Irena E.Kotowska
Janina Petelczyc
Szkoła Główna Handlowa w Warszawie

# W stronę neutralnego języka opisu procesu starzenia się ludności

## 1. Wprowadzenie

Starzenie się ludności, czyli zmiany struktury wieku polegające na wzroście liczby osób uznanych za starsze (zwykle w wieku 60 lat/65 lat i więcej) i ich udziału w całej populacji, jest jednym z kluczowych procesów demograficznych, charakteryzujących nie tylko przeszłe zmiany ludnościowe, ale także współczesną i przyszłą sytuację demograficzną krajów, regionów i świata. Tempo zwiększania się liczebności osób starszych jest określone przez nasilenie spadku umieralności i wydłużania trwania życia, zaś udział tej grupy w całej populacji zależy przede wszystkim od zmian płodności.

Starzenie się ludności jest nieuchronną konsekwencją przemian procesu odtwarzania pokoleń, polegających na przejściu od tradycyjnej (wysoka płodność i umieralność) do nowoczesnej reprodukcji ludności (niska płodność i umieralność). Dokonujące się stopniowo w trakcie przejścia demograficznego zmiany struktury wieku charakteryzowane są jako przejście od struktury wieku typu progresywnego, tj. z dużym udziałem osób najmłodszych (do 14 lat) i małym udziałem osób w wieku 60 lat i więcej, do struktury wieku typu regresywnego, którą charakteryzuje duży udział osób starszych, przekraczający udział osób najmłodszych (Rosset, 1959, s. 60). Obszerna monografia Edwarda Rosseta o starzeniu się ludności stanowiła jedną z pierwszych publikacji o procesie demograficznym, który stopniowo zyskiwał coraz więcej uwagi. Dostrzeżenie starzenia się ludności jako procesu globalnego, którego przebieg jest zróżnicowany między krajami i kontynentami, nastąpiło w latach 1970. Wyrazem tego było zorganizowanie pierwszej konferencji *World Assembly on Ageing* w 1982 roku w Wiedniu. Kolejna konferencja odbyła się w Madrycie w 2002 roku, wskazując na intensyfikację procesu starzenia ludności, postrzeganego jako jeden ze znaczących trendów XXI wieku. Systematycznie rośnie nie tylko liczba krajów, w których struktura wieku populacji jest regresywna lub zbliżona do niej, ale także nasila się tempo przekształceń struktur wieku. Zmiany struktur wieku są silnie zróżnicowane terytorialnie ze

względu na przebieg spadku płodności i umieralności, przy czym do Europy, Ameryki Północnej, Australii czy Nowej Zelandii dołączają kraje Azji Wschodniej i Południowo-Wschodniej. W skali świata w 1950 roku 5% ludności stanowiły osoby w wieku 65 lat i więcej, zaś w 2021 roku było to już 10% (UN 2023). Projekcja ludnościowa ONZ z 2024 roku przewiduje, że pod koniec lat 2070. liczba osób w wieku 65 lat i więcej osiągnie 2,2 mld i będzie większa od liczby osób w wieku do 18 lat (UN, 2024). W regionach o najbardziej zaawansowanym starzeniu ludności ta zmiana relacji między wielkością obu grup wieku dokonuje się w obecnej dekadzie.

Starzenie się populacji stanowi obecnie główny nurt dyskusji o zmianach demograficznych i ich konsekwencjach ekonomicznych i społecznych. Zmieniła się jednak narracja o tym procesie i jego skutkach. Coraz częściej starzenie populacji jest postrzegane nie tylko jako negatywna cecha zachodzących zmian ludnościowych, ale przed wszystkim traktowane jako zagrożenie dla perspektyw rozwojowych kraju czy regionu. Nie dostrzega się tego, że dłuższe życie w coraz lepszym zdrowiu świadczy o postępie cywilizacyjnym. Ignoruje się korzyści, jakie przynosi coraz dłuższe współegzystowanie kolejnych generacji w wymiarze indywidualnym, społecznym i ekonomicznym. Trafnie ujęli to włoscy badacze Daniele Vignoli i Gustavo De Santis: *Starzenie się ludności jest również świadectwem postępu ludzkości: żyjemy dłużej, zdrowiej i bezpieczniej niż kiedykolwiek wcześniej. Zmiana demograficzna nie jest jedynie wyzwaniem, którym należy zarządzać, lecz także sukcesem, który należy docenić, oraz szansą, którą należy kształtować.* (Vignoli, De Santis, 2025, s.9).

W tym kontekście kluczowe jest rozróżnienie między starzeniem się ludności, a starzeniem się społeczeństwa. Pierwsze z tych pojęć odnosi się do zmiany struktury wieku ludności i ma charakter ściśle demograficzny. Drugie natomiast obejmuje szersze przemiany społeczne wynikające z tej zmiany demograficznej, w tym zmiany pozycji społecznej osób starszych, ich stanu zdrowia, aktywności zawodowej i społecznej, relacji międzypokoleniowych oraz sposobów postrzegania starości na poziomie mikro-, mezo- i makrospołecznym (od jednostek, przez relacje i instytucje, po całe społeczeństwo). Starzenie się społeczeństwa oznacza zatem przemiany społeczne związane z przekształceniami struktur wieku ludności (zmiany liczebności poszczególnych grup wieku i relacji między nimi).

Do pomiaru stopnia zaawansowania zmian struktury wieku wykorzystuje się powszechnie współczynnik starości (*old-age rate*) określany jako udział osób w wieku 60 lat i więcej (65 lat i więcej) w ogólnej liczbie ludności. Jego wartości są pomocne w identyfikacji, na jakim etapie procesu starzenia znajduje się populacja, proponując określone skale starości demograficznej (Abramowska-Kmon, 2011)[1]. Korzysta się także z innych miar statystycznych,

[1] Np. E.Rosset (1959) proponował, by jako stare demograficznie uznać populacje z udziałem osób w wieku 60 lat i więcej wynoszącym co najmniej 12%, zaś według skali ONZ z 1956 r. populację należy uznać jako starą,

takich jak mediana wieku czy relacje między liczebnością określonych grup wieku. W tym sensie pojęcie ‘starość demograficzna’ dotyczy populacji, która znajduje się na określonym etapie zaawansowania zmian struktur wieku, natomiast proces starzenia się ludności odnosi się do kierunku i dynamiki zachodzących zmian.

W debacie publicznej oraz analizach eksperckich w Polsce starzenie się ludności jest coraz częściej przedstawiane przede wszystkim w kategoriach problemu społeczno-ekonomicznego, zagrożenia dla stabilności finansów publicznych lub „obciążenia” dla osób w wieku produkcyjnym. Jednym z najbardziej utrwalonych przejawów tego sposobu myślenia jest pojęcie „współczynnika obciążenia demograficznego”. Jest to standardowe narzędzie analizy zmian struktur wieku, które ukazuje powiązania między wielkością populacji w określonych grupach wieku, co wyraźnie ujmuje termin w języku angielskim ‘*age-dependency ratio*’. Jego nazwa w języku polskim sugeruje określoną interpretację zmiany struktury wieku, do której się odnosi, co budzi coraz większe wątpliwości.

Celem niniejszego opracowania jest pokazanie, że negatywne postrzeganie starzenia się ludności nie ogranicza się do pojedynczych terminów, lecz dotyczy szerszych ram interpretacyjnych stosowanych w opisie tego procesu. Szczególną uwagę poświęcamy pojęciu „współczynnika obciążenia demograficznego”, które - choć odnosi się do technicznej relacji między grupami wieku - w języku polskim sugeruje jednostronny ciężar ponoszony przez jedne grupy z powodu istnienia innych. Proponujemy zmianę języka opisu poprzez przejście od „obciążenia” do współzależności osób w rozważanych grupach wieku, przebiegu życia i wielowymiarowej wartości społecznej. Proponowana zmiana narracji nie oznacza jednak, iż nie dostrzegamy wyzwań związanych ze starzeniem się populacji, a zwłaszcza możliwych negatywnych konsekwencji niewystarczającego dostosowania do tej zmiany międzypokoleniowej zarówno skali makro (instytucje, gospodarka, społeczeństwo) jak i w wymiarze indywidualnym.

## 2. Język, statystyka i konstrukcja rzeczywistości społecznej

W literaturze z zakresu analizy dyskursu podkreśla się, że język nie tylko opisuje rzeczywistość, lecz także współtworzy ramy jej rozumienia (Sapir 1929; Garret 2010; Regier, Xu 2017). Kategorie stosowane w nauce i statystyce publicznej porządkują sposób myślenia o zjawiskach społecznych, wskazując, co uznajemy za problem, ryzyko lub zasób. W

jeśli udział osób w wieku 65 lat i więcej będzie powyżej 7% (Abramowska-Kmon, 2011). Postęp w wydłużaniu życia ludzkiego sprawia, że proponowane skale starości mają współcześnie znaczenie historyczne, choć odwoływanie się do nich uwidocznia istotne cechy przebiegu procesu starzenie w ostatnim półwieczu – jego globalizację i dynamikę.

odniesieniu do starzenia się ludności szczególnie widoczne są pojęcia o silnym zabarwieniu normatywnym, takie jak „obciążenie demograficzne", „presja demograficzna" czy „kryzys starzenia się". Nie są one wyłącznie neutralnymi terminami stosowanymi w opisie danych dotyczących zmian struktury wieku, lecz sugerują, że te zmiany są z natury problematyczne.

Podobną uwagę formułuje WHO w 'Global Report on Ageism', wskazując, że ageizm ma charakter systemowy i może być utrwalany również przez język instytucjonalny oraz narzędzia analityczne (WHO 2021). Także UNFPA podkreśla, że negatywny język dotyczący starzenia się wpływa na sposób postrzegania starości i może utrwalać niskie oczekiwania wobec późniejszych faz życia (UNFPA 2012). Oznacza to, że również statystyka publiczna, nawet nieintencjonalnie, może wzmacniać obraz osób starszych jako biernych, niesamodzielnych i problematycznych.

## 3. „Wskaźnik obciążenia demograficznego" – między opisem a interpretacją

Szczególnie wyrazistym przykładem problematycznego języka wydaje nam się pojęcie „wskaźnika obciążenia demograficznego", stosowane w języku polskim. W literaturze anglojęzycznej stosowany termin *age-dependency ratio* (co należy przetłumaczyć jako „współczynnik zależności względem wieku") odnosi się do relacji między grupami wieku określanymi przez zmiany liczby osób w tych grupach wieku (zwykle są to grupy 0-19, 20-64 oraz 65 lat i więcej). Współczynnik ogólny (*total dependency ratio*) wskazuje, ile osób w wieku 0-19 oraz 65 lat i więcej przypada na 100 osób w wieku 20-64 lata. Współczynniki cząstkowe dotyczą relacji między grupą osób najmłodszych i grupą osób najstarszych ujmowanymi odrębnie, a populacją 20-64 lata. W nazwie współczynnika w języku polskim zamiast „zależności" występuje termin „obciążenie" (ogólne, osobami najmłodszymi oraz osobami starszymi), co sugeruje jego interpretację w kategoriach jednostronnej zależności i ciężaru ponoszonego z powodu ilościowej zmiany dotyczącej jednej grupy ludności przez inne grupy. Zwracają na to uwagę demografowie (Kotowska i inni, 2020), podkreślając konieczność zmiany nazwy tego wskaźnika w języku polskim i proponując określenie „współczynnik zależności demograficznej".

Na ten problem zwracał też uwagę Rzecznik Praw Obywatelskich w 2024 r., sugerując, że *„Zwrot "wskaźnik obciążenia demograficznego osobami starszymi" w tym kontekście sugeruje, że człowiek wraz z osiągnięciem wieku 65 lat staje się obciążeniem dla społeczeństwa. Jest to wysoce deprecjonujące i nie oddaje faktycznego stanu rzeczywistości, w której wiele osób w wieku powyżej 65. roku życia nadal jest aktywnych zawodowo (około 13% w 2022 r., liczba ta nadal rośnie) lub wspiera swoje rodziny finansowo, także nieodpłatną pracą, w tym opiekuńczą."* (RPO 2024).

Co więcej, jak wskazuje literatura demograficzna (oraz praktyka codziennego życia), relacje między osobami w określonych grupach wieku mają charakter współzależności, obejmując zarówno transfery ekonomiczne, jak i społeczne oraz opiekuńcze (Sanderson, Scherbov, 2010). Na kształtowanie tych transferów wpływają proporcje między osobami w rozważanych grupach wieku. Termin 'współczynnik zależności demograficznej' oddaje więc także kontekst powiązań między ludnością w rozpatrywanych grupach wieku.

A zatem użycie pojęcia „obciążenie" zniekształca rzeczywistość i narzuca określoną interpretację danych. Nie jest to wyłącznie problem terminologiczny. Jak pokazują analizy krytyczne, sposób nazwania miernika dotyczącego relacji między ludnością w różnych grupach wieku kształtowanej przez zmiany struktur wieku wpływa na sposób jego interpretacji oraz na wnioski wyciągane w debacie publicznej.

## 4. Ograniczenia pomiaru i interpretacji procesu starzenia się ludności

Klasyczne miary zaawansowania zmian struktur wieku korzystają z wieku chronologicznego (czasu, jaki upłynął od urodzenia), ustalając arbitralnie wiek, po osiągnięciu którego osoby są klasyfikowane jako starsze. To rozwiązanie budzi coraz silniejsze wątpliwości. W literaturze przedmiotu proponowane są alternatywne miary (Abramowska-Kmon, 2011). Na uwagę zasługuje koncepcja *prospective ageing* (Sanderson, Scherbov, 2010), w której przyjęto, że pomiar procesu starzenia ludności powinien uwzględniać postęp w wydłużaniu życia i poprawę kondycji zdrowotnej populacji. Autorzy proponują rezygnację z podejścia opartego wyłącznie na wieku chronologicznym (liczbie lat, którą jednostka przeżyła). Wprowadzają tzw. wiek potencjalny (prospektywny) *(prospective age),* definiując go jako liczbę lat do przeżycia, która odnosi się do oczekiwanej długości dalszego trwania życia. Za dolną granicę wieku starszego uznali taki wiek, dla którego oczekiwane dalsze trwanie życia wynosi 15 lat. Oznacza to, że wraz ze wzrostem oczekiwanego trwania życia przesuwa się także próg wieku starszego. W konsekwencji osoby klasyfikowane jako „starsze" według tradycyjnego podejścia opartego na długości ich życia wyrażonego poprzez lata ukończone nie są tak klasyfikowane ze względu na oczekiwaną długość ich dalszego życia. Ocena stopnia zaawansowania starzenia się ludności na podstawie prospektywnych (alternatywnych) miar, analogicznych do miar klasycznych,[2] prowadzi do istotnie odmiennych wniosków niż ocena na podstawie miar klasycznych, mających za podstawę

[2] Na przykład, prospektywna miara starości ludności to udział w całej populacji osób, dla których oczekiwane dalsze trwanie życia wynosi 15 lat lub mniej. Wiek, w którym oczekiwane dalsze trwanie życia wynosi 15 lat, nazywany jest dolną granicą wieku starszego. Prospektywny współczynnik zależności między osobami starszymi a osobami tworzącymi tzw. potencjalne zasoby pracy to liczba osób w wieku przynajmniej równym dolnej granicy starości, która przypada na 100 osób w wieku od 20 lat do wieku nieprzekraczającego dolnej granicy wieku starszego.

wiek chronologiczny. W wielu krajach zaawansowanie starzenia demograficznego (czyli przemian struktur wieku) mierzone w ten sposób jest znacznie mniejsze, a niekiedy nawet ulega stabilizacji. Oznacza to, że obraz starzenia się populacji jako rosnącego „ciężaru" dla społeczeństwa i gospodarki jest w dużej mierze artefaktem przyjętej metodyki pomiaru. W konsekwencji interpretowanie relacji między grupami wieku w kategoriach jednostronnego „obciążenia" nie tylko upraszcza rzeczywistość, lecz także może prowadzić do błędnych wniosków analitycznych i politycznych. Co prawda, prospektywne miary starzenia odwołują się także do arbitralnie wyznaczonego progu wieku starszego, jednak uwzględniają poprawę stanu zdrowia populacji i wydłużenie oczekiwanego trwania życia. Bardziej adekwatne w określaniu, kto może być uznany za osobę starszą, byłoby podejście, które uwzględnia zróżnicowanie kondycji zdrowotnej, aktywności oraz ról społecznych w starszych grupach wieku, a także wielokierunkowy charakter transferów międzypokoleniowych. Raczej chodzi o cechy osób uznawanych za starsze i perspektywę przebiegu życia. Takie ujęcie zmian struktur wieku dotyczy procesu starzenia się społeczeństwa, generowanego przez zmianę stricte demograficzną.

Literatura wskazuje też, że dominująca narracja o „kryzysie starzenia" jest w istotnym stopniu konstruktem interpretacyjnym, wynikającym z przyjętych ram analitycznych, a nie bezpośrednio z danych demograficznych. Jak pokazują Spijker i MacInnes (2013), sposób pomiaru starzenia się populacji, w szczególności wykorzystanie wskaźników opartych na sztywnych granicach wieku, prowadzi do systematycznego wzmacniania obrazu starzenia się jako rosnącego problemu społeczno-ekonomicznego i nie odzwierciedla faktycznej sytuacji społecznej i zdrowotnej osób starszych. Autorzy wskazują, że stosowanie tej miary prowadzi do wyolbrzymiania skali i dynamiki starzenia się populacji. Po zastosowaniu alternatywnego podejścia, uwzględniającego oczekiwaną długość życia, okazuje się, że zaawansowanie procesu starzenia jest słabsze, a współczynniki starości w wielu krajach nie rosną, lecz w ostatnich dekadach ulegają spadkowi. Zmniejszają się także współczynniki zależności dla osób uznanych za starsze [3]. W tym sensie obraz starzenia się ludności jako narastającego zagrożenia i przejawu „kryzysu demograficznego" jest w znacznej mierze efektem przyjętych ram analitycznych, a nie bezpośrednią konsekwencją obserwowanych zmian demograficznych.

[3] Analizy procesu starzenia w Polsce za pomocą miar klasycznych i prospektywnych dostarczyły następujących wyników: w 2024 roku klasyczny współczynnik starości dla Polski wynosił 20,5%, natomiast prospektywny współczynnik 13,7%, zaś według miary klasycznej na 100 osób w wieku 20-64 lata przypadało 34,5 osób w wieku 65 lat i więcej, a według miary prospektywnej 20,6 osób (Abramowska-Kmon i inni, 2026).

Z tej perspektywy kategorie takie jak „obciążenie demograficzne” należy rozumieć nie tylko jako narzędzia opisu, lecz także jako elementy ram interpretacyjnych, które współtworzą narrację o starzeniu się ludności i mogą wzmacniać jego negatywną percepcję.

Należy też zwrócić uwagę na inne ograniczenie związane z interpretacją wskaźników relacji między grupami wieku. Wskaźniki te opisują strukturę populacji, lecz same nie mówią jeszcze o rzeczywistych przepływach ekonomicznych i społecznych. Podejście National Transfer Accounts pokazuje, że zależność ekonomiczna nie jest prostą funkcją wieku, lecz wynika z relacji między produkcją, konsumpcją, transferami publicznymi i prywatnymi oraz wykorzystaniem zasobów w cyklu życia (Lee, Mason, 2011). Podział na osoby „produkcyjne” i „nieprodukcyjne” nie oddaje więc złożoności relacji międzypokoleniowych.

## 5. Starzenie się populacji z perspektywy przebiegu życia

Chcemy także zwrócić uwagę na fakt, że starzenie się ludności jest bezpośrednim efektem wydłużania życia i spadku umieralności, które należy uznać za jedno z najważniejszych osiągnięć rozwoju społeczno-gospodarczego. Fakt, że coraz więcej osób osiąga coraz starszy wiek, wynika ze zmniejszania ryzyka zgonu osób w młodszych grupach wieku. Jak podkreślają analizy międzynarodowe, wzrost liczby osób starszych jest więc konsekwencją poprawy warunków życia, postępu medycyny oraz rozwoju instytucji społecznych, a nie zjawiskiem, które należy traktować jako problem (np. UNFPA 2012, UN 2023).

W perspektywie jednostkowej ludzie nie tylko dłużej żyją, pozostając w coraz lepszym zdrowiu, ale także kolejne pokolenia mają szanse współegzystowania. To tworzy potencjał społeczny, którego znaczenie zarówno w skali mikro czy mezo, a przede wszystkim w skali makro jest niedoceniane. Ponadto każdy człowiek przechodzi przez fazy większej i mniejszej zależności oraz aktywności, a relacje między pokoleniami i jednostkami mają charakter dynamiczny i wzajemny. W ujęciu tym nie istnieje trwały podział na grupy „produkcyjne” i „nieprodukcyjne”, lecz raczej ciągła wymiana zasobów, wsparcia i zobowiązań między jednostkami znajdującymi się na różnych etapach życia.

Starzenie się ludności warto analizować także w perspektywie cyklu i biegu życia (Szatur-Jaworska et al. 2021). Każda osoba w kolejnych fazach życia zarówno korzysta ze wsparcia innych, jak i sama je zapewnia. Z tej perspektywy relacje między pokoleniami nie mają charakteru jednostronnego, lecz dynamiczny i wzajemny. Ludzie przechodzą przez różne fazy zależności, autonomii, aktywności zawodowej, świadczenia opieki i korzystania z opieki.

Perspektywa przebiegu życia pozwala również dostrzec, że wkład osób starszych w funkcjonowanie społeczeństwa nie ogranicza się do aktywności rynkowej. Obejmuje wsparcie rodzinne, opiekę nad wnukami, pomoc sąsiedzką, aktywność społeczną oraz przekazywanie wiedzy i doświadczenia. Jednocześnie nie należy idealizować opieki

nieformalnej. Wskaźnik COPE (Carers of Older People in Europe Index) pokazuje, że opieka nad osobami starszymi może mieć zarówno wymiar pozytywny, związany z poczuciem sensu i więzi, jak i negatywny, obejmujący obciążenie emocjonalne, czasowe czy zdrowotne, a znaczenie ma także jakość otrzymywanego wsparcia (Balducci et al. 2008; Moholt et al. 2018). Problemem nie jest więc sama relacja opiekuńcza, lecz brak odpowiedniego uznania i instytucjonalnego wsparcia dla osób ją wykonujących.

## 6. Wartość człowieka poza produktywnością ekonomiczną

Krytyka języka „obciążenia" wymaga także zakwestionowania założenia, że wartość jednostki można mierzyć przede wszystkim przez jej produktywność ekonomiczną. W takim ujęciu osoby pozostające poza rynkiem pracy, w tym osoby starsze, łatwo przedstawia się jako „zależne", a ich obecność w populacji jako koszt. Jest to problematyczne zarówno normatywnie, jak i analitycznie. W perspektywie praw człowieka godność przysługuje każdej osobie niezależnie od wieku, zdrowia czy aktywności zawodowej (PDPC 1948). Z kolei badania nad gospodarką opieki pokazują, że ogromna część pracy niezbędnej dla funkcjonowania społeczeństw, opieka nad dziećmi, osobami zależnymi, wsparcie rodzinne i międzypokoleniowe, pozostaje poza klasycznymi miarami produktywności i rachunkami PKB (Himmelweit 1995; Hirway 2015).

Z kolei ekonomia opieki zwraca uwagę, że zarówno nieodpłatna, jak i odpłatna praca opiekuńcza stanowi warunek reprodukcji społecznej i funkcjonowania gospodarki, choć pozostaje systematycznie niedoszacowana w rachunkach narodowych, politykach publicznych i hierarchiach prestiżu zawodowego. Dotyczy to nie tylko opieki rodzinnej, ale także zawodów opiekuńczych, które często są nisko wynagradzane, sfeminizowane i traktowane jako „naturalne" przedłużenie ról rodzinnych, a nie jako wysoko społecznie użyteczna praca wymagająca kompetencji, odpowiedzialności i wsparcia instytucjonalnego. Dlatego neutralny język opisu starzenia się powinien iść w parze z docenieniem funkcji opiekuńczych, zarówno nieformalnych, jak i profesjonalnych, jako jednego z fundamentów dobrobytu społecznego (Folbre 2023).

Jednocześnie należy podkreślić, że wartość człowieka nie może być redukowana wyłącznie do jego użyteczności ekonomicznej ani mierzonego wkładu w produkcję dóbr i usług. W tradycji praw człowieka oraz refleksji etycznej godność przysługuje każdej osobie niezależnie od jej aktywności, stanu zdrowia, posiadanej rodziny czy zdolności do pracy. Z tej perspektywy język opisujący określone grupy społeczne jako „obciążenie" jest nie tylko uproszczeniem ekonomicznym, lecz także problemem normatywnym, ponieważ sugeruje ocenę wartości osób przez pryzmat ich produktywności. Tymczasem zarówno badania nad gospodarką opieki, jak i podejście w nurcie praw człowieka wskazują, że wkład jednostek w

społeczeństwo ma charakter wielowymiarowy, a ich wartość nie może być sprowadzona do kategorii ekonomicznych.

## 7. W stronę alternatywnych ram opisu procesu starzenia się ludności

Odejście od języka „obciążenia" wymaga zarówno zmiany terminologii, jak i sposobu interpretacji danych demograficznych. Problem nie dotyczy bowiem wyłącznie pojedynczego wskaźnika, lecz szerszych ram pojęciowych, w których opisywane są zmiany demograficzne, w tym proces starzenia się ludności. Sposób, w jaki mówimy o zmianie struktury wieku ludności, wpływa na to, jak rozumiemy jej źródła i konsekwencje w skali makro, na poziomie mezo i w wymiarze indywidualnym, a także jakie znaczenie im przypisujemy oraz jakie wnioski wyciągamy dla polityki publicznej. W literaturze i praktyce badawczej proponuje się stosowanie bardziej neutralnych określeń, takich jak „współczynniki (współ)zależności demograficznej" czy „współczynniki relacji między grupami wieku" czy też zaproponowany przez prof. Szatur-Jaworską „współczynnik proporcji między grupami"

Określenia te nie narzucają interpretacji, lecz pozwalają neutralnie opisywać zmiany demograficzne. Różnica nie jest jedynie semantyczna, pojęcie „obciążenia" sugeruje bowiem jednostronny kierunek zależności i wartościuje jedne grupy jako mniej „produktywne", podczas gdy proponowane ujęcia akcentują wzajemność relacji między ludnością w różnych grupach wieku i ich zmienność w czasie. Zmiana języka powinna jednak iść w parze ze zmianą sposobu myślenia o procesach demograficznych. W szczególności oznacza to konieczność przesunięcia akcentów:

- z jednostronnego „obciążenia" na współzależność między grupami wieku,
- ze skali makro skali na uwzględnianie także skali mezo oraz perspektywy jednostkowej, w tym zwłaszcza perspektywy przebiegu życia z jej dynamiką relacji demograficznych i społecznych,
- z produktywności ekonomicznej na wielowymiarową wartość człowieka.

Takie podejście pozwala lepiej uchwycić rzeczywiste funkcjonowanie społeczeństwa, w którym jednostki na różnych etapach życia zarówno korzystają ze wsparcia, jak i je zapewniają. Relacje międzypokoleniowe nie mają charakteru liniowego ani jednostronnego, lecz tworzą system powiązań obejmujących różne formy aktywności – ekonomiczne, społeczne i opiekuńcze. W tym ujęciu starzenie się ludności nie oznacza narastania problemu, lecz zmianę struktury relacji społecznych, wymagającą dostosowania instytucji i sposobu ich opisu. Kluczowe staje się nie tylko to, ile osób znajduje się w poszczególnych grupach wieku, jakie są proporcje między tymi populacjami, lecz także to, jak rozumiane są ich role oraz jakie znaczenie przypisuje się różnym formom aktywności.

Zmiana ta ma również wymiar normatywny. Odejście od kategorii „obciążenia” oznacza rezygnację z oceniania wartości grup społecznych przez pryzmat ich użyteczności ekonomicznej. Pozwala natomiast dostrzec, że każda osoba – niezależnie od wieku czy poziomu aktywności – jest częścią systemu relacji społecznych i posiada wartość, której nie można sprowadzić do wskaźników ekonomicznych.

## 8. Podsumowanie

Pojęcie „obciążenia demograficznego” nie jest neutralnym narzędziem opisu, lecz kategorią interpretacyjną, która:

- upraszcza rzeczywistość demograficzną,
- wzmacnia negatywną narrację o starzeniu się ludności,
- oraz odwołuje się do zawężonego rozumienia wartości człowieka.

W świetle współczesnej wiedzy demograficznej, ekonomicznej oraz podejścia odnoszącego się do praw człowieka zasadne jest odejście od tego rodzaju języka. Zmiana ta powinna być rozumiana nie tylko jako korekta terminologiczna, lecz jako element szerszej transformacji sposobu myślenia o starzeniu się społeczeństw – od narracji „obciążenia” do narracji współzależności, przebiegu życia i godności.

Negatywna percepcja procesu starzenia związana jest także z brakiem zrozumienia, na jakim etapie rozwoju demograficznego znajdują się lub znajdą się wkrótce populacje większości krajów świata. Jego odmienność od przeszłych etapów rozwoju określają: depopulacja, spadek potencjalnych zasobów pracy, zaawansowane starzenie się ludności i zasadnicze zmiany relacji między podstawowymi grupami wieku. Oznacza to zasadniczo inne uwarunkowania przyszłego rozwoju. Zrozumiały niepokój, jak dostosować się do tych nowych okoliczności, gdzie szukać szans i jak podołać nowym wyzwaniom, przesłania tzw. lęk demograficzny, określony przez Iwana Krastewa jako zbiorowe poczucie kurczenia się i utraty, zagrażającej istnieniu narodów (za Chłoń-Domińczak, 2026). Takie podejście nie tylko skupia uwagę na zmianach ilościowych, ale także nasila negatywne postrzeganie procesu starzenia ludności w makro skali, pogarszając relacje międzypokoleniowe i utrudniając dostrzeżenie efektów pozytywnych nie tylko w wymiarze jednostkowym. Taka percepcja procesu starzenia wiąże się także z obawami o jego skutki, antycypowane głównie w kategorii barier rozwojowych i zagrożeń, generowanych przede wszystkim przez brak lub niewystarczający zakres odpowiednich dostosowań instytucjonalnych. Utrudnia też konstruktywne podejście do tej zmiany demograficznej, czyli

a) uznania jej za wyzwanie rozwojowe, które wymaga instytucji i polityk budujących solidarność międzypokoleniową rozumianą jako współodpowiedzialność i współwytwarzanie dóbr wspólnych (Chłoń-Domińczak, 2026) oraz

b) dostrzeżenie tego, że jest sukcesem i szansą, które należy spożytkować (Vignoli, De Santis, 2025).

Apel o docenienie sukcesu cywilizacyjnego, jakim jest nie tylko wydłużanie życia ludzkiego, lecz także wydłużanie życia w zdrowiu, nie oznacza pomijania wyzwań i zagrożeń wynikających ze zmian relacji międzypokoleniowych oraz konieczności odpowiednich dostosowań instytucjonalnych i społecznych. Należy też mocno podkreślić, że negatywna narracja o starzeniu się ludności jest szkodliwa nie tylko dla debaty o tym procesie, lecz także utrudnia formułowanie właściwych odpowiedzi na zachodzące zmiany demograficzne. Skupianie się na zagrożeniach, realnych lub nie, ogranicza bowiem możliwość konstruktywnej dyskusji o odpowiednich rozwiązaniach polityki publicznej. Na przykład, zamiast zastanawiać się nad tym, czy system emerytalny upadnie i odwoływać się do licznych argumentów uzasadniających ten lęk, należy przede wszystkim zająć się tym, „jak w zmieniających się warunkach zapewnić sprawiedliwy podział dochodu między pokolenia i jak zorganizować społeczeństwo, w którym różne pokolenia mogą razem żyć, pracować i wspierać się przez całe życie" (Szarfenberg, Petelczyc, 2026).

## Bibliografia


1. Abramowska-Kmon A. (2011), *O nowych miarach zaawansowania procesu starzenia się ludności,* Studia Demograficzne, 1 (159), 3–22.
2. Abramowska-Kmon A., Błędowski P., Szatur-Jaworska B., Szukalski P. (2026), Starzenie się ludności i aktywność zawodowa osób w wieku okołoemerytalnym w Polsce, w: Sytuacja demograficzna Polski. Raport 2025, Rządowa Rada Ludnościowa (w druku).
3. Balducci C., Mnich E., McKee K.J., Lamura G., Beckmann A., Krevers B., Wojszel ZB, Nolan M., Prouskas C., Bień B., Öberg B., *Negative Impact and Positive Value in Caregiving: Validation of the COPE Index in a Six-Country Sample of Carers*, The Gerontologist, Volume 48, Issue 3, June 2008, Pages 276–286, https://doi.org/10.1093/geront/48.3.276
4. Chłoń-Domińczak A. (2026), *Polska w obliczu depopulacji. Czy malejąca populacja zaprowadzi do stagnacji gospodarczej i erozji układu społecznego?* Myśl w Centrum, 1(8), marzec 2026, 24-31
5. Folbre N. (2023), *Why we should all care more about the care economy?* Yale, Economic Growth Center, https://egc.yale.edu/news/231005/nancy-folbre-why-we-should-all-care-more-about-care-economy
6. Garret P. (2010), Attitudes to language, Key topics on sociolinguistics, Cambridge University Press, NY

7. Himmelweit S. (1995), *The discovery of "unpaid work": the social consequences of the expansion of "work"*, Feminist Economics, vol 1, issue 2
8. Hirway I., (2015), *Unpaid work and the economy: linkages and their implications*, Indian Journal of Labour Economics, vol. 58, 1-21
9. Kotowska I. E. (2021), Zmiany demograficzne w Polsce – jakie wyzwania rozwojowe przyniosą? Forum Idei, Fundacja im. Stefana Batorego, Warszawa.
10. Kotowska I.E., W. Wróblewska, A. Abramowska-Kmon, P. Strzelecki (2020), Zmiany demograficzne – pomiar procesów i ocena skutków społeczno-ekonomicznych, [w:] T. Panek (red.), Statystyka społeczna. Procesy społeczne, źródła danych i metody analizy, PWE, 84–139.
11. Lee R., Mason A., (2011) (eds.) Population Ageing and the Generational Economy, A global Perspective, Edward Elgar Publishing.
12. Moholt J.-M., Friborg O., Skaalvik MW., Henriksen N. (2018) Psychometric validation of the Carers of Older People in Europe Index among family caregivers of older persons with dementia. Sage Open Medicine. 2018;6. doi:10.1177/2050312118792812
13. Powszechna Deklaracja Praw Człowieka (1948), https://libr.sejm.gov.pl/tek01/txt/onz/1948.html
14. Regier T., Xu Y., (2017), The Sapir-Whorf hypothesis and inference under uncertainty: The Sapir-Whorf hypothesis and inference, WIREs cognitive science, vol 8, issue 6
15. Rosset E. [1959], Proces starzenia się ludności. Studium demograficzne, Polskie Wydawnictwa Gospodarcze, Warszawa.
16. Rzecznik Praw Obywatelskich, Prawa osób starszych. Pismo RPO do MRPiPSz dnia 25 marca 2024 r.
17. https://bip.brpo.gov.pl/pl/content/rpo-osoby-starsze-prawa-mrpips-kolejne
18. Sanderson W., Scherbov S. (2010), *Remeasuring Aging, Adjusting aging forecasts to incorporate increases in longevity and health can provide better tools for policy-makers*, Science, vol. 329, no 5997
19. Sapir E. (1929), *The status of Linguistics as a science*, Language, 1929 vol. 5 no 4, 207-214
20. Spijker J., MacInness J. (2013), Population ageing: the timebomb that isn't? BMJ 2013;347:f6598 doi: 10.1136/bmj.f6598 (Published 12 November 2013)
21. Szarfenberg R., Petelczyc J. (2026), Między paniką demograficzną a projektowaniem systemów emerytalnych, oko.press https://oko.press/demografia-bez-demokalipsy-nie-panikujcie-system-emerytalny-sie-nie-zawali
22. Szatur-Jaworska B., Rysz-Kowalczyk B., Petelczyc J. (2021), Perspektywa cyklu i biegu życia w polityce społecznej, Dom Wydawniczy Elipsa
23. UNFPA (2012), Ageing in the Twenty-First Century: A Celebration and A Challenge, New York, and HelpAge International, London

24. UN (2023), No-one Leaving Behind in An Ageing World, World Social Report 2023.
25. UN (2024), Word Population Prospects 2024: Summary of Results, World Population Prospects 2024: Summary of Results | DESA Publications (un.org)
26. Vignoli D., De Santis G. (2025), Introduction. Beyond the "demographic winter", w: Vignoli D., De Santis G. (red.), Age-It and the promise of Positive Demography. Rethinking ageing with sustainable policies, Neodemos Associations 2025, 9-12
27. WHO (2021), Global Report on Ageism, Geneva