o charakterze aplikacyjnym w formie zbioru rekomendacji, których wdrożenie powinno przyczynić się do popularyzacji – jak to określam – „rozwojowo korzystnego” korzystania z gier cyfrowych przez osoby starsze.

Książka skierowana jest do szerokiego grona odbiorców – badaczy zajmujących się problematyką starości oraz grami cyfrowymi, edukatorów i przedstawicieli instytucji senioralnych, decydentów kształtujących polityki senioralne, twórców gier zaintrygowanych demograficznymi przemianami środowiska graczy czy też samych srebrnych graczy i ich rodzin.

Słowa kluczowe: *gerontologia, gry cyfrowe, seniorzy, silver gaming, starość*

*Virtual Autumn of Life.  
Reflections on the Role of Digital Games  
in the Lives of Elderly People*

## Summary

Global and independent macro-social processes, such as the demographic aging of societies, digitalization and the growing importance of games in people's lives (the so-called ludification of culture), contribute to the emergence of new social practices, an example of which is silver gaming.

Silver gaming is a term that defines the practice of playing digital games among older people, which is the subject of this book. In the Polish context, this practice is innovative and poorly recognized by researchers, educators and game developers.

The book incorporates a holistic approach to the phenomenon of silver gaming by inclusion of both the individual and institutional contexts of digital games usage by seniors, as well as possible positive and negative consequences for the functioning and well-being of silver gamers in the context of family life, physical and mental health and social inclusion.

The book consists of two main parts. The first one, analytical and based on the analysis of existing materials, discusses the foundations (social, cultural, demographic) for the emergence and popularization of the phenomenon of silver gaming. The second part, empirical, includes the presentation and discussion of the results of own research, conducted with qualitative methods. This study expands the available knowledge about the practices of Polish silver gamers in the above-described scope, as well as the use of digital games in Polish elder care institutions. The whole is complemented by recommendations, the implementation of which should contribute to the popularization of – as I call it – “developmentally beneficial” use of digital games by older gamers.

The book is addressed to a wide audience: researchers studying the issues of aging and digital games, educators, representatives of elderly care institutions, decision-makers shaping public policies, game developers intrigued by the demographic changes of the gamers' population, or the silver gamers themselves and their families.

Keywords: *gerontology, digital games, seniors, silver gaming, old age*

## Informacja o Digital Dragons

Digital Dragons to kompleksowy ekosystem dla branży gier realizowany przez Krakowski Park Technologiczny na poziomie ogólnopolskim i międzynarodowym. Jego sercem jest coroczna konferencja Digital Dragons – jedno z największych wydarzeń B2B dla branży gier w całej Europie, na które każdego roku przyjeżdżają setki twórców i przedsiębiorców z całego świata, by uczestniczyć w wykładach i spotkaniach biznesowych czy prezentować swoje produkty w strefie expo. Konferencji towarzyszy uroczysta gala, podczas której przyznawane są nagrody Digital Dragons Awards, najstarsze i najbardziej prestiżowe wyróżnienia w polskiej branży gier, w których nominowani wskazywani są przez społeczność polskiego gamedevu, a laureaci – przez złożone z ekspertów i przedstawicieli najważniejszych mediów jury. Pokazną przestrzeń otrzymują do dyspozycji także studia niezależne, które rywalizują o nagrody w przeglądzie Indie Showcase i mogą prezentować swoje dzieła potencjalnym inwestorom i wydawcom w strefie Indie Zone, gdzie specjalne miejsce przeznaczone jest także dla studiów z Europy Środkowo-Wschodniej.

Studenci i osoby zainteresowane rozpoczęciem kariery w branży zapraszane są na Digital Dragons Academy, cykliczne zajęcia edukacyjne prowadzone we współpracy z wiodącymi firmami. W ich trakcie eksperci dzielą się z uczestnikami unikalną wiedzą i doświadczeniem, a pracownicy działów HR konsultują z nimi dokumenty aplikacyjne. Z kolei dla pracowników gamedevu na wyższym poziomie zaawansowania przeznaczone są szkolenia z cyklu Digital Dragons Workshops. Adeptci sztuki tworzenia gier co roku spotykają się także na organizowanym w ramach Global Game Jamu kultowym KrakJamie – największym stacjonarnym game jamie w Polsce i jednym z największych na świecie.

W ramach programów Digital Dragons Incubator & Accelerator nieformalne zespoły i start-upy korzystają ze wsparcia KPT w zakresie sformalizowania i rozwoju działalności oraz bieżącej pracy nad swoimi

projektami. Zespół Digital Dragons stale przygląda się branży gier, a efekty obserwacji zarówno wykorzystuje w codziennej pracy, jak i poddaje krytycznej analizie, przygotowując i udostępniając porządkujące tę wiedzę raporty branżowe.

- Dołącz do kanału Digital Dragons Inn na Discordzie ([bit.ly/DDInnDiscord](https://bit.ly/DDInnDiscord))
- Obserwuj nas na Facebooku ([facebook.com/DigitalDragons](https://facebook.com/DigitalDragons)), LinkedInie ([linkedin.com/company/digital-dragons](https://linkedin.com/company/digital-dragons)) i X ([twitter.com/Digital\\_Dragons](https://twitter.com/Digital_Dragons))
- Subskrybuj kanał Digital Dragons na YouTube ([youtube.com/@DigitalDragonsForGamedev](https://youtube.com/@DigitalDragonsForGamedev))





Przedmiot podjętych badań jest oryginalny i nowy. Zagadnienia silver gamingu jak dotąd są słabo rozpoznane w polskiej literaturze przedmiotu. Autor odwołuje się do współczesnej, aktualnej literatury, przede wszystkim zagranicznej, poddaje krytycznej analizie wyniki metaanaliz innych autorów, by dojść do wiążących ustaleń, konstruktywnych wniosków, co pozwala zorientować się czytelnikowi w podjętej problematyce.

*Z recenzji dr hab. Zofii Szaroty, prof. AWSB*

Jako monografia *Wirtualna jesień życia* wypełnia istniejącą lukę badawczą i jako taka nie ma konkurencji. (...) to pozycja moim zdaniem doskonała. Nie waham się stwierdzić, że to jedna z lepiej opracowanych i przemyślanych książek młodych badaczy w Polsce, nie tylko w zakresie badań nad grami, ale w humanistyce w ogóle.

*Z recenzji dra hab. Pawła Frelika, prof. UW*



Dr Damian Gałuszka – socjolog, adiunkt na Wydziale Humanistycznym AGH w Krakowie, wieloletni pasjonat gier wideo. Zajmuje się analizą wpływu technologii na funkcjonowanie społeczeństw i ludzi, ze szczególnym uwzględnieniem rozwiązań cyfrowych. Autor licznych badań, wystąpień oraz tekstów naukowych, między innymi monografii *Gry wideo w środowisku rodzinnym. Diagnoza i rekomendacje* (do pobrania na: [grywrodzynie.pl](http://grywrodzynie.pl)).



Ministerstwo  
Edukacji i Nauki

ISBN 978-83-67427-61-6  
e-ISBN 978-83-67427-62-3



9 788367 427616



KRAKOWSKI  
PARK  
TECHNOLOGICZNY



**CD-ACTION**

