

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO
LJUBLJANA

DIPLOMSKA NALOGA

**ZADOVOLJSTVO STANOVALCEV Z BIVANJEM V
DOMU STAREJŠIH LENDAVA**

ALEKSANDRA HORVAT

Ljubljana 2009

PODATKI O DIPLOMSKI NALOGI

Ime in priimek: Aleksandra Horvat

Naslov naloge: Zadovoljstvo stanovalcev z bivanjem v Domu starejših Lendava

Kraj: Ljubljana

Leto: 2009

Število strani: 80

Število tabel: 24

Število grafov: 24

Število prilog: 1

Število uporabljenih virov: 27

Mentorica: doc. dr. Bojana Mesec

Deskriptorji: staranje in starost, osamljenost starih, dom za stare, družina, socialne mreže, socialno delo v domovih za stare, medgeneracijski odnosi, kakovostna starost in kakovostno staranje.

Povzetek:

Naloga prikazuje zadovoljstvo stanovalcev z bivanjem v Domu starejši Lendava. Vsak dom za stare ljudi mora poskrbeti za kakovostno življenje svojih stanovalcev. Dom bi jih moral povezovati z različnimi dejavnostmi, s tem krepiti njihovo pripadnost skupnosti in jim daje občutek, da so še vedno družbeno koristni. Da je bivanje v domu prijetno, pa je potrebno da imajo stanovalci vedno na razpolago strokovno osebje, poskrbljeno mora biti za zdravo in uravnoteženo prehrano, ter čistočo bivalnih prostorov.

Title: Satisfaction of residents with a stay in the home of the elderly

Descriptions: getting older and old, loneliness of old people, the home of the elderly, family, social network, social work in the homes of elderly, intergenerational relations, age quality, quality of getting older.

Abstract: This task show a satisfaction of residents with the living in the home of the elderly Lendava. Each home of the elderly must take care of the quality life his own members. The elderly home must connect them with the different facts, with this promoting community and

give them the feeling that they are still socially useful. To stay good atmosphere in the elderly house the residents must always have available educated staff, care of the health and balanced food and clean living areas.

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO
LJUBLJANA

DIPLOMSKA NALOGA

**ZADOVOLJSTVO STANOVALCEV Z BIVANJEM V
DOMU STAREJŠIH LENDAVA**

Mentorica: Doc. dr. Bojana Mesec

Aleksandra Horvat

Ljubljana 2009

PREDGOVOR

Staranje je proces, ki doleti vsa živa bitja. Ko opazujemo stare ljudi, ugotovimo, da gre za zelo različne ljudi. Eni živijo polno in ustvarjalno tudi pri devetdesetih, medtem ko so drugi že pred petinšestdesetim letom telesno in psihično stari. Občutek pripadnosti in potrebna pozornost lahko v veliki meri prispevata k zmanjšanju strahu in s tem k manj stresnemu preživljanju starosti vsakega posameznika. Obveznost do starejših morajo v prvi vrsti prevzeti člani družine, ki jim starostnik pripada.

V današnji družbi se še premalo zavedamo, da je starejše populacije vedno več, da so mladi zaposleni vedno dlje časa, zato niso v stanju skrbeti za svoje ostarele svojce. V primerih, ko starostniki niso sposobni sami poskrbeti zase so prisiljeni zapustiti svoj dom oziroma svoje domače okolje in se namestiti v dom za ostarele, ki jih je z ozirom na povpraševanje še vedno premalo. Za starostnika, ki mora zapustiti svoje domače okolje je to zelo velik stres, marsikateri zaradi žalosti tudi zboli. Zavedati se moramo, da je za starega človeka prihod v dom pomemben dogodek v njegovem življenju. Ne gre samo za preselitev v drugo stanovanje, ampak mora zapustiti svoje stanovanje, pohištvo, tudi družinske člane, sosede, prijatelje, skratka svoje socialno okolje. Star človek zelo težko sprejema spremembe. Kljub pripravam za sprejem v dom in njegovim predstavam o njegovem življenju je dom zanj še vedno tuje okolje. Sprejeti mora nov način življenja. Dom ne more nadomestiti domačega okolja, lahko pa se mu približa tako, da čim bolj upošteva in spoštuje posameznikove potrebe, ter njegovo zasebnost. Za starostnike bi bilo zelo zaželeno, da bi domovi poskrbeli za čim bolj kvalitetno bivanje v smislu nastavitve, prehrane, zdravstvene nege,, različnih afirmacij, s katerimi bi stanovalcem dali občutek, da so še vedno pomembni za našo družbo.

Pobudo za pisanje diplomske naloge z naslovom Zadovoljstvo stanovalcev z bivanjem v Domu starejših Lendava, sem dobila med opravljanjem prakse v četrtem letniku. Na ta način sem spoznala stanovalce doma in temeljni namen raziskave je kako so stanovalci doma zadovoljni s storitvami in strokovnim osebjem. Dejstvo je, da zadovoljstvo stanovalcev poveča njihovo kakovost življenja v starosti, zato je potrebno čim bolj zadovoljiti potrebe starih, da se bodo v domu čim boljše počutili in jim približati funkcijo doma in lastne družine.

Za strokovno pomoč pri izdelavi diplomske naloge se zahvaljujem mentorici doc. dr. Bojani Mesec. Zahvala gre tudi direktorici doma starejših Lendava Angeli Hozjan, socialni delavki Meliti Makoter in starostnikom Doma starejših Lendava s katerimi sem izvedla anketo.

Zahvala tudi mojima staršema, ki sta me spodbujala in stala ob strani v času študija.

KAZALO DIPLOMSKE NALOGE

ZADOVOLJSTVO STANOVALCEV Z BIVANJEM V DOMU STAREJŠIH LENDAVA

PREDGOVOR

KAZALO

1. TEORETIČNI UVOD	10
1.1 STAROST IN STARANJE	10
1.1.1 POJEM	13
1.1.2 TRI VRSTE STAROSTI	13
1.2 OSAMLJENOST STARIH LJUDI	14
1.2.1 POMOČ OSAMLJENIM	16
1.3 DRUŽINA IN STAR ČLOVEK	17
1.4 MEDGENARACIJSKI ODNOSI	19
1.5 SOCIALNE MREŽE V STAROSTI	21
1.6 KAKOVOSTNA STAROST IN KAKOVOSTNO STARANJE	24
1.6.1 ZDRAVJE IN KAKOVOSTNO STARANJE	25
1.7 DOM ZA STARE	26
1.8 DOM ZA STAREJŠE LJUDI KOT SOCIALNA INSTITUCIJA	28
1.8.1 SOCIALNO DELO V DOMOVIH ZA STARE	28
1.8.2 PROFESIONALNE VLOGE SOCIALNIH DELAVCEV PRI DELU S STARIMI LJUDMI	31
1.9 PREDSTAVITEV DOMA STAREJŠIH LENDAVA	33
1.9.1 PREGLEDI NALOG, KI JIH ORGANIZACIJA IZVAJA	34
2. PROBLEM.....	36
3. METODOLOGIJA	38
3.1 VRSTA RAZISKAVE	38
3.2 MERSKI INSTRUMENT IN VIRI PODATKOV	38
3.3 POPULACIJA IN VZORČENJE	40
3.4 ZBIRANJE PODATKOV	40
3.5 OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV	40
4. REZULTATI IN RAZPRAVA	41
5. SKLEPI	66
6. PREDLOGI	68
7. POVZETEK:	70
8. LITERATURA	72
9. PRILOGA	75
DODATEK 1: VPRAŠALNIK.....	75

KAZALO PREGLEDNIC

PREGLEDNICA 1: SPOL	41
PREGLEDNICA 2: KOLIKO STE STARI?	42
PREGLEDNICA 3: VAŠA IZOBRAZBA	43
PREGLEDNICA 4: KAKO DOLGO STE ŽE V DOMU STAREJŠIH LENDAVA?	44
PREGLEDNICA 5: ALI LAHKO SVOBODNO IZRAŽATE VEROIZPOVED?	45
PREGLEDNICA 6: KAKO SE RAZUMETE Z ZAPOSLENIMI V DOMU?	46
PREGLEDNICA 7: ALI STE ZADOVOLJNI S PREHRANO V DOMU?	47
PREGLEDNICA 8: ALI STE ZADOVOLJNI S POSTREŽBO OBROKOV?	48
PREGLEDNICA 9: ALI STE ZADOVOLJNI S ČISTOČO PROSTOROV?	49
PREGLEDNICA 10: ALI STE ZADOVOLJNI Z NEGO?	50
PREGLEDNICA 11: ALI STE ZADOVOLJNI Z AKTIVNOSTI, KI SE IZVAJAJO V DOMU?	51
PREGLEDNICA 12: ALI SE UDELEŽUJETE TEH AKTIVNOSTI, KI SE IZVAJAJO V DOMU?	52
PREGLEDNICA 13: KATERE AKTIVNOSTI SE VAM V DOMU ZDIJO NAJBOLJ ZANIMIVE?	53
PREGLEDNICA 14: ALI BI ŽELELI, DA BI SE AKTIVNOSTI IZVAJALE TUDI V POPOLDANSKEM ČASU, OB VIKENDIH IN PRAZNIKI?	54
PREGLEDNICA 15: ALI OSEBJE UPOŠTEVA VAŠE MNENJE OZ. PRIPOMBE, ČE JIH IMATE?	55
PREGLEDNICA 16: ALI VAM SOCIALNA SLUŽBA POMAGA?	56
PREGLEDNICA 17: S KATERIMI ZAPOSLENIMI IMATE NAJPOGOSTEJŠE STIKE?	57
PREGLEDNICA 18: ALI IMATE V DOMU TUDI STIKE Z DRUGIMI STANOVALCI?	58
PREGLEDNICA 19: SE POGOSTO DRUŽITE Z DRUGIMI STANOVALCI?	59
PREGLEDNICA 20: ALI IMATE KDAJ OBČUTEK OSAMLJENOSTI?	60
PREGLEDNICA 21: S KOM SE POGOVARJATE KO STE OSAMLJENI?	61
PREGLEDNICA 22: H KOMU SE NAJVEČKRAT OBRNETE, KO IMATE TEŽAVE?	62
PREGLEDNICA 23: KAKO POGOSTO IMATE STIKE S SORODNIKI?	63
PREGLEDNICA 24: KAJ VAM JE V DOMU NAJBOLJ VŠEČ?	64

KAZALO GRAFOV

GRAF 1: SPOL.....	41
GRAF 2: KOLIKO STE STARI?	42
GRAF 3: VAŠA IZOBRAZBA.....	43
GRAF 4: KAKO DOLGO STE ŽE V DOMU STAREJŠIH LENDAVA?	44
GRAF 5: ALI LAHKO SVOBODNO IZRAŽATE VEROIZPOVED?.....	45
GRAF 6: KAKO SE RAZUMETE Z ZAPOSLENIMI V DOMU?.....	46
GRAF 7: ALI STE ZADOVOLJNI S PREHRANO V DOMU?	47
GRAF 8: ALI STE ZADOVOLJNI S POSTREŽBO OBROKOV?	48
GRAF 9: ALI STE ZADOVOLJNI S ČISTOČO PROSTOROV?.....	49

GRAF 10: ALI STE ZADOVOLJNI Z NEGO?.....	50
GRAF 11: ALI STE ZADOVOLJNI Z AKTIVNOSTI, KI SE IZVAJAJO V DOMU?.....	51
GRAF 12: ALI SE UDELEŽUJETE TEH AKTIVNOSTI, KI SE IZVAJAJO V DOMU?.....	52
GRAF 13: KATERE AKTIVNOSTI SE VAM V DOMU ZDIJO NAJBOLJ ZANIMIVE?	53
GRAF 14: ALI BI ŽELELI, DA BI SE AKTIVNOSTI IZVAJALE TUDI V POPOLDANSKEM ČASU, OB VIKENDIH IN PRAZNIKI?	54
GRAF 15: ALI OSEBJE UPOŠTEVA VAŠE MNENJE OZ. PRIPOMBE, ČE JIH IMATE?.....	55
GRAF 16: ALI VAM SOCIALNA SLUŽBA POMAGA?	56
GRAF 17: S KATERIMI ZAPOSLENIMI IMATE NAJPOGOSTEJŠE STIKE?	57
GRAF 18: ALI IMATE V DOMU TUDI STIKE Z DRUGIMI STANOVALCI?	58
GRAF 19: SE POGOSTO DRUŽITE Z DRUGIMI STANOVALCI?.....	59
GRAF 20: ALI IMATE KDAJ OBČUTEK OSAMLJENOSTI?	60
GRAF 21: S KOM SE POGOVARJATE KO STE OSAMLJENI?	61
GRAF 22: H KOMU SE NAJVEČKRAT OBRNETE, KO IMATE TEŽAVE?.....	62
GRAF 23: KAKO POGOSTO IMATE STIKE S SORODNIKI?	63
GRAF 24: KAJ VAM JE V DOMU NAJBOLJ VŠEČ?	64

1. TEORETIČNI UVOD

1.1 STAROST IN STARANJE

V Sloveniji je skoraj 650 000 prebivalcev starejših od 50 let, do leta 2010 pa bo ta številka porasla za 47 000. Upošteva se veliko povečanje starejšega prebivalstva, je treba nameniti več pozornosti problematiki bivanja starejših in razvoju novih oblik stanovanjske oskrbe za starejše. (Revija Vzajemnost, št. , str 69)

Na staranje in tretje življenjsko obdobje se lahko gleda z neosebnega, objektivnega vidika. Povprečna življenjska doba se daljša in število starejšega prebivalstva raste.

»Pred 20 leti je bil problem v tem da smo imeli čedalje več starih ljudi, zdaj pa je v tem, da so stari ljudje čedalje mlajši.« (Billighen, 1995 cit. po Pečjak, 1998)

Staranje je v različnih življenjskih obdobjih različno in prepoznavno. Nihče se mu ne more izogniti ali ulti, vsakdo pa lahko s svojim načinom življenja na svoje staranje pomembno vpliva. Zdrav način življenja v mladosti in kasnejših letih omogoča tudi bolj zdravo starost. Pomembne so tudi prisotnosti in odsotnosti različnih bolezni. Tako lahko povemo da starost nima le enega obraza in na ta obraz ima vsak od nas pomemben vpliv.

Zavedati se moramo, da je starost del življenja, staranje pa naravni proces in z njim se pojavljajo različne spremembe, ki se jim ne moremo izogniti, lahko jih le sprejmemo. Ljudje se različno staramo in pri isti starosti nismo vsi videti enaki.

Staranje je biološko pogojen proces v vseh živih bitjih od rojstva do smrti. Poteka v vsakem posamezniku, vsak dan, vsako minuto. Vsako življenjsko obdobje je opredeljeno s specifičnimi nalogami, ki opredeljujejo človeka kot družbeno bitje. Vsak ima svojo lastno neponovljivo življenjsko pot, ki teče od rojstva do smrti. Staranje je torej odvisno od različnih dejanj, misli ali povedano drugače: od zavestne odločitve, kako se človek želi starati in kaj bo storil za kvaliteto svojega življenja. (Revija Vzajemnost, št. 4, str. 13)

Vzdrževanje struktur in funkcij se na začetku staranja postopno prevesi. Obnavljanje ne dohiteva propadanja, postopno prevlada upočasnjevanje in usihanje, ki se konča s smrtjo. Tomorijeva pravi: »Da je staranje del življenja. Nesmiselno ga je opredeljevati kot del slovo od mladosti, izgubo zdravja ali izgubo svojih sposobnosti in zanimanj ter mu dati negativni predznak. Staranje samo po sebi ni niti dobro niti slabo. Če se bojimo staranja, ne razvijemo

dobrih odnosov med generacijami in ne razumemo življenja.« (Revija Vzajemnost, št. 4, str. 13)

»Želja vsakega človeka nedvoumno je, da bi se normalno staral brez večjih pretresov. Pri mnogih ljudeh je staranje spontan proces, ki ga niti ne opazijo niti ne omenjajo. Nekateri pa se s starostnimi spremembami ne morejo soočiti in jih prenašajo kot breme.« (Hojnik-Zupanc 1997:12).

Prehod v tretje življenjsko obdobje je za večino ljudi eden od najbolj bolečih prehodov v življenju, saj človeka na prehodu v to obdobje čakajo travmatični dogodki in siloviti stres. V tem času se otroci izselijo iz družine, oseba se upokoji, nastopi tudi smrt partnerja. Pogosto nastopijo tudi finančne težave ter osamljenost. Nekateri stanovalci odidejo v domove in zavode, kjer so življenjske razmere drugačne od tistih, ki so jih bili vajeni. Zato je tudi odhod v dom za stare eden največjih stresov v življenju. Pečjak pojmuje staranje kot proces pridobivanja in izgubljanja, ki poteka povezano in sočasno. V vsakem življenjskem obdobju človek nekaj pridobiva in nekaj izgublja. Razlika je v tem, da v mladosti več pridobiva kot izgublja, v starosti pa več izgublja kot pridobiva. (Pečjak, 1998: 12,13)

Ko se staramo, je pomembno, da se ne oklepamo iluzijam mladosti in da ne verjamemo, da moramo ostati mladi. V nasprotnem primeru bomo zamudili priložnost za razvoj, ki jih prinašajo zrela leta. Nemalokrat slišimo: »Nisem stara, počutim se kot nekoč, mlada!« človek je star toliko, kot se starega počuti. Starost je v glavi. »Hitri, lahkotni, pogosti odgovori, ki kažejo zgolj na eno plat staranja, na individualno, psihološko staranje. A staramo se na različne načine, odvisno od skupnega vpliva mnogih dejavnikov. Nekateri tudi bolj kot drugi. Verjamemo, da je staranje zelo odvisno od socialnega okolja, in da je tako starost tudi način življenja, ki nam ga družba omogoča ali dopušča.« (Revija Vzajemnost, št. 3, str. 26)

Na staranje bi se moralo gledati tako, kot se je gledalo nanj še nedavno, kot na ritualno napredovanje od stopnje, ko se meri človekova vrednost najprej po njegovi storilnosti, nato po izkušnjah in modrosti. (Stoppard, 1990)

Staranje ni neka zunanja sila, ki si tako ali drugače podreja človekovo osebnost. Po navadi se najprej dela po lastnih izkušnjah in se spopada z življenjem in preizkušnjami po vzorcih iz prejšnjih let. Res je, da večino doletijo enake spremembe, kot so sivi lasje, gube, spremenjen

poklicni in denarni položaj. Kaj jim te spremembe pomenijo, pa je odvisno od tega, kako so se naučili gledati na življenje. Vse to ne pomeni, da se ljudje s starostjo ne spreminjajo. Vendar se starost in obseg starostnih sprememb ravnata po tem, kakšni so bili ljudje doslej. Nekateri ljudje precej ustalijo svoje navade od srednjih let naprej, drugi pa še vedno sprejemajo izkustva in postajajo globlja različica človeka, kakršni so bili prej. (Kastenbaum, 1985)

Predsodek, da je starost življenje brez vrednot ljudi zanesljivo zastruplja že vse življenje. Kako naj ima odraslost kako vrednost, če se nadaljuje v življenje brez vrednosti. Na staranje in starost bi se moralo gledati bolj vedro, da tudi v mlajših letih ne bi živeli v senci strahu in potrtosti. Človek si v življenju želi, da bi ga ljudje spoštovali in da bi spoštovali tudi sami sebe. Želi biti koristen, rad bi užival v novih radostih, sprejemal preizkušnje, bil del sedanjosti in prihodnosti, pa tudi preteklosti.

Stari ljudje niso dragoceni le za tiste, ki jih obkrožajo. Dragoceni so namreč tudi sami sebi. Star človek, ki se ne zmeni za negativna stališča družbe ima pogosto močan občutek za vrednote. Nekateri so bili preveč obremenjeni z vsakdanjimi življenjskimi dolžnostmi in niso zmogli razvijati nekaterih darov in zanimanj. Starega človeka so potrdila dolga leta izkušenj in znanja in tako zna star človek bolje izbrati čas, kot je to počel v mladih letih. (Pogačnik, 2003)

Pri izražanju svojih občutkov in misli so stari ljudje bolj sproščeni, bolj iskreno izražajo svojo jezo, naklonjenost, veselje, bolj odkrito izžareva ljubezen. Odkrito izraža svoja čustva in vrednote, kakor da bi razpadel kompleksni in nepotrební psihološki obred, ki je v prejšnjih življenjskih obdobjih utesnjeval čustva. (Kastenbaum, 1985)

Slovenija je tako kot druge članice Evropske unije, starajoča se družba. Starostniki pa po večini ne uživajo v svojem zasluženem pokojninskem počitku, saj jih pri tem pestijo mnoge težave. »Starejšo generacijo pesti nastanitvena problematika, saj drastično primanjkuje prostih postelj v domovih za starejše občane (kar 16 tisoč), vprašanje pa je koliko jih potrebuje trajno oskrbo. Kakovost življenja je nizka zaradi nizkih pokojnin, pesti jih socialna stiska zaradi občutka odrinjenosti in odvisnosti od drugih« je razložil Vehovar. Veliko pove tudi visoka stopnja samomorilnosti starejših občanov nad 65 let, ki je ena najvišjih na svetu.

Najpogosteje so samomorilne misli pri starostnikih povezane z depresijo, socialno izoliranostjo in samskostjo. Podatki kažejo, da se več kot 15% počuti obupanih. Med ukrepi s katerimi bi lahko omilili probleme starejšega prebivalstva, strokovnjaki priporočajo razreševanje psihosocialnih problemov, kot so osamljenost, revščina, odvisnost od drugih, ter hkrati opozarjajo, da bi v družbi morali intenzivno delati na destigmatizaciji bolezni, ki v veliki meri pestijo starejše, hkrati pa izpostaviti nujnost sodelovanja med različnimi generacijami.

1.1.1 Pojem

Potrebno je razlikovati med pojmom staranje in starost.

Staranje je proces, ki traja neprekinjeno od rojstva do smrti, starost pa je stanje posameznika ali naroda.

»Staranje je kompleksen proces. Jedrnato ga lahko opredelimo kot biološki, kulturni, ekonomski, socialni in fenomenološki pojav«. (cit. po Dragoš, 2000)

1.1.2 Tri vrste starosti

- kronološka starost
- biološka starost
- psihološka starost

Kronološka starost se začne z rojstnim datumom in nanjo nimamo vpliva. Ta vrsta starosti ni zanesljiv podatek, saj ljudje pogosto po videzu ali po izgledu ne kažejo svoje kronološke starosti.

Biološka starost katero težko merimo oz. določimo. Saj medicina žal ne razpolaga z biološkimi testi, ki bi dovolj zanesljivo določili dejansko starost telesa.

Psihološka starost je prepletanje osebnih in socialnih dejavnikov. Psihološka starost je odvisna od doživljanja življenja vsakega posameznika, zato ne moremo nikoli reči, da sta dva

človeka enaka ali podobna. Vsak posameznik v starosti odseva edinstvenost svoje življenjske poti. (Hojnik-Zupanc, 1997: 3,4)

Znaki staranja so različni: nekateri so opazni na zunaj in povzročajo vidne spremembe na človeku. Drugi so bolj usmerjeni na notranjost organizma in na delovanje posameznih organov. Seveda pa se te spremembe sčasoma pokažejo tudi na zunanjem izgledu človeka: koža, lasje, nohti...

Dejstvo je, da se ti znaki staranja pri vsakem posamezniku kažejo drugače – drugačnem zaporedju, drugačnem časovnem obdobju...

Pojavljajo se tudi spremembe povezane z mentalnim zdravjem – pozabljivost, izguba spomina, ...

Vse to vpliva na kakovost življenja in zadovoljstvo z življenjem v starosti. (Hojnik-Zupanc, 1997: 45-50)

1.2 OSAMLJENOST STARIH LJUDI

Skoraj vsakdo med nami je kdaj osamljen, veliko ljudi pa se počuti osamljene ves čas. (Lake, 1989: 7)

Osamljenost postaja čedalje večji problem sodobnega človeka. Nekateri so nanjo še posebej občutljivi, zato lahko povzroči psihične motnje in resnejša organska obolenja. (Revija Vzajemnost, št. 5, 2008, str. 36)

Osamljenost prizadene vse generacije, niso osamljeni le stari ljudje, ampak tudi otroci, mladi, mlade ženske in mladi moški, ljudje srednjih let.

Ko proučujemo osamljenost, kaj hitro ugotovimo, da pride do nje zaradi ne komuniciranja s soljudmi. Sleherni človek ima veliko potrebo po stiku z drugimi ljudmi in ko ta potreba ni zadovoljena, nastopi osama. Socialni stiki sodijo med temeljne človekove potrebe. Socialni stiki so tako kot hrana, voda in spanje pomembni za preživetje. (Revija Vzajemnost, št. 5, 2008, str. 36)

Odnosi z ljudmi so zelo odvisni od ustreznega, iskrenega komuniciranja. Osamljenost pa ohromi komunikacijo, zato osamljeni ljudje nekako otrpnejo in se zapro vase. Ob komunikaciji s človekom je pomemben tudi medsebojni pogled, ko človek človeka pogleda naravnost v oči. Pomemben pa je tudi dotik, ki je lahko zelo različen; topel stik roke, najintimnejši stik med dvema človekoma.

Ameriški raziskovalec osamljenosti John Cacioppo iz univerze v Chicagu v svojih nedavnih raziskavah ugotavlja: «Brez socialnih stikov človek ne more živeti. Če te socialne potrebe niso ustrezno zadovoljene, ne pride le do duševnih motenj in težav, temveč tudi do resnejših organskih obolenj.» (Revija Vzajemnost, št. 5, 2008, str. 36)

Ameriška psihologinja Lisa Berkman v svoji raziskavi ugotavlja, da osamljeni ljudje, tisti brez partnerja ali prijateljev, pogosto izgubijo tudi voljo do življenja. Obupajo in postanejo samouničevalni. Tako bežijo pred krizo osamljenosti in se odmikajo od ljudi. (Revija Vzajemnost, št. 5, 2008, str. 36)

Seveda pa je spopad osamljenosti močno odvisen od posameznikove osebnosti. Vzrokov za osamljenost je veliko. Eden izmed pomembnih pa je, da se človek pomanjkljivo nauči ali pa se sploh ne nauči komunicirati s soljudmi. (Revija Vzajemnost, št. 5, 2008, str. 36)

Večina ljudi misli, da sta osamljenost in osama »naravno« povezani s starostjo, tako rekoč del starosti. V resnici ni tako. (cit. po Požarnik, str. 134)

Pomembno je da razlikujemo pojma osamljenost in osama. O osamljenosti govorimo v zvezi z doživljanjem socialnih odnosov, medtem ko je osama neko objektivno stanje.

Socialna osama se z leti življenja veča. Vzrokov zanjo pa je več: smrt zakonca, sorodnikov, znancev, bolezni, odselitev otrok.

Osamljenosti se lahko lotimo na dva načina, oba pa sta odvisna od nas samih. Eden od načinov je obvladovanje osamljenosti. To pomeni, da se navadimo živeti z njo, kljub bolečini ki jo prinaša. Drugi način pa je, da osamljenost premagamo, da nas nikoli več ne more prizadeti. (Lake, 1989)

Nekateri pravijo, da je osamljenost težje prenesti kot bolezen. Osamljenost pospeši proces staranja. Starejše osebe v primeru spoznanja, da so nekoristne ali imajo občutek, da so v svoji družini odveč, zgubijo voljo do življenja. (Revija Vzajemnost, št. 4, str. 16)

Stari ljudje se nad osamljenostjo bolj pritožujejo na podeželju kot v mestih, kar je razumljivo, saj ima starejši človek v mestu več možnosti za druženje, razvedrilo in stike z drugimi ljudmi. Na splošno so starejše ženske bolj osamljene in same kakor moški. Najbolj osamljene pa so vdove, posebno če so bile zelo navezane na moža, sledijo jim pa neporočene in poročene ženske.

Veliko osamljenih ljudi je tudi v domovih za stare, kjer so z zapustitvijo domačega okolja stiki s sorodniki in prijatelji redkejši.

Starejši ljudje, ki pridejo v dom, morajo stike in nove vezi šele ustvariti, kar pa ni vedno lahko. Ključen pomen v starosti ima torej medgeneracijska povezanost, ki omogoča vzajemno pomoč, pogostost stikov in izražanje naklonjenosti. Vsi ti trije faktorji so v starosti nasploh in še posebej ob odhodu v dom zelo pomembni.

Najmanj osamljeni so starejši ljudje, ki imajo še živega zakonskega partnerja.

1.2.1 Pomoč osamljenim

»Osamljen človek ne potrebuje usmiljenja, potrebuje le iskrene, tople besede,« zatrjuje psiholog Nicolas Eplay iz Chicaga. Nad tem sporočilom se je treba zamisliti in to predvsem s pričo zdajšnje življenjske naglice in odtujenosti ljudi. Besede zdravju nič ne stanejo. (Revija Vzajemnost št. 5, 2008, str. 37)

Tudi ko je človek osamljen se je treba potruditi in s pozitivnimi mislimi zapolniti čas.

Poznamo veliko ljudi, tako moških kot ženskih, ki živijo sami, vendar niso osamljeni. Mnogi imajo kužka, muco ali zlato ribico. Z živalmi se pogovarjajo, se jih dotikajo, jih ljubkujejo. Naši kosmati, pernati, gladki ali resasti mali prijatelji, hišni ljubljenci, prinašajo v dom veselje in zapolnijo še tako morečo praznino. Priznajmo si, da osrečuje in lepo je, če te ima kdo rad in če imamo nekoga, ki nam ljubezen vrača. Človek si lahko v sožitju z živaljo zelo dvigne kakovost življenja, dojemanje starosti pa je zelo individualno pogojeno.

Živali so dobrodošla družba starejšim ljudem, ki nimajo veliko stika z družino in prijatelji. Žival nagonso čuti človekovo žalost ali zaskrbljenost ter se nanjo odziva z vedrim in igrivim vedenjem, ki mimogrede prežene temne misli, predvsem mačke in psi se radi veliko stiskajo in božajo, stik s toplim in mehkim kožuščkom pa pri človeku – sodeč po mnogih raziskavah – dokazano znižuje krvni tlak, telesno temperaturo in umirja dihanje. Ljudje, ki si življenje delijo s hišnim ljubljencem, so bolj zdravi, lažje premagujejo stres in so bolj družabni. (Revija Vzajemnost, št. 4, 2006, str. 76)

Imamo tudi ljudi, ki se ukvarjajo z različnimi krožki oz. konjički, se družijo v seniorskih klubih, berejo in imajo na ta način sebe radi. Vedno znova si izmišljajo kaj novega, da preženejo osamljenost in samoto.

Osamljenim je treba pomagati na različne načine, da se znova naučijo vzpostaviti socialni stik, stik z ljudmi. Na tem temelji vedenjska terapija. Psihoterapevt Eplay opozarja: »problem osamljenosti v današnjem času ni enostaven. Širi se z bliskovito naglico. Če ga družba spregleda »pomaga osamljenim k slabšemu preživetju.« (Revija Vzajemnost, št. 5, 2008, str. 37)

Vsi ljudje, še zlasti pa tisti, ki želijo svet spremeniti na bolje, bi si morali prizadevati za boljše družbene in življenjske razmere vseh, ki trpijo za to največjo nadlogo zdajšnjega časa – osamljenostjo. (Revija Vzajemnost, št. 5, 2008, str. 36)

1.3 DRUŽINA IN STAR ČLOVEK

»Vsakokrat odidemo tako, da ostajamo pripeti na dolgi vrvi. Ostanemo povezani s popkovnico, povezani, vendar ne nujno odvisni.« (H. Stierlin, 1978)

Življenjska doba je vse daljša in vse več je težav na področju zdravstvene, socialne in psihične oskrbe v procesu staranja. Velike spremembe so tudi v načinu življenja: družine niso več generacijsko povezane, družba postaja vedno bolj potrošniško usmerjena in življenjski ritem vse hitrejši. Vsaka družina se sooči s starostjo in staranjem in vsaka družina to opravi na svoj način. Ko družina pride po pomoč, ker več ne more sama poskrbeti za starega človeka, se je o tej pomoči treba dogovoriti skupaj. (Bertalanich, 2001)

Družina je v življenju starega človeka pomembna postavka . pomeni mu primarno varnost. Lahko bi rekli, da je zakonitost človeške družbe, da se življenje začne v družinski skupnosti in se tam tudi konča. (Hojnik-Zupanc, 1994)

Življenje starega človeka je usmerjeno pretežno v interakcijo s partnerjem in otroki. Partner, otroci, sorodniki, prijatelji in sosedje so pomemben potencial za starega človeka. Socialna opora, ki jo star človek lahko dobi v tem okviru, pozitivno vpliva na njegovo funkcioniranje in psihično počutje. (Hojnik-Zupanc, 1994)

Družina je tisti socialni prostor, kjer ima vsak človek pravico do resničnosti, do tega da ni prezrta njegova enkratnost, da torej dobi izkušnje za avtonomijo, neodvisnost in je hkrati prostor učenja in povezanosti, odvisnosti in skrbi za druge. Zato tudi v starosti potrebujemo pomoč, da ostanemo gospodarji svoje družinske resničnosti, da nam je pomoč taka kot jo iz preteklosti nosimo v sebi in da ostanemo v stiku s tisto v sedanjosti in za prihodnost.

Človek ne more prenehati biti družinski človek, zato tudi v starosti potrebuje soljudi, prostor in čas, da se vedno znova sooča s to resničnostjo in tudi vedno znova prevzame odgovornost zanj. Star človek potrebuje v nas, ki še nismo stari, smo pa njegova družina, sogovornika, s katerim lahko podeli svojo preteklost, se sooči z nami v skupni preteklosti in danes tu in zdaj, v življenju , ki ga delimo.

Mary Catherine Bateson (1990) pravi, da je življenje podobno sestavljanju - na voljo imamo nešteto kosov, da vedno znova sestavimo tiste, ki jih potrebujemo in take kot jih potrebujemo. Življenje kot sestavljanje je prispodoba, ki nas spodbuja, da koščke vedno znova pogledamo, da se soočimo s »sliko«, ki jo živimo, da bi si lahko odgovorili na vprašanje, ali nam je dobro in kaj si želimo za jutrišnji dan. In potem lahko te dele sestavljanke na novo premešamo, dodamo že porabljene, raziščemo nove - jo dopolnimo, spremenimo.....

»Na starega človeka v družini se moramo obrniti, da nam pove o svojem življenju, o ljudeh , ki jih je poznal, o svetu v katerem je živel. Tako v družino prinese pomembno dimenzijo, ko skupno sedanjost poveže s preteklostjo, da bi jo lahko vzeli s seboj v prihodnost. Mislim, da

je pomembna družinska naloga, da povabimo starega človeka, naj ostane na ta poseben in edinstven način udeležen v družini. » (Čačinovič Vogrinčič, 2005/06)

Sodelovanje z družino varuje starega človeka, saj varuje njegovo razpoznavno identiteto in temeljni občutek njegove vrednosti zanj samega in javno, v socialnem okolju in le ob podpori družine prepozna izkušnjo pripadnosti in vezanosti. (Čačinovič Vogrinčič, 2001: 291)

Družina je bila in je še vedno živa, spreminjajoča se družbena skupina, ki se na spremembe odziva, se prilagaja in jih tudi sproža. (Hojnik-Zupanc, 1994)

1.4 MEDGENERACIJSKI ODNOSI

Kadar govorimo o medgeneracijskih odnosih, po navadi najprej pomislimo na t.i. »generacijski prepad.« Različne generacije imajo različne načrte. O istih stvareh imajo različna mnenja, zato prihaja do nerazumevanja ali celo konfliktov med njimi. Na splošno velja, da imajo načrti in mnenja mladih ljudi prednost pred načrti in mnenji starejših ljudi. (Hojnik-Zupanc, 1994)

Eden od pomembnih dejavnikov, ki vplivajo na odnose med generacijami je, kako so ljudje različnih starosti organizirani v kohorte (Biggs, 1993). Kohorta pomeni skupino prebivalstva z enakimi življenjskimi izkušnjami zaradi podobne starosti, kar z drugimi besedami pomeni, da so del iste generacije. (Hojnik-Zupanc, 1994)

Danes govorimo o medgeneracijskih prepadih, predvsem med prvo in tretjo generacijo. Tako kot so medgeneracijske razlike nujne, saj so gibalno razvoja, lahko pomenijo tudi blokado pretoka življenja, kar ima negativne posledice za celoto. V prispodobi lahko rečemo, da prepadi sami po sebi niso tragični, če je med obema generacijama dovolj trdnih mostov, ki omogočajo nemoten pretok življenja. Mostove med prvo in tretjo generacijo gradijo in oživljajo predstavniki srednje generacije. (Hojnik-Zupanc, 1997)

Če na starost gledamo s stališča, da je predvsem družbeni dogovor o tem, kdaj v kateri starosti se je potrebno umakniti s položaja, v katerem smo aktivni, produktivni in imamo moč odločanja, je medgeneracijsko povezovanje mogoče razumeti predvsem kot pomoč starim ljudem. (Hojnik-Zupanc, 1997)

Življenje starega človeka je usmerjeno predvsem v interakcijo s partnerjem in otroki. Partner, otroci, sorodniki, prijatelji in sosedje so pomemben potencial za starega človeka. Socialna opora, ki jo star človek lahko dobi v tem okviru, pozitivno vpliva na njegovo funkcioniranje in psihično počutje. Uravnava napetost stresa in posameznikovo zdravje. Raziskave kažejo, da so najbolj »zdravi« medgeneracijski odnosi takrat, kadar generacije živijo ločeno, vendar dovolj blizu skupaj, da so stiki možni vsaj enkrat ali večkrat na teden. S staranjem narašča občutljivost za senzibilnost okolja bolj kot za druga merila v okolju. Stari ljudje so bolj kot druge generacije občutljivi za komunikacije. (Hojnik Zupanc, 1944)

Medgeneracijski odnosi v družini temeljijo na vzajemni pomoči, ki je lahko v ravnovesju ali pa se nagiba v smer ene ali druge generacije, odvisno od življenjskih okoliščin. Družina po navadi nastopa kot prvi pomočnik v kritični situaciji, vprašanje pa je, do katere meje lahko ostane prvi in najpomembnejši dejavnik v starosti. Veliko raziskav je pokazalo, da so družinski člani pomembni »pomočniki« svojim starejšim sorodnikom. Med generacijami obstaja spoštovanje. Medgeneracijski odnosi v družini temeljijo na emocionalnih odnosih. Zaradi tega je družina pomemben psihološki dejavnik v življenju starega človeka in bo tudi ostala v prihodnosti. Pomembno pa je treba tudi ozaveščati vse generacije, kakšen je pomen vzajemnih medgeneracijskih odnosov in do katere stopnje lahko poteka medgeneracijska pomoč, da pri tem ni ogrožen katerikoli od družinskih članov.

Odkar obstaja svet so znani nesporazumi med starimi in mladimi. Mladost in starost vedno obravnavamo kot nasprotna pojma. Že Sokrat je zapisal: »Današnja mladina ljubi razkošje, ima slabe manire, zaničuje avtoriteto, ne spoštuje starejših in čveka, namesto, da bi delala.« (Birsa, 1992) To jasno kaže, da se odnosi med starimi in mladimi vse do današnjih dni niso bistveno spremenili.

»Nesoglasja med starimi in mladimi se izražajo v različnih pogledih na svet in življenje. Navadno so stari razočarani nad mladimi prav v pomenu Sokratovega izreka: v vrednotenju materialnih dobrin, v nespoštljivem odnosu do starejših, v zanemarjanju ali podcenjevanju delovnih obveznosti, v grobem, kar nespodobnem besednjaku.« (Birsa, 1992)

Mladi so dostikrat nestrpni do starejših počutijo se ovirane v svojem razvoju, nerazumljene zaradi zastarele miselnosti starejših, zaradi njihovih nepojmljivih načel in zahtev. Najusodnejše se nesporazumi med generacijami odražajo pri prebivanju v skupnem stanovanju ali pri skupnem delu. Nepristranskost in strpnost sta osnovna pogoja za skupno življenje vseh, še posebej pa različnih generacij. Vsaka generacija ima svoj način življenja, to vsi priznavamo, le redki med nami pa so pripravljeni tudi sprejeti in upoštevati. Ne smemo pa prezreti dejstva, da ima skupno bivanje več generacij tudi svoje pozitivne strani. Otrokom je zaradi babičine prisotnosti prihranjeno jutranje zburjanje in hoja v vrtec po dežju vetru in snegu. Veliko zaposlenih žena hčera ali snah sede za pogrnjeno mizo, medtem ko njihove sodelavke kupujejo hrano za kosilo. Domača opravila se porazdelijo med vse družinske člane in tako ostaja vsakomur še čas za sprostitev. Starejši imajo v primeru potrebe vedno nekoga ob sebi. Kakor starejši in mlajši drug od drugega pričakujemo prijazen odnos, tako se mora zanj tudi vsak sam potruditi.

Medgeneracijske skupine za kakovostno starost zagotovo potrebujejo specifične in vabljuje programe. To so predvsem skupine, ki jih združuje prijateljstvo in v katerih se vsak teden srečuje nekaj ljudi iz dveh ali celo treh generacij. Takšna skupina lahko starim ljudem prežene osamljenost, predstavniki srednje generacije pa se v njej ne vsiljivo pripravljajo na svojo starost. Za dobro delo teh skupin pa so odločilnega pomena primerni in usposobljeni prostovoljci, ki jih ni malo. (Revija Vzajemnost, št. 3, str. 43,44)

1.5 SOCIALNE MREŽE V STAROSTI

»Staranje vpliva na socialne mreže, na izbiro ljudi s katerimi se družimo, in na način, kako to počnemo. Še bolj pomembno pa je, da velja tudi narobe. Socialne mreže vplivajo na staranje – kar pomeni, da ne moremo razumeti socialnih vidikov staranja, če ne poznamo obsega socialnih vezi, njihovih potencialov, kvalitet in učinkov.« (cit. po Dragoš, 2000)

Človek je po svojem bistvu družbeno bitje. Medčloveške povezave so zanj nekaj temeljnega, kar nujno potrebuje za preživetje, podobno kakor sta na telesnem področju nujna hrana in zrak. Od spočetja do smrti je človeku nujno potrebna vpletenost v bolj površinska razmerja z mnogimi ljudmi, prav tako pa globoka povezanost z nekaj ljudmi v osebnih medčloveških odnosih. (Ramovš, 1995)

V starosti število stikov z drugimi ljudmi upade. S smrtjo zakonskega partnerja, prijateljev, znancev imajo starejši ljudje vse manj družbe, saj te že sklepajo nova poznanstva. Treba je upoštevati tudi, da so med ljudmi velike razlike v potrebi po druženju z drugimi. Tisti, ki so bili že v mladosti ali v srednji odraslosti usmerjeni navzven, k drugim ljudem, bodo tudi v starosti iskali stike z njimi in izbirali take aktivnosti, ki jim bodo to omogočale. (Russi Zagožen, 2001)

Nasprotno pa bodo tisti, ki niso kazali toliko zanimanja za druženje, tudi sedaj bolj odmaknjeni od ostalih in nagnjeni k aktivnostim, kjer bodo pretežno sami (npr. branje, ročna dela). Pri medgeneracijskih povezavah je posebno dragocen prenos izkušenj iz ene generacije v drugo in medsebojno spoštovanje. Starostniki imajo veliko življenjskih izkušenj, ki jih lahko posredujejo mlajšim, pri čemer je važno, da jih mlajši sprejemajo s spoštovanjem, starejši pa bi morali biti tolerantni do odločitev, ki jih sprejemajo mlajši. Zaradi različnih stališč, ki jih posamezne generacije zavzamejo do pomembnih socialnih in osebnih tem, ter zaradi netolerantnosti do drugačnosti pa nastaja vse večja generacijska vrzel, ki starostnike odtuja od ostalih generacij. (Russi Zagožen, 2001)

Z leti se lahko okrepijo prijateljske vezi med brati in sestrami, ki so se predhodno malo videvali, vse pomembnejša postaja vzpostavljenost širše socialne mreže, npr. povezanost s prijatelji. Za psihično blagostanje in spoštovanje včasih zadostuje že en sam dober prijatelj, pa čeprav živi daleč in se stiki ohranjajo le preko telefonskih pogovorov. Bratje in sestre pa tudi prijatelji postanejo eni redkih, ki še poznajo starega človeka, ter se ga spominjajo iz mladosti ali iz srednjih let. Staremu človeku je potrebno tako dati možnost, da skupaj s temi ljudmi, obuja spomine, ohrani stik s preteklostjo in sestavlja »sliko svojega življenja«. (Russi Zagožen, 2001)

Tisto kar v starosti grobo pretrga vzpostavljeno socialno mrežo, je selitev starega človeka. Do selitve lahko pride zaradi spremenjenega ekonomskega statusa, izguba partnerja, pojava resne bolezni in drugih osebnih dejavnikov. Vsaka selitev zahteva prilagoditev na novo okolje, kar povzroča stres, posebno hud stres pa predstavlja namestitev v dom za ostarele. (Russi Zagožen, 2001)

Star človek mora zapustiti svoje domačo okolje, prekiniti mora stike z ljudmi, ki so mu blizu. Svoje domače okolje zamenja za institucijo v kateri živijo sami tujci. Tak dogodek je za starostnika velik šok.

Socialne mreže predstavljajo celoto povezav med ljudmi, ki se pojavljajo v določenem življenjskem okolju posameznika. Družbena mreža posamezniku pomaga vzdrževati in graditi njegovo družbeno identiteto. V vezah, ki jih posameznik spleta v okolju si izbira tiste vezi, v katerih lahko razvija njemu lasten repertoar vlog in predstav o sebi. Obenem pa ga članstvo v neki mreži postavlja pred nalogo, da izpolnjuje vloge in pričakovanja ostalih članov mreže.

Stari ljudje imajo določeno poslanstvo v družbi. Če tega ne izpolnijo, bo družbi nekaj manjkalo. Človeški družbi so stari ljudje potrebni, kot so ji potrebni mladi. Odnos do starih ljudi in razdvojenost generacij v današnjih razmerah pa je socialno, kulturno in bivanjsko potiskajo na družbeni rob v osamo in nekoristnost.

S staranjem človek zrahlja vezi z družbo. Z leti se staremu človeku manjša njegova socialna mreža in to vpliva na njegovo počutje. Pomembno je, da imajo stari ljudje dobro razvito socialno mrežo, saj lahko pomoč če jo potrebujejo poiščejo kar v okviru le te. Starostniku lahko njegova socialna mreža nudi čustveno in instrumentalno pomoč. Zelo veliko mu pomeni, da ima nekoga na katerega se lahko nasloni ob trenutkih stiske, nemoči. Da ima človeka, ki ga posluša in mu lahko zaupa svoje težave. Ni potrebno, da je njegova socialna mreža velika. Ni pomembno koliko prijateljev ima, pomembna je kakovost njegovih odnosov s prijatelji, družino.

Star človek potrebuje tesen medčloveški odnos in redno komunikacijo, ki ga doživlja kot »svojega«: s sorodnikom, znancem, prijateljem, če tega nima je osamljen.

V starosti postaja vse pomembnejše, da ima posameznik oblikovano čim širšo socialno mrežo, npr. povezanost s prijatelji. (Revija Vzajemnost, št. 4, 2006, str. 16)

1.6 KAKOVOSTNA STAROST IN KAKOVOSTNO STARANJE

Nemški psiholog dr. Redermann ugotavlja: »Čim starejši je človek, toliko bolj je od njega odvisno, kakšna bo kakovost njegovega življenja in leta preživetja.« Še prav posebno vlogo pa igrata odnos in volja do življenja. Če tega človek nima, se počuti potrtega, brezvoljnega, depresivnega in osamljenega. Človek, ki zaupa življenju, ga spoštuje, v njem najde smisel, je optimističen, lažje rešuje svoje probleme in bolj pazi na svoje zdravje. Premnoge težave poskuša reševati s humorjem. Vse to pa zelo pozitivno vpliva na kakovostno starost. (Revija Vzajemnost, št. 1, str. 36)

Nemški psiholog prof. H. Ernst meni: »Vsak izmed nas nosi svoj križ. Prvi vidnega, drugi nevidnega. Ni človeka, ki nebi imel večjih ali manjših težav. Težave so telesne, duševne in socialne.« (Revija Vzajemnost, št. 1, str. 36)

Starajo se vse generacije saj nam vsem teče čas enako hitro od začetka do konca življenja. Vse generacije se gibljejo proti starosti, zato smo bolj pozorni na staranje v tretjem življenjskem obdobju ali v starosti. Govorimo torej o kakovostni starosti, toda v zavesti, da je človekovo tretje življenjsko obdobje neločljivo povezano z njegovimi srednjimi leti in mladostjo. Prav tako je tretja generacija neločljiva od mlade in srednje, če hočemo govoriti o njeni kakovostni starosti in o kakovostnem staranju obeh mlajših generacij. Če stari ljudje prezrejo mlado in srednjo generacijo v radostih in težavah izgubijo pod seboj socialna tla, njihovo življenje se zgublja v socialni praznini, tako da njihova starost ne more biti kakovostna. Isto velja tudi za mlade in srednje generacije. Če ni v osebnem stiku s kakim starejšim človekom, je v njegovem človeškem razvoju praznina, ki jo ne more nadomestiti – ne more se kakovostno razvijati ali starati. Govorimo torej o kakovostnem staranju in kakovostni starosti tretje generacije, ta pa vključuje kakovostno staranje obeh mlajših generacij. (Ramovš, 2003: 43)

Kakovostna starost se stopnjuje od zelo nizke, do zelo visoke. Pri dvigovanju na višjo stopnjo kakovosti življenja lahko materialno premoženje pomaga, še veliko bolj pa zdravje. Niti revščina, niti bolezen nista tako usodni, da bi kakovost starosti in s tem človeka spravili na nulo ali pod njo. Bolezen in revščina sta kruta usoda, ne uničita pa vsega kar je človek. Frankl ugotavlja, da je bistvo človeka svoboden duh, katerega značilnost je kljubovalna moč, da v

neizogibni usodi odkrije smisel in živi kljub temu vredno človeško življenje. (Ramovš, 2003: 46,47)

1.6.1 Zdravje in kakovostno staranje

Zdravje je ena od največjih vrednot v starih letih. Za zdravje je v starosti treba storiti vse, kar se da – seveda po pameti. Za ohranjanje kakovosti življenja v starosti je nujno, da se učimo odkriti smisel in nekaj vrednosti tudi v bolezni in onemoglosti. To je mogoče, ni pa lahko. Onemoglost v starosti je vsakdanje dejstvo, pred katerim si ni pametno zatiskati oči, niti posamezniku, niti družbi, niti znanosti.

Za vsakega človeka je kakovostno staranje drugačno. Vsak človek si mora oblikovati svoje staranje po svoje. Dve skupni izhodišči za oblikovanje kakovostne starosti sta:

»Pomagaj si sam in Bog ti bo pomagal!« pravi slovenski pregovor. Za kakovostno starost mora poskrbeti vsakdo sam, da se nanjo pripravlja že v srednjih letih, da jo sprejme kot obdobje življenja, ki je drugačno od mladosti in srednjih let, toda nič manj smiselno.

Drugo izhodišče za oblikovanje kakovostne starosti je medčloveška solidarnost. Nihče pa naj je še tako bogat, zdrav, svež, mladosten, sposoben in še bi lahko naštevali, si ne more zagotoviti kakovostne starosti sam brez drugih ljudi in nikogar ni, pa naj je še tako reven, bolan, ostarel in nesposoben, ki nebi mogel drugim pomagati k bolj kakovostni starosti. Solidarna pomoč drugim k njihovi kakovostni starosti je najuspešnejša vaja za lastno kakovostno starost.

Za kakovostno staranje današnje srednje generacije, ki bo v prihodnjih letih postala tretja generacija so pomembni trije pogoji:

- posamezni človek se mora na starost pripraviti
- civilna družba mora pripraviti sodobne postmoderne socialne mreže za zadovoljevanje vseh človekovih potreb na starost
- država mora s primernimi ukrepi zagotoviti pogoje za pripravo posameznikov na kakovostno staranje in za ustvarjanje civilnih mrež za stare ljudi ter za sožitje generacij, sama pa zagotavlja pravico do osnovne materialne varnosti za vsakega starega človeka. (Ramovš, 2003: 50)

1.7 DOM ZA STARE

Nekateri strokovnjaki pravijo, da ima človek v življenju dva doma: dom svojega otroštva in dom, v katerem si je ustvaril družino. V starosti se lahko zgodi, da si mora poiskati še tretjega – dom za starejše občane. (Mirjam Belič, 1997: 127)

Sprejeti življenje v domu, pomeni sprejeti svojo starost z vsemi njenimi značilnostmi. Starost kot tretje življenjsko obdobje ni nič manj pomembna kot mladost ali zrelo obdobje, je pa drugačna.

Dom ima svoj dnevni ritem, ki ga temeljno odredjajo dnevni obroki: zajtrk, kosilo in večerja. Čas med obroki lahko izpolnijo različne dejavnosti, ki so na voljo v večini domov: fizioterapija, delovna terapija, ki obsega različne vrste ročnih dela: pletenje, kvačkanje, šivanje gobelinov in tapiserij, oblikovanje različnih izdelkov npr. lutk, izdelovanje glinenih okraskov, pletenje košar, izdelovanje lesenih okraskov itd. V domu je na voljo tudi knjižnica za tiste, ki so raje sami. Veliko domov v svoji tedenski ritem uvaja tudi skupine za samopomoč, ki so velika obogatitev domskega življenja. Mesečno praznujejo rojstne dneve vsi stanovalci, ki so v tekočem mesecu praznovali rojstni dan. Ob večjih cerkvenih praznikih so tudi verski obredi, nekatere domove pa obiskuje duhovnik tedensko. Med letom se dogajajo še druge dejavnosti: kulturne prireditve, izleti, pikniki, srečanja s svojci itd. Stanovalci so deležni tudi redne zdravniške oskrbe, saj ima vsak dom zdravnika, ki prihaja enkrat ali večkrat tedensko. V nekaterih večjih domovih pa je zdravnik redno zaposlen. (Hojnik-Zupanc, 1997: 128, 129)

Sprejem v dom pomeni v resnici veliko več kot le preselitev iz enega kraja v drug. V obdobju selitve se mora star človek sprijazniti z vsemi stranmi novega okolja. Sam se mora bolj prilagajati »domu«, kot se prilagaja »dom« njemu. V vsaki starosti je to težek proces. (Kastenbaum, 1985: 102)

Kako človek sprejme dom je odvisno od njega samega, njegovih svojcev in zaposlenega osebja. V domu se bolje počutijo tisti, ki so ta korak naredili po svoji volji. Zmotno je prepričanje, da se ljudje v domu ne morejo dobro počutiti, ker so preveč omejeni in osamljeni. Človek se vživi v domsko skupnost takrat, ko ozavešča potrebo po strpnosti. Vsak stanovalec v

domu je celovita osebnost, ki se je prav moral prav tako navaditi novih življenjskih pogojev. Priznati je treba različnost in ne vsiljevati svojih prepričanj. S prijazno mislijo, spoštovanjem in pozitivnim odnosom bi morali stanovalci pomagati sebi, sostanovalcem in osebju doma. Pozitivno razpoloženje zelo dobro vpliva na človekovo počutje in zdravje. Dobro razpoloženje prenašamo tudi na druge ljudi.

Staremu človeku lahko veliko pomagajo svojci, ki mu stojijo ob strani pri sprejemu v dom in redno prihajajo na obiske. Med svojci obstaja najtesnejša čustvena vez, zato je stanovalec njihovega obiska vedno vesel in ga nestrpno pričakuje. Vsak obisk je dogodek in če je zaželen prinese še toliko več pozitivnega vzdušja. Bolje je iskreno povedati kdaj lahko pridemo na obisk in kdaj ne, kot pa obljubiti in ne priti. To stanovalca lahko potre in ga zaskrbi, da se ni zgodilo kaj neprijetnega. Velikokrat se zgodi, da imajo svojci slabo vest, ker je njihov oče ali mati odšel, odšla v dom in zaradi tega težko prihajajo ali sploh ne prihajajo. Taki občutki otežujejo odnose s stanovalcem in z osebjem. Dom je prostor, kjer je starejši svojec najbolj varen in kot takega ga je treba tudi sprejeti.

Osebjem v domu je skupina, ki je v neposrednem stiku s stanovalci in bolj ali manj tudi s svojci. Nemalo kdaj se zgodi, da svojci zaradi lastnega občutka krivde krivijo osebje za slabo zdravstveno počutje stanovalca ali pa so nezadovoljni z odnosom. Zelo pomembno je, da se svojci pogovarjajo z osebjem, in če je potrebno tudi zaupajo svoje breme krivde. Včasih je tak korak svojcem zelo težko narediti. V takem primeru je prav, da pride do pobude za individualni pogovor med svojcem in delavcem, ki ima največ stikov z določenim svojcem, s strani delavca. (Hojnik-Zupanc, 1997:131-133)

Dom za starejše občane je zavod v katerem nekateri stari ljudje preživijo zadnje obdobje svojega življenja. Lahko ga sprejmejo kot veliko breme ali kot najboljšo rešitev za svojo življenje. Od človeka samega, od njegovih svojcev in prijateljev ter od domskega osebja je odvisno ali bo postal dom za starejše zgolj zavod ali tretji dom. Vsi trije dejavniki, pa smo ljudje, ki lahko v tem procesu drug drugemu pomagamo. (Hojnik-Zupanc, 1997:134)

1.8 DOM ZA STAREJŠE LJUDI KOT SOCIALNA INSTITUCIJA

Od institucij v katerih živijo ljudje iz različnih razlogov ne morejo živeti samostojno ali v lastni družini običajno pričakujemo, da bodo delovale tako, da bodo stanovalcem čim bolj nadomeščale »dom«. Stanovalcem naj bi zagotavljale vse tisto kar jim je zagotavljalo oz. nudilo domače okolje. Je pa res, da imajo v večini sodobnih institucijah zelo omejene možnosti izbire, tako glede same namestitve, prehranjevanja, kakor tudi načina oskrbe. Življenje v domu postane »institucionalizirano«, zajetje človekovih potreb je »totalno«. (Goffman, 1961)

Dom jih pogosto odvrča od vsakodnevnih aktivnosti in skrbi zase. Za institucije velja tudi precejšnja zaprtost pred zunanjim okoljem. Zato se socialni model trudi in zagotavlja avtonomijo stanovalcem.

Za kvalitetno življenje stanovalcev je pomembna komunikacija in sodelovanje med vsemi, ki se v domovih srečujejo: stanovalci, zaposleni in svojci. To bi privedlo tudi do prijetnejšega vzdušja v domovih, prispevalo k višji kvaliteti življenja stanovalcev in njihovih svojcev, pa tudi k višji kvaliteti delovnega življenja vseh zaposlenih. Pri tem ima pomembno, če ne kar osrednjo vlogo socialna delavka doma. Najpomembnejše usmeritve socialne delavke v domu pri delu so individualni pristop pri delu s stanovalci, spoštovanje njihovega dostojanstva, podpiranje njihove samostojnosti in ohranjanje stikov z njihovo primarno socialno mrežo. (Milošević Arnold, 2006: 26,27)

1.8.1 Socialno delo v domovih za stare

Delo socialnega delavca v domu je različno že po metodični strani, saj dela s posamezniki skupinsko, timsko in organizacijsko. Prav tako je različno po vsebini. Njegov prvi stik z bodočim stanovalcem doma se začne s pripravo starega človeka na dom, kakor tudi njegovih svojcev. Možnost odločitve o tem, kje in kako bo star človek živel, pomembno vpliva na počutje ob sprejemu posameznika v dom kakor tudi na kasnejše življenje v domu. Pomembno je tudi stališče svojcev do značilnosti doma in osebje doma. Dobri odnosi med družinskimi člani in osebjem doma pozitivno vplivajo na počutje stanovalcev doma.

Delo socialnega delavca v domu je tako različno, da mu daje veliko možnosti za ustvarjalnost in humano osebno delo, prav tako pa tudi veliko možnosti za birokratsko in brezosebno ravnanje. Tako je vsak posamezni socialni delavec pred osebno dilemo, v katero smer bo šel: žal, doslej stroka ni posvečala pozornosti razvoju metodike za reševanje osebnih, duhovnih in medčloveških zagat starih, trenutne potrebe ustanove pa so socialne delavce utirale v administrativno poslovanje. Četudi je socialni delavec prostorsko zelo blizu več kot stotim ljudem, ki so tako rekoč nenehno v hudih notranjih stiskah, čeprav hodi mimo njih in ureja mnoge zadeve zanje, pa je lahko tako vpet v administrativne postopke, ki so sicer potrebni, da osebnih, duhovnih in medčloveških stisk teh ljudi sploh ne opazi. (Ramovš, 1992)

Kako pomemben je odnos med stanovalci in zaposlenimi se pokaže že ob prihodu stanovalca v dom. Zaposleni, ki znajo prisluhniti in videti že začetne težave prilagajanja starostnika na življenje v domu, bodo znali tudi pomagati starostniku. Med njimi se lahko vzpostavi odnos zaupanja, medsebojnega spoštovanja in dobrega sodelovanja, ki zagotavlja prijetno bivanje v instituciji. (Mali, 2002: 320)

Naloge socialnega delavca so razdeljena na pomembna področja:

- priprava oz. postopek za sprejem stanovalca v dom: postopek sprejema nalaga socialnemu delavcu zbiranje potrebne dokumentacije ter razgovore s prosilcem in njegovimi sorodniki oz. s pristojnimi službami, ki sodelujejo pri urejanju sprejema. Pomembno je, da si prosilec (če mu dopušča zdravstveno stanje) dom ogleda in ga tako bolje spozna. Socialni delavec ga že pred sprejemom seznani z življenjem v njem, z možnostmi, ki mu jih ponuja. Tako prosilcu kot njegovim svojcem posveti dovolj pozornosti in časa. Zavedati se moramo, da je za starega človeka prihod v dom pomemben dogodek v njegovem življenju. Ne gre samo za preselitev v drugo stanovanje, ampak mora zapustiti svoje stanovanje, pohištvo, družinske člane, sosede, prijatelje, skratka svoje socialno okolje.
- Pomoč pri vključevanju na novo sprejetega stanovalca v domsko življenje: star človek zelo težko sprejema spremembe. Kljub pripravam za sprejem in njegovim predstavam o novem življenju je dom zanj tuje okolje. Sprejeti mora nov način življenja. Dom ne nadomesti domačega okolja, lahko pa se mu približa tako, da čim bolj upošteva in

spoštuje posameznikove potrebe. Socialni delavec nastopa kot povezovalni člen med stanovalci in njihovimi svojci, ker ti predstavljajo pomemben dejavnik pri vključevanju na novo sprejetega stanovalca v dom.

- Svetovalno delo pri reševanju osebnih stisk in težav na področju medosebnih odnosov: znano je, da človek potrebuje nekoga s katerim se lahko pogovori. V idealnem primeru so to sorodniki, kadar jih pa nima, jih lahko nadomestijo različni strokovni delavci. Socialni delavec mora sprejemati in razumeti čustva prizadetih stanovalcev, jim ponuditi podporo in čustveno toplino. V svetovalni odnos mora uvesti spoštovanje in iskreno zanimanje za njihove težave.
- Delo socialnega delavca s svojci stanovalcev: socialni in čustveni odnos med stanovalci doma, otrok in bližnjih svojcev do stanovalcev odseva na psihofizičnem in socialnem zdravju stanovalcev. Stanovalec prinese odnos s seboj in tak ostaja tudi v domu. Delo socialnega delavca s svojci stanovalcev poteka najpogosteje v vsakodnevnih stikih. Pri delu s svojci socialni delavci ugotavljajo, da pri odhodu družinskih članov v dom iz najrazličnejših vzrokov tudi oni včasih doživljajo hude stiske. Najpogostejši vzroki za to so nepoznavanje pojavov povezanih s starostjo in boleznijo, občutek krivde, da zaradi različnih razlogov ne morejo skrbeti za svojega družinskega člana, idr.
- Sodelovanje socialnega delavca z ustreznimi službami v domu in zunaj njega: socialni delavec v domu sodeluje z vsemi službami (uprava, zdravstveno-negovalna služba, delovna terapija, fizioterapija, kuhinja, pralnica, recepcija, računovodstvo) in sicer tako individualno kot timsko. Pri urejanju različnih socialno-varstvenih pravic stanovalcev doma pa se povezuje z zunanjimi institucijami (CSD, ZZSZ, ZPIZ, občinske službe, davčni urad, krajevni urad, pogrebna podjetja ipd.) (Bertalanič, 2001)

Socialni delavec je strokovnjak, ki:

- pomaga ljudem pri reševanju njihovih problemov
- dela s sistemi, da bi ljudem zagotovili potrebne vire in storitve
- povezuje ljudi z ustreznimi sistemi in tako podpira njihovo funkcioniranje« (Milošević Arnold, 2006: 27).

1.8.2 Profesionalne vloge socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi

Področja socialnega dela ločimo glede na to kakšno je mesto socialnega dela na posameznem izmed njih. Za področja so značilni trije različni modeli prakse: primarni, sekundarni in partnerski model.

Primarni model pomeni, da ima na določenem področju glavno vlogo socialna stroka. Je glavni nosilec in odgovarja za delo na določenem področju. To so na primer centri za socialno delo.

Za sekundarni model je značilno, da socialno delo gostuje na področju kjer je temeljna neka druga stroka npr. šolstvo, zdravstvo ipd.

Partnerski model pa pomeni, da si socialno delo na nekem področju dela enakopravno deli vlogo z drugimi strokami.

V naših domovih za stare, ki so dejansko institucije socialnega varstva se je uveljavil partnerski ali celo sekundarni, ne primarni model kot bi bilo logično pričakovati. (Milošević Arnold, 2006)

Charles Zastrow (1992:14-15) opisuje naslednje vloge socialnih delavcev:

- Usposobljevalec: gre za pomoč posamezniku pri izražanju potreb, razjasnjevanju problemov, iskanju najprimernejših strategij za njihovo rešitev, za premagovanje različnih življenjskih težav. Stari ljudje se pogosto znajdejo v stiskah in se čutijo nemočne. Socialni delavec je pomočnik, ki starostniku pomaga prepoznavati njegove potrebe skozi pogovor, da mu pomaga določevati kaj je problem in da skupaj poiščeta primerno rešitev.

- **Povezovallec:** v tej vlogi socialni delavec povezuje posameznike in skupine, ki potrebujejo pomoč in je ne znajo najti. Pri delu s starimi ljudmi so socialni delavci pogosto v vlogi zastopnikov, da jim lahko zagotovijo potrebne storitve. V vsaki lokalni skupnosti je na razpolago cela vrsta storitev, vendar se med seboj razlikujejo glede svoje kvalitete in pogojev. Socialni delavec ima potrebne informacije o vseh službah in vrsta njihovih storitev, kakor tudi o opravičenosti posameznika do teh storitev.
- **Zagovornik:** socialni delavec kot zagovornik skupine starih ljudi je dolžan pomagati tudi pri odkrivanju specifičnih primerov diskriminacije in predsodkov do starih ljudi z namenom, da bi se takšni pojavi odpravili.

Comptom in Galaway pa dodajata še naslednje vloge:

- **Učitelj:** kar pomeni, da socialni delavec pomaga starostniku pridobiti že izgubljena znanja za življenje nazaj ali pa ga uči novih veščin, ki bi mu lahko kasneje prišle prav.
- **Posrednik:** vloga posredovalca pri delu s starimi ljudmi se največkrat veže na družinsko situacijo, kadar se mora več članov dogovoriti glede nege in oskrbe svojca in si pri tem razdeliti naloge.
- **Svetovalec:** star človek in njegova družina ob soočenju z različnimi problemi, ki jih povzroči prilagajanje in spreminjanje življenjske okoliščine – upokožitev, zaposlitev, zdravstveni problemi, namestitvev v dom ipd. pogosto potrebuje strokovno pomoč socialnega delavca v smislu svetovanja.
- **Koordinator primera:** v to vlogo moramo stopiti kadar starostnik ne želi stikov s svojimi svojci in takrat socialni delavec posreduje med njimi.
- **Oskrbovalec:** zagotavlja vse potrebne storitve za oskrbo starostnika in usklajuje delo različnih izvajalcev npr. dostava kosila na dom.
- **Priskrbovalec:** gre za posredovanje različnih storitev materialno ogroženim starostnikom, ki nimajo dovolj lastnih sredstev, da bi zadovoljili različne potrebe – sredstva za preživljanje, zdravstveno oskrbo, zagotovitev prehrane in pomoči na domu, ustrežnejše bivalne razmere ipd. (Socialno delo s starimi ljudmi, Milošević Arnold, 2006: 19-21)

Socialni delavec pri zagotavljanju pomoči uporablja sodobne metode in tehnike dela in upošteva temeljne koncepte sodobnega socialnega dela, ki so pomembni tudi pri delu s starimi ljudmi. To so:

- partnerstvo
- krepitev moči
- zagovorništvo
- skupnostna skrb
- skupine za samopomoč
- antidiskriminacijska praksa (Ivajnsič: 435)

1.9 PREDSTAVITEV DOMA STAREJŠIH LENDA VA

Na vzhodu Slovenije, blizu slovensko-hrvaško-madžarske meje, nedaleč od reke Mure, v mestu Lendava, stoji Dom starejših Lendava.

Dom starejših Lendava je javni socialnovarstveni zavod za institucionalno varstvo starejših. Ustanovljen je bil v mesecu septembru 1994. leta, svojo dejavnost pa je začel opravljati v mesecu novembru istega leta. Proti koncu omenjenega meseca je namreč Dom sprejel prve stanovalce.

Uradna kapaciteta Doma je 148 postelj v 64-tih sobah in sicer 16 enoposteljnih, 24 dvoposteljnih, 12 triposteljnih in 12 štiriposteljnih sob. Dom je ves čas v celoti zaseden, pogosto se zgodi, da se je dom prisiljen odzvati na rešitve akutnega problema v okolju in sprejeti stanovalca na dodatno posteljo.

Dom starejših Lendava zagotavlja institucionalno varstvo starostnikom iz UE Lendava, teh je skoraj 70%, medtem ko so ostali stanovalci iz bližnje in daljne okolice. Povprečna starost stanovalcev je 80 let, starostna struktura pa kaže na to, da je največji delež stanovalcev starih med 80 in 90 let. V Domu živi 14 stanovalcev, ki so starejši od 90 let.

1.9.1 Pregledi nalog, ki jih organizacija izvaja

Osnovna dejavnost Doma je izvajanje institucionalnega varstva starejših, izvajanje zdravstvene nege in zdravstvene rehabilitacije ter izvajanje druge osnovne in specialistične konziliarne dejavnosti skladno z naravo dejavnosti in mrežo javne zdravstvene službe.

Osnovno dejavnost v Domu izvajajo:

- skupna služba in računovodstvo
- zdravstveno negovalna služba
- služba prehrane ter
- tehnična služba.

Naloge iz svoje pristojnosti Dom izvaja s 65-timi zaposlenimi ter s petimi delavci, ki so zaposleni po posebni pogodbi za izvajanje javnih del. Preko JD se v domu izvaja program »Spremljanja stanovalcev Doma in družabništvo«. Dosedanje izkušnje kažejo, da je izvajanje programa dobra dopolnitev redni dejavnosti, največ pa je seveda to, da so z izvajanjem programa zadovoljni naši stanovalci.

Zdravljenje stanovalcev v Domu izvaja Zdravstveni Dom Lendava v povprečju 2 uri na dan, medtem ko enkrat tedensko v Dom prihaja specialist psihiater, s katerim ima Dom sklenjeno pogodbo.

Poleg osnovne dejavnosti izvaja Dom tudi zunanjo dejavnost v obsegu, ki mu dopuščajo zagotovljeni prostorski, materialni in kadrovski pogoji. Pri tem gre za izvajanje storitev internega bufeta, ki so namenjene predvsem stanovalcem in njihovim svojcem ter možnost odvzema kosil zunanjim uporabnikom.

V Domu se izvajata fizioterapija in delovna terapija. V okviru fizioterapije je v ospredju metoda dela s posameznim stanovalcem. V delovno terapijo se stanovalci vključujejo prostovoljno, glede na svoje interese in sposobnosti pa se lahko vključijo v okupacijsko ali funkcionalno delovno terapijo. Eden najpomembnejših ciljev, ki se zasleduje v okviru delovne terapije je dvig kvalitete bivanja naših stanovalcev, odpravljanje monotonije in nudenje

tistega kar si stanovalci sami želijo. V Domu imajo stanovalci možnost vključitve v naslednje aktivnosti s področja preživljanja prostega časa: vključitev v dva pevska zbora, branje časopisa, literarno skupino, skrb za rože, domsko knjižnico, družabništvo, prireditve ob vsakem prazniku in rojstnih dnevih stanovalcev, izleti, pikniki, cerkvene svečanosti, tri skupine za samopomoč in družabne igre.

Prizadevanja Doma so usmerjena v izvajanje nove dejavnosti dnevnega varstva. Z uvedbo izvajanja storitev dnevnega varstva v Domu vidimo možnost dodatne ponudbe v okolju, kot tudi možnost večje izbire ponujenih storitev.

Dom starejših Lendava ima v okviru svojih pristojnosti stalno zasledovan cilj izboljšanje kakovosti življenja uporabnikov pri izvajanju vseh storitev, vzpodbujanje zdravega načina življenja z razvijanjem preventivnih in razvojnih programov. Pri zastavljanju ciljev se daje poudarek normalizaciji življenja starostnika in njegovi individualizaciji. Zasledovanje slednjih ciljev pomeni poseganje v celoten delovni proces, v miselnost zaposlenih in odnos ter spremembo pri obravnavi starostnika že pred prihodom v Dom. (www.dslendava.si)

Poslanstvo organizacije je:

- v kakovostnem, strokovnem ter uporabnikom prijaznem opravljanju storitev institucionalnega varstva
- v medsebojnem sodelovanju vseh služb, uporabnikov in njihovih svojcev ter v skupnem prizadevanju za polnovredno bivanje stanovalcev v našem domu
- v dodajanju človeškega odnosa k strokovnemu delu (Hozjan, 2007)

Vizija organizacije je:

- postati osrednja strokovna ustanova za pomoč starejšim ljudem v našem okolju in izven njega
- razvijati sodobne metode dela z uvajanjem modela za obvladovanje kakovosti
- z našim znanjem in izkušnjami prispevati k enakopravnemu sprejemu starega človeka in starosti v naši družbi (Hozjan, 2007)

2. PROBLEM

Stari so v družbi večkrat označeni kot odvečni, nekoristni in le v napoto. Na osnovi takšnega družbenega mišljenja se starost razvrednoti in tabuizira v nekaj manjvrednega, nezaželenega in obrobnega, to pa stare ljudi potiska iz vloge aktivnih soustvarjalcev družbe v popolnoma pasivne člane. S povečano starostjo rastejo potrebe po pomoči, saj z daljšanjem življenjske dobe naraščajo starostne in bolezenske spremembe. Veliko družin, ki živijo s starejšim članom, se slej ko prej sreča s položajem, ko star človek potrebuje nego in pomoč. To za družinske člane, predvsem za negovalce, povzroči veliko obremenitev, ki lahko povzroči spore v družini, to pa pogosto vodi do izčrpanja in razpada družine. Še posebej se vse spremeni s prihodom starega človeka v dom.

Kadar pomeni vstop v domsko varstvo edini izhod iz hude stiske, temelječe na socialnozdravstveni situaciji posameznika, je s strani starostnika spremljan s sprejemanjem prihoda, kadar pa starostnik ocenjuje, da bi lahko ostal na svojem domu, če bi le bilo vsaj malo več pripravljenosti s strani svojcev in pomoči iz okolja, je vstop v domsko varstvo vedno spremljan z veliko žalostjo in stresom. V obeh primerih pa odhod starejših ljudi v domsko varstvo spremljajo stiske pred neznanim, pred bivanjem v drugem okolju, ki ne bo več »njihov dom«. Za starostnike bi bilo zelo zaželeno, da bi domovi poskrbeli za čim bolj kvalitetno bivanje v smislu namestitve, prehrane, zdravstvene nege, različnih afirmacij, s katerimi bi starostnikom dali občutek, da so še vedno pomembni za našo družbo.

Pobudo za raziskavo sem dobila med opravljanjem prakse v 4. letniku. Na ta način sem spoznala stanovalce doma in temeljni namen raziskave je, kako so stanovalci doma zadovoljni s storitvami in strokovnim osebjem. Dejstvo je, da zadovoljstvo stanovalcem poveča njihovo kakovost življenja v starosti, zato je potrebno čim bolj zadovoljiti potrebe starih, da se bodo v domu čim boljše počutili.

Z raziskavo sem želela ugotoviti ali so stanovalci doma starejših Lendava zadovoljni:

- s kakovostjo življenja v domu;
- z odnosi med njimi in ostalimi stanovalci;
- z odnosi med njimi in osebjem.

Ugotoviti sem tudi hotela, kakšna je njihova osamljenost v domu in na koga se lahko obrnejo.

3. METODOLOGIJA

3.1 VRSTA RAZISKAVE

Raziskava je kvantitativna. Podatke sem pridobila s pomočjo v naprej pripravljenega vprašalnika.

3.2 MERSKI INSTRUMENT IN VIRI PODATKOV

Želene podatke sem dobila na podlagi vprašalnika, ki sem ga sama sestavila. Vprašalnik sem izpolnjevala z vsakim anketirancem posamično. Vprašalnik je v tiskani obliki in vsebuje 24 vprašanj.

Pri raziskavi so bile upoštevane naslednje spremenljivke in modalitete:

- spol: »M, Ž«,
- starost,
- izobrazba,
- čas bivanja v domu,
- svobodno izražanje veroizpovedi: »da, ne«,
- odnosi z zaposlenimi v domu: »odlično, dobro, srednje, slabo«,
- kakovost hrane: »zelo zadovoljen/-a, zadovoljen/-a, nezadovoljen/-a, zelo nezadovoljen/-a«,
- kakovost postrežbe obrokov: »odlično, zelo dobro, dobro, slabo, zelo slabo«,
- čistost prostorov: »zelo zadovoljen/-a, zadovoljen/-a, nezadovoljen/-a, zelo nezadovoljen/-a«,
- nega: »sem zadovoljen/-a, nisem zadovoljen/-a, odvisno kdo me neguje, nege še ne potrebujem«,
- zadovoljstvo z aktivnostmi, ki se izvajajo v domu: »sem zadovoljen/-a, nisem zadovoljen/-a, srednje zadovoljen/-a«,

- udeležba teh aktivnosti: »da, redno, občasno, ne, ker mi niso dostopne«,
- aktivnosti, ki so najbolj zanimive v domu: »delovna terapija, pevski zbor, skupine za samopomoč, molitve, praznovanje rojstnih dni, fizioterapija, srečanje s svojci, praznovanje praznikov, pikniki, se ne udeležujem aktivnosti, drugo«,
- želja, da bi se aktivnosti izvajale tudi v popoldanskem času, ob vikendih in praznikih: »da, ne, mogoče samo v popoldanskem času, ne pa ob vikendih in praznikih, da, želim si aktivnosti ob vikendih in praznikih«,
- ali osebje upošteva vaše mnenje oz. pripombe: »vedno, redko, nikoli, ne vem«,
- pomoč socialne službe: »zelo, veliko, malo«,
- najpogostejši stiki z zaposlenimi,
- stiki z drugimi stanovalci: »imam stike, nimam stikov«,
- druženje z drugimi stanovalci: »nikoli, manj kot eno uro na dan, tri in več ur na dan, večino dneva«,
- občutek osamljenosti: »da, ne, včasih, nikoli«,
- s kom se pogovarjate, ko ste osamljeni,
- komu se obrnete, če imate težave,
- stiki s sorodniki: »nikoli, zelo redko, pogosto, zelo pogosto (večkrat tedensko), redno (vsak dan)«,
- kaj vam je v domu najbolj všeč.

3.3 POPULACIJA IN VZORČENJE

Vzorec anketirancev sem izbrala s pomočjo socialne delavke in je zajemal 30 stanovalcev, od tega 9 moških in 21 žensk. Za izbrane anketirance sva se odločili zato, ker sem od teh stanovalcev lahko pričakovala realne odgovore. Glede na to, da moj vzorec ni reprezentativen, veljajo dobljeni rezultati le za anketirane stanovalce.

3.4 ZBIRANJE PODATKOV

Anketirala sem v dopoldanskem času. Najprej sem mislila, da bom hitro končala, toda anketa se je lahko zelo zavlekla, saj smo s stanovalci ustvarili prijetno vzdušje in se pogovarjali o vseh mogočih rečeh. Podatke sem zbirala s pomočjo sestavljenih vprašalnikov. Podatke stanovalcev sem dobila tako, da sem šla osebno do vsakega, se z njimi pogovarjala, jim razložila nejasnosti in ob tem izpolnjevala anketo. Pomembno se mi je zdelo, da se pogovarjam s stanovalci.

3.5 OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV

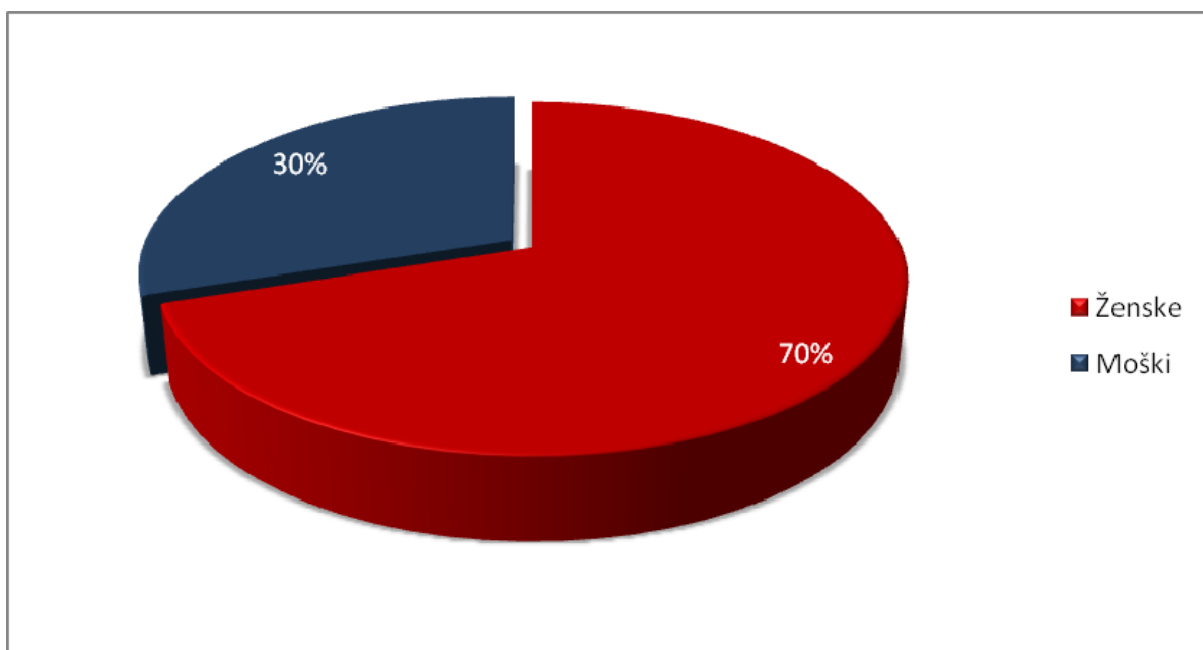
Zbrane podatke sem obdelala kvantitativno. Podatke sem analizirala ročno in računalniško. Pri izdelavi tabel in grafov sem uporabila računalniški program Microsoft Word in Excel 2007.

4. REZULTATI IN RAZPRAVA

Preglednica 1: Spol

Ženski	21	70%
Moški	9	30%
SKUPAJ	30	100%

Graf 1: Spol

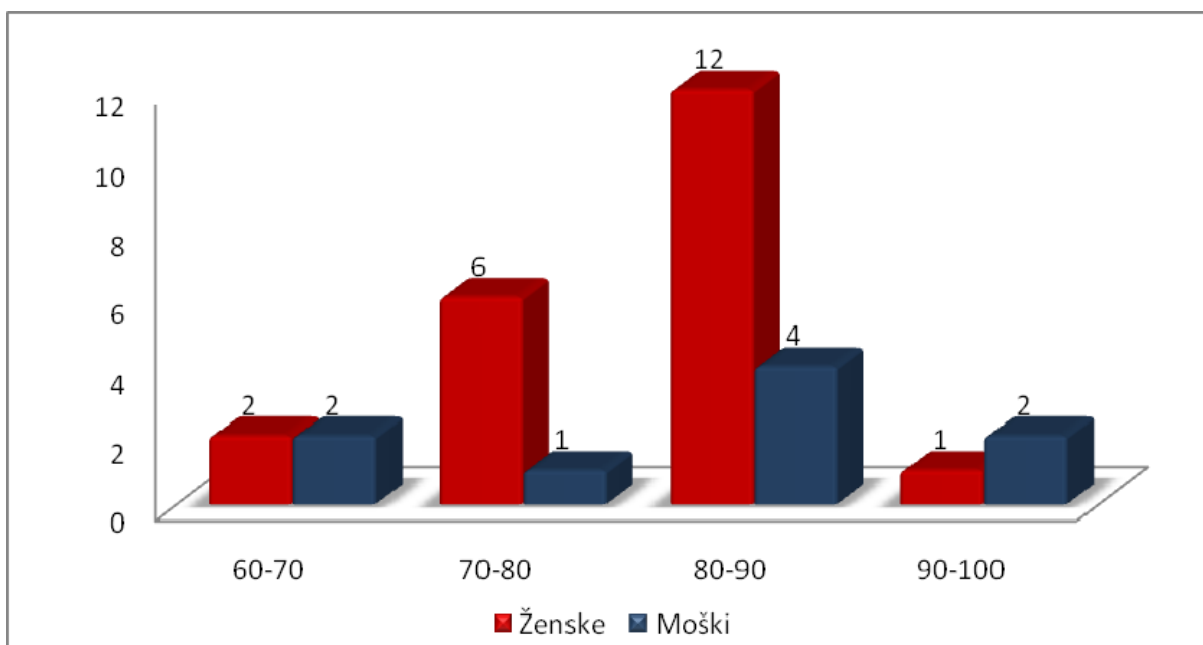


Iz prve tabele in grafa lahko razberemo, da je v anketi udeleženih kar 70 % žensk, medtem, ko je sodelovalo le 30 % moških.

Preglednica 2: Koliko ste stari?

RAZRED	FREKVENCA MOŠKI	FREKVENCA ŽENSKE	ODSTOTEK M (%)	ODSTOTEK Ž (%)
60-70	2	2	22,20 %	9,50 %
70-80	1	6	11,10 %	28,60 %
80-90	4	12	44,50 %	57,10 %
90-100	2	1	22,20 %	4,80 %
SKUPAJ	9	21	100 %	100 %

Graf 2: Koliko ste stari?



Iz grafa je razvidno, da je največ moških starih med 80 in 90 let, kar je 44,50 %.

Sledita skupini starostnikov med 60 in 70 let, kar znaša 22,20 % ter med 90 in 100 let, kar prav tako znaša 22,20 %. Najnižji odstotek znaša 11,10, in sicer za starost od 70 do 80 let.

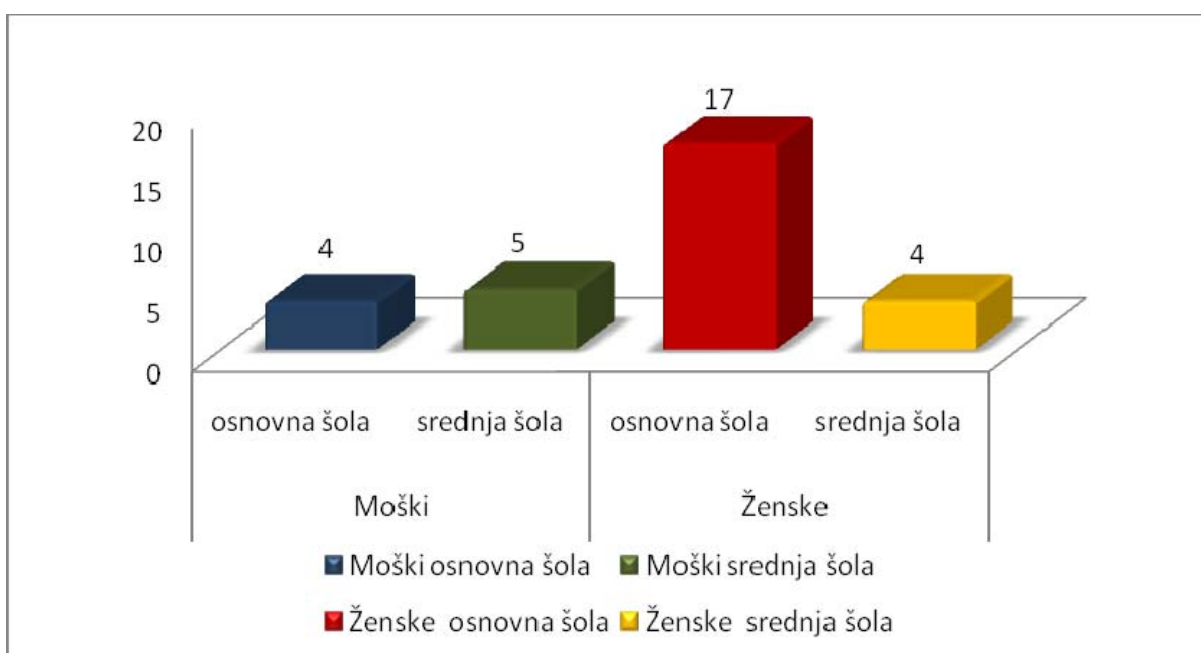
Največ žensk je starih med 80 in 90 let, in sicer kar 57,10 %, nato sledi skupina žensk v starosti od 70 do 80 let, kar znaša 28,60 %, sledi skupina v starosti od 60 do 70 let, kar je v odstotkih 9,50 in slednja skupina v starosti 90-100 let, kar znaša 4,80 %.

Glede na dobljene podatke lahko sklepamo, da prevladuje starostna skupina med 80 in 90 let. Dejstvo je, da v domu prevladuje ženska populacija, zato mi ni uspelo, da bi pri raziskavi pridobila enak vzorec glede na spol.

Preglednica 3: Vaša izobrazba

Moški	Osnovna šola	4	44,40 %
	srednja šola	5	55,60 %
SKUPAJ		9	100 %
Ženske	Osnovna šola	17	81 %
	Srednja šola	4	19 %
SKUPAJ		30	100 %

Graf 3: Vaša izobrazba

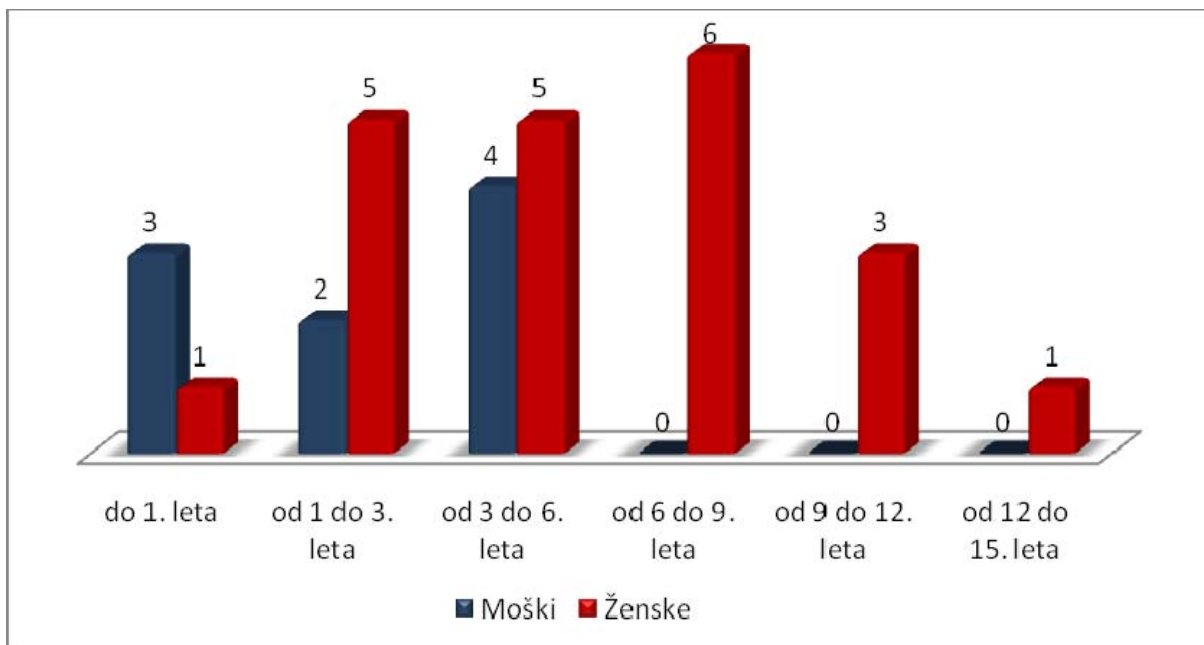


Iz tabele in grafa je razvidno, da pri moških prevladuje srednješolska izobrazba, medtem ko pri ženskah prevladuje osnovnošolska izobrazba, in sicer kar v 81. %.

Preglednica 4: Kako dolgo ste že v Domu starejših Lendava?

RAZREDI	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Do 1 leta	3	33,30 %	1	4,80 %
Od 1 do 3 let	2	22,20 %	5	23,80 %
Od 3 do 6 let	4	44,50 %	5	23,80 %
Od 6 do 9 let	0	0 %	6	28,60 %
Od 9 do 12 let	0	0 %	3	14,20 %
Od 12 do 15 let	0	0 %	1	4,80 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 4: Kako dolgo ste že v Domu starejših Lendava?



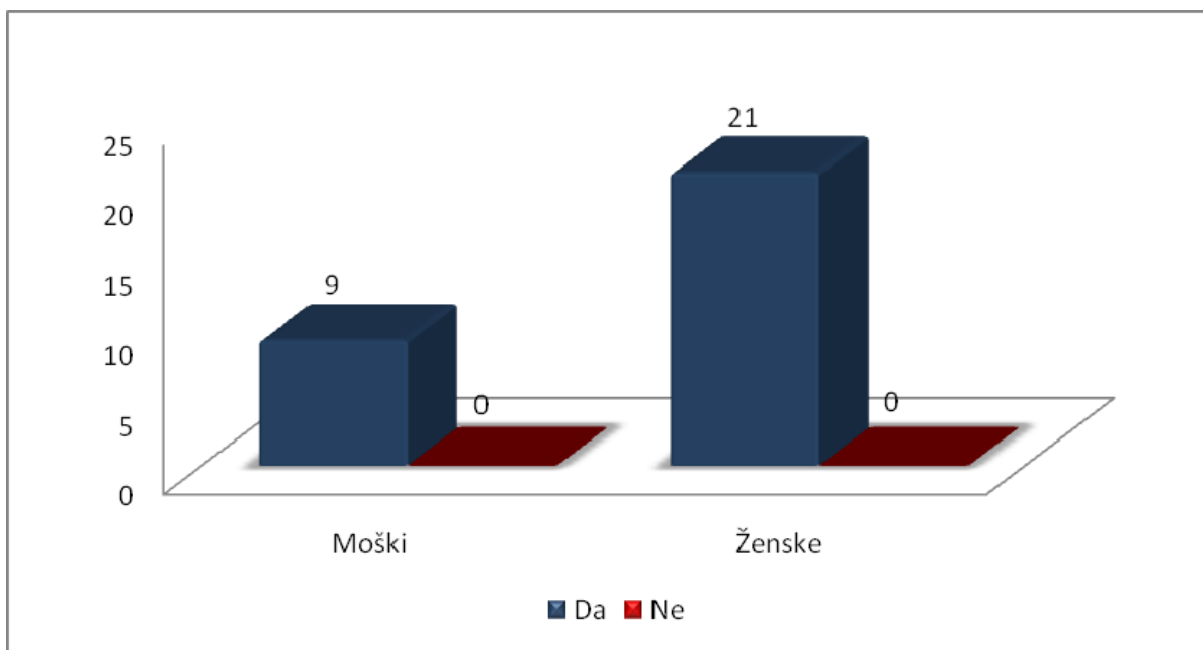
Iz tabele in grafa je razvidno, da je pri moških maksimalna doba bivanja v domu do 6 let, medtem ko je pri ženskah doba bivanja dosti daljša, in sicer vse do 15 let.

Gornji rezultati znova prikazujejo dejstvo, da je življenjska doba pri ženskah precej višja, kot pri moških.

Preglednica 5: Ali lahko svobodno izražate veroizpoved?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Da	9	100 %	21	100 %
Ne	0	0 %	0	0 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 5: Ali lahko svobodno izražate veroizpoved?

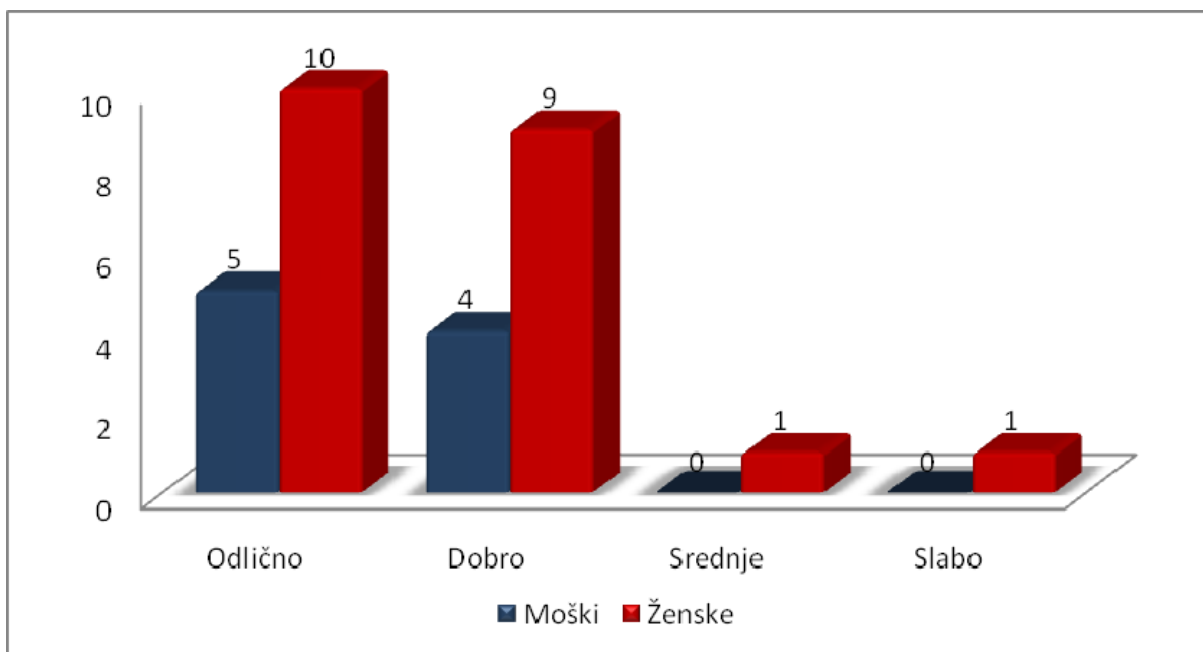


Vsi anketirani stanovalci so izjavili, da lahko svobodno izražajo svojo veroizpoved.

Preglednica 6: Kako se razumete z zaposlenimi v domu?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Odlično	5	55,60 %	10	47,60 %
Dobro	4	44,40 %	9	42,80 %
Srednje	0	0 %	1	4,80 %
Slabo	0	0 %	1	4,80%
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 6: Kako se razumete z zaposlenimi v domu?



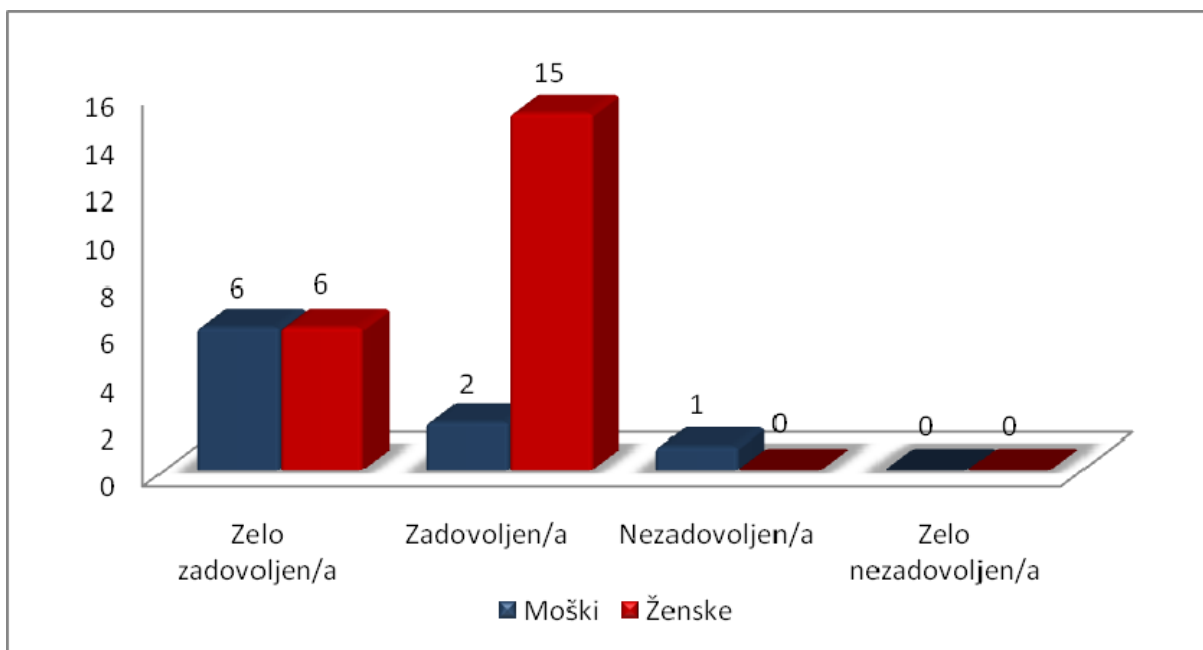
Iz tabele in grafa je razvidno, da se 55,60 % moških stanovalcev z zaposlenimi razume odlično, 44,40 % pa dobro. Za srednje oz. slabo razumevanje z zaposlenimi, se ni izjasnil noben moški stanovalec.

Pri ženskah je razumevanje z zaposlenimi nekoliko drugačno, in sicer se jih 47,60 % z zaposlenimi razume odlično, 42,80 % dobro, 4,80 % srednje in 4,80 % slabo.

Preglednica 7: Ali ste zadovoljni s prehrano v domu?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Zelo zadovoljen/a	6	66,70 %	6	28,60 %
Zadovoljen/a	2	22,20 %	15	71,40 %
Nezadovoljen/a	1	11,10 %	0	0 %
Zelo nezadovoljen/a	0	0 %	0	0 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 7: Ali ste zadovoljni s prehrano v domu?



Glede na kakovost hrane, se mnenja razlikujejo, kar je čisto normalno. Hrana je raznolika in vsak nima rad vseh jedi.

Glede na rezultate pa je splošna ugotovitev, da so anketiranci s prehrano v domu zelo zadovoljni oz. zadovoljni, kakor sledi:

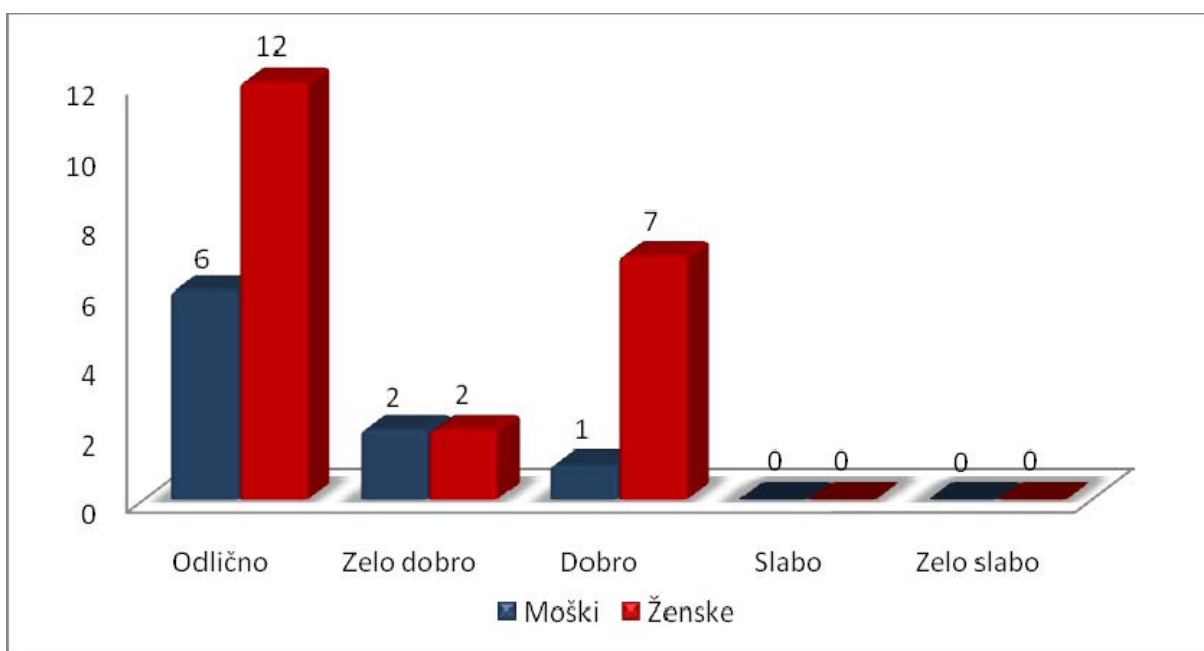
66,70 % moških je s prehrano zelo zadovoljnih, 22,20 % jih je zadovoljnih, 11,10 % pa nezadovoljnih.

Pri ženskah je 28,60 % zelo zadovoljnih, 71,40 % pa zadovoljnih. Z obroki nobena od anketirank ni nezadovoljna.

Preglednica 8: Ali ste zadovoljni s postrežbo obrokov?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Odlično	6	66,70 %	12	57,80 %
Zelo dobro	2	22,20 %	2	9,50 %
Dobro	1	11,10 %	7	33,30 %
Slabo	0	0 %	0	0 %
Zelo slabo	0	0 %	0	0 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 8: Ali ste zadovoljni s postrežbo obrokov?



Iz tabele in grafa je razvidno, da je večina anketirancev s postrežbo obrokov zadovoljna, in sicer:

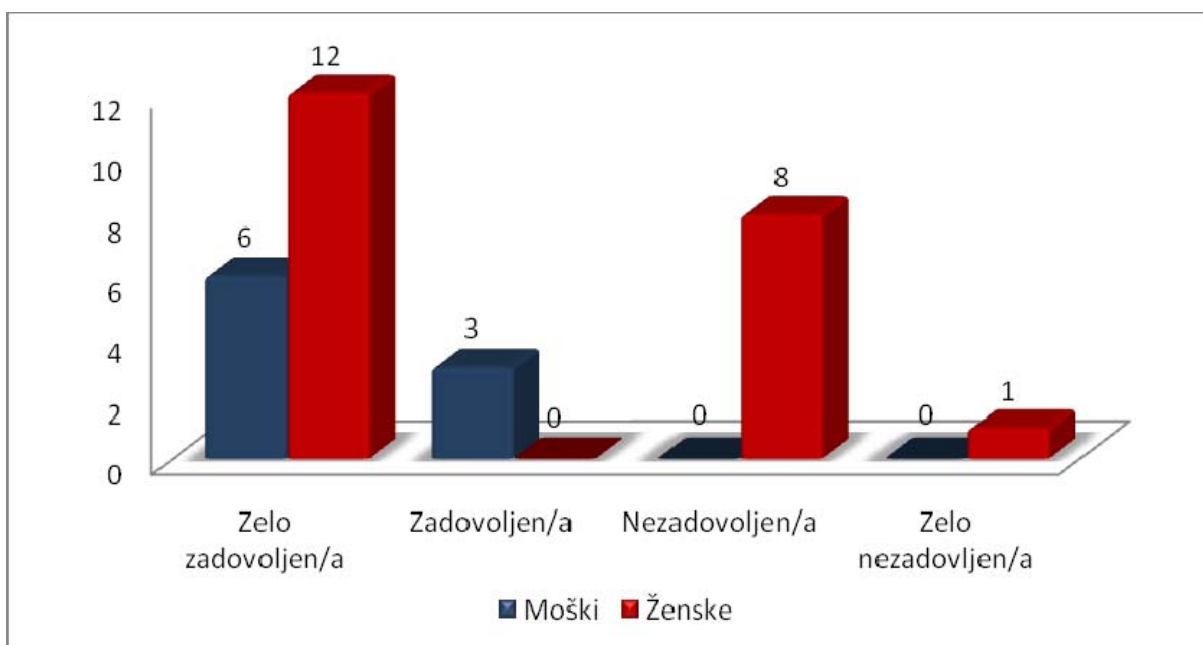
Pri moških je postrežbo ocenilo z odlično 66,70 %, z zelo dobro 22,20 % in z dobro 11,10 %. Pri ženska pa je postrežbo obrokov ocenilo z odlično 57,80 %, z zelo dobro 9,50 % in z dobro 33,30 %.

Med anketiranci ni noben ocenil postrežbe kot slabe ali zelo slabe.

Preglednica 9: Ali ste zadovoljni s čistočo prostorov?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Zelo zadovoljen/a	6	66,70 %	12	57,10 %
Zadovoljen/a	3	33,30 %	0	0 %
Nezadovoljen/a	0	0 %	8	38,10 %
Zelo nezadovoljen/a	0	0 %	1	4,80 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 9: Ali ste zadovoljni s čistočo prostorov?



Glede čistoče prostorov se mnenja moški in žensk nekoliko razlikujejo.

Pri moških se je z zelo zadovoljen opredelilo 66,70 % anketirancev, z zadovoljen pa 33,30 %.

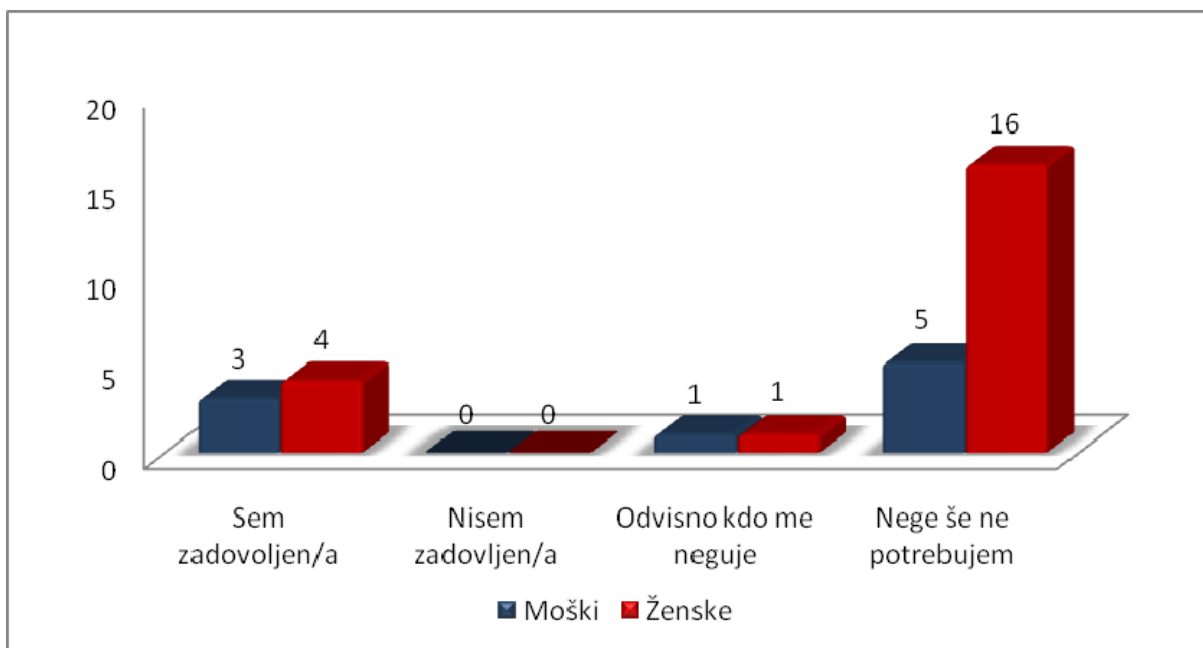
Pri ženski se je z zelo zadovoljna opredelilo 57,10 %, z nezadovoljna 38,10 % in z zelo nezadovoljna 4,80 %.

Dejstvo je, da ženske, kot gospodinje, čistoči posvečajo večjo pozornost, kot moški.

Preglednica 10: Ali ste zadovoljni z nego?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Sem zadovoljen/a	3	33,30 %	4	19 %
Nisem zadovoljen/a	0	0 %	0	0 %
Odvisno kdo me neguje	1	11,10 %	1	4,80 %
Nege še ne potrebujem	5	55,60 %	16	76,20 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 10: Ali ste zadovoljni z nego?



Iz tabele in grafa je razvidno, da je zadovoljnih z nego 33,30 %, odvisno od tega, kdo ga neguje je 11,10 %, nege pa še ne potrebuje 55,60 % moških anketirancev.

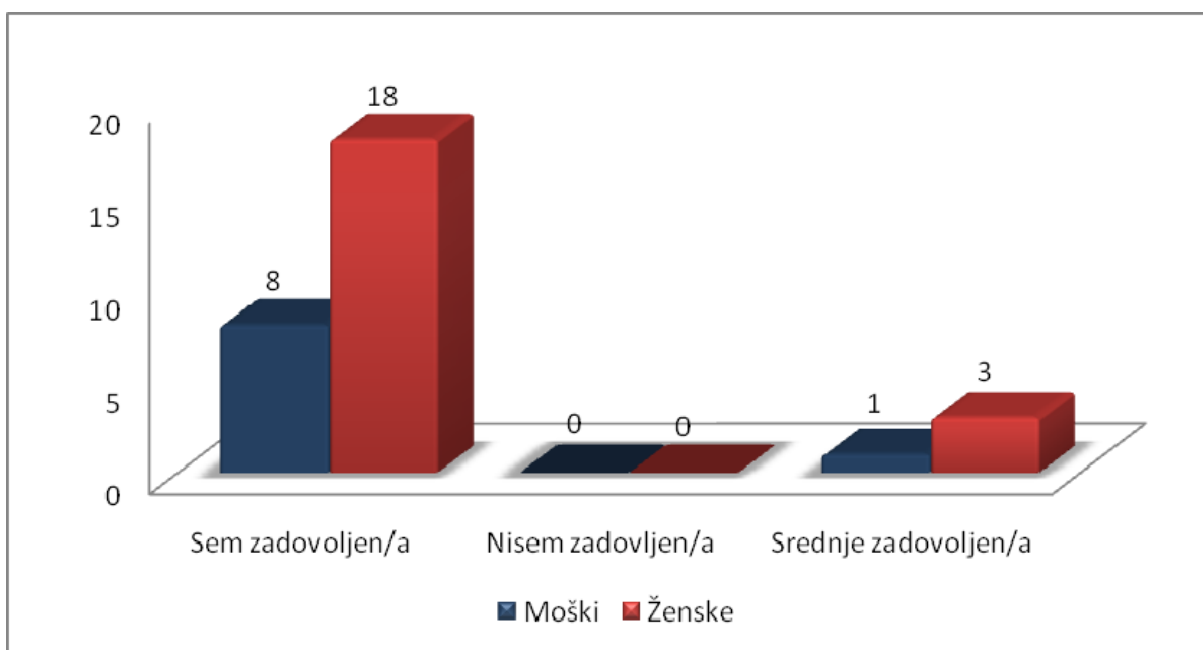
Pri ženskah je z nego zadovoljnih 19 % anketirank, odvisno od tega, kdo jo neguje je 4,80 %, 76,20 % žensk pa nege še ne potrebuje.,

Iz raziskave je razvidno, da večina anketirancev, tako moških, kot žensk nege še ne potrebuje.

Preglednica 11: Ali ste zadovoljni z aktivnostmi, ki se izvajajo v domu?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Sem zadovoljen/a	8	88,90 %	18	85,70 %
Nisem zadovoljen/a	0	0 %	0	0 %
Srednje zadovoljen/a	1	11,10 %	3	14,30 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 11: Ali ste zadovoljni z aktivnostmi, ki se izvajajo v domu?



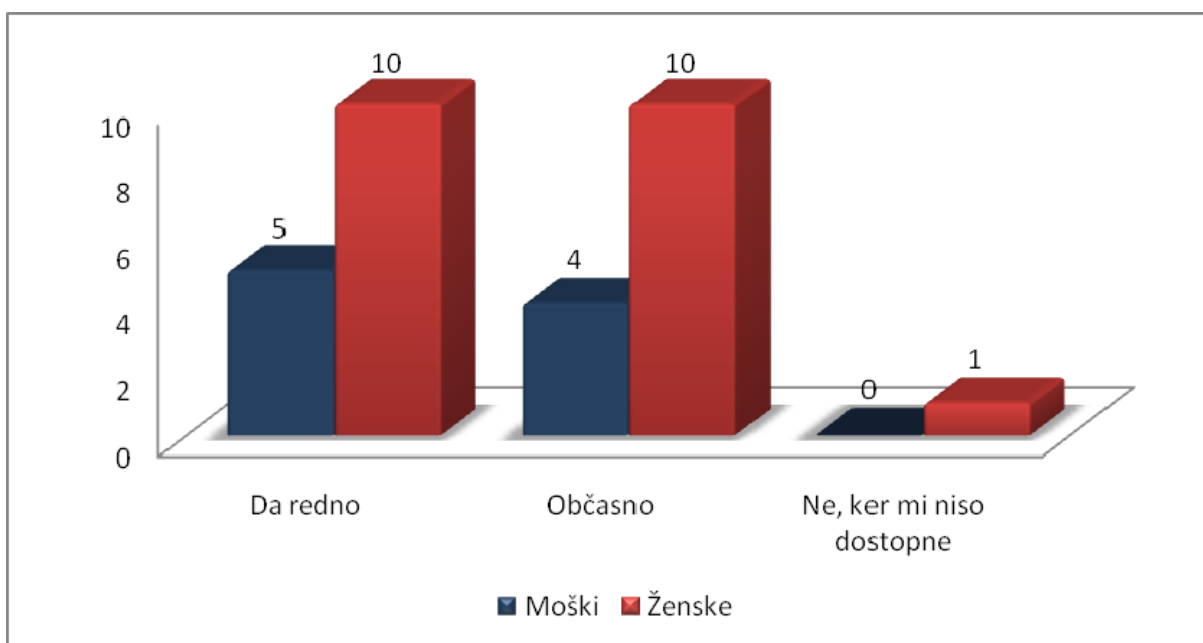
Iz tabele in grafa je razvidno, da sta obe populaciji z aktivnostmi, ki se izvajajo v domu zadovoljni, in sicer 88,90 % moških in 85,70 % žensk.

Srednje zadovoljnih z aktivnostmi v domu je le 11,10 % moških in 14,30 % žensk.

Preglednica 12: Ali se udeležujete teh aktivnosti, ki se izvajajo v domu?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Da, redno	5	55,60 %	10	47,60 %
Občasno	4	44,40 %	10	47,60 %
Ne, ker mi niso dostopne	0	0 %	1	4,80 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 12: Ali se udeležujete teh aktivnosti, ki se izvajajo v domu?



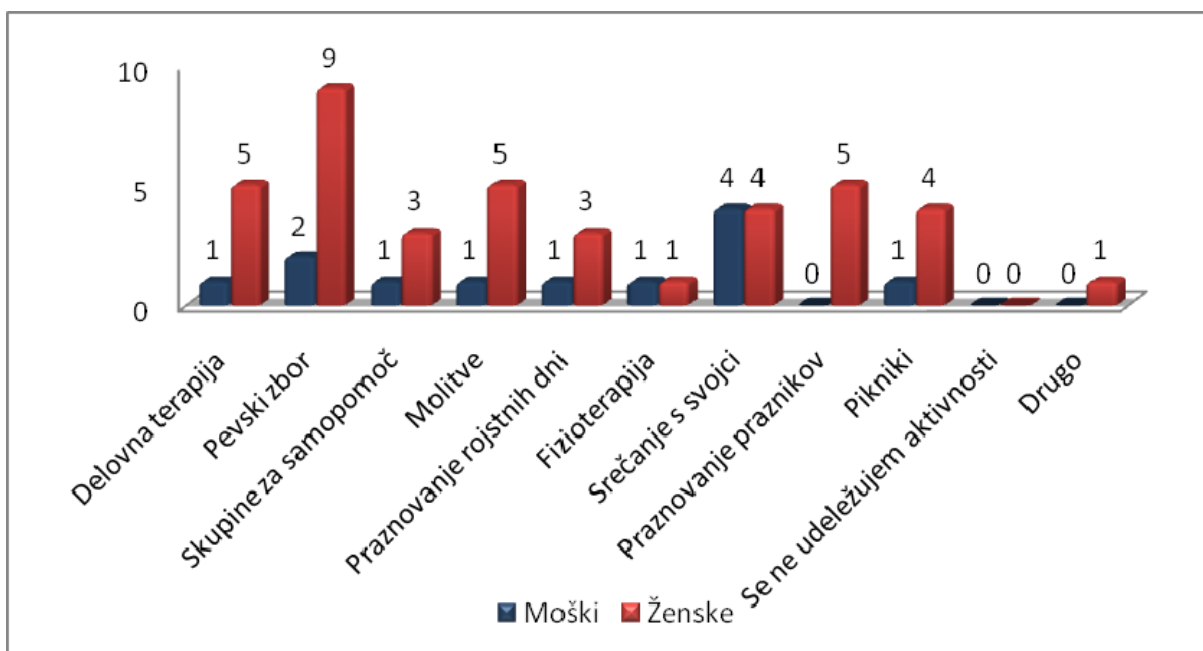
Pri moških se 55,60 % moških redno udeležuje aktivnosti, ki jih izvajajo v domu, 44,40 % se jih pa udeležuje le občasno.

Pri ženskah pa se tako redno, kot tudi občasno udeležuje domskih aktivnosti 47,60 %, 4,80 % oskrbovank pa se ne udeležuje teh aktivnosti, ker jim niso dostopne. V moji raziskavi predstavlja ta odstotek samo ena oseba.

Preglednica 13: Katere aktivnosti se vam v domu zdijo najbolj zanimive?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Delovna terapija	1	9 %	5	12 %
Pevski zbor	2	17 %	9	22 %
Skupine za samopomoč	1	8%	3	8 %
Molitve	1	8%	5	12 %
Praznovanje rojst. dni	1	8%	3	8 %
Fizioterapija	1	8%	1	3 %
Srečanje s svojci	4	34 %	4	10 %
Praznovanje praznikov	0	0 %	5	12 %
Pikniki	1	8 %	4	10 %
Se ne udeležujem aktivnosti	0	0 %	0	0 %
Drugo	0	0 %	1	3 %
SKUPAJ	12	100 %	40	100 %

Graf 13: Katere aktivnosti se vam v domu zdijo najbolj zanimive?



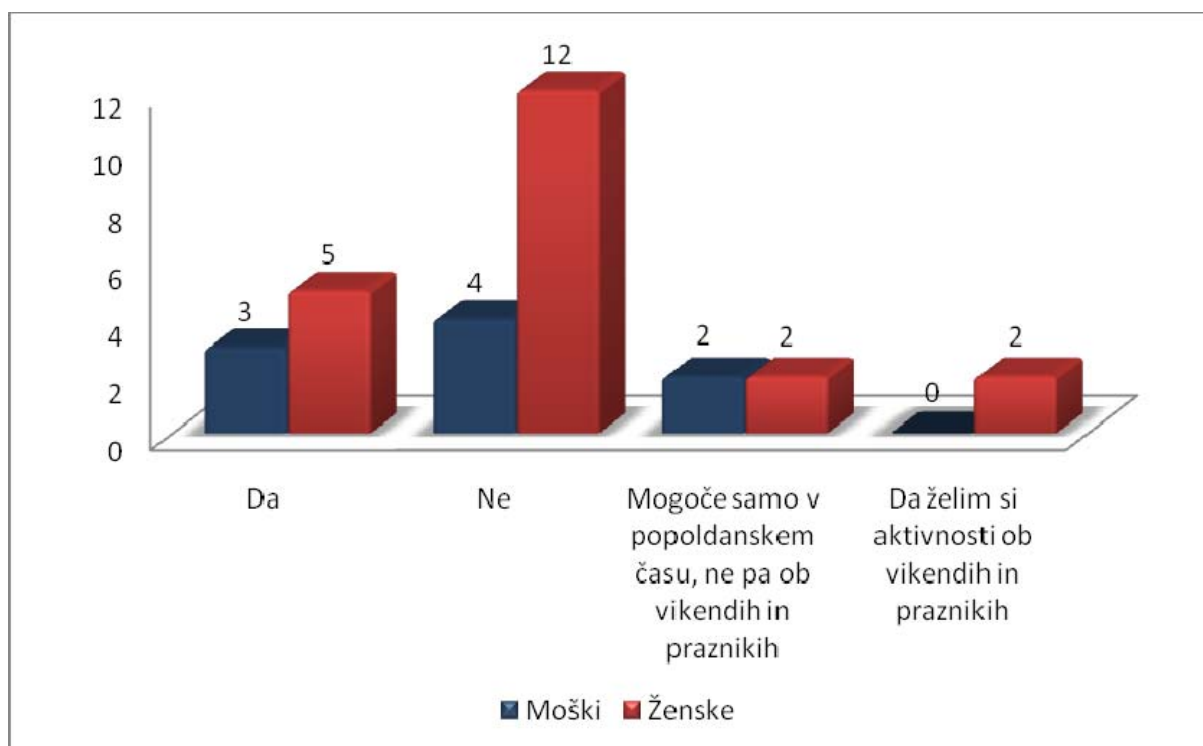
Iz tabele in grafa je razvidno, da pri moških 1. mesto zasedajo srečanja s svojci, in sicer 34 %, nato sledi pevski zbor z 17 %, z 8 % pa si sledijo delovna terapija, skupine za samopomoč, molitve, praznovanje rojstnih dni, fizioterapija in pikniki.

Pri ženskah je na 1. mestu pevski zbor z 22 %, nato molitve in praznovanje praznikov z 12 %, srečanja s svojci in pikniki z 10 %, skupine za samopomoč in praznovanje rojstnih dni z 8 % ter fizioterapija in drugo s 3 %.

Preglednica 14: Ali bi želeli, da bi se aktivnosti izvajale tudi v popoldanskem času, ob vikendih in praznikih?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Da	3	33,30 %	5	23,80 %
Ne	4	44,50 %	12	57,20 %
Mogoče samo v popoldanskem času, ne pa ob vikendih in praznikih	2	22,20 %	2	9,50 %
Da, želim si aktivnosti ob vikendih in praznikih	0	0%	2	9,50 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 14: Ali bi želeli, da bi se aktivnosti izvajale tudi v popoldanskem času, ob vikendih in praznikih?



Iz tabele in grafa je razvidno, da se je za dogovor DA opredelilo 33,30 %, za odgovor NE

44,50 % in za odgovor MOGOČE 11,20 % moških.

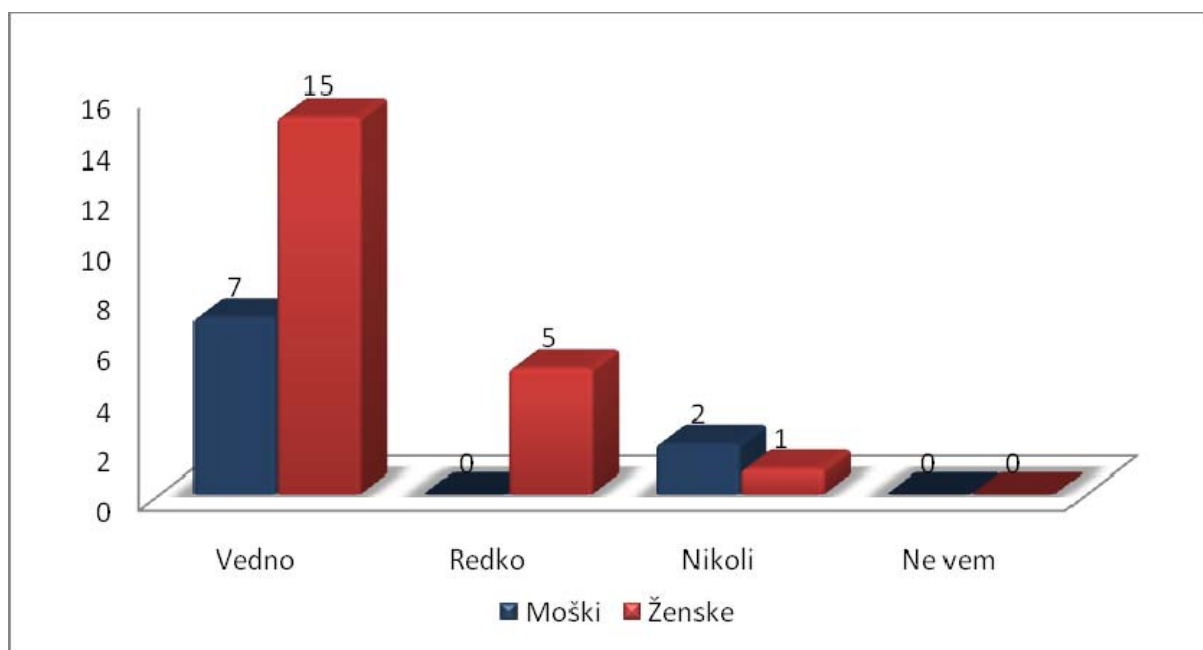
23,80 % žensk se je odločilo za odgovor DA, 57,20 % za odgovor NE, 9,50 % za odgovor MOGOČE in 9,50 % bi želelo imeti aktivnosti tudi ob vikendih in praznikih.

Iz raziskave je razvidno, da je večina anketirancev zadovoljnih z aktivnostmi v dopoldanskem času.

Preglednica 15: Ali osebje upošteva vaše mnenje oz. pripombe, če jih imate?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Vedno	7	77,80 %	15	71,40 %
Redko	0	0 %	5	23,80 %
Nikoli	2	20,20 %	1	4,80 %
Ne vem	0	0 %	0	0 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 15: Ali osebje upošteva vaše mnenje oz. pripombe, če jih imate?



Večina anketirancev, tako moških, kot žensk je mnenja, da osebje vedno upošteva njihova mnenja oz. pripombe, če jih imajo. Takega mnenja je 77,80 % moških in 71,40 % žensk.

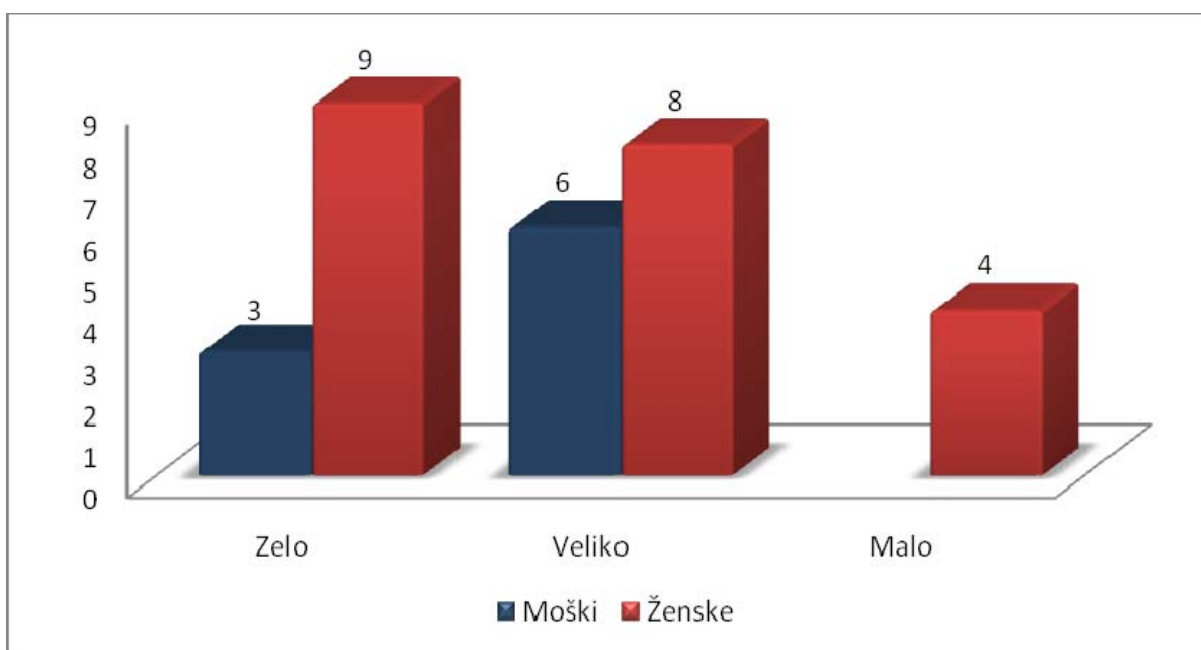
23,80 % žensk meni, da osebje redko upošteva njihovo mnenje oz. pripombe.

20,20 % moških meni, da osebje nikoli ne upošteva njihovega mnenja oz. pripombe, enako pa meni tudi 4,80 % žensk.

Preglednica 16: Ali vam socialna služba pomaga?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Zelo	3	33,30 %	9	42,90 %
Veliko	6	66,70 %	8	38,10 %
Malo	0	0 %	4	19 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 16: Ali vam socialna služba pomaga?



Na vprašanje, ali anketirancem socialna služba pomaga, sem dobila precej pestre odgovore.

Pri moških je 33,30 % anketirancev odgovorilo z »zelo«, 66,70 % pa z »veliko«.

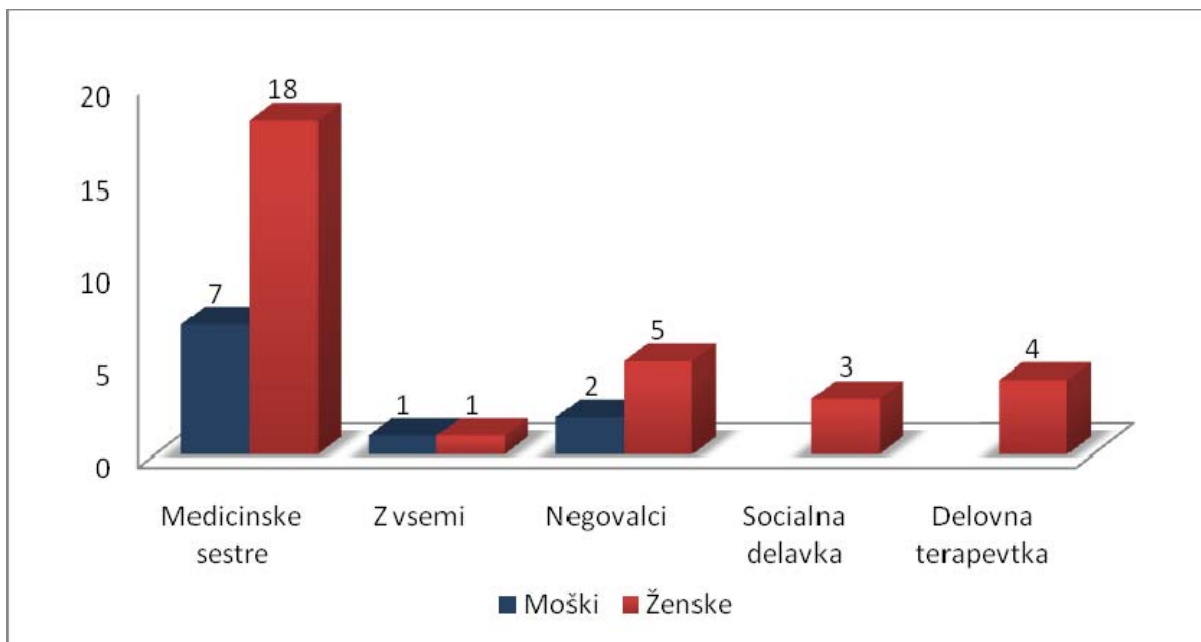
Pri ženskah pa je 42,90 % anketirank odgovorilo z »zelo«, 38,10 % z »veliko« in 19 % anketirank z »malo«.

Ti odgovori pa niso povsem objektivni, saj vsi oskrbovanci doma pomoči socialne službe ne potrebujejo v enaki meri.

Preglednica 17: S katerimi zaposlenimi imate najpogostejše stike?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Medicinske sestre	7	70 %	18	58 %
Z vsemi	1	10 %	1	3 %
Negovalci	2	20 %	5	16 %
Socialna delavka	0	0 %	3	10 %
Delovna terapevtka	0	0 %	4	13 %
SKUPAJ	10	100 %	31	100 %

Graf 17: S katerimi zaposlenimi imate najpogostejše stike?



Večina anketirancev ima največ stikov in tudi najpogostejše z medicinskimi sestrami, in sicer 70 % moških in 58 % žensk. Iz tega podatka je razvidno, da je zelo dosti anketirancev odvisno od medicinske pomoči.

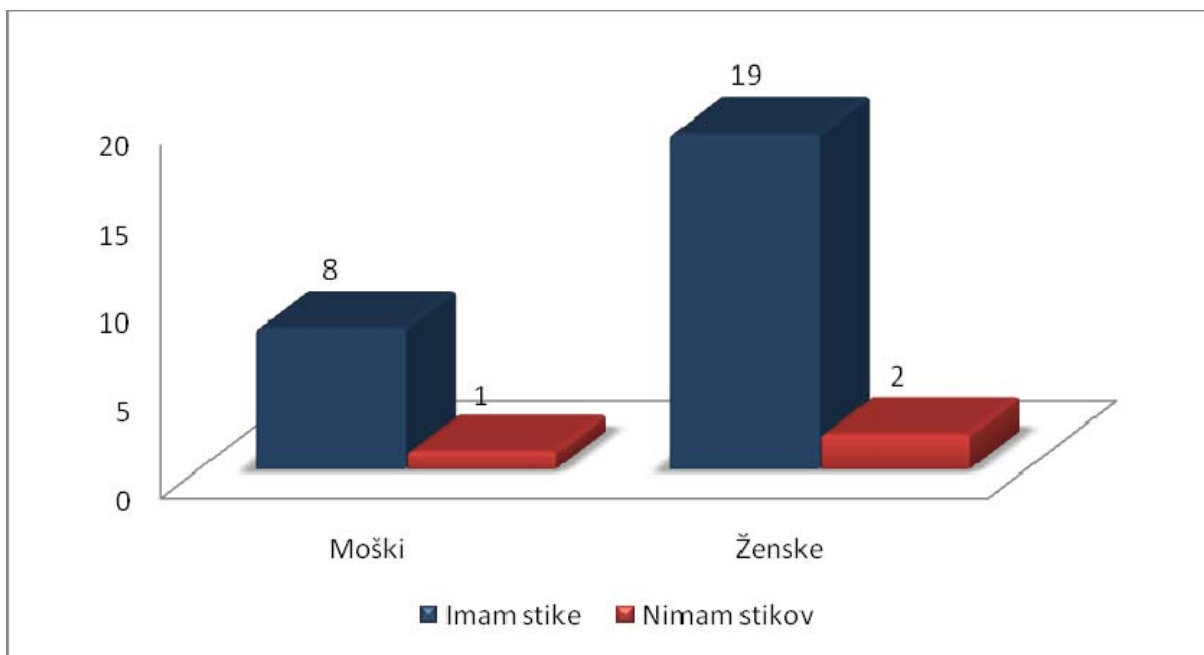
20 % moških ima najpogostejše stike z negovalkami in 10 % moških z vsemi zaposlenimi.

Pri ženskah ima 16 % anketirank najpogostejše stike z negovalkami, 13 % z delovno terapevtko, 10 % s socialno delavko in 3 % anketirank z vsemi zaposlenimi.

Preglednica 18: Ali imate v domu tudi stike z drugimi stanovalci?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Imam stike	8	88,90 %	19	90 %
Nimam stikov	1	11,10 %	2	10 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 18: Ali imate v domu tudi stike z drugimi stanovalci?



Pri tem vprašanju je rezultat dokaj izenačen, saj se je 88,9 % moških opredelilo, da imajo stike z drugimi stanovalci, enako pa se je opredelilo tudi 90 % žensk.

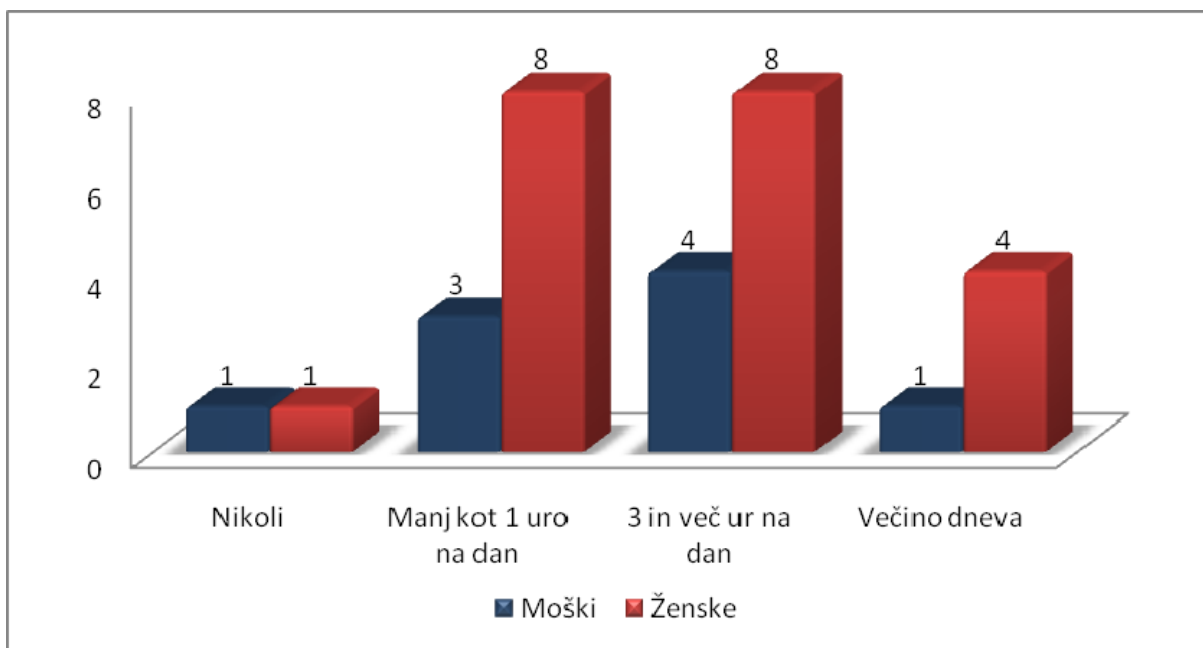
11,10 % moških nima stikov z drugimi stanovalci, enako pa tudi 10 % žensk.

Stanovalci doma se očitno zavedajo, da je družabno življenje v vseh starostnih obdobjih zelo pomembno.

Preglednica 19: Se pogosto družite z drugimi stanovalci?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Nikoli	1	11,10 %	1	4,80 %
Manj kot eno uro na dan	3	33,30 %	8	38,10 %
Tri in več ur na dan	4	44,60 %	8	38,10 %
Večino dneva	1	11,10 %	2	9,40 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 19: Se pogosto družite z drugimi stanovalci?



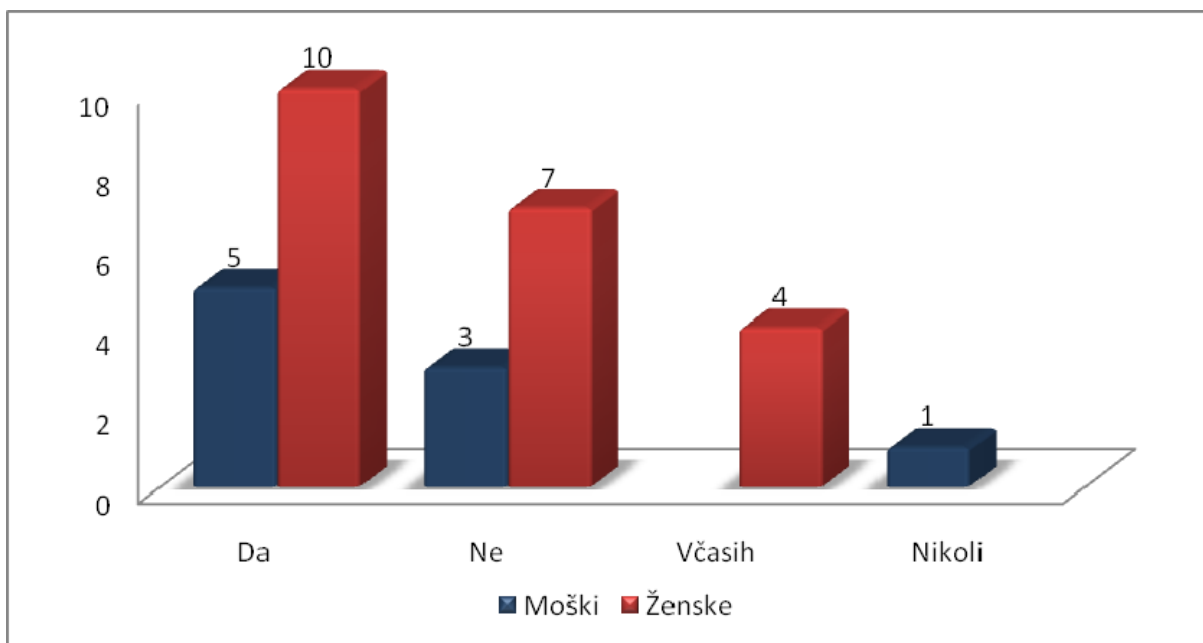
Iz tabele in grafa je razvidno, da se 44,60 % moških družijo z drugimi stanovalci tri in več ur na dan, 33,30 % se jih družijo z drugimi manj kot eno uro na dan, 11,10 % se jih družijo večino dneva, 11,10 % pa nikoli.

Pri ženskah je odstotek druženja z drugimi stanovalci sledeč: 38,10 % se jih družijo tri in več ur na dan ter manj kot eno uro na dan. 9,40 % žensk se družijo večino dneva, 4,80 % pa se jih ne družijo z drugimi nikoli.

Preglednica 20: Ali imate kdaj občutek osamljenosti?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Da	5	55,50 %	10	47,60 %
Ne	3	33,30 %	7	33,30 %
Včasih	0	0 %	4	19,10 %
Nikoli	1	11,10 %	0	0 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 20: Ali imate kdaj občutek osamljenosti?

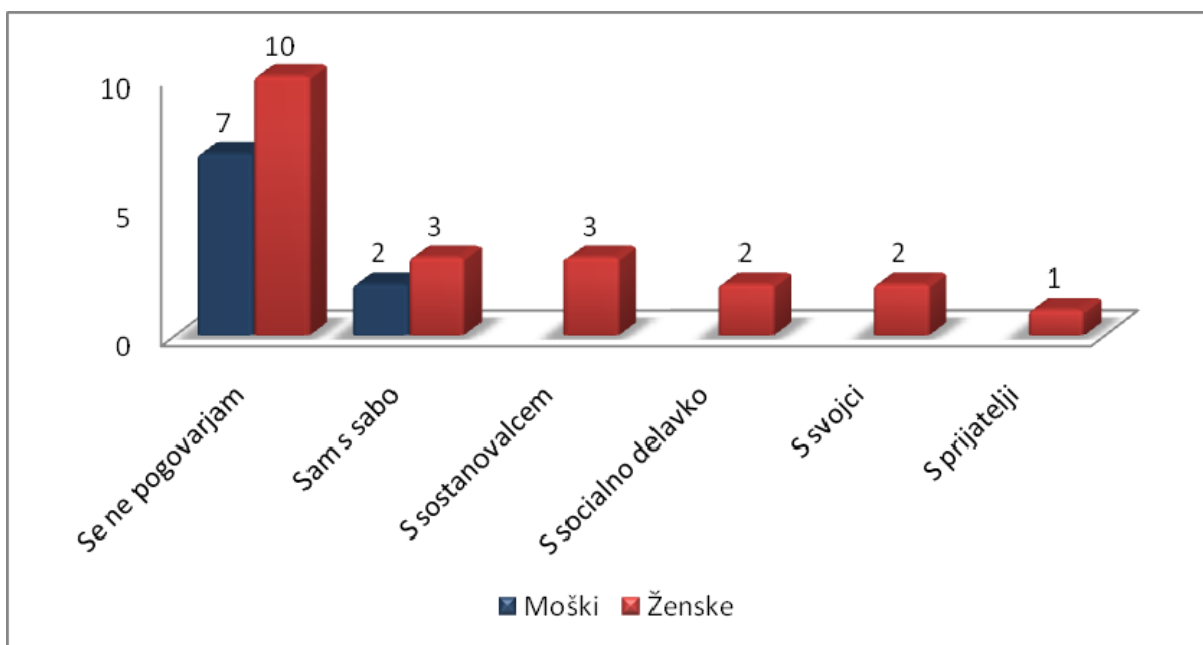


Iz tabele in grafa je razvidno, da so tako moški, kot ženske v skoraj polovici primerov osamljeni. Z DA se je izjasnilo 55,50 % moški in 47,60 % žensk. Z NE se je izjasnilo 33,30 % moških in enak odstotek žensk. Da so osamljene včasih, je izjavilo 19,20 % žensk in da nikoli niso osamljeni je izjavilo 11,10 % moških.

Preglednica 21: S kom se pogovarjate ko ste osamljeni?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Se ne pogovarjam	7	70 %	10	48 %
Sam s sabo	0	0 %	3	14 %
S sostanovalko	2	20 %	3	14 %
Medicinsko sestro	1	10 %	0	0 %
Socialno delavko	0	0 %	2	9,50 %
Svojci	0	0 %	2	9,50 %
Prijatelji	0	0 %	1	5 %
SKUPAJ	10	100 %	21	100 %

Graf 21: S kom se pogovarjate ko ste osamljeni?



Večina anketirancev se ne pogovarja z nikomer, ko je osamljena oz. 70 % moških in 48 % žensk.

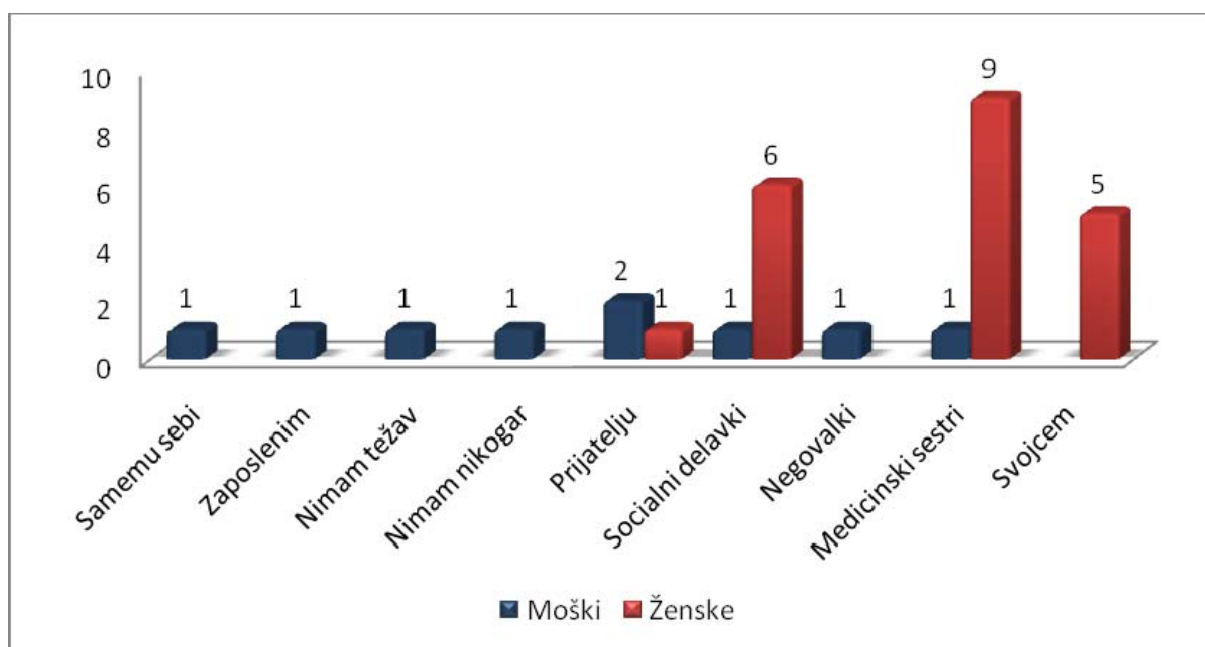
20 % moških se pogovarja s svojim sostanovalcem, 10 % pa se jih pogovori z medicinsko sestro.

Pri ženskah se jih 14 % pogovarja kar same s sabo, 14 % se pogovori s sostanovalko, 9,50 % pa se jih pogovori s socialno delavko, enak odstotek pa s svojci. 5 % anketirank se pogovarja v času osamljenosti s prijatelji.

Preglednica 22: H komu se največkrat obrnete, ko imate težave?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Sam sebi	1	11,10 %	0	0 %
Zaposlenim	1	11,10 %	0	0 %
Nimam težav	1	11,10 %	0	0 %
Nimam nikogar	1	11,10 %	0	0 %
Prijatelju	2	22,20 %	1	4,80 %
Socialni delavki	1	11,10 %	6	28,60 %
Negovalkam	1	11,10 %	0	0 %
Medicinski sestram	1	11,10 %	9	42,80 %
Svojcem	0	0 %	5	23,80 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 22: H komu se največkrat obrnete, ko imate težave?



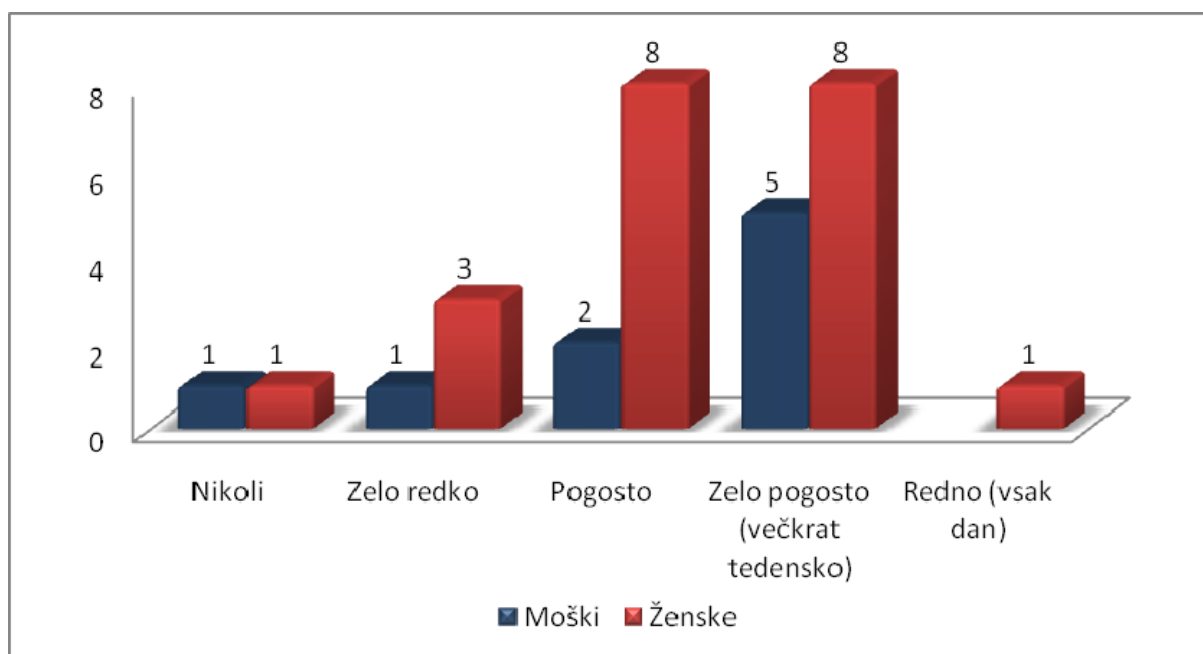
Iz tabele in grafa izhaja, da se večina anketirancev ob težavah obrne kar na medicinsko sestro, in sicer 42,80 % žensk. 28,60 % žensk se obrne na socialno delavko in 23,80 % na svojce.

Moški so se v 22,20 % obrnili na prijatelje ter po 11,10 % na samega sebe, na zaposlene, negovalke, medicinske sestre, socialno delavko. Po 11,10 % so se opredelili, da nimajo težav oz., da nimajo nikogar.

Preglednica 23: Kako pogosto imate stike s sorodniki?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Nikoli	1	11,10 %	1	4,80 %
Zelo redko	1	11,10 %	3	14,20 %
Pogosto	2	22,20 %	8	38,10 %
Zelo pogosto (večkrat tedensko)	5	55,60 %	8	38,10 %
Redno (vsak dan)	0	0 %	1	4,80 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 23: Kako pogosto imate stike s sorodniki?



Na vprašanje, kako pogosto imajo stike s sorodniki so se anketiranci izjasnili, da 11,10 % moških nima nikoli stikov s sorodniki, 11,10 % jih ima stike zelo redko, 22,20 % jih ima stike

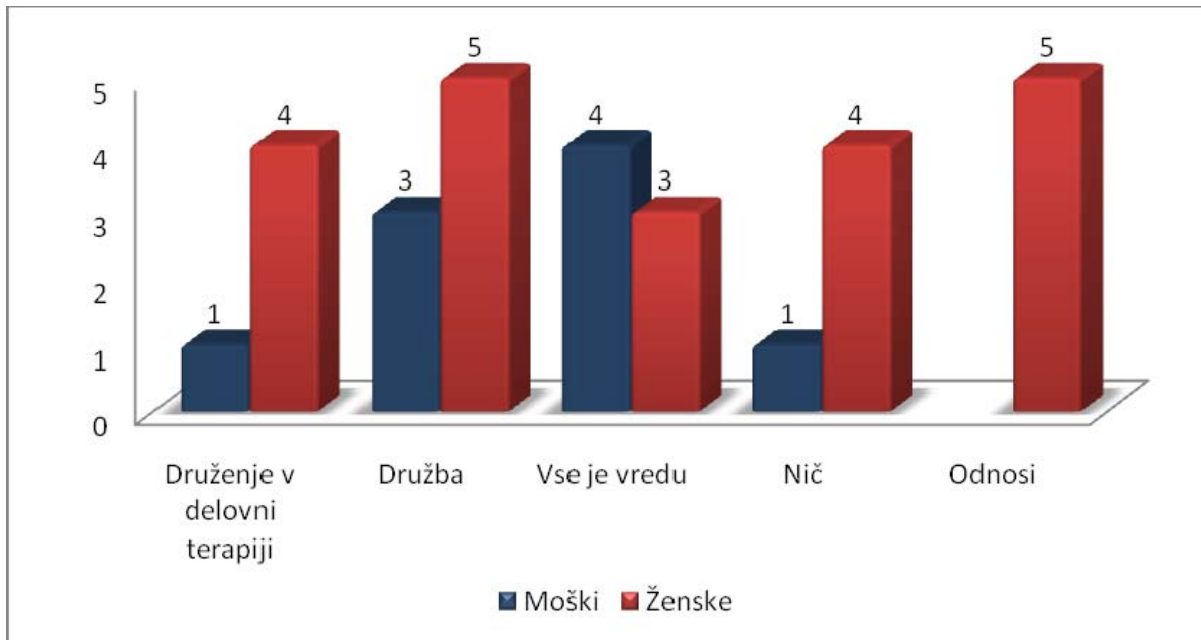
pogosto, 55,60 % jih ima stike zelo pogosto oz. večkrat tedensko, noben moški anketiranec pa nima obiskov vsak dan.

Pri ženskah jih stike s svojci nima nikoli 4,80 %, zelo redko jih ima stike 14,20 %, pogodbo jih ima stike 38,10 % in enak odstotek zelo pogosto oz. večkrat tedensko. Redno (vsak dan) ima obiske 4,80 % žensk, kar je v mojem primeru 1 ženska.

Preglednica 24: Kaj vam je v domu najbolj všeč?

	MOŠKI	ODSTOTEK (%)	ŽENSKE	ODSTOTEK (%)
Druženje v delovni terapiji	1	11,10 %	4	19 %
Družba	3	33,30 %	5	23,80 %
Odnosi	0	0 %	5	23,80 %
Vse je v redu	4	44,50 %	3	14,40 %
Nič	1	11,10 %	4	19 %
SKUPAJ	9	100 %	21	100 %

Graf 24: Kaj vam je v domu najbolj všeč?



Na vprašanje »Kaj vam je v domu najbolj všeč?« sem dobila zelo pestre odgovore, in sicer:

11,10 % moških veseli druženje v delovni terapiji, 33,30 % moških ima rado družbo, 44,50 % moških pa trdi, da jim je vse v redu. Le 11,10 % moškim ni všeč nič.

19,00 % žensk veseli druženje v delovni terapiji, 23,80 % ima rado družbo in dobre odnose, 14,40 % žensk je menja, da je vse v redu in 19,00 % žensk trdi, da jim ni všeč nič.

5. SKLEPI

- Stanovalci Doma starejših Lendava so v povprečju stari med 80 in 90 let. Najkrajša doba bivanja v domu je 1 leto, najdaljša doba pa 15 let.
- Stanovalci doma lahko svobodno izražajo veroizpoved. V domu je poskrbljeno tudi za prostor, v katerem lahko stanovalci opravljajo svoje verske obrede.
- Stanovalci doma so zadovoljni z aktivnostmi, ki se izvajajo v domu. Na ta način dobijo občutek, da so, ne glede na starost, še vedno pomemben člen v družbi. Istočasno se pri delu družijo, učijo novih spretnosti ter si s tem tudi krajšajo čas.
- Stanovalci doma so zadovoljni z družabnim življenjem v domu. Vsak mesec praznujejo rojstne dneve vsi, ki so rojeni v tistem mesecu. Praznujejo tudi vse praznike, kulturne prireditve in imajo tudi program, pogostitve ter zabave. Vsako leto pripravijo tudi srečanje s svojci, različne piknike in druga druženja.
- Stanovalci doma so zadovoljni z bivalnimi prostori ter z vzdrževanjem čistoče v domu. Pri tem dajejo večjo pozornost čistoči ženske, kot gospodinje, ki so se v življenju vedno morale ukvarjati s pretežnim delom gospodinjskih opravil.
- Stanovalci doma so mnenja, da jim socialna služba pomaga in da se z njeno pomočjo lažje rešujejo tako lastne težave, kot tudi problemi in stiki s svojci in sostanovalci.
- 90 % anketiranih stanovalcev doma ima v domu stike z drugimi stanovalci, se z njimi družijo in tudi prijateljuje.
- Stanovalci doma so zadovoljni tako z medicinskim osebjem, kot tudi s strežnim in ostalim osebjem, ki skrbi za njihove vsakodnevne potrebe.

- V primeru osamljenosti se večina anketiranih stanovalcev ne pogovarja o svoji stiski z nikomer, če pa se že odločijo za pogovor, pa za to raje izberejo prijatelja, kot pa strokovno osebje.

Ključna ugotovitev, ki izhaja iz razgovorov s stanovalci je, da stanovalci praviloma nimajo velikih pričakovanj, zlasti ne takih, ki so povezane z višjimi standardi bivanja in prehrane, glede zdravstvene nege in socialnih stikov, izpostavljajo najbolj osnovne potrebe. Želijo si predvsem druženja in prijaznih odnosov v okolju, v katerem bivajo.

6. PREDLOGI

Predlogi glede praktičnega delovanja:

- Informiranje okolice o življenju v domu. Starejši ljudje vse manj odločajo o sebi, saj pogosto v njihovem imenu odločajo svojci ali strokovne službe, pa čeprav gre pri tem za pomembna življenjska vprašanja, denimo za to, s kom bo živel starostnik, kje bo živel, kdaj bo šel v dom, kdo bo sprejemal pokojnino in urejal starostnikove zadev ipd.
- V sodelovanju s stanovalci doma je potrebno pripraviti analizo potreb starejših in na tej podlagi zasnovati konkretne programe.
- Spregovoriti je treba o posledicah neučinkovitosti delovanja strokovnih služb ter v zvezi s tem zaposliti več strokovnih delavcev. Še zlasti na negovalnih oddelkih ali v oddelkih z dementnimi stanovalci je delo izredno naporno. S tem bi obstoječe kadre razbremenili in bi imeli več časa za druženje s stanovalci doma.
- Pomagati stanovalcem doma, ki bi raje živeli sami pri iskanju nove namestitve.
- Stanovalcem stanovanjskega dela dopustiti tudi možnost gibanja po negovalnem oddelku, da bi lahko obiskovali bolne ter nepokretne stanovalce, se z njimi družili in jim krajšali čas, da bi le-ti bili manj osamljeni in manj obremenjeni s svojim zdravjem in telesnim počutjem. S tem bi nekoliko razbremenili tudi osebje doma in vzpostavili še boljše odnose med stanovalci.
- Zelo koristno bi bilo organizirati čim več srečanj, prireditev in piknikov, kjer bi se lahko družili stanovalci, svojci in osebje, saj bi se tako lažje spoznali med sabo in bi tako odkrivali potrebe stanovalcev in svojcev, kot tudi stanovalci in svojci potrebe zaposlenih, v cilju boljšega delovanja.
- Stanovalce doma je potrebno čim bolj vključiti v domsko življenje, npr. pomoč v pralnici, pomoč v kuhinji, pomoč pri organiziranju proslav in urejanju okolice ipd..

S tem bi se stanovalci počutili koristne in potrebne ter istočasno skrbeli tudi za gibanje in boljše počutje, kar je v starosti zelo potrebno.

Predlogi glede teorije:

- organizirati čim več izobraževanj in seminarjev za zaposlene. Predvsem je potrebno pazljivo vpeljati nove kadre ter jih poučiti o delovanju doma;
- uvesti čim več skupin za samopomoč starostnikom in svojcem;
- uvesti tudi čim več prostovoljcev (pomoč osebam z demenco, spremljanje na sprehodih, spremljanje v trgovino, branje knjig in časopisov ali pa samo klepet in druženje).

Predlogi glede nadaljnjega raziskovanja:

- več pozornosti posvetiti osamljenosti starih ljudi.

7. POVZETEK:

»Tukaj je lepo, imamo to in ono....., ampak nisem doma. Pogrešam, da me kdo obišče....«
je med mnogimi drugimi stiskami najprej in najpogosteje izrečena.

Starost, ali tretje življenjsko obdobje, kakor radi rečemo, je čas, ko se velika večina starostnikov mora posloviti od svojega socialnega doma ter se odpraviti v dom starejših občanov. V današnjih časih je praktično nemogoče, da bi otroci skrbeli za svoje ostarele starše doma, saj večino dneva prebijejo v službah, zato je potrebno poiskati nego za ostarelega svojca v ustanovi. To pa prinaša velike življenjske spremembe, stres ter žalost, saj mora starostnik zapustiti skoraj vse svoje »premoženje« in se odpraviti v novo, nepoznano okolje, kjer se lahko sreča s svojimi domačimi samo občasno in jih ne videda več vsakodnevno oz. tako pogosto kot doslej. Zato je to obdobje zanj zelo stresno in ga je težko podoživljati.

V svoji raziskavi sem želela ugotoviti, kakšno je zadovoljstvo stanovalcev Doma starejših Lendava. Anketirala sem 30 stanovalcev doma. Pri izbiri stanovalcev mi je pomagala socialna delavka.

Iz raziskave je razvidno, da so stanovalci doma z bivanjem v domu zadovoljni. Ustrezno urejeno je bivalno okolje, ustrezno je poskrbljeno za čistočo in urejenost okolice. Stanovalci doma so zadovoljni z obroki in kvaliteto hrane, prav tako so zadovoljni z medicinskim in vsem ostalim osebjem, ki skrbi za uresničevanje njihovih potreb. Stanovalci doma lahko svobodno izbirajo prostočasne aktivnosti in se jih svobodno udeležujejo. Prav tako je v domu dobro poskrbljeno za druženje, praznovanje različnih praznikov oz. prireditev ter opravljanje verskih obredov. Organizirane imajo piknike ter druga srečanja s svojci.

Kljub dobri organiziranosti in skrbnosti zaposlenih v domu, pa je še vedno prisotna osamljenost, s katero pa se le redko kateri stanovalec ve spopasti sam. Zaskrbljujoče pa se mi zdi predvsem to, da stanovalci, kljub dobrim odnosom z zaposlenimi, te svoje tesnobe ne zaupajo strokovnim delavcem, ki bi jim lahko v teh trenutkih nudili pomoč in jih razbremenili ter potolažili.

Večina starostnikov ima bolj razvito socialno mrežo, k čemur je v veliki meri prispevalo življenje in bivanje v skupnosti. Po drugi strani pa jih omejuje hišni red, ki se ga morajo držati.

8. LITERATURA

Belič, M. (1997). Dom za starejše občane kot tretji dom. V. Hojnik Zupanc I, Dodajmo življenje letom. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.

Bertalanič, V. (2001). 50 let Doma starejših Rakičan. Murska Sobota.

Birsa, M. (1992). Življenje po šestem križu. Murska Sobota: Pomurska založba.

Birsa, M. (1983). Srečanje z abrahamom. Maribor: Založba Obzorja.

Chorpa, D. (1996). Mlado telo in neodvisen um. Ljubljana.

Čačinovič Vogrinčič, G. (2005/2006). Socialno delo z družino. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Dragoš, S. (2000). Socialne mreže in starost. Socialno delo, 39, 4-5: 293-314.

Hojnik- Zupanc, I. (1997). Dodajmo življenje letom. Ljubljana. Gerontološko društvo Slovenije.

Findeisen, D. (2008). To, kar ste, je povsem v redu. V. Glasnik ZPIZ in ZDUS Vzajemnost, 3: 26-27.

Hojnik- Zupanc, I. (1994). Star človek in družina- učna delavnica. Ljubljana. Gerontološko društvo Slovenije.

Hozjan, M. (2007). Domski klopotec 4: Interno glasilo Doma starejših Lendava. Lendava: Dom starejših Lendava.

Ivajnsič, S. (2000). Socialni delavec in starostnik. Socialno delo 39, 6: 433-439.

Kastenbaum, R. (1985). Staranje. Murska Sobota: Pomurska založba.

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

Mali, J. (2002). Starost, emocije in emocionalno delo v domovih za stare. Socialno delo 41,6: 317-323.

Mesec, B. Cigoj-Kuzma, N. (2003). Navodila za pisanje diplomske naloge in opravljanje diplomskega izpita. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Milošević Arnold, V. (2006). Socialno delo s starimi ljudmi, izbrani članki in referati; študijsko gradivo. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Pečjak, V. (1998). Psihologija tretjega življenjskega obdobja. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.

Pogačnik- Toličič, S. (2008). Vsak peti človek trpi zaradi osamljenosti. V. Glasnik ZPIZ in ZDUS Vzajemnost, 5: 36-37.

Požarnik, H. (1981). Umetnost staranja. Ljubljana: Cankarjeva založba.

Ramovš, J. (2003). Kakovostna starost. Socialna gerontologija in gerontagogika. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in Slovenska akademija znanosti in umetnosti.

Russi Zagožen, I. (2001). Živeti s staranjem on smrtjo. Ljubljana: Institut Antona Trstenjaka.

Stoppard, M. (1991). Življenje po petdesetem. Ljubljana: Državna založba slovenije.

Štelcer, T. (2008). Socialna politika izginja iz našega življenja. V. časopisu Dobro jutro; Murska sobota.

Tomšič, M. (2006). Starost najbolj klavarno ali najbogatejše obdobje. V. Glasnik ZPIZ in ZDUS Vzajemnost, 4: 13-17.

Vahen, D. (2006). V dobri družbi. V. Glasnik ZPIZ in ZDUS Vzajemnost, 4: 76-77.

<http://www.dslendava.si>

9. PRILOGA

- Dodatek 1: vprašalnik

PRILOGA 1

VPRAŠALNIK

1. SPOL. M Ž
2. KOLIKO STE STARI?
3. VAŠA IZOBRAZBA.
4. KAKO DOLGO STE ŽE V DOMU STAREJŠIH LENDAVA?
5. ALI LAHKO SVOBODNO IZRAŽATE VEROIZPOVED?
 - a) da
 - b) ne
6. KAKO SE RAZUMETE Z ZAPOSLENIMI V DOMU?
 - a) odlično
 - b) dobro
 - c) srednje
 - d) slabo
7. ALI STE ZADOVOLJNI S PREHRANO V DOMU?
 - a) zelo zadovoljen/a
 - b) zadovoljen/a
 - c) nezadovoljen/a
 - d) zelo nezadovoljen/a
8. ALI STE ZADOVOLJNI S POSTREŽBO OBROKOV?
 - a) odlično
 - b) zelo dobro
 - c) dobro
 - d) slabo

e) zelo slabo

9. ALI STE ZADOVOLJNI S ČISTOČO PROSTOROV?

- a) zelo zadovoljen/a
- b) zadovoljen/a
- c) nezadovoljen/a
- d) zelo nezadovoljen/a

10. ALI STE ZADOVOLJNI Z NEGO?

- a) sem zadovoljen/a
- b) nisem zadovoljen/a
- c) odvisno kdo me neguje
- d) nege še ne potrebujem

11. ALI STE ZADOVOLJNI Z AKTIVNOSTMI, KI SE IZVAJAJO V DOMU?

- a) sem zadovoljen/a
- b) nisem zadovoljen/a
- c) srednje zadovoljen

12. ALI SE UDELEŽUJETE TEH AKTIVNOSTI, KI SE IZVAJAJO V DOMU?

- a) da redno
- b) občasno
- c) ne ker mi niso dostopne

13. KATERE AKTIVNOSTI SE VAM V DOMU ZDIJO NAJBOLJ ZANIMIVE?

- a) delovna terapije
- b) pevski zbor
- c) skupine za samopomoč
- d) molitve
- e) praznovanje rojstnih dni
- f) fizioterapija
- g) srečanje s svojci
- h) praznovanje praznikov

- i) pikniki
- j) se ne udeležujem aktivnosti
- k) drugo...

14. ALI BI ŽELELI, DA BI SE AKTIVNOSTI IZVAJALE TUDI V POPOLDANSKEM ČASU, OB VIKENDIH IN PRAZNIKI?

- a) da
- b) ne
- c) mogoče samo v popoldanskem času, ne pa ob vikendih in praznikih
- d) da želim si aktivnosti ob vikendih in praznikih

15. ALI OSEBJE UPOŠTEVA VAŠE MNENJE OZ. PRIPOMBE, ČE JIH IMATE?

- a) vedno
- b) redko
- c) nikoli
- d) ne vem

16. ALI VAM SOCIALNA SLUŽBA POMAGA?

- a) zelo
- b) veliko
- c) malo

17. S KATERIMI ZAPOSLENIMI IMATE NAJPOGOSTEJŠE STIKE?

18. ALI V DOMU IMATE TUDI STIKE Z DRUGIMI STANOVALCI?

- a) imam stike
- b) nimam stikov

19. SE POGOSTO DRUŽITE Z DRUGIMI STANOVALCI?

- a) nikoli
- b) manj kot eno uro na dan
- c) tri in več ur na dan
- d) večino dneva

20. ALI IMATE KDAJ OBČUTEK OSAMLJENOSTI?

- a) da
- b) ne
- c) včasih
- d) nikoli

21. S KOM SE POGOVARJATE KO STE OSAMLJENI?

22. KOMU SE NAJVEČKRAT OBRNETE, KO IMATE TEŽAVE?

23. KAKO POGOSTO IMATE STIKE S SORODNIKI?

- a) nikoli
- b) zelo redko
- c) pogosto
- d) zelo pogosto (večkrat tedensko)
- e) redno (vsak dan)

24. KAJ VAM JE V DOMU NAJBOLJ VŠEČ?

IZJAVA O AVTORSTVU

Podpisana ALEKSANDRA HORVAT, prvič vpisana na Fakulteto za socialno delo v študijskem letu 2003/2004 kot izredna študentka, izjavljam, da sem diplomsko delo z naslovom *Zadovoljstvo stanovalcev z bivanjem v Domu starejših Lendava* napisala samostojno, s korektnim navajanjem virov in ob pomoči mentorice Doc. dr. Bojana Mesec.

Datum:

Podpis: