

PODATKI O NALOGI

Ime in priimek: Andreja Štajdohar

Naslov naloge: Stališča in izkušnje uporabnikov Dnevnega centra aktivnosti Ljubljana

Kraj: Ljubljana

Leto: 2010

Število strani:

Število tabel: 24

Število diagramov: 24

Število prilog: 2

Mentor: Izr. prof. dr Jože Ramovš

Ključne besede: medgeneracijsko sožitje, stališča, izkušnje, starejši ljudje, generacije

Povzetek: V diplomski nalogi želim predstaviti starost in staranje. Želim predstaviti potrebe v starosti, ki so zelo specifične. Diplomsko nalogo s takšnim naslovom sem si izbrala, da predstavim populacijo v Dnevnom centru aktivnosti Ljubljana (v nadaljevanju DCA Ljubljana) oziroma njihova stališča in izkušnje o medgeneracijskem sožitju, da DCA kot organizaciji predstavim zadovoljnost uporabnikov z njihovimi uslugami in ponudbami, da o raziskavi poročam tudi samim uporabnikom in seveda, da dokončam študij.

Od anketirancev sem želela seznati, kaj menijo o sodelovanju generacij na družbenem in individualnem področju. Zanima me kako na medgeneracijsko sožitje gledajo ženske in kako moški. Kako tisti, ki živijo sami in kako tisti, ki ne živijo sami iz različnih razlogov.

Iz rezultatov je razvidno, da so starejši dokaj dobro povezani z ostalima generacijama.

Key words: intergenerational relations, point of view, old people, generations

Abscrat:

The main aim of my diploma paper is to present points of view of old people. I want to present the needs in old age, that are very specific. I chose this title for my diploma to present a population in Dnevni center aktivnosti Ljubljana (DCA Ljubljana). Their needs and experience about the intergenerational relations. I wanted to present to the DCA as to an organization, the users satisfaction in terms of their services and offers.

From the asked I wanted to know, what do they think about the intergenerational co-operation on the rate of society and the individual rate. I'm interestet in how do women see the intergenerational relations, and how do man.

We can tell from the results that older people are connected with other generations quite good.

**UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO**

DIPLOMSKA NALOGA

**STALIŠČA IN IZKUŠNJE UPORABNIKOV
DNEVNEGA CENTRA AKTIVNOSTI V LJUBLJANI**

Mentor: Izr. prof. dr. Jože Ramovš

Andreja Štajdohar

POSVETILO

Na tem mestu bi se rada zahvalila mentorju Jožetu Ramovšu za neizmerno razumevanje in pomoč. Zahvaljujem se tudi uporabnikom DCA Ljubljana, vodji Tini Vrhunc, ker mi je cel čas izvajanja raziskave pomagala z zbiranjem vprašalnikov in direktorici Jeri Grobelnik, ki me je sprejela pod svoje okrilje za izvedbo diplomske naloge. Za moralno podporo se iz srca zahvaljujem prijateljem Mateji, ki me je vsakodnevno bodrila, prijateljici Anji in Sandiju. Staršema se zahvaljujem za potrpežljivost in za to, ker sta mi stala ob strani neglede na razmere.

Diplomsko nalogo bi rada posvetila moji pokojni babici Dragici, ki je bila intelektualna ženska in je tudi v svoji jeseni življenja ostala razumna, nezahtevna in predvsem dragocena oseba. V poklon naj bo naloga sorodnici Mariji (Kumici), ki mi je vedno vlivala dobro voljo v življenje.

Zahvala pa naj gre tudi vsem ostalim, ki so mi stali ob strani mi pomagali v času izvedbe diplomske naloge. Vem, da vedo, da sem jim hvaležna in mislim, da jim imena na papirju ne bi pomenila več kot moja osebna zahvala v določenih trenutkih.

*Mladost gradi mostove,
a utrdi jih le pogum,
ki vztraja mnoga leta.*

*Vem, lačen moje si mladosti,
a jaz bi davno se izgubil
brez tvojih spoznanj.*

*Podaj mi torej roko,
ko se snideva na mostu:
skupaj zmoreva še več.*

KAZALO

PODATKI O NALOGI	1
POSVETILO	4
MOTO	Napaka! Zaznamek ni definiran.
KAZALO	6
KAZALO TABEL	7
KAZALO DIAGRAMOV	9
PREDGOVOR	11
1. TEORETSKI UVOD	13
1.1. Starost in staranje	13
1.2. Potrebe v starosti	18
1.2.1. Potreba po materialni preskrbljenosti	18
1.2.2. Potreba po ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine	19
1.2.3. Potreba po medčloveškem odnosu	20
1.2.3. Potreba po predajanju življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji	20
1.2.4. Potreba po doživljanju smisla starosti	22
1.2.5. Potreba po negi v starostni onemoglosti	23
1.2.6. Potreba po nesmrtnosti	25
1.3. Oblike pomoči starim ljudem	26
1.3.1. Neformalne podporne mreže	27
1.3.2. Formalne podporne mreže	29
1.4. Tabuizacija starosti, predsodki in ageizem	30
1.5. Staranje prebivalstva	37
1.6. Medgeneracijska solidarnost in sožitje	42
1.7. Izobraževanje starih ljudi	45
1.8. Uporaba informacijsko komunikacijske tehnologije	48
2. PROBLEM	51
3. METODOLOGIJA	52
3.1. Vrsta raziskave in hipoteza	52
3.2. Merski instrumenti in viri podatkov	53
3.3. Populacija in vzorec	53
3.4. Obdelava in analiza podatkov	53
4. REZULTATI IN RAZPRAVA	56
4.1. Preverjanje hipotez	80
5. SKLEPI	83
5.1. Predlogi	85
PREDLOGE	86
Predloga 1	Napaka! Zaznamek ni definiran.
Predloga 2	92

KAZALO TABEL

Tabela	Št.strani
<i>Tabela 1: Struktura populacije glede na spol.</i>	
<i>Tabela 2: Struktura prebivalstva glede na starost.</i>	
<i>Tabela 3: Struktura populacije glede na stan.</i>	
<i>Tabela 4: Struktura populacije glede na način življenja.</i>	
<i>Tabela 5: Obisk DCA Ljubljana.</i>	
<i>Tabela 6: Kako ste zadovoljni s ponudbo delavnic in uslug DCA Ljubljana?</i>	
<i>Tabela 7: Mislite, da podaljšana delovna doba potrebna za medgeneracijsko sožitje v Sloveniji?</i>	
<i>Tabela 8: Da starejši pomagajo mlajšim.</i>	
<i>Tabela 9: Da mlajši pomagajo starejšim.</i>	
<i>Tabela 10: Da se starejši ljudje izobražujejo.</i>	
<i>Tabela 11: Da se upokojenci naučijo uporabljati računalnik.</i>	
<i>Tabela 12: Da se starejši potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor z mlajšim človekom</i>	
<i>Tabela 13: Da se mladi potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor s starejšim človekom.</i>	
<i>Tabela 14: Kako menite, da bodo današnji mladi ljudje, ko odrastejo razvijali našo družbo?</i>	
<i>Tabela 15: Koliko menite, da ste koristni za družbo?</i>	
<i>Tabela 16: Ali menite, da so odrasli otroci dolžni skrbeti za onemogle starše?</i>	

Tabela	
<i>Tabela 17: Koliko svojim otrokom oz. srednji generaciji pomagate pri varstvu in oskrbi predšolskih in šolskih otrok?</i>	
<i>Tabela 18: Kako pogosto imate stike z ostalimi generacijami v svojem socialnem okolju?</i>	
<i>Tabela 19: Ob katerih praznikih se družite s svojci različnih generacij (otroci, starši, stari starši, tete in strici ipd.)?</i>	
<i>Tabela 20: Kje se družite z drugimi generacijami?</i>	
<i>Tabela 21: Podatki o druženju (fo).</i>	
<i>Tabela 22: Tabela χ^2 (H2).</i>	
<i>Tabela 23: Podatki o pomembnosti pomoči (starejši mlajšim) (fo).</i>	
<i>Tabela 24: Tabela χ^2 (H3).</i>	

KAZALO DIAGRAMOV

Diagram	Št.strani
<i>Diagram št.1: Starostna sestava prebivalcev Slovenije, 31.december 2007</i>	
<i>Diagram št.2: Projekcije deležev prebivalcev v starosti 15-64 let, Slovenija in EU, 2008-2060</i>	
<i>Diagram št.3: Projekcije deležev prebivalcev v starosti 65+, Slovenija in EU, 2008-2060</i>	
<i>Diagram št.4: Deleži števila prebivalcev in projekcije deležev števila prebivalcev po starosti, Slovenija, 2008 in 2060</i>	
<i>Diagram 5: Struktura populacije glede na spol.</i>	
<i>Diagram 6: Struktura prebivalstva glede na starost</i>	
<i>Diagram 7 : Struktura populacije glede na stan</i>	
<i>Diagram 8: Struktura populacije glede na način življenja.</i>	
<i>Diagram 9: Obisk DCA Ljubljana.</i>	
<i>Diagram 10: Zadovoljstvo ponudb delavnic in uslug DCA Ljubljana.</i>	
<i>Diagram 11: Mnenje o vplivu podaljšanja delovne dobe na medgeneracijsko sožitje v Sloveniji.</i>	
<i>Diagram 12: Pomoč starejših mlajšim.</i>	
<i>Diagram 13: Pomoč mlajših starejšim.</i>	
<i>Diagram 14: Izobraževanje starejših.</i>	
<i>Diagram 15: Uporaba računalnika pri upokojencih.</i>	
<i>Diagram 16: Tedenski pogovor starejših z mlajšimi.</i>	

Diagram	
<i>Diagram 17: Tedenski pogovor mlajših z starejšimi.</i>	
<i>Diagram 18: Mnenje o razvoju naše družbe s strani današnje mladine.</i>	
<i>Diagram 19: Mnenje o koristnosti za družbo.</i>	
<i>Diagram 20: Mnenje o skrbi odraslih otrok onemoglih staršev.</i>	
<i>Diagram 21: Koliko svojim otrokom oz. srednji generaciji pomagata pri varstvu in oskrbi predšolskih in šolskih otrok?</i>	
<i>Diagram 22: Kako pogosto imate stike z ostalimi generacijami v svojem socialnem okolju?</i>	
<i>Diagram 23: Ob katerih praznikih se družite s svojci različnih generacij (otroci, starši, stari starši, tete in strici ipd.)?</i>	
<i>Diagram 24: Kje se družite z drugimi generacijami?</i>	

PREDGOVOR

Ko sem se odločala za naslov diplomske naloge, sem premlevala različna področja socialnega dela. Zanimalo me je veliko stvari, toda odločila sem se za področje dela s starimi, ki mi je najbolj blizu, saj sem v zadnjih dveh letih precej časa namenila prostovoljstvu, v sklopu katerega sem se družila s starimi ljudmi. V naslov sem zavzela medgeneracijsko sožitje, saj se mi zdi, da je to edini možen, realen in pozitiven način skupnega življenjavseh treh generacij v času, ko prehajamo v dolgoživo družbo.

V zadnjih letih število starih ljudi naglo narašča, kar se odraža na vseh področjih družbenega in osebnega življenja posameznika in skupnosti. Rojstev je manj, a življenjska doba se podaljšuje iz dneva v dan.

Sleherni med nami občuti, predvsem negativne posledice tega fenomena dolgožive družbe, to pa zato, ker je aspekt gledanja na ta fenomen nepravilen oziroma napačen. Če bi na staranje prebivalstva posvetili z drugo lučjo, kot nekateri že so, bi videli pozitivne plati.

Starost in s starostjo povezane spremembe znajo biti res malce nadležne, če pomislimo na upad fizičnih in psihičnih sposobnosti posameznika, saj kot mlajši nismo na le-te navajeni.

Če pomislimo na onemoglost in koliko skrbi je potrebno nameniti vsakemu posamezniku, že. Če pomislimo, na stereotip osamljenosti v starosti, tudi. Vemo pa, da stereotipi večinoma ne držijo. Od nas je odvisno, kakšno starost bomo imeli. Bo ta lepa, vedra, polna druženja in smeha ali pa bo stereotipna.

Pomembno je tudi, da povrnemo vrednoto medgeneracijskega sožitja in sodelovanja, kakor je bilo v preteklosti. Zavedati se moramo koristi vsake od treh generacij, ker vsaka je izjemno koristna za drugi dve. V starosti pa velikokrat pride do tega, da se človek čuti nekotisten in nepomembne za ostali dve generaciji, kar nikakor ni res. V jeseni življenja ima človek veliko življenjskih izkušenj, znanja in modrosti, ki jih lahko prenese na mlado in sredno generacijo.

Stari ljudje, zaradi svojih življenjskih izkušenj lahko naredijo zelo veliko za nas kot posameznike in za našo družbo. Prav in pametno je, da jim mlajši ponudimo možnost, da nam

predajajo vse modrosti življenja in nam pomagajo na vseh področjih življenja. Pomembno je torej, da stare ljudi vklopimo v svojo družbo, kot aktivne in pomembne člane. Vklopimo jih torej v varstvo in pomoč pri vzgoji in negi najmlajše generacije, v izobraževalni sistem, v intelektualne kroge in v ostala področja družbenega življenja. Tako bomo naredili življenje lepše njim in sebi. Pri tem ne bomo prav nič izgubili. Nasprotno. Pridobili bomo veliko. Če nič drugega, se bomo naučili, kako v tretjem življenjske obdobju živeti aktivno, mirno in polno. Naučili se bomo kakovostne starosti.

Pred tem vsem, pa moramo preseči stereotipe in tabuje o starosti in staranju v naši družbi, ki so povzročili slabši položaj starih. Nesmiselno je, da je dan danes sramota biti star. Kako je to možno? Vsakega od nas se stara in bo nekoč prišel v stara leta, če jih doživi. Vsak tak se bo soočil s težavami starosti. Lepo bi bilo, da se starosti veselimo, kot vsakega obdobja v človekovem življenju. Res pa je, da starosti sledi smrt, konec fizičnega zemeljskega življenja človeka. A, glejmo nanjo kot na del življenja in ne na nekaj česar se bojimo in pred njo trepetamo že nekaj desetletij prej.

Bodimo samozavestni in verjamimo v izpolnitev svojih življenjskih ciljev tudi v jeseni življenja. Le tako bomo lahko starost videli kot smiselno in lepo.

V diplomski nalogi želim predstaviti mnenja in izkušnje uporabnikov DCA Ljubljana. Večina uporabnikov je upokojenih. Upokojitev pa v realnosti v naši družbi predstavlja tisti zadnji resen prehod v tretje življenjsko obdobje.

1. TEORETSKI UVOD

1.1. Starost in staranje

Starost in staranje sta lahko zelo lepi. Odvisno je, kako posameznik dojema svoje staranje in kakšen odnos ima do starosti. Pomembno je, ali se je že v srednjih letih začel pripravljati na lepo, kakovostno starost ali je imel priložnost srečati, videti in doživeti stare ljudi, ki so prekipevali od zana in volje do življenja. Najverjetneje nima vsak te sreče, da pozna starega človeka, ki vidi smisel v svojem zadnjem življenjskem obdobju.

Nekateri bi ob misli na starost znali povedati same slabe stvari. Da je starost obdobje, ko si z eno nogo že v grobu, da je starost bedna in nesrečna, da si v starosti sam in bolan in podobno. Drugi bi starost lahko videli kot nekaj lepega in spokojnega. Čas v človekovem življenju, ko imaš čas za vse tisto, za kar nisi imel, ko si bil mlad. Tretji o starosti mogoče sploh ne razmišljajo in živijo svoj življenja iz danes na jutri. Veliko ljudi si zatiska oči pred starostjo in vsemi spremembami, ki jih le-ta prinaša predvsem zato, ker se bojijo teh sprememb, ki pa so večinoma stereotipi o starosti.

Vsak mora imeti mnenje o tem življenjskem obdobju. Mogoče je to izkušnja svojca, soseda, prijatelja ali pa mogoče mimoidočega, ki je pritegnil našo pozornost brez vidnega razloga.

Starost doleti vsakogar, ki jo dočaka, vendar pa jo ljudje različno doživljamo. Dejstvo je, da staranje vsakomur prej ali slej prinaša določene izgube na pomembnih življenjskih področjih. Od sposobnosti posameznika, da se prilagodi tem izgubam in njegovih reakcij nanje, je v veliki meri odvisna kvaliteta njegovega življenja (Milišević Arnold 2003: 4).

Po Hooymanu, Asumanu in Kiyaku (1993) je staranje proces, ki se začne ob rojstvu. Čeprav se v mlajših starostnih obdobjih ne zavedamo sprememb, ki prihajajo z leti, se vsi staramo že od tistega trenutka, ko smo se rodili. Do tridesetega leta te spremembe označujemo kot razvoj in zorenje, po tej starosti pa prihaja do dodatnih sprememb, ki pomenijo počasno in normalno slabšanje vseh organskih sistemov. Ta pojav imenujemo senesenca.

Senesenca vpliva na to, da se poveča občutljivost za različna obolenja. To je zadnja stopnja v razvoju organizma (Milošević Arnold 2003: 2).

Po Stokesu (1992: 1) dočakati starost ni več nepredvidljiv privilegij za majhno število ljudi, ampak izkušnja večine ljudi.

Po Ramovšu (2003: 65-67) je človek nedeljiva celota, ki jo sestavlja šest razsežnosti (šestidimenzionalni model celotne podobe človeka v prečnem preseku):

- Biofizikalna ali telesna razsežnost je osnova vseh višjih razsežnosti ter skupni imenoalec človeka z drugo živo in neživo naravo. V telesno razsežnost sodi organizem z organi in organskimi sistemi, presnova in rast, razmnoževanje, zdravljenje in celjenje. Dinamični in energetski potencial biofizikalne razsežnosti so vse organske potrebe in fizikalno- kemijske zakonitosti, ki jim je podvržen človek enako kakor vsa druga živa in neživa narava.
- Psihična in duševna razsežnost je nematerialna komunikacijska izmenjava med človekom in okoljem na temelju razvitega živčnega sistema, ki je človeku skupen zlasti z višje razvitimi sesalci. V duševno razsežnost sodi zaznavanje okolja in sebe s čutili, intelektualna predelava informacij, čustvena barva dogajanja v zavesti, spomin, navade, obnašanje; vse to na zavedni in nezavedni ravni. Dinamični in energetski potencial psihične razsežnosti so vse človekove duševne potrebe.
- Noogena ali duhovna razsežnost je človekovo dojemanje samega sebe kot osebe in njegova zavestna orientacija v ekološki celoti prostorsko-časovne stvarnosti. Njegovi glavni lastnosti sta svoboda odločanja in odgovornost za svoje odločitve, kar predpostavlja zmožnost prepoznavanja več stvarnih možnosti ter vrednostno orientacijo med njimi. Dinamični ali energetski potencial noogene razsežnosti so človekove duhovne potrebe, zlasti potreba po svobodi.
- Medčloveško družbena razsežnost. Vanjo sodijo povezave med ljudmi na ravni temeljnih odnosov in parcialnih razmerij v temeljnih človeških skupinah ter razmerja v družbi. Dinamični ali energetski potencial medčloveško družbene razsežnosti je človeška potreba po soljudeh ter komunikaciji in sožitju z njimi z vso ambivalentnostjo privlačevanja in odbojnosti med ljudmi.

- Zgodovinsko kulturna razsežnost obsega človekov individualni ali ontogenetski razvoj od spočetja do smrti ali filogenetski razvoj človeštva od hominizacije naprej. Ker temelji razvoj na človekovi učljivosti in ustvarjalnosti, lahko zgodovinsko kulturno razsežnost opazujemo na dejanski človekovi učljivosti in ustvarjalnosti ali pa na doseženem napredku. V tej razsežnosti temelji tudi delitev človeškega življenja v tri glavna obdobja – mladost, srednja leta in starost – ter družbe na tri generacije – mlado, srednjo in staro. Človek sprejme v mladostnem obdobju iz nakopičenega kulturnega zaklada vsa glavna spoznanja in izkušnje zgodovine človeštva, pride zlasti v srednjih letih z delom in ustvarjanjem do novih spoznaj in izkušenj, ki jih že sproti, dozorele pa v starosti vse do smrti, predaja soljudem in tako vdela v kulturno zaklad ter zgodovinski spomin. Človek se seveda uči vse življenje, in to od nekdaj, v informacijski dobi pa je vseživljenjsko učenje pogoj za kakovostno življenje. Dinamika sprejemanja, ustvarjanja in predajanja spoznanj in izkušenj v zgodovini kultur je bila in ostala prevladujoča značilnost vsakega od treh obdobj človeškega življenja. Kakor tudi vse druge ima tudi zgodovinska razsežnost svoj dinamični ali energetski potencial; to je človekova potreba po razvoju in napredku, po učenju in ustvarjalnosti.
- Eksistencialna ali bivanjska razsežnost pa je človekovo spraševanje, kaj je smisel posameznega dejanja, trenutka ali situacije v okviru ekološke ali systemske celote resničnosti, njegovo iskanje smisla za daljše obdobje svojega življenja ter smisla življenja, zgodovine in celotne stvarnosti. Dinamični ali energetski potencial eksistencialne razsežnosti je človekova volja do smisla (Ramovš 2003: 65–67).

Sistemske celostni ali holistični pogled na človeka, ki ga razvijamo na temelju Trstenjakove integralne antropologije v antropohigieni (Ramovš 1999, 1996), upošteva:

1. vse človekove razsežnosti, ki se kažejo v prečnem preseku slehernega trenutka življenja;
2. vsa obdobja življenja, ki jih je prehodil človek v svojem vzdolžnem razvoju od spočetja do smrti;

3. iskanje ravnotežja pri nihanju med številnimi polarnostmi, zlasti temeljno, to je med količinskim in kakovostnim vidikom življenja, med 'imeti' materialne dobrine za preživljanje in 'biti' čedalje bolj človek;
4. vse človekove potrebe, ki so v vsaki njegovi razsežnosti energetsko gibalo za njegovo človekovanje in občestvovanje (Ramovš 2003: 65).

Z vidika integralne antropologije prehodi človek tri obdobja: mladost, srednja leta in starost.

Mladost je razvojno obdobje človeka od spočetja do samostojnosti. V tem obdobju telesno dozori za razmnoževanje, v osnovi pa se vključijo v delovanje tudi vse druge razsežnosti. Glavna naloga mladostnega obdobja je zdrava rast in temeljno učenje za življenje. Oboje se zraste v zmožnost za lastno samostojno družino in delo. Danes se mladostno obdobje čedalje bolj podaljšuje, njegova povprečna meja je v naših civilizacijskih razmerah že prešla petindvajseto leto starosti (Ramovš 2003: 68).

Srednja leta so obdobje, ko ljudje rodijo in vzgojijo svoje potomstvo naslednje generacije in delajo za preživetje sebe, mlade in stare generacije. Dandanes to obdobje v glavnem sovпада s službenimi leti do redne upokojitve (Ramovš 2003: 68).

Starost pa je obdobje, ko človek dozori do polne človeške uresničitve. Skrb za materialni razvoj prepušča naslednji generaciji, njemu pa se z upokojitvijo pojavi nova kakovost svobode in življenjskih možnosti za dejavno življenje, ki ni manj razgibano in polno kakor v srednjih letih, pač pa bolj sproščeno in izbrano v skladu z osebnimi potrebami, sposobnostmi in okoliščinami. Značilna življenjska naloga tretjega življenjskega obdobja je tudi, da človek svoja zrela življenjska spoznanja in izkušnje predaja neposredno soljudem ali posredno kulturi. Dejavno kljubuje starostnemu usihanju in boleznim; kolikor pa ni možno, oboje sprejema v svoj življenjski svet vključno s smrtjo, ki je zadnji mejnik življenja (Ramovš 2003: 68–69).

Vsak človek pa ne čuti let enako. Nekateri stari ljudje so že precej stari, a imajo občutek, da imajo manj let, kot jih pravzaprav imajo. Nekateri pa še niso tako zelo stari, a se vedejo in razmišljajo kot starejši, na žalost.

Nekateri se že na videz zdijo starejši kot njihovi vrstniki, nekateri pa mlajši.

V vsakem trenutku življenja, zlasti pa v tretjem življenjskem obdobju, moramo namreč razlikovati tri starosti:

- Kronološka starost, ki jo pokaže rojstni datum. Do nedavna so za kronološki začetek tretjega življenjskega obdobja navadno šteli 65 let življenja, po 2000 pa v velikem delu strokovne literature štejejo med staro prebivalstvo ljudi, ki so stari 60 let.
- Funkcionalna starost, ki se kaže v tem, koliko človek zmore samostojno opravljati temeljna življenjska opravila in koliko je zdrav, zato zdravniki to starost imenujejo biološka.
- Doživljajsko starost, ki se kaže v tem, kako človek sprejema in doživlja svojo trenutno starost in vse, kar je povezano z njo. Naziv doživljajska starost je širši in globlji kakor psihična, saj psihična starost zajema le človekovo duševno dožemanje svoje starosti, doživljajska pa celosten človeški odnos do nje (Ramovš 2003: 69).

Kot v vsakem obdobju človeškega življenja čuti človek tudi v tretjem življenjskem obdobju značilne potrebe za to obdobje.

Po Ramovšu (2003: 92) dosegajo v tretjem življenjskem obdobju največji razpon predvsem višje tri človeške razsežnosti – medčloveško družbena, zgodovinsko kulturna in eksistencialna; če ne v celoti pa vsaj nekateri pomembni vidiki v njih, zato meni, da so za starost posebno značilne potrebe v njih, in sicer:

1. potreba po temeljnem ali medčloveškem odnosu;
2. potreba po predavanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji ter
3. eksistencialna potreba, da človek doživlja svojo starost kot enako smiselno obdobje življenja, kakor sta bili mladost in srednja leta.

1.2. Potrebe v starosti

V vsakem življenjskem obdobju ima človek specifične potrebe, tako tudi v tretjem življenjskem obdobju. Po navadi se jih najbolj zavedamo takrat, ko so delno zadovoljene ali pa jih zadovoljiti sploh ne moremo.

Kakovost človeškega življenja se meri po tem, v kolikšni meri in kakšni medsebojni skladnosti so zadovoljene vse potrebe. Še tako dobro zadovoljevanje nekaterih potreb povzroča ob zanemarjanju drugih pomembnih potreb življenjske motnje, lahko pa izniči zadovoljstvo obstoječih zadovoljitev (Ramovš 2000: 321).

1.2.1. Potreba po materialni preskrbljenosti

V preteklosti je bila materialna varnost starega človeka odvisna od imetja, ki ga je posedovala, in od družinsko-sorodstvene socialne mreže, ki je zanj skrbela v onemoglosti. Številni otroci so bili med drugim tudi naložba za socialno varnost v starosti. V današnjih razvitih družbah je glavni vir materialne preskrbljenosti starostno in invalidsko pokojninsko zavarovanje na temelju zaposlitve. Seveda je tudi danes materialna preskrbljenost v starosti zelo odvisna od osebnega premoženja in prihrankov posameznega človeka. Tisti, ki nimajo ne pokojnine ne imetja, pa praviloma preskrbi sodobna socialna država za osnovno socialno varnost državno pokojnino, denarne dajatve, plačilo potrebnih uslug, nastanitev v domu za stare ljudi in podobno (Ramovš 2003: 94).

Ekonomska neodvisnost starih ljudi je ena izmed osnovnih zahtev socialne gerontologije. Od vseh načinov za urejanje ekonomske neodvisnosti starih prebivalcev (bodisi jih vzdržujejo otroci, bodisi prejemajo socialno podporo ali pokojnino) je zadnji način gotovo najboljši. Seveda je vprašanje pokojnin nasploh zelo kompleksno, pa naj gre za starostne, invalidske, osebne ali družinske pokojnine. V mnogih državah pomeni upokojitev občutno zmanjšanje dohodkov, ki ne dovoljujejo nikakršnih ugodnosti, saj pokojnine same včasih komaj zadoščajo za najosnovnejše življenjske potrebe (Accetto 1968: 37).

1.2.2.Potreba po ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine

V vseh obdobjih človekovega življenja je pomembno zmerno gibanje, zdrava prehrana, duševni razvoj in podobno.

Človek je ustvarjalno bitje. Napredek je torej tisti, ki ohranja človeka 'živega'.

Po Ramovšu (2003: 105) je potreba po tesni medčloveški povezanosti z nekim 'svojim' človekom najbolj pereča nematerialna socialna potreba v starosti.

Vsak od nas potrebuje sočloveka, da se z njim pogovori, da se ga dotakne, da z njim deli svojo žalost, veselje, srečo in zgodbe, ki se pletejo v vsakdanjiku. Težko je živeti sam oziroma je to nemogoče in ravno stari ljudje so veliko bolj osamljeni kot mlada in srednja generacija.

Razmerje je tisto, kar se da meriti; nekaj količinskega. Medčloveška razmerja so neosebne materialne, duševne in socialne danosti, pa naj se jih zavedamo ali ne. V medčloveških razmerjih drug drugega uporabljamo za preživetje.

Odnos pa je osebno človeško stališče, ki izhaja iz njegove osebne svobode in odločitve. Je nekaj notranjega, duhovnega, izvirno človeškega in osebno enkratnega. Je torej kakovost v povezanosti med ljudmi, ki se jasno razlikuje od razmerja. Kreposti dobrih medčloveških odnosov sta ljubezen in dobrota z vsem, kar iz njiju sledi, na primer spoznavanje in spreminjanje drugega, obojestransko bogatenje in podobno (Ramovš 2003: 106).

Za kakovostno starost je treba vse življenje uravnovešeno skrbeti za svoje telesno in duševno zdravje. Treba je znati prisluhniti potrebam, ki zahtevajo dovolj gibanja, zdravo prehrano in zmernost. Pomembno je, da človek najde ravnovesje med delom, razvedrilom in počitkom. Prav tako mu prava telesna teža, lepa postava, dobro spanje, smisel za humor in učinkovitost pri delu dajejo zagon in energijo za ustvarjalnost, razgibanost in delavnost, ki skupaj tvorijo kakovostno starost. Možnosti za aktivnosti v tretjem življenjskem obdobju so neštete, človek sam pa mora zavestno izbrati najprimernejše zase (Ramovš 2003: 96–97).

Mnogi ljudje se v srednjih letih odvadijo rednega in zadostnega gibanja, ki ga je po upokojitvi še mnogo manj. Čedalje več je hitrega prehranjevanja z nezdravimi živili. Pomanjkanje gibanja v povezavi z neprimernim prehranjevanjem v starosti hitro vodi do občutka oslabelosti in naprej v bolezen (Ramovš 2003: 95–96).

1.2.3. Potreba po medčloveškem odnosu

Potreba o medčloveškem odnosu zahteva od človeka, da ima reden osebni stik z nekom, ki ga ima za svojega. Včasih so imeli ljudje nekoga takega iz kroga krvnega sorodstva ali koga izmed krajevnih sosedov, danes pa so to večinoma nekoga takega najdejo med tistimi, s katerimi so povezani po lastni pobudi in prijateljskem načelu.

Star človek ima lahko ob sebi veliko ljudi, s katerimi komunicira in je z njimi v stiku, toda če nikogar ne doživlja kot svojega, je osamljen.

Po Ramovšu (2003: 99-105) je kakovostni vrh medčloveških odnosov temeljni medčloveški odnos, v katerem so ljudje drug drugemu na voljo z vsem, kar so in kar premorejo, seveda smiselno, ne na slepo ali v podrejeni odvisnosti, prav tako ne vsiljivo ali pollaščevalno in grabežljivo.

Osamljenost v starosti je lakota po bližini nekoga od svojih. Potreba po osebnem medčloveškem odnosu je pri današnjih starih ljudeh med najmanj zadovoljenimi, zato je osamljenost ena od njihovih najbolj razširjenih in najhujših stisk.

S tem, ko star človek izgublja stike z ostalimi generacijami, izgublja tudi svojo vlogo v družbi. To ga porine v izolacijo.

Izguba vloge izključuje stare ljudi iz aktivnega sodelovanja v družbi in jih tako na nek način razvrednoti. Ko preneha njihova ekonomska koristnost, družba stare ljudi sicer še tolerira, vendar jih porine na rob in jih posebej označi, postanejo marginalizirani in stigmatizirani, češ da so mlajšim generacijam le v breme. To pa vodi do njihove socialne izključenosti in socialne izolacije (Milošević Arnold 2003: 5).

1.2.3. Potreba po predajanju življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji

Velikokrat je slišati, da stari ljudje govorijo zgodbe o svojem življenju, ko so bili mlajši. Babice vnukom pripovedujejo o svojem otroštvu, kakšne igrice so se igrali, kaj so počeli in se učili v šoli in podobno.

Za starega človeka je nadvse pomembno, da lahko preda svoje življenjske izkušnje in spoznanja v tretjem življenjskem obdobju. Le tako, da mlajši njegove izkušnje in spoznanja jemljejo resno, se mu zdi njegovo življenje smiselno in vredno.

Človekove življenjske izkušnje so njegovo najbolj osebno in največje bogastvo, so temelj, ki daje vrednost vsemu drugemu premoženju. Če si je na primer kdo v življenju pridobil materialno premoženje, pa se drugi zanimajo le za to, se star človek čuti v temelju razvrednotenega, zato bogati ljudje ne neredko zapustijo svoje imetje nekomu ali nečemu (fundaciji), ki ceni, upošteva in ohranja njihovo osebno življenjsko izkušnjo (Ramovš 2000: 323).

Človekove izkušnje se v resnici kopičijo kot materializirane v zapisani in upodobljeni obliki, v obliki narejenih predmetov in sprememb v naravi in družbi, toda od enega človeka na drugega in iz roda v rod se prenaša samo v osebni odnosu, natančneje rečeno: v temeljnem človeškem odnosu, bodisi v neposrednem osebni ali pa posredno (po transferu), ko človek zaupa nekomu spoznanje ali izkušnje in se zanima zanj, ker je to zanimanje in zaupanje pridobil od nekoga, s katerim je v osebni odnosu (Ramovš 2003: 107).

Človek, ki v starosti ne more zadovoljiti potreb po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj prvi in drugi generaciji, doživlja svoje življenje kot nesmiselno, s tem pa je povezana tudi bivanjska praznosta in brezcilnost v doživljanju same starosti, kar je pogosto tegoba današnjih starih ljudi (Ramovš 2000: 324).

Večina psihologov prišteva k modrosti tudi naslednje lastnosti:

- Zelo široko poznavanje človeškega življenja, kar pomeni konkretno, podatkov in praktično znanje.
- Pragmatično povezovanje življenja, kar pomeni konkretno, podatkovno in praktično znanje.
- Vsebinski pristop k življenjskim problemom, ki vključuje vsestranske ekološke, socialne in individualne probleme.
- Sprejemanje in toleriranje negotovosti pri reševanju življenjskih problemov glede na prihodnost.
- Prepoznavanje in sprejemanje medsebojnih razlik v vrednotah, ciljih in nalogah;

- Relativistično mišljenje, za katerega veljajo pojavi predvsem tukaj in zdaj. Včerajšnji niso več veljavni, jutrišnji pa so lahko drugačni. Starejši ljudje se zlepa ne navdušijo nad novostmi, ker vedo, da so minljive. Zanašajo se predvsem na svoje izkušnje in tolerirajo nasprotja.
- Dialektično mišljenje, ki pomeni, da vsaka ideja in spoznanje vsebujeta tudi nasprotno resnico. Mislec raziskuje obe plati in prihaja do sinteze obeh resnic.
- Toleriranje negotovosti. Vednost, da prihodnosti ni mogoče v naprej predvideti, da so izidi lahko tudi drugačni, kot pričakujemo (Pečjak 2007: 127).

1.2.4. Potreba po doživljanju smisla starosti

V starosti človek pomisli na svoje preteklo življenje in se zaveda svojih dosežkov in tistega, kar je želel doseči oziroma uresničiti, pa mu ni uspelo. V starosti je vprašanje o smiselnosti življenja zelo živo. Človek se sprašuje, kakšen pomen je imelo vso njegovo prizadevanje v življenju. Ko telesne in duševne moči slabijo, ko pride bolezen, osamljenost, ko se zaveda svojih napak v življenju in krivd, ki so mu bile storjene in drugih tegob starih ljudi, se vse bolj sprašuje o smislu svojega življenja in vsega v življenju.

Po Franklu (1994: 50-72) lahko človek v življenju najde smisel po treh glavnih načinih:

1. Ustvarjalni način je tisti, ko v vsakdanjem življenju z lastno energijo in s svobodno odločitvijo opravi določeno smiselno delo.
2. Doživljajski način je tisti, ko se v svoji zavesti človek bogati z doživljanjem dobrote, resnice in lepote, narave in kulture, in ne nazadnje, ko sočloveka doživlja v ljubezenskem odnosu.
3. Iskanje smiselnega stališča do svojih hudih izkušenj, predvsem smiselnega stališča do bolečine, krivde in smrti, ki jih avtor imenuje tragična trojka. Ni ga namreč človeškega bitja, ki bi lahko reklo, da mu ni spodletelo, da ne trpi in da ne bo umrlo. Zaželeno je, da se, kolikor je le mogoče, izogibamo trpljenju, prav tako bolečini. Kakor hitro pa boleče usode ni mogoče spremeniti, jo je ne samo treba sprejeti, ampak se da tudi spremeniti v nekaj smiselnega, v dosežek. Avtor ga imenuje kot najplemenitejše vrednotenje smisla, ki je pridržano za tiste ljudi, ki se, prikrajšani za priložnost, da bi

našli smisel v dejanju, delu ali ljubezni, že s svojim odnosom do tega težavnega položaja vzdignejo nadenj in prerastejo sami sebe. Pomembno je stališče, ki jim omogoča, da se njihov težavni položaj spremeni v dosežek, zmagoslavje in junaštvo

Viktor Frankl je odkril in razčlenil, da je človekova volja do smisla temeljna človeška energija, ki omogoča uporabo vseh drugih številnih človeških sil. Če je volja do smisla zablokirana, postanejo zaradi tega neučinkoviti tudi vsi drugi viri človeške energije.

Star človek, ki ne doživlja smisla svoje starosti, ostane brez energije za opravljanje številnih nalog, ki bi jih sicer zmogel, in za klubovanje starostniškim težavam.

Če star človek ne doživlja smisla svoje preteklosti, smisla svojega sedanjega trenutka z vsemi starostniškimi tegobami vred in smisla prihodnosti z bližajočo se smrtjo vred, se mu vse njegovo življenje zdi prazno in brezciljno (Ramovš 2000: 324).

Da bi star človek našel smisel starosti, jo mora sprejeti z vsemi specifičnimi možnostmi in omejitvami. Prepričan mora biti, da je obdobje starosti ravno tako smiselno, kot obdobje mladosti in srednjih let.

Volja do smisla je torej osnovna človeška potreba in energija. Če ni zadovoljena, doživlja človek svoje življenje kot prazno; mladi zasvojenci rečejo, da je vse 'brez veze', stari ljudje pa, da 'se tako in tako ni nič splačalo'. Ta motnja je čedalje bolj pogosta tegoba današnjih starih ljudi in lahko povsem onemogoči kakovostno starost (Ramovš 2003: 113).

Doživljanje smisla življenja ni samoumeven nameček, ampak najvišji človeški dosežek pri dejavni skrbi za kvalitetno človekovanje in občestovanje na vsej življenjski poti (Ramovš 2003: 113).

1.2.5. Potreba po negi v starostni onemoglosti

Če ne sprejmemo, da človeška onemoglost sodi k človeškemu življenju, je lastna ali tuja onemoglost življenjska cokla, ki usodno zagreni življenje (Ramovš 2003: 113).

Prevladujoči vrednoti današnjega časa sta avtonomija in neodvisnost, prevladujoče osebno stališče je človekova samozadostnost. Zato si star človek zelo težko prizna, da je nemočan, nebogljen, onemogel, oslabel, opešan ... To stališče ga spremlja tudi, če je bolan ali poškodovan. Zato pada v skrajnost: dela se junaka in odklanja potrebno pomoč ali pa se sesuje v depresivno samopomilovanje in pretirano nemoč. Zato težko sprejema pomoč na stvaren in osebni način, raje jo na brezoseben službeni način. Če mora sprejemati pomoč in nego, pri tem težko ohranja svojo samozavest (Ramovš 2003: 114).

Pojavne oblike starostne onemoglosti po Ramovšu:

1. S staranjem človek telesno peša; pešajo mu čutila, zlasti vid in sluh, peša mu telesna moč in spretnosti, kosti postajajo krhkejše, pridruži se rada ta ali ona kronična bolezen, ob akutnih obolenjih težje okreva in kaj lahko obleži, da potrebuje nego. Povsem nemočan človek obmiruje, ko izdihne – povsem prepuščen drugim, da ga človeka dostojno pokopljejo, mu prižgejo svečko, zanj pomolijo in se ga spominjajo.
2. V duševni razsežnosti je starost navadno najbolj opazno pešanje tekočega spomina za sprotne informacije, pogosto upadata radovednost in zanimanje, ki sta osnovi učenja, pri hujšem duševnem pešanju (demenca) lahko pride do nezmožnosti za orientacijo v prostoru in času, do zmedenosti, opuščanja osnovnih dobrih navad in do tega, da se prosto izražajo morebitne značajske slabosti, ki jih je človek prej povsem dobro obvladal.
3. Zaradi pešanja živčnega sistema in duševnega delovanja se v starosti lahko zelo zoži življenjska orientacija in s tem povezana svoboda doživljanja, odločanja in vedenja ter odgovornost zase in za druge.
4. V medčloveško družbeni razsežnosti se starostna onemoglost lahko izraža tako, da se star človek zapira pred ljudmi in beži v osamo ali otročje sili k drugim; da je sumničav do drugih ali pa lahkomišno zaupljiv; da je skop ali razsipen, gospodovalno oblasten ali servilno nesamozavesten, vsiljivo siten ali odsotno brezbrizen. Starostne tegobe v medčloveškem sožitju niso lažje kakor telesne nebogljenosti; lažje je biti z družabnim bolnikom kakor s sitnim zdravim človekom.
5. Starostna onemoglost v zgodovinsko kulturni razsežnosti je povezana z motnjami v vseh štirih pravkar omenjenih razsežnostih, kaže pa se v izgubi zanimanja za okolje, delo in prizadevanje ali pa kot omalovaževanje vrednosti lastne življenjske izkušnje in njenega pomena za druge.

6. V bivanjski razsežnosti pokaže starostna onemoglost svojo tragično podobo v brezciljnosti, ko človek ne doživlja smisla preživete preteklosti, sedanjega trenutka in prihodnosti. Izguba smisla ima lahko hudo obliko bivanjske depresije, tako da se starostnikom, še bolj kakor mladim ali ljudem srednjih let, 'udere pod nogami' in padejo v samomorilnost ali njihov poskus (Ramovš 2003: 118).

1.2.6. Potreba po nesmrtnosti

Človek je edino bitje, ki se zaveda samega sebe, svojega življenja in s tem tudi svoje smrti.

V človeku je prvinska potreba po nesmrtnosti, ki je s staranjem čedalje bolj živa. V zgodovini človeštva so ljudje zadovoljevali potrebo po nesmrtnosti z verovanjem v takšno ali drugačno obliko posmrtnega življenja v različnih religijah. Sodobna zahodna civilizacija je sekularizirana ali posvetna – tradicionalne oblike verovanja mnogim ljudem ne zadovoljujejo njihovih bivanjskih duhovnih potreb niti nimajo namesto verovanja kake druge oblike, ki bi jih pristno zadovoljevala. Te potrebe imajo pogosto potlačene in prekrite s potrošniškim zaupanjem v zadostnost materialnega, psihičnega in socialnega standarda ali z ideološkimi miselnimi konstrukti za posamezne vidike stvarnosti, življenja in sožitja, torej za to ali ono človeško razsežnost, ne pa za celovito povezanost vseh razsežnosti v vsakdanji resničnosti.

Toda naj človek potrebo po nesmrtnosti še tako tlači v sebi, v tej ali oni obliki se kaže. Njena najbolj splošna današnja oblika je zaverovanost ljudi v trajno mladost, ustvarjalnost in neomejene zmožnosti v povezavi s tabujem staranja in njegovih znakov telesnega in duševnega propadanja. (Ramovš 2003: 120–121).

Ramovš (2003: 121-123) v knjigi *Kakovostna starost* opiše tri zdrave načine, kako ljudje zadovoljujejo potrebo po nesmrtnosti:

- Skrb, da bi se človeka po smrti spominjali. Izražajo jo spomeniki na pokopališčih in urejenost grobov; pri tem ljudje večkrat rečejo: »Upam, da bo tudi na mojem grobu kdo oplel in prižgal svečko!« V stiku s starimi ljudmi v zadnjem obdobju življenja pa človeka prav presune, kako si celo najbolj zapuščeni srčno želijo, da bi jim kdo po smrti prižgal svečko in se jih spomnil.

- Priznavanje, da bi ostala za človekom njegova dela: večja izjemna in majhna vsakdanja, v obliki kulturne stvaritve ali hiše za potomca, v poklicnem delu in drobnih spominkih, podarjenih znancem, zlasti pa v delu za otroke, da bi odrasli, se izšolali, prišli do kruha in poštenega samostojnega življenja.
- Vera v življenje po smrti. Ima številne oblike, splošna pa je vera v duhove prednikov in njihovo skrivnostno povezanost z živimi. Dojemanje človekove nesmrtnosti sledi v veri v edinega osebnega Boga, ki je najgloblje gibalno dinamiko sveta in človeka; človek ga ne more dojeti, ker njegov domet neskončno manjši. Bog je garant za človekovo osebno življenje po smrti v duhovnem svetu, ki nima konca, ker se ne dogaja v času, in vsebuje dokončno popolnost človeškega osebnega življenja in socialnih odnosov pri bogu.

1.3.Oblike pomoči starim ljudem

Človek je po svojem bistvu družbeno bitje. Medčloveške povezave so zanj nekaj temeljnega, kar nujno potrebuje za preživetje, podobno kakor sta na telesnem področju nujna hrana in zrak (Ramovš 2003: 189).

V socialnih mrežah ljudje ustvarjajo varnost drug drugemu. Pomembno je, da se spoznanja, izkušnje in druge informacije pretakajo v obe smeri.

Razumeti moramo, da so ljudje v tretjem življenjskem obdobju zelo različni in imajo specifične potrebe.

Razlikovati moramo vsaj tri tipe skupin:

1. Velika večina povsem samostojno skrbi zase, preostaja pa jim tudi veliko moči, volje, znanja in vseh drugih sil za opravljanje številnih nalog za druge. Redburn navaja, da je v razvitem svetu vsaj 75 % ljudi, ki so stari nad 60 let, zmožni skrbeti za svoje vsakdanje potrebe brez tuje pomoči (Redburn, 1998, str. 14).
2. Nekaj starih ljudi potrebuje delno pomoč drugih, da ohranjajo relativno samostojnost v skrbi za svoje vsakdanje potrebe.

3. Tretja skupina, ta je najmanjša, potrebuje bolj ali manj, popolno oskrbo in nego pri opravljanju vsakdanjih življenjskih potreb. Toda treba je poudariti, da so – če gledamo s celostnega vidika vseh človeških razsežnosti – tudi ti še marsičesa zmožni. Zato morajo programi, ki so namenjeni oskrbi, upoštevati, kaj zmorejo ti stari ljudje na tak ali drugačen način dati, ne le kaj potrebujejo.

Medčloveški odnosi in razmerja so socialna mreža, ki človeku:

- pomaga, da uspeva, zadovoljuje svoje potrebe, ustvarja in napreduje;
- postavlja v življenju pravila igre za družbeno sožitje;
- preseje njegovo vedenje in ravnanje v družbeno sprejemljive in nesprejemljive vloge;
- nudi varstvo pred pomanjkanjem in nevarnostmi, čeprav mu s svojimi omejitvami povzroča tudi nevšečnosti;
- v trenutku njegove težave pomaga, da ne propade (Ramovš 2003: 189).

Zelo pomembno je, da se družinski člani, ki skrbijo za starega človeka, naj je popolnoma, delno onemogel ali pa popolnoma samostojno skrbi zase, zavedajo in razumejo starega človeka, za lepše sožitje med družinskimi člani različnih generacij.

Formalne mreže pomoči zagotavljajo domovi za stare ljudi, centri za socialno delo, dnevni centri, varovana stanovanja in drugi.

Neformalne mreže pomoči zagotavlja družina, razne nevladne prostovoljne organizacije, prostovoljci, medgeneracijske skupine, društva upokojence in drugi.

1.3.1. Neformalne podporne mreže

Ko govorimo o socialnih mrežah ljudi mislimo na povezanost posameznika z drugimi ljudmi v njegovem osebnem življenju. Te vključujejo stike z njegovo lastno družino, sosedi in sosedstvom ter s prijatelji in znanci. Na medsebojni solidarnosti in medsebojnih odnosih temeljijo neformalne mreže. Formalne mreže zavzemajo vse formalne stike posameznika z njegovim okoljem.

Neformalna mreža je v večji meri recipročna kot formalna mreža.

'Staranje vpliva na socialne mreže, na izbiro ljudi, s katerimi se družimo, in na način, kako to počnemo. Socialne mreže vplivajo na stanje – kar pomeni, da ne moremo razumeti socialnih vidikov staranja, če ne poznamo obsega vezi, njihovih potencialov, kvalitet in učinkov' (Dragoš 2000: 293).

Trije kriteriji, ki opredeljujejo neformalno podporno mrežo po Wengerjevi:

- prostorska bližina sorodnikov,
- delež družine, prijateljev in sosedov v podporni mreži,
- stopnja interakcije v bivalnem okolju (Hojnik-Zupanc 1999: 134).

'Samostojnost v starosti se ne izpolnjuje zgolj s prejemanjem pomoči od upadanja življenjskih moči, ampak tudi z recipročnim procesom izkoriščanja preostalih življenjskih sposobnosti, kar zadovoljuje potrebo počutiti se potrebnega. To je pri osebi, ki zgublja fizične in družbene zmožnosti, še posebej pomembno' (Hojnik-Zupanc 1999: 133).

V raziskavi, kjer se je skupina znanstvenikov osredotočila na izvor neformalnih mrež, Dragoš (2000) navaja, da gre za vprašanje, kaj konkretno pomeni trditev, da mreže vplivajo na zdravstveno stanje ljudi. Rezultat je bil, da je treba to trditev razumeti takole: pomembni so zlasti viri pomoči, ki, aktivirani skozi mreže, določajo učinke mrežnih vplivov. V raziskavi so zajeli 537 ljudi, omejili pa so se na populacijo staro med 77 in 98 let.

Pokazalo se je naslednje:

- Logično pričakovanje, da socialni kontakti z otroki naraščajo sorazmerno s težavami starostnikov pri njihovih vsakodnevnih opravilih, se v tej raziskavi ni potrdilo. Frekvenca stikov z lastnimi otroki je neodvisna od instrumentalne pomoči, ki jo starostniki potrebujejo.
- Ugotovljena je močna vez med testom *PEF in stiki oz. z brati oz. sestrami in drugimi sorodniki: tisti, ki so brez vira kontaktov, imajo nižje vrednosti testa PTF kot oni, ki imajo vsaj osnovne tovrstne stike. Iz tega bi lahko sklepali, da je za telesno zdravje odsotnost sorodnikov verjetno bolj kritična kot maloštevilnost stikov z njimi.

- Potrdila se je močna povezava med nizko (samo)oceno svojega splošnega psihičnega počutja in med redkostjo stikov z najbližjimi in drugimi sorodniki. To kaže na podporni pomen socialnih mrež, ki zelo verjetno delujejo tudi v smislu, da se tisti, ki sorodnike imajo, a so z njimi v redkih stikih, obojega tudi zavedajo, lahko potegne za sabo nižjo samoevalvacijo počutja.
- Ugotovljena je zveza med odsotnostjo stikov s prijatelji in dramatičnim porastom psihičnih problemov in nižjih ocen na testu PEF. Pokazala se je tudi rahla zveza med psihičnimi problemi, nizkim PEF in redkostjo prijateljskih stikov, a ta razlika ni bila statistilnosignifikantna: odločila je odsotnost prijateljev (Dragoš 2000).

Po Hojnik-Zupan (1999: 133) so zaradi osebnega odnosa in moralne obveznosti, prostorske bližine in domačnosti odnosov med člani mreže neformalne socialne mreže varne.

1.3.2. Formalne podporne mreže

Storitve v okvirju formalne mreže so sistemsko regulirane in se odvijajo na domu uporabnika ali v lokalni skupnosti v bližini njegovega doma' (Hojnik-Zupanc 1999: 110).

Človek mora priti do spoznanja, da potrebuje pomoč. Tako posledično sprejme delno odvisnost od okolja, kar pa ima velik pomen, saj se tako podaljša bivanje v lastnem domu.

Ostati doma, v domačem okolju človeku pomeni veliko, saj je to okolje, ki ga pozna, mu zaupa in je navajen nanj.

Človek odlaga odvisnost od zunanje pomoči, čim dalje je možno, zaradi notranjih dejavnikov, kot je npr. ohranitev individualne potrebe, enako pomembni pa so tudi zunanji dejavniki, kot npr. motena zasebnost pri vstopu tuje osebe, ki izvaja pomoč v stanovanju in materialna participacija pri storitvi. Motena zasebnost je v starosti lahko ovira dostopnosti organiziranih storitev iz dveh razlogov: na preizkušnji je zaupanje v kakovost storitev, ki jo oseba primerja s kakovostjo lastnega dela, drugi dejavnik pa je osebni stik, ki ga uporabnik mora vzpostaviti v svojem zasebnem prostoru z izvajalcem storitev. Dostopnost formalno organizirane pomoči na domu pogojuje v prvem koraku notranjo pripravljenost posameznika, da postane delno odvisen od okolja. Ta delna odvisnost pomeni podaljšanje samostojnega bivanja v lastnem domu. V drugem koraku, kot pomembni dejavniki nastopajo: ustrezen vir informacij,

prilagojenost storitve uporabnikovim osebnim razmeram in cenovno dostopne storitve. Med temi se je kot najpomembnejši dejavnik vir informacij, ki ga mora poosebljati zaupljiva oseba, ki jo uporabnik brezpogojno sprejema (Hojnik-Zupan 1999: 113).

Uporabniki se za tovrstne oblike pomoči odločajo, ko neformalna mreža pomoči več ne vzdrži. Ko na primer svojci več ne zmorejo skrbeti za starega človeka, ko so presežene zmožnosti neformalne oblike pomoči.

1.4.Tabuizacija starosti, predsodki in ageizem

V 19. in v začetku 20. stoletja je bil tabuiziran začetek človeškega življenja (spolnost in porod). V današnjem času pa je tabu postal konec življenja in vse povezano z njim. Tako je tabu postala starost, onemoglost, oslabelost, žalovanje in umiranje.

Danes se zdi nekaj grdega, če priletnega človeka imenujemo star človek. In vendar je beseda star povsem nevtralen izraz za tretje obdobje življenja, enako kakor beseda mladost za prvo ali srednja leta za drugo. Zaradi tabuiziranosti se o starih ljudeh in starosti v medijskih in drugi vsakdanji javnosti zelo malo govori; skoraj nič v primerjavi z mladostjo in drugimi vsebinami, ki so v vsakdanjosti približno enako prisotne kakor starost in stari ljudje. Če pa pride do pogovora o tabuizirani vsebini, ljudje nezavedno uporabljajo druge besede, samo da njihova zavest ne bi trčila obnjo (Ramovš 2003: 53).

Ker število starih ljudi v družbi narašča, saj naša družba postaja dolgoživa družba, je nujna detabuizacija starosti in vsega povezano z njo. Le tako se bomo lahko naučili polno in lepo živeti v tretjem življenjskem obdobju. Le tako bo medgeneracijska solidarnost zares prišla do svojega pravega izraza in le tako bo družba začela govoriti in se ukvarjati starostjo in z njo povezanimi spremembami.

Ritsatakisova (2008) navaja dvanajst najpogostejših predsodkov o starosti:

1. predsodek: Staranje je povezano z duševnim in fizičnimi nazadovanjem. Gre za najbolj zakoreninjen predsodek, ki drži le deloma. Veliko primerov dokazuje, da je duševno kondicijo mogoče vzdrževati tudi v visoki starosti. Prav tako kot v vseh

drugih življenjskih obdobjih ima duševna kondicija tudi v starosti velik vpliv na telesno aktivnost, ki vzdržuje tonus mišic in vitalnost organizma. Pomembno je vedeti, da telesna aktivnost pri kakršni koli starosti vedno izboljša stanje. Duševno in čustveno kondicijo vzdržujemo tudi s socialnimi aktivnostmi, predvsem z družbo prijateljev ali vrstnikov, ki je sama po sebi socialni korektiv. V starosti je pomemben tudi nadzor nad zdravstvenim stanjem. Zdravljenje ni vedno povezano z jemanjem zdravil. Veliko starejših jemlje preveč zdravil, njihove kombinacije jim lahko škodujejo. Veliko ovir za ustrezno fizično in duševno aktivnost je tudi med samimi starejšimi. Nekateri menijo, da so prestari za aktivnosti, ki zato zanje niso več smiselne. Med manj izobraženimi je takih, ki tako mislijo, več.

2. predsodek: Večina starejših ima podobne probleme. Ta predsodek ne drži. Napačno je, če si starejše predstavljamo kot homogeno populacijsko skupino s podobnimi lastnostmi in potrebami. Resnica je, da se razlike med posamezniki s starostjo le poglobljajo. Bolj ko je skupina ljudi stara, manj je homogena. Če poslušamo in opazujemo starejše, hitro ugotovimo, da imajo različne individualne značilnosti, želje in potrebe. Potrebe in navade starejših se razlikujejo po spolu, starosti, poreklu, kulturi in izobrazbi.
3. predsodek: Ustvarjalnost in družbeni doprinos sta področje mlajših oziroma zaposlenih. Ta trdovratni predsodek izhaja iz povezovanja kreativnosti in socialnega doprinosu z ekonomsko produktivnostjo na eni in prisilnim upokojevanjem na drugi strani. Produktivnost in sposobnost ne ugasneta z dopolnjenim 65. letom. Veliko zaposlenih bi želelo delati tudi še po tem, ko izpolnijo pogoje za upokojitev. Omogočiti bi jim bilo treba, da povejo, za kaj se še čutijo sposobne oziroma da bi sami določali, kako bodo prenehali delati. Posebej tisti v intelektualnih poklicih želijo delati dlje. Doprinosa k skupnosti ne predstavlja samo zaposlenost. Starejši lahko veliko pomagajo kot skrbniki sorodnikov, kot stari starši, družijo se lahko v pomoč pri njenih emocionalnih in finančnih stiskah, delajo kot prostovoljci, odločajo kot lastniki nepremičnin in podobno. Na številnih področjih življenja so starejši oboroženi z izkušnostjo in modrostjo, zato lahko z nasvetom ali dejanjem v družbi se veliko prispevajo. Talent in ustvarjalnost ne poznata starostnih omejitev! Sta neizbrisni lastnosti, ki ju nosimo v sebi, dokler živimo. V nadaljnjem razvoju Evrope bo prispevek starejših zelo pomemben, še posebej na področju nevladnih organizacij. Zato je treba v starajočih se družbah ustvarjati pogoje, v katerih bodo starejši lahko še naprej na različne načine bogatili svoja okolja.

4. predsodek: Izkušnje starejših so za današnji čas manj pomembne. Starejši so res da odraščali v povsem drugačnih okoliščinah kot so današnje, vendar pa imajo stari ljudje veliko izkušenj, ki so koristne tudi danes in koristijo tudi otrokom. Obenem so starejši tudi posredovalci kulture ali religiozne tradicije, ki postane prej ali slej pomembna za vsako generacijo. Starejši so s svojo potrpežljivostjo in izkušnjami, ki so jih zbrali pri vzgoji svojih otrok, idealne osebe za pripovedovanje. S pripovedovanjem vzbujajo domišljijo in duševni razvoj otroka, obenem pa že na tej ravni sejejo seme medgeneracijskega sožitja.
5. predsodek: Starejši želijo imeti mir. Res je, da starejši radi berejo in se v miru sproščajo s partnerjem, če ga imajo. Res pa je tudi, da se zaradi tega ne odrekajo socialnim stikom, če se jim zanje ponudi priložnost. Raziskave so pokazale, da je želja po branju in mir v domačem okolju v enaki meri prisoten tudi med drugimi starostnimi skupinami. Vendar pa aktivnosti starejših v slovenskih dnevnih centrih potrjujejo njihovo potrebo po družbenih aktivnostih. Resnica je, da se starejši ne odrekajo možnostim socialnih stikov in aktivnosti, če se jih k temu povabi.
6. predsodek: Zdravstvena nega in bolnišnice so najbolj pomembne. Ta trditev je le del problema, ki ga je potrebno, ki ga je potrebno obravnavati bolj celovito. Res je, da je med hospitaliziranimi bolniki največ starejših, vendar raziskave kažejo, da so med hospitaliziranimi tudi taki, ki so neprimerne in celo odvečne. Da bi jih zmanjšali bi bilo treba del sredstev za aktivno zdravstveno oskrbo preusmeriti v preventivne aktivnosti na lokalni ravni. Marsikaj je za ohranjanje samostojnost starejših, ki imajo zdravstvene težave, ob ustrezni organiziranosti primarnega zdravstva in njihovih kadrov možno urediti tudi v domačem okolju. Uspeh bi bil še večji ob ustrezni povezanosti lokalnih zdravstvenih in socialnih kapacitet. V takem primeru bi bilo hospitalizacij manj, bile bi tudi krajše. Pri izboljšavah bi lahko upoštevali tudi mnenje in predloge samih starejših negovalcev, ki se običajno preslišijo. In končno je tudi res, da si starejši – kot vsi ostali – hospitalizacij ne želijo. Kakovostno življenje je v starosti povezano s kolikor mogoče dolgo trajajočo samostojnostjo oziroma neodvisnostjo, ki je najboljša preventiva pred nepotrebnimi in predolgimi hospitalizacijami. Samostojnost je povezana z družbenimi okoliščinami, ki vplivajo na dejavnike zdravja.
7. predsodek: Storitve za starejše zmanjšujejo sredstva za mlajše. To je nesporazum. Marsikaj, kar olajšuje življenje starejšim, koristi vsem. Odprave ovir na pločnikih olajšujejo gibanje tudi materam z njihovimi otroci in vsem, ki so vezani na invalidske

vozičke. Resnica je, da vse, kar v javnosti olajšuje življenje starejšim in povečuje njihovo varnost, v enaki meri koristi tudi vsem drugim.

8. predsodek: Izdatki za starejše so razmetavanje sredstev. Tudi to ni res. Stroški povezani s storitvami za starejše lahko sredstva prihranijo. Razmeroma skromne investicije so potrebne za očala in slušne aparate, za ustrezno rabo zdravil in navodila o prehrani in aktivnostih. Z vsem tem ohranjamo samostojnost starejših. Plačane servisne dejavnosti kot npr. pomoč v domačem okolju, vrtnarjenju, kupovanju, pranju perila itd., niso pomembne samo za ohranjanje samostojnosti življenja starejših, ampak pomenijo tudi ohranjanje delovnih mest.
9. predsodek: Starejši se ne obnesejo na sodobnih delovnih mestih. Od vrste dela, ki ga opravljamo, je odvisno, po koliko letih je treba z njim prenehati. Poklicni atleti to naredijo že pri 35. letih, pisatelji pa lahko pišejo vse življenje. Težko in naporno delo povzroča starejšim več težav, čeprav tisti, ki lahko napore in ure dela prilagodijo svojim sposobnostim, samostojni kmetovalci na primer, lahko na ta način dolgo ohranijo svojo aktivnost. Sistem prisilnega upokojevanja je povezan s predstavo, da bolj ko se bližamo upokojitvi, manjše so naše sposobnosti na delovnem mestu. Če starejšim zaposlenim omogočamo, da se prilagajajo spremenjenim zahtevam delovnih mest, so to prav tako voljni in sposobni storiti kot mlajši. Raziskave so tudi pokazale, da starejši razmišljajo bolj strateško, da so preudarnejši in skrbnejši, da logično utemeljujejo odločitve in stvari sprejemajo bolj celovito. Starejši so tudi lojalnejši do podjetja, so manj odsotni in so delu bolj predani.
10. predsodek: Starejših se ne da poučiti o novostih in novih pristopih. To sploh ni res. Raziskave so pokazale, da so starejši pri učenju bolj motivirani in vztrajni od mlajših sodelavcev. Če so pri učenju pomešani z mlajšimi, lahko dosegajo boljše rezultate, njihova vztrajnost pozitivno vpliva tudi na mlajše. Starejši učenje in novosti povezujejo s svojimi izkušnjami, kar jim omogoča boljše razumevanje. Vprašanje ni v tem, ali starejše lahko naučimo novih stvari, ampak v tem, kako jih učimo. Starejšim način učenja, ki je primeren za mlade, ne ustreza. Pomembno je, da je pri učenju več prakse kot teorije, da je dovolj časa za ponavljanje in da se napreduje z manjšimi koraki. Vendar pri učenju vse to v enaki meri ustreza tudi drugim starostim, metodo majhnih korakov s pogostim ponavljanjem pa učencem priporočajo tudi moderni učbeniki. Tudi to je dokaz, da je tisto, kar je dobro za starejše, dobro tudi za ostale. Učenje in prilagajanje starejših zaposlenih jim omogoča tudi bolj gladek prehod v upokožitev in željo po drugačnih aktivnostih, ko se upokojijo.

11. predsodek: Starejši se želijo umakniti. To ni res. Starejši se zanimajo za dogajanje v svoji okolici in družbi. Njihova razgledanost in informiranost sta danes večji kot kadar koli prej. So vse bolj organizirani, njihov glas se vse bolj sliši in je vse bolj pomemben.
12. predsodek: Stvari se urejajo same po sebi. To je nevaren predsodek. Danes so spremembe hitre, družba bo čez nekaj desetletij spet povsem drugačna. O potrebah starejših je treba razpravljati na vseh forumih z njihovim aktivnim sodelovanjem. Organiziranost skrbi za stare je treba nenehno izboljševati, saj s tem omogočamo aktivno in zdravo starost tudi našim vnukom. Razvoj vsake družbe naj bo povezan z aktivnostmi in prispevki vsake generacije. Stvari je treba urejati, ne pa jih prepuščati, da v danosti časa in razmer potekajo brez vizij in nadzora (Voljič: 2009: 48- 52).

To hudo družbeno patologijo si povzročajo vse tri generacije in vse tri imajo tudi škodo od nje. Vanjo so vpletene po logiki naslednjega začaranega kroga:

- stara generacija je v prejšnjih desetletjih – ko je bila v srednjih letih življenja – uveljavila porabniške vrednote in ideale;
- s tem je povzročila tabuizacijo starosti, ki njej sami onemogoča sprejeti svojo starost;
- zaradi tabuizacije starosti srednja in mlada generacija marginalizirata staro generacijo;
- zaradi marginalizacije starih ljudi si srednja in mlada generacija onemogočata pripravo na lastno kakovostno starost, kakor tudi detabuizacijo starosti (Ramovš 2003: 57).

Zdi se, da je staranje še vedno tabu, verjetno predvsem zaradi močne asociacije na smrt. Postavljanje, doseganje ciljev in načrtovanje prihodnosti je nekaj, kar se ne pojavlja pogosto v zvezi s starostjo

(http://www.vsz.uni-lj.si/ri/publikacije/starostniki2006/3_PahorDomajnko.pdf).

Ageizem je nekaj podobnega kot rasizem in seksizem. Rasizem je diskriminacija nekaterih rasnih skupin, seksizem spolnih skupin, praviloma žensk, ageizem pa starostnih skupin. V vseh primerih so žrtve osebe z nekoliko drugačnim organizmom. Ageizem je neke vrste lustracija, ker izloča starejše osebe iz družbenega življenja, npr. pri prisilnem upokojevanju.

Vendar ne iz moralnih, političnih ali ideoloških predsodkov, temveč zaradi koledarske starosti. Starejši ljudje so kljub velikim medsebojnim razlikam nasilno strpani v eno skupino, in jim je predpisana enaka družbena vloga.

V glasilu Sivih partnerjev (1996) je ageizem takole opredeljen:

- je diskriminacija, ki temelji na koledarski starosti;
- je nadzor, da ljudje prenehajo biti induviduumi, potem ko preživijo določeno število let;
- je določanje sposobnosti in vlog na podlagi koledarskih let;
- je proces sistematičnega stereotipiziranja in diskriminacije ljudi samo zato, ker so stari (Pečjak 2007: 94–95).

Ageizem je tako globoko zasidran v človeški kulturi, da se ga mnogi ageisti niti ne zavedajo ali pa ga imajo za samega po sebi umevnega (Pečjak 2007: 95).

Medtem ko se rasizem in seksizem v večini zahodnih držav prepoveduje, to ne velja tudi za ageizem. Tudi zakonodaja prepoveduje rasizem in seksizem, kar pa ne velja za ageizem. Starejše diskriminirajo brez pomislekov.

Ageizem je tudi posledica čedalje večje segregacije starejših prebivalcev. Manj in manj je družin, v katerih živi več generacij skupaj. Zato je tudi manj priložnosti za stike med njimi. Mlajše generacije imajo manj možnosti, da bi spoznale starejše. V takšni klimi se razraščajo predsodki in miti (Pečjak 2007: 97).

Po Ramovšu (2010) je staromrzništvo odpor do starih ljudi, staranja in starosti ter s tem povezano socialno ali psihično zapostavljanje in podcenjevanje starih ljudi zaradi njihove starosti. Pojav je tipičen predsodek ali stereotip (<http://v2.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-clanek.asp?ID=849>).

Ramovš (2010) v članku Staromrzništvo predstavi dva vidika staromrzništva:

1. Je odpor do starih ljudi in njihovo osebno ali družbeno podcenjevanje, preziranje, zapostavljanje (diskriminiranje), marginaliziranje (izrivanje na družbeni rob) in

posledično tudi telesni, besedno, čustveno, intelektualno, socialno ali drugačno zanemarjanje, zlorabljanje ali nasilje nad njimi. Ta družbeni vidik staromrzlišтва je zelo opazen in znan. Med drugim nasprotuje demokratičnim načelom enakosti ljudi in njihovih pravic. Družbeni vidik tega pojava se vidi v predsodkih do starih ljudi, ko v družini in družbi mlajši starejše podrejajo in sprejemajo njihove odločitve namesto njih. Ko imajo pri zdravstveni negi in socialni oskrbi v ustanovah nepotreben zaščitniški in pokroviteljski odnos (jih pootročijo), ko družba sistemsko nima pogojev, da bi starejši uporabili svoje zmožnosti v njeno in svojo korist. Avtor navaja, da je to vidno v kolektiviziranem ali posamovljenem gledanju na stare ljudi, kot bi bili vsi enaki. V resnici pa je vsak človek tem bolj individualno enkraten, čim starejši je, čim več osebnih izkušenj in spoznanj ima.

2. Staromrzlišтво je tudi osebni odpor do staranja in starosti ter do vsega, kar je povezano z njima. To je antropološki (celostno človeški) vidik staromrzlišтва, ki se kaže v zavestnem, zlasti pa nezavednem osebnem doživljanju posameznega človeka. Avtor navaja, da je najbolj usodna posledica tega individualno osebnega vidika staromrzlišтва odpor do svojega staranja in svoje starosti, kar je hud človeški primankljaj, ki onemogoča zdrav človekov razvoj skozi vse življenje. Iz te osebne okvare raste tudi prej omenjeni vidik staromrzlišтва
(<http://v2.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-clanek.asp?ID=849>).

Po Pečjaku (2007: 97) se ageizem razrašča v vseh socialnih slojih, čeprav je med neizobraženci pogostejši.

Po Ramovšu (2010) osebni antropološki in družbeni vidik staromrzlišтва ovira ali celo onemogoča kakovostno staranje posameznega človeka, kakovostno starost celotne tretje generacije, zlasti pa sožitje med generacijami v družbi.

(<http://v2.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-clanek.asp?ID=849>)

Vodilni ameriški Sivi partnerji Butler, Sommers in Gross predlagajo naj ljudje ustavijo ageizem z naslednjimi ukrepi:

- Popolnoma prenehati s komplimenti, kot je npr.: 'Kako ste videti mladi'.
- Promovirati službe, v katerih sodelujejo osebe različnih generacij, ustvarjati skrajšano delo in prenehati upokojevati in najemati delavce na podlagi koledarske starosti.

- Ne grajati starosti za slabo organizacijo, pozabljivost in utrujenost. V mladosti so grajali slabo načrtovanje, pomanjkanje spanja in slab spomin.
- Kritizirati lokalne medije, kadar sta naslov članka ali slika žaljivi.
- Ne izbirati voščil za rojstni dan z neustreznim humorjem. Naučimo se spoznati razliko med smehom Z in smehom O.
- Boriti se proti ageizmu z dvema pomembnima orožjema: znanjem in pripravljenostjo, da se približamo vsaki osebi, ne glede na starost, kot individuumu z edinstvenimi močmi, šibkostmi, možnostmi in priložnostmi (Pečjak 2007: 97–98).

1.5. Staranje prebivalstva

Prebivalstvo Evrope se intenzivno stara. Tudi v Sloveniji delež starega prebivalstva narašča. Vedno več je starih ljudi in vedno manj je rojstev, ki zagotavljajo nove generacije.

Zaradi tranzicije je prišlo do vidnih sprememb v vedenju prebivalstva. Gre za širjenje novega obnašanja in za odmik od tradicionalnega.

V nasprotju z rodnostjo je smrtnost (mortaliteta), negativna komponenta gibanja prebivalstva. Smrtnost povzroča zmanjšanje števila prebivalstva.

V preteklosti so bili ljudje le redko tako zainteresirani za demografske spremembe, kot so danes. Manjše nacije, med katerimi je tudi Slovenija, se lahko vprašajo, če bodo lahko preživele kot nacija.

'Prehajamo v t.i. dolgoživo družbo, kjer so razmerja med starostnimi skupinami drugačna kot doslej, kar vpliva na vzdržnost sistemov socialne varnosti in odnose med posameznimi starostnimi skupinami – vprašanje medgeneracijske solidarnosti kot vrednote (Filipovič Hrast, Hlebec 2009: 195).

Staranje populacije pomeni porast populacije določene starost (po navadi nad 65 let), medtem ko se število otrok pod 15 let zmanjšuje in je življenjska doba podaljšana (<http://www.statisticni-dnevi.si/images/stories/Staranje%20prebivalstva-SLOVENIJA.pdf>).

V Sloveniji se soočamo z intenzivnim staranjem prebivalstva. Delež starejših od 65 let v zadnjih 10 letih, in sicer z 12,9 % v letu 1997 na 15,9 % v letu 2007. S tem se Slovenija tudi vedno bolj približuje stanju, ki je značilno za EU 15. Še bolj intenzivni porast deleža starejšega prebivalstva je viden v skupini nad 80 let, saj se je slednji med letoma 2000 in 2007 povečal za več kot 50 % (z 2,3 na 3,4) (Filipovič Hrast, Hlebec 2009: 196).

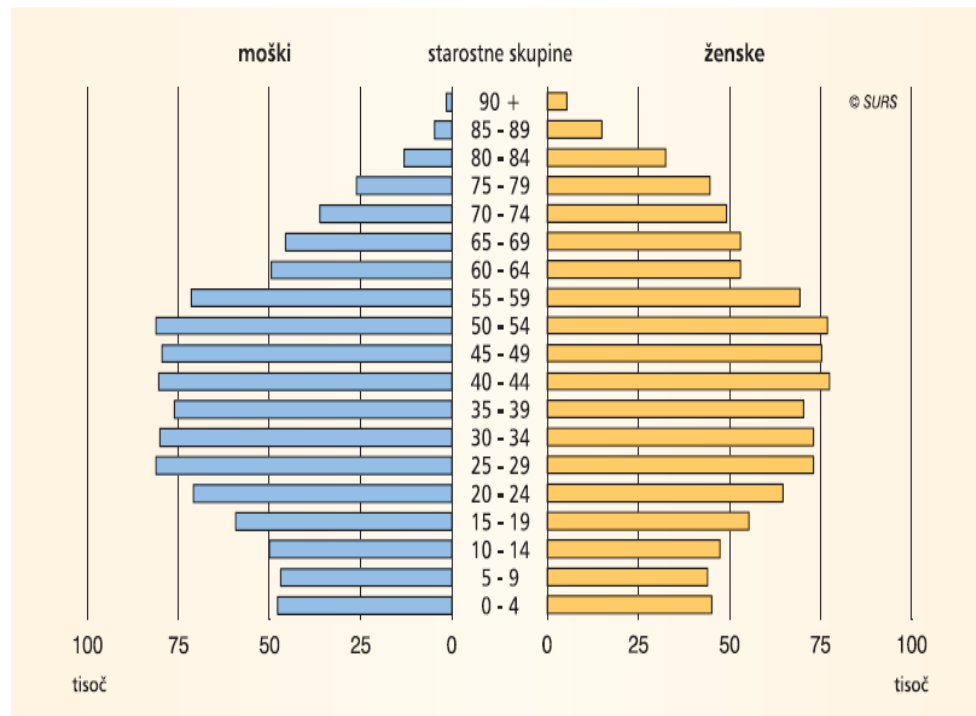
Staranje prebivalstva za razvit svet ne pomeni le grožnje, ampak je tudi veliko priložnost za izboljšanje sožitja med ljudmi. Rešitev ni v iskanju krivca; češ, stari so krivi, da so šle stvari narobe, srednja generacija je kriva, ker je rojevala premalo otrok, politika je kriva, ker je dopustila takšne razmere ... Rešitev je v tem, da se vse tri generacije zavedo, da ni nobena mojster v komuniciranju in ne zna gojiti lepih odnosov z drugimi. Sedanja kriza je priložnost, da to popravimo in da medčloveško sožitje dvignemo na tako raven, kot smo v zadnjih desetletjih dvignili materialni standard.

(<http://www.statisticni-dnevi.si/images/stories/Staranje%20prebivalstva-SLOVENIJA.pdf>)

Poglejmo si starostno sestavo prebivalcev Slovenije v decembru 2007:

Diagram št.1: Starostna sestava prebivalcev Slovenije, 31.december 2007

Starostna sestava prebivalcev Slovenije, 31. december 2007



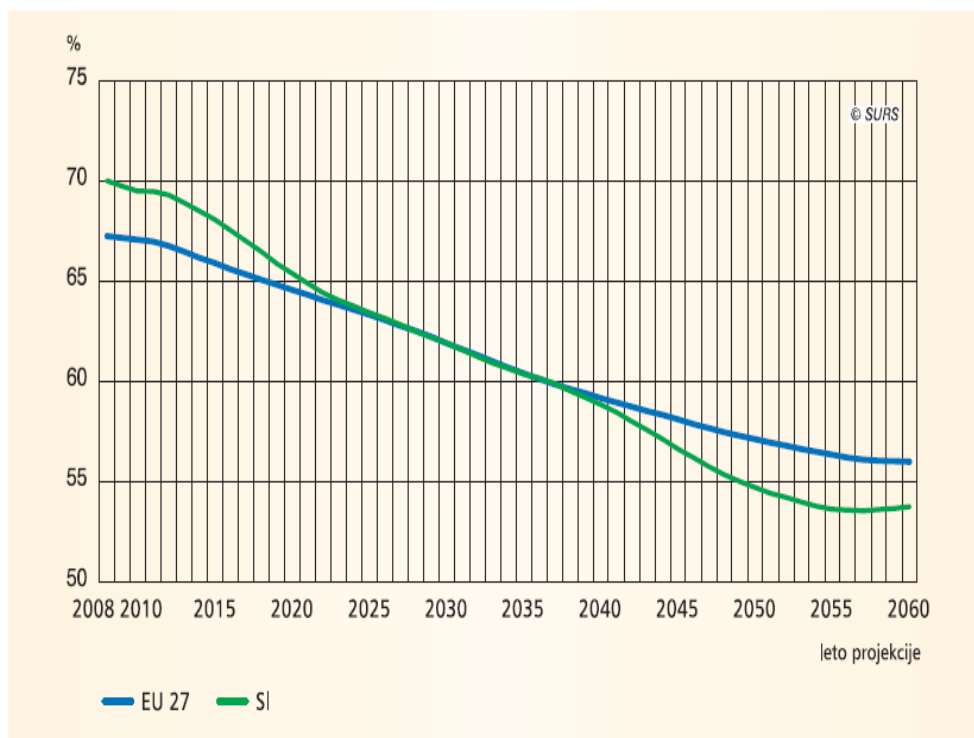
Vir: SURS, SI-STAT, Prebivalstvo po starosti in spolu

V zadnjih 100 letih, ko se je število svetovnega prebivalstva povečalo za več kot štirikrat (od 1,6 milijarde na več kot 6.5 milijarde), so se proti koncu 20. stoletja začele države sveta spopadati ne samo s posledicami hitrega naraščanja prebivalstva, ampak tudi z upadanjem rodnosti ter staranjem prebivalstva, posebej tam, kjer se pričakovano trajanje življenja ljudi od rojstva podaljšuje

(<http://www.statisticni-dnevi.si/images/stories/Staranje%20prebivalstva-SLOVENIJA.pdf>).

Diagram št.2: Projekcije deležev prebivalcev v starosti 15-64 let, Slovenija in EU, 2008-2060

Projekcije deležev prebivalcev v starosti 15–64 let, Slovenija in EU, 2008–2060

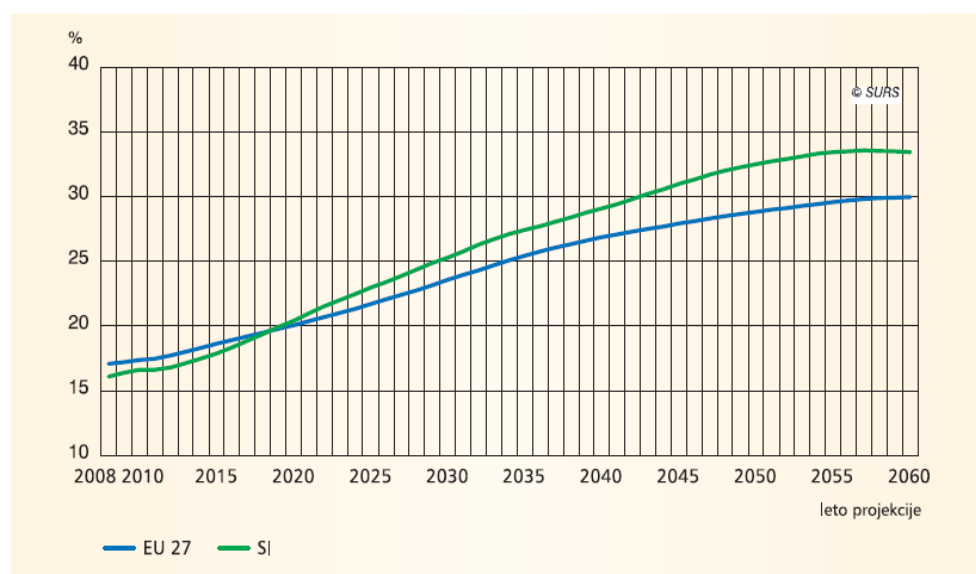


Vir: Eurostat, Projekcije prebivalstva EUROPOP2008

Staranje prebivalstva je velik izziv tudi za evropsko družbo, saj se z njim srečuje prvič v zgodovini. Do leta 2035 se bo število Evropejcev po Evrostatovih projekcijah prebivalstva EUROPOP2008 še povečevalo, in sicer od leta 2008 do 2035 s 495,4 milijona na 520,7 milijona. Nato se bo začelo zmanjševati in bo že leta 2060 štelo 505,7 milijona (<http://www.statisticni-dnevi.si/images/stories/Staranje%20prebivalstva-SLOVENIJA.pdf>).

Diagram št.3: Projekcije deležev prebivalcev v starosti 65+, Slovenija in EU, 2008-2060

Projekcije deležev prebivalcev v starosti 65+, Slovenija in EU, 2008–2060

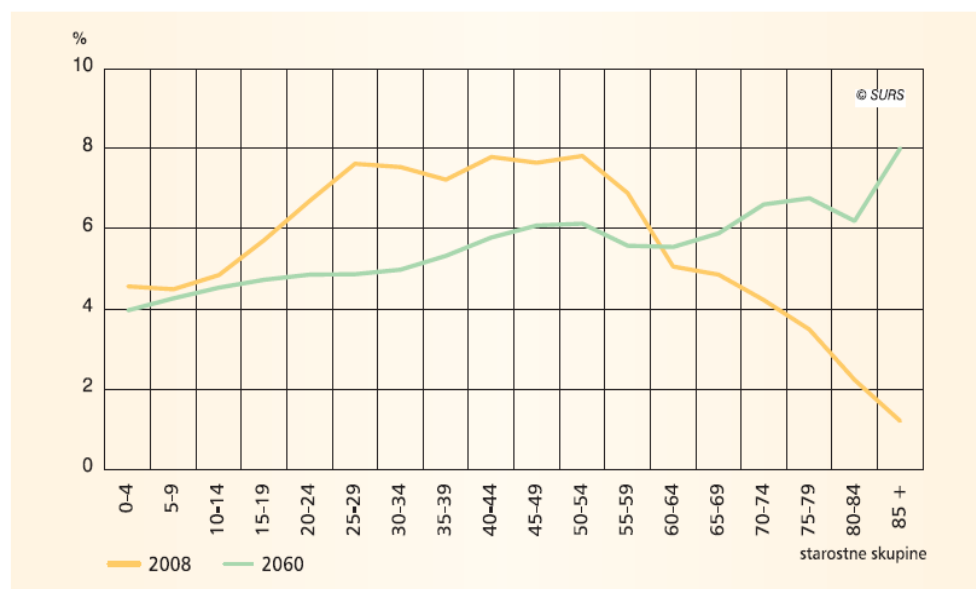


Vir: Eurostat, Projekcije prebivalstva EUROPOP2008

Po Eurostatovih projekcijah prebivalstva Europop2008 se bo staranje prebivalstva intenzivno nadaljevalo, saj se bo delež oseb, starejših od 65 let, od leta 2008 do leta 2060 povzpел s 17,1 % na 30 %, delež oseb v starosti 80+ pa s 4,4 % na 12,1 % v enakem obdobju (<http://www.statisticni-dnevi.si/images/stories/Staranje%20prebivalstva-SLOVENIJA.pdf>).

Diagram št.4: Deleži števila prebivalcev in projekcije deležev števila prebivalcev po starosti, Slovenija, 2008 in 2060

Deleži števila prebivalcev in projekcije deležev števila prebivalcev po starosti, Slovenija, 2008 in 2060



Vir: Eurostat, Projekcije prebivalstva EUROPOP2008

Prihodnja starostna sestava prebivalstva Slovenije se seveda zrcali v sedanji. Tako se bo po pričakovanjih močneje povečalo število prebivalcev v starosti, ko se ljudje upokojujejo, število mladih pa se bo zmanjševalo. Deleža oseb v starosti 0–14 let in 15–59 let se bosta v drugi polovici 21. stoletja po pričakovanjih te projekcije zmanjšala za 1,1 odstotne točke oz. za 16,7 odstotne točke, deleža oseb v starosti 60+ ter 80+ pa se bosta povečala za 17,8 odstotne točke oz. za 10,6 odstotne točke (<http://www.statisticni-dnevi.si/images/stories/Staranje%20prebivalstva-SLOVENIJA.pdf>).

1.6. Medgeneracijska solidarnost in sožitje

Generacije so v preteklosti veliko bolj sodelovale kot danes. Družine so bile sestavljene iz več generacij, ki so med seboj komunicirale, si pomagale, se imele radi in se spoštovale. Otroci so pomagali staršem in starim staršem pri hišnih opravilih in pri delu na kmetijah, starši oziroma srednja generacija je pretežno materialno skrbela za mlado in staro generacijo, stari starši oziroma stara generacija pa je podobno kot mlada generacija opravljala hišna opravila in pomagala na kmetiji. Drug drugemu so bili v oporo. Tako so bile vse tri generacije veliko

časa skupaj in solidarnost je bila že samoumevna. Solidarnost je bila torej veliko večjo kot danes v moderni družbi.

Hlebec in Hrast (2009: 195) definirata medgeneracijsko solidarnost kot izmenjavo socialne opore med starši in otroci v vseh starostnih skupinah.

Razumevanje medgeneracijskih odnosov:

1. Medgeneracijski odnosi so del naše socialne identitete. Imajo materialne učinke na izkušnje in kvaliteto življenja starih in mladih ljudi v določenih okoljih in pomembne posledice za družbeno kohezijo.
2. Relativno malo raziskav je bilo o medgeneracijskih odnosih v družbi, sosesk ali javnih mestih. Trendi v družbi ali celotni družbi niso nujno replicirani v soseskah.
3. Medgeneracijske razlike in odnosi niso 'naravni', ampak so proizvod vrste kompleksnih faktorjev posameznikov, družin, skupnosti in faktorjev na družbeni ravni. Ageizem (predsodki o starih in mladih ljudeh) je pomemben faktor.
4. Narava medgeneracijskih odnosov široko variira na različnih krajih in v različnih kulturnih ozadjih.
5. Obstaja nevarnost, medtem ko postaja medgeneracijska praksa vse bolj popularna, delitve intergeneracionalnosti (tj. predpostavka, da je problem povsod, kjer se pojavi in zavzame enako obliko)

(<http://www.centreforip.org.uk/res/documents/publication/ODPM%20intergenerational%20report.pdf>).

Odnosi v enem prostoru (npr. doma) prav tako vplivajo na pričakovanja, obnašanje in odnose v drugem prostoru

(<http://www.centreforip.org.uk/res/documents/publication/ODPM%20intergenerational%20report.pdf>).

Zaradi prepada, ki je nastal med generacijami stari in mladi, ne vedo, kaj bi počeli drug z drugim. Vse tri generacije so premalo v kontaktu, zato se niti ne znajo obnašati drug do drugega.

Veliko je aktivnosti, ki jih lahko počnejo stari in mladi ljudje skupaj:

- pripovedovanje zgodb,
- dopisovanje,
- igranje namiznih iger,
- scrapbooking,
- vrtnarjenje,
- pripovedovanje vicev in smejanje,
- razprave o raznih temah (npr. staranju in smrti)

(<http://factoidz.com/the-benefits-and-ways-of-developing-intergenerational-relationships-between-seniors-and-young-people/>).

V članku Ugodnosti in načini razvoja medgeneracijskih odnosov med seniorji in mladimi ljudmi (Po-Yi Liu) so ugodnosti medgeneracijskih odnosov za seniorje:

- daje starim občutek smisla življenja,
- poživlja in spodbuja starejše odrasle,
- zmanjševanje možnosti depresije,
- uravnavajo imunski sistem v celoti,
- reproducirajo potrebe starih ljudi, ki nimajo svoje družine, ali vnukov okrog sebe

(<http://factoidz.com/the-benefits-and-ways-of-developing-intergenerational-relationships-between-seniors-and-young-people/>).

Isti članek obravnava tudi ugodnosti medgeneracijskih odnosov za otroke in mladino:

- pomagajo zmanjšati morebitni strah, ki ga imajo otroci ali mladi pred starimi ljudmi,
- otrokom pomagajo razumeti in kasneje sprejeti proces staranja,
- popolniti praznino otrokom, ki nimajo starih staršev,
- pomagajo se jim naučiti novih veščin, znanj in modrosti,
- ojačati čustveno in socialno inteligenco

(<http://factoidz.com/the-benefits-and-ways-of-developing-intergenerational-relationships-between-seniors-and-young-people/>).

Po Ramovšu (2009: 105) pomeni medgeneracijsko sožitje, sožitje med mlado, srednjo in staro generacijo. Pri tem obsega mlada generacija ljudi od spočetja do starosti povprečne prve zaposlitve ali rojstva prvega otroka, srednja od tu do starosti povprečne upokojitve, tretja generacija pa zavzema vso starejšo populacijo od obeh navedenih.

Kakovostno sožitje je dialog, ki predpostavlja od obeh strani razvito sposobnost za dobro sporočanje drugemu in enako razvito sposobnost za dobro poslušanje in opazovanje drugega v sproščeni zavesti medsebojne soodvisnosti in dopolnjevanja. Slabo sožitje je dobro znan jalov poskus svojevoljnega vladanja enega človeka nad drugim(i) in nad naravo.

Na preživetvenem, funkcionalnem in rabnem področju se kaže sožitje v obliki sodelovanja ali delovnega razmerja, kjer veljajo merljivi odnosi. Na osebnem bivanjskem področju pa teži sožitje v doživljanje veselja in navdušenja nad lepim, dobrim, skladnim v drugem, v samem človeku pa to doživljanje povzroča več zadovoljstva, boljše zdravje, uspešnejše učenje in po navadi boljši zaslužek. Na področju osebnega sožitja govorimo o medčloveških odnosih. Človeška družba se razvija s tem, da se med ljudmi stopnjujejo sočutni in solidarni odnosi.

Ko ljudje mlade, srednje in tretje generacije spoznavajo zakonitosti mladosti srednjih let in starosti, ko te zakonitosti sprejmejo pri sebi in drugih dveh generacijah, ko se veselijo sebe, svoje generacije in obeh drugih, tedaj odkrivajo v sebi in drugih dveh generacijah komplementarne zmožnosti in zmožnosti za medsebojno dopolnjevanje za kakovostno medgeneracijsko sožitje (Ramovš 2009: 105).

1.7. Izobraževanje starih ljudi

Kdor misli, da izobraževanje v tretjem življenjskem obdobju ni pomembno, se moti. Tudi v tem obdobju ima izobraževanje velik pomen. Zadovoljuje predvsem potrebe starih po novem znanju za kvalitetno življenje. Večinoma to predstavlja nadgradnjo že nekega znanja ali potrebo, ki jo starostnik čuti in jo mora zadovoljiti, da bi lažje živel. Velikokrat pride v ospredje učenje uporabe računalika, saj je to moderna tehnologija za stare, ki jim je zanimiva in jim predstavlja oporo v življenju. Največkrat jim pomaga pri komunikaciji, pri izražanju in jim olajšuje življenje (naročanje hrane in storitev prek spleta). Pri nas to še ni toliko v razmahu kot drugod po svetu, a pride tak čas tudi za nas in naše starostnike.

Po Krašovec in Kump (2006: 144) poleg antropoloških, andragoških in socioloških raziskav tudi medicinske raziskave potrjujejo pozitivni vpliv izobraževanja v starosti na zdravje, socialno dejavnost starejše osebe in njene možnosti pridobivanja in ohranjanja moči ter vpliva.

Organizirano izobraževanje starejših se je začelo že v 60 letih 20. stoletja na ameriških univerzah, vendar ni bili deležno posebnih spodbud. Izobraževanju, ki se ne osredotoča na področja dela, ni namenjeno obsežnejše financiranje in podpora države ali zasebnih sponzorjev (Ličen 2009: 32).

'Če prepustimo urejanje izobraževanja trgu, starejši ne bodo imeli enakopravnega mesta v sistemu izobraževanja. Poudarjanje neoliberalnih pristopov k učenju oblikuje diskurz, ki omogoča, da država izstopi iz razmerja odgovornosti do državljanov. Država (skupine ljudi, ki odločajo v imenu države) preda vso odgovornost za izobraževanje posamezniku (in trgu) in ne zagotavlja kakovostnih izobraževalnih programov za vse skupine državljanov. Pro-tržna družena paradigma ne razvija pozornosti za skupine na robu, niti za starejše. Izobraževanje, ki je namenjeno mlajšim skupinam odraslih, prilagojeno višjim slojem, vzdržuje notranje mehanizme že vspostavljenega sistema razslojevanja. Statistični podatki za Slovenijo kažejo, da udeležba odraslih v izobraževanju upada s starostjo in narašča z izobraženostjo. Če ostaja izobraževanje starejših v tem vzorcu, se bo razvijalo predvsem izobraževanje za drugo kariero. Starejša doba ni namenjena le nadaljevanju kariere ali zamenjavi prve kariere za drugo, marveč tudi odkrivanju novih področij življenja in nato zaključku življenja' (Ličen 2009: 31).

Izobraževanje ohranja zdravje in zato manj stanejo zavarovanje, kar je razumna utemeljitev za kapitalsko usmerjene mislece.

Izobraževanje starejših torej ne smemo oziroma naj ne gledamo kot le na izobraževanje za trg delovne sile. Pomembno je tudi učenje za boljše, lepše in lažje življenje, ker bodo le tako starejši živeli polnejše in aktivnejše življenje, ki bo v korist vsem generacijam.

Izobraževanje starejših se v primerjavi z izobraževanjem odraslih bistveno razlikuje, saj ni primarno namenjeno poklicnemu usposabljanju, temveč predvsem kreativnosti, osebnostnemu razvoju, družbenemu vključevanju. Izobraževanje starejših kaže v kompetitivnem okolju svojo krhkost, a tudi svojo moč. Načela, ki so vodila za izobraževanje starejših, se lahko

pojavi v vseh obdobjih, saj je v vseh obdobjih pomemben osebni razvoj, kreativnost, dialoškost. Načela izobraževanja, kakršna gojijo programi za starejše, postanejo tudi del drugih programov za odrasle (Ličen 2009: 32).

Obsežna ovira pri razvijanju izobraževanja starejših so zmotne o starejših učencih, ki nastane zaradi prehitrega posploševanja. Razvijejo se t.i. pozitivni in negativni predsodki, ker omenjene ugotovitve posplošijo na celotno skupino. Zmota je v prepričanju, da je starost enako obdobje za vse (Ličen 2009: 32).

Pri izobraževanju starejših stopijo v ospredje vprašanja smisla, učenja za biti. Learning to be se morda v največji meri uresničuje prav pri starejših, ko so ljudje soočeni s končnostjo in razmišljajo o bivanju in odhajanju (Ličen 2009: 32).

Ličenova (2009) pravi, da starejši (poleg materialne varnosti) razvijejo potrebe po:

- ohranjanju čilosti, zdravja, samostojnosti in uživanju življenja;
- medčloveških odnosih, ohranjanju in razvijanju socialne mreže;
- predajanju življenjskih izkušenj, spoznanj;
- doživljanju smisla;
- negi in pomoči v pozni starosti.
-

Findeisen (2002: 27) opisuje cilje izobraževanja starejših v naslednjih treh skupinah:

- a) izobraževanje spodbuja osebno rast starejših;
- b) izobraževanje razvija zumevanje razmer v družbi, sprememb socialnih vlog, razvija socialno vključenost in ohranja povezave z družbo;
- c) izobraževanje razvija specifične zmožnosti za prostovoljsko delo, za samozaposlovanje, sodelovanje v storitvenih službah ipd. (Ličen 2009: 37).

Cilj izobraževanja pri starejših torej ni zgolj pridobivanje znanja, marveč tudi druženje ljudi v nove mreže, zato izobraževanje starejših organizira tudi nove načine povezovanja med ljudmi (Ličen 2009: 37).

1.8. Uporaba informacijsko - komunikacijske tehnologije

Informacijska - komunikacijska tehnologija (v nadaljevanju IKT) postaja vse bolj pomembna.

Odnos (definiran kot socialnopsihološki koncept, ki se nanaša na posameznikova pričakovanja, občutke in obnašanje do IKT oz. podpornih tehnologij) je pomemben dejavnik pri proučevanju (ne)uporabe IKT med starejšimi. Pozitiven odnos do IKT namreč lahko vodi do poskusa uporabe IKT, čeprav lahko le malo vpliva na sposobnost uporabe (Dolinčar 2009).

Številne študije so ugotovile, da psihološke ovire, kot so strah in tesnoba, pomanjkanje samozavesti in pomanjkanje motivacije za starejše ljudi predstavljajo ovire pri učenju in uporabi IKT ter podpornih tehnologij (Dolinčar 2009).

Uporaba računalnika je ena od oblik IKT, ki postaja vse bolj razširjena pri starih ljudeh. Vse več je delavnic v medgeneracijskih združenjih in raznih centrih za medgeneracijska druženja, kjer se stari učijo uporabljati to 'novo' tehnologijo.

Pomembno je, da se jim uporaba računalnika predstavi kot npr. možnost za komunikacijo s svojimi oddaljenimi otroci in/ali vnuki. Tako so bolj motivirani za osvajanje veščin računalništva in se ne le učijo osvojiti neke funkcije, ki jim po njihovem mnenju v vsakdanjem življenju dejansko ne bodo koristile.

Čeprav so starejši odrasli običajno manj naklonjeni računalnikom kot mlajši ljudje, pa večinoma ugotovitev kaže, da ima glavnina starejših do računalnikov pozitiven odnos. Študija SenionWatch (2002) je sicer pokazala, da je 40 % starejših ljudi (nad 50 let) negotovih, kar se tiče tehnologije, vendar pa je v najstarejšem segmentu populacije opaziti veliko zanimanje za spoznavanje novih IKT – več kot 50 % sodelujočih se je strinjalo, da se želijo naučiti o tehnološkem napredku in razvoju (Dolinčar 2009: 282).

S starostjo se srečujemo tudi z zmanjšanjem nekaterih psiho-fizičnih sposobnosti, zato tehnološki napredek predstavlja velik potencial za izboljšanje kakovosti vsakodnevnega življenja, aktivno staranje, socialno kohezivnost in medgeneracijsko sodelovanje (Dolinčar 2009: 276).

Ko začnejo pešati psiho-fizične sposobnosti se človek sooči z dejstvom, da mora svoje potrebe, želje, cilje in obveznosti začeti zadovoljevati in izpolnjevati na drugačne načine kot doslej. IKT je zelo dober in zelo učinkovit način za nadomeščanje slabše mobilnosti. Npr. s pomočjo računalnika si lahko star človek naroči potrebne reči iz trgovine, ki mu jih tudi dostavijo (še posebej je to dobrodošlo v zimskem času, ko so poti do trgovin, bank in podobno nevarne za gibanje starih ljudi zaradi ledu in snega). Prav tako si lahko s pomočjo internetnih povezav uredijo pomoč na domu, komunicirajo lahko s svojci preko enostavne uporabe klepetalnic in še veliko tega bi bil star človek zmožen opraviti, če bi bil seznanjen in naučen uporabe računalnika in interneta.

IKT je lahko v veliko pomoč tudi takrat, ko začne pešati tudi sluh. Ker je v tem primeru navaden telefon težko uporabljati kot zanesljivo sredstvo za komuniciranje, je pošiljanje elektronske pošte in direktna povezava z oskrbovancem mogoče tudi edina možnost dobre komunikacije, ki pa je tudi zelo hitra.

Osebnostne ovire posameznikov se pogosto izrazijo v obliki čustev ob prvi interakciji z računalniško tehnologijo. Strah in tesnoba, povezana z IKT, sta pomembna inhibitorja za številne starejše ljudi (Richardson, 2006). Predvsem pri ženskah je razvidna 'tehnofobija' (Dolinčar 2009: 283).

Strah, ki ga stari čutijo pri prvem srečanju z računalnikom, se običajno z nadaljnjim usposabljanjem zmanjšuje. Vse novo, neznano zna pri starejših povzročiti večjo zadrego kot pri mladih ljudeh, saj počasneje oz. težje dojemajo nove stvari in so bolj temeljiti pri osvajanju novosti. Največkrat hočejo zelo podrobno spoznati in obvladati nekaj, česar se imajo namen lotiti.

Posebne pomena je IKT v smislu podpore samostojnemu življenju starih ljudi v njihovih domovih. IKT lahko obravnavamo kot enega od preventivnih dejavnikov institucionalizacije starejše populacije. S tem, ko starejšim ponudimo telekomunikacijska tehnična sredstva in jih naučimo oziroma vzpodbudimo, da jih uporabljajo, jim omogočimo, da ostanejo dalj časa samostojni v svojih stanovanjih in se tako izognejo vsaj za nekaj časa namestitvi v domove za stare in s tem institucionalizaciji (Hojnik-Zupanc 1999: 158).

Stari ljudje menijo, da imajo premalo informacij o IKT, njeni funkcionalnosti in o ravnanju z IKT. Mogoče se zato zdi, da imajo pred IKT strah.

Dejstvo pa je, da imajo stari ljudje zmanjšane možnosti za učenje, pridobivanje spretnosti in novih znanj, kar pa ni razlog za prepričanje da moderna tehnologija ni primerna za stare ljudi in za pomoč pri vsakdanjem življenju.

IKT starim ljudem omogoča lažje in boljše komuniciranje, kar preprečuje osamljenost. Že samo s tega vidika je IKT zelo pomemben za stare, še posebej za tiste, ki so oddaljeni od svojcev in prijateljev.

Nove uporabniško naravnane storitve naj bi starejšim omogočile bolj neodvisno življenje. Storitve in izdelki, temelječi na IKT, lahko omogočijo starejšim ljudem, da bodo dalj časa živeli v svojem okolju, saj jim lahko zagotovijo avtonomijo in visoko kvaliteto življenja. Po potrebi bodo namreč dobili pomoč pri dnevnih opravilih, lahko se bo nadzorovalo njihovo zdravje in dejavnosti, s tem pa se bo zmanjšala potreba po institucionalnem varstvu. IKT naj bi povečale tudi varnost starih ljudi in jim omogočile hiter dostop do socialnih, zdravstvenih in urgentnih storitev

(<http://v2.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-kakovostna-starost-ena.asp?ID=200702>).

2. PROBLEM

Za takšno raziskavo sem se odločila, ker že dalj časa vodim skupino v DCA Ljubljana s sovoditeljico Tino, ki je vodja DCA na Gosposvetski 4 v Ljubljani. Ker so obiskovalci centra večinoma upokoјenci in so starejši, sem se na podlagi dosedanjih izkušenj, s pomočjo mentorja, odločila za naslov diplomske naloge, ki zajema stare ljudi in medgeneracijsko sožitje torej sodelovanje vseh treh generacij. Ker sem raziskavo izvajala že v poletnih mesecih, je bil obseg obiskovalcev nižji kot je v jesenskem in zimskem času, dokler je vreme še dokaj hladno, sem vprašalnike ponudila tudi v DCA na Puhovi.

Osnovni namen raziskave je torej ugotoviti stališča in izkušnje obiskovalcev DCA Ljubljana do medgeneracijskega sožitja.

Ker stari ljudje niso heterogena skupina, saj imajo posamezniki specifične potrebe, želje, cilje in zahteve, sem dala poudarek ravno na to.

Ženske in moški se že od dojenčka razvijamo drugače. Mislimo drugače. Živimo drugače, četudi skupaj. Imamo različne potrebe, cilje in želje v življenju. Imamo veliko podobnosti a kljub temu veliko razlik. Na podlagi tega sem usmerila raziskavo v razlike po spolu.

Mnenje o sodelovanju generacij med seboj je izjemno pomembno za našo družbo saj prehaja v dolgoživo družbo in medgeneracijsko sodelovanje bo izjemnega pomena. Sprejeti jo bomo morali kot vrednoto, kakor je bilo v preteklosti.

Raziskava bo pokazala kakšna mnenja in izkušnje imajo obiskovalci DCA Ljubljana o medgeneracijskem sožitju.

3. METODOLOGIJA

3.1.Vrsta raziskave in hipotezi

Raziskava je v prvi vrsti kvantitativna, saj sem zbirala številčne podatke o tem, kakšna stališča in izkušnje imajo obiskovalci DCA Ljubljana.

Raziskava je tudi komperativna, ker sem v njej primerjala populacijo glede na spol in glede na stan.

Neodvisne spremenljivke v raziskavi so:

- spol (moški, ženski),
- starost (leta),
- stan (samski, poročen, vdovec, razvezan).

Odvisne spremenljivke v raziskavi:

- obisk DCA Ljubljana (vsak da, nekajkrat na teden, nekajkrat na mesec, drugo),
- zadovoljnost z delavnicami in ostalimi uslugami DCA Ljubljana,
- pomembnost podaljšane pokojninske dobe za medgeneracijsko sožitje v Sloveniji,
- pomembnost pomoči starejših mlajšim in obratno,
- pomembnost izobraževanja za starejše
- pomembnost učenja dela z računalnikom,
- trud za reden in lep pogovor med generacijami,
- vizija naše družbe (kako jo bodo vodili današnji maldi ljudje, ko odrastejo),
- koristnost anketiranih o njihovi koristnosti za družbo,
- dolg mladih starim za skrb v času onemoglosti,
- pomoč starih pri varstvu in oskrbi predšolskih in šolskih otrok,
- pogostost stikov starejših z ostalima generacijama,
- srečevanje svojcev med prazniki,
- kraj druženja starejših z ostalimi generacijami.

Hipotezi:

H1: Ženske se več družijo z ostalima generacijama kot moški.

H2: Moškim se zdi, da bi starejši morali pomagati mlajšim, bolj pomembno kot ženskam.

3.2. Merski instrumenti in viri podatkov

Merski instrument v raziskavi je vprašalnik, ki je sestavljen iz petnajstih vprašanj zaprtega tipa.

V prvem delu vprašalnika me zanimajo splošni podatki, kot so spol in starost. V drugem delu vprašalnika sem hotela izvedeti, koliko obiskovalci DCA Ljubljana dejansko obiskujejo center in koliko so zadovoljni z njihovo ponudbo storitev. V tretjem delu pa me zanimajo stališča in izkušnje omenjenih obiskovalcev o medgeneracijskem sožitju.

3.3. Populacija in vzorec

Podatke sem zbirala tako, da sem v mesecu maju razdelila vprašalnike, katere je vodja DCA na Gosposvetski namenila tudi v DCA na Puhovi. Zanimivo je, da sem jih razdelila sto in prav toliko sem jih tudi dobila nazaj. Obiskovalci so vprašalnike večinoma reševali v DCA, ko so jih dobili in ji vrnili takoj, ko so končali z odgovarjanjem. Le redki so si ga vzeli domov in ga ob naslednjem obisku vrnili.

Vprašalnike je izpolnilo sto oseb. To so bili uporabniki DCA Ljubljana.

3.4. Obdelava in analiza podatkov

Zbrane podatke sem obdelala in analizirala kvantitativno. Vprašalnik sem obdelala s pomočjo računalniških programov Microsoft Excel in Microsoft Word. Podatke sem obdelala tudi

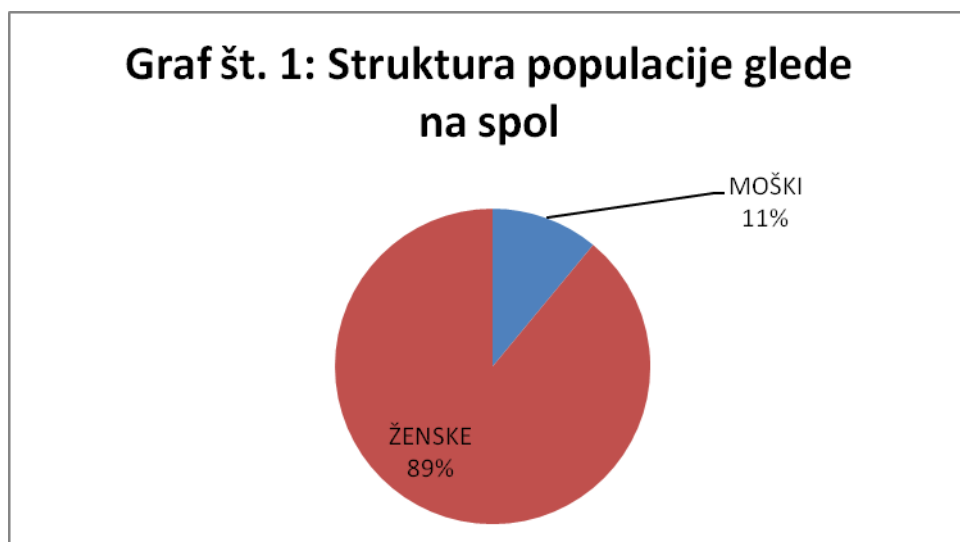
ročno. Za predstavitev rezultatov raziskave sem izbrala tabele in grafike. Dobljeni odgovori so prikazani v absolutnih številkah in odstotkih.

4. REZULTATI IN RAZPRAVA

Tabela 1: Struktura populacije glede na spol.

SPOL	MOŠKI	ŽENSKE	SKUPAJ
Število	11	89	100
Odstotki	11%	89%	100%

Diagram 5: Struktura populacije glede na spol.



Interpretacija:

V raziskavi sem zajela 100 oseb. Od tega je bilo 89 žensk (89%) in le 11 moških (11%). Takšen rezultat sem tudi pričakovala, saj sem menila, da bodo vprašalnik rajši izpolnjevale ženske. Razlog je verjetno tudi ta, da v DCA Ljubljana, na Gosposvetski zahajajo predvsem, ženske.

Tabela 2: Struktura prebivalstva glede na starost.

STAROST	Od 50 do 61 let	od 62 do 73 let	od 74 do 85 let
Število	31	51	18
Odstotki	31%	51%	18%

Interpretacija:

Anketirane osebe sem razdelila na tri starostne skupine naknadno, zaradi lažje obdelave podatkov in boljše preglednosti. V prvi starostni skupini sem zajela anketirance od 50 do 61 let (31 %), v drugo anketirance od 62 do 73 let (51 %) in v tretjo anketirance od 74 do 85 let (18 %). Sklepam lahko, da je največ tistih, ki obiskujejo DCA Ljubljana starih med 50 in 60 let.

Tabela 3: Struktura populacije glede na stan.

STAN	SAMSKI	POROČEN	VDOVEC	RAZVEZAN	SKUPAJ
Število	16	37	26	21	100
Odstotki	16%	37%	26%	21%	100%

Diagram 6: Struktura prebivalstva glede na starost

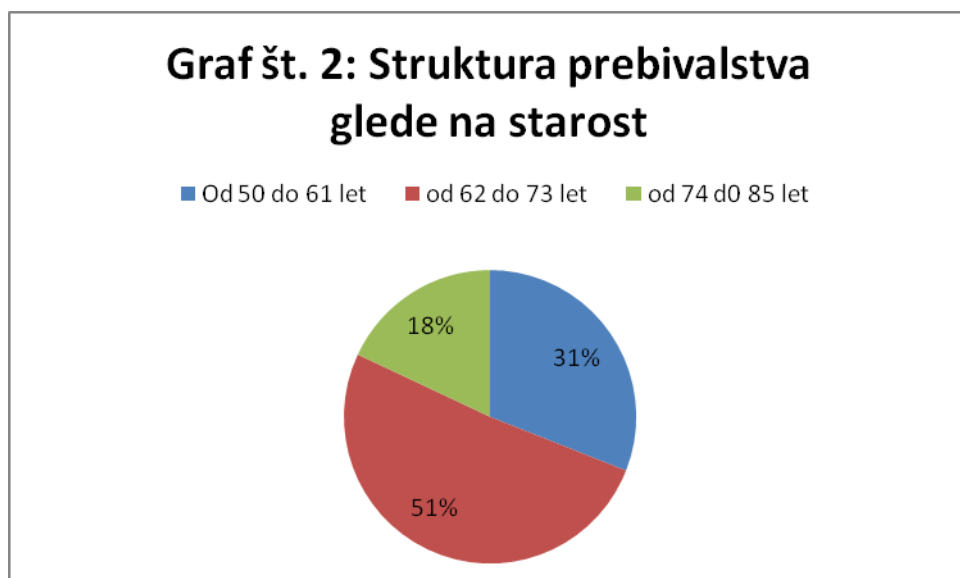
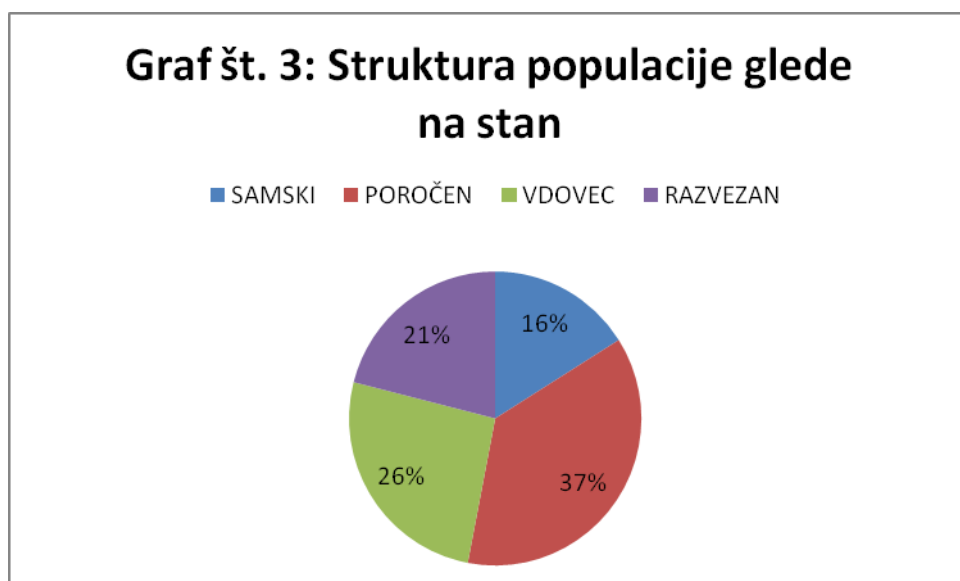


Diagram 7 : Struktura populacije glede na stan



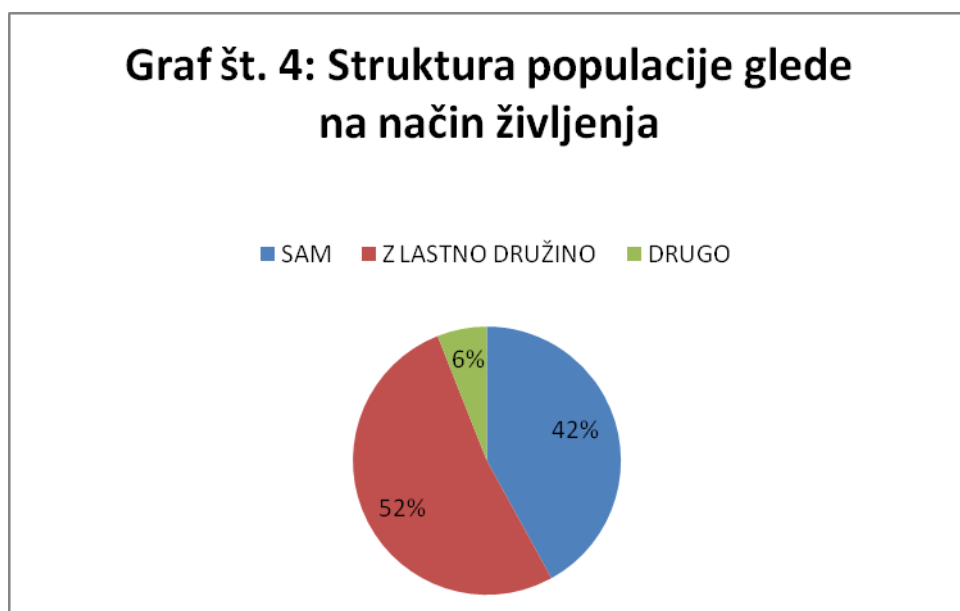
Interpretacija:

Anketiranci, ki obiskujejo DCA Ljubljana so v največjem deležu poročeni (37 %). Velik delež predstavljajo tudi tisti, ki so ovdoveci (26 %). Takoj za njimi so razvezani in šele nato tisti, ki so samski. Takšnega rezultata nisem pričakovala. Menila sem, da bo največji delež obiskovalcev DCA Ljubljana tistih, ki so samski in ovdoveci.

Tabela 4: Struktura populacije glede na način življenja.

ŽIVIM	Sam	Z lastni družino	Drugo	Skupaj
Število	42	52	6	100
Odstotki	42%	52%	6%	100%

Diagram 8: Struktura populacije glede na način življenja.



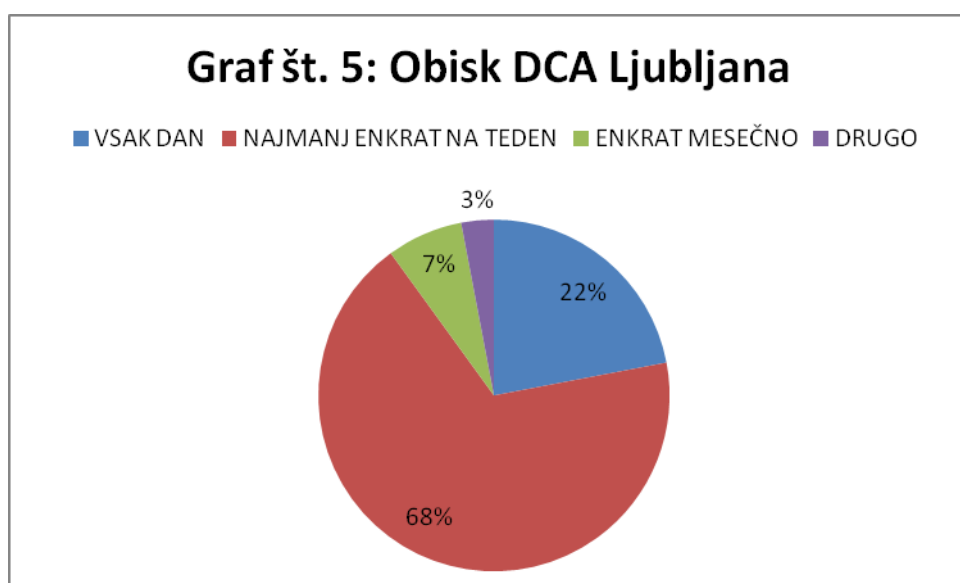
Interpretacija:

Po pričakovanjih večina anketirancev živi z lastno družino (52 %). Drugi velik delež živi sam (42 %), verjetno iz razlogov ovdovitve in/ali razveze. Le 6 % je tistih, ki živijo na drugačen način, torej ne živijo v klasičnih lastnih družinah ali sami.

Tabela 5: Obisk DCA Ljubljana.

DCA LJUBLJANA OBISKUJEM	Vsak dan	Najmanj enkrat na teden	Enkrat mesečno	Drugo	Skupaj
Število	22	68	7	3	100
Odstotki	22%	68%	7%	3%	100%

Diagram 9: Obisk DCA Ljubljana.



Interpretacija:

68 anketirancev (68 %) obiskuje DCA Ljubljana najmanj enkrat na teden. Vsak dan ga obiskuje 22 anketirancev od stotih. Majhen odstotek (7 %) ga obiskuje enkrat na mesec, 3 % pa so se odločili za odgovor drugo.

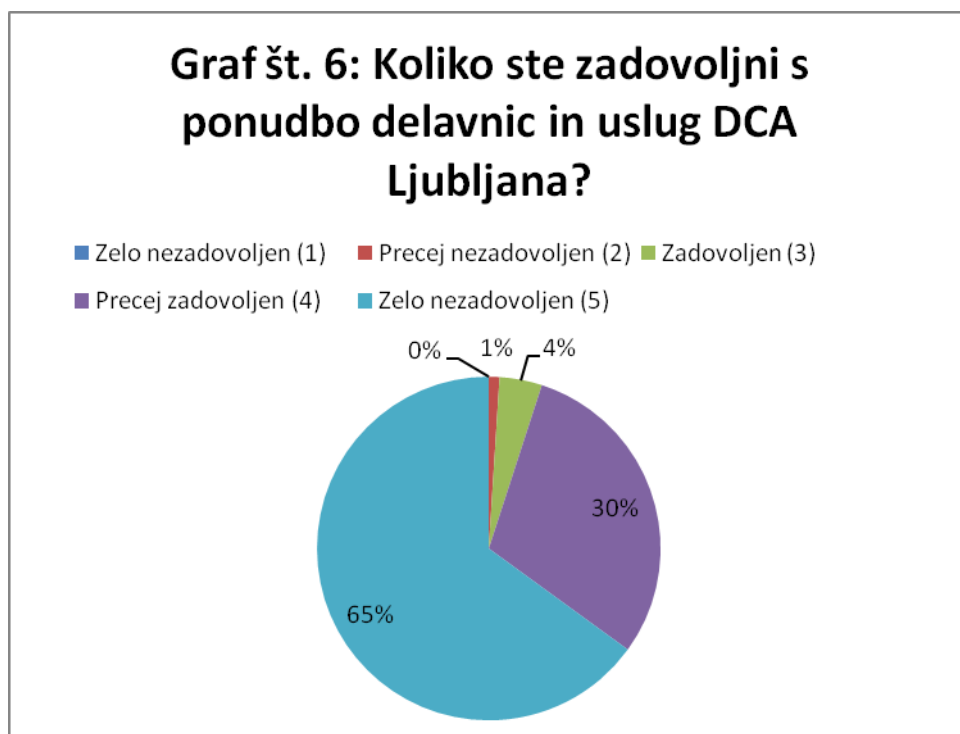
Sklepam lahko, da je program dnevnega centra očitno toliko zanimiv, da ga več kot polovica vprašanih obiskuje vsaj enkrat na teden.

Kako ste zadovoljni s ponudbo delavnic in ostalih uslug DCA Ljubljana?

Tabela 6: Kako ste zadovoljni s ponudbo delavnic in uslug DCA Ljubljana?

	Število	Odstotki
Zelo nezadovoljen (1)	0	0%
Precej nezadovoljen (2)	1	1%
Zadovoljen (3)	4	4%
Precej zadovoljen (4)	30	30%
Zelo nezadovoljen (5)	65	65%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 10: Zadovoljstvo ponudb delavnic in uslug DCA Ljubljana.



Interpretacija:

Pričakovano so anketiranci z večino odgovorili, da so zelo zadovoljni s ponudbo delavnic in uslug DCA Ljubljana (65 %). 30 anketirancev (30 %) je precej zadovoljna s ponudbo DCA Ljubljana. Našel se je tudi eden anketiranec (1 %), ki ni zadovoljen s ponudbo delavnic in uslug DCA Ljubljana.

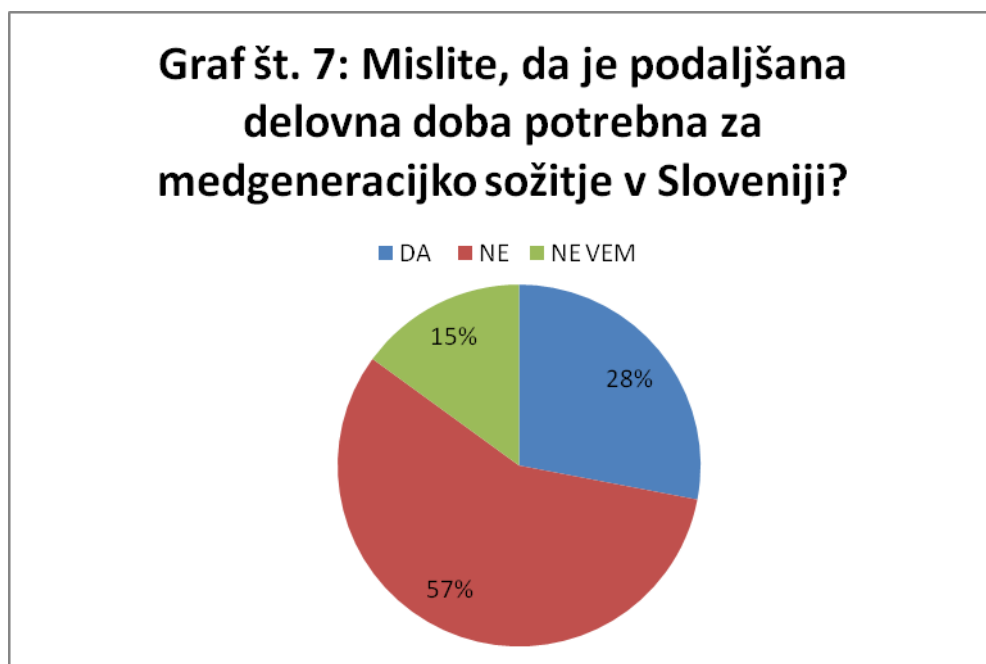
Tudi tukaj lahko vidimo, da je 65 % obiskovalcev zelo zadovoljnih. Ta podatek je centru v korist, saj ve, da izpolnjuje svoje poslanstvo.

7. Za večjo vzdržnost pokojninskega sistema je ovedena podaljšana delovna doba. Mislite, da je ta potrebna za medgeneracijsko sožitje v Sloveniji?

Tabela 7: Mislite, da podaljšana delovna doba potrebna za medgeneracijsko sožitje v Sloveniji?

	DA	NE	NE VEM	SKUPAJ
Število	28	57	15	100
Odstotki	28%	57%	15%	100%

Diagram 11: Mnenje o vplivu podaljšanja delovne dobe na medgeneracijsko sožitje v Sloveniji.



Interpretacija:

Anketiranci so s 15 % odgovorili, da ne vedo, ali je podaljšana pokojninska doba potrebna za medgeneracijsko sožitje v Sloveniji. Anketirane osebe so v 57 % odgovorile na ni pomembna in z 28 %, da je pomembna.

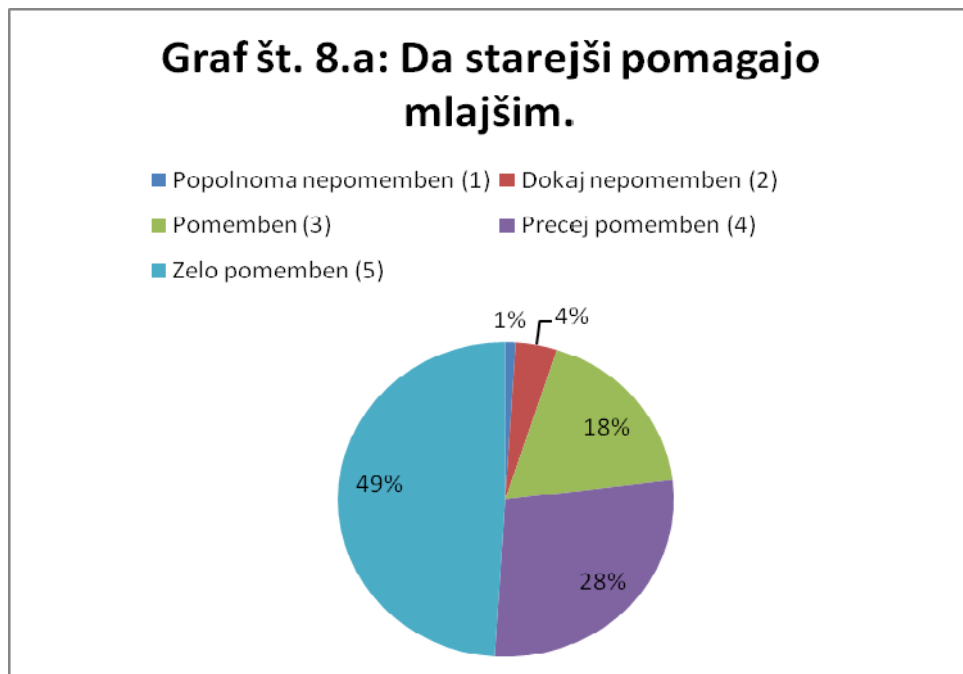
Ocenite naslednje izjave po tem, koliko se vam zdijo pomembne.

a) Da starejši pomagajo mlajšim.

Tabela 8: Da starejši pomagajo mlajšim.

	Število	Odstotki
Popolnoma nepomembno (1)	1	1%
Dokaj nepomembno (2)	4	4%
Pomembno (3)	18	18%
Precej pomembno (4)	28	28%
Zelo pomembno (5)	49	49%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 12: Pomoč starejših mlajšim.



Interpretacija:

Anketiranci menijo, da je zelo pomembno, da starejši pomagajo mlajšim v 49 %. 28 % anketirancev se zdi ta trditev precej pomembna. 18 anketirancev meni, da je pomembno, da starejši pomagajo mlajšim, 4 % anketirancev meni, da je pomoč starejših mlajšim dokaj

nepomembna in le 1 anketiranec se je opredelil, da starejši nikakor ne rabijo pomagati mlajšim.

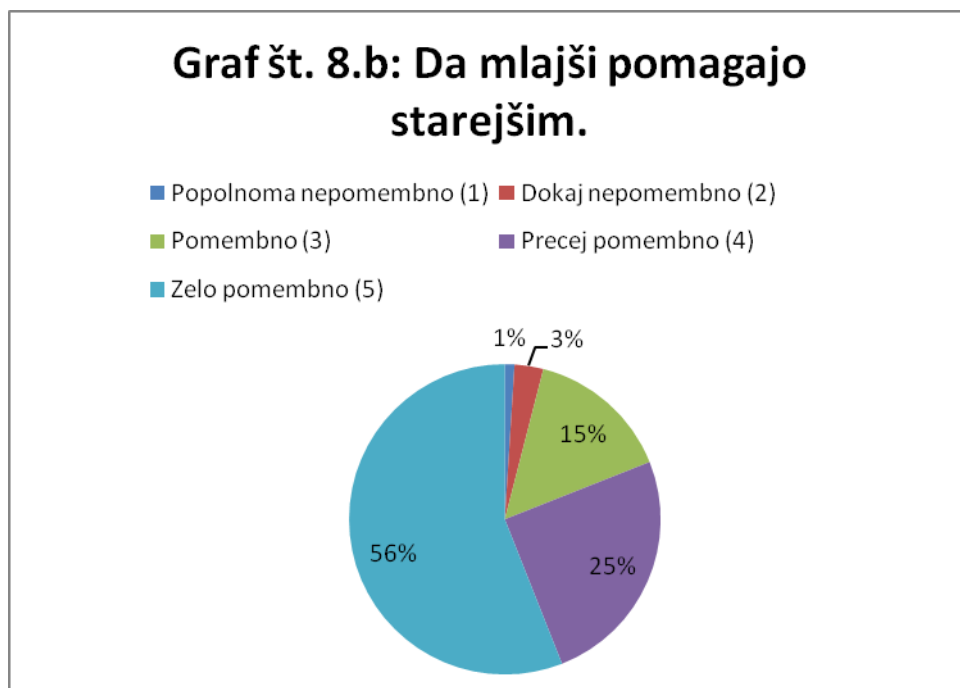
Rezultati raziskave nam kažejo, da je prav, da starejši nudijo pomoč mlajšim, kar sem predvidevala, saj se mi zdi tradicija medsebojnega sožitja pri nas še vedno živa.

b.) Da mlajši pomagajo starejšim.

Tabela 9: Da mlajši pomagajo starejšim.

	Število	Odstotki
Popolnoma nepomembno (1)	1	1%
Dokaj nepomembno (2)	3	3%
Pomembno (3)	15	15%
Precej pomembno (4)	25	25%
Zelo pomembno (5)	56	56%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 13: Pomoč mlajših starejšim.



Interpretacija:

Enemu anketirancu (1 %) se zdi, da mlajši sploh ne potrebujejo pomagati starejšim. V nasprotju meni 56 % anketirancev, da bi mlajši morali pomagati starejšim. Tisti, ki menijo, da je precej pomembno, da mlajši pomagajo starejšim je 25 (25 %), tistih, ki se jim zdi trditev, da mlajši pomagajo starejšim dokaj nepomembna je 3 %. Anketiranci DCA Ljubljana v 15 % menijo, da je pomembno, da mlajši pomagajo starejšim.

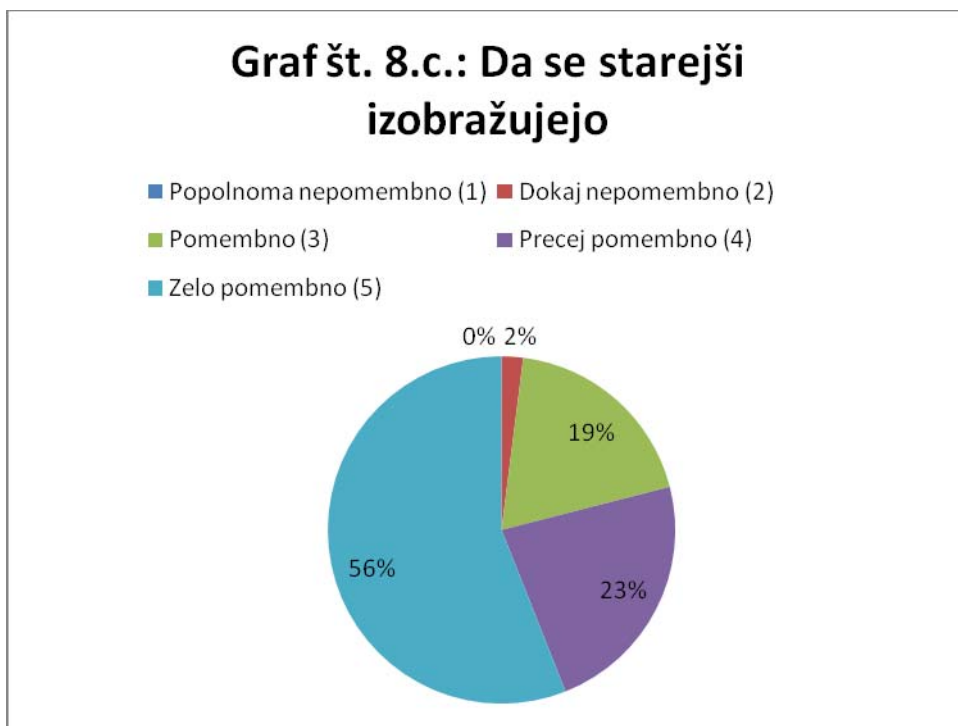
Takšne rezultate sem pričakovala, saj po dosedanjih izkušnjah vem, da starejši tarnajo, da bi laho mlajši bolj pomagali starejšim. Malenkost so me presenetili 4 anketiranci, ki menijo, da se jim zdi dokaj nepomembno, da mlajši pomaga.

c.) Da se starejši ljudje izobražujejo.

Tabela 10: Da se starejši ljudje izobražujejo.

	Število	Odstotki
Popolnoma nepomembno (1)	0	0%
Dokaj nepomembno (2)	2	2%
Pomembno (3)	19	19%
Precej pomembno (4)	23	24%
Zelo pomembno (5)	56	56%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 14: Izobraževanje starejših.



Interpretacija:

Anketirane osebe so nepričakovano odgovorile s 56 %, da je zelo pomembno, da se starejši ljudje izobražujejo, kar je več kot polovica anketirancev. Od 100 (100 %) anketiranih jih 23 (23 %) meni, da je izobraževanje za starejše precej pomembno. Pomembno se to zdi 19 % anketiranih, 2 % se zdi izobraževanje starejših dokaj nepomembno. Nobeden od anketiranih ni mnenja, da je izobraževanje starejših popolnoma nepomembno.

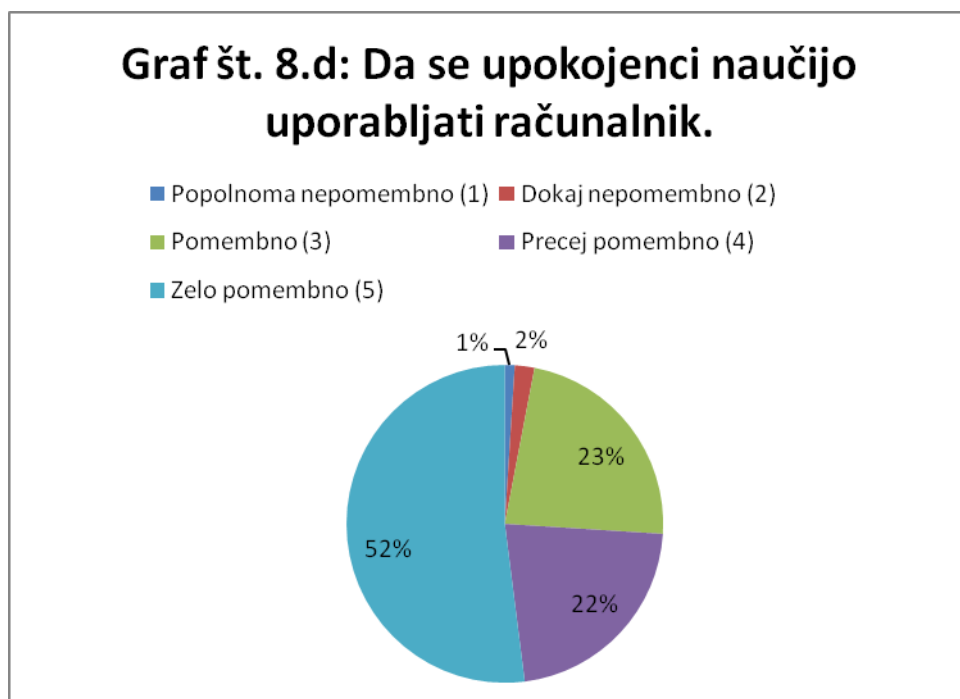
Zanimivo je, da so pri nas starejši tako zavzeti za izobraževanje, če pogledamo rezultate raziskave. Večina jih je odgovorila, da je pomembno, da se starejši ljudje izobražujejo in prav nobeden ne meni, da je izobraževanje popolnoma nepomembno za stare ljudi.

d.) Da se upokojenci naučijo uporabljati računalnik.

Tabela 11: Da se upokojenci naučijo uporabljati računalnik.

	Število	Odstotki
Popolnoma nepomembno (1)	1	1%
Dokaj nepomembno (2)	2	2%
Pomembno (3)	23	23%
Precej pomembno (4)	22	22%
Zelo pomembno (5)	52	52%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 15: Uporaba računalnika pri upokojencih.



Interpretacija:

Anketiranim osebam se zdi računalniška pismenost zelo koristna v 52 % za upokojence. 22 (22 %) jih meni, da je precej koristno, da se tega naučijo. Odstotek se precej zmanjša pri mnenju, da je popolnoma nekoristna (2 %). 37 (37 %) anketirancev meni, da je koristno, da se upokojenci naučijo uporabljati računalnik, 2 % anketiranih oseb pa meni, da je dokaj nekoristno, da se upokojenci naučijo uporabljati računalnik.

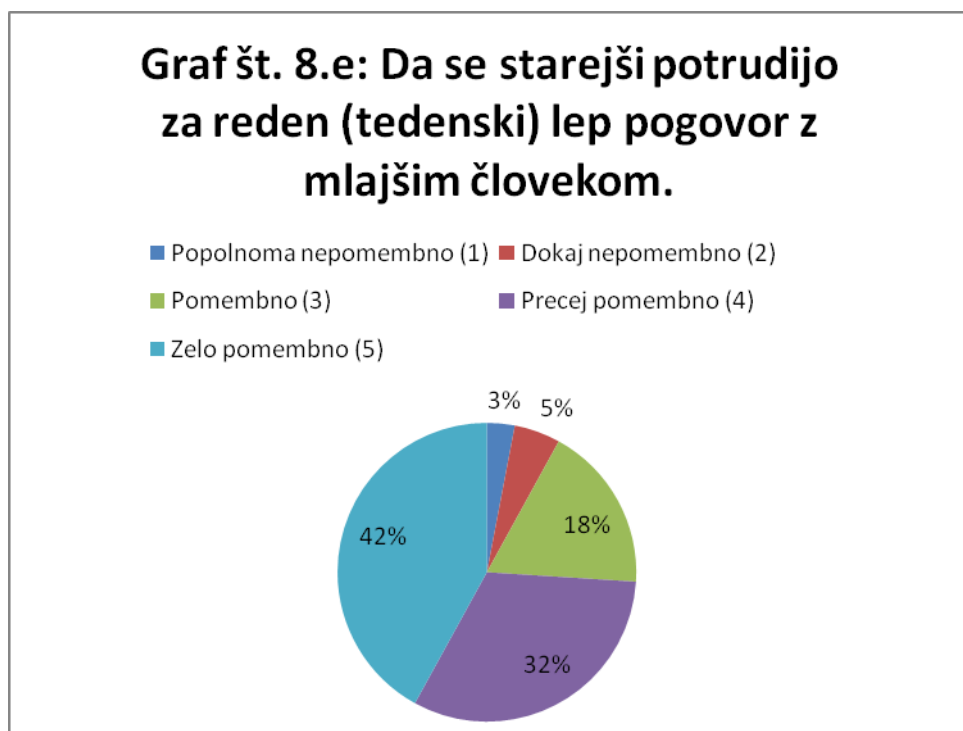
Presenečena sem nad odgovori vprašanih, saj jih večina meni, da je pomembno, da se upokojenci naučijo uporabljati računalnik. Razlog temu je mogoče spet to, da sem raziskavo izvajala v Ljubljani in ne na periferiji, kejr ljudje niti nimajo toliko možnosti in motivacije.

e.) Da se starejši potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor z mlajšim človekom

Tabela 12: Da se starejši potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor z mlajšim človekom

	Število	Odstotki
Popolnoma nepomembno (1)	3	3%
Dokaj nepomembno (2)	5	5%
Pomembno (3)	18	18%
Precej pomembno (4)	32	32%
Zelo pomembno (5)	42	42%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 16: Tedenski pogovor starejših z mlajšimi.



Interpretacija:

Največ, 42 (42 %), anketiranih oseb meni, da je zelo pomembno, da se starejši potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor z mlajšim človekom. Sledijo mu tisti, ki menijo, da je precej pomembno, da se starejši potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor z mlajšim človekom. 18 % anketiranih meni, da je pomembno. Dokaj nepomembno se zdi petim, da se starejši človek potruži za reden (tedenski) lep pogovor z mlajšim človekom, popolnoma nepomembno pa se to zdi 3 % anketiranih oseb.

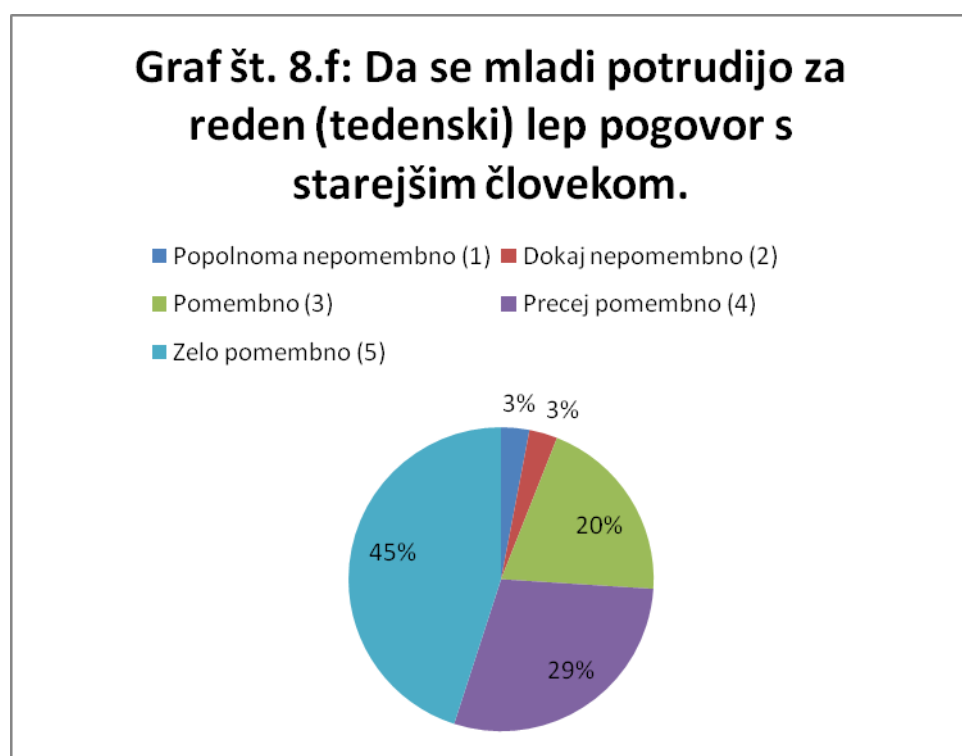
Tudi tukaj je razvidno, da starejši menijo, da je pomembno medgeneracijsko sožitje v naši družbi. Ker so po večini ženske tiste, ki so odgovarjale na vprašalnik, je možno, da so rezultati raziskave ravno zato takšni, kot so.

f.) Da se mladi potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor s starejšim človekom.

Tabela 13: Da se mladi potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor s starejšim človekom.

	Število	Odstotki
Popolnoma nepomembno (1)	3	3%
Dokaj nepomembno (2)	3	3%
Pomembno (3)	20	20%
Precej pomembno (4)	29	29%
Zelo pomembno (5)	45	45%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 17: Tedenski pogovor mlajših z starejšimi.



Interpretacija:

Da bi se mladi morali potruditi za reden (tedenski) lep pogovor s starejšim človekom meni 45 anketirancev (45 %). Anketirani z 29 % menijo, da je to precej pomembno. Pomembno se zdi 20 anketirancem (20 %), da se mlajši potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor s starim človekom. Izenačeni sta mnenji, da je dokaj nepomembno in popolnoma nepomembno, da se mlajši potrudijo za reden (tedenski) stik s starejšim človekom, s tremi anketiranci (3 %).

Odstotki vprašanih pokažejo pričakovano. Obiskovalci DCA Ljubljana se veliko družijo z ostalimi generacijami že v samem centru in ni presenetljivo, da so se v tolišni meri odločili, da je pomemben reden (tedenski) pogovor mladih s starejšim človekom.

Kako menite, da bodo današnji mladi ljudje, ko odrastejo razvijali našo družbo?

Tabela 14: Kako menite, da bodo današnji mladi ljudje, ko odrastejo razvijali našo družbo?

	Število	Odstotki
Bolje kot jo današnji odrasli	11	11%
Slabše kot jo današnji odrasli	28	28%
Enako dobro kot današnji odrasli	61	61%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 18: Mnenje o razvoju naše družbe s strani današnje mladine.



Interpretacija:

Anketiranci menijo z 11 %, da bodo današnji mladi, ko odrastejo, bolje razvijali našo družbo, kot današnji odrasli. Nasprotno meni 28 anketiranih oseb (28 %). Večina pa meni, da bodo današnji mladi ljudje enako dobro razvijali današnjo družbo, ko odrastejo, kot današnji odrasli.

Pričakovala sem več kot polovico odgovorov, da bodo mladi enako dobro razvijali našo družbo, kar je logično, saj so današnji odrasli tisti, ki učijo in vzgajajo današnje mlade in so že začrtali smernice, ki bi jih bilo težko izbrisati.

Koliko menite, da ste koristni za družbo?

Tabela 15: Koliko menite, da ste koristni za družbo?

	Število	Odstotki
Popolnoma nekoristen (1)	8	8%
Dokaj koristen (2)	8	8%
Koristen (3)	37	37%
Precej koristen (4)	23	23%
Zelo koristen (5)	24	24%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 19: Mnenje o koristnosti za družbo.



Interpretacija:

Največji delež, 37 vprašanih (37 %), meni, da so koristni za današnjo družbo. Le 24 pa jih meni, da so zelo koristni. Precej koristnih se jih čuti 23 %, dokaj nekoristnih pa 8 %. Še vedno je zadosten delež tistih starejših, ki menijo, da so popolnoma nekoristni (8 %).

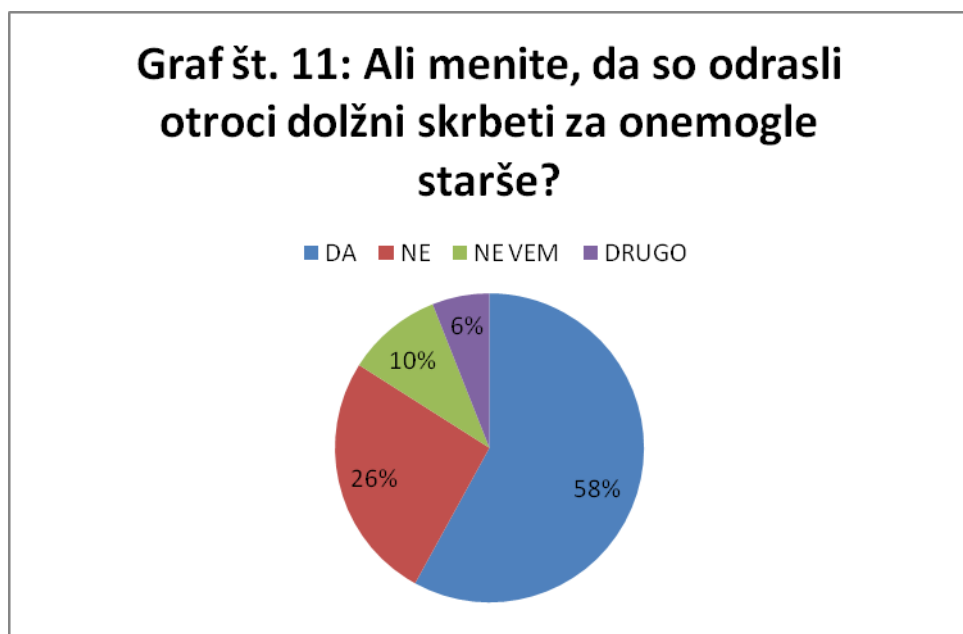
Vesela sem rezultata raziskave na to vprašanje, saj večina starejših meni, da je koristna za družbo. Še vedno pa so zaskrbljujoči tisti, ki so odgovorili, da menijo, da niso koristni za družbo (8 %).

Ali menite, da so odrasli otroci dolžni skrbeti za onemogle starše?

Tabela 16: Ali menite, da so odrasli otroci dolžni skrbeti za onemogle starše?

	DA	NE	NE VEM	DRUGO	SKUPAJ
Število	58	26	10	6	100
Odstotki	58%	26%	10%	6%	100%

Diagram 20: Mnenje o skrbi odraslih otrok onemoglih staršev.



Interpretacija:

Več kot polovica vprašanih je odgovorila, da so odrasli otroci dolžni skrbeti za onemogle starše. Precejšen delež (26 %) meni, da niso dolžni tega. Anketiranci so navedli tudi drugo v 6 %. 10 anketiranih oseb je odgovorila, da ne ve, ali so odrasli otroci dolžni skrbeti za onemogle starše.

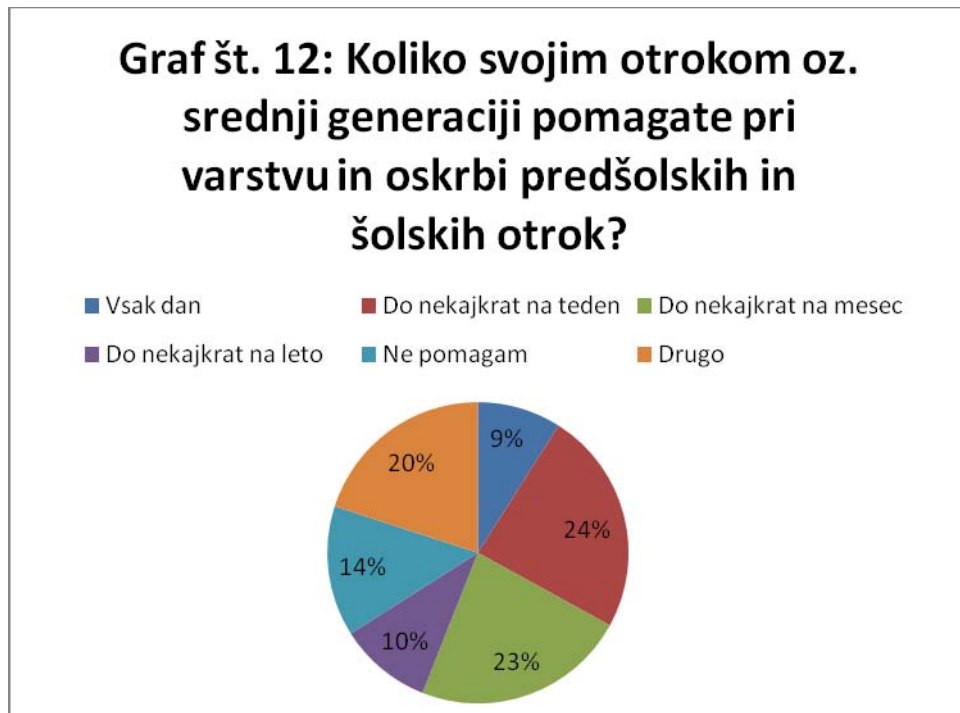
Pričakovano jih je večina odgovorila, da je skrb odraslih otrok za onemogle starše zelo pomembna, kar kaže, da starejši kljub vsemu želijo neko vračilo skrbi, ki so jo oni dali otrokom, naj bo to iz ljubezni ali iz obveznosti.

Koliko svojim otrokom oz. srednji generaciji pomagata pri varstvu in oskrbi predšolskih in šolskih otrok?

Tabela 17: Koliko svojim otrokom oz. srednji generaciji pomagata pri varstvu in oskrbi predšolskih in šolskih otrok?

	Število	Odstotki
Vsak dan	9	9%
Do nekajkrat na teden	24	24%
Do nekajkrat na mesec	23	23%
Do nekajkrat na leto	10	10%
Ne pomagam	14	14%
Drugo	20	20%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 21: Koliko svojim otrokom oz. srednji generaciji pomagata pri varstvu in oskrbi predšolskih in šolskih otrok?



Interpretacija:

Vsak dan svojim otrokom oz. srednji generaciji pomaga pri varstvu in oskrbi predšolskih ali šolskih otrok 14 anketirancev (14 %). Do nekajkrat na teden to počne 24 anketirancev (24 %), do nekajkrat na mesec pa 23 anketirancev (24 %). Nekajkrat na leto svojim otrokom okrog varstva in oskrbe predšolskih in šolskih otrok pomaga 10 % anketiranih. Nikoli ne pomaga 9 anketirancev (9 %) za druge možnosti pa se je odločilo 20 % anketiranih.

Rezultati so pokazali pričakovano. Svojim otrokom starejši pomagajo, kolikor je to le mogoče. Tisti, ki tega ne počnejo, so verjetno toliko oddaljeni od svojih otrok in njihovih družin ali pa nimajo otrok oziroma vnukov.

Kako pogosto imate stike z ostalimi generacijami v svojem socialnem okolju?

Tabela 18: Kako pogosto imate stike z ostalimi generacijami v svojem socialnem okolju?

	Število	Odstotki
Vsak dan	40	40%
Do nekajkrat na teden	31	31%
Nekajkrat na mesec	27	27%
Nimam stikov	2	2%
SKUPAJ	100	100%

Diagram 22: Kako pogosto imate stike z ostalimi generacijami v svojem socialnem okolju?



Interpretacija:

Največ vprašanih se z ostalima generacijama družita vsak dan (40 %). Do nekajkrat na teden se z ostalima generacijama družita 31 anketirancev (31 %). 27 % nekajkrat na mesec in le 2 % anketirancev sta se odločila za drugo.

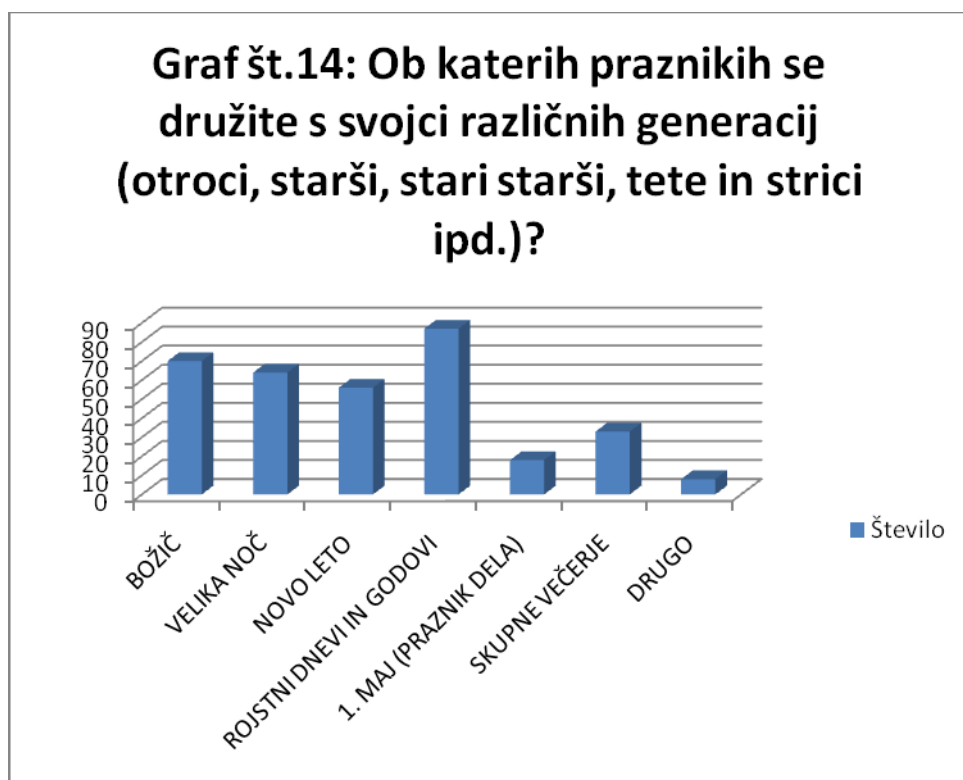
Rezultat sem pričakovala, saj sem izvajala raziskavo v Ljubljani, ki je veliko mesto in imajo starejši več možnosti srečevati se in družiti z ostalima generacijama.

Ob katerih praznikih se družite s svojci različnih generacij (otroci, starši, stari starši, tete in strici ipd.)?

Tabela 19: Ob katerih praznikih se družite s svojci različnih generacij (otroci, starši, stari starši, tete in strici ipd.)?

	Število
BOŽIČ	70
VELIKA NOČ	64
NOVO LETO	56
ROJSTNI DNEVI IN GODOVI	87
1. MAJ (PRAZNIK DELA)	18
SKUPNE VEČERJE	33
DRUGO	8

Diagram 23: Ob katerih praznikih se družite s svojci različnih generacij (otroci, starši, stari starši, tete in strici ipd.)?



Interpretacija:

Vsak anketiranec je lahko izbral več možnih odgovorov. Iz grafa je razvidno, da se ob rojstnih dnevih in godovih starejši največkrat srečujejo s svojci različnih generacij. Sledita velika noč, novo leto in skupne večerje. Za praznik dela (1. maj) se srečuje s svojci različnih generacij 18 anketirancev od stotih. Druge možnosti je obkrožilo 8 anketirancev.

Popolnoma pričakovani rezultati za našo družbo. Najpomembnejši so osebni prazniki, kot je rojstni dan, 1. maj pa se ne praznuje več v tolikšni meri, kot se je za časa Jugoslavije, v tedanjem režimu.

Kje se družite z drugimi generacijami?

Tabela 20: Kje se družite z drugimi generacijami?

	Število
DOMA	72
V NEKI ORGANIZACIJI ALI	53
USTANOVI	
NA PROSTEM	34
V DOMOVIH DRUGIH LJUDI	25
V GOSTILNI	25
DRUGJE	4

Diagram 24: Kje se družite z drugimi generacijami?



Interpretacija:

Največ se anketirane osebe z drugimi generacijami družijo v svojem domu. Zanimivo je, da so na drugem mestu razne organizacije in ustanove. Veliko se jih družijo tudi na prostem in v gostilni. Kot drugo so navedli 4 anketirani.

Četudi bi lahko rekli, da je nekoliko čudno, da se družimo z ostalimi generacijami v gostilni, je to res. A v ospredju je posameznikov dom, kjer se najlažje sprosti vsak. Presenečena sem bila, da se tolikšen odstotek starejših družijo v kakšni organizacijah ali ustanovi. Pričakovala sem manjši odstotek.

4.1. Preverjanje hipotez

H1: Ženske se več družijo z ostalima generacijama kot moški.

Tabela 21: Podatki o druženju (fo).

	Se družijo	Se ne družijo	SKUPAJ
Moški	11 (11%)	0 (0%)	11 (1%)
Ženske	77 (77%)	2 (2%)	87 (87%)
SKUPAJ	87 (87%)	2 (2%)	100 (100%)

Stopnja prostosti

$$Sp = [(št. vrstic - 1) \times (št. stolpcev)]$$

Tabela 22: Tabela χ^2 (H2).

	Fo	ft	(fo-ft)	(fo-ft) ²	(fo-ft) ² /ft
A	11	10,78	0,22	0,048	0,004
B	0	0,22	-0,22	0,048	0,220
C	87	87,22	-0,22	0,048	0,001
D	2	1,78	0,22	0,048	0,027
SKUPAJ	100	100			0,252

$$\chi^2 = \sum \frac{(fo - ft)^2}{ft}$$

$$\chi^2 = 0,252$$

$$sp = 1$$

$p > 0,05$ – stopnja tveganja

$$\chi^2 = 0,252 < \alpha_{0,05} = 3,84$$

Interpretacija:

Hipotezo zavrնemo, saj se ęenske ne druęijo već z ostalima generacijama od moških. Izraćun vrednosti hi-kvadrata je manjši od tabelirne vrednosti (7,815).

H2: Moškim se zdi, da bi starejši morali pomagati mlajšim, bolj pomembno kot ęenskam.

Tabela 23: Podatki o pomembnosti pomoći (starejši mlajšim) (fo).

	Pomembno	Nepomembno	SKUPAJ
Moški	84 (%)	5 (5%)	89 (89%)
ęenske	11 (11%)	0 (0%)	11 (11%)
SKUPAJ	95 (95%)	5 (5%)	100 (100%)

Stopnja prostosti

$$Sp = [(št.vrstice - 1) \times (št.stolpca)]$$

Tabela 24: Tabela χ^2 (H3).

	Fo	Ft	(fo-ft)	(fo-ft) ²	(fo-ft) ² /ft
A	84	84,55	-0,55	0,302	0,004
B	5	4,45	0,55	0,303	0,068
C	11	10,45	0,55	0,303	0,029
D	0	0,55	-0,55	0,303	0,550
SKUPAJ	100	100			0,651

$$\chi^2 = \sum \frac{(fo - ft)^2}{ft}$$

$$\chi^2 = 0,651$$

$$sp = 1$$

$p > 0,05$ – stopnja tveęanja.

$$\chi^2 = 0,651 < \alpha_{0,05} = 3,84$$

Interpretacija:

Izračun vrednosti hi-kvadrata (0,651) je manjši od tabelirne vrednosti (3,84), zato svojo hipotezo zavrnem. Ni statistično pomembnih razlik.

Moškim in ženskam se zdi enako pomembna trditev, da starejši pomagajo mlajšim.

5. SKLEPI

1. Veliko starejših meni, da je pomoč mlajšim pomembna. Nekaj pa jih meni, da to ni pomembno (4 %). Obratno, da mlajši pomagajo starejšim, pri mnenju, da je pomoč nepomembna, po odstotkih sovпада. Nekoliko več starejših pa meni, da je pomoč med mlajšimi in starejšimi zelo in precej pomembna (da starejši pomagajo mlajšim 81 %, da mlajši pomagajo starejšim 77 %).
2. Izobraževanje starejših je pomembno za 98 % vprašanih, medtem ko se zdi vprašanim pomen naučiti se uporabljati računalnik v 97 %.
3. Pomen redenega (tedenskega) lepega pogovora je pomemben obema skupinama (starejšim in mlajšim). 8 % anketiranih meni, da je nepomembno, da se starejši potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor z mlajšim človekom. Da se mlajši potrudijo za reden (tedenski) lep pogovor s starejšim človekom pa se zdi nepomembno 6 % vprašanih.
4. Današnji mladi naj bi enako dobro razvijali našo družbo, ko odrastejo, kot današnji odrasli. Kar 28 % starejših pa meni, da bodo današnji mladi, ko odrastejo, slabše razvijali današnjo družbo.
5. Precejšen del starejših (16 %) je mnenja, da so nekoristni za družbo. Večina (84 %) pa se čuti koristne, od tega se čuti zelo koristne 24 % starejših.
6. Več kot polovica (58 %) starejšim meni, da so odrasli otroci dolžni skrbeti za onemogle starše. Dobra četrtina (26 %) jih meni, da odrasli otroci ne rabijo poskrbeti za onemogle starše. 10 % se jih ne zna opredeliti. 6 % starejših uporabnikov DCA Ljubljana pa je v vprašalniku obkrožilo kot možnost mnenja, drugo.
7. Starejši pomagajo svojim otrokom oziroma srednji generaciji pri varstvu in oskrbi predšolskih in šolskih otrok (9 %), do nekajkrat na teden (24 %), do nekajkrat na mesec (23 %), le nekajkrat na leto (10 %), nekateri pa ne pomagajo (14 %) v kar precejšnjem odstotku. Nekateri od vprašanih verjetno še nimajo vnukov, da bi pomagali ali pa nimajo svojih otrok, ki bi zagotovili naslednjo generacijo.
8. Moški in ženske se veliko družijo z ostalima generacijama.
9. Starejši se največ družijo s svojci različnih generacij ob rojstnih dnevih in godovih, torej osebnih praznikih. Tudi božič in velika noč sta praznika primerna za večje druženje s svojci različnih generacij, povedo vprašani, 1. maj pa ni več tako pomemben praznik, ki bi ga praznovali s svojci. Verjetno je bil v komunističnem

režimu bolj primeren. Skupne večerje pa so dobra priložnost za druženje s svojci, tudi brez razloga, in so jih vprašani postavili na četrto mesto.

10. Dom je okolje, v katerem se anketirani največ družijo z ostalimi generacijami. Sledijo mu razne organizacije in ustanove, ki so vedno pogostejše okolje, kjer se starejši družijo s svojo in z ostalimi generacijami. Verjetno so sprehodi in pikniki, poleg ostalih aktivnosti, ob katerih se starejši družijo z ostalimi generacijami. Anketirani so v vprašalniku na tretje mesto postavili odgovor, da se z ostalimi generacijami družijo na prostem. Četrtnina se družijo z ostalimi generacijami v domovih drugih. To so verjetno domovi teh drugih, domovi prijateljev in znancev ter sorodnikov. Naša kultura pa ima navado srečevati se tudi v gostilnah. Naj bodo to državni ali osebni prazniki, ko se nekaj proslavlja, največkrat pa verjetno le čas za klepet in sprostitev. Seveda pa se starejši z ostalimi generacijami srečujejo tudi kje drugje.

5.1. Predlogi

1. Da bi medgeneracijsko sožitje ponovno sprejeli kot vrednoto, bi lahko organizacije kot so DCA Ljubljana še bolj propagirale svoje storitve in usluge. Z naključnimi vabili na razne prireditve in srečanja izven same prestolnice bi ljudi lahko seznanili s svojim poslanstvom oziroma z njihovimi možnostmi aktivnega življenja v tretjem življenjskem obdobju.
2. Prebivalstvo je treba osveščati o lepotah v jeseni življenja in o pomembnosti tega življenjskega obdobja. Predstaviti in pomagati jim je treba naučiti se kvalitetno živeti v tretjem življenjskem obdobju. Ne le v starosti, ampak že v srednjih letih se je potrebno začeti pripravljati na kakovostno starost.
3. Mlajše bi morali spodbuditi k sodelovanju s starejšimi na vseh osebnih in družbenih področjih. Potrebno jih je izobraževati v to smer in jim ponujati možnost za medgeneracijsko sožitje.
4. Vsi bi se morali intenzivneje učiti pravilne komunikacije, da bi se bolje razumeli in lažje sodelovali.
5. Izobraževanje za starejše bi morali bolj prilagoditi potrebam in sposobnostim starejših, ker imajo drugačne in specifične potrebe in sposobnosti.
6. Starost je potrebno detabuizirati. Odpraviti je treba stereotipe o starosti, da bodo ljudje lažje in z večjim zanosom prehajali v tretje življenjsko obdobje. To lahko ustvarimo takrat, ko bodo starost in stareanje sprejeli kot nekaj pozitivnega starostniki, srednja in mlada generacija.
7. Vladne in nevladne organizacije bi morale ljudi vseh starosti bolj spodbujati k aktivni starosti in učenju za le-to. Država pa bi morala ustvarjati boljše pogoje za uresničevanje medgeneracijskega sožitja v obdobju prehoda v staroživo družbo.
8. Medgeneracijsko sožitje bi moralo biti bolj medijsko pokrito.
9. Družina bi morale sprejeti vsako generacijo kot pomembno in koristno. Ljubezen in prijateljstvo bi morala biti vodilo v družini

LITERATURA

- Dolinčar, Vesna. 2009. Podporne tehnologije – podpora ali ovira medgeneracijske solidarnosti?. Brez spopada. Ljubljana: Pedagoška fakulteta
- Dragoš, Srečo. 2002. Socialne mreže in starost. Socialno delo 39, 4-5: 293-314
- Filipovič Hrast, Maša in Hlebec, Valentina. 2009. Medgeneracijska solidarnost v Sloveniji in tranzicijske spremembe. Brez spopada. Ljubljana: Pedagoška Fakulteta
- Frankl, Viktor E. Volja do smisla. Osnova in raba logopedije. Celje: Mohorjeva družba
- Hojnik-Zupanc, Ida. 1999. Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu. Ljubljana: Znanstvena knjižnica FDV
- Hvalič Tuzery Simona. 2010. Kakovostna starost. Neodvisno življenje v starosti kot . Ljubljana: Inštitut Antona trstenjaka
- Ličen, Nives. 2009. Izobraževanje starejših – spodbuda za razvoj vzgojno – izobraževalnih sistemov. Kakovostna starost 12, 4:30-39. Ljubljana: Inštitut Antona trstenjaka
- Kump Sonja in Jelenc Krašovec Sabina. 2006. Širjenje socialnih mrež starih ljudi s pomočjo izobraževanja. Socialno delo, 45, junij-oktober 2006. Fakulteta za Socialno delo Ljubljana
- Kump Sonja in Jelenc Krašovec Sabina. 1990. Izobraževanje-možni dejavnik krepitve moči in vpliva starejših odraslih. Družboslovne razprave 21
- Milošević Arnold, Vida. 2003. Socialno delo s starimi. Ljubljana: Fakulteta za Socialno delo
- Pečjak, Vid. 2007. Psihologija staranja: 2007. Samozaložba Bled
- Ramovš, Jože. 2003. Kakovostna starost. Socialna gerontologija in gerontologika. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka
- Ramovš, Jože. 2009. Gerontološko izrazje. Kakovostna starost 12, 1. Ljubljana: Inštitut Antona trsenjaka
- Ramovš, Jože. 2000 . Medgeneracijska povezanost, samopomoč in kakovostna starost. Socialno delo 39, 4-5. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo

- Stokes, Graham. 1992. On being old. The psychology of later life. The Falmer Press: London
- Voljič, Božidar. 2009. Predsodki in dejstva o starosti. Kakovostna starost 12, 3. Inštitut Antona Trstenjaka Ljubljana

INTERNETNI VIRI:

<http://www.statisticni-dnevi.si/images/stories/Staranje%20prebivalstva-SLOVENIJA.pdf>

<http://v2.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-kakovostna-starost-ena.asp?ID=200702>

<http://www.centreforip.org.uk/res/documents/publication/ODPM%20intergenerational%20report.pdf>

http://www.vsz.uni-lj.si/ri/publikacije/starostniki2006/3_PahorDomajnko.pdf

<http://v2.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-clanek.asp?ID=849>

<http://factoidz.com/the-benefits-and-ways-of-developing-intergenerational-relationships-between-seniors-and-young-people/>

PRILOGE

Priloga 1

VPRAŠALNIK (STALIŠČA IN IZKUŠNJE UPORABNIKOV DCA LJUBLJANA GLEDE MEDGENERACIJSKEGA SOŽITJA)

Sem Andreja Štajdohar, absolventka Fakultete za Socialno delo in pripravljam diplomsko nalogo. Sem aktivna v DCA na Gosposvetski, kejr vodim skupino Urjenje spomina s sovoditeljico Tino in na Inštitutu Antona Trstenjaka. Prosila bi Vas za pomoč. Zelo Vam bom hvaležna, če mi boste izpolnili vprašalnik, ki sledi. Obljubim Vam, da bom po opravljeni diplomski le-to tudi predstavila v DCA na Gosposvetski.
Hvala!

1. SPOL: M Ž

2. STAROST: _____ let

3. STAN:

- a) SAMSKI
- b) POROČEN
- c) VDOVEC
- d) RAZVEZAN

4. ŽIVIM:

- a) SAM
- b) Z LASTNO DRUŽINO
- c) DRUGO

5. DCA LJUBLJANA OBISKUJEM:

- | | |
|-------------------------------|-------------------------|
| a) VSAK DAN | c) NEKAJKRAT
MESEČNO |
| b) NAJMANJ ENKRAT
NA TEDEN | d) DRUGO |

6. KAKO STE ZADOVOLJNI S PONUDBO DELAVNIC IN OSTALIH USLUG DCA LJUBLJANA?
(ocenite po šolsko: ocena 1 pomeni zelo nezadovoljen, ocena 5 pomeni zelo zadovoljen)

1 2 3 4 5

7. ZA VEČJO VZDRŽNOST POKOJNINSKEGA SISTEMA JE UVEDENA PODALJŠANA DELOVNA DOBA. MISLITE, DA JE TA POTREBNA ZA MEDGENERACIJSKO SOŽITJE V SLOVENIJI?

a) DA

c) NE VEM

b) NE

8. OCENITE NASLEDNJE IZJAVE PO TEM, KOLIKO SE VAM ZDIJO POMEMBNE (ocenite po šolsko: ocena 1 pomeni zelo nepomembno, 5 pomeni zelo pomembno, obkrožite številko)

a) DA STAREJŠI POMAGAJO MLAJŠIM 1 2 3 4 5

b) DA MLAJŠI POMAGAJO STAREJŠIM 1 2 3 4 5

c) DA SE STAREJŠI LJUDJE IZOBRAŽUJEJO 1 2 3 4 5

d) DA SE UPOKOJENCI NAUČIJO UPORABLJATI RAČUNALNIK 1 2 3 4 5

e) DA SE STAREJŠI POTRUDIJO ZA REDEN (TEDENSKI) LEP POGOVOR Z MLAJŠIM ČLOVEKOM 1 2 3 4 5

f) DA SE MLADI POTRUDIJO ZA REDEN (TEDENSKI) LEP POGOVOR S STAREJŠIM ČLOVEKOM 1 2 3 4 5

9. KAKO MENITE, DA BODO DANAŠNJI MLADI LJUDJE, KO ODRASTEJO, RAZVIJALI NAŠO DRUŽBO?

a) BOLJE KOT JO DANAŠNJI ODRASLI

b) SLABŠE KOT JO DANAŠNJI ODRASLI

c) ENAKO DOBRO KOT DANAŠNJI ODRASLI

10. KOLIKO MENITE, DA STE KORISTNI ZA DRUŽBO? (obkrožite; 1. Popolnoma sem nepomemben, 5. Zelo sem pomemben)

1 2 3 4 5

11. ALI MENITE, DA SO ODRASLI OTROCI DOLŽNI SKRBETI ZA ONEMOGLE STARŠE?

c) NE VEM

a) DA

b) NE

d) DRUGO

12. KOLIKO SVOJIM OTROKOM OZ. SREDNJI GENERACIJI POMAGATE PRI VARSTVU IN OSKRBI PREDŠOLSKIH IN ŠOLSKIH OTROK?

- | | |
|--------------------------|-------------------------|
| a) VSAK DAN | d) DO NEKAJKRAT NA LETO |
| b) DO NEKAJKRAT NA TEDEN | e) NE POMAGAM |
| c) DO NEKAJKRAT NA MESEC | f) DRUGO |

13. KAKO POGOSTO IMATE STIKE Z OSTALIMA GENERACIJAMA V SVOJEM SOCIALNEM OKOLJU?

- | | |
|--------------------------|-----------------------|
| a) VSAK DAN | c) NEKAJKRAT NA MESEC |
| b) DO NEKAJKRAT NA TEDEN | d) NIMAM STIKOV |

14. OB KATERIH PRAZNIKIH SE DRUŽITE S SVOJCI RAZLIČNIH GENERACIJ (OTROCI, STARŠI, STARI STARŠI, TETE IN STRICI IPD.)?

- | | |
|----------------------------|--------------------------|
| a) BOŽIČ | e) 1. MAJ (PRAZNIK DELA) |
| b) VELIKA NOČ | f) SKUPNE VEČERJE |
| c) NOVO LETO | g) DRUGO |
| d) ROJSTNI DNEVI IN GODOVI | |

15. KJE SE DRUŽITE Z DRUGIMI GENERACIJAMI?

- a) DOMA
- b) V NEKI ORGANIZACIJI ALI USTANOVI (DOM ZA STARE, DNEVNI CENTER, DRUŠTVO UPOKOJECEV)
- c) NA PROSTEM
- d) V DOMOVIH DRUGIH LJUDI
- e) V GOSTILNI
- f) DRUGJE

Priloga 2

Tabela podatkov iz vprašalnika

Prvi del tabele.

Anket. os.	1.vpr.	2.vpr.	3.vpr.	4.vpr.	5.vpr.	6.vpr.	7.vpr.	8.vpr.(1,2,3,4,5)						9.vpr.
	(M,Ž)	(1,2,3)	(a,b,c,d)	(a,b,c)	(a,b,c,d)	(1,2,3,4,5)	(a,b,c)	a	b	c	d	e	f	(a,b,c)
1	Ž	1	c	a	b	4	b	2	3	5	5	2	2	c
2	Ž	1	d	a	b	5	b	3	3	4	4	4	4	a
3	Ž	1	d	a	b	5	a	5	5	5	5	5	5	b
4	Ž	1	d	b	b	5	b	5	5	5	5	5	5	c
5	Ž	1	d	b	b	5	c	3	3	5	5	4	4	a
6	Ž	1	a	a	a	5	b	5	5	5	5	4	4	c
7	Ž	1	b	b	b	4	c	4	4	5	5	3	3	c
8	Ž	2	b	b	b	5	b	4	4	5	5	4	4	c
9	Ž	2	c	a	a	5	b	4	4	5	5	4	4	c
10	Ž	2	c	a	a	5	b	5	5	5	5	5	5	c
11	Ž	2	c	b	b	5	b	5	5	5	5	5	5	c
12	Ž	1	b	b	b	5	a	5	5	5	5	5	5	a
13	Ž	1	a	a	b	4	a	3	4	4	4	5	5	c
14	Ž	1	b	b	b	5	b	3	3	3	4	3	3	c
15	Ž	1	d	a	a	5	b	3	5	3	4	4	4	b
16	Ž	1	d	a	a	4	b	4	2	4	3	4	4	b
17	Ž	1	d	b	b	5	c	5	4	3	3	4	4	c
18	Ž	1	b	b	b	5	b	4	4	3	3	4	4	c
19	Ž	1	d	b	a	5	b	2	2	4	5	3	3	b
20	Ž	1	b	b	d	2	b	2	3	2	3	3	3	c
21	Ž	1	a	a	b	5	b	5	5	4	3	2	3	c
22	Ž	1	b	b	b	4	b	3	3	3	5	3	3	c
23	Ž	1	d	c	b	4	a	3	2	3	4	2	2	b
24	Ž	1	a	b	b	5	b	5	5	3	3	4	5	a
25	Ž	1	a	b	a	4	b	4	5	5	5	4	4	b
26	Ž	1	b	b	a	5	a	5	5	5	5	5	5	b
27	Ž	1	b	b	b	4	b	4	4	3	3	3	3	c
28	Ž	1	d	b	b	5	b	5	5	5	5	5	5	c
29	Ž	1	d	a	b	3	b	3	3	5	5	3	3	c
30	Ž	1	a	b	c	4	b	4	4	5	5	3	3	c
31	Ž	1	b	b	c	5	a	4	4	3	3	4	5	a
32	Ž	1	d	b	b	3	a	4	4	4	4	4	4	c
33	Ž	1	c	a	b	5	c	5	5	5	5	5	5	b
34	Ž	1	b	b	b	5	b	4	5	5	3	5	5	c
35	Ž	1	b	b	a	5	a	5	5	4	5	5	5	b
36	Ž	2	a	b	d	4	b	4	5	5	5	5	5	b
37	Ž	2	c	a	b	4	b	5	5	4	3	5	5	a
38	Ž	2	a	b	a	4	a	4	5	5	5	4	5	b
39	Ž	2	b	b	b	4	b	1	1	5	5	3	3	b
40	Ž	2	d	c	b	5	b	5	3	3	5	1	1	b
41	Ž	2	d	a	b	5	b	5	5	5	4	5	5	c
42	Ž	2	b	b	b	5	a	5	5	5	5	5	5	c
43	Ž	2	b	b	b	5	b	5	5	5	5	5	5	c
44	Ž	2	d	a	b	5	c	5	5	4	3	5	5	c

45	Ž	2	b	b	b	4	b	3	3	3	4	4	4	b
46	Ž	2	d	a	b	5	a	4	4	5	5	3	3	c
47	Ž	2	a	a	b	4	c	5	5	4	5	4	4	b
48	Ž	2	b	b	a	5	a	5	5	4	4	4	4	c
49	Ž	2	c	a	b	5	a	5	3	5	5	1	1	b
50	Ž	2	b	b	b	4	a	3	5	4	5	3	3	c
51	Ž	2	a	a	b	5	a	5	5	5	5	5	5	c
52	M	2	b	b	b	5	a	5	5	4	4	4	4	c
53	Ž	2	b	b	b	5	b	5	5	5	5	5	5	c
54	M	2	a	a	b	5	a	5	5	5	5	5	5	c
55	M	2	b	b	a	4	b	4	4	5	5	4	5	c
56	Ž	2	b	b	b	4	b	4	4	5	5	3	3	b
57	Ž	2	c	a	b	3	c	5	5	5	4	3	3	c
58	Ž	2	d	a	b	5	b	5	5	4	4	4	5	c
59	Ž	2	d	c	a	5	b	5	5	5	5	5	5	b
60	Ž	2	c	c	b	5	b	5	5	5	5	5	4	b
61	Ž	2	c	a	b	4	b	4	4	4	3	4	4	c
62	Ž	2	a	a	a	5	b	5	5	3	3	4	4	b
63	Ž	2	c	b	b	5	b	5	5	5	3	5	5	c
64	Ž	2	a	a	b	4	b	4	4	4	5	5	5	c
65	Ž	2	a	a	b	5	b	4	4	5	5	4	4	c
66	Ž	2	d	a	b	5	b	5	5	5	4	5	5	c
67	Ž	2	b	b	b	5	a	5	5	3	5	3	3	c
68	Ž	2	b	b	b	5	c	4	5	5	3	5	5	b
69	Ž	2	c	a	a	5	b	5	5	5	5	5	5	c
70	Ž	2	c	c	b	4	a	5	5	3	3	1	1	a
71	Ž	2	b	b	c	5	c	5	5	5	4	5	5	b
72	Ž	2	c	a	a	5	b	4	4	4	4	4	4	c
73	Ž	2	b	b	b	5	a	5	5	5	5	5	5	c
74	Ž	2	c	a	a	5	b	4	4	3	3	3	3	c
75	Ž	2	c	a	b	5	c	3	4	5	4	4	4	b
76	M	2	c	a	a	5	b	5	5	5	5	5	5	c
77	Ž	2	c	a	b	5	a	5	5	5	5	5	5	a
78	Ž	2	d	a	c	4	b	4	4	4	4	4	4	c
79	Ž	2	c	a	b	4	a	3	3	3	3	4	3	b
80	Ž	2	b	b	b	5	a	5	5	5	5	5	5	c
81	Ž	2	d	a	a	5	c	5	5	5	5	5	5	c
82	Ž	3	c	b	b	5	b	2	5	4	5	5	5	a
83	Ž	3	c	b	b	5	c	3	3	5	4	5	5	b
84	Ž	3	c	a	b	5	b	5	5	5	4	5	5	c
85	Ž	3	b	a	b	5	b	3	4	4	3	5	4	b
86	Ž	3	b	b	b	4	b	4	4	3	4	4	4	c
87	Ž	3	b	b	c	5	b	4	4	4	3	4	4	a
88	Ž	3	c	a	b	4	b	5	5	4	4	5	5	c
89	M	3	b	b	d	5	a	5	5	5	5	5	4	c
90	Ž	3	a	c	a	4	b	3	5	5	5	5	5	b
91	Ž	2	a	b	c	4	c	3	3	5	4	2	2	c
92	Ž	3	c	a	b	5	c	5	5	5	2	5	5	b
93	Ž	3	c	a	b	3	c	3	3	2	2	3	3	c
94	Ž	3	b	b	c	5	a	5	5	5	1	2	5	a
95	M	3	b	b	a	4	b	5	5	3	3	5	5	c
96	M	3	b	b	b	5	b	4	4	5	5	4	4	c

97	M	3	b	b	b	5	b	3	3	5	5	3	3	c
98	M	3	b	b	b	5	a	5	5	5	5	3	3	c
99	M	3	c	a	a	4	a	4	5	4	3	4	4	c
100	M	3	b	b	b	4	a	4	4	3	3	4	4	c

Drugi del tabele.

10.vpr. (1,2,3,4,5)	11.vpr (a,b,c,d)	12.vpr. (a,b,c,d,e,f)	13.vpr. (a,b,c,d)	14.vpr.(a,b,c,d,e,f,g)							15.vpr.(a,b,c,d,e,f)					
				a	B	c	d	e	f	g	a	b	c	d	e	f
2	d	d	b	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	1	1	0
5	a	b	b	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0
3	b	b	a	1	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0
5	a	b	a	1	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
5	a	b	b	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	1	0	0
3	b	a	b	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	0	0
1	b	e	a	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0
4	a	b	a	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0
3	b	b	a	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0
5	a	c	a	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
5	a	f	b	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0
5	b	d	c	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0
3	a	c	b	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0	0	0
3	a	c	b	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0
3	a	f	a	1	1	0	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0
3	d	f	b	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0
3	a	b	b	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	0
3	b	b	c	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0
4	b	e	a	0	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0
3	c	b	a	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
4	a	c	a	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0
3	c	c	b	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0
2	d	f	b	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0
2	a	f	b	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
3	b	c	a	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	1	0
5	c	f	a	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	0
5	a	c	c	0	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
5	a	a	a	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0
3	b	f	b	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0
3	b	c	a	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	0
4	b	a	c	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0
1	b	f	a	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	0	0
4	a	e	b	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0
5	b	b	c	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	1	0
1	a	b	c	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
5	a	f	a	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
3	a	b	b	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0
1	a	e	a	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0
4	a	c	b	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0
2	d	f	a	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0
3	a	f	a	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0

4	a	b	a	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0
4	b	f	c	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	0
4	c	b	b	0	0	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0
3	a	f	c	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
3	b	f	a	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0
5	d	b	b	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0
5	c	a	a	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0
3	b	c	c	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0
5	a	c	c	1	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1
3	a	f	c	1	1	1	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0
3	c	f	a	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	1	0
5	c	f	a	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0
3	a	f	a	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	0
5	a	a	a	0	0	1	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0
3	b	c	a	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0
1	a	f	b	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0
4	a	b	b	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
5	a	c	c	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0
4	b	b	a	1	1	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	0
4	b	b	b	1	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0
4	a	f	d	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1
5	a	e	c	1	1	1	1	1	1	0	1	0	0	0	0	1
4	a	d	c	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0
5	c	c	c	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
4	b	a	b	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0
3	a	d	c	1	1	1	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0
5	a	b	b	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	0	0
5	a	b	a	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0
3	a	c	a	1	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	0	0
4	b	c	b	0	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
3	b	d	c	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
5	a	b	a	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0
2	a	d	c	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
3	a	d	c	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0
4	a	c	a	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
3	d	b	b	1	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0
3	a	e	c	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
4	a	d	a	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0
3	b	c	c	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	0	1
5	a	a	b	1	1	1	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
4	a	e	a	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0
5	a	c	a	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0
3	a	e	c	0	0	0	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0
1	a	e	a	0	1	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0
4	a	b	a	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0
3	b	c	b	1	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	0
3	c	c	d	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0
4	a	a	a	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0
4	b	e	a	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0
3	a	c	b	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0
1	a	a	a	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	0	0	0
2	c	d	b	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0

1	a	e	c	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
2	a	d	c	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0
4	a	b	b	1	1	1	1	0	1	0	1	1	0	0	0	0
3	b	c	b	1	1	1	1	0	1	0	1	1	1	1	1	0
3	a	e	c	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0
3	a	e	c	1	0	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0
2	a	e	c	1	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	0