

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

MAGISTRSKA NALOGA

POMEN PSA ZA STAREGA ČLOVEKA

Eva Urbas

Mentor: doc. dr. Srečo Dragoš

Ljubljana, 2016

PODATKI O MAGISTRSKI NALOGI

Ime in priimek: Eva Urbas

Naslov naloge: Pomen psa za starega človeka

Kraj: Ljubljana

Leto: 2016

Število strani: 79

Število tabel: 8

Število prilog: 6

Mentor: doc. dr. Srečo Dragoš

Deskriptorji:

- star človek
- pes
- vez med človekom in psom
- vpliv psa na življenje starega človeka
- socialne mreže starih ljudi

Povzetek:

Naloga govori o pomenu, ki ga ima pes v življenju starega človeka. S kvalitativno raziskavo sem želela ugotoviti, zakaj se stari ljudje odločijo za psa, kako pes vpliva na njihovo vsakdanje življenje, katere so dejavnosti, ki jih počnejo skupaj s psom. Prav tako me je zanimalo, kakšen vpliv ima pes na socialne interakcije starih ljudi. Zanimalo me je ali se, in če kako, zaradi psa spremenijo odnosi starih ljudi z njihovimi zakonci, družinskimi člani in/ali drugimi njim pomembnimi ljudmi. Z raziskavo sem želela ugotoviti, kako pes vpliva na psihično in čustveno počutje starih ljudi.

Title: The Significance of Dogs in Elderly People's Lives

Key words: old people, dogs, the bond between humans and dogs, the impact of dog on the elderly people, social networks of older people.

Abstract:

This thesis is about the significance of dogs in elderly people's lives. Through high-quality research, I sought to determine the reasons why elderly people decide to have a dog, how a dog affects their everyday lives, and which activities they engage in with their dog. In addition, I was interested in exploring what kind of impact a dog has on social interactions among the elderly. Also of interest was whether a dog alters the relationships between elderly people and their spouses, family members, and/or other people that are important to them. Through this research, I wanted to discover how dogs influence the mental and emotional state of elderly people.

Psi niso naše celo življenje, vendar nam ga izpopolnjujejo.

Roger Caras

PREDGOVOR

Pes in človek kot družabnika, sodelovca, partnerja, pomočnika in / ali prijatelja sobivata že tisočletja. Nobeni drugi živali ni uspelo s človekom stkati tako čustveno globokega obojestranskega odnosa kot prav psu. Nemalokrat je človeku čustveno bližje pes kot človek.

Sama imam psičko Brino. Čeprav je v moje življenje in življenje moje družine prinesla veliko obveznosti in zadolžitev, pa je mera tistega pozitivnega še toliko večja – polno veselja, zadovoljstva, igrivosti, smeha ... Iz lastne pozitivne izkušnje s psom sem želela to tematiko vpeljati tudi v magistrsko nalogo. Ker sem na modulu socialnega dela s starimi ljudmi, sem področje svojega zanimanja povezala še s študijsko smerjo.

Na sprehodih s svojo psičko namreč videvam številne starejše ljudi, ki imajo štirinožnega prijatelja. Ko se srečamo, sprva željo po spoznanju pokažejo naši ljubljenci, posledično pa steče pogovor tudi med nami, njihovimi lastniki. Seveda najprej in največ o psih, a tudi o vsem ostalem. Po spoznanju kako lahko psi povežejo različni generaciji in po številnih pogovorih s starimi ljudmi lastniki psov, sem dobila občutek, da imajo psi v življenju starega človeka prav poseben pomen. V nalogi me je zanimalo kako zelo in na kakšne načine so psi vpeti v življenja starih ljudi.

Moja magistrska naloga je empirično spoznavne narave, saj njen osrednji del predstavljajo intervjuju s starimi ljudmi, ki so lastniki psov. Povprašala sem jih po ključnih temah, ki bi mi kar najbolj orisale pomen psa v življenju starega človeka (razlog zakaj so se odločili za psa, kakšna je vloga psa v njihovem vsakdanjem življenju, katere dejavnosti počnejo skupaj s psom, kako pes vpliva na socialne interakcije starega človeka in kako na čustveno, psihično počutje starega človeka, ali se, in če kako spremeni odnos starih ljudi z njihovimi zakonci, družinskimi člani in/ali z drugimi njim pomembnimi ljudmi zaradi lastništva psa). Nadalje sem na podlagi njihovih odgovorov osnovala poskusno teorijo o pomenu oziroma vplivu psa na življenje starega človeka.

Za realizacijo diplomske naloge se zahvaljujem mentorju doc. dr. Sreču Dragošu za ideje, predloge, prijaznost in potrpežljivost. Prav tako se zahvaljujem tudi vsem intervjuvancev za sodelovanje in pomoč.

KAZALO

1	TEORETIČNI UVOD	10
1.1	VEZ MED ČLOVEKOM IN PSOM	10
1.1.1	VLOGA PSA V PRETEKLOSTI IN DANES	10
1.1.2	SKRB ZA PSA IN ODGOVORNOST ZANJ	13
1.1.3	SPORAZUMEVANJE MED ČLOVEKOM IN PSOM	15
1.2	TERAPIJE IN AKTIVNOSTI S POMOČJO PSOV	18
1.2.1	KAJ JE TERAPIJA S POMOČJO PSA IN KAJ AKTIVNOSTI S PSOM	18
1.2.2	TERAPEVTSKI PSI	20
1.2.3	PSI POMOČNIKI	20
1.2.4	IZKUŠNJE Z ŽIVALMI IN TERAPIJAMI S PSI V DOMOVIH STAREJŠIH OBČANOV	22
1.3	SOCIALNE MREŽE	25
1.3.1	SOCIALNE MREŽE STARIH LJUDI	26
1.3.2	OSAMLJENOST STARIH LJUDI	28
2	PROBLEM	31
3	METODOLOGIJA	32
3.1	VRSTA RAZISKAVE	32
3.2	MERSKI INSTRUMENT	32
3.3	VZOREC	32
3.4	POSTOPEK ZBIRANJA PODATKOV	33
3.5	OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV	33
4	REZULTATI IN RAZPRAVA	36
5	SKLEPI	42
6	PREDLOGI	43
7	LITERATURA	44
8	PRILOGE	48
8.1	TEME, KI SO ME ZANIMALE PRI POGOVORIH	48
8.2	PREPIS POGOVOROV	48
8.3	IZPIS IZJAV	56
8.4	ANALIZA IN RAZVRSTITEV IZJAV IN KOD INTERVJUJANCEV	62

8.5	POVZETEK.....	78
8.6	IZJAVA O AVTORSTVU.....	79

SEZNAM TABEL

Tabela 1.1 Abeceda govorice psov (Klever 1991: 126-127)	16
Tabela 1.2 Pomembni problemi pri starostnikih v domovih in pozitivni vplivi živali v domovih (Marinšek in Tušak 2007: 98)	23
Tabela 8.1 Razlogi za psa.....	62
Tabela 8.2 Vloga/vpliv psa na vsakdanje življenje starega človeka	64
Tabela 8.3 Vpliv psa na socialne interakcije starega človeka	68
Tabela 8.4 Vpliv psa na psihično in čustveno doživljanje starega človeka.....	71
Tabela 8.5 Sprememba odnosa starih ljudi z zakonci, družinskimi člani in/ali njim drugimi pomembnimi ljudmi kot posledica lastništva psa	74
Tabela 8.6 Pomoč staremu človeku pri skrbi za psa	76

1 TEORETIČNI UVOD

1.1 VEZ MED ČLOVEKOM IN PSOM

1.1.1 VLOGA PSA V PRETEKLOSTI IN DANES

Človek in pes živita v obojestranski koristi, bodisi kot pomočnika, družabnika in prijatelja, že tisočletja, po nekaterih podatkih celo trideset tisoč let. (Jeger 2013: 8)

O tem, kakšna je bila vloga psa v preteklosti in kakšna je dandanes, pripoveduje njegova vpletenost v človekove vsakdanje življenjske dejavnosti. Sprva je bil pes predvsem delovna žival: človeku je pomagal pri lovu na divjad, pri čuvanju imetja, kot pastir črede, pri vleki težkih tovorov na vozu ali saneh ... Pes je človekov partner tudi na športnem področju vse od takrat, ko so ljudje začeli dejavno preživljati svoj prosti čas. Kljub temu pa je bil pes pri družabništvu do 20. stoletja v podrejenem položaju, v ospredju je bilo njegovo delo. (Fogle 1997: 34) Danes imam pes drugačno vlogo, postal je pomemben družinski član, hišni ljubljencek, družabnik in prijatelj.

Pes spada med visoko razvite sesalce, ima visoko inteligenco in dober spomin in kar je za sobivanje s človekom morda najpomembnejše, odlično sposobnost prilagajanja in prepoznavanja avtoritete. Zaradi svojih izjemnih telesnih in duševnih zmogljivosti lahko opravlja številne in zelo različne naloge.

»Že približno 20.000 let je pes s človekom povezan tako tesno, da z njim deli najpomembnejše vidike življenja; hrano, dom, igro in delo« (Falappi 2002: 8), prijateljstvo med človekom in psom je tako eno izmed najstarejših prijateljstev v zgodovini. Grandin in Johnson (2012: 64) pa pravita: "Prvotni ljudje so potrebovali pse zato, da so varovali njihove tabore in jim pomagali loviti, prvotni psi pa so potrebovali ljudi zato, da so jim dajali hrano in zavetje."

Dandanes opravljajo psi nekoliko drugačne, a nič manj pomembne naloge: so hišni ljubljenci, človekovi iskreni prijatelji, nekateri delajo kot terapevti z ljudmi v stiski, lahko so vodniki slepih ljudi in pomočniki invalidov. Prav tako pomagajo pri iskanju pogrešanih oseb in nedovoljenih drog.

Pes je edina žival, ki se je volji človeka uklonila prostovoljno. Medsebojni interes in koristi sta botrovala temu, da se je med psom in človekom razvilo tesno prijateljstvo . Fogle (2012: 9) pravi, da je »v živalskem svetu pes ena najsijajnejših zgodb o uspehu. Najdemo ga na vseh celinah, v vseh vrstah življenjskih prostorov in pogosto v velikem številu (..).« V preteklosti je bil pes večinoma delovna žival. Človeku je pomagal pri lovu, v vojnah kot prenašalec sporočil, čuvanju imetja in živine, manjše pasme pa so vzrejali za razvedrilo in zabavo. Kasneje so se njegove naloge začele spreminjati, njegova priljubljenost se krepila. Pomemben je postal kot službeni pes (pastirski ali ovčarski), pridobival pa je vse pomembnejšo vlogo tudi v družini, kot človekov prijatelj, saj kot povzame Falappi (2002:8): »Ne glede na pasmo, velikost ali značaj je pes v naši družbi predvsem zvest tovariš in spremljevalec, ki človeku pomaga, hkrati pa mu izkazuje iskreno in brezpogojno ljubezen. V zameno zahteva le, da sme živeti ustrezno svoji naravi in svojim potrebam. Mednje pa poleg pravilne prehrane, sveže vode in toplega ležišča, sodi predvsem čustven odnos. Pes ni »samo pes« in še manj igrača, ki jo človek po svoji volji vzame ali pusti, pes je živo, zelo čuteče bitje.« (Falappi 2002: 8)

V preteklosti so bili že Egipčani zelo navezani na pse, v mnogih mestih so celo postavili posebna pokopališča namenjena psom (Vreg 1993: 20). Egipčani so že okoli leta 2.000 pr. n. št. obvladali vzgojo in šolanje psov, uporabljali so jih predvsem za lov. Veliki oboževalci psov, predvsem družnih, so bili tudi stari Grki, kjer so družni psi postali simbol visokega statusa in premoženja. Stari Rimljani so precej manj cenili družne pse, saj so jih vzgajali predvsem kot borbene pse, ki so merili svojo moč v gladiatorskih arenah, kot čuvaje in prvič v zgodovini tudi kot ovčarske pse, ki pomagajo pastirjem pri obvladovanju črede. (Vreg 1993: 27)

Z razvojem civilizacije in razmahom treh velikih svetovnih religij, židovstva, krščanstva in islama, se je odnos človeka do živali poslabšal. Religiozna prepričanja so povezovala živali z nečistim. Kljub temu je pes pomembno mesto našel tudi v srednjem veku, kjer je fevdalna gospoda dosegla, da jih je lahko spremljal tudi v cerkev. Na srednjeveških portretih je pes simboliziral zvestobo, v družinskih prizorih pa je postal simbol družinske sreče. Pse so visoko vrednotili tudi pesniki in filozofi, v

novejšem času pa je postal tudi snov za književnost, likovno umetnost in filme. (Fogle 1997: 17)

Rujana Jeger (2013: 9-14) se je vprašala zakaj imajo ljudje pse in naštela nekaj najpogostejših razlogov zakaj se ljudje odločajo za življnje s psom:

- ljudje imajo pse, ker jih motivirajo za gibanje,
- psi so sijajni za spoznavanje novih ljudi in dober razlog, da lastnika zvlečejo v družbo,
- psi imajo radi pozornost ljudi in jo tudi vračajo,
- psi pomagajo zmanjševati stres,
- ljudje potrebujejo nekoga, da jih posluša in psi so potrpežljivi poslušalci, prav tako znajo človeka dobro potolažiti,
- ljudje imajo pse za čuvaje,
- s psom človek nikoli ni sam,
- psi ljubijo brezpogojno.

Pes ima brez dvoma izredno sposobnost za resnično prijateljstvo s človekom: njegova lojalnost nas vedno znova preseneti, zato Vreg pravi, da »pri psu najdemo tisto, kar pri človeku pogrešamo: zvestobo in brezmejno vdanost.« (Vreg 1993: 18)

1.1.2 SKRB ZA PSA IN ODGOVORNOST ZANJ

Lastništvo psa večinoma prinese veliko veselja, a je hkrati tudi velika odgovornost. Ta odgovornost se nanaša na dobrobit psa in tudi na dobrobit okolja v katerem bivata pes in lastnik. Lastnik psa je tisti, ki odgovarja za ustrezno oskrbo psa, kakor tudi za dejanja svojega psa.

»Danes živi veliko psov v tesnem sožitju z ljudmi, zato sta čistoča psa in njegova vzgojenost bistvenega pomena, ne samo za skrbnike psa in psa samega, temveč tudi za dobro razumevanje s sosedi«. (Krajnc in Berčič 2008: 56)

Odločitev za psa mora biti vedno dobro premišljena, dobro morajo biti pretehtane vse posledice, ki jih odločitev za novega štirinožnega družinskega člana prinese v naše življenje. Ulrich Klever (1991: 14) je sesetavil test z dvaindvajsetimi vprašanji na katera moramo odgovoriti, da se prepričamo, če smo res pripravljeni na življenje s psom. Če povzamemo le najpomembnejše:

- ❖ Boste imeli vsak dan vsaj dve uri prostega časa?
- ❖ Pričakujete v naslednjih letih kakšne večje življenjske spremembe (prihod otroka, selitev ...)?
- ❖ Se radi sprehajate (tudi v dežju, snegu, mrazu)?
- ❖ Ste dosledni, znate ustvariti avtoriteto in ne izgubite živcev za vsako malenkost?
- ❖ Poznate kakšnega človeka, ki ima rad pse in bi lahko v vaši odsotnosti skrbel za vašega psa?
- ❖ Ste zelo zaskrbljeni glede čistoče (stanovanja, obleke)? (ibid.)

Ko se odločimo za psa, moramo dobo oceniti svoj življenjski slog, želje in pričakovanja in se na podlagi tega odločiti za primerne psa, saj se le-ti med seboj zelo razlikujejo. Spadafori (2013: 15) navaja štiri dejavnike, ki jih moramo imeti v mislih ko se odločamo za psa: velikost psa in prostor, ki ga bo potreboval, živahnost psa, dolžina njegove dlake ter dojemljivost psa za šolanje in njegova gospodovalnost.

V osnovno nego psa spada krtačenje, kopanje, čiščenje ušes, oči in zobovja, krajšanje krempljev. S tem psa ohranjamo primerno čistega, zdravega, pa tudi naša

avtoriteta se na tak način utrjuje. Poleg primerne okolja, pes potrebuje tudi redno menjavanje vode, kakovostno prehrano, veterinarsko oskrbo, odpravljanje notranjih in zunanjih zajedalcev, redno cepljenje in redno gibanje. (Krajnc in Berčič 2008: 9)

Za prijetno bivanje s psom je ključna ustrezna socializacija psa. Proces se začne praktično z rojstvom mladička oziroma takoj, ko le-tega vzamemo iz legla oziroma najkasneje, ko pes pride domov, v svoje novo okolje, kjer se bo moral prilagoditi in postopoma navaditi vseh ljudi, živali in različnih stvari iz okolice (množica ljudi, promet). »S psom se moramo igrati, se z njim igrati in ga tako vzgajati. Na avtoritaren način – v naravi je tak način vedno navzoč in prevladujoč – mu moramo dopovedati, kakšno je njegovo mesto v našem življenju in njegovi skupnosti – naši družini«. (Klever 1991: 30)

Med odraščanjem se bo pes vedel tako kot mu bomo dopustili z (ne)vzgojo. Če psu ne postavimo mej in mu je dopuščeno vse kar si zaželi, se bo v hierarhičnem pomenu povzpel v vodjo kardela. (Krajnc in Berčič, 2008: 60) Psu moramo omogočiti, da je čim dlje v naravi, v novih okoljih in sredi dogajanja. Na tak način smo tudi sami prisiljeni v pester vsakdan; druženje z drugimi ljudmi in dejavno preživljanje prostega časa v naravi. (Domanjko 1992: 32)

Nesocializiran pes lahko povzrča kup preglavic in ker se v okolju ne znajde, ne prinese nezadovoljstva le svojemu lastniku, temveč tudi sam ni zadovoljen in srečen. Pes potrebuje nekoga, ki ga usmerja, spoštuje in ga priznava kot avtoriteto. Kinolog Jože Vidic (2009: 50) poudarja, da mora biti človek v odnosu do psa vodja kardela, alfa, ki ga pes spoštuje, ima rad, je z njim sproščen in mu povsem zaupa. Hkrati opozarja na to, da avtoritete ne moremo pridobiti s prisilo, temveč le z znanjem, doslednostjo in pravičnim ter strokovnim odnosom do psa. (ibid.)

1.1.3 SPORAZUMEVANJE MED ČLOVEKOM IN PSOM

Vsak dober odnos temelji na uspešni komunikaciji, na dejstvu, da sporočilo enako razumeta tisti, ki sporoča, in tisti, ki mu je sporočilo namenjeno. Čeprav smo si pri posredovanju sporočil psi in ljudje zelo različni – psi se sporazumevajo z govorico telesa, ljudje pa se pri posredovanju sporočil zanašamo na besede – nam to nikakor ne preprečuje, da se med seboj ne bi (spo)razumeli.

Znano je, da psi bolje razumejo govorico ljudi kot mi govorico psov. Psi razumejo številne naše besede, saj tekom življenja z nami posamezne besede povežejo z dejanji in posledicami. (Coren 1996: 99) Kljub vsemu psu veliko več kot besede sporoča sam ton človekovega glasu. To lahko preverimo tako, da psu povemo isti stavek, vsakič pa uporabimo različen ton. Pes bo ton glasu zrcalil s svojim vedenjem. Če bomo stavek izrekli z veselim, navdušujočim glasom, se bo odzval igrivo, nizek in umirjen ton bo izražal avtoriteto, visok pa prestrašenost in razburjanje. (Dunphy 2012:135)

Psi se odzivajo predvsem na človekovo nebesedno komunikacijo: njegovo energijo, držo telesa, izraz in mimiko obraza, kretnje rok ... »Psi zelo dobro zaznajo komaj opazna znamenja, naj so to podzavestni izrazi veselja, žalosti, jeze ali le nakazovanje kakšne namere.« (Taylor 1993: 212) Zato je pse zelo težko pretentati – tudi za nadvse sladkimi besedami in mamljivim glasom začutijo naval skrite jeze.

Pes je bitje, ki komunicira predvsem neverbalno, s pomočjo telesnih gibov in z obrazno mimiko. Veselje, strah, negotovost, podrejenost, igrivost, dominantnost izrazi z obsežno telesno govorico. Da razumemo kako se pes počuti in kaj nam želi sporočiti, moramo biti pozorni predvsem na njegovo držo telesa, izraz obraza, držo uhljev ter repa, nasršenost dlake in glas (lajanje, renčanje, tuljenje). Pes je v sožitju s človekom razvil tudi zelo bogate oblike glasovnega komuniciranja. Pes z glasom izraža veselje, strah, prijaznost, pozivanje k igri, hkrati z glasom grozi, izraža torej tudi napadalno vedenje. (Vidic 2009: 78)

Tabela 1.1 Abeceda govorice psov (Klever 1991: 126-127)

Lajanje: - kot pozdrav = enakomerno, živahen ton, lahko prehaja v cvileče lajanje - kot opozorilo = enakomerno renčeči glasovi. Ostreje in bolj grozeče. Renčanje okrepljeno. - kot vabilo = tiho, skoraj vprašujoče, potem glasneje. Enakomeren, živahen ton lajanja.
Izraz obraza in drža uhljev (opazujemo med lajanjem) Popolnoma sproščen = prijazno razpoloženje. Uhlja pokonci = pozornost. Uhlja stojita ob strani = napetost. Uhlja nazaj, pes kaže zobe = pes hoče napasti.
Tuljenje = žalosten, ker je ostal sam in nima družbe. = ljubezen: voham vročo samico. = sliši tuljenje sirene ali kak drug zvok, ki izzove tuljenje.
Renčanje: - kot vnemirjenje = tiho, v kratkih presledkih je nadomestilo za lajanje. - Kot opozorilo = pes kaže zobe, uhlj položena, rep pokonci ali nazaj. Lahko zgrabi brez lajanja. - Med spanjem = pes sanja.
Rep: Visi navzdol = nezainteresiran, uravnovešen, zadovoljen, ni napet – nič se ne bo zgodilo. Mahanje sem ter tja = pes je prijazen, želi pozdraviti, išče stik. Zavit rep = psa je strah, želi se izogniti srečanju. Rep je nošen navzgor = samozavest in pozornost. Bolj ko je rep raven, bolj nasršene so dlake, večja je verjetnost, da se bo naš pes stepel z vrstnikom. Rep je naravnost navzgor, nasršen = zadnja grožnja pred napadom.
Telo: - kot grožnja = dlaka nasršena, noge ravne, giba se tako kot da ga bo

razgnalo od energije. - kot negotovost = enaki znaki kot pri grožnji, vendar ni ravnega repa. - »predam se« = pes se dela majhnega ali pa se uleže na hrbet.
Fiksirati (z očmi) = grožnja. Pes fiksira z očmi nasprotnika tako dolgo, da ga ta napade ali pa pogleda stran.
Vzpenjanje (po ljudeh) = naklonjenost – želim te pozdraviti, rad te imam. = prosjačenje: imaš kaj zame?
Lizanje = naklonjenost: rad te imam!
Ovohavanje = naklonjenost: rad te imam! = pozornost: pobožaj me!
Dajanje tačk ali glave na koleno = ljubkovanje: če da pes glavo ali nogo na hrbet svojega vrstnika, kožeta psa medsebojno pripadnost.

1.2 TERAPIJE IN AKTIVNOSTI S POMOČJO PSOV

1.2.1 KAJ JE TERAPIJA S POMOČJO PSA IN KAJ AKTIVNOSTI S PSOM

Terapije s pomočjo živali (ang. animal assisted therapy) in aktivnosti s pomočjo živali (ang. animal assisted activity) so v svetu vse bolj razširjene oblike pomoči ljudem pri izbolšanju kvalitete njihovih življenj. Programa se med seboj razlikujeta po izvedbi in ciljih, ki jih zasledujeta. Živali v programih so največkrat psi, pri terapijah sodelujejo tudi konji in delfini, pri aktivnostih pa mačke, zajci in kokoši.

Pri aktivnosti s pomočjo živali, so v dejavnosti vključene živali za »motivacijske, izobraževalne, sprostitvene in terapevtske koristi posameznikov, kjer ima pes stik največkrat z več različnimi osebami, cilj aktivnosti pa je obisk, razvedrilo in druženje«. (Marinšek in Tušak 2007: 136) Od terapevtskega programa se loči po tem, da se aktivnosti lahko ponavljajo pri različnih ljudeh, medtem ko je terapevtski program individualno oblikovan za točno določeno osebo ali zdravstveno stanje. (Juršič: spletni vir 2) Prav tako ni potrebna prisotnost strokovne osebe, največkrat gre za prostovoljce, ki v različne ustanove pripeljejo svoje živali z namenom, da se uporabniki z njimi družijo, jih razvedrijo, sprostijo, motivirajo Seveda ima aktivnost s pomočjo živali lahko tudi terapevtski učinek, vendar »ne gre za terapijo v medicinskem pomenu besede«. (Ilič 2013: 12)

Kot značilnosti aktivnosti s pomočjo živali Ambasadorji nasmeha (Juršič: spletni vir 2), slovensko društvo za terapijo s pomočjo živali, navaja:

- ❖ Za vsak posamezen obisk ni potrebno pripraviti specifičnih ciljev obiska.
- ❖ Prostovoljcem in strokovnemu osebju ni potrebno zapisovati poteka obiska.
- ❖ Vsebina in dolžina obiska je spontano prilagojena trenutni situaciji.

Terapija s pomočjo živali je posebna oblika terapije, kjer s pomočjo živali (največkrat je to pes) poskušamo vplivati na izboljšanje telesnega, psihičnega in socialnega zdravja človeka. Ilič (2013: 30) navaja štiri skupine ljudi, ki jim terapija s pomočjo živali učinkovito pomaga:

- ❖ Ljudje s težavami psihičnega značaja,

- ❖ ljudje s telesnimi težavami zaradi poškodb,
- ❖ ljudje s telesnimi težavami zaradi bolezni,
- ❖ ljudje s težavami socialnega značaja.

Pri terapiji s pomočjo živali so cilji in program zastavljeni individualno, za vsakega posameznika posebej. Ti cilji so po Marinšku in Tušaku (2007: 140–141) sledeči:

- ❖ telesni (izboljšanje motoričnih sposobnosti; gibljivosti in ravnotežja),
- ❖ mentalni (povečanje verbalne komunikacije, koncentracije, samozaupanja, zmanjšanje strahu in občutka osamljenosti),
- ❖ izobraževalni (izboljšanje besednega zaklada, dolgoročnega in kratkoročnega spomina),
- ❖ in motivacijski (povečanje stika z drugimi in različnih dejavnosti).

Terapevtski proces je dokumentiran, spremljan in na koncu ovrednoten po učinkovitosti. V terapijo so vključeni štirje; delovni terapevt, vodnik psa, pes in uporabnik terapije. Prednost terapije s psom je to, da terapija deluje na več funkcionalnih ciljev hkrati, npr. hkratni vpliv na moč, gibljivost, vztrajnost, pozornost, motiviranost in samozaupanje. (Marinšek in Tušak 2007: 140-141)

Tako aktivnosti kot terapije s pomočjo živali so dejavnosti, ki so usmerjene k izbolšanju socialnih odnosov posameznikov, njegovo povezanost z družbenim okoljem, izboljšanjem njegove samopodobe. Vse to pa so tudi cilji oziroma naloge socialnega dela.

V tujini so terapije s psi že priznane kot poklicne dejavnosti, ki jih plačujejo zavarovalnice, v Sloveniji je terapija zgolj ljubiteljska dejavnost, ki zahteva veliko dobre volje, truda in lastna finančna sredstva.

1.2.2 TERAPEVTSKI PSI

Terapevtski psi so posebej usposobljeni psi, ki s svojimi vodniki obiskujejo bolnišnice, domove za ostarele, sanatorije, psihiatrične bolnišnice in šole, kjer bolnikom oziroma uporabnikom in prebivalcem ustanov nudijo ljubezen, podporo in tolažbo. Primerno usposobljeni psi lahko pomagajo celo na tistih področjih, kjer ljudje ne moremo oziroma nismo tako učinkoviti. Kadar vidimo hudo bolnega ali nepokretnega človeka nas namreč premaga žalost in nemoč. Psi pa tega ne vidijo na tak način. Prav zato imajo mnogi ljudje v bolnišnicah raje, da jih obišče terapevtski pes kot človek. (Millan in Peltier 2012: 247)

Pes je najbolj pogosto uporabljena žival za terapijo s pomočjo živali. Prisotnost psa pomaga bolj zadržanim pacientom premagati strah, ki ga imajo do terapije in/ali terapevta. Psi so vez v komunikaciji med pacientom in terapevtom. Terapevt zaradi prisotnosti živali deluje manj zastrašujoče, zato se pacient hitreje in lažje odpre. Prav tako pacienti ocenjujejo okolje v katerem poteka terapija kot bolj prijazeno, če je v prostoru prisoten tudi pes, kot pa če psa ni. Pomembna je tudi pozitivna interakcija med terapevtom in psom, saj se s tem razkrijejo dobre lastnosti terapevta, kar lahko spodbudi in olajša razvoj terapevtskega odnosa. (Marinšek in Tušak 2007: 104-105)

1.2.3 PSI POMOČNIKI

Pes ima močan družbeni učinek, zato je poleg osnovne naloge, ki jo opravlja (vodenje slepega, gluhega, pomoč invalidu), izredno koristen tudi za vključitev osebe v socialno okolje. Prav prisotnost psa velikokrat vzpodbudi in tudi olajša stike med ljudmi, saj zmanjša začetno napetost v odnosu in pripomore k bolj sproščenemu vzdušju.

»Pes pomočnik je potrpežljiv (kadar mu stopite na tačko, se vanj zaletite, se ne vznemiri, ne popade), umirjen (zanesljiv pri odlaganju, doma in na delavnem mestu počiva, hrane se dotakne kadar mu je dovoljeno), prilagodljiv, ne vznemirjajo ga ostali psi, muce, konji, hkrati je vodljiv (odziva se na povelja pri vodenju, zanesljivo

prihaja na odpoklic) in vodja (če preceni, da je določena situacija za slepega nevarna povelja ne upošteva). Seveda mora biti v izredni psihični in fizični kondiciji ter zdrav.« (spletni vir 3)

Psi pomočniki svojim skrbnikom pomembno dvignejo kvaliteto življenja, saj jim omogočijo večjo neodvisnost, zadovoljstvo in nenazadnje prijetno družbo.

PSI, VODNIKI SLEPIH

Psi vodniki slepih pomagajo slepim in slabovidnim ljudem, pri varnem prečkanju ceste, nakazujejo različne ovire na poti.

Psi imajo izreden pomen, saj vplivajo na večjo samostojnost in tako posledično na večje možnosti gibalne dejavnosti in interakcije slepega človeka z drugimi ljudmi.

Izguba vida omejuje komunikacijo z drugimi ljudmi, zaradi česar se prizadeti počuti izoliranega in osamljenega. Pes je družba sam po sebi, raziskave pa so tudi pokazale, da prisotnost psa spodbudi ljudi k medsebojni komunikaciji tudi med popolnimi neznanci. (Marinšek in Tušak 2007: 122)

PSI, POMOČNIKI GLUHIM

Prvič so pse za pomoč gluhim začeli šolati leta 1970 v American Humane Association. Ti psi so v službi 24 ur na dan, naučeni pa so, da se odzovejo na zvoke, ki so za gluhega izrednega pomena, npr. otroški jok, trkanje in zvonec na vratih, zvok požarnega alarma, budilka. (Fogle 2012: 56)

PSI, POMOČNIKI INVALIDNIM OSEBAM

Vsak pes je šolan za specifične potrebe osebe, kateri bo pomagal. Osnovna stvar, ki jo mora znati vsak pes pomočnik invalidu je pobiranje predmetov. Nekatere pomočnike je potrebno naučiti odpiranja hladilnika, vrat, predalov, prižigati/ugašati luči, prinašanja različnih predmetov, celo spravljanje perila iz ter v pralni stroj. (Fogle 2012: 57)

PSI ZA POMOČ EPILEPTIKOM

Psi opozarjajo svojega skrbnika na nevarnost prihajajočega napada (epileptičnega napada, napada panike ...). Ob napadu s tačko ali smrkom pritisnejo gumb za klic na pomoč, na pomoč pa pokličejo oziroma opozorijo skrbnika tudi z laježem. (McGreevy in Ginis 2013: 27)

1.2.4 IZKUŠNJE Z ŽIVALMI IN TERAPIJAMI S PSI V DOMOVIH STAREJŠIH OBČANOV

Za starega človeka je odhod v dom velik stres, prav tako je zanj stresno tudi navajanje na domsko življenje, saj mora svoje življenjske navade nekako preokviriti v novo okolje kar nikakor ni lahko. Ljudje so ob vstopu v dom že izoblikovane osebnosti, imajo svoje navade, razmišljanja, značilnosti, interese. S prestopom v institucijo pa so kar naenkrat primorani upoštevati toga pravila, ki jih zapoveduje dom, navaditi se morajo na življenje s sostanovalci in osebjem. Problem v domu kot instituciji je tudi v tem, da le-ta zadovoljuje le del človekovih potreb. V ospredju so cilji ustanove: skrb za množico ljudi nakopičeno na enem mestu. Življenje v ustanovi je podrejeno pravilom in birokratizaciji (Mali 2006: 26).

Druženje prebivalcev domov za stare z živalmi pomaga uporabnikom, da se lažje vključijo v družbo, prav tako zmanjšuje občutek osamljenosti, zmedenosti in napetosti. »S pomočjo živali lahko veliko uspešneje opravimo proces integracije prebivalcev doma in proces mobilizacije k smiselnim aktivnostim, zadovoljimo pa hkrati potrebe po naklonjenosti in nežnosti.« (Marinšek in Tušak 2007: 97)

Marinšek in Tušak (2007: 98) sta povzela pomembne probleme pri starih ljudeh v domovih in pozitivnih vplivih živali v domovih:

Tabela 1.2 Pomembni problemi pri starostnikih v domovih in pozitivni vplivi živali v domovih (Marinšek in Tušak 2007: 98)

POMEMBNI PROBLEMI	POZITIVNI VPLIVI - NAPREDKI
Prevladuje občutek nekoristnosti, ljudje živijo brez ciljev iz dneva v dan.	Živali podpirajo orientacijo v prihodnost, cilj.
Organizacija doma zaradi zmogljivosti in množice ljudi zmanjša zasebno sfero posameznika na minimum.	Skozi osebni odnos z živaljo uspe ustvariti zasebno sfero in intimnost.
Pomankanje taktilnih dražljajev in možnost dajanja in prejemanja nežnosti.	Živali sicer ne morejo popolnoma nadomestiti človeške družbe in naklonjenosti, s fizičnim kontaktom (božanje, negovanje) pa se zadovolji osnovna potreba po nežnosti.
Domovi za stare so v veliki meri organizirani, zato je osebna odgovornost skoraj izključena.	Domače živali skoraj vsak dan zahtevajo odgovornost, pogosto so edino, za kar je starostnik spolh še sposoben prevzeti odgovornost.
Stari ljudje se pogosto sramujejo svojega zunanjega videza in starosti.	Živali ne delajo razlik med starimi ali mladimi, med grdimi ali lepimi.
Okolje v domovih ne omogoča, da bi strotniki skrbeli sami zase in posledično pridobivali spoštovanje in ljubezen drugih.	Živali so bitja, za katere lahko in mora star človek skrbeti. Živali jih imajo rade ne glede na njihove hibe in bolezni.
Odnosi med varovanci in osebjem so mnogokrat napeti.	Skupno veselje in smeh ob živalih sprošča in povezuje. Živali jih imajo rade ne glede na njihove hibe in bolezni.

Kljub naštetim pozitivnim učinkom, ki jih ima žival na starega človeka v domu, je možnost, da bi uporabnik v dom prinesel svojo žival v Sloveniji žal še vedno zelo

neobičajna praksa, ki jo velika večina domov za stare ne omogoča. Številni domovi starejših občanov pa omogočajo terapije in aktivnosti s pomočjo živali, ki jih izvajajo prostovoljci neprofitnih humanitarnih organizacij.

Amasadorji nasmeha izvajajo aktivnosti s pomočjo psa v domovih za stare, njihov poglavitni cilj pa je razvedriti uporabnike. Srečanje strarih ljudi s psom pa pomaga tudi pri izboljšanju spomina in govora uporabnikov (prisotnost psa spodbudi starostnike h pogovoru, preko asociacij s psom se spomnijo na svoje pretekle izkušnje z živalmi), izboljšuje njihovo motoriko (preko krtačenja, božanja, metanja žogice, pripenjanja povodca ...), spodbuja komunikacijo ... (Ambasadorji nasmeha, spletni vir 1).

Terapija s pomočjo psov se je izkazala kot zelo uspešna pri odpravljanju oziroma zmanjševanju občutkov osamljenosti starih ljudi uporabnikov domov za starejše občane. V nekem domu za stare je bila opravljena raziskava v kateri je sodelovalo 45 uporabnikov, njen namen pa je bil preveriti vlogo terapije s pomočjo živali na občutek osamljenosti stanovalcev doma. 45 stanovalcev so razdelili v 3 skupine, v vsaki je bilo 15 starostnikov. Prva skupina ni prejela terapije s pomočjo živali, drugo so živalski terapevti obiskali enkrat tedensko, tretjo pa trikrat tedensko. Ponovno testiranje po študiji je pokazalo, da se je občutek osamljenosti občutno zmanjšal med udeleženci druge in tretje skupine, torej v obeh skupinah, katerima je bila nudena terapija s pomočjo živali (Tedeschi et al. 2005: 67).

Podoben poskus so izvedli tudi v dunajskih domovih za stare. Z uvedbo obiskov živali v domu so opazili pozitivne vplive na stare ljudi na treh področjih:

- ❖ telesnem (telesna sprostitvev, aktivacija mišljenja)
- ❖ duševnem (žival postane tema pogovora z drugimi ljudmi, spodbudi se komunikacija in socialna aktivnost, odnosi so prijaznejši, toplejši)
- ❖ splošna aktivacija starega človeka. (Marinšek in Tušak 2007: 99)

1.3 SOCIALNE MREŽE

Socialne mreže so zbirka odnosov, ki jih ima posameznik z ljudmi okoli sebe. Ti odnosi so lahko tako neformalni (družina, sorodstvo, prijatelji, sosedje ...) kot tudi formalni (vsi formalizirani stiki posameznika).

Thompson (1995: 45-48) opisuje pet značilnosti socialnih mrež. Te značilnosti lahko tudi določimo ter izmerimo in predstavljajo pomemben vir socialne opore posameznika:

1. Velikost socialne mreže. (Večja socialna mreža pomeni več virov na katere se lahko obrnemo, ko potrebujemo pomoč ali družbo. Vendar velikost sama še ni merilo za kakovostno socialno mrežo, kadar so stiki z ljudmi ohlapni ali slabi).
2. Pogostost stikov. (Socialne stike je potrebno ohranjati in vzdrževati tako, da ne bodo preredki in hkrati ne prepogosti, saj nas pomankanje intime lahko prične dušiti).
3. Razpršenost oziroma geografska oddaljenost stikov. (Če so ljudje fizično bližje nam lažje nudijo družbo in/ali pomoč).
4. Stabilnost socialne mreže. (Stabilni odnosi dajejo občutek varnosti, so predvidljivi in zato pri nujenju pomoči učinkovitejši.)
5. Ekstenzivnost socialne mreže. (Za posameznika je pomembno, da ima različne odnose, tako tesne kot tudi bolj ohlapne.)

Širša kot je posameznikova socialna mreža, večja je njegov vključenost v družbo, kar lahko nadalje vpliva na kakovost njegovega življenja. Hlebec (2009: 154) po Caplanu poudarja, da socialne vezi pomembno vplivajo na poteke in izide življenjskih prehodov in kriz, ter so pomembna zaščita pred stresom. Pri tem niso mišljeni le najbližji, družinski odnosi, temveč tudi blagodejen vpliv, ki ga omogočajo tudi bolj oddaljene vezi (sosedski odnosi, skupine za samopomoč itd.). Hlebec (2010: 35)

opozarja, da so stari ljudje v primerjavi z ostalo populacijo manj vpeti v medosebna omrežja.

Socialna omrežja so ključnega pomena za preživetje posameznikov, skupin in širše skupnosti. (Dragoš 2004: 158) Znotraj socialnih omrežij se kreira socialni kapital, ki je »vsota virov, dejanskih in potencialnih, ki se posamezniku ali skupini povečujejo, ko le-te poseduje trajno omrežje bolj ali manj institucionaliziranih odnosov vzajemnega poznavanja in priznavanja.« (Bourdieu 1992 v Bahovec 2005: 235)

Bahovec (2005: 240-241) po Woolcocku navaja tri tipe socialnega kapitala, ki vključujejo odnose znotraj, med in preko omrežij: vezivni ali izključni socialni kapital: označuje ožje enote kot je družina, sosedje; gre za identitete ki so povezane s pripadnostjo določeni skupnosti; premostitveni ali vključujoči socialni kapital: označuje vezi med kolegi, sodelavci, pri čemer gre za horizontalne vezi med ljudmi podobnih demografskih značilnosti, vključuje šibka formalna in neformalna omrežja; povezovalni ali spojitveni socialni kapital: označuje vertikalne vezi z obsežnejšimi institucionalnimi okviri.

Dragoš (2004 : 146) poudarja po Portesu, da je »... s socialnim kapitalom smiselno označevati predvsem vse tiste značilnosti, s katerimi akterji svoj položaj v socialnih omrežjih in drugih strukturah pretvarjajo v lastno korist.«

1.3.1 SOCIALNE MREŽE STARIH LJUDI

Kvaliteta življenja v starosti je pomembno odvisna od osebnih socialnih mrež, ki jih ima star človek. Vpetost v družinska, sorodstvena in prijateljska omrežja, v sosesko in skupnost, nudi starim ljudem potrebno emocionalno oporo ter finančno in drugo pomoč.

Vpetost v socialna omrežja pomeni pomemben vidik socialne vključenosti starejših oseb, medosebna omrežja namreč pripomorejo k zmanjševanju socialne izključenosti starih ljudi tudi na drugih pomembnih področjih, na primer finančnem, pri dostopnosti do zdravstvenih in drugih storitev. (Hlebec et al. 2010: 35)

Hlebec (2004: 111 - 119) v raziskavi o socialnih omrežjih slovenskih starostnikov ugotavlja, da so le-ti v primerjavi z mlajšimi generacijami manj vpeti v medosebna omrežja, imajo v povprečju redkejšje stike s prijatelji in sosedji, ima pa večina starih ljudi v Sloveniji močna družinska omrežja, kar lahko pripišemo tudi geografskim bližinam sorodnikov.

V okviru širše populacije starih ljudi pa obstajajo določene skupine, kjer je možnost za socialno izključenost večja, to so starejši najemniki, ljudje iz ruralnih območij, vdove in stari ljudje brez otrok. (Hlebec et al. 2010: 36)

Švedska raziskava, ki jo je opravila Carin Lennartsson (v Dragoš 2000: 305) je ugotovila, da socialne mreže vplivajo na zdravstveno oziroma bolezensko stanje starih ljudi. Odrto je sicer ostalo vprašanje ali stari ljudje izgubijo stike zaradi bolezni ali je psihično in fizično obolevanje starih ljudi prevsem posledica pomanjkanja socialnih mrež. Lennartssonovi se zdi verjetnejša druga možnost, torej da je pomankanje stikov s soljudmi dejavnik, ki ogroža zdravstveno stanje starih ljudi.

Vir pomoči pri ustvarjanju stikov z ljudmi so lahko tudi psi. Dragoš (2000: 309) v članku Socialne mreže in starost navaja pozitivne rezultate, ki jih je prinesel eksperiment v negovalano-zdravstvenem domu za stare v New Yorku, ko so na oddelku za bolnike z Alzheimerjevo boleznijo upeljali nove pomočnike – pse. Trenirani psi so s spremstvom in nadzorom minimalizirali tveganja, ki izhajajo iz dezorientacije in pozabljivosti, ki so posledica Alzheimerjeve bolezni, hkrati pa so bolnikom dali občutek domačnosti in emocionalno ter socialno oporo. Nepričakovan učinek uvedbe psov sta bili večja frekvenca obiskov pri varovancih in, kot so ugotovili v pogovorih s svojci bolnikov tudi kvaliteta obiskov. Psi so prav tako samo s svojo prisotnostjo pozitivno vplival na bolnike: z njim so se počutili manj osamljene, postali so bolj zgovorni in veseli. Program so izrazito pozitivno ocenili tudi zaposleni, čeprav so bili nekateri na začetku skeptični. Tri mesece po uvedbi psov so se skoraj soglasno strinjali, da je pes na oddelku koristen, da pomaga ljudem z demenco in da krepi občutek domačnosti na oddelku.

1.3.2 OSAMLJENOST STARIH LJUDI

Ena največjih nadlog, ki danes muči stare ljudi je osamljenost. »Potreba po osebnem medčloveškem odnosu je pri današnjih starih ljudeh med najmanj zadovoljenimi, zato je osamljenost ena od najbolj razširjenih in najhujših stisk.« (Ramovš 2003: 105)

Zakaj je osamljenost tako razširjena prav v človekovem tretjem življenjskem obdobju? Pečjak (2007: 105) navaja dve teoriji: »po prvi jih (stare ljudi, op. avtorice) družba izolira, diskriminira, izključuje in poriva v koticke, po drugi se sami umikajo iz družbenega življenja, ki jih odklanja ali se tako spremeni, da ne najdejo v njem več svojega kotička.«

Milivojević (2008: 343) loči dve vrsti čustva osamljenosti: situacijsko in strukturno osamljenost. Situacijsko osamljenost čuti oseba v situaciji, v kateri niso prisotni zanjo pomembni ljudje, s katerimi bi si želela biti. Strukturna osamljenost pa je čustvo osebe, ki nima drugih bližnjih ljudi, s katerimi bi se čutila povezano. Pri situacijski osamljenosti posameznik zelo dobro ve s kom bi želel biti v družbi, medtem ko oseba, ki čuti strukturno osamljenost tega ne ve. Razlika je v tem, da je človek, ki čuti situacijsko osamljenost, čustveno povezan z drugimi ljudmi (vendar pogreša določeno osebo), medtem ko se oseba, ki čuti strukturno osamljenost, počuti nepovezano z drugimi ljudmi – ima občutek praznine, občutek, da ne pripada, da ni povezana ...

Biti izključen iz družbenega življenja pomeni ne biti del skupnosti v okviru katere se prepletajo socialne interakcije, ki omogočajo ljudem občutek pripadnosti, sprejetosti in povezanosti. Širša kot je posameznikova socialna mreža, večja je njegova vključenost v družbo. To pa seveda pomembno vpliva na kakovost njegovega življenja. »Bogat in zdrav star človek je lahko povsem na tleh, ker nima nikogar, pri katerem bi občutil, da ga jemlje resno kot človeka, da ga sprejema takšnega kakršen je, da rad prisluhne njegovi besedi – pa naj je vesela ali žalostna, da ceni njegove življenjske izkušnje; skratka, da ga ima rad.« (Ramovš 2003: 99)

Osamljenost je huda duševna bolečina. Na to opozarja tudi dr. Tony Lake (1989: 9): »Vsi potrebujemo druge soljudi, da nam zagotovijo koliko smo vredni in nam

pomagajo, da lahko bolje ugibamo, kakšna je vrednost stvari, ki se dogajajo okoli nas. Vedeti moramo, kolikšna je naša vrednost. Kaj pa, če morda nismo nič vredni? Veliko ljudi, ki so nenehno osamljeni, je prepričanih, da niso za nikogar nič vredni. Menijo, da se nikomur ne da izgubljati časa in truda, da bi jih spoznal.«

Živimo v družbi, ki povečuje vitalnost in mladost ter na vse možne načine beži pred starostjo. Podobe starostnikov so kljub napredku gerontologije še vedno izkrivljene in polne predsodkov, stare ljudi se često prikazuje kot manj sposobne, nazadnjaške, težje prilagodljive in betežne. Temu pojavu, ki ga Pečjak (2007: 94) primerja z rasizmom in seksizmom, pravimo ageizem. Gre za diskriminacijo starosti in starostnikov. »Če je starost v družbi tabuizirana, vse generacije bežijo od nje, stara generacija pa pristane marginalizirana na družbenem robu.« (Šugman Bohinc et al. 2007: 57)

Ramovš (2001: 35-36) navaja pet vidikov osamljenosti v starosti:

- 1) Osamljenost v starosti je huda osebna stiska samih starih ljudi.
- 2) Osamljenost starih ljudi je huda socialna stiska za okolico starostnika. (Njihove otroke, sosede in različne strokovne službe, ki se ukvarjajo s starostnikom.)
- 3) Osamljenost starih ljudi je vzrok za socialno patologijo starih ljudi. (Samomori, alkoholizem, zasvojenosti.)
- 4) Osamljenost v starosti je psihosomatski izvor obolenja starih ljudi in slabega zdravljenja bolezni.
- 5) Osamljenost starih ljudi pogloblja prepad med staro in mlajšo ter srednjo generacijo. (Ta prepad škodi vsem trem generacijam. Mlado generacijo odreže od živega zgodovinskega spomina, ki je nujen za kontinuiteto človeške kulture. Srednja generacija izgubi možnost priprave na lastno kakovostno starost, stara generacija pa ostane marginalizirana.)

Osamljenost stari ljudje premagujejo na različne načine, nekateri tudi tako, da si za družbo omislijo psa. Občutek osamljenosti oblaži že sama prisotnost živali, psi pa posamezniku nudijo tudi priložnost, da preko njih vzpostavi nove odnose ali oživi stare. Wilkes (v Novak in Sudec 2015: 33) ugotavlja, da imajo sprehajalci psov v

povprečju več pogovorov z drugimi ljudmi kot ljudje, ki se sprehajajo sami. Pes je tisti, ki prebije začetno zadržanost do pogovora z neznancem.

Tudi Haker et al. (2000: 125-142) so naredili raziskavo v kateri so ugotovili, da živali povečajo stike med ljudmi, posledica tega pa sta večja socialna mreža in boljše psihično počutje lastnika živali.

2 PROBLEM

Ko sem se na začetku magistrskem študiju socialnega dela odločila za smer socialno delo s starimi ljudmi, je bilo prvo vprašanje ki sem si ga zastavila, kdo so stari ljudje v mojem življenju. Na žalost jih ni bilo veliko, stare starše sem zgodaj izgubila, hiter tempo sodobnega mestnega življenja me je oddaljil od sosedov vseh generacij, zanimanja in stvari s katerimi sem se ukvarjala v tistem obdobju niso imele veliko skupnega s starejšo generacijo ...

Po premisleku sem ugotovila, da so stari ljudje s katerimi pridem v stik v veliki večini tako kot jaz, lastniki psov. Srečam jih na sprehodih, kjer sprva željo po spoznanju pokažejo naši ljubljenci, posledično pa steče pogovor tudi med nami, njihovimi lastniki. Seveda najprej in največ o psih, a tudi o vsem ostalem.

Po spoznanju kako lahko psi povežejo različni generaciji in po številnih pogovorih s starimi ljudmi lastniki psov, sem dobila občutek, da imajo psi v življenju starega človeka prav poseben pomen. V raziskavi sem želela preveriti ali je temu res tako, pri tem sem se osredotočila na tiste stare ljudi, ki skupaj s psom dejansko živijo (njihov pes ne živi v pesjaku ali je na dvorišču privezan na verigi).

Z raziskavo sem želela odgovoriti na naslednja vprašanja:

- ❖ Zakaj se stari ljudje odločijo za psa?
- ❖ Kako pes vpliva na vsakdanje življenje starega človeka?
- ❖ Katere dejavnosti počnejo stari ljudje skupaj s psom?
- ❖ Kakšen vpliv ima pes na socialne interakcije starih ljudi?
- ❖ Ali kdo pomaga staremu človeku pri skrbi psa?
- ❖ Ali se, in če kako, zaradi psa spremenili odnosi starih ljudi z njihovimi zakonci, družinskimi člani in/ali z drugimi njim pomembnimi ljudmi?
- ❖ Kako pes vpliva na psihično in čustveno počutje starih ljudi?

3 METODOLOGIJA

3.1 VRSTA RAZISKAVE

Uporabila sem kvalitativno raziskavo, za katero je značino, da »sestavljajo osnovno izkustveno gradivo, zbrano v raziskovalnem procesu, besedni opisi ali pripovedi, in v kateri je to gradivo tudi obdelano in analizirano na beseden način brez uporabe merskih postopkov, ki dajo števila, in brez operacij nad števili.« (Mesec 2007b: 11) Raziskava je tudi deskriptivna ali opisna, z njo sem želela prikazati kakšen je pomen psa v življenju starega človeka.

3.2 MERSKI INSTRUMENT

Merski instrument, ki sem ga uporabila je bil delno strukturiran intervju. V naprej sem imela pripravljene zgolj smernice, teme o katerih sem želela povprašati stare ljudi lastnike psov.

Teme, ki so me zanimale so bile:

- ❖ Razlog zakaj so se odločili za psa
- ❖ Vloga psa v vsakdanje življenje starega človeka
- ❖ Dejavnosti, ki jih star človek počne skupaj s psom
- ❖ Vpliv psa na socialne interakcije starega človeka
- ❖ Kdo in kako pomaga staremu človeku pri skrbi za psa
- ❖ Vpliv psa na psihično in čustveno doživljanje, počutje starega človeka
- ❖ Morebitna sprememba odnosa starih ljudi z njihovimi zakonci, družinskimi člani in/ali z drugimi njim pomembnimi ljudmi kot posledica lastništva psa

3.3 VZOREC

V raziskavi je sodelovalo osem naključno izbranih lastnikov psov, šest žensk in dva moška. Vsi intervjuvanci so bili starejši od 65 let (njihova povprečna starost je bila dobrih 71 let), prav tako so vsi lastniki psov s svojimi pasjimi ljubljenci živeli skupaj

v hiši oziroma stanovanju (psov niso imeli zaprtih v pesjaki ali na vrtu privezanih na verige). Vzorec je bil neslučajnostni. Intervjuvance sem izbrala naključno med sprehajanjem s psom v enem izmed parkov v Ljubljani.

3.4 POSTOPEK ZBIRANJA PODATKOV

Zbiranje podatkov je potekalo v obliki delno strukturiranih intervjujev. Intervjuji so bili opravljeni septembra in oktobra 2015. Stare ljudi, ki so lastniki psov in, ki so bili pripravljeni sodelovati v raziskavi sem našla v ljubljanskih parkih med sprehodi s psi. Intervjuji so bili posneti na diktafon in na to za potrebe analize prepisani v obliki zgodb.

3.5 OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV

Zbrane podatke sem obdelala po metodi kvalitativne analize.

Raziskava je poekala po sledečih korakih:

a) Izbor relavantnih delov besedila

Posnete intervjuje sem prepisala v obliki zgodb. V gradivu sem podčrtala relavantne stavke oziroma dele besedila. Relavantnost sem upoštevala glede na zastavljen problem oziroma teme, ki so me zanimale.

Primer:

Joj, kužki so v mojem življenju že od vedno. Zrasel sem na kmetiji, veste? In doma smo bili precej oddaljeni od najbližjih sosedov. Zato smo mogli imeti psa čuvaja. Čeprav je bolj izgledal hud, kot je v resnici bil naš Fido. Res je bil moj najboljši prijatelj iz otroštva. In vsi kasnejši kužki so se prav tako imenovali po njem, torej Fido. Tako ima tudi danes Fida, mešančka s koker španielom. Veste sem že precej v letih in nisem več močan kot nekoč, zato tudi kuža ne more biti več tako velik, ker ga ne bi obvladal, če bi bil premočan zame. Me pa ohranja pri kondiciji kljub temu, saj greva dvakrat na dan ven na sprehod. Če sem povsem iskren, veste sem vdovec že 10 let,

in tudi kontakt s kakšno gospo vzpostavim s pomočjo mojega Fida. Krasen kuža (smeh) Res je priden, edino malo težave imam včasih, ko se moram skloniti in drekec pobrati. Veste križ me že daje. Drugače se pa fajn rihtava. Pred časom sva spoznala Jožico katera ima tudi psičko in sicer maltežanko.

b) Kodiranje

Izboru relevantnih delov besedila je sledilo kodiranje. Besednim sklopom, stavkom, posameznim izjavam sem pripisala bolj abstrakten pojem znotraj tem, ki so me zanimale.

Primer:

»kužki so v mojem življenju že od vedno« Že prej je imel psa.

»je bil moj najboljši prijatelj iz otroštva« Pes kot prijatelj.

»Me pa ohranja pri kondiciji kljub temu, saj greva dvakrat na dan ven na sprehod« Skrb za kondicijo. Sprehodi.

»tudi kontakt s kakšno gospo vzpostavim s pomočjo mojega Fida« Kontakt z nasprotnim spolom.

»Pred časom sva spoznala Jožico katera ima tudi psičko in sicer maltežanko« Spoznavanje ljudi.

c) Ureditev pojmov

Izpisala sem vse pojme, ki so spadali pod eno od kategorij: razlog za psa; vloga / vpliv psa na vsakdanje življenje starega človeka; dejavnosti, ki jih star človek počne skupaj s psom; vpliv psa na socialne interakcije starega človeka; vpliv psa na psihično in čustveno doživljanje starega človeka; sprememba odnosa starih ljudi z zakoncem, družinskim članom in/ali njim drugimi pomembnimi ljudmi kot posledica lastništva psa; pomoč staremu človeku pri skrbi za psa.

Primer:

Že prej je imel psa: Ralog za psa.

Pes kot prijatelj: Vloga psa v življenju starega človeka.

Sprehodi: Dejavnost s psom.

Kontakt z nasprotnim spolom: Vpliv psa na socialne interakcije starega človeka.

Spoznavanje ljudi: Vpliv psa na socialne interakcije starega človeka

4 REZULTATI IN RAZPRAVA

Razlogi za psa

Večina starih ljudi, ki sem jih intervjuvala, je psa imela že prej, le za dve intervjuvanki je pes s katerim živi sedaj njun prvi. Ena od njijun se je za psa odločila po prigovarjanju sina, da bi ji družba psa po smrti moža in odhodu sina v tujino koristila, druga pa je psa dobila za rojstnodnevno darilo od hčerke, ki je želela, da se njena mama več giba in se ji je zdel pes primerna vzpodbuda za to.

Najpogostejši razlog za psa, ki so ga intervjuvanci navedli je bila velika ljubezen do teh živali. Za intervjuvance ni pomembna le ljubezen, naklonjeno in sprejetost, ki so jih sami deležni od svojih psov, temveč tudi dejstvo, da s psom dobijo nekoga, ki mu ta čustva lahko vračajo. (*»Ja, psi me spremljalo skoraj celo moje življenje ... Preprosto si ne predstavljam življenja brez njih. Psi so krasna bitja, veliko boljša kot ljudje. Polni so veselja, topline, ljubezni in to jim z veseljem in brez strahu vrneš. Pes te namreč za razliko od ljudi nikoline zapusti, ne izda, ti ne laže ... res je kar pravijo, da je pes človekov najboljši prijatelj«.*)

Pomemben razlog, ki so ga navedli intervjuvancev za to, da so se odločili za psa je bila osamljenost. Na stara leta veliko ljudi ostane samih: službe, ki jim je zapolnila večino časa ni več, otroci so se odselili, zakonci in številni prijatelji umrli ... Pes je v očeh intervjuvancev nekdo, ki (vsaj delno) lahko nadomesti pomankanje človeških stikov, ki posamezniku pomaga, da se zopet vključi med ljudi in, ki je hkrati tudi sam prijetna družba.

Vloga / vpliv psa v vsakdanjem življenju starega človeka:

Starost spremljajo številne življenjske spremembe, od odhoda otrok iz družine, smrt zakonca, upokojitev in posledično več več prostega časa ... Vse te spremembe popolnoma spremenijo vsakdanjik starega človeka, med drugim porušijo strukro dneva. Pes v življenje starega človeka prinese potrebno rutino, saj potrebuje

vsakodnevno skrb: sprehode, hranjenje, pozornost ... Intervjuvanci so poročali kako je struktura njihovega dneva tesno povezana s skrbjo za psa: *»Moji dnevi so drugačni od kar imam njega (psa, opomba): zgodaj moram vstat, vsaj trikrat ga moram peljat na sprehod, dvakrat na dan mu dam za jest, vedno ob isti uri. Če pozabim me na to opozori, začne lajat.« / »Dan začnem s sprehom, po kosilu greva na drug sprehod, po tem pogledam tv in greva skupaj z Ronom spat ..« / »Pes potrebuje rutino, zjutraj recimo ne morem več še malo poležat, ker Aska pač mora lulat«.*

Po upokjiti ima človek več prostega časa, vendar to dejstvo ne prinaša veselje vsem upokojevcem. Nekateri znajo čas zapolniti z raznimi dejavnostmi in počnejo stvari, ki jih pred tem niso uspeli, za nekatere pa to predstavlja veliko težavo. Pes je družabnik, ki (staremu) človeku omogoča aktivno preživljanje prostega časa. Stare ljudi motivira telesno, saj potrebuje sprehode, igro (na primer metanje žogice ali palice, vlečenje vrvi ...), krtačenje kožuha, nego, božanje ... Zaradi psa so stari ljudje telesno aktivnejši, svoj prosti čas preživijo kakovostnejše, v naravi, na sprehodih ... : *»Včasih sem bila vedno v hiši, razen ko sem šla v trgovino. Gledala sem televizijo, reševala križanke, malo brala .. Zdaj bolj zapolnim svoj prosti čas. Sem na zraku, včasih se zaklepetam s kakšnim človekom. Lidna me prisili, da grem ven iz hiše in, da govorim z ljudmi. Ljudje me kar ustavijo, začnejo spraševati o Lindi ... Včasih govorimo le o njej, včasih pa še o drugih stvareh.« / ««Vesel sem, da me je (pes, opomba) »zvlekel« iz stanovanja. Da grem ven, na zrak, da malo hodim, naredim nekaj za svoje zdravje, se nadiham svežega zraka«*

Pes starega človeka ne motivira le telesno, temveč tudi duševno in socialno. Intervjuvanci so povedali, da jim lastništvo nad psom daje občutek lastne pomembnosti, prijetne odgovornosti, da morajo za nekoga skrbeti, da je na svetu nekdo, ki jih potrebuje. Fogle (2012: 13) pravi: *»Radi skrbimo za pse, ker imamo vse življenje potrebo, da bi vzgajali nekoga in skrbeli zanj, kar je med sesalci morda edinstveno«.*

Med starimi ljudmi in njihovimi psmi se prepletajo tesne vezi, zato ne preseneča dejstvo, da večina izmed intervjuvancev v svojem psu vidi enakovrednega

družinskega člana in prijatelja. (*»Arij je krasen pes in krasen prijatelj«. /« Tisti je bil bolj lovski kuža, kateri je spal zunaj, ta pa živi z nami notri, ker smo v bloku, zato je postal prav družinski član«.*)

Pes stare ljudi socialno motivira, saj je odličen razlog, da jih »zvleče« iz hiše, iz stanovanj, ven med ljudi. Zaradi psa se stari ljudje počutijo tudi manj osamljene : *»Že po nekaj dneh sem vedela, da bo Linda z mano za vedno, takoj sem jo vzljubila. Danes si ne predstavljam življenja brez nje. Ne počutim se več tako osamljene in zapuščena kot prej, saj imam njo. Lidna me prisili, da grem ven iz hiše in, da govorim z ljudmi. Ljudje me kar ustavijo, začnejo spraševati o Lindi ...«.*

Vpliv psa na socialne interakcije starega človeka:

Za vsakega ljubitelja psov je pes že sam po sebi odlična družba. Intervjuvanci so se s tem strinjali (*»Ari je zame najboljša družba«.*), poudarili pa so tudi dejstvo, da jih njihov pes poveže z drugimi ljudmi.

Pes staremu človeku pomaga vzpostaviti nove odnose z ljudmi. Prav zaradi psa k njim pristopijo ljudje različnih generacij in pričnejo pogovor. (*»Veliko je takih ljudi, ki me ogovorijo, ker želijo pobožati Nežo. To so predvsem otroci oziroma njihova starši, pa tudi drugi, ki imajo radi pse«. / »Kar pridejo do mene in me sprašujejo o Aski. Starejši ljudje, otroci, tudi mladina ... Se kar zaklepetamo.«*)

Zaradi psa stari ljudje bolje spoznajo svoje sosede (*»Odkar imam Aso sem spoznala kar nekaj sosedov«.*), se pogovarjajo z drugimi lastniki psov in navežejo stik z mlajšo generacijo: *»Živim blizu osnovne šole, zato vedno ko me vidijo z Arijem prileti kopica otrok in me sprašuje po njem, me prosi, če ga lahko pobožajo«.*

Pes staremu človeku pomaga ne le vzpostavljati temveč tudi ohranjati odnose s soljudmi. Največkrat gre za pogovore, znanstva in skupne sprehode z drugimi lastniki psov (*»Veliko se družimo, saj gremo trikrat na teden skupaj s psi na sprehod v Tivoli«./ »Nekaj nas je takih, ki sem redno zahajamo in se dobro poznamo«.*)

Nekateri intervjuvanci na sprehodih s psi ne marajo navezovati novih stikov (*»Vendar jaz nisem za prav dolge pogovore, bolj se pozdravimo, izmenjamo kakšno vljdnostno frazo, besedo ali dve o psih«.*), drugi z ljudmi, ki jih spoznajo preko psov spletejo prava prijateljstva: *»Dve sosedi sem spoznala na sprehodu s psom. Sedaj se kar redno dobivamom na kavi, enkrat na teden pri meni, drugače pri njima. Lahko rečem, da smo postale prave prijateljice«.*

Vpliv psa na psihično in čustveno doživljanje, počutje starega človeka:

Pes ugodno vpliva na psihično in čustveno počutje starega človeka: v njih vzbuja vzajemen občutek pripadnosti, ljubezni in naklonjenosti. (*»Nihče me nima tako rad kot ima ona men in jaz nimam nikogar tako rada kot imam rada njo«./ »Preprosto ga imam rada in vem, da ima on rad mene.«./ »Premore toliko ljubezni, naklonjenosti, razumevanja.«*)

Star človek se v družbi psa ne počuti osamljenega, psa vidi kot dobrega prijatelja, z njim se velikokrat pogovarja, ga boža, ljubkuje in poljublja ter na ta način zadovolji potrebo po nežnostni in ljubezni.

Za starega človeka je pomembno, da je v odnosu s psom lahko pristen na način kakršen sicer v družbi ni zaželen in pokaže tudi neprijetna čustva kot sta žalost in jok, vedoč, da ga za to pes ne bo obsojal. (*»Pred njo mi ni treba skrivat čustva. Ko jokam, jokam, Linde to ne spravlja v zadrego kot bi recimo druge ljudi. In me za to ne obsoja«.*) Prav tako si star človek v družbi psa dovoli biti nekoliko otročji (*»in bolj se spustimo na raven otroka v sebi, kadar smo z našo Kiki in njeno malčico«*).

Pes je za stare ljudi emocijalna opora v težkih trenutkih. (*»Zna me potolažiti, ko mi je hudo in razveseliti«.. /« Linda pa je tukaj ob meni, se stiska ob mojih nogah, me posluša in tolaži.«*)

Pes prinese v življenje starega človeka optimizem, veselje, smeh, prav tako s svojo prisotnostjo in igrivostjo pomaga pri težavah z depresijo. (*»Moj mož ima težave z*

depresijo in zdi se mi, da Aron dobro vpliva nanj. Manj je zagrenjen, Aron ga nasmeji, z njim se pogovarja, boža ga medtem ko gleda televizijo ...»)

Pomoč staremu človeku pri skrbi za psa

Pes potrebuje vsakdanjo skrb in nego: redne sprehode, hrano, vodo, pozornost ... Stari ljudje se na pomoč pri skrbi za psa največkrat obrnejo na sorodnike (otroke in vnuke) ter sosede. Ti jim pomagajo tako, da psa peljejo cepit proti steklini, ga skopajo, ga peljejo na sprehod kadar njihovi lastniki zbolijo ... Ena od intervjuvank je povedala, da ji večkrat priskočita na pomoč hči in vnuk. Kadar gresta z možem v toplice namreč vzameta njenega psa k sebi v varstvo, vnuk pa ji je pomagal tudi tako, da je s psom opravil malo šolo.

Sprememba odnosa starih ljudi z zakonci, družinskimi člani in/ali z drugimi njim pomembnimi ljudmi kot posledica lastništva psa:

Pes s svojo živahnostjo, prijaznostjo, neposrednostjo v družino starega človeka prinese pozitivno vzdušje. (»Odkar je z nama se mi zdi, da je vzdušje v hiši bolj veselo, živahno. Njegove vragolije naju z možem vedno spravijo v smeh, poleg tega je njegova dobra volja nalezljiva«.)

Pes je pomemben dejavnik, ki poveže zakonca, s svojo prisotnostjo spodbudi pogovor med njima in razbremeni konflikte. *(»Lahko bi rekla, da se tudi z možem boljše razumeva odkar imava Arona. Franci ima kadar je slabe volje svoje tihe ure ali celo dneve, in največkrat je Aron tisti, ki jih prekine. Naredi kaj smešnega in oba se nasmejiva, potem ga začneva skupaj božat, se pogovarjat z njim in potem tudi drug z drugim. Lahko rečem, da nama Aron zgolj s svojo prisotnostjo pomaga razbremeniti konflikte.«)*

Pes je povezovalni člen med družinskimi člani, pogosto je tema pogovora. Velikokrat odigra tudi vlogo mirovnika med družinskimi člani: *»Tudi z domačimi je nekako naš povezovalni člen. Tudi če se kdaj skregamo, o kužku zmeraj govorimo. Je nekakšen*

mirovnik med nami, saj nas pogosto tudi nasmeji in sproti Tako da ja, je pomemben faktor v naših življenjih.«

Pes pa lahko zbliža starega človeka tudi z njihovimi vnuki (»Mislim, da sem se preko Arija zbližal tudi s svojim vnukom, saj se prej nisva pogovarjala tako sproščeno kot se zdaj v družbi Arija«. / «Zdi se mi, da zdaj vnuki rajše prihajajo k meni, odkar imam Asko. Zdaj namreč postajajo najstniki in babica ni ravno najbolj zanimiva družba za njih«.)

5 SKLEPI

Raziskava je pokazala sledeče:

- ❖ Pes ugodno vpliva na življenje starega človeka.
- ❖ Stari ljudje gledajo na svojega psa kot na družinskega člana in prijatelja.
- ❖ Pes v življenje starega človeka prinese potrebno rutino.
- ❖ Pes starega človeka telesno (s sprehodi, nego, igro), duševno (igra, občutek odgovornosti, lastne pomembnosti, da moraš za nekoga skrbeti, da te nekdo potrebuje) in socialno aktivira.
- ❖ Zaradi psa se stari ljudje počutijo manj osamljene.
- ❖ Zaradi psa stari ljudje kakovostnejše preživljajo prosti čas (v naravi, na sprehodih ...).
- ❖ Pes v življenju starega človeka igra vlogo socialnega pomočnika, saj lastnikom pomaga vzpostavljati in ohranjati odnose z ljudmi.
- ❖ Pes ugodno vpliva na psihično in čustveno počutje starega človeka: v njih vzbuja vzajemen občutek pripadnosti, ljubezni, naklonjenosti.
- ❖ Pes je za stare ljudi emocionalna opora v težkih trenutkih.
- ❖ Pes v družino prinese pozitivno vzdušje, bolj poveže njihove člane, velikokrat je tisti, ki zgolj s svojo prisotnostjo pomaga pri razbremenitvi konfliktov.

6 PREDLOGI

Predlogi glede nadaljnega raziskovanja:

- ❖ V raziskavo vključiti večje število intervjuvancev.
- ❖ Izvesti raziskavo, ki bi vključevala tudi ruralno, ne le urbano prebivalstvo.
- ❖ Narediti primerjavo med pomenom psa za ljudi različnih generacij.

Predlogi za stroko socialnega dela:

- ❖ Seznaniti strokovno in širšo javnost o dobrem vplivu psov na življenje starih ljudi, vendar tudi o odgovornosti, ki jo lastništvo psa prinaša.
- ❖ Omogočiti starim ljudem, ki živijo v domovih za stare, da tam živijo skupaj s svojimi psi.
- ❖ Omogočiti terapije in aktivnosti s pomočjo psov starim ljudem, ki si tega želijo.
- ❖ Več strokovnih člankov na temo sobivanja starih ljudi in psov, saj je tovrstne literature v Sloveniji relativno malo.

7 LITERATURA

- Bahovec, I. (2005), Skupnosti: teorije, oblike, pomeni. Ljubljana: Sophia.
- McGreevy, P., Ginis, E. (2013), Psi. Izvor in značilnosti več kot 160 pasem z vsega sveta. Ljubljana: Tehniška založba Slovenije.
- Coren, S. (1996), Inteligenca psov: pasja zavest in sposobnost razmišljanja. Ljubljana: Dedal.
- Coren, S. (2001), Govorite po pasje? Umetnost sporazumevanja med človekom in psom. Ljubljana: Debora.
- Domanjko-Petrič, A. (1992), Osnove šolanja športnih, službenih in lovskih psov: priročnik za inštruktorje osnovnega šolanja vodnikov in psov ter vodenja tečajev. Ljubljana: Kinološka zveza Slovenije.
- Dragoš, S. (2004), Socialna omrežja: izvor socialnega kapitala. V: Novak, M. (2004), Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.
- Dragoš, S. (2000), Socialne mreže in starost. Socialno delo, 39, 4-5: 293-314.
- Dunphy, H. (2012), Psi. Naučite se razumeti svojega ljubljjenčka. Tržič: Učila International.
- Falappi, R. (2002), Psi. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Fogle, B. (1997), Enciklopedija psov. Ljubljana: Slovenska knjiga.
- Fogle, B. (2012), Vodnik za lastnike psov. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Grandin, T., Johnson C. (2012), Živali nas človečijo: kako živalim zagotoviti vredno življenje. Ljubljana: Modrijan.
- Hlebec, V., Kavčič, M., Filipovič Hrast, M., Vezovnik, A., Trbanc, M. (2010), Samo da bo denar in zdravje: življenje starih revnih ljudi. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Hlebec, V. (2004), Socialna omrežja starostnikov. V Novak, M., Omrežja socialne opore prebivalcev Slovenije. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.

Ilič, N. (2013), Terapija s pomočjo živali – kaj to je in kako jo lahko uporabim? Ljubljana: Lunba.

Jeger, R. (2013), Brez dlake na jeziku: o psih in ljudeh. Ljubljana: BP.

Krajnc, R., Berčič, H. (2008), Sožitje človeka in psa v športu. Ljubljana: Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, Inštitut za šport.

Klever, U. (1991), Velika knjiga o psih. Ljubljana: Dedal.

Lake, T. (1989), Osamljenost. Ljubljana: Mladinska knjiga.

Mali, J. (2006), Koncept totalne ustanove in domovi za stare. Socialno delo, 45, 1-2: 17-27.

Marinšek, M., Tušak, M. (2007), Človek-žival, zdrava naveza. Maribor: Založba Pivec.

Mesec, B. (2007), Metodologija raziskovanja v socialnem delu II. Študijsko gradivo, 2. izdaja. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Milivojević, Z. (2008), Emocije. Razumevanje čustev v psihoterapiji. Novi Sad: Psihopolis institut.

Millan, C., Peltier, M. J. (2012), Vodja krdela. Ljubljana: Tehniška založba Slovenije.

Novak, S., Sudec, J. (2015), Vpliv živali na kakovost življenja starih ljudi. Socialno delo, 54, 31-39.

Pečjak, V. (2007), Psihologija staranja. Bled: samozaložba.

Ramovš, J. (2003), Kakovostna starost. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in SAZU.

Ramovš, J. (2001), Osamljenost starih ljudi in možnosti za reševanje tega problema. Strokovni posvet. Kakovostna starost, časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko, 4., 3-4: 33-59.

Spadafori, G. (2013), Psi za telebane. Ljubljana: Pasadena.

Taylor, D. (1993), Vaš pes. Izčrpen vodnik za ljubitelje psov: kako živijo psi, kako ravnamo z njimi. Ljubljana: Državna založba Slovenije, Mladinska knjiga Založba.

Tedeschi, P., Fitchett, J. and Molidor, C .E. (2005), The Incorporation of Animal-Assisted Interventions in Social Work Education. Journal of Family Social Work, Volumen 9, issue 4: 59-77.

Thompson, R. A. (1995), Preventing child maltreatment through social support: a critical analysis. Thousand Oaks: Sage Publications.

Vidic, J. (2009), Življenje s psom. Ljubljana: Dedal.

Vreg, F. (1993), Vedenje psa. Skrivnostni svet življenja, vedenja, komuniciranja in učenja živih bitij. Ljubljana: Dedal.

Šugman Bohinc, L., Rapoša Tajnšek, P., Škerjanc, J. (2007). Življenjski svet uporabnika. Raziskovanje, ocenjevanje in načrtovanje uporabe virov za doseganje zelenih razpletov. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo

Wilkes, J. K. (2009), The role of companion animals in counseling and psychology: discovering their use in the therapeutic process. Springfield: Charles C. Thomas Publisher LTD.

SPLETNI VIRI:

Spletni vir 1: Ambasadorji nasmeha. Ideje za delo s starostniki (<http://ambasadorji-nasmeha.si/ideje-za-delo-s-starostniki>). Pridobljeno dne 22.2.2016.

Spletni vir 2: Juršič. Š, Aktivnosti s pomočjo živali (<http://ambasadorji-nasmeha.si/aktivnosti-s-pomocjo-zivali>). Pridobljeno dne 11.2.2016.

Spletni vir 3: O psih vodnikov (http://www.psipomocniki.org/index.php?option=com_content&view=article&id=3%3Ao-projektu&catid=1%3Ainfo&Itemid=1). Pridobljeno dne 14.2.2016.

8 PRILOGE

8.1 TEME, KI SO ME ZANIMALE PRI POGOVORIH

Razlog zakaj se star človek odločil za psa

Vloga in pomen psa v vsakdanje življenju starega človeka (Kaj pes pomeni v življenju starega človeka? Katere so dejavnosti, ki jih star človek počne skupaj s psom?)

Vpliv psa na socialne interakcije starega človeka (Ali pridejo stari ljudje preko psa v stik tudi z drugimi ljudmi in če, na kakšen način. Kdo so ljudje s katerimi na ta način vzpostavijo stik? O čem se pogovarjajo ...)

Vpliv psa na psihično in čustveno doživljanje, počutje starega človeka

Morebitna sprememba odnosa starih ljudi z njihovimi zakonskimi partnerji, družinskimi člani in/ali z drugimi njim pomembnimi ljudmi kot posledica lastništva psa

Ali kdo pomaga staremu človeku pri skrbi za psa?

8.2 PREPIS POGOVOROV

INTERVJU 1

Gospa, 73 let:

Psičko Nežo imam šest let, dobrih šest let. Prejšno psičko, Belo, sem imela štirinajst let. Že prej sem imela njeno mamo Lili, pa nemško ovčarko Koro, pa prej Pikija, Črta. Ja, psi me spremljalo skoraj celo moje življenje ... Preprosto si ne predstavljam življenja brez njih. Psi so krasna bitja, veliko boljša kot ljudje. Polni so veselja, topline, ljubezni in to jim z veseljem in brez strahu vrneš. Pes te namreč za razliko od ljudi nikoline zapusti, ne izda, ti ne laže ... res je kar pravijo, da je pes človekov najboljši prijatelj. Neža je moja najboljša prijateljica. Nihče me nima tako rad kot ima

ona mene in jaz nimam nikogar tako rada kot imam rada njo. Resnično. Tako rada se boža, se mota pod nogami, povsod mi sledi, večkrat se stisne k meni ... Seveda je pes tudi odgovornost in skrb. O tem niti nisem razmišljala, dokler nisem zbolela in na enkrat nisem mogla skrbet za Nežo, jo peljat na sprahod. Takrat sem prosila sosedo, hčerko in sina, da mi pomagata. Neizmerno hvaležna sem jim za to pomoč meni in moji Neži. To je bila prava organizacija ... kdo bo zjutraj vstal, peljal Nežo ven, pa popoldne, zvečer, kdo jo bo hranil ... Res so krasni ljudje, nisem pričakovala tolikšne pomoči in zelo smo se zbližali v tem času. Takrat ko sem bila v bolnici in obakrat, ko so mi operirali kolka. Po operaciji kolka je nujno, da človek hodi, ne da sedi in tako lahko rečem, da mi je Neža tudi zdravstveno pomagala, ko me je prisilila v sprehode (smeh). Zdaj spet odlično hodim in z Nežo sva spet v akciji. Večkrat greva v Tivoli, kjer jo spustim in ji mečem žogico. Tam so tudi drugi psi s katerimi se Neža igra. Medtem včasih rečem kakšno besedo z drugimi lastniki psov. Nekaj nas je takih, ki sem redno zahajamo in se dobro poznamo. Vedno pa srečaš tudi druge ljudi. Veliko je takih, ki me ogovorijo, ker želijo pobožati Nežo. To so predvsem otroci oziroma njihova starši, pa tudi drugi, ki imajo radi pse. Vendar jaz nisem za prav dolge pogovore, bolj se pozdravimo, izmenjamo kakšno vjdnostno frazo, besedo ali dve o psih, nič posebnega ... Edina oseba s katero sem se zbližala zaradi Neže je bila moja soseda Alenka in sin Peter ter hči Metka. Res so me presentili kako so mi pomagali, ko sem potrebovala njihovo pomoč in podporo.

INTERVJU 2

Gospa, 76 let:

Asko imam že skoraj tri leta. Dobila sem jo za rojstni dan od svoje hčere in njene družine. Skrbelo jih je za moje zdravje, da preveč kadim, se premalo gibam, nič nisem v naravi ... Računali so na to, da bo pes tisti, zaradi katerega bom, če nič drugega vsaj malo več hodila in bila tako vsaj malo telesno aktivna. Pa je res tako, trikrat na dan moram Asko peljati na sprehod, da se pokaka, polula, se malo sprehodi. K sreči so Višavski terjerji bolj umirjeni psi, ker prav dolgih sprehodov ne bi zmogla in tako greva malo okoli bloka in po soseski. Se pa res vseeno malo

razgibam na teh sprehodih, tudi nekaj kondicije sem pridobila. Malo sem v naravi, če se parku okoli bloka lahko reče narava, kadit pa nisem nehala (smeh). Se je pa moje življenje od kar imam Asko precej spremenilo. Pes potrebuje rutino, zjutraj recimo ne morem več še malo poležat, ker Aska pač mora lulat. Pa popoldne mora na sprehod in zvečer pa ob šestih zvečer ji moram dati jesti. Saj ne da se pritužujem ... Vse to je dobro tudi zame, prav je da imam obveznosti. Saj to so koec koncev prijetne obveznosti. In imam družbo. Prej sem bila navajena živeti sama, že dvanajst let sem vdova. Saj sem imela obiske, sploh hčerka in vnuki so pogosto prišli. Vendar je drugače, če z nekom ves čas živiš. Aska je z mano cel dan, skupaj vstaneva, skupaj greva spat. Včasih se pohecam, da sve prava mala družinica. Niti za trenukek nisem osamljena odkar imam Asko. Veliko se pogovarjam z njo, jo crkljam, skupaj gledava televizijo. Vnuki so jo naučili nekaj trikov, kako dati tačko, da zalajo, če rečeš »glas« in take stvari. Človek se ji res nasmeje. Vnuki imajo res veliko veselja z njo in mi pomagajo pri skrbi z njo. Zdi se mi, da zdaj rajše prihajajo k meni, odkar imam Asko. Zdaj namreč postajajo najstniki in babica ni ravno najbolj zanimiva družba za njih. Z Asko pa imajo veliko veselja, radi jo peljejo na sprehod, jo razvajajo, crkljaj. Mi tudi pomagajo v zvezi z njo, peljejo jo cepit proti steklini, jo umijejo. Tudi soseda mi je že pomagala, ko me en dan ni bilo, ker sem šla na pogreb, jo je peljala ven in ji dala za jest. K sreči ima rada pse. No, saj tukaj okoli našega bloka je veliko ljudi, ki imajo pse, odkar imam Asko sm jih kar nekaj spoznala. Prej sploh nisem vedela, da imam toliko sosedov! (smeh) Sedaj pa kar pridejo do mene in me sprašujejo o Aski. Starejši ljudje, otroci, tudi mladina ... Se kar zaklepetamo, posebno če je sogovornik tudi lastnik psa. Dve sosedi sem spoznala na ta način. Sedaj se kar redno dobivamom na kavi, enkrat na teden pri meni, drugače pri njima. Lahko rečem, da smo postale prave prijateljice.

INTERVJU 3

Gospa, 78 let:

Pri nas smo vedno imeli pse. Že ko sem bila otrok, potem, ko sem imela družino in zdaj, ko sva z možem sama. Vsi smo veliki ljubitelji psov, Aron je star dobro leto, sin

ga je pripeljal kmalu po tem, ko je prejšnji pes, Karo, umrl. Resda smo vsi veliki ljubitelji psov, ampak po pravici povedano sama nisem bila preveč navdušena nad njim, ker se mi zdi, da sva z možem prestara za tako živahnega psa. Hvala bogu, da imamo velik vrt, Aron je namreč premočan, preveč vleče, da bi ga z možem lahko vozila na sprehode. Najprej je sin seveda obljubljal kako bo on tisti, ki ga bo vozil na sprehode, pa vnuk, no, seveda so bili vsi kmalu preveč zasedeni za te stvari in tako večina odgovornosti pade name. Jaz sem tista, ki skrbim za Arona. Mu dajem za jest, pobiram dreke po vrtu, ga krtačim ... mož ga pa crklja in razvaja. No, saj to je dobro. Moj mož ima težave z depresijo in zdi se mi, da Aron dobro vpliva nanj. Manj je zagrenjen, Aron ga nasmeji, z njim se pogovarja, boža ga medtem ko gleda televizijo ... No, saj je tudi meni Aron prirasel k srcu. Preprosto ga imam rada in vem, da ima on rad mene. Odkar je z nama se mi zdi, da je vzdušje v hiši bolj veselo, živahno. Njegove vragolije naju z možem vedno spravijo v smeh, poleg tega je njegova dobra volja nalezljiva. Lahko bi rekla, da se tudi z možem boljše razumeva. Franci ima kadar je slabe volje svoje tihe ure ali celo dneve, in največkrat je Aron tisti, ki jih prekine. Naredi kaj smešnega in oba se nasmejiva, potem ga začneva skupaj božat, se pogovarjat z njim in potem tudi drug z drugim. Lahko rečem, da nama Aron zgolj s svojo prisotnostjo pomaga razbremeniti konflikte. Ni pa seveda vse tako idealno, Aron me večkrat prav hudo razjezi. Koliko lukenj je že skopal na vrtu ... Pa veliko laja in soseda se glede tega precej razburja. Tako, da ja imam tudi delo in skrb z Aronom. Mi pa večkrat priskočita na pomoč hči in vnuk. Če greva z možem v toplice ga vzameta k sebi, vnuk je šel z njim v malo šolo in občasno ga pelje na kakšen daljši sprehod.

INTERVJU 4

Gospa, 72 let:

Linda je moj prvi pes. Imam jo približno enajst mesecev. Sin je bil tist, ki me je spodbudil, da sem se odločila za njo in sem jo šla iskat v zavetišče. Zadnje dve leti mi ni bilo lahko. Najprej mi je umrl mož, po tem se je sin preselila v Francijo. Bila sem zelo osamljena, počutila sem se zapuščeno. Tine me je precej časa nagovarjal, naj si

kupim psa, da bi bilo to dobro zame. Kar nekaj časa sem oklevala, na koncu pa sem se odločila, da vzamem psa iz zavetišča. V reviji se bile slike psov, ki so iskali dom in takoj sem se zaljubila v manjšega kužka z dolgimi ušesi. Ko sem poklicala v zavetišče so rekli, da so kužka že oddali, da pa lahko vzamem kakšnega drugega psa. Na koncu sem se odločila za Lindo. Na začetku je tako, da dobiš psa iz zavetišča v poskusno dobo za en mesec. Že po nekaj dneh sem vedela, da bo Linda z mano za vedno, takoj sem jo vzljubila. Danes si ne predstavljam življenja brez nje. Ne počutim se več tako osamljene in zapuščena kot prej, saj imam njo. Velikokrat mi je še vedno težko, pogrešam moža in sina. Linda pa je tukaj ob meni, se stiska ob mojih nogah, me posluša in tolaži. Pred njo mi ni treba skrivat čustva. Ko jokam, jokam, Linde to ne spravlja v zadrego kot bi recimo druge ljudi. Pa veliko veselja mi prinese. Kolikokrat se ji nasmejim! Imam rahle težave z depresijo, ampak ko vidim Lindo tako veselo, polno energije, dobre volje ... res to dobro voljo, ta optimizem prenese tudi name. Linda je moja najboljša prijateljica. Premore toliko ljubezni, naklonjenosti, razumevanja. Tudi jaz jo imam zelo rada. Rada se pogovarjam z njo, jo božam, poljubljam. Tudi na sprehod grem rada z njo. Ko sem pred tedni zbolela, jo je sosedja peljala ven, pa tudi hrano ji je šla kupit. Sicer pa grem zelo rada sama na sprehode z njo, da sem v naravi. Včasih sem bila vedno v hiši, razan ko sem šla v trgovino. Gledala sem televizijo, reševala križanke, malo brala .. Zdaj bolj zapolnim svoj prosti čas. Sem na zraku, včasih se zaklepetam s kakšnim človekom. Lidna me prisili, da grem ven iz hiše in, da govorim z ljudmi. Ljudje me kar ustavijo, začnejo spraševati o Lindi ... Včasih govorimo le o njej, včasih pa še o drugih stvareh. Njavečkrat sicer živalih. Sm pa spoznala eno gospo, ki ima v bližini vrt in ji poleti malo pomagam pri zalivanju zelenjave, včasih mi da kakšno solato, por, jagode, rože
...

INTERVJU 5

Gospod, 68 let:

Joj, kužki so v mojem življenju že od vedno. Zrasel sem na kmetiji, veste? In doma smo bili precej oddaljeni od najbližjih sosedov. Zato smo mogli imeti psa čuvaja.

Čeprav je bolj izgledal hud, kot je v resnici bil naš Fido. Res je bil moj najboljši prijatelj iz otroštva. In vsi kasnejši kužki so se prav tako imenovali po njem, torej Fido. Tako ima tudi danes Fida, mešančka s koker španielom. Veste sem že precej v letih in nisem več močan kot nekoč, zato tudi kuža ne more biti več tako velik, ker ga ne bi obvladal, če bi bil premočan zame. Me pa ohranja pri kondiciji kljub temu, saj greva dvakrat na dan ven na sprehod. Če sem povsem iskren, veste sem vdovec že 10 let, in tudi kontakt s kakšno gospo vzpostavim s pomočjo mojega Fida. Krasen kuža (smeh) Res je priden, edino malo težave imam včasih, ko se moram skloniti in drekec pobrati. Veste križ me že daje. Drugače se pa fajn rihtava. Pred časom sva spoznala Jožico katera ima tudi psičko in sicer maltežanko. Veste, vsi smo si naklonjeni vsi, kužka in midva. Veliko se družimo, saj gremo trikrat na teden na sprehod v Tivoli. Zadnjič smo skupaj odšli na ljudsko kuhinjo. Kako smo se vsi najedli. (smeh) Drugače pa je zanimivo, da dokler sem bil poročen je kuhala žena. Nekako sem si rekel da to pač ni moko delo. Ko sem postal vdovec, so sprva zame oziroma mojo hrano skrbeli otroci, ko sem si na to omislil psa, za kar so me tudi oni nekako vzpodbudili, pa sem bil čez čas primoran začeti kuhati, saj je moj Fidek na starejša leta dobil težave s prebavo in kupljena hrana ni bila več v redu zanj. Kdo bi si mislil, da boš kdaj prijel za kuhavnico, so mi zadnjič djali otroci... Saj kuham tako amatersko bolj zase in za Frida (smeh). Tako da ja, lepo se imam s svojim Fido, Brez njega bi mi bilo zelo dolgčas in bil bi kar malo osamljen.

INTERVJU 6

Gospa, 65 let:

Živim z možem in hčerko, ki si je omislila psa. Čeprav smo imeli psa že pri meni doma, in smo ga imeli zelo radi, je bil tam drug odnos s kužkom, kot je ta z današnjim. Tisti je bil bolj lovski kuža, kateri je spal zunaj, ta pa živi z nami notri, ker smo v bloku, zato je postal prav družinski član. Prva je zanj skrbela hči, ki ga je naučila osnov, nato pa je punca dobila službo in je kuža in vzgoja zanj nekako prešla name in malo tudi na mojega moža. Vmes moram priznati smo imeli malce probleme poro odraščanju, vendar zdaj je super kuža. Dvakrat na dan hodim z njim ven jaz,

enkrat mož. Običajno hodimo zjutraj na bližnji hrib, kjer sem spoznala še nekaj ljudi kateri imajo kužke. Najprej so se začeli družiti oni, nato še mi lastniki. Šele zdaj vidim kako te pes dejansko lahko poveže z drugimi in tudi na nek način prisili, da si bolj aktiven, da greš ven tudi takrat ko bi včasih poležaval ob slabem vremenu. A čeprav je včasih težko se spraviti, je vedno nato dober občutek da narediš nekaj zase. Ker sem brez službe si ne predstavljam kako dolgčas bi bilo brez njega. Tudi z domačimi je nekako naš povezovalni člen. Tudi če se kdaj skregamo o kužku zmeraj govorimo. Je nekakšen mirovnik med nami, saj nas pogosto tudi nasmeji in sproti. Tako da ja, je pomemben faktor v naših življenjih. Brez njega bi bilo dolgčas, ne vem kdo bi nas povezoval in zabaval.

INTERVJU 7

Gospa, 67 let:

Moj sin je enkrat kar pripeljal beagla. Bila sem huda, čeprav imam zelo rada pse in sem v otrištvu tudi sama imela psa. Kiki nam je seveda takoj zlezla pod kožo. Danes jo razvajamo bolj kot nas same včasih. Kar naprej jo čohljamo, božamo, ljubkujemo ... Je prava lisička, nas ima vse naštudirane in nas tudi včasih obrne okoli. Ampak mi vsi, sin in mož se temu nasmejimo. Nikakor je ne moremo navaditi, da bi nehala gristi in ne uhajati. Ampak jo imamo kljub temu radi, ker je taka frajla. Dela lumaprije in tudi obiski se včasih bolj njej kot nam posvečajo (smeh). Drugače pa je naš družinski član, kateri je stalno za petami. Ker smo v hiši gremo na sprehod z njo enkrat na dan sicer pa leta okoli hiše, mečemo ji žogico, rada vleče vrv. Seveda pa spi notri na kavču. Kako smo jo razvadili (smeh) Najbolj se mi je vtisnilo v spomin, ko je imela mladičke, kar šest jih je bilo. Tisto je bilo veliko dela za vse nas, ampak tudi velikooooo veselja. Enega mladička smo obdržali in doma je pestro, kot da bi imeli vnuka (smeh). No ja mogoče tudi te še enkrat pridejo, ampak za zdaj nam prav tako nič ne manjka. Tudi več se pogovarjamo med sabo in bolj se spustimo na raven otroka v sebi, kadar smo z našo Kiki in njeno malčico. Ko se enkrat navadiš na psa, si ne morem predstavljati, da bi še kdaj bili brez njega in upam da nas bodo našo štirinožci še dolgo razveseljevali.

INTERVJU 8

Gospod, 74 let:

Za Arija sem se odločil po ženini smrti. Moja žena je bila dolgo bolna, do konca sem skrbel za njo .. Ko je umrla sem ostal popolnoma sam. Imam hči in vnuka, vendar živita na Dolenjskem. Bil sem zelo osamljen, zapuščen, vse je izgubilo smisel, zdelo se mi je, da me nihče več ne potrebuje ... Tičal sem v hiši, reševal sodukuje in križanke, malo bral in gledal televizijo. Potem sem videl, da tako ne morem več. Želel sem si nekoga, ki bi z mano delil vsak dan, ki bi olajšal mojo samoto, osamljenost. Tako sem posvojil posvojil Arija, starejšega nemškega ovčarjan iz zavetišča. Mislim, da kar dobro shajava drug z drugim. Ari je dobra družba, rad se boža, se stisne k mojim nogam. Zelo je priden in me vedno uboga. Tudi z drugimi ljudmi se sedaj več pogovarjam. Ko grem na sprehod z Arijem me številni ljudje ogovorijo in me sprašujejo o njem. Živim blizu osnovne šole, zato vedno ko me vidijo z Arijem prileti kopica otrok in me sprašuje po njem, me prosi, če ga lahko pobožajo. Tudi moj vnuk ga ima zelo rad. Večkrat se skupaj sprehodimo po okolici in mislim, da sem se preko Arija zbližal tudi s svojim vnukom, saj se prej nisva pogovarjala tako sproščeno kot se zdaj v družbi Arija. Mislim, da je bila moja odločitev, da posvojim Arija zelo pametna. Od kar imam njega nisem več sam. Priznam, da se pogovarjam z njim in vem, da me razume kar mu govorim, vidim to v njegovih očeh. Zna me potolažit in razveselit. Moji dnevi so drugačni od kar imam njega: zgodaj moram vstat, vsaj trikrat ga moram peljat na sprehod, dvakrat na dan mu dam za jest, Vedno ob isti uri. Če pozabim me nato opozori, začne lajat (smeh). Vesel sem, da me je »zvlekel« iz stanovanja. Da grem ven, na zrak, da malo hodim, za nadiham svežega zraka. Ari je krasen pes in krasen prijatelj.

8.3 IZPIS IZJAV

1 a ... psi me spremljalo skoraj celo moje življenje

1 b ... Psi so krasna bitja

1 c ... res je kar pravijo, da je pes človekov najboljši prijatelj

1 d ... Neža je moja najboljša prijateljica

1 e ... Nihče me nima tako rad kot ima ona men in jaz nimam nikogar tako rada kot imam rada njo

1 f ... Tako rada se boža, se mota pod nogami, povsod mi sledi, večkrat se stisne k meni

1 g ... Seveda je pes tudi odgovornost in skrb

1 h ... prosila sosedo, hčerko in sina, da mi pomagata.....zelo smo se zblížali v tem času

1 i ... so mi pomagali (soseda, otroci, opomba), ko sem potrebovala njihovo pomoč in podporo....

1 j ... Tudi soseda mi je že pomagala

1 k ... Večkrat greva v Tivoli

1 l ... in ji mečem žogico

1 m ... Neža tudi zdravstveno pomagala, ko me je prisilila v sprehode

1 n ... Nekaj nas je takih, ki sem redno zahajamo in se dobro poznamo

1 o ... Veliko je takih, ki me ogovorijo, ker želijo pobožati Nežo. To so predvsem otroci oziroma njihova starši, pa tudi drugi, ki imajo radi pse.

1 p ... Vendar jaz nisem za prav dolge pogovore, bolj se pozdravimo, izmenjamo kakšno vljudnostno frazo, besedo ali dve o psih

- 1 r ... Pes te namreč za razliko od ljudi nikoli ne zapusti, ne izda, ti ne laže
- 2 a ... Dobila sem jo za rojstni dan od svoje hčere in njene družine. Skrbelo jih je za moje zdravje, da preveč kadim, se premalo gibam, nič nisem v naravi
- 2 b ... trikrat na dan moram Asko peljati na sprehod
- 2 c ... malo razgibam na teh sprehodih, tudi nekaj kondicije sem pridobila
- 2 d ... Malo sem v naravi
- 2 e ... Pes potrebuje rutino, zjutraj recimo ne morem več še malo poležat, ker Aska pač mora lulat
- 2 f ... prav je da imam obveznosti. Saj to so koec koncev prijetne obveznosti.
- 2 g ... In imam družbo (psa, opomba)
- 2 h ... Aska je z mano cel dan, skupaj vstaneva, skupaj greva spat.
- 2 i ... Včasih se pohecam, da sve prava mala družinica
- 2 j ... Niti za trenukek nisem osamljena odkar imam Asko.
- 2 k ... odkar imam Asko sm jih kar nekaj spoznala (sosedov)
- 2 l ... kar pridejo do mene in me sprašujejo o Ask. Starejši ljudje, otroci, tudi mladina ... Se kar zaklepetamo
- 2 m ... Dve sosedi sem spoznala na ta način. Sedaj se kar redno dobivamom na kavi, enkrat na teden pri meni, drugače pri njima. Lahko rečem, da smo postale prave prijateljice.
- 2 n ... Veliko se pogovarjam z njo, jo crkljam, skupaj gledava televizijo.
- 2 m ... Človek se ji res nasmeje
- 2 o ... Zdi se mi, da zdaj rajše prihajajo k meni, odkar imam Asko. Zdaj namreč postajajo najstniki in babica ni ravno najbolj zanimiva družba za njih

2 p ... Mi tudi (vnuki, opomba) pomagajo v zvezi z njo, peljejo jo cepit proti steklini, jo umijejo.

3 a ... Pri nas smo vedno imeli pse.

3 b ... Vsi smo veliki ljubitelji psov

3 c ... Jaz sem tista, ki skrbim za Arona. Mu dajem za jest, pobiram dreke po vrtu, ga krtačim

3 d ... Moj mož ima težave z depresijo in zdi se mi, da Aron dobro vpliva nanj

3 e ... Manj je zagrenjen, Aron ga nasmeji, z njim se pogovarja, boža ga medtem ko gleda televizijo ...

3 f ... Preprosto ga imam rada in vem, da ima on rad mene.

3 g ... Aron me večkrat prav hudo razjezi. Koliko lukenj je že skopal na vrtu ...

3 h ... Pa veliko laja in soseda se glede tega precej razburja.

3 i ... Odkar je z nama se mi zdi, da je vzdušje v hiši bolj veselo, živahno. Njegove vragolije naju z možem vedno spravijo v smeh, poleg tega je njegova dobra volja nalezljiva

3 j ... Lahko bi rekla, da se tudi z možem boljše razumeva. Franci ima kadar je slabe volje svoje tihe ure ali celo dneve, in največkrat je Aron tisti, ki jih prekine. Naredi kaj smešnega in oba se nasmejiva, potem ga začneva skupaj božat, se pogovarjat z njim in potem tudi drug z drugim. Lahko rečem, da nama Aron zgolj s svojo prisotnostjo pomaga razbremeniti konflikte.3 k ...

3 k... Mi pa večkrat priskočita na pomoč hči in vnuk. Če greva z možem v toplice ga vzameta k sebi, vnuk je šel z njim v malo šolo in občasno ga pelje na kakšen daljši sprehod.

4 a ... Sin je bil tist, ki me je spodbudil, da sem se odločila za njo

4 b ... Bila sem zelo osamljena, počutila sem se zapuščeno

4 c ... takoj sem jo vzljubila

- 4 d ... Danes si ne predstavljam življenja brez nje
- 4 e ... Ne počutim se več tako osamljene in zapuščena kot prej, saj imam njo.
- 4 f ... Linda pa je tukaj ob meni, se stiska ob mojih nogah, me posluša in tolaži.
- 4 g ... Pred njo mi ni treba skrivat čustva. Ko jokam, jokam, Linde to ne spravlja v zadrego kot bi recimo druge ljudi
- 4 h ... Pa veliko veselja mi prinese. Kolikokrat se ji nasmejim
- 4 i ... res to dobro voljo, ta optimizem prenese tudi name.
- 4 j ... Linda je moja najboljša prijateljica
- 4 k ... Premore toliko ljubezni, naklonjenosti, razumevanja.
- 4 l ... Tudi jaz jo imam zelo rada
- 4 m ... Rada se pogovarjam z njo, jo božam, ljubkujem poljubljam.
- 4 n ... Tudi na sprehod grem rada z njo
- 4 o ... Včasih sem bila vedno v hiši, razen ko sem šla v trgovino. Gledala sem televizijo, reševala križanke, malo brala .. Zdaj bolj zapolnim svoj prosti čas.
- 4 p ... Ljudje me kar ustavijo, začnejo spraševati o Lindi ... Včasih govorimo le o njej, včasih pa še o drugih stvareh. Njavečkrat sicer živalih.
- 4 r ... Sm pa spoznala eno gospo, ki ima v bližini vrt in ji poleti malo pomagam pri zalivanju zelenjave, včasih mi da kakšno solato, por, jagode, rože
- 5 a ... kužki so v mojem življenju že od vedno
- 5 b ... Res je bil moj najboljši prijatelj iz otroštva
- 5 c ... Me pa ohranja pri kondiciji kljub temu, saj greva dvakrat na dan ven na sprehod.
- 5 d ... tudi kontakt s kakšno gospo vzpostavim s pomočjo mojega Fida
- 5 e ... Pred časom sva spoznala Jožico katera ima tudi psičko in sicer maltežanko.

5 f ... čas primoran začeti kuhati, saj je moj Fidek na starejša leta dobil težave s prebavo in kupljena hrana ni bila več v redu zanj.

5 g ... Tako da ja, lepo se imam s svojim Fido, Brez njega bi mi bilo zelo dolgčas in bil bi kar malo osamljen.

6 a ... smo imeli psa že pri meni doma,

6 b ... in smo ga imeli zelo radi

6 c ... postal prav družinski član

6 d ... Dvakrat na dan hodim z njim ven jaz, enkrat mož

6 e ... Običajno hodimo zjutraj na bližnji hrib, kjer sem spoznala še nekaj ljudi kateri imajo kužke. Najprej so se začeli družiti oni, nato še mi lastniki. Šele zdaj vidim kako te pes dejansko lahko poveže z drugimi

6 f ... na nek način prisili, da si bolj aktiven, da greš ven tudi takrat ko bi včasih poležaval ob slabem vremenu

6 g ... Ker sem brez službe si ne predstavljam kako dolgčas bi bilo brez njega

6 h ... Tudi z domačimi je nekako naš povezovalni člen. Tudi če se kdaj skregamo o kužku zmeraj govorimo. Je nekakšen mirovnik med nami, saj nas pogosto tudi nasmeji in sproti Tako da ja, je pomemben faktor v naših življenjih.

7 a ... imam zelo rada pse

7 b ... sem v otrištvu tudi sama imela psa

7 c ... Kiki nam je seveda takoj zlezla pod kožo

7 d .. Danes jo razvajamo bolj kot nas same včasih. Kar naprej jo čohljamo, božamo, ljubkujemo

7 e ... Je prava lisička, nas ima vse naštudirane in nas tudi včasih obrne okoli. Ampak mi vsi, sin in mož se temu nasmejimo

7 f ... obiski se včasih bolj njej kot nam posvečajo

7 g ... družinski član,

7 h ... hiši gremo na sprehod z njo enkrat na dan sicer pa leta okoli hiše, mečemo ji žogico, rada vleče vrv

7 i ... Tudi več se pogovarjamo med sabo

7 j ... in bolj se spustimo na raven otroka v sebi, kadar smo z našo Kiki in njeno malčico

7 k ... Ko se enkrat navadiš na psa, si ne morem predstavljati, da bi še kdaj bili brez njega

8 a ... Želel sem si nekoga, ki bi z mano delil vsak dan, ki bi olajšal mojo samoto, osamljenost. Tako sem posvojil posvojil Arija, starejšega nemškega ovčarjan iz zavetišča.

8 b ... rad se boža, se stisne k mojim nogam.

8 c Tudi z drugimi ljudmi se sedaj več pogovarjam. Ko grem na sprehod z Arijem me številni ljudje ogovorijo in me sprašujejo o njem. Živim blizu osnovne šole, zato vedno ko me vidijo z Arijem prileti kopica otrok in me sprašuje po njem, me prosi, če ga lahko pobožajo.

8 d ... mislim, da sem se preko Arija zblížal tudi s svojim vnukom, saj se prej nisva pogovarjala tako sproščeno kot se zdaj v družbi Arija.

8 e ... Od kar imam njega nisem več sam

8 f ... Priznam, da se pogovarjam z njim in vem, da me razume kar mu govorim, vidim to v njegovih očeh.

8g ... Zna me potolažiti, ko mi je hudo in razveselit.

8 h ... Moji dnevi so drugačni od kar imam njega: zgodaj moram vstat, vsaj trikrat ga moram peljat na sprehod, dvakrat na dan mu dam za jest, Vedno ob isti uri. Če pozabim me nato opozori, začne lajat (smeh).

8i ... Vesel sem, da me je »zvlekel« iz stanovanja. Da grem ven, na zrak, da malo hodim, za nadiham svežega zraka

8j ... Arij je krasen prijatelj.

8.4 ANALIZA IN RAZVRSTITEV IZJAV IN KOD INTERVJUANCEV

Tabela 8.1 Razlogi za psa

Številka intervjuvanca:	Izjava:	Koda:
1a	psi me spremljalo skoraj celo moje življenje	Že prej je imela psa.
1b	Psi so krasna bitja	Ljubezen do psov.
2a	Dobila sem jo za rojstni dan od svoje hčere in njene družine. Skrbelo jih je za moje zdravje, da preveč kadim, se premalo gibam, nič nisem v naravi	Darilo kot motivacija za več gibanja
3a	Pri nas smo vedno imeli pse.	Že prej so imeli pse
3b	Vsi smo veliki ljubitelji psov	Ljubezen do psov
4a	Sin je bil tist, ki me je spodbudil, da sem se odločila za njo zaradi osamljenosti	Osamljenost.
4b	Bila sem zelo osamljena, počutila sem	Osamljenost.

	se zapuščeno	
4c	takoj sem jo vzljubila	Ljubezen do psa.
5a	kužki so v mojem življenju že od vedno	Že prej so imeli pse.
5b	Res je bil moj najboljši prijatelj iz otroštva.	Pes pristelj iz otroštva
6a	smo imeli psa že pri meni doma,	Že prej so imeli psa.
6b	in smo ga imeli zelo radi	Ljubezen do psov.
7a	imam zelo rada pse	Ljubezen do psov
7b	sem v otroštvu tudi sama imela psa	Že prej imela psa.
1r	Pes te namreč za razliko od ljudi nikoli ne zapusti, ne izda, ti ne laže	Pes kot iskren prijatelj.
7a	Želel sem si nekoga, ki bi z mano delil vsak dan, ki bi olajšal mojo samoto, osamljenost. Tako sem posvojil posvojil Arija, starejšega nemškega ovčarjan iz zavetišča.	Osamljenost

Razlog za psa:

- Že prej so imeli pse (1a, 3a, 5a, 5b, 6a, 7b).
- Ljubezen do psov (1b, 3b, 4c, 6b, 7a, 1r).
- Pes kot vzpodbuda za gibanje (2a).
- Osamljenost (4a, 4b, 7a).

Tabela 8.2 Vloga/vpliv psa na vsakdanje življenje starega človeka

Številka intervjuvanca:	Izjava:	Koda:
1c	res je kar pravijo, da je pes človekov najboljši prijatelj	Pes kot prijatelj
1d	... Neža je moja najboljša prijateljica	Pes kot prijatelj
1g	Seveda je pes tudi odgovornost in skrb	Odgovornost in skrb
1m	Neža tudi zdravstveno pomagala, ko me je prisilila v sprehode	Pes prisili v sprehode.
1k	Večkrat greva v Tivoli	Sprehodi
1l	in ji mečem žogico	Metanje žogice
2b	trikrat na dan moram Asko peljati na sprehod	Sprehodi
2c	malo razgibam na teh sprehodih, tudi nekaj kondicije sem pridobila	Sprehodi, pridobitev kondicije.
2d	Malo sem v naravi	Preživljanje časa v naravi.
2e	Pes potrebuje rutino, zjutraj recimo ne morem več še malo poležat, ker Aska pač mora lulat	Pes prinese rutino.
2f	prav je da imam obveznosti. Saj to so koec koncev prijetne obveznosti.	Prijetne obveznosti.
2g	In imam družbo (psa, opomba)	Družba.

2h	Aska je z mano cel dan, skupaj vstaneva, skupaj greva spat.	Družba.
2i	Včasih se pohecam, da sve prava mala družinica	Pes kot družinski član.
3c	Jaz sem tista, ki skrbim za Arona. Mu dajem za jest, pobiram dreke po vrtu, ga krtačim	Vsakodnevna skrb: higiene, hranjenje, nega.
3d	Moj mož ima težave z depresijo in zdi se mi, da Aron dobro vpliva nanj	Dober vpliv psa na razpoloženje.
4j	Linda je moja najboljša prijateljica	Pes kot prijatelj
4n	Tudi na sprehod grem rada z njo	Sprehod.
4o	Včasih sem bila vedno v hiši, razan ko sem šla v trgovino. Gledala sem televizijo, reševala križanke, malo brala .. Zdaj bolj zapolnim svoj prosti čas.	Kakovostnejše preživljanje prostega časa.
5c	Me pa ohranja pri kondiciji kljub temu, saj greva dvakrat na dan ven na sprehod.	Ohranjanje kondicije. Sprehodi
5f	čas primoran začeti kuhati, saj je moj Fidek na starejša leta dobil	Priprava hrane za psa.

	težave s prebavo in kupljena hrana ni bila več v redu zanj.	
6c	postal prav družinski član	Družinski član.
6d	Dvakrat na dan hodim z njim ven jaz, enkrat mož	Sprehodi.
6f	na nek način prisili, da si bolj aktiven, da greš ven tudi takrat ko bi včasih poležaval ob slabem vremenu	Pes prisilil k aktivnosti.
6g	Ker sem brez službe si ne predstavljam kako dolgčas bi bilo brez njega	Prijetna družba, zapolni prosti čas.
7c	Kiki nam je seveda takoj zlezla pod kožo	Ljbljenček
7d	Danes jo razvajamo bolj kot nas same včasih. Kar naprej jo čohljamo, božamo, ljubkujemo	Razvajanje. Nežnosti.
7g	družinski član,	Družinski član
7h	hiši gremo na sprehod z njo enkrat na dan sicer pa leta okoli hiše, mečemo ji žogico, rada vleče vrv	Sprehod, skupne dejavnosti (metanje žogice, vlečenje vrvi)
8i	Vesel sem, da me je »zvlekel« iz stanovanja. Da grem ven, na zrak, da malo hodim, za	Zaradi psa gre ven iz stanovanja, na sprehod, v naravo

	nadiham svežega zraka	
8h	Moji dnevi so drugačni od kar imam njega: zgodaj moram vstat, vsaj trikrat ga moram peljat na sprehod, dvakrat na dan mu dam za jest, Vedno ob isti uri. Če pozabim me nato opozori, začne lajat (smeh).	Rutina. Struktura dneva s sprehodi, hranjenjem ob določeni uri.

Vloga in vpliv psa na vsakdanje življenje starega človeka:

- Stari ljudje vidijo psa kot prijatelja (1c, 1d, 4j), ljubljénčka (7c), kot odgovornost in skrb (1g), kot prijetno obveznost (2f), družbo (2g, 2h, 6g), kot družinskega člana (2i, 6c, 7g)

- Dejavnosti, ki jih stari ljudje počnejo skupaj s psom: sprehodi (1m, 2b, 1k, 2c, 4n, 6d), metanje žogice (1l, 7h), preživljanje časa v naravi (2d, 8h).

Zaradi psa stari ljudje bolj kakovostno preživijo prosti čas (4o), pes jim s sprehodi pomaga ohranjati kondicijo (5c).

- Pes v življenje starega človeka prinese rutino (2e), strukturo dneva s sprehodi in hranjenjem ob določeni uri (8h) in dobro vpliva na razpoložene starega človeka (3d).

Tabela 8.3 Vpliv psa na socialne interakcije starega človeka

Številka intervjuvanca:	Izjava:	Koda:
1m	rečem kakšno besedo z drugimi lastniki psov	Pogovor z drugimi lastniki psov
1n	Nekaj nas je takih, ki sem redno zahajamo in se dobro poznamo	Znanstva z lastniki psov.
1o	Veliko je takih, ki me ogovorijo, ker želijo pobožati Nežo. To so predvsem otroci oziroma njihova starši, pa tudi drugi, ki imajo radi pse.	Pogovori z otroki (povezava med generacijami), drugimi ljubitelji psov.
1p	Vendar jaz nisem za prav dolge pogovore, bolj se pozdravimo, izmenjamo kakšno vpljnostno frazo, besedo ali dve o psih	Vpljnostne fraze, pogovori o psih.
2k	odkar imam Asko sm jih kar nekaj spoznala (sosedov)	Preko psa spozna sosede.
2l	kar pridejo do mene in me sprašujejo o Aski. Starejši ljudje, otroci, tudi mladina ... Se kar zaklepetamo	Klepeti z različnimi generacijami zaradi prisotnosti psa.
2m	Dve sosedi sem spoznala na ta način. Sedaj se kar redno dobivamom na kavi,	Preko psa spoznala prijateljici.

	enkrat na teden pri meni, drugače pri njima. Lahko rečem, da smo postale prave prijateljice.	
4p	Ljudje me kar ustavijo, začnejo spraševati o Lindi ... Včasih govorimo le o njej, včasih pa še o drugih stvareh. Njavečkrat sicer živalih.	Pogovori z neznanci.
4r	Sm pa spoznala eno gospo, ki ima v bližini vrt in ji poleti malo pomagam pri zalivanju zelenjave, včasih mi da kakšno solato, por, jagode, rože	Novo prijateljstvo.
5d	tudi kontakt s kakšno gospo vzpostavim s pomočjo mojega Fida	Vzpostavljanje kontakta.
5e	Pred časom sva spoznala Jožico katera ima tudi psičko in sicer maltežanko.	Novo prijateljstvo.
5f	Veliko se družimo, saj gremo trikrat na teden na sprehod v Tivoli.	Druženje, skupni sprehodi.
6e	Običajno hodimo zjutraj na bližnji hrib, kjer sem spoznala še nekaj ljudi	Druženje z lastniki drugih psov.

	kateri imajo kužke. Najprej so se začeli družiti oni, nato še mi lastniki. Šele zdaj vidim kako te pes dejansko lahko poveže z drugimi	
7f	obiski se včasih bolj njej kot nam posvečajo	Pes je v družbi v središču pozornosti.
8c	Tudi z drugimi ljudmi se sedaj več pogovarjam. Ko grem na sprehod z Arijem me številni ljudje ogovorijo in me sprašujejo o njem. Živim blizu osnovne šole, zato vedno ko me vidijo z Arijem prileti kopica otrok in me sprašuje po njem, me prosi, če ga lahko pobožajo.	Pogovor z drugimi ljudmi. Pogovor z otroki.
8 e	Od kar imam njega nisem več sam	Pes kot družba.

Vpliv psa na socialne interakcije starega človeka:

- Pogovori in znanstva z drugimi lastniki psov (1m, 1n, 2l)
- Pogovori z otroki (medgeneracijski pogovori (1o, 8c)
- Star človek preko psa spozna sosede (2k)
- Preko psa spozna nove prijatelje (2m, 4r, 5e)
- Pogovor z neznanci (4p)
- Druženje z lastniki psov, skupni sprehodi (6e)
- Pes kot družba (8e)

Tabela 8.4 Vpliv psa na psihično in čustveno doživljanje starega človeka

Številka intervjuvanca:	Izjava:	Koda:
1e	Nihče me nima tako rad kot ima ona men in jaz nimam nikogar tako rada kot imam rada njo	Obojestranska ljubezen med lastnikom in psom.
1f	Tako rada se boža, se mota pod nogami, povsod mi sledi, večkrat se stisne k meni	Nežnosti, družabnost.
2j	Niti za trenukek nisem osamljena odkar imam Asko.	Ne počuti se več osamljene.
2n	Veliko se pogovarjam z njo, jo crkljam, skupaj gledava televizijo.	Pogovor s psom. Božanje.
2m	Človek se ji res nasmeje	Smeš.
3e	Moj mož ima težave z depresijo in zdi se mi, da Aron dobro vpliva nanj. Manj je zagrenjen, Aron ga nasmeji, z njim se pogovarja, boža ga medtem ko gleda televizijo ...	Pozitivni vplivi psa proti depresiji. Manj zagrenjenosti. Smeh. Pogovor s psom, božanje, ljubkovanje.
3f	Preprosto ga imam rada in vem, da ima on rad mene	Obojestranska ljubezen med lastnikom in psom.
3g	Aron me večkrat prav hudo razjezi. Koliko lukenj je že skopal na vrtu ...	Jeza na psa.

4d	Danes si ne predstavljam življenja brez nje	Navezanost na psa.
4e	Ne počutim se več tako osamljene in zapuščena kot prej, saj imam njo.	Ne počuti se več osamljene.
4f	Linda pa je tukaj ob meni, se stiska ob mojih nogah, me posluša in tolaži.	Pes kot družba, tolažba.
4g	Pred njo mi ni treba skrivat čustva. Ko jokam, jokam, Linde to ne spravlja v zadrego kot bi recimo druge ljudi	Pristnost v odnosu; lahko pokaže neprijetna čustva (jok, žalost).
4h	Pa veliko veselja mi prinese. Kolikokrat se ji nasmejim	Veselje. Smeh.
4i	res to dobro voljo, ta optimizem prenese tudi name.	Pes prinese optimizem.
4k	Premore toliko ljubezni, naklonjenosti, razumevanja.	Ljubezen, naklonjenost s strani psa,
4l	Tudi jaz jo imam zelo rada	Ljubezen do psa.
4m	Rada se pogovarjam z njo, jo božam, ljubkujem poljubljam.	Pogovor s psom. Nežnosti (božanje, ljubkovanje, poljubljanje)
5g	Tako da ja, lepo se imam s svojim Fido, Brez njega bi mi bilo	Pes je prijetna družba, ne počutiš se osamljen, ni ti dolgčas.

	zelo dolgčas in bil bi kar malo osamljen.	
7j	in bolj se spustimo na raven otroka v sebi, kadar smo z našo Kiki in njeno malčico	Dovolit si bit otročji v družbi psa.
7k	Ko se enkrat navadiš na psa, si ne morem predstavljati, da bi še kdaj bili brez njega	Navezanost na psa
8b	rad se boža, se stisne k mojim nogam.	Božanje. Nežnosti.
8j	Arij je krasen prijatelj	Prijateljstvo.
8f	Priznam, da se pogovarjam z njim in vem, da me razume kar mu govorim, vidim to v njegovih očeh	Pogovor s psom. Občutek, da ga pes razume.
8g	Zna me potolažiti, ko mi je hudo in razveselit.	Tolažba s strani psa. Pes te razveseli.

Vpliv psa na psihično in čustveno doživljanje starega človeka:

- Obojestranska ljubezen med psom in lastnikom (1e, 3f, 4k, 4l)
- Božanje, nežnosti, ljubkovanje, poljubljanje (1f, 2n, 4m, 8b)
- Star človek se s psom ne počuti več osamljenega (2j, 4e, 5g)
- Pogovor s psom (2n, 4m, 8f)
- Star človek se nasmeje psu (2m), prinaša mu veselje (4h).
- Pozitivni vplivi psa proti depresiji. Manj zagrenjenosti. Smeh. Pogovor s psom, božanje, ljubkovanje.(3e)
- Jeza na psa (3f)
- Navezanost na psa (4d, 7k)
- Pes kot tolažnik (4f, 8g)

- Pristnost v odnosu; lahko pokaže neprijetna čustva (jok, žalost). (4g)
- Pes prinese optimizem (4i)
- Dovoljš si biti otročji v družbi psa (7j)
- Prijateljstvo (8j)

Tabela 8.5 Sprememba odnosa starih ljudi z zakonci, družinskimi člani in/ali njim drugimi pomembnimi ljudmi kot posledica lastništva psa

Številka intervjuvanca:	Izjava:	Koda:
1h	prosila sosedo, hčerko in sina, da mi pomagata.....zelo smo se zblížali v tem času	Pomoč s strani sosede, hčerke in sina zblíža.
2o	Zdi se mi, da zdaj rajše prihajajo k meni, odkar imam Asko. Zdaj namreč postajajo najstniki in babica ni ravno najbolj zanimiva družba za njih	Vnuki zaradi psa raje obiskujejo babico.
3i	Odkar je z nama se mi zdi, da je vzdušje v hiši bolj veselo, živahno. Njegove vragolije naju z možem vedno spravijo v smeh, poleg tega je njegova dobra volja nalezljiva	Bolj veselo, živahno vzdušje v hiši. Zakonca se skupaj smejeta psu.
3j	Lahko bi rekla, da se tudi z možem boljše razumeva. Franci ima kadar je slabe volje svoje tihe ure ali celo dneve, in največkrat je Aron tisti, ki	Zaradi psa se bolje razume z zakoncem. Pes s svojo prisotnostjo spodbudi pogovor in razbremeni konflikte.

	jih prekine. Naredi kaj smešnega in oba se nasmejiva, potem ga začneva skupaj božat, se pogovarjat z njim in potem tudi drug z drugim. Lahko rečem, da nama Aron zgolj s svojo prisotnostjo pomaga razbremeniti konflikte.	
3h	Pa veliko laja in soseda se glede tega precej razburja.	Jeza soseda zaradi laježa psa.
6h	Tudi z domačimi je nekako naš povezovalni člen. Tudi če se kdaj skregamo o kužku zmeraj govorimo. Je nekakšen mirovnik med nami, saj nas pogosto tudi nasmeji in sproti Tako da ja, je pomemben faktor v naših življenjih.	Pes povezovalni člen med družinskimi člani. Pes vedno tema pogovora. Pes kot mirovnik med družinskimi člani.
7e	Je prava lisička, nas ima vse naštudirane in nas tudi včasih obrne okoli. Ampak mi vsi, sin in mož se temu nasmejimo	Nasmeje družinske člane.
7i	Tudi več se pogovarjamo med sabo	Več pogovora med družinskimi člani.
8 d	mislim, da sem se preko	Preko psa se zbliža z

	Arija zbližal tudi s svojim vnukom, saj se prej nisva pogovarjala tako sproščeno kot se zdaj v družbi Arija.	vnukom.
--	--	---------

Sprememba odnosa starih ljudiz zakonci, družinskimi člani in/ali njim drugimi pomembnimi ljudmi kot posledica lastništva psa:

- Vnuki zaradi psa raje obiskujejo babico (2o)
- Bolj veselo, živahno vzdušje v hiši. (3i)
- Zakonca se skupaj smejeta psu.(3i)
- Zaradi psa se bolje razume z zakoncem.(3j)
- Pes s svojo prisotnostjo spodbudi pogovor in razbremeni konflikte. (3j)
- Jeza soseda zaradi laježa psa. (3h)
- Pes povezovalni člen med družinskimi člani.(6h)
- Pes vedno tema pogovora. (6h)
- Pes kot mirovnik med družinskimi člani. (6h)
- Pes nasmeje družinske člane (7e).
- Več pogovora med družinskimi člani (7i)
- Preko psa se zbliža z vnukom. (8d)

Tabela 8.6 Pomoč staremu človeku pri skrbi za psa

1h	prosila sosedo, hčerko in sina, da mi pomagata.....zelo smo se zbližali v tem času	Pomoč sosede, hčerke, sina
1i	so mi pomagali (soseda, otroci, opomba), ko sem potrebovala njihovo	Pomoč otrok, sosedov.

	pomoč in podporo....	
2p	Mi tudi (vnuki, opomba) pomagajo v zvezi z njo, peljejo jo cepit proti steklini, jo umijejo.	Pomoč vnukov (ceplenje, umivanje)
1j	Tudi soseda mi je že pomagala,	Pomoč sosede.
3k	Mi pa večkrat priskočita na pomoč hči in vnuk. Če greva z možem v toplice ga vzameta k sebi, vnuk je šel z njim v malo šolo in občasno ga pelje na kakšen daljši sprehod.	Pomoč hčerke in vnuka.

Pomoč staremu človeku pri skrbi za psa:

- Pomoč sosede, hčerke, sina(1h)
- Pomoč otrok, sosedov. (1i)
- Pomoč vnukov (ceplenje, umivanje) (2p)
- Pomoč sosede. (1j)
- Pomoč hčerke in vnuka (3k)

8.5 POVZETEK

Pes in človek kot družabnika, sodelovca, partnerja, pomočnika in / ali prijatelja sobivata že tisočletja. Nobeni drugi živali ni uspelo s človekom stkati tako čustveno globokega obojestranskega odnosa kot prav psu. Nemalokrat je človeku čustveno bližje pes kot človek.

V nalogi me je zanimal pomen psa v življenju starega človeka. V ta namem sem naredila osem intervjujev s starimi ljudmi, ki so lastniki psov. S kvalitativno raziskavo sem prišla do spoznanja, da pes zelo ugodno vpliva na življenje starega človeka.

Stari ljudje gledajo na svojega psa kot na družinskega člana in prijatelja. V življenje starega človeka pes prinese potrebno rutino. Pes starega človeka aktivira telesno (s sprehodi, nego, igro), duševno (igra, občutek odgovornosti, lastne pomembnosti, da moraš za nekoga skrbeti, da te nekdo potrebuje) in socialno (omogoča jim spoznavanje novih ljudi). Zaradi psa se stari ljudje počutijo manj osamljene.

Pes starim ljudjem omogoča, da kakovostneje preživljajo prosti čas (v naravi, na sprehodih ...). Pes v življenju starega človeka igra vlogo socialnega pomočnika, saj lastnikom pomaga vzpostavljati in tudi ohranjati odnose z ljudmi. Pes prav tako ugodno vpliva na psihično in čustveno počutje starega človeka: v njih vzbuja vzajemen občutek pripadnosti, ljubezni in naklonjenosti. Pes je za stare ljudi emocionalna opora v težkih trenutkih, v družino prinese pozitivno vzdušje, bolj poveže njihove člane, velikokrat je tisti, ki zgolj s svojo prisotnostjo pomaga pri razbremenitvi konfliktov.

8.6 IZJAVA O AVTORSTVU

Podpisana Eva Urbas, vpisana na Fakulteto za socialno delo v študijskem letu 2014 / 2015 kot redna študentka izjavljam, da sem magistrsko nalogo z naslovom Pomen psa za starega človeka napisala samostojno s korektnim navajanjem virov in ob pomoči mentorja doc. dr. Srečo Dragoša.

Datum: 5.3.2016

Podpis: