

PODATKI O MAGISTRSKI NALOGI

Ime in priimek: Sabina Menart

Naslov naloge: Vloga družine pri skrbi za starega človeka v družini

Kraj: Ljubljana Leto: 2016

Število strani: 81 Število virov: 58 Število prilog: 18

Mentorica: izr. prof. dr. Jana Mali

Ključne besede: star družinski član, družinska oskrba, soustvarjanje pomoči, socialno delo, medgeneracijsko sožitje, kakovostna starost

Povzetek: Stari ljudje želijo na svojo starost samostojno živeti doma, kjer imajo zasebnost in sami odločajo o sebi. Vendar zaradi starosti in pojavov, ki starost spremljajo, potrebujejo pomoč družinskih članov. Vloga družine pri skrbi zanje je tako fizične kot socialne in čustvene narave, pri tem pa se družina sooča z različnimi ovirami. Za premostitev teh ovir je potrebno poznavanje dela s starim človekom in pomoč strokovnjakov. Dodatno podporo pri oskrbi lahko družina poišče v formalnih in neformalnih skupnostnih oz. oblikah pomoči. Z intervjuvanjem sem ugotovila, da si stari ljudje, ki sem jih vključila v raziskavo, večinoma še sami organizirajo vsakdanje življenje in pomoč. Glede pomoči se dogovarjajo s svojimi družinskimi člani na način, ki prispeva k dobrim medsebojnim odnosom. Družinske oskrbovalke so zlasti ženske, ki poskrbijo za vsakodnevno nego in gospodinjstva opravila. Drugi družinski člani starim ljudem zagotavljajo socialno in čustveno oporo, zlasti v obliki pogovorov in druženja, kar stari ljudje visoko vrednotijo. Podporo pri družinski oskrbi dobijo družinski člani s patronažno službo in raznimi društvi ter medsosedske pomočjo. Raziskava je pokazala, da stari ljudje od svojih oskrbovalcev in drugih družinskih članov pričakujejo nadaljnjo pomoč v prihodnosti in nadaljnja obiskovanja. Družinski člani izpolnjujejo želje in pričakovanja starih ljudi, s kvalitetno oskrbo pa prispevajo k medgeneracijskemu sožitju in kakovostnemu staranju. Za razbremenitev družinskih članov bi morale lokalne skupnosti na nekaterih ruralnih predelih izboljšati dostopnost in povečati zanimanje za razpoložljive zunanje oblike pomoči. Predlagam, da bi lokalne skupnosti zagotovile institucionalno varstvo tudi v odročnejših krajih in da bi seznanimi ljudi z možnostmi pomoči, na primer na družabnih dogodkih, semnjih itd. Naloga skupnosti je, da ljudi nauči spoprijemanja z izzivom staranja, saj bodo lahko generacije le z razumevanjem tega izziva prihodnosti sobivale druga z drugo.

PARTICULARS ABOUT THE THESIS

Name and surname: Sabina Menart

Title of thesis: The role of family in a care for old person

Place: Ljubljana Year: 2016

Number of pages: 81 Number of sources: 58 Number of additions: 18

Mentor: izr. prof. dr. Jana Mali

Key words: older family member, family care, arrangement for help, social work, intergenerational coexistence, good quality of old age

Abstract: While they are getting old people want to be independent and live at home, where they have privacy and can decide on their own. Because of their oldness and phenomena linked with it they need family care. Family roles are as physical as social and emotional and there are different obstacles when tackling with these roles. To overcome these tasks family carers should know how to work with older family member and ask for expert's help. Some extra help families can find with formal and informal performers of family care in community. With interviewing I found out that older people from my research mostly organize their lives and help themselves. They are making agreements with their family members in a way which contributes to good relations. Family carers are mostly women, which do daily care and housework. Other family members offer social and emotional support to older family member, especially conversation and association, what older people value highly. The support for family care family members get with home nursing and different associations or societies and with neighbour help. The research showed that older people expect further help in a future and further visiting from their carers and other family members. Family members fulfil wishes and expectations of older people, with quality care they contribute to intergenerational coexistence and quality ageing. To disburden family care rural communities should improve accessibility and interest for disposable outside help. I suggest that local communities should assure institutional care also in rural areas. They should also acquaint their people with possible help, for example on social events, fairs, markets. Community role is to learn their people how to tackle with challenge of ageing. Only with understanding of this future challenge generations will be able to live together one with another.

UNIVERZA V LJUBLJANI

Fakulteta za socialno delo



Sabina Menart

MAGISTRSKO DELO

Vloga družine pri skrbi za starega človeka v družini

Mentorica:izr. prof. dr. Jana Mali

Ljubljana, 2016

Zahvaljujem se ...

... svoji mentorici izr. prof. dr. Jani Mali za vso strokovno pomoč pri pisanju magistrskega dela,

... možu Dejanu za vso podporo in spodbudo pri podiplomskem študiju in pisanju magistrskega dela,

... hčerkici Zali in sinčku Anžetu za veselje in smisel v življenju ter za uvid, da se je vredno truditi,

... staršema Vanji in Jožetu, da sta mi z nesebično podporo pomagala do poklica,

... moževim staršem za strpnost in prijetno sobivanje v času podiplomskega študija,

... tudi drugim, ki so kakor koli prispevali k nastanku tega dela.

Kazalo

1. TEORETIČNI UVOD	7
1.1. Star človek in družina	7
1.2. Socialna vloga družine pri skrbi za starega družinskega člana	10
1.3. Ovire, s katerimi se sooča družina pri oskrbi starega človeka	12
1.4. Formalni in neformalni izvajalci oskrbe starih v Sloveniji	18
1.4.1. Formalni izvajalci oskrbe	18
1.4.2. Neformalni izvajalci oskrbe	23
1.5. Socialno delo s starim človekom	25
1.6. Socialno delo z družino starega človeka	29
1.7. Zakonodaja na področju skrbi za stare ljudi v Sloveniji	32
1.7.1. Predlog zakona o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo z vidika družinske skrbi za starega človeka (Predlog 2010)	32
1.7.2. Zakon o socialnem varstvu – institut družinskega pomočnika	35
1.7.3. Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju	36
1.7.4. Zakon o zakonski zvezi in družinskih razmerjih	37
1.7.5. Zakon o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju	37
2. PROBLEM	39
3. METODOLOGIJA	41
3.1. Vrsta raziskave, model raziskave in spremenljivke	41
3.2. Raziskovalni instrumenti in viri podatkov	41
3.3. Populacija in vzorčenje (subjekti)	42
3.4. Zbiranje podatkov	43
3.5. Obdelava in analiza podatkov	44
4. REZULTATI	46
4.1. Organizacija vsakdanjega življenja in pomoči staremu družinskemu članu	46
4.2. Družinska oskrba starega človeka in oblike pomoči družini	51
4.3. Želje, potrebe in pričakovanja starega družinskega člana	56
4.4. Prispevek družinskih članov k medgeneracijskemu sožitju in kakovostni starosti	61
5. RAZPRAVA	67
6. SKLEPI	72
7. PREDLOGI	74
8. UPORABLJENA LITERATURA	77

9. PRILOGE	82
9.1. Vprašalnik	82
9.1.1. Priloga 1: Vprašalnik za starega družinskega člana	82
9.1.2. Priloga 2: Vprašalnik za oskrbovalca/ko starega družinskega člana	82
9.2. Zapisi intervjujev	83
9.2.1. Priloga 3: Intervju 1 a	83
9.2.2. Priloga 4: Intervju 1 b	86
9.2.3. Priloga 5: Intervju 2 a	87
9.2.4. Priloga 6: Intervju 2 b	90
9.2.5. Priloga 7: Intervju 3 a	92
9.2.6. Priloga 8: Intervju 3 b	94
9.2.7. Priloga 9: Intervju 4 a	95
9.2.8. Priloga 10: Intervju 4 b	97
9.2.9. Priloga 11: Intervju 5 a	99
9.2.10. Priloga 12: Intervju 5 b	101
9.2.11. Priloga 13: Intervju 6 a	103
9.2.12. Priloga 14: Intervju 6 b	105
9.2.13. Priloga 15: Intervju 7 a	107
9.2.14. Priloga 16: Intervju 7 b	108
9.2.15. Priloga 17: Intervju 8 a	110
9.2.16. Priloga 18: Intervju 8 b	111

1. TEORETIČNI UVOD

1.1. Star človek in družina

Vprašanja o starosti in staranju se pojavljajo, že odkar obstaja človeštvo, raziskovati pa so jih začeli šele po prvi svetovni vojni, ko se je razvila gerontologija. To je socialno-medicinska znanost, ki proučuje vzroke, pogoje staranja ter s starostjo povezane spremembe vedenja in doživljanja. Vključuje tako medicinska kot tudi sociološka, psihološka in demografska spoznanja o starosti. Pa vendarle je gerontologija pogosto deležna kritik, češ da je znanje, ki ga vsebuje, pomanjkljivo, saj ne vključuje izkušenj ljudi. Za razumevanje celostne problematike staranja pa je pomembno doživljanje ljudi, njihove izkušnje in večja občutljivost za njihove probleme. S takim pristopom omogočimo pogled na starega človeka kot na aktivnega člana družbe, ki lahko vpliva na svoje socialno okolje (Mali 2008: 35–41).

Gerontologijo sestavljajo štiri področja, to so kronološko, biološko, psihološko in sociološko staranje. Kronološko staranje definira starost glede na posameznikovo starost, kar pa ni nujno povezano z njegovim fizičnim oz. duševnim zdravjem in socialnim statusom. Biološko staranje pomeni zmanjšane sposobnosti v delovanju organizma. Pri psihološkem staranju so prisotne spremembe čutnih in zaznavnih procesov, miselnih funkcij, osebnosti in motivacije. Sociološko staranje definirajo spremembe, ki se pri posamezniku zgodijo zaradi starosti na individualni ravni ter v družini in družbi (Mali 2008: 41).

V magistrskem delu bom osredinila kronološko starost, ki jo bom umestila v socialno dimenzijo, saj je predmet moje raziskave star človek (nad 65 let) v družini.

Kronološka ali biološka starost delimo na tri podobdobja:

- zgodnja starost: od 65. do 75. leta,
- srednja starost: od 75. do 85. leta,
- visoka starost: po 85. letu.

Kljub temu je vsak posameznik edinstven, njegove zmožnosti in potrebe pa se lahko v tem obdobju bistveno razlikujejo od zmožnosti in potreb nekega drugega enako starega posameznika. Pomembno je, da poznamo in upoštevamo osebno zgodovino starega človeka, ki je njegov vir moči in pomemben smernik njegove oskrbe (Inštitut Antona Trstenjaka).

Ko govorimo o skrbi za starega človeka, njegovem oskrbovanju, načrtovanju in organiziranju pomoči, pogosto vidimo stare ljudi kot le pomoči potrebne posameznike, namesto da bi raziskali njihove dejanske potrebe, še posebej pa njihove zmožnosti in sposobnosti za samostojno življenje (Mali 2008: 55).

Ko se družina sooči s starostjo in staranjem, tako mladi kot stari potrebujemo postanek, da bi se, kot pravi Čačinovič Vogrinčič (2008: 76), »razgledali in dopolnili« ter »spremenili sestavljanko svojega življenja«. Dodaja, naj bo staranje skupni družinski projekt.

Da bi ta pojav bolje razumeli in se o tem dogovarjali, pa moramo poznati tri pomembne družinske teme:

1. nerazrešljiva drama ločitve staršev in otrok ter Stierlinova (1978) prispodoba popkovnice, ki nas povezuje iz roda v rod,
2. koncept T. Lidza (1971): ohranitev generacijskih razlik,
3. W. R. Bion (1983): družina kot delovna skupina.

(ibid.)

1. Nerazrešljiva drama ločitve staršev in otrok ter Stierlinov pojem »delegacije«

Temeljna drama vsake družine je drama ločitve staršev in otrok. Vsaka družina »delegira« svojega otroka, to pomeni, da mu preda poslanstvo, otrok pa poslanstvo oz. zavezo lojalnosti prevzame. Delegiran otrok dobi dovoljenje in spodbudo, da se osamosvoji, a odide lahko le pogojno – če ostane na dolgi vrvici. V samostojnost torej odide s poslanstvom, ki ga mora opraviti za starše – mora namreč oditi in hkrati ostati. Dolga vrvica delegiranosti je prispodoba za to, da vse življenje ostajamo povezani s starši in z generacijami, iz katerih izviramo. Vezi zajemajo tako ljubezen in hvaležnost kot tudi občutke krivde in sramu, krivice in odpuščanja, zaveze in zavrnitve. Vrvce ne moremo pretrgati, odrešilnega obračuna ne moremo izvesti, vsaka družina pa se mora zato pobotati (Čačinovič Vogrinčič 2008: 76, 77).

»Po Stierlinu je to izkušnja in odločitev, da sprejmemo preteklost, da odstopimo od poravnave, da vzamemo, kar nam je življenje naložilo, in se nehamo boriti, da bi spremenili ali maščevali preteklost. Družina stopi v prihodnost z vsem, kar ima. Prihodnost je mogoče in treba spremeniti, vendar tako, da v njej ostanemo živi, ne prezrti in ne preslišani« (Čačinovič Vogrinčič 2008: 77).

2. Ohranitev generacijskih razlik

Pri soočanju s staranjem se lahko družina opre na značilnosti, ki so pomembne v vseh obdobjih družinskega življenja, to so: zavezništvo med staršema, ohranitev generacijskih razlik in sprejemanje ženske ali moške spolne vloge. Po Lidzu morajo biti v družini te značilnosti zagotovljene, in sicer za zadovoljitev osnovnih človekovih potreb, za njegov razvoj in integracijo v kulturo in družbo (Čačinovič Vogrinčič 2008: 77, 78).

Vse tri značilnosti se nanašajo na odnos v paru oz. v starševski dvojici. Pri zavezništvu gre za obojestransko podporo obeh roditeljev v svojih vlogah, vzajemno povečevanje občutkov varnosti in gotovosti in upoštevanje drug drugega v svojem odnosu do otrok tako, da se vlogi zakoncev in vlogi staršev ne izključujeta. Zavezništvo potrebuje srednja generacija, da lahko ostane neodvisna. S spreminjanjem družine s starostjo pa starši ne smejo postati odvisni od otrok, niti tisti nemočni in potrebni pomoči. Družina mora znati razločiti odvisnost staršev od otrok od pomoči, ki starše postavlja v vlogo nemočnih otrok. Družina mora zavestno ohranjati in izražati spoštovanje in dostojanstvo staršev, saj s tem ohranja generacijske razlike (Čačinovič Vogrinčič 2008: 78).

3. Družina kot delovna skupina

Družinska skupina po Bionovem pojmovanju (1983) deluje v funkciji delovne skupine takrat, ko ravna po principu realnosti. To pomeni zavestno delitev dela, individualizacijo in diferenciacijo med člani za opravljanje tistega, kar je v družini in za družino potrebno opraviti. Vpletenost, izpostavljenost, akcija in poseganje predstavljajo delovno skupino, ki si postavlja cilje in dela za njihovo uresničitev. Če smo v delovni skupini, smo živi, dejavni in odzivni (Čačinovič Vogrinčič 1998: 220).

Družina je torej sistem interakcij in komunikacij. Socialno-psihološka definicija družine kot majhne skupine izpostavlja, da »družino tvorita dva ali več posameznikov, ki so v interakciji, imajo skupne motive in cilje, povezujejo jih skupna pravila, norme in vrednote, odnose v njej odraža in določa relativno trajna struktura statusov in vlog, v družini se oblikujeta zanjo značilna struktura moči in način vodenja, izoblikuje se relativno trajna mreža komunikacij ter statusov in vlog posameznih družinskih članov, diferencirajo se vloge glede na delitev dela, razločijo se čustveni odnosi med člani« (Čačinovič Vogrinčič 1998: 130, 131).

Vsaka družina je skupina s svojo posebno in edinstveno zgodovino. Pomeni vzajemno odvisnost, a hkrati težnjo k neodvisnosti, solidarnost in hkrati lojalnost ter pomoč in hkrati zaščito. Je prostor primarne socializacije, ki omogoča zadovoljevanje najpomembnejših človeških potreb. Po T. Douglasu (1983) družino odlikujejo krvne vezi in trajnost skupine, Čačinovič Vogrinčič pa dodaja še nerazrešljivo konfliktnost odnosov. V družini človek dobi možnost ravnanja v konfliktu, da ga vedno znova prepozna, zdrži in rešuje. Bistvo dogajanja v družinski skupini pa predstavlja odnos med generacijo otrok in generacijo staršev, ki ga je potrebno ves čas razreševati in se okrog njega ves čas organizirati. Družinska skupina si utira posebno razvojno pot, ki prinaša nove naloge, ki zahtevajo spreminjanje in vzpostavljanje ravnotežja. Ena od takih nalog so za roditelja konflikti staranja (Čačinovič Vogrinčič 1998: 129, 130).

1.2. Socialna vloga družine pri skrbi za starega družinskega člana

V sodobni družbi sta skrb za stare ljudi in njihova nega v domeni družin in sorodstva, kar potrjujejo številne raziskave. Odgovornost za stare družinske člane, družinsko politiko in socialno varstvo starih ljudi je na plečih družine (Hvalič Touzery 2006: 29). V raziskavi o starih ljudeh v državah Evropske unije Renner (1997: 42) ugotavlja, da ožji družinski člani skrbijo za dve tretjini starih ljudi. Mestheneos in Triantafyllou (2005) pišeta o močni spolni dimenziji družinske oskrbe starih ljudi, saj kar dve tretjini oskrbe v Evropski uniji zagotavljajo ženske, to so partnerice, hčerke ali snahe. Hvalič Touzery (2006: 29) omenja posebnost, da so to večinoma zaposlene ženske srednjih let z odraščajočimi otroki.

Družinska oskrba je »pomoč družinskih članov svojemu članu pri vsakdanjih opravilih in potrebah, s poudarkom na vsakdanji pomoči osebam, ki iz različnih razlogov ne zmorejo več skrbeti zase in so tako odvisne od pomoči drugih«. Družinski oskrbovalci starih ljudi so ljudje, ki so s starim človekom v sorodstveni zvezi ali pa so z njim povezani prek poroke z družinskim članom, na primer snahe (Hvalič Touzery 2006: 29).

Družina predstavlja vir socialne opore starega človeka. Hlebec *et al.* (2012: 36) navajajo Caplan, ki je socialno oporo opredelil kot vzajemnost in trajnost odnosov, in Cobb, ki jo je

definiral kot zaščito pred stresom in dejavnik dobrega počutja. Po novejših definicijah je socialna opora kompleksen interakcijski in komunikacijski proces med ljudmi (ibid.).

Poznamo več oblik socialne opore, torej konkretnih dejanj (npr. pogovor), ki jih star človek lahko dobi od omrežja socialne opore, torej od družinskih članov:

1. instrumentalna (materialna) opora: pomoč v materialnem smislu: posojanje denarja, orodja, pomoč pri hišnih opravilih, skrb za ostarelega člana družine;
2. informacijska opora: informacije, ki jih potrebuje ob večji življenjski spremembi (ob selitvi, upokojitvi);
3. emocionalna opora: pomoč ob manjših ali večjih življenjskih krizah (težavah v družini, smrti bližnjega);
4. druženje: neformalno občasno druženje (obiski, izleti, sodelovanje v različnih dejavnostih, izobraževalne dejavnosti).

(Hlebec *et al.* 2012: 37)

Za uspešno staranje in pozitivna občutja brez depresije ter posledično za zadovoljstvo z življenjem je pomembna zlasti emocionalna opora. To je čustvena pomoč, ki so je deležni stari ljudje. Stari ljudje z močnimi omrežji socialne opore naj bi se učinkoviteje spopadali s škodljivimi učinki stresnih situacij v primerjavi s tistimi, ki nimajo tesnih vezi z drugimi. Po podatkih starim ljudem v Sloveniji dajejo čustveno oporo predvsem partner oz. partnerica in otroci (Šadl in Hlebec 2009: 237, 238).

Vsaka družina se po svoje spoprime s starostjo in staranjem. Po besedah Čačinovič Vogrinčič (2008: 75) največkrat kar »zdrknemo« v starost oz. v soočenje z njo, namesto da bi se nanjo že prej pripravili in se organizirali tako, da bi zmogli več razvidnosti za novo odgovornost.

Ramovš (2003: 245, 246) meni, da človek brez osebne priprave na starost ne bo imel lepe starosti. Na starost se je potrebno pripraviti že v srednjih letih, in to ne le materialno, pač pa tudi duševno in socialno. Prizadevati si je potrebno za poglobljeno osebno doživljanje ter boljše medčloveške odnose in komunikacijo.

Dialog in sodelovanje v družini za skupen projekt staranja pomenita razumevanje, sporazumevanje, dogovarjanje in skupno ustvarjanje zelenih sprememb. Z dialogom bolje razumemo sami sebe, pa tudi starega človeka s svojo preteklostjo »tukaj in zdaj«. Za

prihodnost torej potrebujemo preteklost v sedanjosti. Dialog s starim človekom je družinska odločitev in vsak član mora za uspešno sodelovanje družine prispevati k spreminjanju vlog, k novim pravilom in drugačni organizaciji (Čačinovič Vogrinčič 2008: 77, 78).

Ko družina ne more več sama poskrbeti za starega človeka, potrebuje pomoč, v kateri je tudi sama udeležena, tj. pomoč, o kateri se člani dogovorijo med seboj. Sodelovanje z družino varuje razpoznavno identiteto in temeljni občutek lastne vrednosti starega človeka zanj samega in javno v njegovem socialnem okolju. Izkušnjo vezanosti, pripadnosti in spoštovanja star član pridobi s podporo družine (Čačinovič Vogrinčič 2000: 290–291).

Černič Istenič (2013: 43) navaja Kolarič *et al.*, ki pravijo, da se zmanjšujejo državni prispevki pri zagotavljanju storitev za starejše, hkrati pa se povečujejo zahteve po prenosu storitev na druge sektorje, kot so družina, trg in civilna družba. Spreminjajo se tudi oblike storitev za oskrbo starejših, od teh Hlebec (2010) poudarja tiste, ki so namenjene vzdrževanju kakovostnega življenja starih ljudi v domačem okolju (Černič Istenič 2013: 43).

Iz tega je razvidno, da se skrb za stare družinske člane prenaša na ramena družine. S podaljševanjem življenja, napredkom medicine, zmanjševanjem deleža aktivnega prebivalstva in večanjem deleža od pomoči odvisnih oseb pa se spreminjajo družinske razmere in medgeneracijski odnosi (Mali 2013 b: 57, 58).

Za kvalitetno oskrbo morajo biti družinski člani zmožni medgeneracijske solidarnosti, to je socialne povezanosti med generacijami, o kateri pišejo Hlebec *et al.*, in kjer je temelj oskrbe odnos med odraslimi otroki in njihovimi starši (Černič Istenič 2013: 45).

1.3. Ovire, s katerimi se sooča družina pri oskrbi starega človeka

Že izraz »ageism« iz angleške literature kaže na to, da so stari ljudje v današnji sodobni družbi diskriminirani. »Ageism« pomeni diskriminacijo starih ljudi samo zato, ker so stari. Razločuje med generacijami, tj. med bolj ali manj starimi ljudmi ter med nekoristnim starim in koristnim mladim človekom. To pa starim ljudem ne prinaša nič dobrega. Take in podobne družbene determinante lahko vplivajo na družino in celo na socialne delavce, da napačno razumejo starost in staranje ter tako na stare ljudi gledajo zgolj kot na nesamostojne, odvisne in pomoči potrebne posameznike (Mali 2008: 74). Nekateri stari ljudje morajo v ustanovo iz

objektivne nuje, nekateri pa prav zaradi družbenega tabuja, zaradi katerega družba odklanja starost, človekovo neboljnost in umiranje. To pa ovira sožitje srednje in mlade generacije s staro. Otežena je tudi domača skrb za starega človeka, in sicer zaradi neustreznih stanovanjskih in delovnih razmer (Ramovš 2003: 311, 312).

S starostjo upadajo možnosti za ustvarjalno uresničevanje potreb, želja in vrednot, večajo pa se možnosti za zavzemanje smiselnega stališča do svojih življenjskih dosežkov, težkih dejstev in starostnih težav. Star človek pred seboj nima več veliko, za seboj pa pušča bogastvo svojega življenjskega dela. Poleg tega staremu človeku slabijo moči za telesne napore, izgublja spomin in druge duševne zmožnosti. Soočati se mora z boleznijo, osamljenostjo in družbeno odrinjenostjo. Razmišlja o morebitni krivdi v preteklosti in o bližajoči se smrti. »Njegova izbira je, ali se bo človeško spoprijel z zahtevno nalogo staranja in jo smiselno opravil ali pa bo ob spopadu z danostmi zapravljal svoje zadnje človeške moči v nesmiselnem zaletavanju oziroma celo bežal pred njimi, kar je prav tako nespametno in škodljivo zapravljanje sil.« (Hojnik - Zupanc 1997: 17). Obstajajo namreč življenjske naloge in potrebe, ki se jih lahko opravi in zadovolji le v starosti (ibid.).

Da bi starega človeka lahko razumeli ter z njim in zanj delali v prizadevanju za kakovostno starost, moramo poznati njegove potrebe. »Kakovost človeškega življenja se meri po tem, v kolikšni meri in v kakšni medsebojni skladnosti ima zadovoljene vse potrebe« (Ramovš 2000: 321). Pri starih ljudeh, ki imajo zadovoljene materialne potrebe in so telesno in duševno zdravi, se pogosto zgodi, da so povsem nezadovoljni, ker so osamljeni in frustrirani v medčloveških odnosih (ibid.).

V starosti imajo prednost temeljne telesne in materialne potrebe, zadolžitev teh potreb pa je pogoj za zaznavanje in zadovoljevanje višjih potreb. Ramovš (2000: 322) med telesne potrebe uvršča potrebe po hrani, obleki, toplem stanovanju, čistoči, zdravljenju bolezni, razvedrilu in čim večji samostojnosti v gibanju in komunikaciji. Po njegovem mnenju je še posebej pomembna telesno-duševna potreba, tj. potreba po telesnem stiku in kožnem kontaktu.

Od višjih potreb v tretjem življenjskem obdobju izstopajo potreba po temeljnem ali osebnem medčloveškem odnosu, potreba po predajanju svojih spoznanj in življenjskih izkušenj mladi in srednji generaciji ter potreba po doživljanju starosti kot smiselnega življenjskega obdobja.

Slednja potreba vključuje potrebo po doživljanju smisla zgodovine in celotne resničnosti ter smisla svojega življenja kot celote (Ramovš 2000: 322).

Potreba po osebnem medčloveškem odnosu

Nematerialna socialna potreba starostnikov je potreba po tesni povezanosti s »svojim« človekom, potreba po rednem osebnem stiku. Star človek potrebuje nekoga, za katerega čuti, da ga jemlje resno kot človeka, da ga sprejema takšnega, kakršen je, da ga posluša in spoštuje ter ceni njegove življenjske izkušnje. Če ni deležen tega, mu bogastvo in zdravje nič ne pomenita. Temeljni medčloveški odnos je prisoten v družini. »Pri dobrem medčloveškem odnosu med starši in otroki je dolžnost vzdrževanja nemoteče v ozadju.« Izraz medčloveškega odnosa je komunikacija, ki določa kakovost medčloveških odnosov in sodelovanja (Ramovš 2003: 98–103).

Potreba po predajanju življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji

Življenjske izkušnje starostnika so zanj največje in najbolj osebno bogastvo in dajejo vrednost ostalemu »premoženju«. Zmožnost, da star človek prenaša izkušnje na druge, je bistvo njegovega osebnostnega razvoja od rojstva do smrti. Ker smo ljudje socialna bitja, se ne razvijamo brez odnosa z ljudmi, nismo delovno uspešni brez sodelovanja z drugimi in v primeru nemoči oz. starostne onemoglosti ne moremo preživeti brez solidarne pomoči drugih. S pravimi odnosi, s pravim sodelovanjem in s solidarno pomočjo pridobivata obe strani. Raven osebnega napredka starega člana družine in raven skupnega napredka družine sta odvisni od tega, kako odprti so v komunikaciji, izmenjavi izkušenj in spoznanj. Dinamika življenjskih izkušenj je stvar temeljnega človeškega odnosa v družini (Ramovš 2003: 105, 106).

Mali (2013 a: 23–31) opisuje ključne potrebe v življenju ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, le-te pa morajo biti zadovoljene za samostojno življenje v skupnosti. Te potrebe so:

- Potreba po »ne-hospitalizaciji« in »ne-institucionalizaciji«

Po besedah Mali (2013 a: 24) je institucionalizacija prikazana kot »izhod iz življenjske drame, ki je nevzdržna, brezizhodna. Je luč na koncu predora, celo potreba, pogosto pa nuja, ki bo

zagotovila rešitev situacije, razbremenitve, v življenje znova vnesla gotovost in varnost, osmislila življenje drugim, ne ljudem z dolgotrajnimi stiskami».

Vendar lahko človek dobi pomoč tudi v domačem okolju, kjer živi s svojimi bližnjimi, ki mu veliko pomenijo ter ga osrečujejo in mu osmišljajo življenje (Mali 2013 a: 24).

- Potreba po stanovanju oziroma po prostoru za bivanje

Stanovanje je zavetje pred vremenskimi razmerami. Omogoča nam zasebnost, a je hkrati prostor za druženje s prijatelji, za družinsko življenje in za shranjevanje predmetov. Vendar stanovanje lahko postane tudi neuporabno, ko zaradi starosti ali bolezni človeku ne ustreza več, saj se v njem ne more gibati in posledično v njem ne more več samostojno živeti (Mali 2013 a: 25).

- Potreba po delu kot dejavnosti in ustvarjalnosti

V današnji družbi potrebo po delu povezujemo s potrebo po materialni preskrbljenosti. Delo je »način, sredstvo in orodje za preživetje in zadovoljevanje potreb«. Brez dela si ne predstavljamo življenja, saj si z njim izoblikujemo osebno identiteto in se počutimo koristne. Za plačano delo je potrebna zaposlitev, kar pa ljudje z dolgotrajno oskrbo težko dobijo. Neplačano delo sodobna družba redko priznava, saj se vrednost dela meri z denarjem. To povzroča starim ljudem stiske, počutijo se nekoristne in njihovo življenje igublja smisel (Mali 2013 a: 25, 26).

- Potrebe vsakdanjega življenja

Potrebe vsakdanjega življenja vključujejo rutinska opravila, potrebe po skrbi zase (gospodinjska opravila, osebna higiena, lastna identiteta) in potrebe po prostem času (rekreacija, hobiji, druženja). Ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, pri opravljanju teh potreb potrebujejo pomoč in podporo drugih (Mali 2013 a: 27).

Flaker *et al.* (2008: 204) poudarjajo pomoč pri gospodinjskih opravilih. Slednja delijo na prehranjevanje, oblačenje, urejanje stanovanja, priprave na spanje in spanje, skrb za družinske dogodke, domačo kulturo in zabavo.

- Nelagodje v interakcijah

Ljudje z dolgotrajno oskrbo pogosto delajo »prekrške« v interakcijah, po katerih sicer nimajo potrebe, a jih vseeno počnejo vsak dan, mimogrede. Ker jih ne popravljajo, v odnosih občutijo

nelagodje. Nenavadne dogodke je potrebno pojasniti ali preokvirirati in pri tem človeka razumeti ter z njim sodelovati (Mali 2013 a: 28).

- Potreba po stikih in družabnosti

Stiki odražajo našo podobo in prostor v družbi, kakšni smo in kako ravnamo drug z drugim. Še posebej so stiki pomembni za ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, saj so stiki vir pomoči in podpore zanje. Njihove socialne mreže so pogosto šibke in omejene na družinske člane in prijatelje, zato njihovo družabnost poskušajo povečati ljudje, ki delajo za plačilo ali pa prostovoljci (Mali 2013 a: 28, 29).

- Potreba po gotovosti

Ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, so izpostavljeni številnim negotovostim, zato morajo v institucije. V njih doživijo razne situacije in dogodke oz. »institucionalno kariero«. Pričakovanja osebja in pričakovanja uporabnikov se v veliki meri razlikujejo (Mali 2013 a: 29, 30).

Po mnenju Flaker *et al.* (2008: 58–59) so za gotovost potrebne stabilne socialne vezi, materialna preskrbljenost in telesna varnost ter varen družbeni in osebni status, možnost ustvarjanja in dejavnosti z drugimi.

- Potreba po neumeščeni in pripadnosti

Po Flaker *et al.* (2008: 346) je za posameznika lahko družina opora in spodbuda za doseg ciljev, lahko pa mu predstavlja oviro, da bi se osamosvojil.

Mali (2013 a: 30) razloži neumeščenost kot potrebo po odvisnosti od drugih, a hkrati potrebo po samostojnosti in neodvisnosti od drugih.

Eden od glavnih dejavnikov življenjskega zadovoljstva je danes samostojnost ali avtonomnost, in sicer tako materialna kot tudi čustvena, intelektualna, osebna, skupinska, nacionalna, verska itd. (Ramovš 2003: 190). Vsak človek si želi čim dlje ostati samostojen in si organizirati življenje po svoje. Ko tega ne zmore več sam, je dobrodošla pomoč družine. A dolgotrajnost in težavnost oskrbe prinašata nove težave, s katerimi se mora družina spoprijeti in jih reševati.

Oskrbovanje starih ljudi lahko družinskega oskrbovalca obremenjuje telesno, psihično, socialno in finančno (Hvalič Touzery 2009: 113). Hvalič Touzery (2009: 113) nadalje omenja

ugotovitev Palir Čuješ, da oskrbovanje vpliva tudi na družino kot celoto. Zaradi oskrbovanja namreč oskrbovalcu začne primanjkovati časa in postane preobremenjen, zato se odnosi oskrbovalca z otroki poslabšajo, spremeni se njegovo vedenje, pride lahko do slabe komunikacije med družinskimi člani, oddaljenosti med partnerjema in socialne izoliranosti družine.

Oskrbovanje lahko povzroči konflikte in slabše odnose med sorodniki, po drugi strani pa jih lahko poveže med seboj. V študiji Hvalič Touzery (2009: 113, 114) se je po mnenju tretjine oskrbovalcev zaradi oskrbovanja povečala medsebojna povezanost družinskih članov.

Oskrbovalci se pogosto počutijo osamljene in preobremenjene, bojijo se lastne odpovedi in tega, da bi posledice oskrbovanja vplivale na njihove otroke. Zaposlenim oskrbovalcem se zgodi, da postanejo manj učinkoviti na delovnem mestu oz. morajo celo predčasno zapustiti delovno mesto (Hvalič Touzery 2009: 114). Hvalič Touzery (2009: 114) piše, da Svetičič ugotavlja, da so oskrbovalci zaradi kontinuiranosti strahov nenehno pod stresom, kar poslabšuje njihovo zdravje. Hvalič Touzery (2009: 114) navaja tudi raziskavo Hlupič, ki pa ugotavlja, da oskrbovalci starega človeka zelo težko prenašajo nespečnost bolnika, sledi ji negibljivost oz. slaba gibljivost bolnika, nato nezmožnost bolnika, da gre sam na stranišče in inkontinenca.

Izgorelost oskrbovalcev lahko vodi v zlorabo starih ljudi, po podatkih raziskave Zavoda za oskrbo na domu Ljubljana zlasti v zanemarjanje in psihično zlorabo (Hvalič Touzery 2009: 114, 115). Hvalič Touzery (2009: 114, 115) omenja svojo raziskavo, v kateri sta s kolegico Felicijan ugotovili, da so bili za tri četrtine zlorab odgovorni ravno njihovi družinski člani ali sorodniki.

Kljub sodelovanju družine v življenju starega človeka je še vedno veliko starih ljudi osamljenih v svojem domačem okolju. V tem primeru je smiselno, da se vključijo v skupino za samopomoč, katere namen je reševati osebno osamljenost starih ljudi. S temi skupinami se zmanjšuje izolacija starih ljudi in povečuje medgeneracijska povezanost (Mali 2008: 75).

1.4. Formalni in neformalni izvajalci oskrbe starih v Sloveniji

V preteklosti so bile v Sloveniji storitve za starejše, ki živijo doma, redke, zagotavljali pa so jih nekateri domovi za starejše in centri za socialno delo v obliki razvažanja kosil na dom. Večina skrbi za stare je bila na ramah družinskih članov in širšega socialnega omrežja. V devetdesetih letih se je oskrba v skupnosti povečala. Razvila se je pomoč družini na domu, dnevnovarstveni centri, oskrbovana stanovanja, varovanja na daljavo, začasno varstvo itd., družinski člani, ki so skrbeli za starega človeka v družini, pa so dobili možnost, da postanejo družinski oskrbovalci (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 21).

1.4.1. Formalni izvajalci oskrbe

Med formalnimi izvajalci so v Sloveniji najpomembnejši institucionalna oskrba, socialna oskrba na domu in zdravstvena nega v skupnosti. Domovi za starejše v okviru institucionalnega varstva ponujajo celotno dolgotrajno oskrbo starejših, poleg tega pa tudi že različne storitve za oskrbo starejših na njihovem domu. V okviru socialne oskrbe na domu se izvaja pomoč na domu, ki postaja ključen program dolgotrajne oskrbe, zdravstvo pa ponuja patronažno varstvo. Po besedah Hlebec je cilj naštetih storitev kakovostno bivanje starejših v skupnosti (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 22). Manjši del storitev za stare v Sloveniji predstavljajo začasno varstvo, dnevni centri, bivanje v družini, ki ni izvorna družina starega človeka, rdeči gumb ali SOS telefon itd. (*ibid.*).

a) Institucionalna oskrba

V institucionalno oskrbo kot pomembno obliko oskrbe je vključenih največ starih ljudi v Sloveniji. Večina domov, tj. 75 %, je v lasti države, drugo so zasebni domovi s koncesijo. Neprofitni sektor institucionalnih namestitev ne zagotavlja. Zasebni domovi se od državnih razlikujejo po pogojih za opravljanje dejavnosti in načinih financiranja, sicer pa izvajajo enake storitve in programe kot javni domovi. Mali (2009) ugotavlja, da so domovi za stare danes usmerjeni v socialni model, v katerem ima socialno delo pomembno vlogo. Nadalje meni, da pretirana institucionalizacija predstavlja velik problem, saj zavira razvoj skrbi za

stare ljudi. Tog sistem oblik oskrbe ne odgovarja potrebam starih ljudi, omejena je tudi dostopnost pomoči (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 22, 23).

Domovi v Sloveniji ne predstavljajo le institucionalnega varstva, ampak imajo posebno vlogo tudi na področju skupnostne oskrbe starejših. Zagotavljajo namreč celostno oskrbo tudi tistim, ki še živijo v domačem okolju, saj nudijo pomoč v obliki dnevnega varstva, socialne oskrbe na domu, socialnih servisov, oskrbovanih stanovanj in začasnega varstva (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 23).

Oskrbovana stanovanja so samostojne enote, v katerih živijo ljudje, ki prejemajo organizirano oskrbo. So prilagojena njihovim potrebam. Občasno jih obišče osebje, ki jim pomaga pri vsakdanjih opravilih in organiziranju življenja ter jim nudi podporo in pogovor (Mali 2013 a: 65, 66).

Po besedah Mali je pomemben korak pri razvoju domov povezovanje zdravstvene in socialne stroke (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 23, 24).

Po besedah Filipovič Hrast *et al.* (2014: 24) je razvoj institucionalnega varstva napredoval zaradi:

- »odsotnosti in neenakomerne porazdeljenosti skupnostnih oblik pomoči,
- pomanjkljivega razvoja sodobnih tehnologij za omogočanje samostojnega življenja in za čim daljše bivanje v domačem okolju,
- dobre prepoznavnosti domov za stare med vsemi generacijami«.

Ker pa nastanitvenih oblik in prehodnih oblik bivanja za stare ljudi primanjkuje, si stari ljudje namesto tega večkrat sami organizirajo skupna gospodinjstva, na primer, ko v hiši oddajo sobo študentki ali študentu v zameno za pomoč v gospodinjstvu (Mali 2013 a: 66, 67).

Kot ugotavljata Hlebec in Mali (2013), stari ljudje nimajo enakih možnosti za institucionalno oskrbo. Pretežno ruralne in manj razvite občine ne zagotavljajo institucionalne oskrbe, teh pa je v Sloveniji precej. Če torej želijo koristiti institucionalno oskrbo, se morajo preseliti v novo okolje, kar pa lahko negativno vpliva na kakovost njihovega življenja (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 24).

b) Socialna oskrba na domu

Socialna oskrba na domu je namenjena starejšim osebam, ki imajo manj zdravstvenih in drugih potreb po pomoči kot tisti, ki so v institucionalnem varstvu. Ljudem omogoča čim daljše življenje doma in v skupnosti. V to oskrbo pa ni vključena zdravstvena nega na domu, kot je to urejeno v nekaterih državah (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 24).

Program socialne oskrbe na domu je omogočil storitve, ki starim ljudem, potrebnih pomoči, zagotavljajo izboljšano kakovost življenja. Obenem možnost socialne oskrbe družinskim članom omogoča lažje usklajevanje dela, skrbi za družino in oskrbe starega družinskega člana (Hlebec 2013: 3).

Socialna oskrba na domu v Sloveniji je opredeljena v *Pravilniku o standardih in normativih socialnovarstvenih storitev* (Ur. l. RS, št. 45/2010). Namenjena je »osebam, ki imajo zagotovljene bivalne in druge pogoje za življenje v svojem bivalnem okolju, vendar se zaradi starosti ali hude invalidnosti ne morejo oskrbovati in negovati sami, njihovi svojci pa take oskrbe in nege ne zmorejo ali zanje nimajo možnosti« (Mali 2013 a: 79).

Mali (2013 a: 79) nadalje navaja definicijo Smolej *et al.*, ki v storitev vključujejo gospodinjsko pomoč, pomoč pri vzdrževanju osebne higiene in pomoč pri socialnih stikih.

Nagode in Hlebec (2013: 23) navajata ugotovitve Kodrič, da si uporabniki socialne oskrbe na domu po mnenju socialnih oskrbovalk želijo »več socialnih stikov in pogostejše izvajanje osebne nege, pa tudi nadstandardne storitve, kot so fizioterapija, obisk frizerja, generalno čiščenje ipd.«. Vodja pomoči na domu dodaja še spremstvo, pedikuro in zdravstvene storitve.

Upravičenec do socialne oskrbe na domu lahko koristi največ 4 ure oskrbe na dan ali 20 ur na teden. Vsaj 50 % stroškov storitve naj bi po zakonu financirala občina. Najpogostejši izvajalci te storitve so centri za socialno delo, to vlogo pa opravljajo tudi domovi za stare in različni zasebni izvajalci. Po zakonu morajo občine zagotoviti izvajanje oskrbe v občini (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 25).

Analize kažejo, da kljub naraščanju uporabnikov te storitve še vedno zelo majhen odstotek starejših nad 65 let prejema pomoč na domu. Prisotne so velike razlike med občinami v ceni storitve, učinkovitosti njene izvedbe ter v njeni dostopnosti in kakovosti (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 26).

Hlebec (2013: 13) izrazi dvom ob podatkih iz leta 2010, ki kažejo, da izvajanje socialne oskrbe na domu zadošča potrebam potencialnih uporabnikov. Pojavlja se namreč vprašanje, ali je program za uporabnike ustrezen oz. ali program socialne oskrbe na domu vključuje storitve, ki jih uporabniki potrebujejo. Glede na slabšanje ekonomske blaginje prebivalstva se pričakuje zmanjševanje števila uporabnikov socialne oskrbe na domu.

c) Zdravstvena nega v skupnosti

Zdravstveno nego na domu v Sloveniji zagotavlja patronažna služba. Filipovič Hrast *et al.* (2014: 26) storitev opišejo z besedami Milavec - Kapun: »Patronažna medicinska sestra izvaja zdravstveno-socialno obravnavo posameznika v skupnosti, in sicer ugotavlja potrebe po zdravstveni pomoči pacienta, načrtuje in izvaja intervencije zdravstvene nege ter svetuje o zdravem načinu življenja. Izvaja tako preventivne storitve kot storitve po nalogu zdravnika (terapije, skrb za rane ...).«

Po besedah Šušteršič *et al.* (2006) je zdravstvena nega na domu organizirana kot samostojna služba ali organizacijska enota osnovnega zdravstvenega varstva v zdravstvenih domovih. Deluje 24 ur na dan vse dni v letu. Nosilka nege je medicinska sestra, ki po potrebi tudi usklajuje delo s službami v zdravstvenem domu in zunaj njega (z drugimi skupnostnimi službami in s širšo lokalno skupnostjo) ter v delo vključuje druge strokovnjake (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 26). K temu prispevajo tudi ljudje iz neformalnih mrež uporabnikov, to so sorodniki, sosedje in znanci (Mali 2013 a: 76).

V Sloveniji je področje zdravstvene nege v skupnosti tradicionalno dobro razvito, čeprav se je s tranzicijo začelo krčiti. Družinski oskrbovalci starih ljudi so želeli več patronažne nege.

Zdravstveni domovi kot skupnostni zdravstveni centri so prav tako vključeni v skupnostno oskrbo. Opravljajo kurativne in preventivne dejavnosti ter promovirajo zdrav način življenja. Za različne skupine ljudi organizirajo različne zdravstvenovzgojne dejavnosti, delavnice in preventivne preglede. Starejšim in kroničnim bolnikom še posebej nudijo pomoč zdravstvene ambulate v skupnosti, imenovane referenčne ambulate. V tej ambulanti družinske medicine se zdravstvenemu osebju pridruži diplomirana medicinska sestra, ki za paciente izvaja določene aktivnosti zdravstvene nege, npr. svetovanje, spremljanje ipd. Po podatkih je bilo leta 2013 že 313 takšnih ambulant (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 26, 27).

d) Nevladne organizacije

Med nevladne organizacije spadajo neprofitne in volonterske organizacije. Filipovič Hrast *et al.* (2014: 27) navajajo Timonen, ki jih uvršča bodisi med formalne bodisi neformalne izvajalce oskrbe. Med formalne zato, ker so lahko profesionalizirani ponudniki storitve, med neformalne pa zato, ker velikokrat zagotavljajo neplačane storitve v obliki prostovoljnega dela. Značilnost pri delu neformalnih oskrbovalcev je ravno odsotnost plačila za opravljene storitve. Gre za nekakšno »sivo območje« med neformalnimi in formalnimi oskrbovalci.

V Sloveniji so podobno kot v drugih evropskih državah prostovoljne organizacije pomemben nosilec pomoči starim ljudem in družinskim oskrbovalcem. Raziskave kažejo, da se število organizacij veča, vendar se ta sektor ne razvija, saj imajo organizacije malo družbene moči. Poleg tega imajo nizko stopnjo profesionaliziranosti in težave pri financiranju (malo javnih sredstev).

Danes je v skupnosti na voljo več društev, dejavnosti in programov za starejše. Med preventivne programe za aktivno in zdravo staranje sodijo športne, rekreacijske in kulturne dejavnosti upokojenskih organizacij, izobraževalni programi (npr. univerze za tretje življenjsko obdobje) in razni tečaji (za preprečevanje padcev v starosti, za kakovostno življenje po upokojitvi, za medgeneracijsko sožitje ipd.). Večino teh programov organizira civilna skupnost ali organizacije same, temeljijo pa na prostovoljstvu in samopomoči (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 27). Cilj programov je ohraniti čim bolj samostojno življenje starih ljudi v svojem okolju (Ramovš 2003: 312).

V Sloveniji ima dolgo tradicijo Zveza društev upokojencev Slovenije, ki starejšim nudi izobraževalne, kulturne in športne aktivnosti. Eden od pomembnih projektov za pomoč starejšim je Starejši za višjo kakovost življenja doma (Starejši za starejše). S tem projektom želi društvo »identificirati ranljive stare ljudi v posamezni skupnosti in jim po potrebi omogočiti pomoč, zmanjšati njihovo osamljenost in jih povezati z javnimi službami ali drugimi društvi glede na njihove potrebe«. V ta projekt je vključenih približno 70 % starejših od 69 let v Sloveniji (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 28).

Na Inštitutu Antona Trstenjaka izvajajo in razvijajo medgeneracijske programe za kakovostno staranje in solidarno sožitje. Prostovoljce usposabljaajo za delo s starejšimi, nudijo programe

podpore starejšim in družinskim oskrbovalcem, skupnost pa ozavešča o aktivnem in zdravem staranju (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 28). Izdajajo revijo *Kakovostna starost* (Mali 2013 a: 74).

Na tem področju so pomembni še:

- Zveza medgeneracijskih društev za kakovostno starost: lokalna društva izvajajo različne programe za kakovostno starost, npr. medgeneracijske skupine;
- Gerontološko društvo: razne oblike pomoči, npr. telefonska svetovalnica;
- Zveza društev za pomoč pri demenci Spominčica;
- Rdeči Križ in Karitas: različne aktivnosti, namenjene starejšim;
- Univerza za tretje življenjsko obdobje: izvaja izobraževalne programe za starejše.

(Filipovič Hrast *et al.* 2014: 28)

Mali (2013 a: 74, 75) zgornjim organizacijam dodaja še: Slovensko filantropijo, DRPPD – Društvo za razvijanje preventivnega in prostovoljnega dela, ZOD in Društvo Senior.

Poleg teh akterjev so v skupnosti prisotni številni programi za starejše in za povezovanje med mladimi in starimi, na primer sodelovanje vrtcev in šol z domovi za stare, medgeneracijska središča, nacionalni projekti, dnevni centri aktivnosti itd. (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 29). Na voljo pa so tudi osebne storitve, na primer osebna asistenca, družabništvo in spremljevalci (v obliki prostovoljnega dela), razne podporne skupine, osebno načrtovanje in izvajanje storitev, telefonsko svetovanje itd. (Mali 2013 a: 76–78).

1.4.2. Neformalni izvajalci oskrbe

Za oskrbo starejših v skupnosti je največjega pomena njihovo socialno omrežje. Mednje spadajo družinski člani, prijatelji in sosedje ter drugi, zanje pomembni člani. Neformalni oskrbovalci naj bi zagotavljali kar 90 % dolgotrajne oskrbe.

a) Družina

Glede na to, da je v Sloveniji precej gospodinjestev večgeneracijskih oz. da različne generacije po navadi živijo blizu, lahko sklepamo, da ima družina močno vlogo pri oskrbi starejših.

Filipovič Hrast *et al.* (2014: 29) navajajo izsledke raziskave Hvalič Touzery o slovenskih družinskih oskrbovalcih, in sicer je od njih največ otrok (50 %), med njimi je večina hčerk, drugi so partnerji in snahe. Oskrbo izvajajo zelo dolgo, skoraj polovica anketiranih družinskih oskrbovalcev tudi nad pet let.

Oskrba starejšega družinskega člana pa je domena omrežja socialne opore v smislu medgeneracijske solidarnosti. Filipovič Hrast *et al.* (2014: 29, 30) omenjajo Silverstein in dr., ki pravijo, da gre za izmenjavo opore med družinskimi člani, kjer otroci dobijo pomen pri skrbi za starše, ko postanejo starejši. Kot kažejo nekatere raziskave, nekateri stari ljudje nudijo svojim otrokom več, kot od njih prejmejo v zameno. Filipovič Hrast *et al.* (2014: 30) navajajo Connidis, ki ugotavlja, da se v primeru hujše bolezni oz. veliki potrebi po pomoči starejši ljudje najprej obrnejo na svoje otroke, saj menijo, da so najprimernejši nosilci pomoči.

Filipovič Hrast *et al.* (2014: 30) navajajo ugotovitve Hlebec *et al.*, da v Sloveniji otroci za svoje starše predstavljajo glavni vir opore v primeru bolezni ter finančne, materialne in emocionalne opore. Ne glede na to, da stari ljudje prejemajo oporo od otrok, pa jo hkrati tudi sami dajejo njim, najpogosteje dolgo v starost. V Sloveniji je torej prisotna močna družinska solidarnost, družina pa je z vsemi interakcijami pomemben vir opore za vse generacije.

Družinski oskrbovalci so v svoji vlogi obremenjeni, zato potrebujejo pomoč skupnosti. V okviru različnih storitev je poleg pomoči na domu ena od možnosti zanje tudi institut družinskega pomočnika. Za čas, ko skrbi za družinskega člana, oskrbovalec dobi finančno nadomestilo. Filipovič Hrast *et al.* (2014: 31) navajajo ugotovitve Hvalič Touzery, da kljub možnosti dnevnega in začasnega varstva, pomoči na domu in drugih programov družinski oskrbovalci dobijo premalo politične podpore in se premalo udeležujejo izobraževanj, kar lahko pelje v njihovo preobremenjenost in izgorevanje, tako pa se posledično zmanjša tudi kakovost oskrbe starejših (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 30, 31).

b) Prijatelji in sosedje

Prijatelji in sosedje so lahko neformalni oskrbovalci, če so starejšemu človeku blizu, a z njim niso v družinskem odnosu. Filipovič Hrast *et al.* (2014: 31) navajajo Wenger, ki meni, da so glede na pričakovanja, ki jih ima star človek v odnosu z njimi, prijatelji in sosedje takoj za ožjimi družinskimi člani in pred razširjeno družino. Nanje se obrne, ko potrebuje pomoč v

nujnih primerih, za večjo in manjšo materialno pomoč in druženje, za izvajanje nadzora ipd., ne pa ko potrebuje finančno pomoč ali pomoč v primeru bolezni.

Pomembnejši lahko prijatelji in sosedje postanejo v primeru, ko starejši človek nima družinskih članov oz. le-ti ne živijo blizu njega. Sicer pa običajno nimajo primarne vloge (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 31). Filipovič Hrast *et al.* (2014: 31) izpostavijo prepričanje Timonen, da si bodo v prihodnosti starejši ljudje brez otrok tekom življenja sami oblikovali družine (t. i. družine izbire), s tem pa se bo pomen prijateljev in znancev povečal.

Medsosedska pomoč je prisotna in je pomemben nosilec skupnostne oskrbe in pomoči. Filipovič Hrast *et al.* (2014: 31, 32) omenjajo Ramovš *et al.*, ki ugotavljajo, da naj bi bila pomoč sosedu takoj za pomočjo materi in zakonskemu partnerju.

Pri redni pomoči soseda staremu človeku ima star človek običajno nizek prag odvisnosti, odnos pa preide v prijateljskega. Barker (2002) pravi, da so ti odnosi lahko vsakdanji in brez intimnosti, kjer gre za pomoč pri instrumentalnih nalogah, lahko pa se razvijejo v globlje in močnejše odnose z intimnostjo in več pomoči (Filipovič Hrast *et al.* 2014: 32).

Mali (2013 a: 94) poudari, da med obstoječim formalnim in neformalnim sektorjem ni razvite prakse sodelovanja. Formalni sektor se smatra kot samostojen in edini možni izvajalec dolgotrajne oskrbe, to pa zavira razvoj in fleksibilnost oskrbe. Mali (*ibid.*) nadalje izrazi mnenje, »da bi neformalni oskrbovalci že danes morali postati enakopravni sodelavci formalnim oskrbovalcem«. Izmenjevanje bi si morali znanje, izkušnje z oskrbo in si pomagati pri delu. Tako opredeljevanje uporabnikov z eno oz. drugo vrsto oskrbe pa uporabnikom le škodi.

1.5. Socialno delo s starim človekom

V začetku prejšnjega stoletja so imeli socialni delavci odpor do dela s starimi ljudmi. Menili so, da je delo s starostniki nepomembno, nekoristno in zgolj potrat časa. Potrebe in zahteve so imeli po njihovem mnenju revni in odvisni ljudje, ki so pomoč dobili z dobrodelnostjo. Takšna stališča socialnih delavcev, pa tudi negativno podobo starosti v družbi nasploh, so povzročili nekateri dejavniki:

- stari ljudje so bili pojmovani kot homogena skupina, katere člani so revni, bolni, depresivni, odvisni od drugih in potrebni institucionalne pomoči;
- znanje o starosti in staranju je bilo pomanjkljivo, saj gerontologija in socialna gerontologija še nista bili dovolj razviti;
- obstoječe teorije o socialnem delu niso vključevale problematike starih ljudi;
- socialna politika je bila namenjena revnim starim ljudem in reševanju njihovih problemov, ne pa vsem starim ljudem.

(Mali 2008: 60)

Po ugotovitvah Koskinenove raziskave (1997) se je kasneje, v 60-ih in 70-ih letih prejšnjega stoletja zanimanje za socialno delo s starimi ljudmi povečalo. K temu je prispevalo naraščanje števila starih ljudi, razvoj politike upokojevanja ter socialnih in zdravstvenih služb, razvoj socialne gerontologije, postopna profesionalizacija socialnega dela in razvoj znanosti. Predstave o starosti in staranju so postale pozitivnejše, s tem pa je postal pozitivnejši tudi odnos socialnih delavcev do dela s starimi ljudmi. Različni strokovnjaki (geriatri, klinični psihologi, delovni terapevti in drugi) so spoznali, da pri delu s starimi ljudmi lahko dosežejo dobre rezultate. S pozitivnimi izkušnjami socialnih delavcev in z vplivom starih ljudi na njihovo delo je socialno delo pridobilo na raznolikosti (Mali 2008: 60, 61).

Kljub temu nekatere raziskave pričajo, da takrat delo s starimi ljudmi ni bila domena šolanih socialnih delavcev. Tovrstno delo je bilo diskriminirano, saj je marsikatero delo v povezavi s starimi ljudmi lahko opravil tudi nekdo brez strokovne izobrazbe, medtem ko pri delu z otroki ni bilo tako (Mali 2008: 61).

Mali (2013 b: 63) navaja Flaker, ki razlaga, da socialno delo s starimi ljudmi deluje na treh ravneh: mikro-, mezo- in makroravni. V službah socialnega varstva se torej dela s posamezniki, družinami in družbenimi skupinami, s skupnostjo in v tesni povezanosti z državo. »Socialno delo ni le interdisciplinarno, ampak povezuje več različnih ravni bivanja.« Socialnega dela se ne da omejiti le na en prostor, ampak se vsak napredek kaže tudi na drugih ravneh in v odnosu do drugih strok. Vodilo dela s starimi ljudmi je zavedanje, da stari ljudje niso le pasivni prejemniki pomoči, temveč so »oblikovalci in ustvarjalci kakovostnega življenja v zadnjem obdobju človekovega življenja« (Mali 2013 b: 63).

Za delo s starimi ljudmi potrebujejo socialni delavci znanje o procesu staranja, o socialni politiki na tem področju, o različnih praktičnih pristopih in metodah. Poleg tega morajo imeti različne strokovne spretnosti, na primer sposobnost komuniciranja, sposobnost presojanja, sposobnost sodelovanja z drugimi strokovnjaki in vključevanja različnih generacij. Naloga socialnega delavca je, da v določeni situaciji zna oceniti psihične, emocionalne, kognitivne in socialne zmožnosti starega človeka ter poiskati vire moči v njem in v njegovem okolju. Pozoren je na možnost njegove samooskrbe in predvidi tudi možne ovire. Delo s starimi ljudmi zahteva posebne vrednote, specifično znanje in praktično usposobljenost ter upoštevanje etičnih norm stroke (Mali 2008: 64, 65).

Mali (2013 a: 94) navaja Flaker *et al.*, ki pravijo, da se morajo strokovnjaki »prilagajati uporabniku, ga vključevati v pomoč kot aktivnega soustvarjalca rešitev«. Naučiti se morajo živeti z njim ter ga podpirati in ne delati namesto njega.

Socialni delavec starim ljudem pomaga tako, da skupaj z njimi izboljšuje njihove zmožnosti in sposobnosti za soočanje s težavami in reševanje le-teh glede na situacijo, v kateri so se znašli (Mali 2008: 65).

Tradicionalne metode dela z ljudmi so nastale v institucijah, katerih glavni cilj ni bil prizadevanje za samostojno življenje ljudi v skupnosti. Danes je v ospredju raziskovanje potreb uporabnikov in iskanje novih rešitev za njihove stiske in težave. Nove spretnosti in tehnike zaznavanja želja spreminjajo tradicionalen odnos med uporabnikom in strokovnjakom (Mali 2013 a: 94).

Po ugotovitvah Burack - Weiss in Brennan, ki jih opisuje Mali (2008: 66), se je pri socialnem delu s starimi ljudmi treba opreti na več načel. V nadaljevanju jih bom na kratko opisala, ker se mi zdi pomembno, da se z njimi spoznajo in jih upoštevajo tudi družinski člani, ki skrbijo za starega človeka v družini. Le-ti se nemalokrat znajdejo v vlogi socialnih delavcev.

Načelo mobilizacije moči in sposobnosti starih ljudi

Socialni delavec poleg identificiranja problemov ravna predvsem v pomoč in podporo staremu človeku, »da iz svojih bogatih življenjskih izkušenj črpa moč za premagovanje težav v sedanjosti. V ospredju je star človek, njegove sposobnosti in zmožnosti, ne pa zgolj problemi, za reševanje katerih obstajajo specializirani programi in službe«.

Načelo maksimalnega funkcioniranja

Socialni delavec upošteva celoten življenjski kontekst izgub, s katerimi se spopada starostnik. Ocení vse možne dejavnike, ki vplivajo na življenje starega človeka in mobilizira razpoložljive vire moči.

Načelo zagotavljanja okolja, ki človeka ne bo omejevalo

To načelo je potrebno upoštevati tudi v primeru spremembe življenjskega prostora starostnika v domačem okolju. Sicer pa naj bi socialni delavec zagotovil postopen prehod iz domačega okolja v institucionalno, ki bi upoštevalo želje, potrebe in zahteve starostnika.

Načelo etičnosti

Da ne spregledamo pravic starih ljudi, moramo spoštovati temeljni etični načeli: spoštovanje in ohranjanje dostojanstva starih ljudi. Tako bo lahko star človek avtonomno sprejemal življenjske odločitve in nam zaupal.

Načelo spoštovanja etničnih razlik

Od etničnega prepričanja starostnika je odvisno, katero pomoč bo izbral, kako sprejema bolezen in kako gleda na odnose v družini ter na odnos s socialnim delavcem.

Načelo sistemske perspektive

Pri socialnem delu s starimi ljudmi se potrebe in želje starega človeka usklajujejo z različnimi sistemi, ki so del njegovega življenja. To so formalne ali neformalne oblike pomoči v njegovem socialnem okolju, od katerih je odvisen.

Načelo postavljanja ustreznih ciljev

Socialni delavec in uporabnik skupaj postavita cilje medsebojnega delovanja, ki se skladajo z željami in življenjsko situacijo starostnika, in sicer z namenom, da ga bodo motivirali za aktivnost.

(Mali 2008: 66–68)

Mali (2008: 70) izpostavlja razlago Milošević Arnold, da se pri delu s starimi ljudmi uporabljajo prakse in koncepti, ki temeljijo na celostnem razumevanju človeka in njegovih potreb. Uporabnik je partner v procesu pomoči, v ospredju je njegova pravica do izbire

različnih vrst pomoči. Te prakse in koncepti so: partnerstvo, perspektiva moči, zagovorništvo, antidiskriminacijska usmeritev, skupine za samopomoč, socialne mreže in skupnostna skrb.

Ta načela tvorijo »generično, splošno socialno delo in so vplivala na razvoj posebnih metod in spretnosti, značilnih prav za slovensko okolje«. So najpomembnejša načela socialnega dela, ki jih prenesemo na področje dela s starimi ljudmi (Mali 2013 b: 63).

Ko sta uporabnik in socialni delavec v partnerskem odnosu, enakopravno sodelujeta pri definiranju in reševanju problema, strokovnjak pa verjame v sposobnost uporabnika, da bo uspešno rešil težavo, prevzel odgovornost in kontrolo nad svojim življenjem. Upošteva načelo participacije strokovnjak dosledno upošteva pravice uporabnika in mu pomaga pri uveljavljanju le-teh.

Perspektiva moči nas usmeri v iskanje virov moči uporabnikov. Viri moči so njegova nadarjenost, znanje in sposobnosti. Je del koncepta delovnega odnosa, ki preusmeri pozornost z uporabnikovega problema na iskanje novih možnosti in priložnosti. S perspektivo moči socialni delavec mobilizira uporabnikove moči, da bi z njimi lahko dosegel svoje cilje in vizije ter tako živel kvalitetnejše življenje, ki bo v skladu z njegovimi normami kakovosti.

Z zagovorništvom se osebe zavzemajo za uresničevanje svojih potreb in želja. Praksa zagovorništva po besedah Zavirškove poveča občutek moči posameznika, in sicer tako, da mu pomaga »pridobiti več samozaupanja, postati asertivnejši, dobiti več izbire v svojem življenju, izboljšati kvaliteto življenja ter zmanjšati izgube, prikrajšanosti in izključenosti«. Ena od nalog zagovorništva je krepitev uporabnika, kar pomeni informiranje, učenje spretnosti, spremljanje v institucije, iskanje novih možnosti in izbor, pomoč pri izdelavi individualnega načrta za samostojno življenje ipd.

(Mali 2008: 70–76)

1.6. Socialno delo z družino starega človeka

Kot pravi Čačinovič Vogrinčič (2007: 52), pri socialnem delu z družino v procesu pomoči raziskujemo dobre možne izide za vse udeležence v problemu, delamo z družino in posameznikom. Cilj je odkrivanje boljših pogojev za življenje posameznika v družini ali izven nje in podpora družini za njeno ohranitev, preoblikovanje ali razhod. Raziskati in soustvariti je potrebno spremembe, ki bodo opolnomočile družino.

Včasih družinski člani ne znajo razumeti starega človeka, ker ne poznajo značilnosti starostnega obdobja njegovega življenja, poleg tega pa z njim ne znajo tudi ustrezno komunicirati. To pa lahko vodi v družinske nesporazume. Zato je potrebno družinske člane usposobiti za razumevanje starega človeka in posledično za lepše medgeneracijsko sožitje (Ramovš 2003: 304, 305).

Socialni delavec mora pri delu z družino starega človeka poznati dinamiko družinskega sistema. Ustrezen načrt pomoči lahko pripravi šele, ko spozna starega človeka in značilnosti njegove družine ter ko starostnika umesti v družinski kontekst. Pri tem je pozoren na spremembe v vlogi starega človeka in družino opozori na pretekle vloge, ki jih je imel star človek v družini (Mali 2008: 69).

Družini, ki skrbi za starega človeka, lahko strokovnjak pomaga reorganizirati družinsko življenje na način, ki bo za vse člane družine sprejemljiv. Z ustreznimi informacijami, pomembnimi za preoblikovanje življenja in z usposabljanjem za delo s starimi ljudmi, družinskim članom precej olajša delo (Mali 2008: 65).

Socialni delavec igra vlogo koordinatorja storitev: za starega človeka in njegovo družino išče pomoč različnih obstoječih služb ter skrbi za usklajeno delovanje le-teh. Za to pa mora poznati potrebe starih ljudi.

Socialni delavec pa lahko prispeva tudi k boljšim odnosom in interakciji med starimi ljudmi in drugimi družinskimi člani ter v širšem socialnem okolju. Bistveno je, da stare ljudi in njihove oskrbovalce poveže s formalno mrežo pomoči v skupnosti (Mali 2008: 65).

Največ starih ljudi danes živi v precej tesni fizični povezanosti s sorodniki prve in druge generacije. V današnji postmoderni družbi pa na žalost nobena generacija v družini ni dovolj komunikacijsko usposobljena za kakovostno medčloveško sožitje. Njihovi odnosi so posledično pogosto prazni ali napeti. Ljudem manjkajo primerni načini za medsebojno komunikacijo, torej »orodja«, s katerimi bodo svoje želje po lepem sožitju uresničili v praksi. Dober pogovor je že eno od pravih »orodij« (Ramovš 2003: 340, 341).

Ramovš opisuje programe za kakovostno staranje, ki so »konkretni sklopi dejavnosti v socialnih mrežah«, in med drugim pomagajo tudi družinam pri njihovi oskrbi starejših članov. Razdeli jih na programe za kakovostno življenje povsem samostojnih starih ljudi, programe za delno pomoč starejšim ljudem in programe za popolno oskrbo opešanim starim ljudem, če je le mogoče, v njihovem stanovanju. Na voljo so servisni programi za delno pomoč in oskrbo na domu (Ramovš 2003: 279, 280), med programi za popolno oskrbo v starosti pa so oskrbniške družine, dnevno varstvo in hišne skupnosti. Temeljni program za materialno preskrbo v starosti pa je starostna pokojnina (Mali 2008: 79).

Osnovni »program« za kakovostno staranje je dandanes družinsko-sorodstveno sožitje s starim človekom. Učinkovitost programa je večja, če je povezan s programi usposabljanja za družinsko sožitje in komunikacijo med generacijami (Ramovš 2003: 280).

Mlajše generacije v družini imajo možnost obiskovanja tečaja za boljšo komunikacijo s starejšimi ljudmi, s čimer staremu družinskemu članu omogočijo kakovostnejše življenje in prispevajo k boljšim odnosom v družini. Za boljše sožitje s starejšim družinskim članom Inštitut Antona Trstenjaka razvija in izvaja kratek 10-urni program, ki poteka v okviru medgeneracijskih programov za kakovostno starost na področju medčloveških odnosov.

Družinam s starim človekom pomagajo tudi društva, ki se povezujejo glede na posebno starostno težavo, npr. Spominčica, Trepetlika itd. Ta društva informirajo, usposablajo, organizirajo skupna letovanja in prireditve (Ramovš 2003: 305, 306).

Medgeneracijskemu sožitju s starejšim družinskim članom je namenjen kratek 10-urni tečaj. Družinski člani se na tečaju učijo osnovnih spoznanj o kakovostnem staranju ter spoznanj in tehnik o:

- bistvenih spremembah v družini na prehodu iz tradicionalnih v postmoderne družbe,
- možnostih za komplementarno dopolnjevanje generacij v sodobni družini,
- osnovnih pravilih za uspešno komuniciranje v družini,
- značilnostih staranja in starosti, potrebnih za razumevanje starostnika,
- načinih reševanja konkretnih težav in specifičnih nalog v sožitju družine s starostnikom.

Tečaj poteka po metodi socialnega učenja v majhni skupini. Družinski člani se učijo osebno, na podlagi izkušenj iz lastnega življenja, preizkušati in obvladovati pomembne življenjske naloge. Mladi ljudje in ljudje srednje generacije morajo le imeti željo, da spoznajo svet starejših ljudi in se naučijo dobrega komuniciranja ter ohranjanja lepega medgeneracijskega odnosa z njimi. S tečajem se naučijo razumeti starejše člane v družini in prispevati k dobrim odnosom z njimi (Ramovš 2003: 341, 342).

Ker pa stari ljudje prav tako ne razumejo mlajših generacij in se težko pogovarjajo z mladimi tako, kot bi želeli, je na Inštitutu Antona Trstenjaka na voljo program usposabljanja starejših ljudi za boljše razumevanje mlajših generacij. Udeleženci in udeleženke trenirajo komuniciranje v skupini in v svojem vsakdanjem okolju, se vživljajo v mladostništvo in srednja leta na osnovi svojih izkušenj ter spoznavajo sodobne značilnosti mlade in srednje generacije (Ramovš 2003: 342).

Velikokrat se ravno ljudje v tretjem življenjskem obdobju odločijo in lotijo tega učenja, saj želijo po eni strani zapolniti svoj čas, po drugi pa osmisliti in popestriti svoje življenje. Tretja generacija je torej velik potencial za kakovostno medgeneracijsko komunikacijo, s svojimi dobrimi izkušnjami pa skrbi za boljše odnose (Ramovš 2003: 342, 343).

1.7. Zakonodaja na področju skrbi za stare ljudi v Sloveniji

1.7.1. Predlog zakona o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo z vidika družinske skrbi za starega človeka (Predlog 2010)

Trend naraščanja števila prebivalcev RS, starih nad 65 let, pa tudi naraščanje števila prebivalcev, starih nad 80 let, opozarja, da bo potrebno v prihodnosti razvijati pomoč in oskrbo v domačem okolju in v to oskrbo v večji meri vključevati svojce in druge neformalne izvajalce. Oskrbe starih ljudi ne bo več možno reševati s prevladujočimi institucionalnimi oblikami (Predlog 2010: 2).

Zagotavljanje dolgotrajne oskrbe ni le slovenski, temveč tudi evropski problem. Po mnenju Evropske komisije so ključne naloge na tem področju naslednje:

- zagotavljanje splošne dostopnosti do kakovostnih storitev dolgotrajne oskrbe,
- zagotavljanje vzdržnega financiranja dolgotrajne oskrbe z ustrezno kombinacijo javnih in zasebnih finančnih virov ter možnimi spremembami mehanizmov financiranja,
- krepitev usklajenega izvajanja socialnih in zdravstvenih storitev, vključenih v dolgotrajno oskrbo,
- spodbujanje oskrbe na domu ali v skupnosti, ne pa v ustanovah, s čimer bi vzdrževanim osebam omogočili, da čim dlje ostanejo na svojih domovih,
- izboljševanje pogojev zaposlovanja in delovnih pogojev poklicnih izvajalcev oskrbe ter podpiranje nepoklicnih izvajalcev oskrbe.

(Predlog 2010: 2)

Ko govorimo o storitvah in denarnih prejemkih, ki se financirajo iz prispevkov za socialno zavarovanje in iz davkov, največ pomoči dobijo osebe, ki so vključene v institucionalne storitve. Osebe, ki ostanejo v domačem okolju, so v slabšem položaju, saj jim nista omogočena integrirana zdravstvena nega in socialna oskrba (Predlog 2010: 3).

Predlog zakona o dolgotrajni oskrbi (v nadaljevanju Predlog) za izhodišče postavi uvedbo novega obveznega zavarovanja, kot je zavarovanje za različna druga tveganja, npr. bolezen oz. poškodbo, invalidnost in starost, brezposelnost itd. Predlog poudarja potrebo po zagotovitvi odgovornosti in aktivne vloge potencialnih prejemnikov pomoči. Med cilji med drugim navaja tudi dostopnost kakovostnih individualiziranih storitev oziroma pravic dolgotrajne oskrbe za vse prebivalstvo, ki te storitve potrebuje. Pri tem naj bi imele prednost tiste oblike pomoči in podpore, ki upravičencem zagotavljajo čim daljše življenje v domačem okolju. Družino in oskrbovanega člana opominja na odgovornost za zagotavljanje primerne ravni oskrbe in pomoči oz. na socialno varnost v času odvisnosti upravičenca od pomoči druge osebe z možnostjo prostovoljnega zavarovanja za dolgotrajno oskrbo. Izenačile naj bi se pravice vseh upravičencev ne glede na kraj bivanja ali na vrsto pomoči (institucionalna oskrba ali storitve na domu). Najpomembnejši cilj uvedbe posebnega zavarovanja za dolgotrajno oskrbo pa je povečati socialno varnost in kakovost življenja ljudi, ki imajo zmanjšano sposobnost samooskrbe in potrebujejo pomoč pri opravljanju dnevnih življenjskih aktivnosti (Predlog 2010: 6).

Po določitih predloga zakona bi bili v obvezno zavarovanje vključeni vsi, ki so v RS obvezno zdravstveno zavarovani. Zavarovanje bi bilo financirano iz prispevkov delodajalcev in zavarovancev samih (Predlog 2010: 7).

Namen tega zakona je povezati izvajalce dolgotrajne oskrbe obeh področij, tj. iz zdravstva in iz sociale, v enoten in celovit sistem, kar bi vodilo do večje učinkovitosti in kakovosti storitev ter zadovoljstva uporabnikov (Predlog 2010: 7).

Zavarovanci bi bili v primeru izpolnjevanja kriterijev upravičeni do:

- kritja stroškov storitev dolgotrajne oskrbe,
- denarnega nadomestila za dolgotrajno oskrbo,
- kombinacije plačila storitev dolgotrajne oskrbe in denarnega nadomestila,
- plačila pravice do osebnega pomočnika,
- kritja stroškov za prilagoditev stanovanja in
- plačila pripomočkov za izvajanje dolgotrajne oskrbe.

(Predlog 2010: 7)

Potrebe glede temeljnih in podpornih življenjskih opravil se bodo ugotavljale po enotnem postopku, ki bo določil obseg pomoči. Pravice bodo po zakonu lahko uveljavljali tisti, ki potrebujejo vsaj 4 ure pomoči tedensko, ki traja več kot 3 mesece. Osebe po zdravstveni obravnavi, ki bodo dlje časa nesposobne samostojno živeti, bodo neposredno prešle v sistem dolgotrajne oskrbe (Predlog 2010: 7).

Nosilec zavarovanja za dolgotrajno oskrbo je Zavod za zavarovanje za dolgotrajno oskrbo Slovenije (Predlog 2010: 8).

Hvalič Touzery (2007 a: 125, 126) predstavlja Predlog zakona o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo iz leta 2006, ki poudarja, da je »naloge države, da pomaga ljudem, ki potrebujejo tujo pomoč, in jim zagotovi dostopnost do dolgotrajne oskrbe v tistem segmentu, ki ga ne zmorejo njihovi družinski člani.« ... Ena izmed človekovih pravic je pravica do pomoči od države, če je posameznik v stiski in potrebuje pomoč. Poleg tega je nedvomno »družina družbena celica, katere moralna dolžnost je aktivno in pozitivno sodelovanje pri zagotavljanju pomoči in oskrbi svojemu onemoglemu, ostarelemu, kronično

bolnemu ali invalidnemu članu. ... Odgovornost in dolžnost družine ima poleg moralne tudi pomembno ekonomsko dimenzijo.« V Predlogu (2006) nadalje poudarijo, da ima družina kljub vsemu večjo odgovornost do nudenja pomoči sorodniku, ki ne more skrbeti zase, kot država, saj naj bi država zagotovila le tisti del potrebne pomoči, ki je ne morejo zagotoviti svojci (Hvalič Touzery 2007 a: 125, 126).

Družina ima torej zelo pomembno vlogo pri skrbi za starega človeka, kar potrjujejo predlagatelji zakona, ki v Predlogu (2006: 3) pojasnjujejo, da »brez sodelovanja in vključevanja svojcev v dolgotrajno oskrbo uresničevanje tega zakona skoraj ni mogoče«, še posebej pa ne v prihodnosti (Hvalič Touzery 2007 a: 126).

1.7.2. Zakon o socialnem varstvu – institut družinskega pomočnika

Zakon o socialnem varstvu poleg drugih področij opredeljuje tudi socialno varstvo starih ljudi, v okviru katerega institucionalni oskrbi določa alternativne oblike (ZSV, Uradni list RS, št. 54/92 in nasl., dostopno na <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO869>).

15. člen zakona v socialnovarstveno storitev pomoč družini na domu vključuje tudi socialno oskrbo starostnika na domu, če lahko ta oskrba nadomesti institucionalno varstvo. Starostnikom je na voljo tudi socialni servis, ki obsega pomoč pri hišnih in drugih opravilih, če je ta pomoč potrebna za vključitev osebe v vsakdanje življenje (ZSV, 15. čl.).

Dodatek k Zakonu o socialnem varstvu iz leta 2004 (ZSV-C) odpira možnost, da so kot družinski pomočniki lahko registrirani tudi družinski oskrbovalci starega človeka.

Po 18. a členu ima pravico do izbire družinskega pomočnika »polnoletna oseba s težko motnjo v duševnem razvoju ali polnoletna težko gibalno ovirana oseba, ki potrebuje pomoč pri opravljanju vseh osnovnih življenjskih potreb« (ZSV, 18. a čl.). Iz tega se da razbrati, da imajo pravico do družinskega pomočnika tudi bolni stari ljudje, npr. nepokretni in dementni stari ljudje (Hvalič Touzery 2007 a: 128).

Družinski pomočnik je oseba, ki invalidni osebi nudi potrebno pomoč, ni pa dolžan kriti materialnih stroškov za življenje invalidne osebe. Lahko ima stalno prebivališče kot invalidna oseba oz. eden od družinskih članov invalidne osebe (ZSV, 18. b, 18. c čl.). Med družinske

člane se uvrščajo zakonec oz. oseba, ki živi z osebo, potrebno pomoči, otroci, pastorki, vnuki in nečaki, brat, sestra, stara mama, stari oče, stric in teta (Hvalič Touzery 2007 a: 128).

Invalidna oseba uveljavlja pravico do izbire družinskega pomočnika pri pristojnem centru za socialno delo z vlogo in priloženo dokumentacijo (ZSV, 18. č čl.). Pristojni center nato o izbiri določene osebe za družinskega pomočnika tudi odloči (ZSV, 18. f čl.).

Družinski pomočnik invalidni osebi nudi pomoč v skladu z njenimi potrebami in interesi, še posebej pa nastanitev, nego, prehrano, gospodinjska opravila, zdravstveno oskrbo izbranega osebnega zdravnika, spremstvo in udejstvovanje v različnih socialnih in družbenih aktivnostih. Poleg tega se mora družinski pomočnik po zakonu udeleževati programov usposabljanja, ki jih določi socialna zbornica (ZSV, 18. j čl.).

V tem členu zakona gre za uvedbo instituta oz. pravico do družinskega pomočnika. Z družinskim pomočnikom se ne sklene delovno razmerje, zato iz tega naslova tudi ni pravic, kar pomeni, da ni formalnega delodajalca (Hvalič Touzery 2007 a: 128).

1.7.3. Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju

Za stare ljudi je neizogibno pomemben tudi Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju iz leta 2012 (ZPIZ-2, Uradni list RS, št. 96/12 in nasl., dostopno na <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO6280>), ki ureja sistem obveznega pokojninskega in invalidskega zavarovanja, sistem obveznega dodatnega pokojninskega zavarovanja in sistem prostovoljnega dodatnega pokojninskega zavarovanja (ZPIZ-2, 1. čl.). Po drugem členu tega zakona obvezno pokojninsko in invalidsko zavarovanje »na podlagi medgeneracijske solidarnosti obsega obvezno in prostovoljno vključitev v obvezno zavarovanje ter pravice in obveznosti iz obveznega zavarovanja za primer starosti, invalidnosti in smrti, določene na podlagi dela, prispevkov ter po načelih vzajemnosti in solidarnosti«.

Tretji člen ZPIZ-2 ureja pravice, in sicer se z obveznim zavarovanjem zagotavljajo »pravice do pokojnine, pravice na podlagi invalidnosti, pravica do letnega dodatka in pravica do dodatka za pomoč in postrežbo«.

1.7.4. Zakon o zakonski zvezi in družinskih razmerjih

Zakon o zakonski zvezi in družinskih razmerjih (ZZZDR, Uradni list RS, št. 15/76 in nasl., dostopno na <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO40>) je vreden omembe z vidika družinske skrbi za starega člana v družini. Polnoletni otrok je namreč dolžan preživljati svoje starše po svojih zmožnostih, če starši nimajo dovolj sredstev za življenje in si jih ne morejo priskrbeti. Ni pa polnoletni otrok dolžan »preživljati tistega od staršev, ki iz neopravičenih razlogov ni izpolnjeval preživninskih obveznosti do njega« (ZZZDR, 124. čl.).

1.7.5. Zakon o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju

Družinski oskrbovalci imajo po Zakonu o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju (ZZVZZ, Uradni list RS, št. 9/92 in nasl., dostopno na <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO213>) pravico do nadomestila zaradi nege ožjega družinskega člana, ki traja največ do 7 delovnih dni. Kadar to terja zdravstveno stanje ožjega družinskega člana, ga lahko zdravniška komisija izjemoma podaljša do največ 14 delovnih dni (ZZVZZ-M, 30. čl.).

ZZVZZ določa osnovo za nadomestilo, ki je povprečna mesečna plača. Nadomestilo znaša 80 % osnove ob zadržanosti od dela zaradi nege družinskega člana (ZZVZZ-M, 31. čl.).

Zakon dodeljuje nadomestilo samo v primeru, če oseba, ki oskrbuje, živi v skupnem gospodinjstvu z oskrbovancem. Na ta način je upravičencev takoj manj. V Sloveniji sicer mlajše generacije živijo blizu ali v isti hiši s svojimi starši, ne pa v istem gospodinjstvu (Hvalič Touzery 2007 a: 134).

Hvalič Touzery (2007 a: 133) navaja, da pravico družinskega oskrbovalca do odsotnosti z dela in finančnega nadomestila poleg ZZVZZ obravnava tudi Kolektivna pogodba za dejavnost zdravstva in socialnega varstva Slovenije (Kolektivna pogodba za dejavnost zdravstva in socialnega varstva Slovenije, Uradni list RS, št. 15/94 in nasl., dostopno na <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=KOLP78>). Po 39. členu Kolektivne pogodbe ima delavec pravico do odsotnosti z dela brez nadomestila plače (neplačan dopust) do 30 dni v posameznem koledarskem letu, in sicer pod pogojem, da odsotnost ne bo bistveno motila

delovnega procesa v primeru nege družinskega člana, ki ni medicinsko indicirana. Delavec je lahko odsoten z dela brez nadomestila plače celo nad 30 dni, če to dopušča delovni proces. Po mnenju Hvalič Touzery (2007 a: 134) je daljša odsotnost z dela težko uresničljiva, saj bi najverjetneje vplivala na delovni proces, poleg tega pa za družinske oskrbovalce ni ugodna niti s finančnega vidika.

2. PROBLEM

Ker je staranje prebivalstva eden največjih izzivov današnje družbe in ker je med ljudmi vedno bolj prisotna želja po kakovostnem staranju, je to tematika, s katero je potrebno osveščati skupnost in posameznike v njej. Eden od načinov zagotavljanja kakovostnega staranja je omogočanje starim ljudem, da ostanejo čim dlje v domačem okolju – v družini, kjer se dobro počutijo. Ko sem pozornost usmerila na življenje starih ljudi, sem se zavedela, da me obdaja veliko starih ljudi, ki živijo s svojimi družinskimi člani mlajših generacij. Zato sem se odločila, da raziščem njihova življenja.

Problem moje raziskovalne naloge je raziskovanje vloge družine pri skrbi za starega družinskega člana. Pojem družine v mojem kontekstu raziskovanja vključuje družinskega člana, ki v največji meri skrbi za starega človeka, pa tudi ostale družinske člane, ki kakor koli prispevajo v procesu pomoči. Pri raziskovanju sem se osredotočila na družine s starim človekom, ki živi doma, a zaradi starosti in pojavov, ki starost spremljajo, ne more več sam skrbeti zase in potrebuje pomoč ne glede na to, ali je pomoč socialne, čustvene ali fizične narave.

V magistrskem delu želim raziskati družinsko oskrbo starega človeka in podporo pri družinski oskrbi. Predvsem me zanima, če in kako družinski oskrbovalci načrtujejo pomoč s starimi družinskimi člani, če družinski oskrbovalci v svojih vlogah zadovoljijo potrebe ter izpolnijo želje in pričakovanja starih družinskih članov in če posledično pripomorejo k dostojnemu in kvalitetnemu življenju starih ljudi doma.

Cilj moje raziskave je prispevati k uvidu družinskih članov in ostale skupnosti v pomen njihove vloge pri skrbi za starega človeka, zlasti v smislu sooblikovanja pomoči skupaj z njim, kar lahko vodi v kvalitetnejše in zadovoljnejše življenje starega človeka. Ugotavljanje in upoštevanje njegovih potreb in želja ohranjata njegovo avtonomijo in občutek vrednosti. Pomembno je, da družina ne pozabi na čustveno in socialno dimenzijo pomoči – pogovor in druženje z njim. Družinske člane je potrebno pri teh vlogah podpreti in jih okrepiti – jih seznaniti z razpoložljivimi formalnimi in neformalnimi oblikami pomoči za življenje starega človeka doma, skupaj z družino, in za skupen cilj, da bi star človek v družini čim dlje ostal pomemben družinski član.

Da bi ugotovila vse našete dimenzije družinske oskrbe, sem si zastavila naslednja raziskovalna vprašanja:

- Kako si stari ljudje, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo in živijo doma, organizirajo vsakdanje življenje in pomoč?
- Kako se stari družinski člani, ki živijo s svojimi oskrbovalci, dogovarjajo za pomoč s svojimi oskrbovalci v primerjavi z družinskimi člani, ki ne živijo s svojimi oskrbovalci? Kaj prvi in kaj drugi pričakujejo od družinskih članov v okviru skrbi zanje?
- Kdo od družinskih članov se vključuje v oskrbo in kako? Koliko časa namenjajo oskrbi starega človeka?
- Katere oblike skupnostne pomoči koristijo stari družinski člani?
- Kako družinski člani izpolnjujejo želje in pričakovanja starih ljudi?
- Katere vloge in naloge imajo v družini stari družinski člani?
- Kakšen je prispevek starih družinskih članov k medgeneracijskemu sožitju v družini?
- Kako k medsebojnemu razumevanju v družini pripomorejo oskrbovalci/ke in drugi družinski člani?

3. METODOLOGIJA

3.1. Vrsta raziskave, model raziskave in spremenljivke

Opravljen raziskava je v celoti kvalitativna, saj osnovno izkustveno gradivo sestavljajo besedni opisi, ki jih kasneje kvalitativno analiziram. Glede na stopnjo v procesu spoznavanja je raziskava eksplorativna ali poizvedovalna. Glede na odnos do neposrednega izkustvenega gradiva je raziskava izkustvena ali empirična, saj sem s spraševanjem (z intervjuji) zbirala novo, neposredno izkustveno gradivo. To gradivo sem uporabila za odgovarjanje na zastavljena raziskovalna vprašanja in za znanstveno dokazovanje. Glede na uporabnost je raziskava v veliki meri temeljna, saj se ukvarja z raziskovanjem osnovnih teoretičnih vprašanj socialne gerontologije, a je kljub temu deloma tudi uporabna, saj se zavzema za praktično vrednost teh spoznanj v skupnosti (Mesec 1997 a).

3.2. Raziskovalni instrumenti in viri podatkov

V raziskavi sem primarne podatke zbirala s spraševanjem. Za raziskovalni instrument sem uporabila intervju, in sicer polstrukturirani intervju.

Izdelala sem dva vprašalnika, enega za starega družinskega člana, drugega pa za njegovega oskrbovalca, in sicer z namenom, da dobim oba pogleda oz. obe mnenji o določeni zadevi in s tem zanesljivejše podatke. Z medsebojno interakcijo namreč oba pomembno vplivata na družinsko oskrbo. Na podlagi odgovorov obeh intervjuvancev sem se lahko prepričala o njuni usklajenosti oziroma neusklajenosti ali pa sem odgovore starih družinskih članov po potrebi dopolnila z odgovori oskrbovalcev.

Vprašalnika sta bila podobna (dotikala sta se istih tem), a ne enaka, saj sem ju morala prilagoditi sogovornikoma. Vključevala sta 14 oz. 15 vprašanj zaprtega tipa. Vprašanja za oba intervjuja sem vnaprej skrbno pripravila z namenom, da se pri pogovoru z enim ali drugim sogovornikom ne bi preveč oddaljili od želene raziskovalne niti. Seveda sem dopuščala odprtost odgovorov. Vprašanja sem med pogovorom po potrebi in glede na okoliščine prilagajala oziroma kakšno podvprašanje tudi dodala.

Vprašalnika prilagam v Prilogi 1 in v Prilogi 2.

3.3. Populacija in vzorčenje (subjekti)

Populacijo sestavljajo stari ljudje iz Logatca in Železnikov in njihovi oskrbovalci/-ke oziroma družinski člani, ki skrbijo zanje. Populacijo starih ljudi sestavljajo tisti stari ljudje, ki so februarja 2016 živeli doma in so zaradi starosti ali pojavov, ki starost spremljajo, potrebovali dolgotrajno oskrbo in pomoč.

Vzorec je neslučajnostni, in sicer priročni, saj sem ga oblikovala na podlagi poznanstev s subjekti. Vzorec zajema osem parov starih družinskih članov in njihovih oskrbovalcev. Nekaj sogovornikov sem sama osebno poznala, nekaj pa sem jih pridobila s pomočjo poznanstev. Vsi stari ljudje in njihovi oskrbovalci/-ke torej niso imeli enake verjetnosti za izbor v vzorec. Vendar to ni vplivalo na njihove odgovore, saj raziskovane tematike niso bile v povezavi z mano. Zaradi moje posredne vpletenosti v njihova življenja sicer obstaja dvom o njihovi iskrenosti, a je bila po drugi strani moja osebna vpletenost prednost pri pridobivanju intervjuvancev, intervjuvanci pa so se zato tudi bolj potrudili pri odgovarjanju (Mesec 1997 a).

Med starimi družinskimi člani je sedem žensk in le en moški, med družinskimi oskrbovalci pa šest žensk in dva moška. Stari družinski člani so stari od 74 do vključno 98 let, družinski oskrbovalci pa od 48 do vključno 85 let.

Pet parov je iz Železnikov, trije pari pa iz Logatca.

Število družinskih članov, ki sodelujejo pri oskrbi starega človeka v družini (vključno z oskrbovalci), se giblje od enega do petih.

Trajanje oskrbovanja družinskih oskrbovalcev niha od 1 do 25 let.

Med raziskovalnimi subjekti je bil izjema par, pri katerem gospa zaradi bolezni ne živi več doma, ampak v bližnjem domu za stare, mož pa ji nudi vso skrb razen zdravstvene. Ker jo gospod obiskuje večkrat na dan, ona pa živi v domu izključno zato, ker zaradi bolezni potrebuje celodnevno nego, sta se mi zdela primerna za vključitev v raziskavo. Ko sem interpretirala rezultate, sem opozorila na njeno bolezen in bivanje v domu za stare.

3.4. Zbiranje podatkov

Podatke sem zbiral z ustnim intervjuvanjem, in sicer v februarju 2016 na domu posameznega intervjuvanca. Pogovore sem vodila sama in jih nisem snemala.

Znotraj para sem najprej en intervju opravila s starim družinskim članom, starim nad 65 let, nato pa še drug intervju z družinskim oskrbovalcem, ki v največji meri skrbi zanj. Intervjuja sta potekala ločeno, z vsakim sogovornikom posebej, da sta lahko vsak zase brez zadržkov povedala, kar sta želela povedati, ne da bi vplivala na odgovore drug drugega. Za izvedbo obeh intervjujev sem skupno porabila približno uro in pol.

Tudi tu sem si dovolila narediti eno izjemo: v enem primeru je vprašalnik namesto družinskega oskrbovalca izpolnil družinski član, ki je po obsegu oskrbe starega človeka takoj za njim. Družinski oskrbovalec namreč takrat, ko sem opravljala intervjuje, ni imel časa za odgovarjanje.

Zbiranje podatkov s spraševanjem je imelo določene prednosti, a tudi slabosti. Prednost je bila ta, da sem lahko stare ljudi in njihove družinske člane spraševala po doživljanju, čustvih, stališčih in mnenjih, neposredno pa sem lahko pojasnila pomen kakšnega vedenja. Poleg tega sem lahko intervjuvance spraševala o preteklih dogodkih, dogovorih, znanju, izkušnjah ter o željah in pričakovanjih v prihodnosti. S starimi ljudmi sem se lahko pogovarjala o njihovi preteklosti – otroštvu, mladosti, zgodnji odrasli dobi itd. in tako zajela njihovo dolgo življenjsko obdobje. Pridobila sem veliko podatkov. Ena od prednosti, ki pa je hkrati tudi pomanjkljivost, pa je bila ta, da sem s spraševanjem izzvala odgovore, ki se sami od sebe morda sploh ne bi pojavili. Slabost je ta, da sem lahko od intervjuvancev izzvala odgovore na vprašanja o temah, ki jim niso blizu in o njih nimajo mnenja, a so se ob tem obnašali, kot da jih poznajo.

Pomanjkljivost je bila tudi ta, da so bili odgovori odvisni od njihove sposobnosti opazovanja in besednega izražanja. Deloma pa sem se izognila temu, da bi nehote oz. nenamerno izkrivljali izjave, da bi bile družbeno sprejemljive, in odgovarjali tako, da bi bilo všeč meni. Iskrenost nekaterih njihovih izjav sem namreč lahko preverila na podlagi odgovorov oskrbovalcev, saj so odgovarjali na vprašanja o enakih temah (Mesec 1997 a).

Sicer pa sem s spraševanjem vzpostavila osebni stik, da so se mi sogovorniki odprli in mi zaupali.

3.5. Obdelava in analiza podatkov

Zapise intervjujev sem uredila in prepisala. Prilagam jih v Prilogah 3–18. Podatke sem obdelala in analizirala kvalitativno (Mesec 1997 b). Vprašanja iz obeh vprašalnikov sem za lažjo analizo združila v tri tematske sklope. Relevantne dele besedila sem kodirala glede na tematski sklop:

1. tematski sklop: organizacija vsakdanjega življenja in pomoči staremu družinskemu članu,
2. tematski sklop: družinska oskrba starega človeka in podpora oskrbi,
3. tematski sklop: želje, potrebe in pričakovanja starega družinskega člana.

Ker menim, da so proučevane tematike v veliki meri odvisne od vlog in nalog družinskih članov, s katerimi prispevajo k medsebojnemu razumevanju in posledično zadovoljstvu z oskrbo, sem dodala in raziskala še 4. tematski sklop: prispevek družinskih članov k medgeneracijskemu sožitju in kakovostni starosti. Kodirala sem ga po enakem principu kot prejšnje.

V transkriptih sem označila tiste relevantne odgovore na vprašanja iz obeh intervjujev, ki spadajo v določen tematski sklop. Znotraj posameznih odgovorov sem nato podčrtala dele besedila in jim določila kode. Kode sem nazadnje med seboj primerjala in izdelala sklepe in tako dobila odgovore na svoja raziskovalna vprašanja.

Primer kodiranja

Tematski sklop: dogovarjanje za pomoč staremu družinskemu članu:

- Kako se z oskrbovalcem/-ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.
- Kako se dogovorita za pomoč; ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

OBIČAJEN DOGOVOR ZA POMOČ

Pari, ki živijo na skupnem naslovu:

Snaha sama pride vsako jutro. Snaha vse sama ve, kaj je za postoriti, ob sobotah na primer že pride s sesalcem. Običajno se vse zjutraj dogovoriva, kaj je za postoriti. Snaha me vpraša, če mi prinese kosilo, če je kaj posebnega za pomagati ali kam za peljati, jaz pa ji povem. Sva že utečeni. (Intervju 1 a)

Kode: prihod oskrbovalke, organiziranost oskrbovalke, predvidljivost oskrbovalke

Pari, ki ne živijo na skupnem naslovu:

Največkrat sama povem, kaj rabim. Običajno, kadar kaj rabim, ga pokličem po telefonu in prosim, naj mi pripelje kaj dobrega za pojest, da imam za obiske in pa vse, kar mi manjka od špecerije. Zmer me vpraša, če še kaj nucam. (Intervju 5 a)

Kode: prošnja starega človeka za pomoč po potrebi, zanimanje oskrbovalca za potrebe starega človeka.

POMOČ IZVEN OBIČAJNEGA DOGOVORA

Pari, ki živijo na skupnem naslovu:

Ja, se je že zgodilo, da sem padla in sem takoj rabila pomoč. K sreči je bila snaha doma pred hišo, da me je slišala, ko sem jo klicala in mi je takoj pritekla pomagati. (Intervju 1 a)

Kode: zdravstven razlog, klic na pomoč, takojšnja pomoč

Pari, ki ne živijo na skupnem naslovu:

Zadnjič, ko sem šla na pregled k svojmu zdravniku, pa v tamkajšnji lekarni nisem dobila tapravih obližev za rane, sem pa tud njega poklicala, če lohk gre gledat v Sanolabor, no, pa mi jih je prnesu. Pol sem pa še izkoristila in ga prosila, če me bo lahko v ponedeljek peljal v laboratorij v ZD Škofja Loka, no, pa ni imel nič proti. (Intervju 5 a)

Kode: zdravstven razlog, prošnja za pomoč, pomoč ob priliki oziroma po dogovoru

Oskrbovalka in oskrbovalec navedeta podobne odgovore (Intervju 1 b in Intervju 5 b).

SKLEP: Dogovarjanje je pri tistih parih, ki živijo na istem naslovu, v primerjavi s tistimi pari, ki ne živijo na istem naslovu, lažje oziroma običajno skoraj ni potrebno, in sicer zaradi že rutinskega dogovarjanja in neposredne bližine bivanja.

4. REZULTATI

4.1. Organizacija vsakdanjega življenja in pomoči staremu družinskemu članu

Vsi stari ljudje razen dveh pravijo, da si svoj vsakdan organizirajo sami, po svoje. S tem se večinoma strinjajo tudi njihovi oskrbovalci. Ena oskrbovalka sicer pravi, da teti delno pomaga pri organiziranju dneva: *»... delno ji nudim pomoč pri organiziranju dneva, na primer, če je treba kam iti, če so kakšni posebni dogodki«*. (Intervju 7 b)

En oskrbovalec pa celo meni, da je teta še bolj zadovoljna, če je nihče ne »komandira«.

Iz tega lahko sklepam, da so stari ljudje iz raziskave še dokaj samostojni in da si s tem, ko sami poskrbijo za dnevne aktivnosti, prizadevajo za to, da bo tako tudi čim dlje ostalo.

Dneva si sama ne organizirata dva stara družinska člana. Eden od njiju pravi, da je zanj dan enak dnevu in da zato ne more reči, da si dneve sam organizira. Enakega mnenja je njegova oskrbovalka, ki meni, da kakšna posebna organizacija ni potrebna, razen kadar gre sama na dopust, ko jo nadomesti brat, a pravi, da se ji zdi, da je takrat oče samostojnejši kot običajno.

Sogovornica, ki je v domu za stare, kjer je, kot sama pravi, že vse organizirano, vseeno poudari, da še ima besedo pri tem: *»... ampak kljub pravilom in aktivnostim, ki jih imamo v domu (obroki ob določenih urah, terapije itd.), in na katere ne morem vplivati, si še vedno sama lahko zmislim, kaj bom počela izven tega, in to potem z moževo pomočjo uresničim.«* (Intervju 2 a)

Sogovornike sem nato spraševala o tem, kako si organizirajo vsakdan oziroma kako poteka njihov dan. Želela sem ugotoviti, katera opravila opravljajo, ali jih opravljajo sami, pri katerih opravilih potrebujejo pomoč in kdo jim pri tem pomaga.

Sogovornice in sogovorniki so navedli več opravil, ki jih opravljajo med dnevom: jemanje tablet, pogovor o počutju, prevozi po opravkih, kuhanje kosila in pomivanje posode, prosti čas oziroma kratkočasenje, sprejemanje obiskov, priprava večerje, skrb za osebno higieno, pranje perila, sesanje in pospravljanje stanovanja. Iz opisov njihovih dnevov lahko sklepam, da vsi stari ljudje popolnoma sami poskrbijo le za opravila, ki se tičejo njihovega prostega časa

oziroma kratkočasenja. Prav vsi pa potrebujejo pomoč pri prevozu po opravkih. Ostala opravila različni sogovorniki različno samostojno opravljajo.

Tako na primer vsakodnevno skuhano kosilo potrebuje kar polovica – štirje od vprašanih starih ljudi. Od ostalih štirih vprašanih si en star človek kuha popolnoma sam, trije stari ljudje pa prejmejo pomoč pri pripravi kosila le po potrebi.

Pri pospravljanju stanovanja le dve sogovornici in en sogovornik omenijo, da pride njihovo stanovanje posesat in počistit snaha, nečakinja oziroma hči. Štirje stari družinski člani to opravijo sami, eni sogovornici to opravi osebje doma.

Dva od starih družinskih članov omenita, da ju njuni oskrbovalki zjutraj, ko prideta k njima, povprašata po počutju. Kar pet starih družinskih članov omeni (jutranji) pogovor oziroma klepet. Eden od njih sicer pove, da to »delo« opravi patronažna sestra, saj je hči takrat v službi: *»Vsak dan pride k meni Lidija, ki poskrbi za nekaj del. ... Ona običajno kaj postori namesto hčere, ki pride iz službe pozno popoldne. ... Tud kofe mi skuha, pa malo se pogovoriva in tako sem malo manj sam.«* (Intervju 6 a)

Ena sogovornica pa pove, da k njej vsakodnevno hodijo na klepet prijatelji.

Iz teh podatkov lahko sklepam, da starim družinskim članom pogovor in druženje veliko pomenita, sicer tega ne bi omenjali kot del vsakdanjih opravil.

Pomembno opravilo starih ljudi pa je tudi sprejemanje obiskov. Skoraj vsi stari ljudje navedejo, kdaj in kdo jih obišče; večinoma navajajo, da je to ob vikendih in da so to »ta mladi«. Sklepam lahko, da torej stari ljudje pričakujejo obiske in da obiski zanje pomenijo nepogrešljiv del njihovega vsakdanjika oziroma tednika.

V nadaljevanju me je zanimalo, kako se stari ljudje dogovarjajo s svojimi oskrbovalci za pomoč. Prosila sem jih, naj mi povedo, kdaj in v kakšnih primerih oskrbovalci pridejo k njim, nato pa naj navedejo še primer običajnega dogovora za pomoč in primer, ko so potrebovali pomoč izven običajnega dogovora. Stare družinske člane sem ločila na tiste, ki živijo v isti hiši s svojimi oskrbovalci, in na tiste, ki ne živijo v isti hiši s svojimi oskrbovalci. Menim namreč, da se dogovarjanje glede pomoči razlikuje med enimi in drugimi, saj je prvim pomoč bolj dostopna kot drugim in posledično se prvi lažje dogovarjajo kot drugi. Take, ki živijo v isti hiši z družinskimi člani, ki skrbijo zanje, so štiri stare osebe; take stare osebe, ki ne živijo v isti hiši s svojimi oskrbovalci, pa so prav tako štiri.

Kar za tri sogovornice, ki živijo pod isto streho s svojimi oskrbovalkami, skrbijo snahe, eno pa oskrbuje nečakinja. Upoštevajoč ta podatek bom lažje delala zaključke, saj menim, da bi v primeru, če bi jih oskrbovale hčerke, prehitro sklepala, da je razlog v lažjem dogovarjanju v odnosu mati – hči.

Pri starih ljudeh iz te skupine obstaja podoben način dogovarjanja glede pomoči. V treh primerih oskrbovalka že sama pride zjutraj in postori, kar je potrebno, oziroma povpraša po željah starega človeka. Iz opisov dogovorov se da razbrati, da so ti stari ljudje dobro usklajeni s svojimi oskrbovalkami, dogovor je postal že neke vrste rutina. V enem primeru pa sogovornica svojo oskrbovalko sama pokliče, ko jo potrebuje. Vse štiri sogovornice po potrebi same povedo, kakšno pomoč potrebujejo in če si kaj posebnega želijo. Ena od sogovornic izpostavi, da si s snaho vedno izmenjata mnenja glede potrebne pomoči.

Stari družinski člani, ki ne živijo pod isto streho s svojimi oskrbovalci, pa so z njimi v različnih sorodstvenih vezeh. Oskrbovalci so v razmerju do starih družinskih članov mož, snaha, nečak in hči.

Sogovornica, ki živi v domu za stare, pove, da mož že sam ve, kaj je za postoriti, ko pride k njej na obisk. Če pa bi rada, da ji mož kaj prinese, pa mu to pove. Vrata sobe ima odprta, da pokliče negovalko, če kaj potrebuje. Prav tako tudi druga sogovornica pokliče snaho, kadar kaj potrebuje, običajno je to prevoz v trgovino, k zdravniku ali k sorodnikom ali pa je to kosilo ali pomoč pri pospravljanju v stanovanju in na vrtu.

»Največkrat sama povem, kaj rabim, sam pa ve, da mi mora pravočasno nanositi drva pred vrata, da potem lahko zakurim. ... Običajno, kadar kaj rabim, ga pokličem po telefonu in prosim, naj mi pripelje kaj dobrega za pojed, da imam za obiske, in pa vse, kar mi manjka od špecerije. Pa potem on spotoma, ko pride sem gor kaj nardit v svoj vikend in se oglasi še pri meni, pripelje stvari s seboj in poračunava. Je kar skrben zame. Zmer me vpraša, če še kaj nucam.« (Intervju 5 a)

Na podlagi tega besedila lahko rečem, da je dogovor glede pomoči pri določenih opravilih že v navadi sogovornice in njenega oskrbovalca oziroma del njune rutine. Za druge vrste pomoči se sprti dogovarjata, kaj sogovornica potrebuje, in oskrbovalec ji to prinese. S tem oskrbovalec ni obremenjen, saj dogovor izpolni, ko lahko.

Drug sogovornik navede, da običajno hči pride sama, ko ima čas, on pa počaka, saj se mu, kot pravi sam, »*nikamor ne mudi*«. Ko pride hči, naredi vse, kar je potrebno. Če pa kaj potrebuje, pa pokliče kar skozi okno, dopoldne sina, popoldne pa hčer, ki živi v hiši poleg njegove. Nazadnje še poudari, da ne mara »*diktirat hčeri, kaj naj naredi, sej sama ve, kaj rabim in kaj mora nardit. Včasih pa lohk tud kej počaka. Le če se mi kaj zgodi, če sem umazan, moker ali pa kaj podobnega, takrat jo prosim, da mi preobleče posteljo ali pa opere prej, kot bi drugače. ... Saj jo z vsem tud ne smem obremenjevat*«. (Intervju 6 a)

Njegova oskrbovalka pove, da običajno že sama ve, kaj oče potrebuje, in da ga vsak dan sprašuje, če si še kaj posebnega želi, ampak ji običajno odgovori, da ne, saj je zelo skromen.

Pridobljeni podatki o načinih dogovarjanja glede pomoči ponazarjajo, da se stari ljudje, ki živijo na skupnem naslovu s svojimi oskrbovalci, skoraj vsi podobno dogovarjajo z njimi. Njihovi oskrbovalci običajno sami pridejo k njim, kar pomeni, da že vedo, kako jim pomagati in vse potrebno postorijo. Na drugi strani pa je pri treh od štirih parov, ki ne živijo na skupnem naslovu, drugače to, da sami pokličejo, ko potrebujejo pomoč. Le eno sogovornico obiskuje mož, ne da bi ga sama poklicala.

Iz tega lahko sklepam, da je dogovarjanje pri tistih s skupnim naslovom lažje oziroma običajno skoraj ni potrebno, saj imajo stari družinski člani svoje oskrbovalce »pri roki«, oskrbovalci pa lahko pomoč prilagajajo svojim zmožnostim ter ne tratijo časa in denarja za pot do starih družinskih članov. Za pare, ki živijo v isti hiši, lahko rečem, da so vajeni skupnega življenja in prilagajanja, zato je dogovarjanje glede pomoči utečeno.

Ko so intervjuvanci navajali primere pomoči izven običajnega dogovora, so bile prav vse izredne pomoči iz zdravstvenega razloga.

Dve od sogovornic, ki živita na skupnem naslovu s svojimi družinskimi člani, sta potrebovali pomoč, ker sta padli. Obe sta poklicali oskrbovalki, ki sta jima takoj pritekli pomagat. Prednost v teh dveh primerih predstavlja ravno neposredna bližina oskrbovalk, ki sta ju slišali klicati na pomoč, zato sta bili deležni hitre pomoči.

Stari družinski člani, ki živijo ločeno od svojih oskrbovalcev, so navedli drugačne izredne primere pomoči. Ena od njih je navedla primer, ko sama ob priliki v lekarni ni dobila pravih obližev za rane, zato je poklicala oskrbovalca in ga vprašala, ali lahko zanje povpraša v Sanolaborju. Ko pa ji jih je prinesel, je izkoristila priliko in ga prosila še za prevoz v laboratorij. Sogovornica ni pozabila omeniti, da jo je po obisku laboratorija odpeljal še domov

k svoji ženi, ki je za vse pripravila obilno malico in čaj, ter dodati: *»Pa zmer pol še kaj dobrega nardi zame.«* S tem je izrazila hvaležnost za prejeto pomoč. (Intervju 5 a)

Nadalje ena od sogovornic iz te skupine pove, da v primeru, če slučajno mož ne more priti k njej, bodisi ker zboli bodisi ker nekam gre, prosi za pomoč snaho, ki pride takrat, ko ima čas. A to se zgodi redko, na primer takrat, ko mora sina ali vnuke kam peljati, na primer na pregled. Poleti gre včasih mož s planinci v hribe in pride k ženi šele po kosilu, jeseni pa gre nabirat kostanj v Metliko in ga ves dan ni k njej. Takrat pride k njej snaha, da ji namesto moža skuha obrok in poskrbi za zdravila. O takih spremembah se z možem dogovorita že dan prej, da ga ona ne pričakuje.

Nazadnje ena sogovornica kot primer pomoči izven običajnega dogovora navede operacijo kolka. Pove, da je v času po operaciji en mesec živela pri sinu, kjer je zanjo skrbela njegova žena. Potarna, da ji je bilo težko, ker sama ni mogla nič narediti, niti hoditi ne, hkrati pa ni želela biti zahtevna, zato največkrat ni izrazila svojih potreb in želja, nato pa jo je snaha sama spraševala, kaj potrebuje in kako ji lahko pomaga. Pa se je tudi tako dogovarjanje obneslo. Za starega družinskega člana iz te skupine oskrbovalka kot zanimivost pove, da se je z njim najtežje dogovoriti za striženje las.

Iz opisanih primerov lahko zaključim, da je v izrednih primerih dogovarjanje glede pomoči lažje, če stari ljudje in družinski člani, ki skrbijo zanje, živijo pod isto streho in ne ločeno od njih, saj ločeno bivališče povzroča med drugim tudi več logističnih težav.

Ugotovila sem, da oskrbovalci in posredno tudi drugi družinski člani iz moje raziskave načrtujejo in se glede pomoči dogovarjajo s starimi družinskimi člani.

4.2. Družinska oskrba starega človeka in oblike pomoči družini

Vsi stari ljudje iz moje raziskave menijo, da so bolj ali manj v dobrih odnosih s svojimi družinskimi člani. Vendar se njihovo razumevanje pojma »dobri odnosi« razlikuje. Za nekatere je dober odnos že, če drug drugemu niso v breme oziroma če niso z nikomer sprti.

Tako na primer ena od njih pravi: *»Jaz mislim, da sem z drugimi v dobrih odnosih, drugi pa mislim, da tudi z mano. In menim, da jim še nisem v nadlego.«* (Intervju 7 a)

Druga sogovornica prav tako meni, da sta s sinom v dobrih odnosih, saj: *»... kar se imava za pogovoriti, se pogovoriva.«* (Intervju 1 a)

Ena od sogovornic dobre odnose pogojuje z obiski, saj je iz oddaljene vasi, od koder sama ne more. Pojasnjuje, da je s tistimi, ki jo redno obiskujejo, v dobrih odnosih, s tistimi, ki je ne, pa nima prav veliko stikov, in zato ne more reči, za kakšen odnos gre.

Naslednja sogovornica dober odnos razume širše in obojestransko, saj izrazi hvaležnost in spoštovanje do snahe in sina, ki lepo skrbita zanjo, in pove, da se jima za pomoč že nekako oddolži. Velik pomen pripisuje pogovoru in druženju, za vsakdanja opravila pa pravi, da že nekako vse postori, saj ima veliko časa.

Na stranski tir vsakdanja opravila postavljata še dva stara družinska člana, ki prav tako za dobroto, ki jo imata v izobilju, navedeta čas.

Vsak sogovornik si po svoje razlaga pojem »dober odnos«. Večinoma pa se zavedajo, da je dober odnos pogojen s časom, kar je razvidno iz tega, da stari ljudje postavijo vsa opravila na stranski tir, da bi gradili na dobrem odnosu z družinskimi člani.

Nadalje sem raziskovala, kdo in kako se vključuje v skrb za starega človeka v družini. Šestim starim družinskim članom največ pomagajo ženske, od teh so štiri snahe, dve pa hčerki. Za dve stari osebi pa skrbita moška, od njiju je eden mož, drugi pa nečak. Iz podatkov je tudi razvidno, da so stari ljudje najprej poiskali pomoč pri tistih družinskih članih, ki jih imajo »pri roki«, torej pri tistih, s katerimi živijo (snahe in mož), le če te možnosti niso imeli, so za pomoč prosili svoje otroke oziroma druge družinske člane, ki ne živijo doma.

Oskrbovalci kot družinsko skrb navajajo predvsem kuhanje kosila oziroma skrb za prehrano starega človeka. Iz pridobljenih podatkov je razvidno, da si le ena stara oseba še popolnoma sama kuha, saj doma nima nikogar, ki bi za to poskrbel namesto nje. Dve intervjuvanki ne kuhata nikoli, ena zato, ker ne more in živi v domu za stare, druga pa ne kuha, ker ima to vlogo v družini njena pranečakinja, ki kuha za vse. Peti stari ljudje pa imajo prehrano priskrbljeno v primerih, ko se slabo počutijo, zbolijo oziroma ko to potrebujejo.

Poleg prehrane družinska oskrba zajema tudi:

- pomoč pri osebni higieni,
- pranje perila,
- ogrevanje stanovanja,
- čiščenje in vzdrževanje stanovanja,
- prevoze (zlasti k zdravniku),
- pomoč pri nakupovanju,
- kontrolo nad zdravili,
- pogovor in druženje.

Prav vsi stari ljudje imajo v družini zagotovljeno ogrevano stanovanje ali vsaj pogoje, da si ga ogrevajo sami (priprava drv). Prav tako imajo vsi možnost prevoza bodisi k zdravniku bodisi po drugih opravkih.

V oskrbo so torej vključeni tudi drugi družinski člani, a večinoma imajo le sekundarno vlogo (če oskrbovalec/-ka ne more).

Lahko pa tudi samo zagotavljajo socialno in čustveno oporo, saj za vse drugo poskrbi oskrbovalec/-ka:

»Od smrti očeta se čuti osamljeno, saj sta si bila zelo blizu ..., štiri leta nazaj pa je mamó malo kap in zdaj težko kaj dela z desno roko ... Od takrat več pomagam pri skrbi zanjo. Pa tudi, ker je že v letih, večkrat rabi pomoč pri marsičem, na primer prevozi ..., predvsem pa se z njo veliko pogovarjam, ker drugi nimajo časa za to. Mama rada malo »pojamra«, ker ima dosti časa, preveč razmišlja in vidi samo slabe stvari, jaz pa jo poslušam, ker vem, da se potem boljše počuti.« (Intervju 4 b)

Čas, ki ga oskrbovalci namenjajo oskrbi starega človeka, niha od manj kot ene ure na dan do štirih ur na dan.

Zanimiv je podatek, da ravno oskrbovalec, ki ima ženo v domu za stare, namenja skrbi zanjo največ, to je tri do štiri ure na dan. Glede na to, da žena vso nego dobi v domu, je od oskrbovalca deležna precej več časa kot drugi stari ljudje. Tu je seveda treba upoštevati dejstvo, da je njen oskrbovalec najprej njen mož, za katerega skrb za ženo predstavlja »zakonsko dolžnost«, zaradi zagotovljene domske nege pa ima posledično več volje in moči za socialno oskrbo žene.

Drugi oskrbovalci za oskrbo porabijo v povprečju malo manj kot eno uro in pol na dan, kar se mi ne zdi veliko. Se pa ne sme spregledati dejstva, da so vsi stari ljudje iz moje raziskave še dokaj zdravi in samostojni, zato ne gre pričakovati več kot toliko ur oskrbe na dan.

Le dve oskrbovalki pravita, da se včasih čutita preobremenjeni: *»Včasih ja, ampak je vedno lažje, ker otroci odraščajo in si veliko postorijo že sami, saj vidijo, da imam polne roke dela in še skrb za očeta, za katerega vsi želimo, da preživlja lepo starost.«* (Intervju 6 b)

Oskrbovalka nadalje razloži, da se s preobremenjenostjo spopada tako, da gresta z možem enkrat tedensko v hribe, kjer se naužije svežega zraka, in pa trikrat letno za nekaj dni v toplice, kjer se »zrelaksira« in si nabere novih moči. Podobno strategijo za soočanje s preobremenjenostjo ima tudi druga oskrbovalka, ki za zbistritev potrebuje svež zrak, za sprostitvev pa fizično delo.

Oskrbovalec, ki obiskuje ženo v domu, sicer trdi, da niti ni preobremenjen, a vendar potrebuje tudi on čas zase, na primer hobi, da »se razstrupi in da iz sebe negativno energijo«. Je namreč član planinskega društva.

Ena od oskrbovalk, ki se tudi še ne počuti preobremenjena, pa poudarja:

»Ne čutim se še preobremenjene. Je pa z leti vsakič težje, ker je potrebno gledati vsak dan, kaj počne. Prav tako je potrebno paziti, kdaj hodi k maši, ker gre ob napačnih urah od doma. Ves čas je potrebno paziti, kje hodi.« (Intervju 7 b)

Zanimalo me je tudi, katere oblike skupnostne pomoči koristijo stari družinski člani. Na podlagi pridobljenih pestrih podatkov lahko trdim, da intervjuvanci podpora pri družinski oskrbi iščejo na različne načine. Tu se mi je zdelo smiselno ločiti stare ljudi iz Logatca od starih ljudi iz Železnikov in okolice, saj sem predvidevala, da stari ljudje iz Logatca koristijo druge oblike pomoči od starih ljudi iz Železnikov. To sem predvidevala zaradi različne dostopnosti in sprejemanja oblik pomoči.

Najprej sem jih povprašala o koriščenju formalnih oblik pomoči in dobila zanimive odgovore. Prav vse, to so tri sogovornice iz Logatca, koristijo formalno pomoč. Ena sogovornica koristi institucionalno oskrbo, saj je v domu za stare. Vse tri so včlanjene v društvo upokojencev, dve od njih sta včlanjeni tudi v društvo invalidov, ena od njih pa tudi v Zvezo združenj borcev za vrednoste narodnoosvobodilnega boja Slovenije. V okviru teh društev se še vedno ali pa so se včasih udeleževale raznih izletov.

Med starimi ljudmi iz Železnikov in okolice le en sogovornik koristi formalno pomoč, in sicer patronažno varstvo v okviru zdravstvene nege v skupnosti, sogovornica iz okolice Železnikov pa omeni pomoč medicinske sestre, ki ji je prevezovala nogo. To pomoč je izbrala iz nuje, in ko se je naučila prevezovati, je to počela sama. Sicer pa med sogovorniki iz Železnikov in okolice ni člana društva upokojencev ali invalidov, le ena sogovornica je navedla, da je bila do pred nekaj leti članica društva upokojencev in zveze borcev. Trenutno njena skromna pokojnina ne premore več članarine.

Če povzamem, je iz podatkov razvidno, da stari ljudje v Logatcu bolj koristijo formalno pomoč v okviru (so)delovanja v nevladnih organizacijah, zlasti društvih, zdravstveno oskrbo pa prejema le ena vprašana. V Železnikih je med vprašanimi ravno nasprotno: formalno pomoč v večji meri koristijo le v smislu zdravstvene oskrbe, (so)delovanja v društvih pa ni. Tu se ne sme spregledati dejstva, da vsi vprašani, ki koristijo zdravstveno oskrbo, to počnejo zato, ker nimajo druge izbire, bodisi zaradi bolezni bodisi zaradi poškodb. Poleg tega je za (so)delovanje v društvu potrebna dostopnost društva. Sklepam torej lahko, da je v Logatcu, ki je večji kraj, med starimi ljudmi lažje dostopno in posledično bolj prisotno (so)delovanje v raznih društvih (na primer v društvu upokojencev in društvu invalidov) kot pa v manjših Železnikih in njihovi težje dostopni okolici.

Povprašala sem jih še o koriščenju neformalnih oblik pomoči. Tu sem izključila pomoč družinskih članov, saj le-to prejemaajo vsi in na podlagi tega ne morem ničesar sklepati. Osredotočila sem se predvsem na pomoč sosedov ter prijateljev in znancev.

Dve sogovornici iz okolice Železnikov sta deležni zlasti sosedske pomoči, pa tudi pomoči prijateljev in znancev. Ena pravi: *»Ne bi marala, da bi tuji ljudje skrbeli zame, pomoč sosedov, znancev, ja, to pa ja, to pa sprejemam vedno, kadar kaj rabim. Ali je to prevoz, pomoč*

pri pripravi drv za kurjavo, pa kaj je včasih za popraviti pri hiši, pa smeti za odpeljati v dolino ipd. Ja, brez vseh bi sama težko shajala.» (Intervju 5 a)

Poleg tega se da tudi iz pripovedovanj drugih »železniških« sogovornikov posredno razbrati, da imajo stike s sosedi; bodisi da so sosede pozorni na dogajanje okrog njihove hiše, ko jih ni doma, bodisi da se obiskujejo med seboj. Pri »logaških« sogovornikih vključevanje sosedov ni toliko prisotno. O tem govori le ena sogovornica, ki omenja sosedo, ki ji je pomagala delati vence, ko je to še počela.

Železniki so manjši kraj, ki vključuje več okoliških hribov. Dve sogovornici sta prebivalki odročnejših krajev s težje dostopnimi storitvami. A prednost manjših krajev je ta, da se ljudje med seboj poznajo, zato je sosedska pomoč med njimi priznana in posledično zelo razširjena. Iz tega lahko sklepam, da sosedsko pomoč v večji meri sprejmejo sogovorniki iz Železnikov, ki jim je ta oblika pomoči osebno bližje ali pa vsaj dostopnejša, kot pa sogovorniki iz Logatca, kjer je bolj razširjeno aktivnejše formalno udejstvovanje.

Od neformalnih oblik pomoči ena sogovornica iz Železnikov izpostavi mesečne obiske duhovnika, ki jo spove, in cerkvenih pevcev, ki ji zapojejo in se z njo »podružijo«. Druga sogovornica iz Železnikov pove, da se udeležuje izletov »s Cerkvijo«, da duhovnik organizira skupna druženja in izlete. To sta še dva podatka, ki kažeta na to, da sogovorniki iz Železnikov v večji meri koristijo neformalne oblike pomoči, versko udejstvovanje pa je dejavnost, ki je v Železnikih in okolici močno prisotna.

4.3. Želje, potrebe in pričakovanja starega družinskega člana

Najprej me je zanimalo, ali se družina starega človeka kdaj zbere in se pogovori o njegovih željah in potrebah.

Od štirih starih družinskih članov, ki živijo v isti hiši s svojimi družinskimi oskrbovalci, trije povedo, da se vsi zberejo ob nedeljah, bodisi na kosilu bodisi le na skupnem druženju. Takrat se pogovorijo in dogovorijo glede vožnje k zdravniku, k maši, k sorodnikom itd. (kdaj in kdo bo peljal itd.). Le en star človek odgovori, da se s tem namenom še niso zbrali, saj nima posebnih želja.

Od štirih starih ljudi, ki ne živijo pod isto streho s svojimi oskrbovalci, pa vsi odgovorijo, da se s tem namenom ne zbirajo. Vsak od njih ima svoj razlog. Na primer star družinski član iz te skupine pove: *»Ja, se kar večkrat zgodi, da jih je več hkrati tu, samo takrat se bolj oni sami med seboj pogovarjajo, ne pa tolk o mojih potrebah. Jest rajš o problemih govorim na štiri oči, samo s hčerko al pa s sinom. Sej ima vsak še svoje težave, zakaj bi o mojih govorili vsi.«* (Intervju 6 a)

Ena od sogovornic iz te skupine navede, da se zberejo zato, da kakšno rečejo in se skupaj poveselijo ter da vsak kaj novega pove, o njenih željah in tegobah pa se takrat ne pogovarjajo. Naslednja sogovornica kot razlog za to, da se ne zberejo vsi skupaj, navede premalo prostora v sobi, saj je oskrbovanka doma za stare. Zadnja vprašana sogovornica pa kot razlog navede, da je vedno poleg družinskih članov še kakšen tujec (prijatelj, sosed) v hiši in da se ji zato pogovor o tem takrat ne zdi primeren.

Iz teh podatkov lahko sklepam, da se večkrat zberejo in se pogovorijo o željah in potrebah starega človeka tisti družinski člani, ki živijo v isti hiši z njim, kot pa tisti, ki ne živijo na istem naslovu. To lahko razložim tako, da se družinski člani, ker živijo skupaj, večkrat srečujejo oziroma več družijo, ko pa se je potrebno pogovoriti o posebnostih, kot so želje, potrebe in pričakovanja, pa se zberejo ravno s tem namenom. Stari ljudje, ki jih hodijo oskrbovat družinski člani in ki živijo ločeno od njih, si ne želijo, da bi še takrat, ko se končno zbere družina skupaj, govorili o »problemih«. Besede »problemi«, »težave«, »tegobe«, ki jih uporabljajo stari ljudje pri odgovorih na moja vprašanja, nakazujejo na to, da med starimi ljudmi pogovor o njihovih željah, potrebah in pričakovanjih ni zaželen. Stari ljudje med drugim navajajo, da včasih potrebe zadržijo zase oziroma jih raje zaupajo samo tistemu družinskemu članu, ki skrbi zanje.

V nadaljevanju sem raziskovala pričakovanja starih ljudi do družinskih članov, ki skrbijo zanje glede pomoči. Dobila sem pričakovane rezultate.

Želje vseh starih ljudi, ki živijo v isti hiši kot družinski člani, ki skrbijo zanje, se vsaj posredno nanašajo na nadaljnjo pomoč zanje v prihodnosti. Dva stara družinska člana neposredno izpostavita veliko željo, da bi družinski člani še naprej skrbeli zanju. V okviru skrbi navajata opravila, ki jih oskrbovalci trenutno opravljajo, in povesta, da pričakujeta oskrbo še naprej tudi v primeru bolezni, ko bosta potrebovala več pomoči. Od bolezni eden omeni demenco, o kateri se toliko govori in se je zato zelo boji. Drug družinski član poudari, da ne želi živeti v domu za stare.

Dva stara družinska člana pa posredno izrazita željo po skrbi zanju še naprej. Eden od svojih družinskih članov pričakuje, da bo še naprej tako poskrbljeno zanj, kot je bilo do sedaj, drugi pa pričakuje prijaznost in razumevanje njegovih težav.

Stari ljudje, ki ne živijo pod isto streho s svojo družino, od družine ne pričakujejo veliko. Nobeden od njih ne izrazi želje po oskrbi oskrbovalca še naprej. Iz tega lahko sklepam, da bi bili ti ljudje v primeru bolezni verjetno tudi bolj dovzetni za možnost institucionalne oskrbe, predvsem zato, ker druge možnosti ne bi imeli. Kar trije od njih povedo, da si zelo želijo in pričakujejo, da bi jih družinski člani oziroma sorodniki obiskovali še naprej, kar je razumljivo, saj imajo le-ti manj stikov z njimi kot tisti stari ljudje, ki živijo v isti hiši z družinskimi člani. V okviru obiskov omenijo klepete in pogovore ter voščila za rojstni dan. Sogovornica iz te skupine si želi, da bi jo večkrat obiskali, saj živi na oddaljenem hribu, zato, predvidevam, obiskov nima veliko. Druga sogovornica pa se s kančkom črnega humorja pošali, da od moža ne pričakuje več veliko, saj je že star.

Tudi sicer so njihove želje glede oskrbe precej skromne. Sogovornik iz te skupine opiše svoja skromna pričakovanja: *»Samo to, da sem na suhem, da imam za jest in za pit, da lahko gledam televizijo, pa poslušam radio, pa da imam mir in da sem lahko doma. Druga ne rabim. Če pa moram k zdravniku, pa tud zrihtajo, da me kdo pelje in pripelje nazaj. Sej kaj pa lahko še več pričakujem v teh letih. Nič mi ni hudga, samo da nimam bolečin v nogah, pa je vse dober, drgač sem pa navajen skromno živet.«* (Intervju 6 a)

Na podlagi teh pripovedovanj starih ljudi lahko zaključim, da imajo stari ljudje, ki ne živijo na skupnem naslovu s svojimi oskrbovalci, nižja pričakovanja do družinskih članov od tistih starih ljudi, ki živijo skupaj s svojimi oskrbovalci. Menim, da so slednji vajeni vsakodneвне oskrbe in jo tudi razumejo kot nekaj samoumevnega, zato tudi lažje ubesedijo svoje želje in

potrebe. Medtem ko stari ljudje, ki živijo sami, velikih pričakovanj do družinskih članov po mojem mnenju niti ne upajo imeti.

Stare ljudi sem povprašala tudi, če oskrbovalcu/-ki kdaj zaupajo svoje želje v zvezi z oskrbo. Od vseh starih ljudi le dve intervjuvanki povesta, da oskrbovalki običajno ne govorita o željah v zvezi z oskrbo oziroma ji zaupata želje le, če je potrebno ali če želita kaj posebnega. Kot razlog prva navede, da oskrbovalka že sama ve, kakšne želje ima, druga pa navede, da pove le, če jo oskrbovalka po željah vpraša. Vsi drugi stari ljudje svojim družinskim oskrbovalcem zaupajo svoje želje in potrebe, saj so bodisi odkriti eden do drugega bodisi se zavedajo, da morajo o željah spregovoriti, če hočejo, da se izpolnijo. Trije stari družinski člani poudarijo, da nimajo posebnih želja oziroma da se ne pritožujejo in ne »jamrajo«.

Da bi ugotovila, kako in ali oskrbovalec/-ka in drugi družinski člani izpolnjujejo pričakovanja in želje starih ljudi, sem stare ljudi najprej vprašala, če oskrbovalec/-ka in drugi družinski člani izpolnjujejo njihova pričakovanja in želje. In prav vsi so odgovorili pritrdilno. Večinoma so vsi odločno pritrdili, kar sem sklepala na podlagi izjav »vse naredi, kar rečem«, »preprosto izpolni«, »vsekakor izpolnijo«, »ja, seveda«, »da, mož vse izpolni, drugi pa tudi«, »ja, to pa!«, »zagotovo izpolnijo«. Le ena intervjuvanka je odgovorila z »ja, skoraj vedno«. A spet lahko pri njeni izjavi upoštevamo razloge za to, saj je doma na odročnem kraju in zanjo skrbi nečak, ki je prav tako že v letih. Zato kljub temu, da jih nima prav veliko (kot pravi sama), vse njene želje ne morejo biti vedno izpolnjene.

Njihove odgovore sem vzela malo »z rezervo«, saj sem pomislila, da tako pravijo zato, ker se na primer nočejo zameriti družinskim članom, nočejo o njih slabo govoriti, se bojijo, da bi jih slišali in potem ne bi več skrbeli zanje itd. Zato sem jih nato prosila, da mi navedejo primere izpolnjevanja želja od družinskih članov. Ker so se razgovorili, sem lahko na koncu brez slabe vesti naredila zaključke. Tudi pri tem vprašanju je bila smiselna delitev na stare ljudi, ki živijo s svojimi oskrbovalci, in stare ljudi, ki ne živijo s svojimi oskrbovalci, med drugim tudi zato, ker sem dobila podobne odgovore kot pri vprašanju o dogovarjanju z družinskimi člani glede pomoči.

Tako sta dve intervjuvanki, ki živita s svojima oskrbovalkama, navedli, da povesta, kaj želita, in oskrbovalka to izpolni. Navedeta tudi, da če oskrbovalka želje takoj ne more izpolniti, to izpolni kasneje oziroma poskrbi, da to namesto nje opravi nekdo drug od družinskih članov.

Za primere navedeta prošnje oskrbovalki, da kaj prinese iz trgovine, za prevoz v cerkev, na pokopališče in po opravkih, da pomaga pri osebni higieni, za nudenje prve pomoči itd. Družinski člani pa izpolnjujejo želje v primerih, če oskrbovalec/-ka ne more, in sicer po dogovoru z oskrbovalcem/-ko. Največkrat so to prevozi, ki jih navadno ponudijo moški člani družine, ti pa večinoma izpolnijo tudi njihove želje pri ogrevanju stanovanja. Od družinskih članov stari ljudje iz te skupine omenjajo tudi vnuke in vnukinje, kot primer njihovega izpolnjevanja želja pa navajajo občasno pomoč v gospodinjstvu (pometanje, pospravljanje), še posebej pa obiske, saj od njih pričakujejo le to, da jim s klepetom krajšajo in polepšajo dan.

V skupini sogovornikov, ki ne živijo s svojimi družinskimi člani, prav tako dvema intervjuvankama njuna oskrbovalca oziroma drugi družinski člani na podoben način izpolnjujejo želje. Povesta, da kogar prosita za pomoč, jima skuša ustreči, in sicer tako, da povesta, kaj potrebujeta, in oskrbovalec to prinese. Razumeta, da včasih tega kdo ne more ali ne utegne, za kar je po mojem mnenju kriva tudi razdalja med starim človekom in njegovimi družinskimi člani ali oskrbovalcem. Zaradi razdalje se razlikujejo tudi želje starih ljudi. Pari star človek in njegov oskrbovalec, ki ne živijo skupaj, navajajo primere uresničenja nevsakdanjih, nenavadnih želja, na primer nakup posebnih toplih copat, nakup jedi, ki jih imajo še posebej radi: *»Včasih si zaželim šunko ... ali pa torto. ... Špehovko tudi rada jem ... , v jeseni pa ponavadi greva na gobe z jajci ... «* (Intervju 2 a)

Ali pa: *»Ve (hči), da odkar ne kadim, rad kaj sladkega pojem. To je kakšen bob, pecivo, pa banane imam rad. ... Njeni in od sinov otroci vedno prnesejo kaj dobrega, da me potrošajo. Za rojstni dan novembra so mi prnesl celo sadno torto ... Zelo rad pa imam kakšen kozarec belega vina ... «* (Intervju 6 a)

Druge želje in potrebe starih ljudi iz te skupine so še: finančna pomoč pri nakupu darila za nekoga, pogovor po telefonu, urejanje pričeske, izlet z družinskimi člani itd.

Sklenem lahko, da imajo ljudje, ki ne živijo pod isto streho s svojimi družinskimi člani, drugačne, in sicer bolj nevsakdanje želje od tistih, ki živijo pod isto streho s svojimi družinskimi člani. Vsakdanje reči namreč morajo postoriti sami ali pa opravila pač počakajo. Tem željam pripisujejo tudi večji pomen. Nasprotno stari ljudje, ki živijo s svojimi družinskimi člani, navajajo bolj vsakdanje želje, potrebe in pričakovanja. Mislim, da več od svojih družinskih članov ne pričakujejo in ne želijo, saj sem na podlagi pogovorov z njimi ugotovila, da se sami zavedajo, da je že to dovolj, kar družinski člani naredijo zanje in da jih nočejo še bolj obremenjevati.

Sedem od osmih starih ljudi pove, da nimajo neizpolnjenih želja. Ena sogovornica pa mi zaupa, da bi včasih kaj rekla, a se raje zadrži. Za razlog navede, da je njena oskrbovalka že tako preveč obremenjena. Preobremenjenost oskrbovalke izpostavi še en star družinski član, ki mu sicer vse želje izpolnijo.

Trije od starih družinskih članov si najbolj želijo zdravja, da bi želeno lahko opravili sami oziroma da bi čim dlje lahko skrbeli sami zase v tolikšni meri, da bi lahko živeli sami (in si s tem sami izpolnili želje).

Ena sogovornica pa si želi, da bi se sina bolje razumela med seboj. Pove, da se vedno znova prepirata zaradi iste zadeve in niti ne pustita, da bi ju kaj vprašala glede tega. Mislim, da je to zelo pogosta in obremenjujoča težava starih ljudi, ki bi jo radi razrešili, saj si vsi želijo, da bi se otroci razumeli med seboj, če pa tega ni, pa se jim poruši veselje do življenja, to so skupna druženja, dobri odnosi, pozitivno vzdušje itd. in s tem njihova starost ni tako kvalitetna, kot bi lahko bila.

Kljub temu da stari ljudje iz moje raziskave skorajda nimajo neizpolnjenih želja, sem jih vseeno vprašala, kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili še bolj zadovoljni s svojim življenjem. Na začetku se niso spomnili ničesar, ko pa so malo pomislili, pa so le našteali nekaj svojih potreb.

Mir v hiši sta izpostavila dva sogovornika. Pričakovano so štirje sogovorniki navedli tudi več obiskov oziroma skupnih druženj, dva sogovornika pa sta izrazila željo, da bi se večkrat pogovarjali, tudi o starih časih. Omenili so tudi več spoštovanja in da bi se bolje razumeli med seboj. Ena sogovornica pa mi je povedala, da bi se rada večkrat razjokala in potožila o svojih čustvih.

Mislim, da marsikatero od teh potreb ne občutijo tisti stari ljudje, ki poskušajo čim bolj aktivno izkoristiti svoj čas, čim manj razmišljati in ki so zadovoljni s tistim, kar imajo. In ravno sogovornica, ki je edina od sogovornikov bolna, za večje zadovoljstvo s svojim življenjem navede le več zdravja. Oskrbovalec njeno skromnost potrdi, ko pove, da je zadovoljna s tem, kar ima, saj pogosto vidi še težje bolnike z bolečinami.

Sklenem lahko, da oskrbovalci in drugi družinski člani iz moje raziskave izpolnjujejo potrebe, želje in pričakovanja starih ljudi, za katere skrbijo, zato so stari ljudje zadovoljni z njihovo oskrbo in posledično s svojim življenjem.

Pomembno je tudi dejstvo, da oskrbovalcem to zadovoljstvo veliko pomeni in da so odprti za novosti in spremembe. To se vidi v njihovih odgovorih na vprašanje, ali kdaj vprašajo starega človeka o zadovoljstvu z njihovo pomočjo in ali bi kaj rad spremenil. Le trije oskrbovalci to zanikajo, pa še ti kot razlog navedejo to, da vse že izvejo sproti (star človek sproti sam pove, ali si želi spremembo) oziroma tega ne sprašuje zato, ker jim star družinski član zadovoljstvo dokazuje že s tem, ko *»vedno vsem govori, kaj bi ona brez mene ...«* (Intervju 1 b)

4.4. Prispevek družinskih članov k medgeneracijskemu sožitju in kakovostni starosti

V zadnjem tematskem sklopu sem stare ljudi spraševala o njihovih družinskih vlogah in nalogah. Nadalje sem stare ljudi in njihove oskrbovalce spraševala o prispevku prvih in drugih k medgeneracijskemu sožitju in posledično h kakovostnemu staranju v družini. Primerjala sem prispevek starih družinskih članov s prispevkom njihovih oskrbovalcev oziroma družinskih članov, ki skrbijo zanje.

Najprej sem stare ljudi povprašala o njihovem delu in vlogi v družini. Pri analizi odgovorov na to vprašanje se mi je zdelo smotno, da stare družinske člane razdelim po starosti v dve skupini: v prvi skupini so bili stari družinski člani, ki so stari od 74 do vključno 82 let, v drugi skupini pa tisti, ki štejejo od 85 do vključno 98 let. Predpostavila sem, da imajo več zadolžitev in večjo vlogo v družini stari ljudje iz mlajše skupine, saj so, predvidevam, zaradi svojih let aktivnejši in samostojnejši od tistih iz starejše skupine.

Od mlajših starih ljudi tri sogovornice kot svoj prispevek navedejo skrb za skupna družinska druženja, dve od teh sogovornic povesta, da je njuna naloga tudi skrb za gospodinjstvo.

Sogovornica, ki je najmlajša v tej skupini in živi doma, našteje kar nekaj svojih del oziroma vlog v družini: *»za rojstni dan zberem vse na kup«, »rada ljudi povabim na kavico in poklepetam«, »kaj dobrega spečem, na primer piškote za vnuke in pravnuka«, »poskrbim, da so rože pri hiši, in to lepe«, »vedno sem pripravljena pomagati – pomesti po stopnicah itd.«* (Intervju 4a). Ne pozabi povedati, da je bila včasih njena vloga skrb za vnuke, kuhanje in opravljanje vseh drugih gospodinjskih opravil. Na podlagi pripovedovanja sogovornice lahko sklepam, da je aktivnejša od drugih, ker je najmlajša.

Le eden od štirih mlajših starih ljudi pove, da se v življenje družinskih članov ne vključuje ter poudari, da imajo družinski člani z njim le delo in da jim on ne more nič pomagati, lahko jih le čim manj obremenjuje s svojimi tegobami. Sklepam, da tako misli ne zaradi svoje starosti, ampak zato, ker je zaradi amputirane noge precej odvisen od njihove pomoči.

Nasprotno v skupini starejših starih ljudi najstarejša intervjuvanka pri tem vprašanju izpostavi ravno svojo starost, saj pove, da ima vlogo starke in da misli, da ostalim ni v »nadlego«.

Iz pripovedovanja intervjuvancev iz te skupine sem razbrala, da v družini nimajo »posebnih«, »konkretnih« zadolžitev. Ena sogovornica pove, da je njen družinski prispevek ta, da se obnaša tako, da so složni med seboj. Kot primer navede, da se ne vtikuje v sinovo življenje. Kot svojo vlogo pa izpostavi tudi predajanje svojih spoznanj in življenjskih izkušenj mlajšim generacijam. To je razvidno iz njene izjave:

»Zelo rada pa obujam stare čase oziroma se pogovarjam z mojimi, in sicer o tem, kako smo včasih živeli. Jaz sem živela pri starih starših ... (pripoveduje) ... Družinskim članom rada razlagam o služenju, o disciplini, ki smo jo imeli.« (Intervju 1 a)

Svojo pripoved zaključi s trditvijo, da torej ima svojo pokojnino, češ da ni finančno odvisna od družinskih članov, in s svojim tonom glasu mi da vedeti, da ji to veliko pomeni.

Le ena od štirih starejših starih ljudi, ki je med njimi najmlajša (85 let), kot svoj prispevek navede vabila na skupna druženja in tudi svoje sodelovanje na praznovanjih družinskih članov (odziv na vabilo, darilo). Podobnega mnenja je sogovornica, ki prav tako šteje 85 let, saj pove, da kot babica skrbi, da so vsi lepo sprejeti v dom.

Povzamem lahko, da stari družinski člani iz mlajše skupine še aktivno prirejajo druženja z družinskimi člani in sorodniki ter to s ponosom poudarijo. Opravljajo tudi gospodinjstva opravila, medtem ko stari ljudje iz starejše skupine najprej rečejo, da nimajo posebnih zadolžitev, nato pa kot svoj prispevek navajajo svojo pripravljenost za složnost, »nevtikovanje« v življenje mlajših generacij, finančno neodvisnost (če je prisotna), to, da niso v breme, vlogo predajanja izkušenj mlajšim generacijam. Na podlagi pridobljenih podatkov lahko zaključim, da vsak star družinski član iz moje raziskave s svojimi vlogami in nalogami na svoj način prispeva k skupnemu življenju in medgeneracijskemu sožitju v družini, a starost prinaša fizične omejitve in hkrati druge prioritete. Tako lahko mlajši postorijo še marsikatero

fizično opravilo in so aktivnejši od starejših, ki jim postane pomembnejša duhovna dimenzija in potrditev, da niso v breme.

V nadaljevanju me je zanimal prispevek starih družinskih članov k medgeneracijskemu sožitju v družini v primerjavi s prispevkom njihovih oskrbovalcev. Tu nisem delala predpostavk, kdo več prispeva, saj menim, da vsak prispeva na svoj način in po svojih najboljših zmožnostih.

Nekateri stari ljudje so na to vprašanje odgovarjali podobno kot na prejšnje vprašanje: kot prispevek k medgeneracijskemu sožitju v družini so namreč navajali vloge in naloge, ki jih imajo v družini, zlasti prirejanje skupnih druženj. To se mi je zdelo smiselno: s svojimi družinskimi vlogami in nalogami namreč pomembno prispevajo k medgeneracijskemu sožitju in kakovostnemu staranju. Poleg tega so med svoje prispevke uvrščali tudi lepo besedo, » ... *kajti lepa beseda lepo mesto najde.*« (Intervju 2 a), komunikativnost, humor, potrpežljivost, čim manj obremenjevanja družinskih članov, odsotnost vtikovanja v življenje/razmere mlajših generacij, sprejemanje različnosti in drugih mnenj, razumevanje, spoštovanje, potrpljenje, »*da vse za dobro vzamem*« (Intervju 1 a), zavedanje, da ima vsak svoje delo. Dve osebi sta navedli izražanje ljubezni (do družinskih članov), dve osebi sta navedli dajanje občutka družinskim članom, da so dobrodošli, dve osebi sta navedli pogovor. Kar trije stari ljudje so kot svoj prispevek navedli tudi složnost (brez prepiranja). Dva stara človeka sta povedala, da prispevata tako, da se ne pritožujeta, dva pa medsebojno razumevanje vzdržujeta z dobro voljo. Pomemben posreden prispevek starih družinskih članov je po mojem mnenju že njihovo zavedanje, da imajo njihovi družinski člani tudi svoje življenje in da so zato pripravljeni včasih tudi malo potrpeti oziroma kakšno željo zadržati zase.

Da pa stari družinski člani lahko prispevajo k medsebojnemu razumevanju vseh generacij, morajo biti najprej zadovoljni sami s seboj in s svojim življenjem. Za zadovoljstvo in smisel življenja starih ljudi ter za kakovostno starost nedvomno poskrbijo njihove aktivnosti, s katerimi si krajšajo čas. Poleg običajnih oblik kratkočasnega (gledanje televizije, poslušanje glasbe, branje, reševanje križank, obdelovanje vrta in njive, sprehodi, izleti, obiski, klepet, molitev) pa sogovorniki in sogovornice naštevajo razne oblike umetniškega in ustvarjalnega izražanja: štrikanje prtičkov, prtov in posteljnih prevlek, štrikanje nogavic, izdelovanje vencev, klekljanje in izdelovanje dražgoških kruhkov. Mislim, da sogovorniki in sogovornice

s tem ustvarjalnim znanjem dokazujejo, da se v starih letih še marsikaj zmore, to pa starim ljudem daje občutek, da so pomembni in koristni člani družine.

Oskrbovalci, ki skrbijo za stare družinske člane, navajajo podobne lastnosti in aktivnosti, s katerimi prispevajo k medgeneracijskemu sožitju in h kakovostnemu staranju v družini. S starimi družinskimi člani se strinjajo, ko omenjajo potrpežljivost, razumevanje, spoštovanje, sprejemanje različnosti, sprejemanje drugačnih mnenj, obiskovanje, skupna druženja, pogovor. Sami dodajajo še preudarnost, sprejemanje sprememb v starosti, prilagajanje nastalim situacijam, povabilo družinskih članov k sebi, spodbujanje drugih družinskih članov, povezovanje družinskih članov, varstvo vnukov, nudenje pomoči družinskim članom, ko to potrebujejo, pomoč staremu družinskemu članu z namenom, da lahko živi doma, finančna pomoč, socialna pomoč. Med vsemi naštetimi vrlinami je zopet največji prispevek oskrbovalcev ravno prizadevanje za obiskovanja in razna druženja, kar šest od osmih oskrbovalcev namreč navede to kot svojo vrlino. Sledi pogovor, ki ga navaja kar polovica oskrbovalcev, kar je še posebej dober podatek, saj sta v današnjem času pokazatelja dobrih odnosov in medgeneracijskega sožitja ravno pogovor in uspešna komunikacija v družini.

Sprejemanje različnosti navedeta kot svoj prispevek dva oskrbovalca, prav tako dva navedeta razumevanje in dva spoštovanje.

Glede na presenetljivo usklajeno razmišljanje starih družinskih članov in njihovih oskrbovalcev v prispevkih lahko sklepam, da si oboji nedvomno prizadevajo za medsebojno sožitje in tako tudi prispevajo h kakovostnemu staranju.

Eden od oskrbovalcev lepo povzame smisel vsega truda: *»Zavedam se, da bom tudi sam kmalu star, sicer pa pregovor pravi: kakor boš danes sejal, tako boš v starosti žet.«* (Intervju 4 b)

Mislim, da bi moral vsak od oskrbovalcev tako razmišljati in s takim razmišljanjem bi bil že na dobri poti k dolgemu in kvalitetnemu življenju, kot si ga vsi želimo.

Sama lahko na podlagi svojih izkušenj s starimi ljudmi rečem, da so pomembni prispevki tako starih družinskih članov kot njihovih oskrbovalcev tudi velika mera optimizma, dobre volje in humorja ter zmožnost empatije in reševanja konfliktov.

Nazadnje sem raziskala še, kako razmišljajo oskrbovalci o pogojih kakovostne oskrbe starega družinskega člana in tako prispevajo k večjemu zadovoljstvu obeh. Oskrbovalce sem razdelila v dve skupini, in sicer na oskrbovalce, ki še niso dopolnili 59 let in so še delovno aktivni, ter na oskrbovalce, ki so stari 59 let ali več, kar je starostna meja za upokožitev za ženske, in so torej že upokojeni. Da bi to ugotovila, sem jih vprašala: Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Kot sem predvidevala, so vsi oskrbovalci iz mlajše skupine kot pomemben pogoj za kakovostno oskrbo navedli čas. To sem lahko sklepala na podlagi dejstva, da so še vedno delovno aktivni in jim časa verjetno primanjkuje. Od starejših oskrbovalcev ni časa omenil prav nihče, na podlagi česar lahko rečem, da je zanje ta pogoj samoumeven, saj ga imajo zaradi upokožitve najverjetneje kar precej. Sicer pa oboji omenjajo podobne kvalitete kot že v prejšnjih odgovorih, zavedajo se tudi vrednosti sprotnega reševanja konfliktov. Med mlajšimi oskrbovalci prevladujejo razumevanje (potreb), poslušnost, pogovor (o težavah) in dobra volja. Med starejšimi pa prevladujejo dobri odnosi in pogovor, dodajajo pa še disciplino, optimizem in zmožnost v stiski najti nekaj dobrega. Ne pozabijo omeniti obiskov.

Na podlagi vseh naštetih pogojev lahko sklepam, da mlajši oskrbovalci glede na to, da so še delovno aktivni, v večji meri fizično poskrbijo za starega človeka, iz njihovih pripovedovanj se namreč čuti aktivna moč. Starejši oskrbovalci pa glede na to, da so upokojeni in verjetno zato bolj umirjeni, starim družinskim članom v večji meri pomagajo v duhovnem smislu. To pa verjetno tudi zato, ker so starejši oskrbovalci večinoma po letih bližje svojim starim družinskim članom, za katere skrbijo, in se z njimi lažje poistovetijo ter jih posledično bolje razumejo. Konec koncev se že vsaj pripravljajo na svojo starost, če že niso stari, in zato razmišljajo globlje in bolj realno.

Glede na to, da na podlagi vseh intervjujev lahko rečem, da oskrba starih družinskih članov iz moje raziskave dobro »deluje«, sem njihove oskrbovalce povprašala po njihovih »orodjih« pri delu, ali so imeli že pred tem kakšna znanja in izkušnje z družinsko oskrbo starih ljudi in ali so se že kdaj udeležili kakšnega izobraževanja na to temo oziroma se obrnili po pomoč k strokovnjaku – socialnemu delavcu ali socialni delavki.

Med »orodji«, ki jih oskrbovalci uporabljajo za to, da s starim družinskim članom najdejo »skupni jezik«, so najpogosteje omenili kvaliteten pogovor in odnos, prijaznost, potrpljenje, poslušanje, razumevanje in gledanje na situacije s humorjem. Najstarejši oskrbovalec takole

pove: » ... *Ob njeni slabi strani poiščem vse njene dobre strani, tudi za nazaj, ko je še bila zelo dobra gospodinja in žena.*« (Intervju 2 b)

Ko sem oskrbovalce vprašala, ali so že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini, sta le dva odgovorila, da ne, eden pa je navedel večletno obiskovanje tašče in tasta v domu za stare, kjer je, kot sam pravi, marsikaj videl in se marsikaj naučil. Vsi drugi oskrbovalci so imeli že v preteklosti podobne izkušnje, saj so skrbeli bodisi za svoje starše bodisi za starše partnerja/-ice.

Le eden od oskrbovalcev oziroma družinskih članov, ki skrbijo za starega človeka, se je udeležil izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka: *»Ja, enkrat pred leti predavanja v Centru slepih, slabovidnih in starejših v Škofji Loki na temo demence. Tam so nam povedali, kako je to vedno pogostejša bolezen in kako naj v takem primeru ravnamo z oskrbovancem.*« (Intervju 6 b)

Podobni so bili tudi odgovori na vprašanje glede iskanja pomoči pri strokovnjaku – socialnemu delavcu ali socialni delavki, in sicer nihče ni izbral te pomoči. Kot razlog so navedli, da tega zaenkrat še niso potrebovali. Ena od oskrbovalk pove, da bi se v primeru, da bi pomoč potrebovala, najprej obrnila na osebnega zdravnika starega družinskega člana.

So pa trije od osmih oskrbovalcev navedli, da so se že obrnili po pomoč k zdravniku. Eden od družinskih oskrbovalcev pomoč zdravnika po potrebi koristi preko telefona, drugi je koristil pomoč zdravnika specialista, s katerim je imel dobre izkušnje. Tretja oskrbovalka, ki se je udeležila programa za starejše, pove, da je zdravnica povedala nekaj stvari o tem, kaj pričakovati od oskrbe starejših in kaj pričakovati pri oskrbi človeka z demenco. Po pripovedovanjih družinski oskrbovalci zaupajo zdravnikom, ker le-ti dobro poznajo situacije njihovih starih družinskih članov.

Na podlagi teh ugotovitev lahko sklenem, da so razlogi za kvalitetno oskrbo starih ljudi iz moje raziskave med drugim tudi v volji in pripravljenosti za pomoč ter bogatem znanju in izkušnjah njihovih oskrbovalcev.

5. RAZPRAVA

Glede na ugotovitve lahko rečem, da sta želja in vodilo starih družinskih članov iz moje raziskave njihova samostojnost oziroma prizadevanje za čim večjo samostojnost. To se odraža v njihovi vsakodnevni aktivnosti in volji do življenja. Po Ramovš (2003: 190) je samostojnost ali avtonomnost danes eden od glavnih dejavnikov življenjskega zadovoljstva.

Hlebec *et al.* (2012: 37) med oblike socialne opore uvrščajo tudi emocionalno oporo in druženje, kar v raziskavi potrjujejo stari družinski člani, ki kot del vsakdanjih opravil navajajo pogovor in druženje, zlasti v obliki obiskov. Starim ljudem del vsakdanjika predstavljajo tudi aktivnosti, ki jim krajšajo čas ter popestrijo in osmislijo življenje.

Socialna dimenzija vsakdanjika je torej pomembna bolj, kot se zavedamo, saj ji stari ljudje pripisujejo velik pomen.

Pri dogovarjanju glede pomoči sem ugotovila, da je način običajnega dogovora za pomoč podoben pri parih star družinski član – oskrbovalec, ki živijo na istem naslovu, oskrbovalci namreč brez poziva pridejo k starim družinskim članom in že vedo, kaj je potrebno postoriti. Prav tako je običajen način dogovora podoben pri parih, ki ne živijo na istem naslovu; stari družinski člani sami pokličejo oskrbovalce, ko potrebujejo pomoč. Običajno dogovarjanje je torej pri tistih parih, ki živijo v isti hiši, lažje in bolj utečeno. Pri izrednih dogovorih je bivališče še pomembnejše, oskrbovalec namreč lažje »ukrepa«, če živi na istem naslovu kot star družinski član.

Kot pravi Čačinovič Vogrinčič (2008: 77, 78), je za projekt staranja potrebno razumevanje, sporazumevanje, dogovarjanje in ustvarjanje sprememb s prispevkom vseh družinskih članov. V raziskavi sem ugotovila, da je med intervjuvanci in njihovimi družinskimi člani to prisotno. Sodeč po opisih starih družinskih članov o pomoči in na podlagi izraženega zadovoljstva s pomočjo oskrbovalcev jim dogovor, kakršnega imajo, ustreza in prinaša koristi. Od vsakega posameznika pa je odvisno, kakšen način dogovarjanja bo izbral in ali ga bo poskušal uresničiti. Zato pa je, kot pravi Mali (2008: 55), potrebno raziskati njegove zmožnosti in sposobnosti.

Vsi intervjuvanci trdijo, da so v dobrih odnosih s svojimi družinskimi člani. Na podlagi njihovih opisov lahko rečem, da so stari ljudje pripravljeni graditi na dobrem odnosu z družinskimi člani. Za ta cilj so si pripravljeni vzeti čas oziroma se marsičemu odreči. To se mi zdi povsem razumljivo, saj, kot pravi Čačinovič Vogrinčič (1998: 129, 130), odnos med generacijo otrok in generacijo staršev predstavlja bistvo družinskega dogajanja.

Za večino starih ljudi iz raziskave skrbijo ženske, le dva oskrbovalca sta moška. S tem je potrjena močna spolna dimenzija družinske oskrbe starih ljudi, o kateri pišeta Mestheneos in Triantafillou (2005). Če imajo na izbiro, stari ljudje najprej prosijo za pomoč tiste družinske člane, s katerimi živijo, šele nato pokličejo svoje otroke oziroma druge družinske člane, ki ne živijo doma. Bližina bivanja torej odigra večjo vlogo od odnosa starš – otrok.

Najpogostejše opravilo družinske oskrbe je skrb za prehrano starega družinskega člana, druga opravila pa so tudi pomoč pri osebni higieni, pranje perila, skrb za stanovanje, prevozi, pomoč pri nakupih, oskrba z zdravili ter pogovor in druženje. Ogrevano stanovanje in prevoz sta obliki pomoči, ki so ju deležni prav vsi stari družinski člani. Po Ramovš (2000: 322) so to temeljne telesne in materialne potrebe, ki imajo v starosti prednost.

Ugotovila sem tudi, da za stare družinske člane skrbijo tudi drugi družinski člani, in sicer imajo običajno sekundarno vlogo oziroma nudijo socialno in čustveno oporo.

Čas, ki ga oskrbovalci namenjajo oskrbi starega človeka, je različen od primera do primera (od manj kot ene ure na dan do štiri ure na dan). Med njimi najbolj odstopa oskrbovalec, ki skrbi za ženo tri do štiri ure na dan, razlog za to pa je po mojem mnenju njena bolezen in posledično večja potreba po oskrbi. Drugi oskrbovalci oskrbi namenjajo v povprečju malo manj kot eno uro in pol na dan, kar se mi ne zdi veliko. Vzrok za to bi lahko našli v dejstvu, da so ti stari družinski člani še dokaj zdravi in samostojni.

Ko sem raziskovala koriščenje skupnostne pomoči med starimi ljudmi iz Logatca in starimi ljudmi iz Železnikov, sem ugotovila, da so razlike predvsem v koriščenju uslug nevladnih organizacij in zdravstvene oskrbe. Stari ljudje iz Logatca so člani raznih društev, zdravstvene nege pa v skupnosti skorajda ne koristijo. Pri starih ljudeh iz Železnikov pa je ravno obratno: v društvih ne sodelujejo, zdravstveno oskrbo pa koristijo, a še to zato, ker jo potrebujejo. Filipovič Hrast *et al.* (2014: 24) navajajo ugotovitve Hlebec in Mali (2013), da stari ljudje iz pretežno ruralnih in manj razvitih občin nimajo zagotovljenih enakih možnosti za

institucionalno oskrbo. Če se navežem na to trditev, je tako po mojem mnenju tudi z možnostmi drugih skupnostnih oblik pomoči. Tako je v Logatcu, ki je večji kraj od Železnikov, boljša dostopnost do nevladnih organizacij kot v manjših in hribovitih Železnikih, in je zato sodelovanje starih ljudi iz Logatca večje.

Obratna je situacija pri koriščenju neformalne pomoči (izvzeta je pomoč družinskih članov). Oddaljenost določenih vasi ima pri tem prednost, saj se prebivalci med seboj poznajo ter priznavajo in sprejmejo sosedsko pomoč, kar se v večji meri dogaja v Železnikih kot v Logatcu. Sklenem lahko, da stari ljudje iz Logatca večinoma koristijo formalne oblike pomoči, stari ljudje iz Železnikov pa neformalne, kjer imajo pomembno vlogo tudi verske dejavnosti.

Z raziskavo sem ugotovila, da se o potrebah, željah in pričakovanjih starega človeka večkrat pogovarjajo tiste družine, ki sobivajo s starim človekom v isti hiši, kot pa tiste, ki živijo ločeno. Razlog je v tem, da imajo stari ljudje, ki živijo s svojimi družinskimi člani, družinske člane na razpolago, kadar jih potrebujejo, in se zato lahko z njimi pogovorijo o prav vsem. Stari ljudje, ki živijo ločeno od svojih družinskih članov, pa na svoje želje in pričakovanja gledajo kot na »probleme«, s katerimi še dodatno obremenjujejo družinske člane, zato o njih neradi govorijo. Tako razmišljanje bi bilo lahko odraz tega, da oskrbovalci ne raziščejo dejanskih potreb starih ljudi in gledajo nanje le kot na posameznike, potrebne pomoči (Mali 2008: 55).

Želje starih ljudi se razlikujejo glede na to, ali živijo s svojimi oskrbovalci ali ne. Stari ljudje, ki živijo v isti hiši s svojimi oskrbovalci, si predvsem želijo, da bi oskrbovalci zanje skrbeli še naprej. Stari ljudje, ki živijo ločeno od svojih oskrbovalcev, pa te želje ne izrazijo, pač pa izpostavijo, da si želijo še naprej obiskov družinskih članov in sorodnikov. Na podlagi tega bi lahko rekla, da se na nek način bojijo osamljenosti.

Sklenem, da imajo nižja pričakovanja do svojih družinskih članov tisti stari ljudje, ki ne živijo z njimi, višja pričakovanja pa tisti stari ljudje, ki živijo z družinskimi člani. Razlogi za višja pričakovanja so: družinska oskrba se smatra za nekaj samoumevnega, družinski člani so staremu človeku ves čas na razpolago, dobro se poznajo med seboj itd. Ubeseđenje pričakovanj je zato lažje.

Vsi stari ljudje iz raziskave so potrdili, da oskrbovalci in drugi družinski člani izpolnjujejo njihova pričakovanja in želje. To podkrepijo s svojim zadovoljstvom z njihovo oskrbo in s svojim življenjem.

Stari ljudje, ki ne živijo na istem naslovu s svojimi družinskimi člani, so opisovali bolj nevsakdanje, a zanje pomembne želje v primerjavi s tistimi starimi ljudmi, ki živijo na istem naslovu s svojimi družinskimi člani; slednji so naštevati vsakdanje, običajne želje in pričakovanja.

Ena od posebnih in pogostih želja starih ljudi je, da bi se družinski člani razumeli med seboj. Kot pravi Ramovš (2003: 245, 246), si je v starosti potrebno prizadevati za boljše medčloveške odnose in komunikacijo, za kar se po podatkih raziskave stari ljudje trudijo.

Za zadovoljstvo z življenjem je po mnenju starih ljudi potreben mir v hiši, obiski oziroma skupna druženja in pogovori, tudi o starih časih. Pogoj je tudi medsebojno spoštovanje in razumevanje. Šadl in Hlebec (2009: 237, 238) dodajata, da je za uspešno staranje in zadovoljstvo z življenjem pomembna zlasti emocionalna opora, ki jo starim ljudem dajejo partner/-ica in otroci. V raziskavi ena od starih ljudi to potrjuje, saj jasno izrazi željo, da bi se rada večkrat zjokala in potožila o svojih čustvih.

Zadovoljstvo starega človeka pa tudi oskrbovalcem veliko pomeni, saj glede na podatke raziskave stare družinske člane pogosto povprašajo po njihovem zadovoljstvu, počutju in morebitnih spremembah.

Pri raziskovanju prispevka starih družinskih članov k družinskemu življenju sem ugotovila, da imajo mlajši stari ljudje v družini več vlog in nalog od starejših starih ljudi. Oboji pa pomembno prispevajo k delovanju družine, medgeneracijskemu sožitju in kakovostnemu staranju. Na podlagi podatkov lahko potrdim, da sta količina in vrsta vlog in nalog starih ljudi odvisni od njihove starosti in posledično njihove aktivnosti. Starejši ko so stari ljudje, manj fizičnih opravil zmorejo in manj aktivni so, a večjo vrednost pripisujejo složnosti v družini in vlogi predajanja svojih življenjskih spoznanj in izkušenj mlajšim generacijam. Ramovš (2000: 322) navaja potrebo po predajanju svojih spoznanj in izkušenj mladi in srednji generaciji kot eno najpomembnejših višjih potreb v tretjem življenjskem obdobju, ki pa je lahko zadovoljena le, če so prej zadovoljene temeljne telesne in materialne potrebe.

Prispevki oskrbovalcev in drugih družinskih članov k medgeneracijskemu sožitju in kakovostnemu staranju so podobni prispevkom starih ljudi – zopet prevladujejo obiski in skupna druženja ter pogovor. Za oskrbovalce, ki so še delovno aktivni, je pomemben pogoj za kakovostno oskrbo starega človeka čas, medtem ko oskrbovalcem, ki so že upokojeni, čas ni pomemben. Od starosti oskrbovalcev je tudi odvisno, kakšno pomoč bodo zagotavljali starim ljudem in kako. Starejši ko so, manj fizične pomoči nudijo, a več socialne in čustvene opore. Sklenem lahko, da tako stari ljudje kot njihovi oskrbovalci in drugi družinski člani pripomorejo k medgeneracijskemu sožitju in s tem h kakovostnemu staranju. Družinski člani med drugim prispevajo tudi s svojim znanjem in izkušnjami ter posledično s kakovostno oskrbo. Černič Istenič (2013: 45) navaja besede Hlebec *et al.*, da morajo biti družinski člani za kvalitetno oskrbo zmožni medgeneracijske solidarnosti, to je socialne povezanosti med generacijami. »Orodji« te socialne povezanosti, ki ga oskrbovalci iz raziskave uporabljajo pri delu, pa sta kvaliteten pogovor in odnos.

6. SKLEPI

Večina starih ljudi iz raziskave pravi, da si svoj vsakdan organizirajo sami, po svoje, saj so še večinoma samostojni.

Sogovornice in sogovorniki so navedli več vsakdanjih opravil, ki se jih lotijo tekom dneva. Sami poskrbijo le za opravila, ki zadevajo prostočasne dejavnosti, nepogrešljiv del vsakdanjika pa sta tudi pogovor in druženje v okviru sprejemanja obiskov. Vsi potrebujejo pomoč pri prevozih.

Med starimi ljudmi, ki živijo na istem naslovu kot njihovi oskrbovalci, obstaja podoben način običajnega dogovarjanja glede pomoči. Prav tako se podobno dogovarjajo stari ljudje, ki ne živijo na istem naslovu s svojimi oskrbovalci.

Pomoč izven običajnega dogovora imajo povsod zdravstveni razlog. V teh primerih je dogovarjanje za izredno pomoč lažje pri tistih parih, ki živijo na istem naslovu.

Vsi stari ljudje iz moje raziskave menijo, da so bolj ali manj v dobrih odnosih s svojimi družinskimi člani.

Za vsakodnevno nego in opravila poskrbijo oskrbovalci, od teh je šest žensk in dva moška. Čas, ki ga oskrbovalci namenjajo oskrbi starega človeka, niha od manj kot ene ure na dan do štirih ur na dan. Le dve oskrbovalki pravita, da se včasih čutita preobremenjeni, a preobremenjenost premagujeta s telesno aktivnostjo.

V oskrbo so vključeni tudi drugi družinski člani, a imajo večinoma le sekundarno vlogo ali pa nudijo le socialno in čustveno oporo.

Podporo pri družinski oskrbi iščejo družinski člani na različne načine. Stari ljudje iz Logatca v primerjavi s starimi ljudmi iz Železnikov v večji meri koristijo formalne oblike pomoči, in sicer se vključujejo v razna društva, medtem ko stari ljudje iz Železnikov v večji meri koristijo neformalno pomoč, in sicer sosedsko pomoč. »Logatčani« skoraj ne koristijo zdravstvene pomoči, »Železnikarji« pa jo.

Pričakovanja starih ljudi, ki živijo v isti hiši s svojimi oskrbovalci, se vsaj posredno nanašajo na nadaljnjo pomoč v prihodnosti. Stari ljudje, ki ne živijo v isti hiši s svojimi oskrbovalci, si

želijo in pričakujejo, da bi jih družinski člani obiskovali še naprej. Stari ljudje, ki ne živijo na skupnem naslovu s svojimi oskrbovalci, imajo v primerjavi s tistimi, ki živijo skupaj, nižja pričakovanja do družinskih članov. Večina starih ljudi zaupa svoje želje v zvezi z oskrbo svojim oskrbovalcem.

Primeri izpolnjevanja želja so podobni pri vseh starih ljudeh ne glede na to, ali živijo s svojimi družinskimi člani ali ne. Vendar pa imajo stari ljudje, ki ne živijo pod isto streho s svojimi družinskimi člani, drugačne, in sicer bolj nevsakdanje želje od tistih, ki živijo pod isto streho s svojimi družinskimi člani. Oskrbovalci in drugi družinski člani iz moje raziskave torej izpolnjujejo potrebe, želje in pričakovanja starih ljudi, zato so stari ljudje zadovoljni z njihovo oskrbo in posledično s svojim življenjem.

Lahko rečem tudi, da si družinski člani iz moje raziskave prizadevajo za medgeneracijsko sožitje in kakovostno staranje. Stari družinski člani prispevajo s svojimi družinskimi vlogami in nalogami: bodisi s skrbjo za skupna druženja bodisi s skrbjo za složnost in s predajanjem svojih znanj in izkušenj. Oskrbovalci in drugi družinski člani prispevajo podobno: s prizadevanjem za kakovostno pomoč in s specifičnimi lastnostmi, ki jih imajo kot oskrbovalci.

7. PREDLOGI

Rezultati raziskave kažejo na to, da morata država in družba najprej poskrbeti za seznanjanje vseh ljudi s formalnimi možnostmi pomoči v skupnosti. V urbanih območjih so ljudje večinoma seznanjeni z obstoječimi oblikami pomoči, ki so jim relativno dobro dostopne in jih tudi koristijo. Med urbana naselja lahko štejem Logatec, ki je le deloma pokazatelj tega. V nasprotju pa prebivalci ruralnih in bolj odročnih področij redko koristijo zunanje oblike pomoči, predvsem zaradi njihove slabe dostopnosti in nezainteresiranosti zanje. Če pa jih že koristijo, je to običajno zdravstvena nega (patronažno varstvo), ker jo potrebujejo. Predlagam, da bi lokalne skupnosti izboljšale dostopnost do pomoči tako, da bi na primer zagotovile institucionalno varstvo tudi izven večjih mest, za več sosednjih vasi skupaj, ali pa bi lokalne skupnosti zagotavljale večji odstotek (več kot 50 %) plačila stroškov za socialno oskrbo na domu za posameznike itd.

V marsikaterih odročnih vaseh koriščenje tuje pomoči med prebivalci ni sprejeto in se ga zato ne izogibajo, kljub temu da bi bilo zanje mogoče koristno. Še vedno prevladuje »vaška trma«. Moj predlog je, da bi v okviru družabnih dogodkov, ki se jih stari ljudje udeležujejo, lokalne skupnosti organizirale predstavitev nekaterih programov pomoči (na primer socialne oskrbe na domu) in nevladnih organizacij (društev, prostovoljnega dela itd.). Dober predlog se mi zdijo preventivni programi za kakovostno življenje v starosti (športne dejavnosti, izobraževalni programi, tečaji itd.). Vendar bi programi morali biti prilagojeni značilnostim in potrebam prebivalcev. Tako bi na primer na tradicionalnih Čipkarskih dnevih v Železnikih stojnico lahko namenili predstavitvi tečaja računalništva, uporabe mobilnega telefona ali telovadbe za stare ljudi ipd. Zbirali bi se tudi predlogi in ideje za druge aktivnosti.

Z raziskavo sem tudi ugotovila, da imajo želje, potrebe in pričakovanja starih ljudi večkrat negativen predznak. Stare ljudi spominjajo na »probleme«, »težave«, »tegobe«, o katerih ne želijo govoriti in jih zato raje zadržijo zase. Mislim, da je vir takšnega razmišljanja v »starizmu« – predsodkih družbe, da so stari ljudje nesposobni in »za časom«. Ker stari ljudje ne želijo biti v breme svojim družinskim članom, se na svoje želje, potrebe in pričakovanja večkrat ne ozirajo, a oskrbovalcem s tem ne olajšujejo oskrbe.

Torej bo potrebno razbiti predsodke in več govoriti o staranju in pojavih, povezanih z njimi, kot o obdobju življenja, ki nas predvidoma vse čaka. Za doseg tega cilja si mora najprej prizadevati država, nato pa lokalne skupnosti, in sicer tako, da se zagotovi predvsem večja

dostopnost storitev in programov, ki so namenjeni starim ljudem, pa tudi družinskim oskrbovalcem. S tem bi pripomogli tudi k večji seznanjenosti družbe z izzivom staranja, saj bi se o tem govorilo tudi v odročnejših krajih, kjer je to ponekod še tabu. Seveda je veliko odvisno tudi od pripravljenosti posameznikov za sodelovanje. A več se bo o tem govorilo, večje bo njihovo zanimanje.

Poleg tega bo potrebno tudi oskrbovalcem zagotoviti večji ugled in spoštovanje ter njihovega dela ne razumevati kot nekaj samoumevnega, kar se je sicer deloma uredilo z institutom družinskega pomočnika, a oskrbovalcu ne prinaša koristi, saj je vse usmerjeno v starega človeka. Tako družinski pomočnik nima pravic iz delovnega razmerja, saj ne gre za vzpostavitev delovnega razmerja. Menim, da če bi bil institut družinskega pomočnika zaposlitev kot vsaka druga, bi oskrbovalci pridobili na ugledu in spoštovanju, v naši družbi je namreč plačano delo žal višje cenjeno od neplačanega.

Na žalost nekateri ljudje še vedno ne vidijo virov pomoči v socialnem delu. To sem ugotovila, ko sem družinske oskrbovalce spraševala, ali so se kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku – socialnemu delavcu ali k socialni delavki. Prav nihče ni koristil te pomoči, ampak so namesto tega omenjali pomoč zdravnikov z razlogom, da jih zdravniki bolje poznajo. Razloge za to bi zopet lahko iskali v nedostopnosti in neseznanjenosti s to možnostjo ali pa v nezaupanju ljudi. Predlagam, da bi se ljudje z delom socialnih delavk in delavcev in njihovo pomočjo seznanili v zdravstvenih domovih, bodisi v smislu predstavitve socialnega dela s starimi ljudmi bodisi z možnostjo vključitve v preventivne programe za (samo)pomoč. Še najbolje bi bilo, da bi imel vsak zdravstveni dom zaposlenega socialnega delavca/-ko, ki bi sodeloval/-a z zdravniki. A v tem primeru bi se morali zdravstvena in socialna oskrba v marsičem povezati, to pa bi morala urediti država. Ker se je socialno delo s starimi ljudmi šele v zadnjem času bolj razvilo, marsikateri stari človek ne ve, da imajo tovrstni strokovnjaki mnogo znanja, veščin in spretnosti, predvsem pa pripravljenost za tovrstno pomoč.

Glede na to, da moji sogovorniki obiske in skupna druženja visoko vrednotijo, družinski člani pa se na njihova vabila odzivajo, menim, da je zdaj priložnost, da se začne vlagati v medgeneracijsko sožitje. Predlagam, da bi imela vsaka lokalna skupnost medgeneracijski center, kjer bi potekale aktivnosti za stare ljudi in mlajše generacije, za njihovo združevanje in povezovanje. Stari ljudje bi znanje in izkušnje prenašali na mlajše, mladi pa bi stare ljudi učili o izzivih sodobnega življenja. Srednja generacija bi s svojo aktivnostjo poskrbela za

motivacijo starih ljudi in »umiritev« mladih, sebe pa bi bogatila s smislom enih in drugih. Cilj vseh, ki je obenem tudi družbeni cilj, bi bil, da bi drug z drugim lepo živeli.

8. UPORABLJENA LITERATURA

- Barker, J. C. (2002), Neighbours, friends and other non-kin caregivers of community-living dependent elders. *Journal of gerontology*, 3: 57 b.
- Bion, W. R. (1983), *Iskustva u radu sa grupama*. Zagreb: Naprijed.
- Burack - Weiss, A., Brennan, F. C. (1991), *Social Work with the Elderly*. New York: The Haworth Press.
- Caplan, G. (1974), *Support Systems and Community Mental Health: Lectures on Concept Development*. New York: Behavioral Publications.
- Cobb, S. (1976), Social Support as a Moderator of Life Stress. *Psychosomatic Medicine*, 38: 300–314.
- Connidis, I. (1989), Siblings as friends in later life. *American Behavioral Scientist*, 33: 81–93.
- Čaćinovič Vogrinčič, G. (1998), *Psihologija družine: prispevek k razvidnosti družinske skupine*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Čaćinovič Vogrinčič, G. (2000), Družina in star človek. *Socialno delo*, 39, 4–5: 287–292.
- Čaćinovič Vogrinčič, G. (2007), Star človek z demenco in njegova družina. V: Mali, J., Milošević Arnold, V. (ur.), *Demenca – izziv za socialno delo*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo (51–61).
- Čaćinovič Vogrinčič, G. (2008), *Socialno delo z družino*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Černič Istenič, M. (2013), Medgeneracijska solidarnost skozi prizmo organiziranosti oskrbe za starejše v skupnosti. *Socialno delo*, 52, 1: 43–56.
- Douglas, T. (1983), *Groups*. London: Tavistock Publications.
- Filipovič Hrast, M., Hlebec, V., Knežević Hočevan, D., Černič Istenič, M., Kavčič, M., Jelenc - Krašovec, S., Kump, S., Mali, J. (2014), *Oskrba starejših v skupnosti: dejavnosti, akterji in predstave*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Flaker, V., Mali, J., Kodele, T., Grebenc, V., Škerjanc, J., Urek, M. (2008), *Dolgotrajna oskrba: očrt potreb in odgovorov nanje*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Flaker, V. @ Boj za (2012), *Direktno socialno delo*. Ljubljana: * / cf.

- Hlebec, V. (2010), Oskrba starih med državo in družino: oskrba na domu. *Teorija in praksa*, 47, 4: 137–157.
- Hlebec, V., Filipovič Hrast, M., Kump, S., Jelenc Krašovec, S., Pahor, M., Domajnko, B. (2012), *Medgeneracijska solidarnost v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Hlebec, V., Mali, J. (2013), Tipologija razvoja institucionalne oskrbe starejših ljudi v Sloveniji. *Socialno delo*, 52, 1: 29–41.
- Hlebec, V. (2013), Razvoj in spremembe v tipologiji socialne oskrbe na domu. *Socialno delo*, 52, 1: 3–14.
- Hlupič, M. (2002), *Potreba po organiziranju skupin za samopomoč oskrbovalcev starih ljudi*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo (diplomska naloga).
- Hojnik - Zupanc, I. (1997), *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- Hvalič Touzery, S., Felicijan, P. (2004), Dogaja se njej in dogaja se mnogim. Ne bi se smelo. Raziskava o zlorabah starih ljudi v Sloveniji. *Kakovostna starost*, 7, 1: 12–21.
- Hvalič Touzery, S. (2006), Vloga družinskih članov pri oskrbi starih ljudi. *Socialno delo*, 1–2: 29–33. Dostopno na <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-PYWLSCIU> (10. januar 2016).
- Hvalič Touzery, S. (2007 a), *Družinska oskrba starih družinskih članov*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo (doktorska disertacija).
- - (2007 b), Tukaj smo! Opazite naše delo! Pomagajte nam! Raziskava o oskrbi starega človeka v družini. *Kakovostna starost*, 10, 2: 4–27.
- Hvalič Touzery, S. (2009), Družinska oskrba bolnih starih družinskih članov. V: Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb*. *Dialogi*, 10: 109–123. Maribor: Aristej.
- Inštitut Antona Trstenjaka. Dostopno na <http://www.inst-antontrstenjaka.si/gerontologija/slovar/1349.html> (5. januar 2016).
- Kolektivna pogodba za dejavnost zdravstva in socialnega varstva Slovenije (1994), *Ur. l. RS* 15/1994. Dostopno na <https://www.uradni-list.si/1/content?id=68513> (19. januar 2016).
- Kodrič, J. (2011), *Zadovoljstvo uporabnikov Zavoda za oskrbo na domu Ljubljana Šiška s prejeta socialno oskrbo*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo (diplomska naloga).

- Kolarič, Z., Rakar, T., Kopač Mrak, A. (2009), Slovenski sistem blaginje v procesu postopnega spreminjanja. V: Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb. Dialogi*, 10. Maribor: Aristej (45–75).
- Koskinen, S. (1997), Ageing and Social Work: The Development of Gerontological Social Work. V: Stropnik, N. (ur.), *Social and Economic Aspects of Ageing Societies: European Inter-University Consortium for International Social Development – European Branch*. Ljubljana: Institute for Economic Research (1–16).
- Mali, J. (2008), *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mali, J. (2009), Spremembe v institucionalnem varstvu starejših. V: Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb. Dialogi*, 10: 95–107. Maribor: Aristej.
- Mali, J. (2013 a), *Dolgotrajna oskrba v Mestni občini Ljubljana*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- - (2013 b), Socialno delo s starimi ljudmi kot specializacija stroke. *Socialno delo*, 52, 1: 57–67, 93, 96.
- Mesec, B. (1997 a), *Metodologija raziskovanja v socialnem delu I* (skripta). Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- - (1997 b), *Metodologija raziskovanja v socialnem delu II* (skripta). Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- Mestheneos, E., Triantafillou, J. (2005), *Supporting Family Carers of older People in Europe*. Hamburg: Eurofamcare.
- Milošević Arnold, V. (1999), Razvoj in značilnosti socialnega dela s starimi ljudmi. *Kaljenje*, 1: 8–24.
- Milošević Arnold, V. (2004), *Socialno delo s starimi ljudmi (izbrani članki in referati)*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Nagode, M. in Hlebec, V. (2013), Socialna oskrba z vidika socialnih oskrbovalk. *Socialno delo*, 52, 1: 15–27.
- Palir Čuješ, T. (2002), *Pomoč svojcem pri skrbi za bolne in stare družinske člane*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo (diplomska naloga).
- Pravilnik o standardih in normativih socialnovarstvenih storitev (2010), *Ur. l. RS* 45/2010. Dostopno na <https://www.uradni-list.si/1/content?id=98087> (25. januar 2016).

- *Predlog zakona o Dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo* (2010). Dostopno na http://www.mddsz.gov.si/fileadmin/mddsz.gov.si/pageuploads/dokumenti_pdf/ZDO_ZDO_uvod_cleni_in_obrazlozitev_12.03.2010.pdf (18. januar 2016).
- Ramovš, J. (2000), Medgeneracijska povezanost, samopomoč in kakovostna starost. *Socialno delo*, 39, 4–5: 315–329.
- Ramovš, J. (2003), *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
- Ramovš, J., in dr. (2012), Oskrba onemoglih ljudi. *Kakovostna starost*, 15, 3: 3–32.
- Renner, T. (1997), Rastoča manjšina. *Družboslovne razprave*, XIII: 24–25, 40–48.
- Silverstein, M., Gans, D., Yang, F. (2006), Intergenerational Support to Aging Parents. The Role of Norms and Needs. *Journal of Family Issues*, 27, 8: 1068–1084.
- Smolej, S., Jakob, P., Nagode, M., Žiberna, V. (2008), *Analiza izvajanja pomoči na domu*. Ljubljana: Inštitut RS za socialno varstvo.
- Svetičič, B. (2002), *Spremembe v življenju oskrbovalcev. Skrb za starega človeka v družini*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo (diplomska naloga).
- Šušteršič, O., Horvat, M., Cibic, D., Peterl, A., Brložnik, M. (2006), Patronažno varstvo in patronažna zdravstvena nega. Nadgradnja in prilagajanje novim izzivom. *Obzor Zdr.*, 40: 247–252.
- Timonen, V. (2008), *Ageing societies: a comparative introduction*. Maidenhead: McGraw-Hill: Open University Press.
- Wenger, C. (1994), *Support networks of older people: a guide for practitioners*. Centre for social policy research and development: University college of Wales.
- Zakon o zakonski zvezi in družinskih razmerjih (2004), *Ur. l. RS* 69/2004 (ZZZDR-UPB1). Dostopno na <http://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?urlid=200469&stevilka=3093> (19. januar 2016).
- Zakon o socialnem varstvu (2007), *Ur. l. RS* 3/2007 (ZSV-UPB2). Dostopno na <http://www.uradni-list.si/1/objava.jsp?urlid=20073&stevilka=100> (18. januar 2016).
- Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju (2012), *Ur. l. RS* 96/2012 (ZPIZ-2). Dostopno na <https://www.uradni-list.si/1/content?id=110802> (19. januar 2016).
- Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o zdravstvenem varstvu in zdravstvenem zavarovanju (2013), *Ur. l. RS* 91/2013 (ZZVZZ-M). Dostopno na <https://www.uradni-list.si/1/content?id=114966#!/Zakon-o-spremembah-in-dopolnitvah-Zakona-o->

[zdravstvenem-varstvu-in-zdravstvenem-zavarovanju-%28ZZVZZ-M%29](#) (19. januar 2016).

9. PRILOGE

9.1. Vprašalnik

9.1.1. Priloga 1: Vprašalnik za starega družinskega člana

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, opoldne, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?
2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.
3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?
4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?
5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?
Na primer:
Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...
Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov
6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?
7. Kaj pričakujete od oskrbovalca/ke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?
8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?
9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vaša pričakovanja in želje?
Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.
Kako družinski člani izpolnjujejo vaša pričakovanja? Navedite primer.
10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?
11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?
12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?
13. Kako vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?
14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

SPOL:

STAROST:

9.1.2. Priloga 2: Vprašalnik za oskrbovalca/ko starega družinskega člana

1. Zakaj oskrbujete?
2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

3. Ali pomagata staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?
4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?
5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjata oskrbi starega družinskega člana?
6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?
7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?
8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?
9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?
10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?
11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?
12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?
13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?
14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?
15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje v družini?

SPOL:

STAROST:

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH):

ŠTEVILO DRUŽINSKIH ČLANOV, KI OSKRBUJEJO (VKLJUČNO Z OSKRBOVALCEM/KO):

9.2. Zapisi intervjujev

9.2.1. Priloga 3: Intervju 1 a

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?

Vse sama. Zjutraj pride snaha dol k meni, mi da tabletko. Vpraša me, če se dobro počutim, kako sem spala itd. Povem ji, če sem kaj takega sanjala, tudi kolikokrat sem šla na WC itd. Vpraša me tudi, če imam za danes kakšne želje, če sem kam za peljat, kdaj me pelje in se dogovoriva kako in kaj. Malo poklepetava, včasih se tudi zaklepetava, saj jaz zelo rada razlagam kaj sem delala v starih časih, kod po Rovtjah sem hodila... Nato ona odide po svojih opravkih, jaz pa se lotim kuhat kosilo, če se le dobro počutim, sicer mi ga prinese snaha. Po kosilu pospravim z mize, pomije snaha, nato pa se malo uležem, a zaspati ne morem. Popoldne rešujem križanke ali pa berem časopis, včasih grem na sprehod ali na obisk k sosedom. V soboto dopoldne mi pride snaha posesati in pomiti po tleh, obrisati prah in počistiti kopalnico. Popoldne sem največkrat doma, ker pride kakšen od tamladih na obisk, jaz pa sama nerada hodim k njim, ker vem, da imajo svoje plane. Ob nedeljah že, ker se običajno že prej domenimo in potem jemo pri sinu in snahi ali pa pri kateri od vnukinj če kdo praznuje. Ob večerih sem rada zgodaj v hiši, da pogledam poročila, nato pa mi snaha prinese večerjo, me vpraša če sem se umila in oblekla za spat itd. Sicer pa si večerjo tudi sama pripravim, kakšen jogurt rada pojem in kruh zraven, ali pa si skuham mleko...

2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.

Snaha sama pride vsako jutro, mi da tabletko, itd. Snaha vse sama ve, kaj je za postoriti, ob sobotah na primer že pride s sesalcem. Snaha celo sama ve, kdaj se slabo počutim. Sicer pa malenkosti še sama naredim. Iz trgovine mi nosi snaha. Običajno se vse zjutraj dogovoriva kaj je za postoriti. Snaha me vpraša, če mi prinese kosilo, če je kaj posebnega za pomagati ali kam za peljati, jaz pa ji povem. Sva že utečeni, saj se dobro poznavata in tudi že veva druga pri drugi če kdaj katera ni najboljše razpoložena, takrat se zmeniva kar se imava zmenite, včasih pa se tudi zaklepetava.

Ja, se je že zgodilo, da sem padla in sem takoj rabila pomoč. K sreči je bila snaha doma pred hišo, da me je slišala, ko sem jo klicala in mi je takoj pritekla pomagat. Zdaj mi je kupila zvonec za take primere, da pozvonim. Da če se zgodi, da je zgoraj in me ne sliši, potem sliši zvonec, ali pa ga sliši sin, če je doma. Ali pa zadnjič, ko sem dobila srčni spodbujevalnik in sem bila cela zatekla, me je peljala k zdravniku...

3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

S snaho sem v dobrih odnosih. S sinom se dobro razumeva - kar se imava za pogovoriti, se pogovorita. Ostalo vse snaha naredi. Vnukinja ima že družino, s katero pride na obisk, še posebej sem vesela dveh pravnukinj in pravnuka, ker je takrat veselo ko pridejo, še posebej mala 2-letna pravnukinja vedno veselo skače sem in tja po hiši.

4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?

Sin, ki poskrbi za »moška« opravila pri hiši. Na primer, da se očisti dimnik itd.

Vnukinji z družinama prideta na obisk, da malo poklepetamo, sicer imata dovolj dela doma z majhnimi otroki. Včasih me snaha povabi gor na kosilo. Večinoma pa se družimo ob praznovanjih rojstnih dnevvov. Tudi vnukinji me povabita na praznovanje in me peljejo. Nazadnje smo skupaj silvestrovali zgoraj pri sinu, vse 4 generacije skupaj.

5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?

Na primer:

Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...

Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov

Ne, pri vsem mi snaha pomaga.

Sem pa v Društvu upokojencev, pa tudi članica Društva invalidov, a le kot pomožni član. Večkrat sem se udeležila kakšnih izletov...

Ker sem imela denar, sem več let (dvakrat na leto) hodila skupaj z eno družino v Dolenjske toplice, kasneje smo hodili na morje, v Izolo. Včasih sem pazila tudi njihove otročke. Čeprav sem vedno razmišljala, da ne smemo zapravit vse pokojnine, ker se ne ve kaj še bo in prav to se je zgodilo, nekateri pa so zapravili vse...

Pri upokojencih sem celo delala – 5 let sem pomagala v kuhinji. V vaški gostilni v »stari Pošti« smo imeli upokojenci v zgornjem nadstropju prostore, kjer smo organizirali sedmine ipd.

6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?

Zato se nismo še zbrali, ker nimam posebnih želja. Snaha ve kaj potrebujem in to izpolni. Prej njih kaj moti kot mene – na primer: ker slabo slišim, imam TV zelo na glas, pa potem snaha reče, malo za šalo malo zares, da posluša dva televizorja. Včasih ko pride mala pravnukinja k sinu in snahi, je »šunder«, se sliši kako teka sem in tja, a mene to ne moti. Mala tudi k meni rada pride, zelo je pridna deklica, nič ne joče, če njena mama gre po opravkih.

7. Kaj pričakujete od oskrbovalca/ke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?

Želim si, da ne bi šla v dom, da bi me lahko snaha še naprej oskrbovala, še posebej če zbolim. Zelo se bojim demence, o kateri tako govorijo. Od snahe torej pričakujem, da mi bo še naprej prala (sama že zdaj le v pralni stroj še dam perilo, naprej pa snaha dela), čistila in nosila »z vasi« vse potrebno.

8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?

Ja, če je potrebno. Na splošno ne, ker že snaha sama ve, kaj je treba. Se mi je pa v zadnjih treh mesecih zdravje precej poslabšalo, tako da niti postelje ne zmorem več preobleči. To je sprememba, ko moram zdaj že za kaj več pomoči zaprositi.

9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vaša pričakovanja in želje?

Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.

Kako družinski člani izpolnjujejo vaša pričakovanja? Navedite primer.

Čisto preprosto: snahi povem, kaj želim in ona to izpolni. Seveda če ne more, če nima časa, to pove in če se da, se zmeniva za kasneje. Na primer, če bi rada imela kaj iz trgovine, snaha pa ravno pazi vnukinjo ali ima drugo delo, ji samo povem kaj bi rada, da mi prinese in mi prinese, ko lahko oziroma se kako drugače znajde. Ali pa če bi šla rada na pokopališče ali koga kropit, ji rečem in če ne more, vpraša koga drugega, da me pelje. Sicer pa če ni nujno, tudi jaz ne sitnarim. Običajno pa me upošteva in dobim kar želim. Sin prav tako. Čeprav kar se tiče osebne higiene, raje počakam na snaho, ker je le ženska, moški so bolj za moška opravila. Vem pa, da se lahko tudi nanj zanesem. Me pelje kamorkoli želim, a ga večkrat ni doma, ker dela naokrog. Tudi vnukinja ko pride, mi včasih malo pomeče ali pospravi, če vidi, da se mi je kaj streslo itd. A ji vedno rečem, naj pusti, da imam dovolj časa, da sama lepo počasi vse postorim. V bistvu od drugih pričakujem le, da mi krajšajo čas, da slišim kako se imajo, kaj počnejo, kaj je novega in običajno tudi tako je. Ko pa bom potrebovala več pomoči, pa jim bom že rekla.

10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?

Nobena. Če pa slučajno včasih kaj takega želim takrat, ko je že tako preobremenjena in že tako vse naredi, pa ji raje ne rečem, saj ima dovolj drugega dela.

11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?

Nič. Najbolj pomembno mi je, da se dobro razumemo in da je mir v hiši. Mi je pa včasih dolgčas. Včasih ob popoldnevih pride na obisk prijateljica, pa tudi jaz sem hodila k dvema, a trenutno ne morem, trenutno niti na sprehod ne hodim, saj sem hitro utrujena in zadihana ter komaj čakam, da se spočijem. Če pa kam želim iti na obisk, me snaha pelje. Želim si, da bi me snaha še naprej lahko vozila, ker še vedno rada grem k prijateljici na kavo ali v trgovino...

Drugače pa zelo lepo živimo. Imam zasebnost, saj imam svoje gospodinjstvo in tudi še sama kuham.

12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?

Prispevam lahko k temu, da se obnašam tako, da smo složni - da se ne vtikavam v sinovo življenje na primer. Konkretnega dela v družini nimam. Zelo rada pa obujam stare čase oziroma se pogovarjam z mojimi, in sicer o tem, kako smo včasih živeli. Jaz sem živela pri starih starših v Rovtuh. Zadnje leto, to je 5. leto šole sem šla že služiti. Služila sem dvema gospodarjema, enemu 5 let, drugemu 4 leta in to so mi priznali v delovno dobo. Nato sem bila 24 let v službi v Kli Logatcu, skupaj sem torej imela 33 let delovne dobe in potem sem se pri 55-ih letih upokojila. V Kli-ju smo imeli težko delo, delali smo fotelje. Tako da imam svojo pokojnino. Družinskim članom rada razlagam o služenju, o disciplini, ki smo jo imeli.

13. Kako vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?

Tako, da vse za dobro vzamem. Najbolje, da malo potrpiš če je treba.

14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

Križanke rešujem, časopis berem, TV- dnevnik, glasba, malo politika, a se samo kregajo, filmov ne gledam, včasih sem gledala nadaljevanke, zdaj pa ni nobene pametne.

SPOL: Ž

STAROST: 91

9.2.2. Priloga 4: Intervju 1 b

1. Zakaj oskrbujete?

Ker čutim dolžnost, poleg tega ni drugega, ki bi oskrboval in pa vse je tako narejeno, da sem jaz tista – doma smo v isti hiši.

2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

Čiščenje, prevozi k zdravniku, kuhanje, če je bolna. Zdravila grem iskat, se pozanimam v lekarni in doma preberem navodila, da ji jih pripravim, pazim pa tudi, da jih jemlje ob določenem času in tako kot je treba – v bistvu imam kontrolo nad zdravili. Zanj hodim v trgovino, na banko ipd.

3. Ali pomagata staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?

Ne, dan in vse aktivnosti si sama organizira, toliko je še samostojna. Če je treba kam peljat, se dogovoriva kako in kaj. Zjutraj grem dol in vprašam če ima kakšne želje, če je kam za peljat, kdaj jo peljem, če je treba peljat koga kropit ipd. Sicer pa je njen vsakdan rutina, nek ritual.

4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

Zjutraj grem dol itd. Zdaj sem ji kupila zvonec, ki ga ima spodaj, da pozvoni, če kaj rabi – če kaj pride slučajno, na primer, če pade ipd. Da le pritisne na stikalo.

5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjate oskrbi starega družinskega člana?

Za pogovor, da se vse dogovoriva in če je še kaj, kar mi ima povedati, približno 1 uro na dan. Za delo – pospravljanje tudi 1 uro na dan, se pravi približno 2 uri na dan vsega skupaj. V soboto ponavadi rabim več časa, da vse počistim in pospravim – 2 do 3 ure.

Se pa pozna, da se ji je zdravje poslabšalo, zadnje čase ji namenim več časa...

6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?

Ne, ker vedno vsem govori, kaj bi ona brez mene... Nikoli se še ni zgodilo, da bi si kaj zamerili in potem ne bi govorili druga z drugo.

Če je kaj za kupiti – na primer, ko sem videla, da ima strgan vzglavnik, sem jo vprašala, če ga lahko vržem stran in kupim novega. In ponavadi ne komplicirala, se strinja.

7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?

Včasih pa res.

Tako da grem na svež zrak, da zbistrim glavo. Ali pa pridem gor in začnem štrikat. Nikakor pa v primeru konflikta ne »eksplodiram«, najprej premeljem, razčistim sama s sabo in potem šele ukrepam, da slučajno ne bi bilo kakšnih travm pri tašči. To mi je že prišlo v kri, saj oskrbujem tudi svojo mamo, ki je sicer mlajša, a je bolj bolna od tašče, saj se z ničimer ne ukvarja. Malo je dementna, ima pa tudi sladkorno in zato slabo vidi. Mami hodim čistit, sicer pa moja sestra skrbi zanjo, ji skuha ipd.

Pomiri in sprosti me tudi fizično delo. Včeraj na primer sem pri sosedu trske žagala. Štiham tudi, raje kot kuham. Včasih se mož pošali, kaj bodo pa rekli sosede, ker štihaš, in mu rečem, kaj te briga, kaj sosede mislijo, jaz to rada počnem, ti pojdi kuhat, kar jaz ne maram...

8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?

Mož mi pomaga, če je potrebno. Če bi bilo taščo kam za peljat, bi jo mož peljal, ali pa najina hčerka, ki živi malo stran od naše hiše. Ampak zaenkrat še ni potrebe, zmorem sama.

9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?

Ne. Včasih ko smo vsi skupaj, pa reče prva hčerka, ki je poročena na kmetiji, da bo pleskala ali kaj podobnega, pa reče mož, ti bo mami pomagala, ona je mojster za to, pa odvrnejo nazaj, ali nima že dosti zadolžitev? Tako da vem, da opazijo moje delo in me cenijo, ker to delam. Zase lahko rečem, da sem hiperaktivna, deloholik, ne morem biti pri miru, še TV-ja ne morem le gledati, moram zraven še nekaj početi...

10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?

Ne, ne še.

11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?

Ne, sproti pridobivam znanja in izkušnje. Pri zdravniku veliko sprašujem. Če sem v dilemi ali ne vem kako pomagat, kaj naredit, pokličem zdravnika in ga vprašam ipd.

12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?

Dober medsebojni pogovor in odnos, veliko poslušanja in spraševanja – na primer kako ste danes, kako ste spali, kaj ste sanjali, itd. vse to mi zjutraj pove, tudi kolikokrat je šla na WC ipd. Včasih se zaklepetava in mi rada pove, kaj je delala v starih časih, kod po Rovtuh je hodila ipd.

13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Pogovor, dober odnos, razumevanje, potrpežljivost, poslušnost, prilagodljivost, pozitivni humor: na primer v zadnje čase je že nekajkrat rekla, da bo mogla umret, jaz pa ji v črnem humorju rečem, to že 20 let govoriš... Zdaj veliko razmišlja o smrti, premleva o tem, da je ona zdaj na vrsti. Ne dolgo nazaj je umrla njena vrstnica, s katero se sicer nista najbolje razumeli, a je rekla, da ji ni vseeno zanjo in da ve, da je sedaj ona na vrsti...

14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?

K socialnemu delavcu ne, pač pa k zdravniku. Pokličem ga, ko ga potrebujem.

15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje v družini?

Z razumevanjem, potrpežljivostjo, preudarnostjo in pogovorom.

SPOL: Ž

STAROST: 56

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH): 12

ŠTEVILO DRUŽINSKIH ČLANOV, KI OSKRBUJEJO (VKLJUČNO Z OSKRBOVALCEM/KO): 1

9.2.3. Priloga 5: Intervju 2 a

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, opoldne, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?

Ne, ker sem v domu, je vse že organizirano. Ampak ker jaz zaradi MS dobim obroke v posteljo, jem med zadnjimi, tako da si kolikor toliko sama lahko organiziram druge »aktivnosti«. Mož pride k meni za vse obroke. Moji dnevi so vsak dan približno enaki: zbudim se ob 5h, malo še poležavam v postelji, prižgem televizijo in poslušam jutranja poročila. Vstanem šele okrog 9h, ko imam zajtrk. Zajtrk mi prinesejo v sobo. Takrat pride mož, mi prilagodi posteljo in poda zajtrk. Pa tudi malo se

pogovoriva o vsakdanjih stvareh. Po zajtrku spijsava kavo. Ob 10h je potem že malica, a jaz največkrat ne jem, ker nisem še lačna. Trikrat na teden: v torek, sredo in petek me dajo po zajtrku na voziček in takrat se z možem dogovoriva, kako bova izkoristila dopoldanski urici. Če je lepo vreme, imam najraje, da greva do mestne slaščičarne, saj tam še koga poznanega srečava in malo poklepetamo. Ali pa greva k mojemu bratu in njegovi ženi na obisk, saj živijo blizu doma. A do kosila sva vedno nazaj. Če pa je slabo vreme, me vseeno dajo na voziček, z možem pa se usedeva na hodnik in še z drugimi stanovalci malo poklepetamo. Kosilo dobim ob 12:30h, mož mi ga da. Po kosilu mož gre domov, jaz pa malo zadremam. Najdaljše je popoldne, a včasih me kdo od sorodnikov pride obiskat in potem hitreje mine. Mož spet pride popoldne pred večerjo, da se še malo podruživa, večerjo imam ob 19h. Ob sobotah je podobno, v nedeljo pa me negovalke peljejo k maši, ki jo imamo zgoraj v dvorani. Pride logaški župnik in mašuje. Ampak kljub vsem pravilom in aktivnostim, ki jih torej imamo v domu (obroki ob določenih urah, terapije itd.), in na katere ne morem vplivati, si še vedno sama lahko zmislim, kaj bom počela izven tega, in to potem z možovo pomočjo uresničim.

Sama ne morem nič odkar so mi odpovedale še roke. Sicer pa ko sem bila še doma, a sem že težko stopila na noge, smo šli vsak vikend z moževim bratom in njegovo ženo na izlet po Sloveniji, takrat me je mož posedel na voziček in z vozička v avto, jaz pa sem sodelovala.

Tako da vse kar se tiče osebne higiene in zdravstvene pomoči v domu dobim, mož pa poskrbi, da mi ni dolgčas, da sem zadovoljna in da se malo nasmejim.

2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.

Mož vse že sam ve – da mi jesti, za ostalo prosim negovalke. Nisem zahtevna, vedno se postavim v kožo negovalke, kako bi se jaz počutila, če bi negovala take ljudi kot sem jaz. Če pa kaj pride vmes, da bi rada, da mi mož kaj prinese, mu to povem. Kadar moža ni v sobi, imam vrata kar odprta, da pokličem negovalko, če kaj rabim. Sama ne pritiskam zvonca, ker ne morem, imam mrzle roke.

Mož sam pride vsak dan ko imam zajtrk. Če ne more – če zbolijo ali pa kam gre, reče snahi in ona pride, a takrat ko ima čas, ker ona dela na dve izmeni. To se redko zgodi. Na primer če mora mož sina odpeljati na kakšen pregled, ali pa če je vnuka kam za peljat, takrat ga ni, ampak mi to že en dan prej pove, da ga ne pričakujem. Snaha mi takrat namesto njega da jesti in pa zdravila če je potrebno. Spijsava kakšno kavo, se malo pomeniva, da mi hitreje čas mine. Ali pa poleti včasih mož gre s planinci, takrat gredo že navsezgodaj zjutraj in pride potem šele po kosilu k meni. Aja, pa kadar gre kostanj nabirat v Metliko, to gredo vsako leto v jeseni z mojim bratom in njegovo ženo, takrat tudi ne pride. Pa mi potem prinese kuhan kostanj...

3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

V dobrih, z nobenim nisem skregana.

4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?

Oskrbe od družinskih članov ne potrebujem, ker so negovalke tukaj za to. Skrbi pa družina zame v smislu, da mislijo name, da tudi večkrat pridejo na obisk. Mož je vsak dan po večkrat na dan tukaj pri meni. Snaha včasih pride da spijsava kakšno kavo, malo poklepetava itd. Na obisk prideta tudi sinova, pa vnuki in vnukinja. Pa nečaki in nečakinje včasih in njihovi otroci, vsi sorodniki me obiščejo sem in tja. Pogovarjamo se o vsem, a čustvene zadeve zadržim zase, nočem drugih obremenjevati, ker vem, da ima vsak svoje težave in vsak sam s sabo dovolj težav.

5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?

Na primer:

Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...

Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov

Ja, sem v domu starejših že 11. leto, ker imam MS. 38 let sem bila v službi, potem sem ostala doma, ker je bolezen napredovala in sem začela pešat.

V Društvu upokojencev sem že odkar sem upokojena, še zdaj.

6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?

Vsi naenkrat ne, ker je premalo prostora tu v sobi. Sicer pa za rojstne dneve dobim obiske od vseh, a se zvrstijo. Tudi sinova prideta, včasih skupaj, včasih ne. O mojih željah se ne pogovarjamo, ker jih nimam. Želim si samo, da bi ostalo tako kot je. In zdravje si želim.

7. Kaj pričakujete od oskrbovalca/ke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?

S kančkom (črnega) humorja pove: Od moža veliko ne, ker je že star – 86 let ima, pričakujem le smrt. Da bi me še naprej obiskoval, mi dajal jesti. Tudi zaradi njega si želim, da z boleznijo ne bi šlo na slabše. Od ostale družine pričakujem to kot do zdaj – obiske in klepete, pogovore...

8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?

Vedno rečem možu, da je vse v redu. Se ne pritožujem, ne jamram. Veliko se pogovarjava o otrocih, še posebej o sinu, ki je podedoval mojo bolezen.

9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vaša pričakovanja in želje?

Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.

Kako družinski člani izpolnjujejo vaša pričakovanja? Navedite primer.

Da, mož vse izpolni. Ostali pa tudi. Možu vse zaupam, vse mu upam rečt, čeprav bi mogla biti včasih tiho. Včasih si zaželim šunko, pa mi jo prinese, ali pa torto.

Jaz povem možu kaj bi rada in on mi to prinese. Na primer, skupaj pogledava jedilnik in če je slučajno kaj takega, kar mi ni preveč všeč, se dogovoriva kaj naj prinese. Še posebej sem zadovoljna, če mi prinese kaj od doma, bio, ali pa iz Mercatorja, kakšno sadje... Špehovko tudi rada jem, brat mi jo včasih prinese, v jeseni pa ponavadi greva na gobe z jajci k mojemu bratu in njegovi ženi. Njegova žena je odlična kuharica in jih zna zelo dobro pripraviti.

Torej več ali manj sama povem možu kaj naj mi pomaga in se pogovoriva.

Ja, kot sem že povedala, snaha pride če mož ne more, to nekako pričakujem od nje, ker je še mlada in ji to ni težko. Od ostalih družinskih članov pa ne pričakujem veliko, sin je bolan, vnuki so še zelo mladi, pričakujem le da včasih pridejo na obisk in mi kaj lepega povejo...

10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?

Nobena. No, želim pa si, da bi se sina bolje razumela med seboj, a niti ne pustijo, da bi kaj spraševala v kakšnih odnosih so, če se razumejo ipd. Vedno se kregajo zaradi iste stvari... (pove primer, a ne želi, da napišem)

11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?

Samo zdravje. Več obiskov ne rabim, še kar pridejo. Ko je lepo vreme in sem na vozičku (nisem vse dni), greva z možem povsod, na obisk k mojemu bratu in ženi, ki sta v bližini, na pokopališče k mojim pokojnim, prej sva šla tudi z avtom, ko sem še lahko stopila na noge.

Mislím, da me domači spoštujejo, jaz pa tudi vem kdaj ima kdo rojstni dan in se takrat spomnim nanje, dam darilo itd.

12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?

Moje delo je, da sem vesela obiska in tega, da mi kaj lepega povejo, da domače vedno povabim naj še pridejo in pošljem pozdrave tudi ostalim, ki jih ni k meni. Imam vlogo mame, ki je vesela vnukov in edine vnukinje, ko pridejo.

13. Kako vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?

Z lepo besedo, kajti lepa beseda lepo mesto najde. Pa tudi da ne jamram itd.

14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

Brati ne morem. Gledam TV, sicer nadaljevanj ne, ker se nočem vezati na uro, ampak poročila, karkoli ostalo gledam, še najraje pa živali. Včasih sem rada štikala prtičke, prte, tudi za kapne...

SPOL: Ž

STAROST: 74

9.2.4. Priloga 6: Intervju 2 b

1. Zakaj oskrbujete?

Ker je to moja zakonska dolžnost in ker eden mora skrbeti zanjo. Ker skušam razbremenjevati mlajše, kljub temu, da sinova rada prideta, ampak bolj poredko. Ker je žena 100 % invalid. Ko so ji odpovedale noge, a so ji še delale roke, sva še šla naokrog, z vozička sem jo prestavil v avto, voziček dal v prtljažnik, ona mi je pomagala kolikor je lahko. V gostilno sva šla kaj dobrega pojest, si kaj ogledat, preromala sva našo deželo in del Dalmacije... Ko pa so ji odpovedale še roke, nisem več mogel.

2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

Ker je brez rok in nog, si še muhe ne more spoditi, zato vse naredim namesto nje. Namesto negovalnega osebja ji dajem hrano, saj vem kaj ima raje in ji to dam, družbo ji delam, pogovorno kaj je novega, kaj se doma dogaja, o razmerah v domu se tudi pogovarjam z njo in tako preživiva skupaj kar nekaj ur na dan. Včasih se name zlije njena slaba volja, kar popolnoma razumem, ker občasno se mora na nekoga znesti, sem pa zadovoljen z njo, ker je prijetna do medicinskega osebja, se zna pošalit in drugi z njo ter zna gojit dobre odnose. Včasih pomagam negovalki, da ženo obrneva, da ne gleda v strop, oziroma kar je treba pomagam negovalkam, če je kaj za dvigniti ipd.

Ko je imela težave z očmi (trepalnice so se ji vraščale v oči), sem jo petkrat če ne večkrat peljal v bolnico, jo pri zdravniku pomagal vzdigniti itd. Ljubljano imam v mezincu, vse okrog Kliničnega centra, stara Nevrološka, itd.

Včasih ko je bila še doma, je dobila napotnico za pakete (plenice itd.) in sva šla skupaj v trgovino po te stvari...

3. Ali pomagate staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?

Vsekakor. Ona rada vidi, da jo dajo na voziček, da ni samo v postelji in gleda v strop. Takoj ko jo dajo na voziček, se pogovoriva ali je za it ven glede na vreme, če je, greva do slaščičarne, kaj sladkega pojeva, srečava koga in kakšno rečemo, ker je vsak prijazen in prijeten do nje. Ko se vrneva, ji slečem jopico in ji sam oblečem angelčka... Skratka skupaj se dogovarjava, kako bova preživela čas skupaj.

4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

Ona mi želje sama pove. Pogledava jedilnik, ki je običajno dosti ugoden, je zadovoljna. Če je slučajno kaj takega, kar ji ni preveč všeč, se dogovoriva kaj naj prinesem. Še posebej je zadovoljna, če ji prinesem kaj od doma. Rada je špehovko, gobe z jajci, itd. Sem se nekaj spomnil zanimivega: Enkrat sem ženi jaz pripravil gobe z jajci, sem potenstal čebulo na olju, vmešal jajca, pozabil pa sem gobe notri strest. Saj je bilo vseeno okusno, ker je bilo na čebuli potenstano in malo drugače. Ko pa sem prišel domov, sem na pultu videl kuhane gobe v cedilu, sem najprej pomislil, zakaj mi je snaha spet gobe prinesla, in to kuhane! Potem sem se spomnil...

Torej žena pove več ali manj kaj naj ji pomagam, se pogovoriva.

5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjate oskrbi starega družinskega člana?

3-4 ure na dan. Med nama rečeno, včasih se mi zdi, da sem jo razvadil, ker tolikokrat pridem, a potem si mislim, saj kaj bi pa drugače počel...

6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?

Se pogovarjava o tem, ampak je kar zadovoljna z mano. Je zadovoljna da pridem k njej, včasih kar gleda kdaj bom prišel... Pa tudi z ostalimi stvarmi je zadovoljna - s hrano, z negovalkami, itd.

Včasih mi kaj očita, včasih pa prej razmisli in pravi, da je zadovoljna s tem kar ima, da vidi še težje bolnike z bolečinami. Priznava mi veliko ceno, ker sva hodila naokrog, otroci so nama očitali, da sva preveč hodila naokrog. Na Brač sva hodila. Tudi nekaj fotografskih posnetkov sva tam naredila...

7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?

Niti ne. Sem razmišljal o tem, ampak ko pogledam z druge strani – kaj bi pa delal sicer... Tako mi to nekako nek življenjski ritem daje.

Sem pa že dolgo v Planinskem društvu, tam pa rad kaj povem, saj jih ima več podobne izkušnje. Na ta način se sprostim in dam ven iz sebe...

8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?

Snaha najbolj prihaja k ženi, saj je živahna, vse postori, tudi doma... Če sem jaz zadržan, ji da zdravilo, večerjo, itd. Druga snaha je ves čas bolna, ima svoje težave, prav tako njen mož – moj sin.

9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?

Ne, pa bi bilo potrebno, da bi se pogovorili kakšne načrte imajo mladi za naprej. V hiši bi se dalo narediti podstrešno stanovanje... Ženo so povsod poznali, privlačna in prijetna je za debato.

10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?

Ne.

11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?

Ne.

12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?

Razumevanje do njene bolezni, njenih težav, do njene odkritosti. Ob njeni slabi strani poiščem vse njene dobre strani, tudi za nazaj ko je še bila zelo dobra gospodinja in žena.

13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Obiski, pogovor, v stiski najti nekaj dobrega, biti optimist.

14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?

K socialnemu delavcu ne, pač pa k zdravnikom. Žena je imela zelo dobro nevrologinjo, ki sva jo obiskovala preko 40 let, ob dežurstvu naju je sprejela preko reda za kakšno pomoč – npr. infuzijo, kar je pozitivno vplivalo na ženino počutje. Nekoč je neka strokovnjakinja rekla, da v takih primerih svetujejo ločitev, ker je to velik psihični napor za zakonca. Sem se smejal, ampak vidim, da je imela prav, čeprav je v praksi situacija veliko težja. Marsikdo bi se v kakšnih situacijah ločil, ampak meni to ni prišlo na misel...

15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje?

Sem razumevajoč do žene, do njenih občasnih izpadov. Do ostalih članov sem razumevajoč, da jo spoštujejo, obiskujejo v danih okvirih. Pustim jim svoje mnenje, ne vsiljujem jim svojega mnenja, mislim oziroma želim pa si, da ko bom sam omagal in ne bom mogel več skrbeti za ženo, da bodo takrat oni bolj stopili v akcijo in bili bolj aktivni.

SPOL: M

STAROST: 85

ŠTEVILO DRUŽINSKIH ČLANOV, KI OSKRBUJEJO (VKLJUČNO Z OSKRBOVALCEM/KO): 2

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH): 20 (15 let v domu, prej pa doma)

9.2.5. Priloga 7: Intervju 3 a

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, opoldne, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?

Tako kot običajno verjetno večina ljudi moje starosti, ki so podobnega zdravja kot jaz – zjutraj ne hitim z vstajanjem, malo še poležavam, nato pa vstanem, se umijem, pozajtrkujem in spijem kavo. Vsak drugi dan pride k meni snaha na kavo, da malo poklepetava, se tudi kaj pogovoriva če me kaj muči, skuha kosilo, včasih že ona kaj s seboj prinese, da potem samo pogrejem. Pa tudi sama še skuham kaj enostavnega. Sicer pa vsako dopoldne pridejo k meni prijatelji na klepet, skupaj pogledamo kaj na televiziji itd. Jeva pa skupaj s sinom, ponavadi okrog ene ure, prej mi je prezgodaj, saj nisem še lačna. Po kosilu pospravim kolikor pač lahko, sicer sin to naredi, s sinom še malo poklepetava in se zmeniva kako in kaj če je kako delo za naredit, on potem gre delat, jaz pa se grem malo sprehodit ali pa grem na vas v trgovino, da koga srečam in kaj izvem. Večerjam sama ob šestih, sin je ko pride domov, običajno bolj pozno zvečer. Večerje ne kuham, pojem kaj hladnega, na kruh kaj namažem ipd.

Zase sama poskrbim, za vsakdanja opravila pa tudi ne rabim veliko pomoči, večinoma še vse sama postorim kar se gospodinjstva tiče. Ko pa so drva za pospraviti, pa pokličem še drugega sina in njegovo ženo, da prideta pomagat. Ko naredimo, malo pomalicamo in se pomenimo. Ali pa če je kaj za obnoviti pri hiši, takrat tudi sin njiju pokliče. Snaha mi tudi pomaga na vrtu – spomladi posadiva, poleti pa je za oplet in potem pridelek pospraviti v ozimnico. Nekaj pridelka dam sinu in snahi, ker midva s sinom ne pojeva veliko... Travo tudi sinova pokosita.

Včasih sem vence delala, veliko dela sem imela, toliko, da včasih nisem mogla sama v Ljubljano po rože in sem za to prosila prijateljico, snaha pa je tačas kosilo skuhalo, pospravila itd. Sinove sem poslala v gozd po smrečje.

Če moram k zdravniku, ali pa če moram več stvari prinesiti iz trgovine, pa prosim za prevoz koga od otrok. Včasih tudi rada obiščem koga od sorodnikov, ki ne živijo tu, takrat me tudi kdo pelje tja, a to ni pogosto.

2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.

Snaha pride večkrat na teden, po navadi vsak drugi dan, da mi pomaga skuhati kosilo, kaj pospravi po hiši. Če pa kaj posebnega rabim, pa jo pokličem in mi prinese. Drugače pa mi včasih tudi kdo od prijateljev, ki me obiskujejo, kakšno stvar priskrbi – na primer kakšno meso, itd.

Sem pa bila nekaj časa nazaj operirana na kolku, takrat sta me sin in snaha povabila naj pridem živeti k njima dokler se ne pozdravim. En mesec sem bila pri njih. Snaha je zelo lepo skrbela zame. Joj, jst takrat nisem mogla nič, še hoditi ne, to sem težko sprejela. Sin je bil takrat tudi nekaj bolan, zato je snaha skrbela kar za oba in je nisem hotela še dodatno obremenjevati, včasih če sem kaj rabila, sem bila kar tiho dokler me ni snaha sama začela spraševati če še kaj rabim da mi pomaga. Čisto za vse je skrbela snaha, za prevoz v bolnico na pregled pa sta poskrbela hči in zet.

3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

Z vsemi sem v dobrih odnosih. Saj včasih se kaj skregamo, ampak noben ne kuha zamere, si povemo in je potem spet dobro. Je pa tako, da se z otroki tudi ne vidimo tako pogosto, ker imajo svoje družine in svoj del, je pa takrat ko smo skupaj toliko lepše.

4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?

Ja, sin poskrbi, da je kolikor toliko urejeno okrog hiše, pač za bolj fizična dela. Ko je kaj večjega, na primer drva, pa še drugega sina pokliče. Vozi me pa zet - od hčerke mož, on je ves čas na cesti in me rad pelje kam če je treba.

5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?

Na primer:

Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...

Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov

Ja, sem v Društvu upokojencev in v Društvu invalidov. Včasih sem šla na kakšen izlet z njimi. Prej sem bila tudi v Zvezi borcev.

Glede pomoči sosedov pa mi je soseda včasih pomagala vence delat.

6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?

Ne, zaradi tega ne. Če kaj pride vmes, kar takrat razčistimo če se da, da ni zamer. Jaz pa tudi, če res kaj rabim, pokličem snaho in ji to povem. Saj imam ponavadi bolj skromne želje. Se pa skup zberemo ja, ampak takrat se kaj pomenimo, podružimo med sabo.

7. Kaj pričakujete od oskrbovalca/ke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?

Nič posebnega. Da bi mi ko praznujem še naprej hodili voščit, takrat mi veliko pomeni, da se spomnijo name. Pa da bi me v času praznikov še naprej obiskovali.

8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?

Če res ne gre drugače in kaj nujno rabim. Pa če me vpraša če kaj želim.

9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vaša pričakovanja in želje?

Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.

Kako družinski člani izpolnjujejo vaša pričakovanja? Navedite primer.

Ja, moram reči da izpolnijo. Ampak od njih ne pričakujem veliko. Snaha pač naredi kar je potrebno v hiši narediti če jaz ne morem. Če pokličem, vedno pride in ji ni težko. Ostali pa tudi – sin ve, kaj je za narediti, za prevoz pa pokličem. Sem pa vesela, če me peljejo na kakšen izlet, k snahi domov na Dolenjsko včasih gremo, to sem pa takoj za.

10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?

Nobena. Jih nimam veliko in jih izpolnijo.

11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?

Kaj pa vem, saj sem kar zadovoljna. Obiskov imam precej, čeprav sem seveda najbolj vesela obiska svojih. Da lahko živim doma in čim bolj sama poskrbim zase, pa da se razumem z ostalimi.

12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?

Skrb za gospodinjstvo kolikor pač lahko. Pa da poskrbim, da se zberemo vsi skupaj pri meni doma, takrat tudi kaj pripravim za pojest in za popit. Imam vlogo babice, zato vedno pomislim na svoje vnuke, da imam kaj sladkega zanje, da so zadovoljni.

13. Kako vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?

Sem precej zgovorna, rada govorim, klepetam. Pri meni je vsak dobrodošel, zato imam veliko prijateljev. Še posebej rada pa imam vnuke, zelo sem jih vesela ko pridejo k meni. Pa rada kaj dobrega poskusim. Vedno sem za hece, da je veselje v hiši.

14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

Doma imam vrt, včasih sem imela tudi njivo malo stran od doma. Včasih sem rada delala vence, še pa klekljam, zelo rada tudi grem na kakšen izlet.

SPOL: Ž
STAROST: 82

9.2.6. Priloga 8: Intervju 3 b

1. Zakaj oskrbujete?

Ker jo imam rada, prej sva z možem, njenim sinom, pri njej živela in mislim, da se to spodobi. Saj mi ni težko, pa tudi večinoma še sama poskrbi zase.

2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

Nekajkrat na teden grem k njej, ji malo pospravim po hiši, pobrišem prah in podobno. Vprašam jo, če kaj rabi. Kosilo ji tudi večkrat ali prinesem ali pa kar tam skuha. Drugače pa ob kavici poklepetava, se kaj pomeniva...

3. Ali pomagata staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?

Bolj ne kot ja, ker je še samostojna. Le če me vpraša za kakšno mnenje, ji svetujem. Tudi zelo je razgledana in gleda dnevnik vsak dan, tako da ona potem meni pove kakšno bo vreme za en teden naprej. O vsem rada sama odloča.

4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

Ja, večinoma jo moram kar sama vprašat če kaj rabi, ona nerada pokliče, da kaj rabi. Skoraj preveč je razumljiva, pravi, da se noče vtikovati in druge po nepotrebnem obremenjevat, čeprav, saj pravim, meni ni težko.

5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjata oskrbi starega družinskega člana?

Pri njej sem ponavadi približno 2 uri, če je to 3X do 4X na teden, potem porabim recimo 8 ur tedensko.

6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?

Seveda vprašam, ker vem, da sama ne bo povedala kritike. Saj jo tudi potem ne, ampak vsaj pove, kaj ji je všeč pri nas in kaj bi bilo na primer še dobro, da bi imela itd., da vem kako naprej ravnati...

7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?

Ne. Sem upokojena, zato imam čas in še to rada počnem.

8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?

Večinoma ni potrebno. Saj eden od njenih sinov živi v isti hiši, on ji pomaga pri kakšnih opravilih zunaj – preštira vrt, kosi travo, kida sneg, itd. Včasih gre z mano k njej tudi moj mož, pa potem še on kaj postori kar vidi.

9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?

Ne, ker nisem obremenjena, tudi stvari, ki jih naredim pri njej, ne zahtevajo veliko energije. Sama se zorganiziram tako, da grem k njej ko imam čas.

10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?

Ne, nisem.

11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?

Ja, prej sem skrbela za svojo mamo in očeta.

12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?

Pogovor, klepet, da se pomeniva o lepih in tudi malo manj lepih stvareh. Skratka, da poskrbim, da sva v dobrem odnosu, kar pa ni težko, ker je precej vesele narave. Pa tudi vem kaj rada počne in o čem rada govori...

13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Kot pravim, dobri odnosi, da se zadeve sproti rešujejo, zanimanje za potrebe človeka, pa včasih malo smisla za humor in optimizem.

14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?

Ne. Nisem še rabila. Če bi se mi zdelo potrebno, pa bi.

15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje?

S svojo pomočjo. Pa z udeležbo na praznovanjih, ker vem, da tašči to veliko pomeni. Včasih tudi v druge malo podrezam, naj pridejo kaj naokoli. S pogovorom, potrpežljivostjo, prilagajanjem...

SPOL: Ž

STAROST: 60

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH): 2

ŠTEVILO DRUŽINSKIH ČLANOV, KI OSKRBUJEJO (VKLJUČNO Z OSKRBOVALCEM/KO): 2

9.2.7. Priloga 9: Intervju 4 a

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, opoldne, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?

Ponavadi sama. Le če sem kdaj bolna ali padem, kar se mi v zadnjem času večkrat zgodi, pa mi mora pomagat snaha. Takrat pa sem odvisna od nje in takrat ko ima ona čas, mi pomaga, jaz pač počakam. Tu ona skuha za vse pa mi prinese dol takrat, ko imajo oni kosilo. Če pa rabim kaj vmes, pa kar pokličem, pa takrat prileti ona ali pa vnukinja. Sej drgač je moj del le skrb zase, kuri sin oziroma snaha, da imam toplo.

Zjutrej rada mal poležim, nato pofruštkam in pospravim za sabo. Pa mal pomedem, pospravim po hiši. Pol če je lepo vreme, greva včasih s prijatelco na sprehod. Vsak teden en dan se dobimo pri nekom iz naše družbe, da nam skuha kavico in malo poklepetamo, tudi pri meni se dobivamo. Kosilo mi prinese snaha in tudi pospravi, če jaz ne morem. Popoldne pa se že nekako zamotim. Pol se že začnejo moje nadaljevanke, od teh sem pa odvisna. Ne zamudim niti enga dela. Ko je bil še mož

živ, sva jih skupaj gledala. Zvečer pogledam poročila al pa kakšno oddajo, oddaje s križankami in ugankami so mi všeč, al pa ko kaj tekmujejo. Še posebej pa rada ob vikendih pogledam kakšno narodno-zabavno oddajo. Ob nedelah me vedno tud obiščejo sorodniki, običajn bolj pozno popoldne.

2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.

Sama vidi in vse ponardi. Če pa kaj še jaz vidim, da bi rada, pa ji povem ko pride. Pride različne ure, takrat ko ima čas. Nima določene ure kdaj bo prišla. Če sem zdrava in mi ni treba posebej pomagat, potem pride le mal poklepetat, drgač pa nardit.

Ko sem zadnjič pred meseci imela roko v gipsu, nisem nič mogla pa še bolela me je noga, ker sem padla. Takrat mi je prišla zjutraj pripraviti frušte, včasih ob 8h, včasih ob 9h. Potem je še enkrat prišla pospraviti, južno je prnesla ko je imela skuhan, popoldne je prišla še vprašat če sem v redu in mi prinesla kakšno sadje. Zvečer pa ne smem jest, le spijem mal čaja in pojem še mrbit skorjo kruha. Pa dan mine. Če pa sem v redu, pa ne rabim tok pomoči in si sama skuham južno, pojem, gledam televizijo pa tud grem na sprehod, da se mal zluftam. Takrat grem tud k prijatelcam, da mal poklepetamo pa potarnamo o težavah.

3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

V redu.

4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?

Večinoma snaha. In sin, ki ne živi v isti hiši. Kar se tiče hišnih opravil, zgor poskrbijo ta mladi.

5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?

Na primer:

Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...

Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov

Ne. Ko sem zlomila roko, me je snaha vozila k zdravniku, v bolnico tud druga snaha oziroma sinovi. Včasih pogrešam da nimam hčerke, ker mislim, da se mama in hči drgač pogovarjata kot tašča in snaha. Ampak, če se kaj narobe obrne, je vseen ali je sin ali hči, samo da je pripravljen pomagat.

Drgač pa hodim na izlete s cerkvijo, župnik jih organizira.

6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?

Ja, večkrat, da se zmenimo če je za peljat k maši, k zdravniku, na pokopališče, k teti itd. Pospravljam vse sama. Ko sem zlomila roko, me je snaha vozila k zdravniku. Če imam kakšne težave, vse povem snahi. Snaha mi reče: »Kar povejte, ta prvo smo doma, potem sprašujte ostale otroke!« Včasih svoje potrebe raje zadržim, da se ne kregamo.

7. Kaj pričakujete od oskrbovalca/ke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?

Da bo še naprej skrbela zame, tud v primeru, če se kaj poškodujem, če zbolim ipd. Če pa bo prehudo, so pa še drugi otroci – sinovi, še prej druge snahe, šele nazadnje druge pomoči. Če druge pomoči ne bo, tudi v dom. Oziroma če bi blo za snaho preveč, bi klicala druge.

8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?

Ja, vedno, sva zlo odkriti druga z drugo. Vedno sama povem če kaj rabim.

9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vašo pričakovanja in želje?

Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.

Kako družinski člani izpolnjujejo vašo pričakovanja? Navedite primer.

Snaha mi vse nardi kar rečem. Sin me zmer sprašuje če kaj rabim. Če pa lahko sama nardim, pa kar sama. Za toploto in toplo vodo vedno poskrbijo drugi. Pa da imam iz trgovine kar ne morm prnest sama, tudi vedno poskrbi snaha. Napišem ji listek in

vse to tud dobim. Zmer ji primaknem še kak evro za lon, ker rabi in potem me zmer kadar gre v trgovino, vpraša če imam kaj za prnest. Ona gre z avtom, jaz pa peš. Peš pa ne morš prav dost prnest. Sem pa vesela če me pridejo pogledat vnuki in vnukinje, takrat si skuhamo kavico in malo poklepetamo. Vsi so polni energije, potem pa ko gredo, še jst čutim, da sem boljša. Pa čutim, da me imajo radi, ker me obiščejo. Ne smeš pa jim tarnat, le kaj lepga jih vprašat in pohvalt.

Zadnjič, ko sem v pralnici padla ko sem šla po oprane cunje, me je tam dobila snaha pa mi je takoj ponudila prvo pomoč, ampak na Jesenice v bolnico pa me je peljala vnukinja, ki je včasih tam delala kot medicinska sestra pa pozna osebje. Pa še prej sem bla na vrsti in res, včasih rabiš pravo osebo za pravo stvar, to se vidi. Bla sem ponosna nanjo. Po drugi strani pa sin večkrat na teden pride, me pelje v trgovino, na pokopališče ali k maši, mi tud kaj pospravi in z mano spregovori kakšno lepo besedo.

10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?

Včasih bi kaj rekla, pa je že tako preveč obremenjena, ker ima svoj posel.

11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?

Več obiskov, da bi se boljš razumel in več družil med sabo, še posebej otroci med sabo. Da bi se večkrat pogovarjali, o starih časih, da bi večkrat mal pojarmali eden drugmu. Pa da bi se večkrat lohkJ zjokala, o čustvih potožila itd. Spoštovanja bi blo lohkJ več... Pogrešam najbolj družbo svojih otrok, čeprav vem, da ne morejo. Imam prjatelco, s katero sva velik skup in za katero vem, da so otroci velik z njo – hodijo na čaj, otroci ji rečejo naj kavico skuha. En sin je še kar, enemu sinu se pa mudi že ko pride. Ampak se zavedam, da je boljš da pridejo k men manjkrat, pa takrat z veseljem in dobro voljo, kot pa da pridejo vsak dan, pa s slabo voljo in to zato, ker morajo.

12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?

Za rojstni dan zberem vse na kup. Tud domači me zmer povabijo na rojstne dneve. Jst rada ljudi povabim na kavico in poklepetam. Kaj dobrega spečem, k meni hodijo (otroci) na piškote. Rada imam rože in poskrbim, da so rože pri hiši, imam lepe rože... Zmer sem pripravljena pomagat – pomest po stopnicah, itd. Včasih sem pazila na vnuke, kuhala, nardila vsa gospodinjska opravila.

13. Kako vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?

Organiziram rojstne dneve, velikonočno pojedino. S potrpežljivostjo, dobro voljo, složnostjo, brez preprirov, brez vtikavanja v njihovo življenje/razmere...

14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

Gledam nadaljevanke, hodim na sprehode z dvema prjateljema. Vsak teden se zberemo ob kavici pri nekom iz naše družbe sedmih. Blo nas je deset, a so nekateri že pokojni. Sem družabna in z vsakim govorim na cesti, če le kdo hoče govorit z mano. Vsakdo, ki pride na obisk, ga lepo sprejemem. Ko grem k sinu na obisk, hodim domov 2 uri, ker sigurno srečam poznane in potem debatiramo...

SPOL: Ž

STAROST: 79

9.2.8. Priloga 10: Intervju 4 b

1. Zakaj oskrbujete?

Predvsem ker je moja mama in mi je vedno stala ob strani, oče je že umrl in je ostala sama.

2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

Od smrti očeta, to je osem let nazaj, se čuti osamljeno, saj sta si bila zelo blizu, razumela sta se in se imela rada, predvsem pa sta bila ves čas skupaj, hodila na izlete, vsak vikend sta se odpeljala v vas, kjer sta bila rojena in imata sorodnike. Štiri leta nazaj pa je mamu malo kap in zdaj težko kaj dela z desno roko, spomaga si že in veliko boljše je že, od začetka pa še jesti ni mogla. Od takrat več pomagam pri skrbi zanjo. Pa tudi, ker je že v letih, večkrat rabi pomoč pri marsičem, na primer:

- Prevozi: če je bolna ali se poškoduje ker pade, jo peljem k zdravniku, na preglede v bolnišnico, itd. Peljem jo tudi k teti v sosednjo vas, v cerkev in na pokopališče.
- Če se slabo počuti: kaj skuham, ji postrežem, pospravim posodo, stanovanje, pripravim posteljo ipd.
- Po potrebi zjutraj zakurim v peč za toplo vodo in toplo stanovanje.
- Pomagam pri nakupovanju v trgovini.
- Skrbim za ustrezno vzdrževanje stanovanja.
- Predvsem pa se z njo veliko pogovarjam, ker drugi nimajo časa za to. Mama rada malo pojamra, ker ima dosti časa, preveč razmišlja in vidi samo slabe stvari, jaz pa jo poslušam, ker vem, da se potem boljše počuti.

3. Ali pomagata staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?

Ker je še umsko zdrava, si sama organizira svoj vsakdan. Večkrat pa me vpraša za mnenje ali je določen izlet primeren zanjo, ali naj se udeleži določenih prireditev (Dan žena s prijateljicami, zaključek starega leta v tovarniški menzi, ...), če je primerno vreme za prehod v naravo, itd.

4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

Različno, včasih jo vprašam kaj potrebuje, največkrat pa sama pove kaj rabi oziroma kaj si želi.

5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjata oskrbi starega družinskega člana?

Običajno namenjam oskrbi približno 7 ur tedensko, če je bolezen ali so poškodbe, pa več.

6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?

Seveda jo včasih vprašam če si kaj želi drugače, vendar je mama bolj starih načel in ne mara preveč sprememb. Na primer, stanovanje se čisti samo ob sobotah, nedelja je božji dan – se ne sme nič delati ipd.

7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?

Ne čutim se preobremenjenega, saj imam urejene družinske razmere, žena me podpira, otroci pa so že odrasli. Tako lahko brez skrbi pomagam mami.

8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?

Za mamu sicer skrbi bratova žena, saj živijo v isti hiši. Meni pa običajno veliko pomaga žena ali moja hči, in sicer:

- pri kuhanju kosila, pospravljanju ipd.,
- pri preoblačenju mame (če je bolna, poškodovana),
- zaradi parkirnih težav v bolnišnicah me vedno nekdo spremlja pri prevozih,
- druga hči se družijo z mamu, ko pride domov na obisk.

Lahko rečem da če sem sam bolan ali odsoten, me vedno odlično nadomestijo.

9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?

Ne, ker to delo smatram za samoumevno in mi ni težko, res pa je, da je mama še kolikor toliko pokretna. Zavedam pa se, če mama obleži v postelji, se bodo tudi pogoji oskrbe zelo spremenili.

10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?

Nisem, je pa žena pred leti oskrbovala oba svoja starša, nato pa smo ju dali v dom starejših in sva ju z ženo tam redno obiskovala, tako da sem takrat marsikaj videl oziroma se tam tudi marsikaj naučil.

11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?

Ne, razen kot sem že omenil, obiski tašče in tasta v domu starejših.

12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?

Najboljše orodje za dobro medsebojno razumevanje je veliko pogovora, potrpljenje in da človek prisluhne oskrbovancu.

13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Nikamor se ti ne sme muditi, ne smeš pokazati slabe volje, predvsem pa moraš prisluhniti oskrbovancu.

14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?

Zaenkrat še ne.

15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje?

Spodbujam družino k skupnim druženjem (rojstni dnevi, cerkveni zakramenti, prazniki, obiski ob vikendih, itd.), varstvo vnukov, pomagam če kaj rabijo.

Zavedam se, da bom tudi sam kmalu star, sicer pa pregovor pravi: Kakor boš danes sejal, tako boš v starosti žel.

SPOL: M

STAROST: 53

ŠTEVILO DRUŽINSKIH ČLANOV, KI OSKRBUJEJO (VKLJUČNO Z OSKRBOVALCEM/KO): 2

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH): 8 (4 leta v večji meri, pred tem le prevozi)

9.2.9. Priloga 11: Intervju 5 a

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, opoldne, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?

Sama si organiziram dan po svoje. Paše mi, da zjutraj vstanem ob 7h, skuham belo kavo, mal pojem in vzamem zdravila. Potem imam težave z mojo prebavo, tako da potrebujem kako uro, da sem sama. Nato zakurim v peč, mal posedim in že je čas za južno, ki jo imam rada zgodaj - ob poldne. Popoldne pa gledam mal nadaljevanke, pa kdo pride, zvečer pa mal po telefonu poklepetam z nečakinjo, pol sem pa kar do desetih pred televizijo. Včasih še dalj časa.

2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.

Moj skrbnik je nečak, ki je le nekaj let mlajši od mene. Je pa precej bolj aktiven in dejaven kot jest. Največkrat sama povem kaj rabim, sam pa ve, da mi mora pravočasno nanositi drva pred vrata, da potem lahko zakurim in podobno.

Običajno kadar kaj rabim, ga pokličem po telefonu in prosim, naj mi pripelje kaj dobrega za pojed, da imam za obiske, in pa vse kar mi manjka od špecerije. Pa potem on spotoma, ko pride sem gor kaj nardit v svoj vikend in še k men, pripelje stvari s seboj in poračunava. Je kar skrben zame. Zmer me vpraša, če še kaj nucam.

Zadnjič, ko sem šla na pregled k svojmu zdravniku, pa v tamkajšnji lekarni nisem dobila ta pravih obližev za rane, sem pa tud njega poklicala, če lohk gre gledat v Sanolabor, no pa mi jih je prnesu. Pol sem pa še izkoristla in ga prosila, če me bo lahko v ponedeljek peljal v laboratorij v ZD Škofja Loka, no pa ni imel nič proti. Zjutraj me je prišel iskat in me pol, ker sem morala biti tešč, odpeljal domov k svoji ženi, ki je pripravila za vse nas obilno malico pa čaj. Lepo smo se imel. Pa zmer pol še kej dobrega nardi zame.

3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

Ne vem kako bi rekla. V dobrih s tistimi, ki me redno obiskujejo, s tistimi, ki me pa ne, pa nimam prav veliko stika, z njimi se slišim le enkrat na leto.

4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?

Poleg nečaka mi občasno pomaga še nečakinja, ki bo tudi stara 80 let, pa njena snaha mi kaj zašije, pa njena druga snaha, ki mi umiva glavo in frizira ter skrbi za pedikuro, drgač pa karseda čim bolj sama skrbim zase.

5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?

Na primer:

Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...

Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov

Formalnih oblik se ne poslužujem. Ne bi marala, da bi tuji ljudje skrbeli zame, pomoč sosedov, znancev, ja to pa ja, to pa sprejem vedno kadar kaj rabim. Ali je to prevoz, pomoč pri oskrbi z drvni za kurjavo, pa kaj je včasih za popraviti pr hiši, pa smeti za odpeljati v dolino ipd. Ja brez vseh bi sama težko shajala.

6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?

Zberemo se, da katero rečemo in se skupaj poveselimo, pa vsak kaj novega pove in to družino imam rada. O mojih željah in tegobah pa se takrat ne pogovarjamo, sej sama povem takrat ko rabim, to je največkrat če me je treba kam peljati, ker imam kar več zdravstvenih težav: oči, noge in še bi lahko naštevala.

7. Kaj pričakujete od oskrbovalca/ke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?

Nič več ne pričakujem, sej skor vse dobim kar želim. Morda edino, da bi me večkrat obiskali sorodniki in kaj novega povedali.

8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?

Ja seveda, moram povedati želje, če hočem, da mi jih izpolni. Pa običajno jih.

9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vašo pričakovanja in želje?

Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.

Kako družinski člani izpolnjujejo vašo pričakovanja? Navedite primer.

Ja, skoraj vedno. Kogar prosim, mi skuša ustrežiti. Ja včasih pa kdo tudi ne more, to pa razumem, ampak običajno se mi želje in potrebe izpolnijo.

Moj nečak mi izpolni skor vsako željo, ki pa jih sicer nimam prov velik. Ampak je že vsakdanjih stvari preveč za pomagati, jest se tega zavedam. No pred zimo pa sem jamrala, da me zebe v noge, se je pa koj spomnu name in šel na tržnico, tam pozna že vse, ki prodajajo, in mi kupil tople zimske copate, ki jih jest sploh ne vem kje bi jih dobila. V trgovini takih ne dobiš.

Pa moja nečakinja me vedno posluša kaj rabim, pa še sama svetuje drugim mojim sorodnikom, da, ko imam rojstni dan ali god, ali pa je kak drug praznik, vedno izkoristijo priložnost in mi prinesejo same koristne stvari (npr. novo majico, pa tople žabe, pa milo ipd.). To vidim, da živijo z mano, zato pa vedo kaj nucam in vse dobim. To zelo cenim, zato pa tud sama rada

dam kaj lepga za njihove rojstne dneve, ampak sama ne znam zbrati, zato mi pomagajo ali pa dam kar denar. Z nečakinjo se vsak večer skor eno uro pogovarjava po telefonu, to je zame obvezen del vsakdanjika, saj marsikaj predelava in se potem bolje počutim. Jamram pa ne.

Frizuro pa mi dela od nečakinje snaha. Ni frizerka, a ima smisel. Enkrat na mesec pride, mi umije lase in jih navije, pa potem nimam nepotrebnih stroškov. Jaz pa ji vedno dam kakšen euro, kakšno čokolado ali pač kar imam, saj veliko ne premorem.

10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?

Ne, neizpolnjenih želja nimam. Imam pa eno samo željo za v prihodnje, da bi čim dalj časa lahko skrbela sama zase toliko, da bi lahko živela doma.

11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?

Rada bi imela kak obisk več, ampak za kratek čas, ker se naveličam, pa potem rada pogledam malo televizijo, pa grem malo sem pa tja. Sama ne želim prav veliko hoditi od doma, ker nisem več tako sigurna pod noge, pa še brez bergel ne morem nikamor. Čustvene opore pa mi največ daje nečakinja, s katero se dvakrat dnevno slišiva po telefonu, sej sploh ne vem kaj se imava toliko za zment. Malo pojmrava druga drugi, pa je spet bolje. To bi pa pogrešala, če je ne bi imela.

12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?

Moj prispevek k družini je, da gremo z nečakinjo ter njenim sinom in njegovo ženo dvakrat na leto skupaj na Brezje – pelje nas sin od nečakinje, midve z nečakinjo pa vsem plačava kosilo po maši. Moje delo je tudi, da sorodnike obiščem za rojstne dneve ko me povabijo in jim kaj lepega nesem. Seveda pa tud, da jih povabim naj pridejo k men, obvezno za semenj avgusta in za moj god.

13. Kako vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?

Da se razumemo, spoštujemo in da se družimo. Pa da jih povabim v moj dom dokler ga še imam. Ko bom šla v dom, pa bo hiša prazna.

14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

Veliko gledam televizijo, ko kuham poslušam radio, pa časopis mal prelistam in preberem, vse to mi krajša moj vsakdan. Če pa je lepo in toplo zunaj, pa rada posedim pred hišo in gledam v dolino.

SPOL: Ž

STAROST: 85

9.2.10. Priloga 12: Intervju 5 b

1. Zakaj oskrbujete?

Podedoval sem hišo za mojimi starši, si poleg zgradil vikend, teta pa ima pravico živeti tu do smrti. Imam čas in to mi je v veselje, da skrbim za nekoga. Ko pa ne bom mogel, pa bo šla v dom.

2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

Za več dni skupaj nanosim drva, malo pogovorim z njo, kaj popravim, naročim koga, da pride kaj pogledat ali popraviti, prinesem iz trgovine, jo vozim v Ljubljano na kontrole k zdravniku ipd. Nič težkega, ker teta še kar sama skrbi za sebe in si tudi sama kaj organizira.

3. Ali pomagata staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?

Ne to ne, saj si ga še sama lahko, pa še bolj je zadovoljna, da jo nihče ne komandira.

4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

Ona me pokliče ko me rabi, jaz pa te vsakdanje stvari, kot sem jih naštel, sam splaniram. Prav velikih želja nima, še največ je voženj k zdravniku.

5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjate oskrbi starega družinskega člana?

Če bi to strnil v teden, bi lahko rekel kakih 8 ur da sem rezerviran zanjo.

6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?

Ja, vprašam, pa pravi, da ima vse. Se pa včasih potem takrat kaj spomni kaj naj ji še kupim in prinesem ko bom prišel ponovno k njej.

7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?

Ne, ker sem upokojen, otroci in vnuki so že dovolj stari in me skoraj ne rabijo več, tako da imam časa dovolj. Vikend pa teta hkrati sta mi za hobi.

Nimam težav, to kar delam, delam rad in z veseljem. Ko pa bom težko, bom pa to povedal.

8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?

Ja, včasih moja žena, največkrat pa teti pomaga moja sestra, s katero sta vsak dan na vezi po telefonu.

9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?

Ja seveda, ampak o počutju in preobremenjenosti ne govorimo, razen tega, da kdo včasih kaj pojama, ampak ne zaradi dela pri teti, bolj zaradi časa, ki ga danes skoraj vsem primanjkuje.

10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?

Ne, na to ne hodim. Rajši se sprehodim in s kom grem na kavo, pa malo pogovorim in si na tak način izmenjamo izkušnje...

11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?

Pri nama z ženo je živela tašča skoraj 30 let, vendar je bolj ona skrbela za naju kot midva zanje. Ko sva hodila v službo, je pazila na najina sinova in kuhala kosilo. Veliko nama je pomagala. No, danes se približuje stotemu letu, pa je šele kake pol leta v domu, vendar je še bistra, tako da bi se rada vrnila nazaj k nama. Ampak tud midva nisva več mlada, saj se bližava osemdesetemu letu.

12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?

Složnost, prijaznost in ustrežljivost so zame pomembni pri tem. Posebnih orodij za to ne poznam, je pač človek tak kot se je oblikoval ali pa ga je oblikovala družba.

13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Da se razumeta, da pomoč nobeden ne smatra kot neko obvezo. Dobrota pa se vedno poplača z zadovoljstvom tistega, ki pomoč rabi.

14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?

Ne, tega do danes še nisem rabil.

15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje?

Da se skupaj z mojimi družinskimi člani večkrat odpeljemo k teti, z njo pogovorimo, jo kdaj odpeljemo na kak naš rojstni dan domov ipd. Skoraj nobena večja veselica v krogu domačih ne mine brez nje.

SPOL: M

STAROST: 78

ŠTEVILO DRUŽINSKIH ČLANOV, KI OSKRBUJEJO (VKLJUČNO Z OSKRBOVALCEM/KO): 5

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH): 3

9.2.11. Priloga 13: Intervju 6 a

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, opoldne, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?

Med tednom je dan enak dnevu. Hči, predno gre v službo, zjutraj na vse zgodaj pride k meni povprašat kako sem in takrat mi na mizo pripravi zajtrk, ki ga včasih, če se dober počutim, pojem ob 8h, če pa se slabo, pa počakam, da ob 10h pride domov sin, da mi pomaga. On mi zakuri v peč, da imam toplo, sam pa le posteljem posteljo, pa še to težko, ker sem brez ene noge. Ob sobotah dopoldne pa mi postilja hči, ko mi posteljo še preobleče pa posesa dnevno sobo. Cel dan se zadržujem le v tem prostoru, grem le na WC, drgač pa gledam televizijo. Je pa vse odvisn od bolečin. Če me boli noga, ki je nimam, pol sem čemern in še dobro, da sem sam, ko pa je boljše, grem rad tud v kuhno posedet pa mal pogledat skoz okno. No če pa kej nucam, pa pokličem kar skoz okno, dopoldne sina, popoldne pa hčer.

2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.

Moja oskrbovalka - hči pride sama ko ima čas, jaz pa počakam, saj se mi nikamor ne mudi. Le vzamem zdravila, ki mi jih hči pripravi vsak večer v šalce na omaro, to že vem kdaj jih morm vzet. Ko hči pride, vse nardi kar je potrebno. Pride redno zjutraj, potem pa ob pol štirih, ko pride iz službe. Če pa rabim, pa pokličem tistega, ki je doma. Pa sej vse lohk počaka, tiste ta nujne stvari pa imam vse pri roki, da jih dobim.

Prejšnji mesec sem enkrat padu, pa se nisem mogu pobrat, ampak sem k sreč imel odprt oken, ker mi hči stalno govori, naj prostor večkrat zračim, sem se zadril skoz okno, takoj sta prletela hči in zet, da sta mi pomagala vstat. Pa sta me hotla odpeljat k zdravniku, ampak sej ni blo neč hudga, le mal sem bil plov. Sej se vsi bojijo zame in lepo skrbijo. Skoz je pa kej takga, da mi je treba pomagat. Sej se tud mal bolj umit ne morm sam, med tednom že, konc tedna pa mi pomaga hči, pol se pa spet tok dobr počutim, čeprav prej pravm, da ni treba.

Drgač pa ne maram diktirat hčeri kaj naj naredi, sej sama ve kaj rabim in kaj mora nardit. Včasih pa tud kej počaka. Le če se mi kej zgodi, da sem umazan, moker al pa kej podobnga, takrat jo prosim, da mi na primer preobleče postlo al pa opere prej kot bi drgač. Drgač se pa tud z vozičkom zapeljem v kuhno in sam kaj nardim, da nisem odvisen samo od nje. Saj jo z vsem tud ne smem obremenjevat. Navsezadnje ima hči svojo družino.

3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

S hčerkino družino se zlo dobr razumem. Tud njuni hčerki in mož me vsak dan pridejo pogledat, ker živijo tu blizu. Sin pa ima tud zraven hišo in tud on poskrbi zame, če hčerka nima časa, al pa se onadva sama dogovorita kdo bo poskrbel zame.

4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?

Ja seveda, kot sem že prej omenil, hčerki pri oskrbi zame pomaga še moj sin, ki tud živi tu blizu, pa še drug sin je zgradil hišo malo naprej od mene, tako da smo kar štiri hiše samih mojih otrok. To ni problem. Čeprav pa sem veliko sam, sploh pa dopoldne, ko so vsi na delu. Ampak, ko se človek navad bit sam, to ni problem. Pa še telefon je, da lohk pokličem. Ampak ne kličem velik, ker bolj slabo slišim.

5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?

Na primer:

Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...

Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov

Vsak dan pride k men Lidija, ki poskrbi za nekaj del. To delno plačuje Občina preko Centra za socialno delo, delno pa sam. Ona običajno kaj postori namesto hčere, ki pride iz službe pozno popoldne. Ampak vse se dogovarjata oni dve kaj je treba nardit. Tud kofe mi skuha, pa malo pogovoriva in tako sem malo manj sam.

6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?

Ja, se kar večkrat zgodi, da jih je več hkrati tu, samo takrat se bolj oni sami med sabo pogovarjajo, ne pa tok o mojih potrebah. Jest rajš o problemih govorim na štiri oči, samo s hčerko al pa s sinom. Sej ima vsak še svoje težave, zakaj bi o mojih govorili vsi.

7. Kaj pričakujete od oskrbovalca/ke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?

Samo to, da sem na suhem, da imam za jest in za pit, da lahko gledam televizijo pa poslušam radio, pa da imam mir in da sem lohk doma. Druzga ne rabim. Če pa moram k zdravniku, pa tud zrihtajo da me kdo pelje in pripelje nazaj. Sej kaj pa lohk še več pričakujem v teh letih. Neč mi ni hudga, samo da nimam bolečin v nogah, pa je vse dobr, drgač sem pa navajen skromn živet.

8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?

Ja, to pa, povem če bi na primer rad kaj videl na televiziji, ali če želim, da se koga pokliče, da me pride pogledat, ali če bi na primer rad spil en kozarc vina, pa mrbit da mi postriže nohte, to rečem. Ampak sej hčerka že sama ve kaj imam rad in s čim me lohk razveseli, pa tud kaj mora nardit.

9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vaša pričakovanja in želje?

Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.

Kako družinski člani izpolnjujejo vaša pričakovanja? Navedite primer.

Ja, običajn ja.

Želja nimam. Bolj so potrebe. Ampak mi vse nardi. Ve, da odkar ne kadim, rad kaj sladkega pojem. To je kakšen bob, pecivo, pa banane imam rad. Za vse to poskrbi. Drgač mi pa njeni in od sinov otroci zmer prnesejo kej dobrga, da me potroštajo.

Za rojstn dan novembra so mi prnesl celo sadno torto, tako da sem jo imel več dni, pa še oni so jo jedli. Jedel sem jo za frušk in večerjo, ker je bla tok dobra. Zlo rad pa mam kakšen kozarc belga vina, ker ga več let po amputaciji noge nisem pokusu, zdej pa kadar mi ga prnese hči, vem, da ga lohk in mi ga tud vsi prvošjo. Drgač imam pa vsega kar čem, le zdravja bi rad mal več.

10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?

Samo zdravja si želim, drgač imam pa vsega dost. Nimam kakšnih posebnih želja.

11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?

Pogovorov imam dost, sej kot sem že prej reku, me pridejo pogledat domači, pa se po pol ure že naveličam in potem imam rad mir. Če pa hočem, pa gledam televizijo al pa poslušam radio. Sej če bi hotu, bi lohk živel pr hčeri ali sinu v hiši, ampak sem rajši tu sam, v stari hiši, da imam bolj blažen mir. To mi je še najboljš. Pogledat pa me prideta tud pravnuka, na katera sem še posebej ponosn.

12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?

Jest sem v glavnem rad sam in se v njihovo življenje ne vključujem prav velik. Z mano imajo samo del, še posebej hči, ki se je odločila, da mi bo pomagala, da bom ostal doma čim dalj časa. Drugače jim pa jaz ne morem nič pomagat, le to, da jih čim manj obremenjujem s svojimi tegobami, ker so potem še oni žalostni. Tega pa ne maram.

13. Kako vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?

Da jim rečem naj me še kaj pridejo pogledat, da sem jih vesel in da jim pokažem, da jih imam rad. Ne maram pa jamrat, ker jih to odbija od obiska. Drgač pa bolj oni sami vidijo in razumejo, da me obiščejo. Prav velikokrat pa ne morm vabit vseh, ker jih mora eden postrežt, pol pa hčer preveč obremenjujem s tem, da jih streže. Rajši imam, da me vsak pride pogledat kadar želi, jaz pa takrat probam bit čim boljš volje.

14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

Še največ s tem, da sem še toliko pr močeh, da sem doma. Ko mi bodo pošle moči, bom moral v dom, pa zaenkrat še ne bi šel rad. Tam ne bom mogu bit sam. Rad še kaj preberem če je dovolj velika pisava, pa rad grem sedet pred hišo, da s kom od sosedov, ki se sprehajajo mimo, kaj spregovorim. Če sem toliko pr močeh, da grem lohk ven, pol sem tud boljš volje. Sonce mi da novo moč in vir zdravja, pa veselje do življenja.

SPOL: M

STAROST: 81 LET

9.2.12. Priloga 14: Intervju 6 b

1. Zakaj oskrbujete?

Ker je moj oče in ker si želi živet v domačem okolju brez sprememb. Se pa tud počutim boljš, če vsak dan nardim za nekoga nekej dobrega, sploh pa za mojega očeta.

2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

Vsekakor so na prvem mestu dela, ki jih nekdo mora opraviti, da gre življenje očeta naprej. Če pa ostane še kaj časa, pa se z njim pogovarjam, ampak ni zmer odprt za pogovor, kot tud jaz ne. Pogovorit se morava vsaj o najnujnejših zadevah.

3. Ali pomagata staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?

Dnevi mojega očeta so bolj enaki. Kar hodim tja, vsak dan postorim podobno delo, le ob koncu tedna ga pomagam še umiti in preoblečt. To imava že utečeno, tako da kakšne organizacije tu ni potrebno, razen če vem, da grem na dopust, takrat pa se dogovorim z mojim bratom, da me nadomesti. Ampak takrat je oče samostojnejši kot običajno.

4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

Običajno že vem kaj rabi, le če je še kaj dodatnega, potem mi reče. Drugače ga pa vsak dan vprašam če še kaj rabi, ampak običajno reče, da ne, ker je zelo skromen. Še najtežje se dogovoriva kdaj ga lahko ostrižem las, brije pa se vsak dan sam.

5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjate oskrbi starega družinskega člana?

Kako uro in pol na dan, včasih pa tudi manj če sem več obremenjena s službo in družino.

6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?

Ne, tega ga ne sprašujem, ker mi že sam pove. Ali vpraša zakaj spet pospravljam, pa sej je dobro, zakaj mora spet jest, da je še sit od prej ipd. Če bi ga še to spraševala, ne vem kaj bi mi odgovoril. Na njem piše, in lahko vsak moment preberem, ali je zadovoljen, je dobre volje ali slabe, velikokrat pa temu botruje vreme.

7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?

Včasih ja, ampak je vedno lažje, ker otroci odrasčajo in si veliko stvari postorijo že sami, saj vidijo, da imam polne roke dela in še skrb za očeta, za katerega vsi želimo, da preživi lepo starost.

Enkrat tedensko z možem greva na Ratitovec, tam se naužijem svežega zraka in sem potem bolj odporna in zdrava, pa trikrat letno za nekaj dni v toplice, kjer se zrelaksiram in si nabere novih moči. To priznam da rabim in potem sem spet dobra za nekaj mesecev.

8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?

Moj brat, ki mi vedno pravi, naj povem če rabim čas in to mi veliko pomeni, da nisem sama pri oskrbi očeta. Vsekakor pa mi ob strani stoji moja družina, ki je zaradi tega sicer malo prikrajšana.

9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?

Veliko se pogovarjamo, vendar le v krogu moje družine, kaj lahko naredimo, da bom jaz manj obremenjena, kaj mi lahko oni pomagajo, kaj bodo doma naredili namesto mene ipd. Sama se v moji družini počutim odlično in zato tudi za očeta skrbim brez težav in z dobro voljo. Če bi imela probleme doma, bi jih zagotovo občutil tudi moj oče, tako pa v naši družini prevladuje sloga.

10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?

Ja, enkrat pred leti predavanja v Centru slepih, slabovidnih in starejših v Škofji Loki na temo demence. Tam so nam povedali kako je to vedno pogostejša bolezen in kako naj v takem primeru ravnamo z oskrbovancem.

11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?

Ja, s svojo mamo, ki jo zelo pogrešam.

12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?

Glavna orodja so poslušanje, razumevanje in prijaznost. S temi narediš največ, pa je treba tako zelo malo, vendar je vse to zelo odvisno od volje in doživetij oziroma dogodkov tistega dne. Se mi zdi, da se ljudje velikokrat spreminjamo glede na razmere. Predvsem pa želim pozabiti probleme tistega dne in jih ne prenašati na očeta, ki ni kriv za na primer moje težave v službi.

13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Da se razumeva in spoštujeva ter pogovoriva o težavah, ki jih morava sproti reševati brez preprirov in slabe volje.

14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?

Ne, zaenkrat pomoči še nisem rabila, če pa bi jo, bi se najprej obrnila na mojega osebnega zdravnika, ki najbolje pozna naše razmere z očetom.

15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje?

Mislím da pomagam očetu, ker zato lahko živi doma, če pa bi mu odrekla pomoč, bi moral v dom. Tam pravi, da bi se počutil slabo, čeprav vem, da je tam pomoči veliko več. Vendar dokler oče ne rabi zdravstvene pomoči, je lahko doma, ko pa bo potrebna še ta, bo moral v dom in tega se zaveda tudi sam. Zato tudi on mene spoštuje. Mislím pa, da s tem ko je oče doma, povezujem tudi ostale moje brate, da se njihove družine lahko vračajo domov na obisk k očetu, ker ko njega ne bo več doma, bo hiša prazna. Seveda pa moja družina gleda name s spoštovanjem ter živi z mano vsakdan in mi pomaga in s tem tudi v njih raste želja po socialni pomoči.

SPOL: Ž

STAROST: 48

ŠTEVILO DRUŽINSKIH ČLANOV, KI OSKRBUJEJO (VKLJUČNO Z OSKRBOVALCEM/KO): 3

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH): 2

9.2.13. Priloga 15: Intervju 7 a

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, opoldne, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?

Vse si organiziram sama, skuhamo drugi, tako da jem takrat kot drugi. Sama se odločim kaj bom počela, veliko berem in poslušam radio. Vsako stvar po malem. Sama tudi še izdelujem dražgoške kruhke, a za predpripravo poskrbi oskrbovalka. Sama tudi štrikam nogavice in hodim na sprehode.

Sama jo pokličem ko jo potrebujem, a hvalabogu jo potrebujem bolj malo.

2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.

Sama jo pokličem in povem točno kaj je za pomagati in kaj želim.

3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

V dobrih odnosih. Jaz mislim, da sem z drugimi v dobrih odnosih, drugi pa mislim da tudi z mano. In menim, da jim še nisem v nadlego.

4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?

Kavo mi skuha pranečakinja, prav tako mi skuha kosilo. Prostor mi pride posesati nečakinja, frizuro mi prav tako ureja pranečakinja, zakuri mi pranečak ali od pranečakinje mož, nečakinja mi striže nohte, na obisk pridejo župan, župnik, vse nečakinje, od moje sestrične sin, od sestrične hčere, nečaki, k maši me vozi pranečak ali oskrbovalka.

5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?

Na primer:

Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...

Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov

Ko sem imela probleme z nogo, je k meni hodila medicinska sestra da mi je preobvezovala, potem pa sem si sama. K meni hodi mesečno župnik, da me spove. Včasih pa pridejo za druženje k meni pevci in mi zapojejo. Neformalnih pomoči ne koristim, ker imam domačih dost in ne potrebujem nič posebnega.

6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?

Z vsemi komuniciram, pogovorim se z vsemi kdaj me bo kdo peljal k zdravniku, ob nedeljah se zberemo skupaj in tudi kaj pogovorimo glede vožnje k zdravniku itd.

7. Kaj pričakujete od oskrbovalke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?

Nič ne zahtevam, ker skuhamo drugi tako ali tako za celotno družino. Posteljo posteljem sama, preobleče mi jo kdo drug, sobo mi počistijo drugi. Pričakujem, da imam redno zakurjeno v peči vsak dan, da me vsak dan kdo k maši pelje.

8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?

To pa, a nimam posebnih želja. Pomojem imam kar sama delo doma, se kar zaposlim. Želje pa jim vedno zaupam.

9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vaša pričakovanja in želje?
Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.
Kako družinski člani izpolnjujejo vaša pričakovanja? Navedite primer.

Ja, saj jih nimam veliko, kar pa jih imam, pa vsekakor izpolnijo.

10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?

Nič ne ostane neizpolnjenega, sem zadovoljna z malim že od otroštva.

11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?

Želela bi si, da bi me večkrat peljali na Brezje k sveti maši. Menim, da imam dovolj spominov in da ne bi potrebovala več pogovorov kot jih imam. Ne pogrešam nič več pogovorov, se sama zamotim in kaj češ, vsak ima svoj del in vem, da so drugi precej zaposleni.

12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?

Vlogo starke. Mislim, da ostalim nisem v nadlego.

13. Kako vi pripomorate k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?

Nič se ne kregam, zavedam se, da ima vsak svoj del. Če pa je kaj narobe, pa se mirno pogovorimo.

14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

Veliko berem, Dražgoške kruhke delam, na sprehod hodim, k sveti maši, včasih še štrikam nogavice.

SPOL: Ž

STAROST: 98

9.2.14. Priloga 16: Intervju 7 b

1. Zakaj oskrbujete?

Zato, ker je oskrbovanka v gospodinjstvu.

2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

Prehrano, kurjenje, prevoze po opravkih, k zdravniku, k sveti maši, popoldansko družbo, pogovore.

3. Ali pomagata staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?

Povem ji kater dan je kadar je zmedena, delno ji nudim pomoč pri organiziranju dneva, na primer če je kam za iti, če so kakšni posebni dogodki. Prosti čas pa si organizira sama, včasih jo opomnim oziroma ji svetujem kaj vse lahko počne.

4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

Vse naroči sama. Če pa vidim, da kaj potrebuje, pa ji tudi jaz svetujem.

5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjate oskrbi starega družinskega člana?

Vsakodnevno kuham, vozim jo k sveti maši, za ogrevanje skrbim. Recimo vsak dan 1 uro + umivanje itd., torej skupaj 10 ur na teden.

6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?

Ne, ker vse izvem sproti. Teta pove vse sama, če bi želela kaj drugače.

7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?

Ne čutim se preobremenjene. Je pa z leti vsakič težje, ker je potrebno gledati vsak dan kaj počne. Prav tako je potrebno paziti kdaj hodi k maši, ker gre ob napačnih urah od doma. Ves čas je potrebno paziti kje hodi.

8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?

Pomagajo vsi ostali družinski člani, pri kuhi, družbi, ogrevanju, da gledajo tudi drugi za njo, da za njo pospravljajo traparije, na primer če pusti da voda teče iz pipe itd. Ostale nečakinje jo vozijo k zdravniku.

9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?

Iz dneva v dan sproti rešujemo takšne probleme, če do njih pride.

10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?

Ne.

11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?

Ja, oskrbovala sem že svojo taščo pred smrtjo in svojo mater.

12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?

Veliko potrpljenja in jemanja določenih situacij s humorjem.

13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Dobri odnosi, vsakdanja rutina je ista in se ji je potrebno prilagoditi, disciplina.

14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?

Ja, k zdravnici s programom za starejše. Nekaj stvari je povedala, kaj pričakovati od oskrbe starejših in kaj pričakovati pri oskrbi glede demence.

15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje?

Da sem potrpežljiva, da sprejemam različnosti in sprejemam spremembe v starosti. Znam se prilagajati nastalim situacijam.

SPOL: Ž

STAROST: 59

ŠTEVILO DRUŽINSKIH ČLANOV, KI OSKRBUJEJO (VKLJUČNO Z OSKRBOVALCEM/KO): 4

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH): 25

9.2.15. Priloga 17: Intervju 8 a

1. Kako si organizirate vsakdan? Opišite kako poteka vaš dan zjutraj, opoldne, popoldne, zvečer. Katera opravila opravljate, katera opravljate sami, pri katerih potrebujete pomoč, kdo vam pomaga ipd.?

Svoj dan si organiziram sama.

2. Kako se z oskrbovalcem/ko dogovorita za pomoč? Kdaj pride k vam? V kakšnih primerih? Navedite prosim primer običajnega dogovora za pomoč. Navedite primer, ko ste potrebovali pomoč izven običajnega dogovora.

Ker živiva v isti hiši, se redno srečava in si izmenjava mnenja. Včasih tudi pokličem, če sem pri zdravniku na primer. V večini povem sama, ali pa me vpraša kaj bi želela za kosilo, iz trgovine.

3. V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

V dobrih.

4. Ali se še kdo od družinskih članov poleg oskrbovalca/ke vključuje v skrb za vas? Kako?

Pomaga mi hči, ki me pelje v trgovino ali pokliče k zdravniku. Snaha mi po potrebi skuha kosilo, opere perilo in poskrbi za mojo osebno higieno ter plačuje položnice. Vnukovo dekle me pelje k zdravniku in v bolnišnico, na preglede, pripravlja mi dnevno količino zdravil po receptu, po navodilih zdravnika.

5. Ali koristite katero od formalnih ali neformalnih oblik pomoči?

Na primer:

Formalne: pomoč na domu, patronažna služba, začasno varstvo, dnevno varstvo, oskrbovana stanovanja, Društvo upokojencev, razni tečaji in izobraževanja, Rdeči Križ, Karitas, telefonsko svetovanje...

Neformalne: pomoč prijateljev in sosedov

Koristim zgolj neformalno pomoč družinskih članov, pa sosedovo pomoč na vrtu – sosed mi zorje.

6. Ali se kdaj zberete skupaj cela družina in se pogovorite o vaših željah in potrebah?

Ja, na skupnih kosilih ali nedeljskem druženju.

7. Kaj pričakujete od oskrbovalca/ke in ostalih družinskih članov v okviru skrbi za vas?

Prijaznost in razumevanje mojih težav.

8. Ali kdaj oskrbovalcu/ki zaupate vaše želje v zvezi z vašo oskrbo?

Zaupam, vendar nimam velikih želja, saj za večino skrbim sama.

9. Ali oskrbovalec/ka in ostali družinski člani izpolnijo vaša pričakovanja in želje?
Kako oskrbovalec/ka izpolnjuje vaše želje? Navedite primer.
Kako družinski člani izpolnjujejo vaša pričakovanja? Navedite primer.

Ja seveda, vsake pomoči sem vesela.

10. Katera pričakovanja in želje ostajajo neizpolnjena? Zakaj – kje so ovire?

Nimam neizpolnjenih želja, bolj si želim, da bi to opravila sama.

11. Kaj bi še potrebovali od družinskih članov, da bi bili bolj zadovoljni s svojim življenjem?

Najbolj pogrešam še več pogovorov, skupnih sprehodov, tudi z vnuki.

12. Kakšen je vaš prispevek k družinskemu življenju ali povedano drugače, kaj je v družini vaše delo? Kakšno vlogo imate v družini?

Nimam posebnih del, le kot babica skrbim, da so vsi dobro sprejeti v dom.

13. Kako vi pripomorate k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za to, da se vse generacije v družini razumete med seboj?

Mislim da s tem, ko se ob nedeljah zberemo skupaj in pripravim malo pogostitve, da se lahko družimo.

14. S čim si popestrite življenje, da potem bolje živite? V čem vidite smisel življenja?

Smisel vidim v pravnukih, v branju dobre knjige, v sprehodih ob lepih popoldnevih, v druženju z svojimi otroki.

SPOL: Ž

STAROST: 85

9.2.16. Priloga 18: Intervju 8 b

1. Zakaj oskrbujete?

Ker imamo takšno razdelitev družinskih obveznosti. Ostali člani trenutno niso dovolj doma, zato sem prevzela to vlogo jaz.

2. Kaj vključuje družinska oskrba oziroma pomoč, ki jo nudite?

Občasno kosilo, vzdrževanje perila, nega, čiščenje stanovanja, vse bolj občasno. Obiski pri zdravniku, prevozi, plačevanje položnic.

3. Ali pomagata staremu družinskemu članu organizirati njegov vsakdan? Kako?

Ne, to zaenkrat še ni potrebno.

4. Kako se dogovorita za pomoč, ali sami vprašate, kaj potrebuje, kaj želi?

Predvsem bolj pove to ona.

5. Koliko časa (ur dnevno ali tedensko) namenjate oskrbi starega družinskega člana?

6 ur tedensko.

6. Ali kdaj vprašate starega družinskega člana, če je zadovoljen s pomočjo, ki mu jo nudite oziroma če bi želel kaj drugače/spremeniti?

Seveda vprašamo, na primer kaj bi imela za kosilo, če je potrebno dostaviti še kaj iz trgovine.

7. Se čutite preobremenjeni? Če DA: Kako se spopadate s tem?

Ne, zaenkrat ne. Težje se je organizirati po operacijah, ki jih imajo starejši, saj imamo vsi še dodatne dnevne obveznosti. Predvsem je potrebno, da si delo razdelimo.

8. Ali vam kdo pomaga pri oskrbi? Kako?

Ja, tudi moja snaha. Predvsem pri prevozi, ko je treba iti v lekarno.

9. Ali se kdaj sestanete skupaj cela družina in se pogovorite o vašem počutju, morebitni preobremenjenosti z oskrbo in vaših potrebah?

Se sestanemo, vendar ko se pokaže potreba po tem.

10. Ali ste se že udeležili kakšnega izobraževanja na temo družinske oskrbe starega človeka?

Ne.

11. Ste že pred tem imeli kakšna znanja in izkušnje z oskrbo starega človeka v družini?

Da, starše sem oskrbovala.

12. Kakšna »orodja« uporabljate pri delu, da s starim družinskim članom najdeta skupen jezik, da se sporazumeta?

Zgolj pogovor po telefonu ali osebno, z malo humorja.

13. Kaj je po vašem mnenju pomembno za kakovostno oskrbo starega družinskega člana in posledično večje zadovoljstvo obeh?

Čas in razumevanje njegovih potreb.

14. Ali ste se že kdaj obrnili po pomoč k strokovnjaku - socialnemu delavcu/ki? Če DA: Zakaj? Vam je kaj pomagal/a? Česa vas je naučil/a za delo s starim človekom?

Ne še.

15. S čim vi pripomorete k medgeneracijskemu sožitju v vaši družini ali povedano drugače, kaj vi naredite za medsebojno razumevanje vseh generacij v družini in posledično kakovostno staranje?

S skupnimi kosili in izleti, kjer se povezujemo in se med seboj pogovorimo.

SPOL: Ž

STAROST: 52

ŠT. DRUŽ. ČLANOV, KI OSKRBUJEJO: 1 ali 2

TRAJANJE OSKRBOVANJA (V LETIH): 1 (slabo leto)