

UNIVERZA V LJUBLJANI
FAKULTETA ZA SOCIALNO DELO

Iva Varšava

**Prosti čas in socialna omrežja starih ljudi
po upokojitvi**

Diplomsko delo

Ljubljana, 2018

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Iva Varšava

**Prosti čas in socialna omrežja starih ljudi
po upokojitvi**

Diplomsko delo

Mentorica: prof. dr. Jana Mali

Ljubljana, 2018

ZAHVALA

Iskreno se zahvaljujem svoji mentorici, prof. dr. Jani Mali, za strokovno vodenje in usmerjanje pri pisanju diplomskega dela ter za odzivnost in potrpežljivost.

Posebno in največjo zahvalo namenjam svoji mami, ki mi je omogočila študij in me je med njim vseskozi podpirala, mi pomagala in verjela vame. Hvala, mama, ker mi stojiš ob strani že celo življenje pri manjših in vseživljenjskih odločitvah ter mi pomagaš pri njihovem uresničevanju.

Zahvaljujem se tudi fantu, sorodnikom in prijateljicam za pomoč, podporo in spodbudo. Prav tako se zahvaljujem vsem, ki so sodelovali pri izpolnjevanju vprašalnika in mi pomagali pri uspešnem zaključku študija.

*»Z vidika mladosti je življenje neskončno dolga prihodnost;
z vidika starosti je zelo kratka preteklost.*

*Treba se je postarati,
se pravi dolgo živeti,
da spoznaš, kako kratko je življenje.«*

(Artur Schopenhauer)

PODATKI O DIPLOMSKEM DELU

Ime in priimek: Iva Varšava

Naslov diplomskega dela: Prosti čas in socialna omrežja starih ljudi po upokojitvi

Mentorica: prof. dr. Jana Mali

Kraj: Ljubljana

Leto: 2018

Število strani: 94 **Število prilog:** 2 **Število tabel:** 43 **Število grafov:** 37

Povzetek: V teoretičnem delu diplomskega dela sem opredelila pojme, kot so starost, staranje v vašem okolju, ker je raziskava potekala na vasi, in socialno-ekonomski položaj starih ljudi. Opisala sem tudi značilnosti upokojevanja, socialna omrežja starih ljudi ter značilnosti njihovega preživljanja prostega časa. Predstavila sem tudi medgeneracijske odnose in njihov pomen pri starih ljudi. Raziskovala sem socialna omrežja in prosti čas upokojencev. Zanimalo me je, kako v vasi Prezid, kjer živim in prevladuje starejše prebivalstvo, upokojenci preživljajo svoj prosti čas, s katerimi dejavnostmi se ukvarjajo in s katerimi bi se morda želeli ter kakšna so njihova socialna omrežja po upokojitvi. V drugem delu predstavljam rezultate kvantitativne raziskave, ki sem jo opravila v že omenjeni vasi Prezid v sodelovanju s 101 upokojencem, kolikor jih je odgovorilo na anketni vprašalnik. Ugotovila sem, da predstavlja družina najpomembnejše socialno omrežje upokojencev. Upokojenci si želijo več stika s srednjo generacijo in vključevanje v dejavnosti, ki omogočajo medgeneracijsko povezovanje. Pokazalo se je, da so ženske bolj izključene iz družbe in tudi bolj osamljene. Ena od pomembnejših ugotovitev, do katere sem prišla, je, da v Prezidu ne obstaja društvo upokojencev ali center za stare ljudi, kjer bi se upokojenci lahko družili in organizirali različne dejavnosti, s čimer bi se zmanjšala njihova izključenost, kakovost življenja pa izboljšala.

Ključne besede: starost, kakovostno staranje, prosti čas, socialna omrežja, upokojitev, socialno delo.

Diploma`s thesis abstract

Title: Leisure and social media of the older people after retirement

Abstract: In the theoretical part of the diploma thesis I defined concepts such as age, aging in the village environment, because the research took place in the village, and also the socio-economic position of the older people. I described the characteristics of retirement, the social networks of the older people, and the characteristics of their leisure time. I also presented intergenerational relationships and their importance for the older people. Throughout my diploma thesis, I investigated the social networks and the free time of pensioners. I was interested in how the older people from my hometown - village Prezid where the majority of the population are the older people - spend their free time, and what else they would like to do in their leisure. In the second part, I present the results of a quantitative survey that I carried out in the aforementioned village Prezid in cooperation with 101 pensioners. I have found that the family of pensioners presents their the most important social network. Pensioners want more contact with the middle generation and involvement in activities that are intergenerational. It turned out that the female gender is more excluded from society and more lonely. One of the most important findings I came across is that there is no center for older people where they could socialize and organize various activities, which could reduce exclusion while improving the quality of life.

Key words: age, quality aging, leisure, social networks, retirement, social work

KAZALO

1. TEORETIČNI UVOD	3
1.1. Značilnosti staranja in starosti	3
1.2. Staranje prebivalstva v vaškem okolju	7
1.3. Socialno - ekonomski položaj starih ljudi.....	8
1.4. Upokojitev	10
1.5. Socialna omrežja starih ljudi.....	14
1.6. Medgeneracijski odnosi	18
1.7. Prosti čas starih ljudi.....	20
2. OPREDELITEV PROBLEMA	23
3. METODOLOGIJA.....	25
3.1. Vrsta raziskave.....	25
3.2. Spremenljivke	25
3.3. Merski instrument	28
3.4. Populacija in vzorec.....	29
3.5. Zbiranje podatkov	29
3.6. Obdelava in analiza podatkov	29
4. REZULTATI.....	31
5. RAZPRAVA	77
6. SKLEPI	81
7. PREDLOGI	83
8. LITERATURA IN VIRI	84
9. PRILOGE	88
9.1. Vprašalnik.....	88
9.2. Izračuni hipotez.....	93

KAZALO TABEL

Tabela 3.1: Spremenljivke	25
Tabela 4.1: Spol anketirancev	31
Tabela 4.2: Starost anketirancev	31
Tabela 4.3: Frekvenčna porazdelitev anketirancev glede na leta v pokoju.....	32
Tabela 4.4: Bivanje anketirancev	34
Tabela 4.5: Zdravstveno stanje anketirancev	35
Tabela 4.7: Finančna zadostnost anketirancev	36
Tabela 4.7: Dodatno opravljanje dela pri anketirancih	37
Tabela 4.8: Pomoč pri finančnih težavah anketirancev	38
Tabela 4.9: Izključenost anketirancev iz družbe	39
Tabela 4.10: Odnosi anketirancev z družino	40
Tabela 4.11: Odnosi anketirancev s sorodniki	41
Tabela 4.12: Odnosi anketirancev s prijatelji.....	42
Tabela 4.13: Odnos anketirancev s sosedi	44
Tabela 4.14: Odnos anketirancev z različnimi generacijami	45
Tabela 4.15: Želje anketirancev po pogostejšem stiku z generacijami	46
Tabela 4.16: Razlogi, zaradi katerih si anketiranci želijo več stikov z mlado generacijo ..	47
Tabela 4.17: Razlogi, zakaj si anketiranci želijo več stikov s srednjo generacijo	49
Tabela 4.18: Struktura vzorca glede na to, zakaj si želijo več stikov s staro generacijo ..	50
Tabela 4.19: Struktura vzorca glede na to, zakaj želijo več stikov z vsemi tremi generacijami	51
Tabela 4.20: Preživljanje prostega časa anketirancev	53
Tabela 4.21: Preživljanje prostega časa z gledanjem televizije	53
Tabela 4.22: Preživljanje prostega časa anketirancev s poslušanjem radia	54
Tabela 4.23: Preživljanje prostega časa anketirancev z branjem	56
Tabela 4.24: Pogostost obiskovanja društva upokojencev	57
Tabela 4.25: Razlogi, zakaj nikoli ne obiskujejo društva upokojencev	58
Tabela 4.26: Pogostost preživljanja prostega časa z ustvarjalnimi dejavnostmi	59
Tabela 4.27: Razlogi, zakaj prostega časa nikoli ne preživljajo z ustvarjalnimi dejavnostmi	60
Tabela 4.28: Pogostost preživljanja prostega časa anketirancev s športnimi dejavnostmi ..	61
Tabela 4.29: Razlogi, zakaj anketiranci prostega časa nikoli ne preživljajo s športnimi dejavnostmi	62
Tabela 4.30: Pogostost preživljanja prostega časa anketirancev z odhodom na izlete, potovanja.....	63
Tabela 4.31: Razlogi, zakaj anketiranci nikoli ne gredo na izlete ali potovanja.....	64
Tabela 4.32: Pogostost preživljanja prostega časa anketirancev s hobiji.....	66
Tabela 4.33: Razlogi, zakaj anketiranci prostega časa nikoli ne preživljajo s hobiji.....	67
Tabela 4.34: Vključevanje anketirancev v dejavnosti.....	68
Tabela 4.35: Zadovoljstvo anketirancev z življenjem po upokojitvi	69
Tabela 4.36: Največja prednost upokojitve	71
Tabela 4.37: Največja slabost upokojitve	72

KAZALO GRAFOV

Graf 4.1: Grafični prikaz spola anketirancev	31
Graf 4.2: Grafični prikaz starosti anketirancev	32
Graf 4.3: Grafični prikaz anketirancev glede na leta v pokoju	33
Graf 4.4: Grafični prikaz bivanja anketirancev	34
Graf 4.5: Grafični prikaz zdravstvenega stanja anketirancev	35
Graf 4.6: Grafični prikaz finančne zadostnosti anketirancev	36
Graf 4.7: Grafični prikaz dodatnega opravljanja dela pri anketirancih	37
Graf 4.8: Grafični prikaz glede na pomoč pri finančnih težavah anketirancev	38
Graf 4.9: Grafični prikaz izključenosti anketirancev iz družbe	39
Graf 4.10: Grafični prikaz upokojencev glede na odnose z družino	40
Graf 4.11: Grafični prikaz anketirancev glede na odnos s sorodniki	41
Graf 4.12: Grafični prikaz anketirancev glede na odnos s prijatelji	43
Graf 4.13: Grafični prikaz anketirancev glede na odnos s sosedi	44
Graf 4.14: Grafični prikaz odnosa anketirancev z različnimi generacijami glede na to, s katero se najbolj razumejo	45
Graf 4.15: Grafični prikaz želja anketirancev glede stika z generacijami	47
Graf 4.16: Grafični prikaz razlogov, zaradi katerih si anketiranci želijo več stika z mlado generacijo.	48
Graf 4.17: Grafični prikaz razlogov, zakaj si anketiranci želijo več stikov s srednjo generacijo	49
Graf 4.18: Grafični prikaz vzorca glede na to, zakaj želijo več stikov s staro generacijo	50
Graf 4.19: Grafični prikaz vzorca glede na to, zakaj si želijo več stikov z vsemi tremi generacijami	52
Graf 4.20: Grafični prikaz preživljanja prostega časa anketirancev	53
Graf 4.21: Grafični prikaz preživljanja prostega časa z gledanjem televizije	54
Graf 4.22: Grafični prikaz preživljanja prostega časa s poslušanjem radia	55
Graf 4.23: Grafični prikaz preživljanja prostega časa anketirancev z branjem	56
Graf 4.24: Grafični prikaz pogostosti obiskovanja društva upokojencev v prostem času	57
Graf 4.25: Grafični prikaz razlogov, zakaj nikoli ne obiskujejo društva upokojencev	58
Graf 4.26: Grafični prikaz anketirancev glede na pogostost preživljanja prostega časa z ustvarjalnimi dejavnostmi	60
Graf 4.27: Grafični prikaz razlogov, zakaj se anketiranci v prostem času nikoli ne ukvarjajo z ustvarjalnimi dejavnostmi	61
Graf 4.28: Grafični prikaz pogostosti preživljanja prostega časa anketirancev s športnimi dejavnostmi	62
Graf 4.29: Grafični prikaz razlogov, zakaj se anketiranci v prostem času nikoli ne ukvarjajo s športom	63
Graf 4.30: Grafični prikaz preživljanja prostega časa anketirancev z odhodom na izlete in potovanja	64
Graf 4.31: Grafični prikaz razlogov, zakaj anketiranci nikoli ne gredo na izlete ali potovanja	65
Graf 4.32: Grafični prikaz pogostosti preživljanja prostega časa anketirancev s hobiji ...	67
Graf 4.33: Grafični prikaz razlogov, zakaj anketiranci prostega časa nikoli ne preživljajo s hobiji	68
Graf 4.34: Grafični prikaz anketirancev glede na vključevanje v dejavnosti	69
Graf 4.35: Grafični prikaz zadovoljstva anketirancev z življenjem po upokojitvi	70
Graf 4.36: Grafični prikaz največje prednosti v upokojitvi	72
Graf 4.37: Grafični prikaz največje slabosti upokojitve	73

1 TEORETIČNI UVOD

1.1 Značilnosti staranja in starosti

Proces staranja se začne že ob oploditvi. Potem pa se vse življenje vrstijo spremembe, ki jih lahko imamo za staranje. V prvi polovici življenja jim pravimo zorenje, v drugi polovici pa staranje. (Pečjak, 2007, str. 13)

Staranje je proces, ki traja celo življenje in v katerem doživljamo psihološke, biološke in socialne spremembe, ki jih preučuje gerontologija, znanost o staranju in starosti.

»Področje gerontološkega raziskovanja sestavljajo štiri temeljna področja:

- Kronološko staranje, ki starost opredeli na osnovi posameznikove starosti, kar pa ni nujno povezano s posameznikovim zdravjem, duševnimi sposobnostmi in socialnim statusom.
- Biološko staranje, povezano s spremembami v telesu, ki se kažejo kot zmanjšane sposobnosti v delovanju organizma.
- Psihološko staranje, pri katerem so poudarjene spremembe senzoričnih in perceptivnih procesov, mentalnih funkcij, osebnosti in motivacije zaradi procesa staranja.
- Sociološko staranje, ki opozarja na spremembe, ki jih posameznik zaradi starosti doživi v družbi, družini in na individualni ravni.« (Mali, 2008, str. 41)

Kronološka starost meri čas našega vsakdanjega življenja in je ne moremo niti upočasniti niti pospešiti. Kronološka starost je le starost naše dobe. Biološka starost je pa tista, na katero lahko vplivamo in pomeni dejansko staranje našega organizma. Na biološko starost vplivajo različni življenjski dejavniki, kot so fizična aktivnost, prehrana, prehranski dodatki ali stres. Dnevna kakovost življenja in način življenja lahko pospešita ali upočasnita postopek biološkega staranja.

»Na hitrost staranja vplivata dednost in kakovost življenjskih razmer, pospešujejo pa ga naslednji dejavniki: vlažno in vroče podnebje, mestno življenje, nezdrav način življenja, napačna prehrana, premalo gibanja, služba, škodljive navade in razvade.« (Ramovš, 2014 a)

Milošević Arnold (2003) opisuje naslednje teorije starosti:

- **Biološke teorije** povezujejo procese staranja predvsem z vidnim upadanjem telesne zmogljivosti človeka, ki nastopi pri posameznikih v različnih starostnih obdobjih in se konča s smrtjo.
- **Psihološke teorije** govorijo o staranju kot o obdobju, v katerem se zmanjšujejo senzorične in intelektualne funkcije človeka, zmanjšuje pa se tudi sposobnost za prilagajanje novim življenjskim okoliščinam.
- **Sociološke teorije** govorijo o staranju kot o pojavu, ko se človek začne umikati iz dotedanjega aktivnega življenja in postaja pri zadovoljevanju svojih potreb vedno odvisnejši od pomoči drugih. Najpogosteje so predstavljene naslednje teorije:
 - **Teorija zmanjšane aktivnosti**, ki govori o tem, da staranje spremlja proces upadanja aktivnosti. Med starimi ljudmi in družbo je vse manj interakcij, kar je značilno za večino ljudi. Človek se torej z leti vse bolj umika v zasebnost.
 - **Teorija aktivnosti ali teorija o kontinuiteti v starosti** je nasprotna prejšnji. Njeni avtorji poudarjajo, da večina zdravih ljudi ostane dejavna in da je tako vzdrževanje kot tudi razvijanje telesne, mentalne in socialne aktivnosti nujno za uspešno staranje.

Skoraj vse študije, ki raziskujejo dolgo življenje poudarjajo pomen vsakodnevne in delovne rutine poudarjajo skoraj vse. Vsakodnevna rutina naj bi bila kot zaviralni dejavnik staranja trikrat pomembnejša kot zadovoljivo spolno življenje; optimistično gledanje na prihodnost pa odtehta negativne posledice tega, da nimamo hobijev. Številne raziskave tudi potrjujejo, da se psihološka in biološka starost ujemata. Psiholog s kalifornijske univerze, ki je raziskoval razlike med odprtimi in zaprtimi ljudmi, je ugotovil, da se odprti in ljubeznivi ljudje lepše starajo. (Hojnik Zupanc, 1997)

Starost je zadnje obdobje v našem življenju, ki mu zato tudi rečemo tretje življenjsko obdobje. Prehod iz srednjih let v tretje življenjsko obdobje se nekako začne z odhodom v upokojitev, ki je danes med 60. in 65. letom starosti.

Ramovš (2003, str. 74) razdeli starost na tri obdobja:

- zgodnje starostno obdobje, ki traja od 65. do 75. leta, ko so stari ljudje še dokaj zdravi in se pripravljajo na upokojitev oziroma svobodno življenje v upokojitvi;

- srednje starostno obdobje, ki traja od 76. do 85. leta, ko se stari ljudje privajajo na izgubo moči, naglo izgubljajo vrstnike in velika možnost je, da izgubijo tudi partnerja;
- pozno starostno obdobje, ki se začne po 86. letu, ko stari ljudje postajajo prejemniki pomoči mlajših generacij in sami opravljajo zadnje naloge v življenju.

Staranje je del življenja, ki se mu ne moremo izogniti, saj čaka čisto vsakega posameznika. Ob besedi *starost* se pri večini pojavlja strah pred zmanjšano kakovostjo življenja, boleznijo in smrtjo.

Starost ni obdobje pomanjkanja in izgub, temveč je obdobje, v katerem obstajajo nove možnosti in v katerem se lahko lotimo doslej zanemarjenih dejavnosti, kot so npr. socialni stiki, dela na vrtu, izobraževanja ipd. Vseživljenjsko učenje, čim daljša aktivnost in tudi čim daljše ohranjanje telesnega zdravja ter sposobnosti so postali deli nove normativne predstave uspešnega staranja. (Hopflinger, 2012)

Požarnik (1981, str. 111) navaja šest tipov osebnosti ljudi, ki se uspešno spopadajo s težavami staranja in starosti:

- »Zreli tip«, za katerega so značilni: visoka stopnja osebne zrelosti, realistično ocenjevanje sveta in sebe, zaupanje v ljudi, humor, aktivnost itd.
- »Tip gugalnika« – značilna je precejšnja pasivnost. Posedajo, berejo, gledajo televizijo in čakajo, da jih bo kdo obiskal, zabaval, kratkočasil.
- »Tip mladostnika« – pojavi se tedaj, kadar se starostniki ne morejo sprijazniti s starostjo in jo zaradi tega skrivajo pred seboj in svetom. Značilnosti takega tipa so: mladostno nenavadno oblačenje, pretirana uporaba kozmetičnih sredstev, psevdomodernistični pogled na svet ipd.
- »Neodvisen tip« – za ta tip starostnikov je značilno, da se jim močno upira odvisnost in si z vezi s tem gradijo številčne psihološke obrambe. Na primer: raje se bi mučili eno uro z eno stvarjo, kakor da bi nekoga prosili za pomoč.
- »Agresivni tip« – ljudje tega tipa niso sposobni, da bi si priznali starostne spremembe in se zato agresivno odzivajo na vsakogar, ki le malo namigne na procese staranja.
- »Depresivni tip« – ti ljudje se ne morejo sprijazniti s staranjem, starostjo in neizbežnostjo smrti, zato se odzivajo s strahom in depresijo.

»Prehod v tretje življenjsko obdobje za večino ljudi eden od najbolj bolečih prehodov v življenju; lahko ga premerjamo s prehodom v mladost, ki ga je znani psiholog Stanley Hall (1904) imenoval »obdobje neviht in stresov«. Na prehodu v tretje življenjsko obdobje čakajo človeka travmatični dogodki in siloviti stresi, kot so odhod zadnjega otroka iz družine, upokojitev in prej ali slej smrt enega od zakoncev. Pogosto nastopijo tudi finančne težave, sprememba bivališča in osamljenost. Nekateri stari ljudje odidejo v zavode in domove, kjer so življenjske razmere povsem drugačne kot v domačem okolju.« (Pečjak, 1998, str. 13)

V starosti človek več nima veliko možnosti, ampak ima spomine na vse tisto, kar je do zdaj v življenju naredil. S starostjo se zmanjša kondicija, težje se opravljajo napor, slabšajo se mišice in kosti, peša spomin, slabšata se vid in sluh itd. Vse pogostejše se pojavljajo bolezni, osamljenost, izključenost iz družbe, občutek manjvrednosti itd. Staranje prinaša številne spremembe, s katerimi se mora človek soočiti. Starost je čas za prilagoditve novim življenjskim pogojem in novim dejavnostim po prenehanju redne zaposlitve. Takrat se pojavljajo novi izzivi in nove možnosti za razvoj upokojenca, pri čemer se izgubljajo dolgoletne navade in vloge.

Sniadk in Zajadacz (2010, str. 194) pravita, da je uspešno staranje odvisno od zadovoljitve nekaterih posebnih potreb, med katerimi so še posebej pomembni psihosocialni. Po mnenju ameriškega gerontologa C. Tibbittsa to so :

- Potreba po opravljanju družbeno koristnih dejavnosti
- Potreba, da se star človek sprejeme kot del družbe, skupnosti ali skupine in da ima v njej posebno vlogo
- Potrebo po zadovoljitvi uporabljenega prostega časa
- Potrebo po uspešnem družbenem življenju
- Potrebo po sprejemu kot posameznika
- Potrebo po ustvarjanju priložnosti za samo izražanje in občutek samouresničitve
- Potreba po ustrezni duševni in intelektualni stimulaciji
- Potreba po vzdrževanju in dostopu do zdravstvene oskrbe
- Potreba po rednem načinu življenja in vzdrževanju stika z družino
- Potreba po duhovnem zadovoljstvu.

»Človek mora do vsega zavzeti svoje stališče. Njegova izbira je, ali se bo človeško spoprijel z zahtevno nalogo staranja in jo smiselno opravil ali pa bo ob spopadu zapravljaj svoje zadnje človeške moči v nesmiselnem zaletavanju.« (Mali, 2005, str. 54)

1.2 Staranje prebivalstva v vaškem okolju

»Staranje prebivalstva ni zgolj individualni, družbeni, nacionalni proces, temveč je proces, čigar posledice posegajo v celotno človeštvo.« (Mali, 2011)

Med ključne demografske spremembe sodobne družbe uvrščamo: visoko smrtnost zaradi visokega deleža starih ljudi poleg znane družbene neenakosti v primeru bolezni in smrti ter nizko stopnjo rodnosti zaradi nizke udeležbe prebivalstva, ki je nosilec biološke reprodukcije in socialnega položaja kmeta, kar dejansko ne pomaga povečati števila otrok v družini. Nadaljnje je vse manj zakonskih zvez, ker je vse manj mladih, selitve iz države pa so vedno pogostejše.

Mali (2009, str. 244) meni, da je naraščanje deleža starejših ljudi med prebivalstvom posameznih držav sveta posledica specifičnega pojava moderne družbe, to je demografskega prehoda z visokih na nizke stopnje rodnosti in smrtnosti. Po predvidevanjih bo do leta 2050 prvič v zgodovini število starejših v svetu preseglo število mladih. Vsaka deseta oseba je danes že stara 60 let ali starejša; do leta 2050 bo po napovedih OZN toliko star vsak peti človek, do leta 2150 pa vsak tretji.

»Naraščanje starejših prebivalcev bo še bolj porušilo neravnotežje med spoloma. Ker moški umirajo prej, bodo med starejšimi starimi ljudmi prevladovali ženske. Pri stoletnikih pride na 100 moških kar 386 žensk. Starejše ženske se redko ponovno poročijo, zato so zaradi nižjih ali nobenih dohodkov bolj izpostavljene revščini, boleznim in odvisnosti od institucij.« (Pečjak, 2007)

Za urbanizacijo, industrializacijo in modernizacijo družbe je značilno, da slabšajo družinsko, sorodstveno, prijateljsko in sosedsko podporo, ki je bila nekoč značilnost življenjskega sloga v vaških sredinah. Raziskave so pokazale (Bulten, 1969), da izseljevanje mladih iz vasi v mesta vpliva na zmanjšanje pogostosti stikov in stopnjo podpore med starši in otroki v vasi. (Podgorele in Klempić, 2007)

Zaradi gibanja mladih iz vasi v urbane centre ostajajo starejše osebe v velikem številu socialno izolirane in odvisne. Za stare ljudi na vasi bi morali predvideti aktivno družbeno vključenost – druženje z drugimi ljudmi in generacijami, kar bi veljalo tako na vasi kot tudi v mestih, saj na ta način starejši ne bi ostali družbeno izolirani in zanemarjeni.

»Družine kot osnovne celice se bodo na podeželju soočile s hitrimi in pomembnimi demografskimi spremembami, v številnih primerih bo to pomenilo tudi manjšo skrb družin za starejše. Vse večja vpletenost mladih v mestno okolje utegne vplivati na pomoč starejšim na podeželju, tako da lahko starejši ostanejo brez finančne pomoči otrok in brez drugih virov.« (Kožuh Novak, 2010, str. 31)

V kmečkih soseskah so starostniki vedno igrali pomembno ekonomsko in družbeno vlogo, vse dokler so bili za to fizično sposobni. Danes pa so lahko starejši, ki niso sposobni slediti hitremu industrijskemu ritmu, hitro potisnjeni na stranski tir. (Mali, 2005, str. 54)

1.3 Socialno - ekonomski položaj starih ljudi

»Z ekonomske perspektive bo staranje prebivalstva v prihodnosti bistveno vplivalo na gospodarsko rast, višino prihrankov in vlaganj ter na potrošnjo, pa tudi na razmerja na trgu delovne sile, na delovanje pokojninskih skladov, davke in medgeneracijske prenose (transferje).« (Statični urad Republike Slovenije, 2010)

Sprememba prihodkov je eden od vidikov upokojitve. Vsi ljudje se ne glede na starost bolje počutijo, če so zdravi in imajo reden dohodek. Čeprav mesečni prihodki ne zagotavljajo zadovoljstva, vseeno starejšim omogočajo, da izberejo način življenja, ki jih bo najboljše zadovoljil. Ekonomske razmere močno vplivajo na številne vidike življenja starih ljudi: zdravje, družbene odnose, stanovanjske, družbene in politične dejavnosti. Mnogi upokojenci imajo zelo nizke dohodke, čeprav njihove potrebe in želje niso nič manjše kot prej, kadar so bili zaposleni.

Na socialnem področju človekovega življenja pa staranje prebivalstva vpliva in bo v prihodnje močno vplivalo na zdravstveno stanje družbe ter na skrb za zdravje prebivalstva, sestavo družin in drugih oblik sobivanja ljudi, gradnjo stanovanj in selitve prebivalstva. (Statični urad Republike Slovenije, 2010)

Dosedanja in pričakovana demografska gibanja – upadanje števila rojstev, daljšanje življenjske dobe in posledično staranje prebivalstva ter prehajanje tega v dolgoživo družbo – prinašajo in bodo tudi v prihodnosti prinašala v urejanje pokojninskega in invalidskega zavarovanja nove in pomembne izzive ter od tega zahtevajo in bodo zahtevala stalno prilagajanje starajočemu se prebivalstvu. (Statični urad Republike Slovenije, 2013)

»Pomanjkanje denarja kot vedno na vseh točkah vsakdanjega življenja (prosti čas, stanovanje, druženje ipd.) seveda vpliva na nizko kvaliteto življenja, ustvarja začaran krog marginalizacije in stigmatizacije ter vzdržuje velik del ljudi v revščini ali – v boljšem primeru – na njenem pragu.« (Flaker idr., 2008).

Accetto (1968, str. 37) pravi, da v mnogih državah pomeni upokojitev znatno zmanjšanje dohodkov, ki ne dovoljujejo nikakršnih udobnosti, saj pokojnine same včasih komaj zadoščajo za najosnovnejše življenjske potrebe. Pripomniti je treba, da upokojitev ne prinese s seboj le materialnih težav, saj tudi mnogi psihološki konflikti, ki nastopajo z upokojitvijo, močno prizadenejo starega človeka.

»Dinamika in kompleksnost ekonomskih in socialnih sprememb povečujeta negotovosti in tveganja v družbah, kar se na ravni posameznikov najbolj odraža v dejstvu, da postajajo tako delovne kot življenjske poti vse manj predvidljive, predvsem pa naraščajo individualna tveganja, kar vodi posameznike v razmere zmanjšane materialne in socialne varnosti. Pri starejših lahko omenimo tveganja, ki jih povzročajo predvsem spremembe pokojninskega sistema in socialnovarstvenih sistemov.« (Hlebec, Kavčič, Filipovič Hrast, Vezovnik, Trbanc, 2010, str. 13)

Pričakovanja starejših prebivalcev, da bodo po upokojitvi deležni še česa drugega kot prostega časa in družinskih obveznosti, so sovpadla z zaskrbljenostjo zaradi stroškov s pokojninami in zdravstvenim varstvom. Produktivno staranje se nanaša na proizvodnjo dobrin in uslug ter je predvsem instrumentalno in ekonomistično. Modernejši koncept aktivnega staranja se nanaša na širši sklop aktivnosti in poudarja sodelovanje in vključitev starih ljudi v družbo kot polnovrednih državljanov. (Kavar Vidmar, 2005, str. 31)

»V okviru evropskega projekta Poverty 3 so irski raziskovalci socialno izključenost opredelili prek njenih dimenzij kot slabo vključenost v sisteme, ki zagotavljajo povezanost posameznikov v družbo:

- demokratični in zakonski (pravni) sistem, ki omogoča civilno vključenost, tj. biti v demokratični družbi biti enakopraven državljan;
- trg delovne sile, ki omogoča ekonomsko vključenost – imeti dohodke za preživljanje, zaposlitev;
- socialnoblaginjski sistem – pomeni socialno povezanost v ožjem smislu z dostopom do socialnih in javnih storitev in programov ter sodelovanje v njih;
- sistem medosebnih mrež (družina, soseska, prijatelji ...) – medosebna povezanost, moralna podpora in varnost, kadar jo posamezniki potrebujejo.« (Hlebec, Kavčič, Filipovič Hrast, Vezovnik, Trbanc, 2010, str. 16)

Za kakovostno življenje na stara leta je potrebna zadovoljitev materialnih potreb po stanovanju, hrani, obleki in drugem, enaki pomembne pa so za kakovostni in smiselno starost tudi nematerialne ali socialne potrebe po:

- medčloveški povezanosti in tesnih medčloveških odnosih
- doživljanju starosti kot posebnega, enako smiselnega obdobja, kot so mladost in srednja leta življenja
- predajanju zrelih življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji. (Postružnik, 2000)

»Primeren pokojninski sistem preprečuje socialno izključenost, ljudem omogoča solidno kakovost življenja in promovira medsebojno solidarnost generacij.« (Kožuš Novak, 2010, str. 27)

1.4 Upokojitev

V današnjih časih upokojitev pri mnogih ljudeh povzroča tesnobo in skrb zaradi zmanjšanih dohodkov in tudi zaradi omejenih socialnih stikov ter izgube pomena v družbenem okolju.

Z opustitvijo poklica se pojavlja sprememba v življenju, s katero so povezani številni psihološki in socialni problemi.

Upokojitev sama, ki je ostra življenjska prelomnica iz aktivnega in delovnega ritma v pasivno »penzionersko« življenje, pri mnogih upokojencih sproži »poupokojitveni sindrom«, ki se izraža v depresivnem razpoloženju, občutku odtujenosti od družbenega dogajanja, občutku odvečnosti in notranjih napetosti. To velja zlasti za upokojence, ki si ne znajo poiskati ustreznih nadomestnih aktivnosti. (Mijoč, 2000, str. 341)

Starost pogosto povezujemo s socialno izključenostjo. Upokojitev pomeni za mnoge prekinitev vsakdanjih stikov z drugimi, življenje v samskih gospodinjstvih in slabše zdravje pa še dodatno osamita starejše, kar lahko vodi v duševne težave in depresijo. (Statistični urad Slovenije, 2003)

Torej je upokojitev več kot le opustitev bolj ali manj cenjenega dela. Med drugim pomeni upokojitev tudi novo socialno vlogo, torej drugačen način vedenja, preoblikovanje dnevnega reda, preoblikovanje odnosov do ljudi, še zlasti v ožjem družinskem krogu, spremembo in premik interesov od dela k dejavnostim v prostem času, spremembo pričakovanj in zahtev, npr. zaradi slabih dohodkov itd. (Požarnik, 1981, str. 86)

Starost je zagotovo obdobje osebne izpolnitve in številnih možnosti za pridobivanje novih izkušenj. Starost in upokojitev zagotavljata priložnost za učenje, hobije, potovanja, učenje novih znanj, ustvarjanje novega prijateljstva. Glede na to da starejši ljudje v prejšnjih življenjskih obdobjih zaradi poklica in drugih obveznosti pogosto niso mogli posvetiti dejavnostim in hobijem, po upokojitvi imajo prost prostor za izpolnitev številnih osebnih naklonjenosti. Nikoli ni prepozno, da raziščemo kaj nas v življenju izpolnjuje in kakšne možnosti imamo kot na primer uporaba interneta, članstvo v združenjih, nove aktivnosti in podobno.

Ušeničnik (2000 str. 42) pravi, da upokojitev posamezniku prinese mnoge spremembe, ki se jim mora čim bolj konstruktivno prilagoditi. Tako rekoč čez noč izgubi prijatelje iz delovnega okolja, družbeni položaj, ki ga je ustvarjal v svojem poklicnem življenju, spremeni se njegovo finančno stanje in ima 10 ur več prostega časa na dan. Prilagoditev na novo nastalemu položaju zahteva veliko energije.

Stari ljudje, ki so finančno neodvisni, izrabljajo prosti čas za aktivnosti, ki jih potrjujejo, jim vlivajo optimizem in višajo samopodobo. Aktivni prosti čas pomeni spodbudno okolje in prostor za dinamično interaktivno sodelovanje ljudi vseh starosti. Krivulja

intenzivnosti preživljanja prostega časa z leti upade. Vložena energija je odvisna od osebe in od načina izrabe prostega časa (Ovsenik, 2011)

»Stari ljudje čutijo potrebo po tem, da so aktivni. Ob upokojitvi velikokrat nastane kriza, saj ima prej delovno aktiven človek preveč časa in ne ve, kaj naj z njim. Zato je pomembno, da si najde nove aktivnosti, nove zaposlitve v obliki druženja, delavnic, krožkov ipd.« (Mali, 2012a, str. 91)

Pečjak (2007; 85) pravi, da je upokojitev za nekatere ljudi »blagoslov«, posebno za tiste, ki niso marali svojega dela ali pa so delo občutili kot breme. Če imajo »konjičke«, jim pomeni upokojitev vstop v novo prijetnejše obdobje. Lahko se ukvarjajo z marsikatero dejavnostjo, za katero prej niso imeli dovolj časa ali zbranosti, npr. z umetnostjo, branjem knjig, poslušanjem koncertov zbirateljstvom, celo s športom.

Na drugi strani so tudi ljudje, ki so imeli radi svoje delovno mesto, druženja s sodelavci in službo, v katero so hodili celo življenje. Oni se ne želijo upokojiti in težje doživljajo upokojitev.

Kot pravi Pečjak (2007, str. 85), te osebe težje prenašajo upokojitev, ki so rade delale, posebno tisti, ki so »cveteli« pri svojem delu ter našli v njem vsebino in smisel svojega življenja. Zanje je upokojitev hud stres, eden od najhujših v življenju, ki mu lahko sledi silovita in dolgotrajna depresija, lahko pa celo upad duševnih funkcij.

Hojnik Zupanc (1999, str. 85) po Boss (1991) razdeli upokojence v tri skupine:

1. Tiste, ki sprejmejo upokojitev kot normativni akt, so pri tej odločitvi nesamostojni in se bojijo »svobodnega« življenja po upokojitvi.
2. Tiste, ki pasivno sprejmejo upokojitev kot pričakovan življenjski dogodek, nadaljujejo nekatere ustaljene vedenjske vzorce in ostanejo povezani predvsem v družini.
3. Tiste, ki sprejmejo upokojitev kot življenjsko razvojno stopnjo oz. kot izziv za samostojno izbiro dejavnosti, ki jih po navadi tudi že vnaprej načrtujejo.

Upokojitev večinoma vodi tudi k poslabšanju materialnega položaja. Če tega ni mogoče preprečiti z morebitnimi ukrepi, grozi nevarnost, da se bo poslabšal življenjski standard, ki ga je posameznik vajen. Dodatni dejavniki, ki se lahko pojavijo v tem življenjskem obdobju, so: zdravstvene težave, zmanjšanje telesnih zmožnosti, bolezen partnerja, ki

potrebuje nego, spremembe v družinskem okolju (odselitev otrok), obveznosti zaradi varstva vnukov ipd. (Bucheberner Ferstl, 2010)

Milošević Arnold (2005, str. 49) pravi, da v osebno življenje upokojitev prinese velike spremembe na pomembnih življenjskih področjih. Pri tem gre za:

- Spremembe časa, ki ga imajo veliko več kot v času zaposlitve. Življenjski ritem se upočasni in prosti čas, ki postane privilegij starih ljudi, je treba kakovostno izpolniti z aktivnostmi, ki jih imamo radi in se jim lahko bolj posvetimo po končanju zaposlitve. Odpira se tudi možnost za odkrivanje novih interesov.
- Spremembe socialnih stikov, ki se zmanjšajo z odhodom v pokojnino, saj odpadejo srečanja in druženja s sodelavci, s katerimi smo obkroženi na delovnem mestu. Socialna mreža se zoži na neformalno mrežo, ki je skozi življenje okoli nas, ampak se odpirajo možnosti za nova prijateljstva, ki jih lahko dobimo v različnih interesnih skupinah, kot so športne, ustvarjalne, izobraževalne itd.
- Niti samouresničevanje in uveljavljanje več nista mogoča skozi poklicno delo. Tukaj upokojitev največ prizadene ljudi, ki jim je bila kariera zelo pomembna v življenju. Zaradi tega je treba najti področja, na katerih se bomo tudi po upokojitvi lahko uveljavljali.
- Izgubo statusa, saj v upokojitvi človek več nima svojega statusa kot »zdravnik« ali »profesor«, temveč je samo upokojenec.
- Manjši vpliv in moč – v upokojitvi človek nima več možnosti za odločanje o vprašanjih, ki so povezana z njegovo službo.
- Nižji dohodki, na katere se morajo upokojenci privaditi in previdnejše ravnati z njim. Nekateri upokojenci, ki so delno sposobni, iščejo zaposlitve, da bi si zagotovili življenjske standarde.

Ledbetter Hancock (1990, str. 223) navaja štiri dejavnike, ki vplivajo na pozitivno doživljanje upokojitve:

- Prostovoljna upokojitev
- Primeren dohodek in zadovoljivo zdravje, ki omogočata udobno življenje
- Zavest da delo ni najpomembnejše v posameznikovem življenju
- Priprava in načrtovanje življenja po upokojitvi

Prilagajanje upokojitvi je v mnogih pogledih odvisno od okoliščin, v katerih posameznik živi.

Najboljša priprava na upokojitev združuje prakso in teorijo. To pomeni, da se o upokojitvi učimo, čutimo dolžnosti, da bi bilo nekaj treba storiti in končno to tudi storimo. Pomemben korak naredimo, ko spoznamo, da je upokojitev pomembno obdobje v človekovem življenju. Posledica priprave na upokojitev je da se človek oboroži s potrebnimi informacijami, oceni svoj resnični položaj, izmenjuje ideje in načrte z drugimi, je manj zaskrbljen ter se odloči, kaj bo počel v pokoju. (Ušeničnik, 2000)

1.5 Socialna omrežja starih ljudi

Vsak človek je v življenju obdan s številnimi ljudmi. Za kakovostno življenje človek potrebuje družbo drugih ljudi na eni strani, po drugi strani pa tudi možnost, da se umakne v osamo. Ljudje ne bi obstajali brez stikov in medsebojne komunikacije, saj gre pri tem za eno od pomembnih potreb človeka.

»Človek je družbeno bitje, stiki s drugimi so fiziološka nuja, še toliko bolj pa nuja civilizacije. Brez drugega ne moremo obstati. Skozi življenje vzpostavljamo številne zelo različne stike – od globokih trajnih vezi z najbližjimi do bežnih vsakdanjih stikov s prodajalko v trgovini. Stiki nas ne glede na vrsto in intenzivnost nekako zaznamujejo, govorijo o tem, kaj smo in o naši identiteti in lastni vrednosti, ter nam omogočijo, da ustvarjamo svet okoli sebe.« (Flaker idr., 2008, str. 258)

Pojem socialne mreže pomeni človekovo povezanost z drugimi ljudmi, ki je ena od bistvenih človeških potreb in lastnosti: izraža se v osebnih medčloveških odnosih in v stvarnih delovnih ter drugih raznih razmerjih. Medčloveška razmerja in odnosi so za človeka v resnici kot mreža, saj ta v različnih socialnih mrežah živi vse življenje, če to želi ali pa ne. (Ramovš, 2014b, str. 51)

Socialne mreže imajo naslednje vloge:

- pomagajo mu uspevati, zadovoljevati svoje potrebe, ustvarjati in napredovati;
- v življenju predstavljajo pravila igre za družbeno sožitje;

- človekovo vedenje in ravnanje »sejejo« v družbeno sprejemljive in nesprejemljive vloge;
- varujejo ga pred pomanjkanjem nevarnosti, s svojimi omejitvami pa mu povzročajo tudi nevšečnosti;
- v težavah mu pomagajo, da ne propade. (Ramovš, 2014b, str. 51)

»Učinek možnih interakcij je odvisen od fizične kondicije starega človeka in njegovega spola, zlasti pa od materialnega stanja starega človeka, kajti pokazalo se je, da storitve socialnih mrež bolj potrebujejo materialno slabše preskrbljeni posamezniki. kot posamezniki, ki so premožnejši.« (Mali, 2008, str. 75)

Predstavnik socialnega omrežja delimo na: neformalne (družina, sorodniki, sosede in prijatelji) ter na formalne, kamor vključujemo vse formalizirane stike posameznika z njegovim okoljem, kot so na primer skupine za samopomoč.

Neformalna mreža je po navadi ekonomična, ker je hitro dosegljiva, moralne vrednote pa so med člani mreže pred gmotnimi dobrinami. Na drugi strani pa imajo neformalne mreže lahko tudi nizek prag varnosti, ker temeljijo na nekaj ključnih osebah in so zaradi tega ranljive in nestalne. (Hojnik Zupanc, 1999).

Dragoš (2008, str. 293) pravi, da staranje vpliva na socialne mreže, na izbiro ljudi, s katerimi se družimo, in na način, kako to počnemo. Še pomembnejše pa je, da velja tudi obratno. 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.

»Med dejavniki, ki vplivajo na oblikovanje in vzdrževanje socialnega omrežja, lahko izpostavimo tri dejavnike. Prvi dejavnik je neodvisen od posameznika, pri čemer gre za družinske značilnosti, kot so poroke in rodnost predhodnih generacij. Poroka razširi krog sorodnikov, pri katerih lahko posameznik pričakuje socialno oporo. Pri selitvah, ki so naslednji dejavnik, ima posameznik možnost izbire in regulacije lastnih selitev (ne more pa povsem regulirati selitev sorodnikov, predvsem otrok), tretji dejavnik pa predstavljata posameznikova osebnost in temperament.« (Hlebec, 2003)

Hojnik Zupanc (1999, str. 134) omenja Wenger, ki je neformalne mreže opredelila na podlagi prostorske bližine sorodnikov, stopnje sodelovanja z družino, prijatelji in sosedi ter vključevanja starih ljudi v lokalno skupnost. Oblikovala je pet tipov odnosov:

- Sorodstvena mreža: starostniku so najpomembnejši ljudje, ki živijo v istem gospodinjstvu, ali družinski člani, ki živijo v bližini, v manjši pomoči pa so tudi prijatelji in sosede. Mreže so majhne (do štirje člani) in statistično značilne za starejše (80 let in več), ki so slabšega zdravja
- Integralna povezanost v bivalnem okolju oz. sosedska mreža: temelji na povezanosti med družinskimi člani, prijatelji in sosedi. Razvija se zaradi dolgotrajnega bivanja v isti skupnosti ter vključevanja v isto življenjsko okolje. Mreže so večje (štejejo osem in več članov) in značilne so za stare ljudi, mlajše od 80 let.
- Samostojna, samozadostna, podporna mreža: posamezniki, ki živijo sami in imajo zelo redke ter slabe stike s sorodniki in sosedi. Mreže so običajno majhne (do štirje člani). Pri takih posameznikih je običajno edina alternativa institucionalno varstvo (Hojnik Zupanc, 1999).
- Podporna mreža v širšem bivalnem okolju: gre za povezanost s sorodniki, ki ne živijo v bližini, temelji pa na pomoči prijateljev in prostovoljnih organizacij. Pojavlja se, kadar se star človek preseli v novo življenjsko okolje. Obsežen tip mreže (osem in več članov).
- Podporna mreža pri osebah z zaprto zasebnostjo: pojavlja se pri starih ljudeh, ki živijo izolirano. Sorodniki ne živijo v bližini, tudi prijatelji ne, sosedski odnosi so pa zelo slabi. Te mreže so majhne (maksimalno štirje člani). Ko posameznik ne zmore več samostojno živeti, je edina možnost institucionalno varstvo. (Hojnik Zupanc, 1999)

Z upokojitvijo slabšajo se druženja s prijatelji, stiki z bivšimi sodelavci, socialna mreža se zmanjša tako da, večina upokojenk/cev, tako moških kot žensk, največ časa po upokojitvi preživi v krogu družine s svojim partnerjem, otroki in vnuki.

Družina je tista postavka v življenju starih ljudi, ki zadovoljuje ne le njihovo potrebo po socialnih stikih, ampak jim daje tudi občutek potrebnosti, kar je po upokojitvi še posebej pomembno. Družinski člani so že po naravi družinske skupnosti prve in najpomembnejše

osebe, s katerimi upokojenec/-ka ohranja, največkrat pa še okrepi medosebne stike in komunikacijo. (Hojnik Zupanc, 1997)

»Sodelovanje z družino varuje starega človeka v dobesednem in prenesenem pomenu besede. Varuje razpoznavno identiteto in temeljni občutek lastne vrednosti zanj samega in javno, v socialnem okolju; varuje interaktivno učinkovitost njegove osebne niše. V podpori družine lahko prepozna izkušnjo vezanosti, pripadnosti in spoštovanja.« (Čačinovič Vogrinčič, 2000, str. 291)

V družini se pojavljata dva huda stresna dogodka – odhodi otrok »na svoje« ter bolezen oziroma smrt zakonca. Najtežje doživljajo starši odhod zadnjega otroka, ker se s tem njihova starševska vloga prekine. Osvežitev pa prinašajo vnuki, v katerih vidijo stari starši svoje potomce. Zato so prizanesljivejši do njih kot nekoč do svojih otrok. (Pečjak, 2007, str. 88)

Soseska je utemeljena na prostorski ali socialni komponenti. Gre za socialno-prostorski podsistem mesta in predstavlja prostor neposrednih stikov. S tem soseska izpolnjuje določene dodatne funkcije skupnega življenja, kot so npr. pomoč v stiski, socializacija, socialna kontrola, komunikacija in podobno (Žganec, 1995).

Pri veliki večini ljudi zaposlitev predstavlja največji socialni stik poleg družine, kjer potekajo druženja s sodelavci, ki se po prenehanju zaposlitve večinoma zmanjšajo ali končajo. Vsekakor se druženja in pogovori spremenijo, zaposleni in upokojenci nimajo več istih tem za pogovor ter interesov.

»Za ljudi, ki so se v času zaposlitve družili predvsem z osebami, ki so jih srečevali v službi, pomeni prenehanje zaposlitve spremembo, osiromašenje ali izgubo velikega dela medosebnih kontaktov in osiromašenje socialne mreže.« (Kavar Vidmar, 2005, str. 35)

»Ni vseeno, ali ima človek v tem življenjskem obdobju partnerja ali ne, ali ima otroke in vnuke, ki ga redno obiskujejo in mu dajejo občutek varnosti in potrebnosti. Znano je, da dobri družinski odnosi pripomorejo k večji samozavesti upokojenca in optimističnemu pogledu na prihodnost.« (Ličer, 1994, str. 48)

1.6 Medgeneracijski odnosi

»Človek z vidika integralne antropologije v življenju prehodi tri obdobja:

1. Mladost – razvojno obdobje človeka od spočetja do samostojnosti. Glavni nalogi v tem obdobju sta zdrava rast in temeljno učenje za življenje.
2. Srednja leta – obdobje, ko ljudje rodijo in vzgojijo svoje potomstvo in delajo za preživetje sebe, mlade in stare generacije.
3. Starost – obdobje, ko človek dozori do polne človeške uresničitve. Skrb za materialni razvoj prepušča naslednji generaciji, njemu pa se z upokojitvijo pojavi nova kakovost svobode in življenjskih možnosti za dejavno življenje, ki ni manj razgibamo in polno kakor v srednjih letih, pač pa bolj sproščeno in izbrano v skladu z osebnimi potrebami, sposobnostmi in okoliščinami.« (Ramovš, 2003, str. 68)

Pričakuje se, da posameznik po upokojitvi ne opravlja več nekaterih svojih primarnih funkcij, da se umakne iz družbenega življenja in postane marginalizirani del zakulisja. Starejše se postavlja na obrobja, s tem pa se izgubljajo tudi medgeneracijski stiki in odnosi. (Beno in Bezek, 2011)

Pri medgeneracijskem sodelovanju gre za obnavljanje in negovanje temeljnega odnosa med ljudmi. Taki odnosi zagotavljajo varnost, življenjsko moč in energijo, saj stara generacija zapusti veliko svojih izkušenj in modrosti, mlada pa se zaveda pomena kakovostnega staranja. (Erenda, Suklan, Roblek, Meško, 2014, str. 45)

V dokumentu (MDDSZ, 2006, str. 8) je zapisano, da imajo v današnjih razmerah mlade, srednje in tretje generacije ljudi med seboj tako malo živih stikov, da pogosto druga druge ni ne poznajo, zato vladajo med njimi številni predsodki in stereotipna gledanja. (Mali, 2009, str. 245)

»Mladi ljudje pogosto niti nimajo možnosti za vzpostavitev komunikacije s starimi ljudmi, kadar pa ta možnost obstaja, komunikacija med njimi ne steče. Kljub mogočemu napredku znanosti in tehnologije človek še vedno ostaja socialno bitje. Potrebuje stike in druženje z drugimi ljudmi, prenašanje znanja in modrosti med generacijami.« (Mali, 2009)

Za doživljanje vrednosti in smisla starosti mora človek svojo starost sprejeti, se sam aktivno truditi za njeno kakovost in brez grenkobe v srcu sprejemati solidarno pomoč drugih, da ohrani ali ustvari pristen medčloveški odnos ter da je osebno povezan z ljudmi iz mlade in srednje generacije. (Ramovš, 2003)

Družinsko življenje je odločilnega pomena za razvoj solidarnosti, saj je središče, kjer posamezniki pridobijo osebno izkušnjo medgeneracijskih odnosov, ki jim omogoča prakticiranje in kultiviranje solidarnosti pozneje v življenju. Žal jim spremembe v sodobnem družinskem življenju preprečujejo pridobivanje takšne izkušnje. Medgeneracijsko sodelovanje v družinah je bilo v preteklosti temeljni način zagotavljanja medsebojne pomoči in posledično temeljev medgeneracijske solidarnosti. (Mali, 2014)

Zdrav odnos med tremi generacijami pomeni, da so generacije med seboj kritične, vendar si vzajemno pomagajo in se spoštujejo. Posledično bo tudi najmlajša generacija ta vzorec gojila na svoji življenjski poti. (Hojnik Zupanc, 1994, str. 56)

Pri medgeneracijskem sodelovanju gre za obnavljanje in negovanje temeljnega odnosa med ljudmi. Takšni odnosi zagotavljajo varnost, življenjsko moč in energijo, saj stara generacija zapusti veliko svojih izkušenj in modrosti, mlada pa se zaveda pomena kakovostnega staranja. (Erenda, Suklan, Roblek, Meško, 2014, str. 45)

Bistvo sodelovanja med mlajšo in starejšo generacijo je v tem, da starejši prenašajo izkušnje na mlade, mladi pa prinašajo radost in veselje starejšim. Tu gre za obnavljanje in negovanje temeljnega odnosa med ljudmi. (Erenda, Suklan, Roblek, Meško, 2014, str. 45)

Danes je postala medgeneracijska solidarnost del socialne države. Kot trdi Mandič (2009, str. 144), namerava velik del programov socialne države finančna sredstva preusmeriti iz ekonomsko aktivnega v neaktivno prebivalstvo (Mali, 2014).

V vsakem obdobju življenja mora človek poskrbeti, da je intenzivno osebno povezan vsaj z enim pozitivno usmerjenim človekom iz vsake generacije: z enim mladim, enim srednjih let in enim starim. Pozitivna usmerjenost v odnosu pomeni, da je pri komunikaciji pet dobrih, spodbudnih ali pozitivnih vsebin na eno slabo. (Ramovš, 2003)

1.7 Prosti čas starih ljudi

Prosti čas je čas, v katerem je človek svoboden od vseh obveznosti, ki izhajajo iz njegovih funkcionalnih vlog in časa, v katerem posameznik dela tisto, kar želi. Prosti čas je čas, ki omogoča prosto izbiro dejavnosti. Stari ljudje si lahko obogatijo svoje življenje – za to ni nikoli prepozno. Vsak dan je pravi, da se sprostijo, doživijo nekaj lepega, novega. Takšni dogodki ohranjajo njihovo samozavest in občutenje, da so pomembni in da niso sami. (Ovsenik in Vidić, 2013)

»Potrebe, ki jih imajo ljudje v prostem času, so najbolj raznovrstne. Pogosto so družabne narave, ali pa gre za hobije, šport, zabavo. Prosti čas omogoča posebno vrsto družabne participacije, ki je načeloma prostovoljno vezana.« (Flaker idr, 2008, str. 216)

Aktivnosti starejših v prostem času predstavljajo en vidik aktivnega staranja. Na splošno je prosti čas nepogrešljiva domena življenja. Izraz prosti čas se nanaša na prost ali neomejen čas, čas v katerem delo, vzdrževalne funkcije in druge obvezne dejavnosti se ne izvajajo. Pri klasifikaciji prostega časa aktivnosti, vrste dejavnosti, ki jih imajo starejši je precej enaka kot pri drugih skupinah. Edina razlika je stopnja sodelovanja in dejstvo, da starejši delajo dejavnosti, ki so povsem rekreacijske ali tiste, ki zahtevajo manj napora, kot je gledanje TV, poslušanje radia.

Lešnik (1982, str. 176) deli dejavnosti prostega časa na naslednjih šest dejavnosti:

- **Informativne dejavnosti** so tiste, ki predvsem zadovoljujejo potrebo po novih izkušnjah in spoznanjih. Med tovrstne dejavnosti lahko štejemo: poslušanje radia, gledanje televizije, opazovanje okolice in ljudi, ogledovanje sebe, branje časopisov in časnikov, branje romanov in povesti, ogledovanje izložb, obiskovanje kina ipd.
- **Ustvarjalne dejavnosti** so tiste, ki zadovoljujejo predvsem težnje po ustvarjanju, izdelovanju, razvoju novega in omogočajo potrjevanje osebnosti z ustvarjalnimi dosežki. V to skupino spadajo: pisanje zgodbic ali pesmi, reševanje križank in ugank, pletenje ali šivanje, igranje na glasbeni instrument, ukvarjanje s konjičkom, slikanje in risanje, modeliranje ipd.

- **Telesne aktivnosti** so tiste, ki zadovoljujejo predvsem težnje po gibanju in uveljavljanju telesnih zmogljivosti; s tem svojevrstno potrjujejo osebnost in ustvarjajo zadovoljstvo. Mednje lahko prištevamo: kolesarjenje, telovadbo, pohode v naravo in izlete, smučanje, plavanje, čolnarjenje, kegljanje, balinanje ipd.
- **Družabne dejavnosti** so tiste, ki zadovoljujejo predvsem težnje po stikih z ljudmi in sprostitvi ter omogočajo doživljanje pripadnosti skupini, povezovanje medsebojnih čustvenih odnosov in tudi občutje varnosti. Take vrste dejavnosti prostega časa so lahko: sprehajanje z drugimi ljudmi, družabne igrice, igre s kartami, šah, prepevanje, pa tudi igranje z živalmi, ki ustvarja v človeku poseben odnos do drugega živega bitja ipd.
- **Filozofske ali razmišljujoče dejavnosti** so tiste, ki zadovoljujejo predvsem potrebo po razumevanju in oblikovanju življenjskih nazorov, prispevajo k trdnosti človekove osebnosti, njegovemu odnosu do okolja, sveta in sebe ter k splošni usmeritvi človekove dejavnosti. Take narave je premišljevanje o prihodnosti, razmišljanje o svetu in ljudeh ipd.
- **Neopredeljene dejavnosti** so tiste, ki niso izrazito take narave, da bi zadovoljevale predvsem katero izmed navedenih teženj in so tudi dokaj svojevrstne. Mednje sodijo: osamljeno sprehajanje, spanje podnevi, lov in ribolov, vožnje z motornim vozilom ipd.

»Odnos med družino in prostim časom lahko obravnavamo z dveh vidikov. Prosti čas lahko poimenujemo kot vir, ki pripomore k stabilnosti in bogastvu družinskih odnosov, oziroma kot vir, ki je nujen za razvojne možnosti. Torej bi lahko rekli, da prosti čas pomembno prispeva k centralni investiciji življenja – družini. Drugi pristop pa obravnava družino kot vir za prosti čas. Družina daje socialni kontekst za večino prostega časa. S tega vidika je prosti čas nujen prostor za svobodo, ekspresivnost in razvoj osebnosti.« (Černigoj Sadar, 1991)

Poleg preživljanja prostega časa z družino in prijatelji so lahko različni klubi upokojencev, planinske zveze ali lokalne skupnosti odličen vir novih znancev, zabavnih ter kvalitetnih aktivnosti. Takšni klubi lahko organizirajo različne delavnice, izobraževanja, izlete v naravo in kulturne dogodke. Vedno je koristno obdati se z ljudmi, ki imajo podobne interese in se soočajo s podobnimi težavami.

Dejavnosti, ki se jih stari ljudje lahko udeležijo, so raznolike:

- neformalne dejavnosti – vzpostavljanje družbenih vezi s prijatelji, sosedami in sorodniki;
- formalne dejavnosti – aktivnosti v različnih prostovoljnih skupinah;
- samostojne dejavnosti – gospodinjstvo, počitek;
- intimne dejavnosti – bolj prispevajo k podpori in življenjskemu zadovoljstvu ter ponovnemu ugotavljanju pomembnih vlog in zaznavanju sebe z drugimi pomembnimi osebami. (Lepan in Leurar, 2012, str. 205)

Po upokojitvi mora človek razviti nove stalne aktivnosti, s katerimi se bo samo-potrjeval in samouresničeval. Iz njih bo črpal svoje samospoštovanje in mnenje o lastni veljavni med ljudmi. Dejavnosti ga ponovno povežejo s socialnim skupinami (Mijoč, 200, str. 365)

Ramovš (2003) navaja različne skupine programov za samostojne stare ljudi, kot so:

- programi in organizacije za medsebojno povezovanje starih ljudi;
- društva upokojencev, seniorski klubi in razne skupine, v katerih potekajo številni rekreativni, športni, kulturni, razvedrilni, izobraževalni, socialni in drugi programi;
- politične stranke in strankarske dejavnosti;
- programi in organizacije za rekreacijo in šport.

Prosti čas prispeva k dobremu počutju ljudi. Kadar oseba aktivno preživlja prosti čas, pridobljene koristi deli z drugimi na več načinov, vključno z izboljševanjem v osebnih odnosih, delovanju družine in ustvarjanju socialnih omrežji (Štambuk, Rusac in Sučić, 2013).

Največ starih ljudi na vasi in v mestu preživlja svoj prosti čas individualno, in sicer v hiši oziroma v krogu svoje družine z opravljanjem majhnih dolžnosti, kot so na primer: nakupovanje in delo v hiši in okoli nje, pisanje pisem, šivanje, najraje pa skozi pogovor in počitek. (Smolić Krković, 1974 str. 136)

2 OPREDELITEV PROBLEMA

Število starih ljudi se povečuje in predvidevamo, da se bo ta številka v prihodnosti še povečevala. Trendi gredo v smeri zmanjševanja natalitete in daljšanja življenjske dobe. Starost in staranje sta za vsakega človeka neizbežna procesa, ki se začneta že z oploditvijo in posameznika spremljata skozi življenje, v katerega vnašata veliko sprememb. Starost je treba sprejeti kot del življenja in jo čim bolj polno in uspešno živeti.

»Demografske spremembe, ki jih nekateri poimenujejo tudi demografski preplah, so v javnosti pogosto prikazane kot grožnja mlajšemu prebivalstvu, pa čeprav je daljšanje življenjske dobe kvečjemu dosežek civilizacije, saj v zgodovini človeštva tega pojava še nismo doživeli. Spremembe razmerji med starim in mladim prebivalstvom so po mnenju nekaterih tragične, vendar jih lahko razumemo kot priložnost za iskanje novih oblik sožitja in solidarnosti v družbi.« (Mali, 2012b, str. 128)

Starostno obdobje po 65. letu predstavlja za sodobnega človeka čas za prilagajanje na nove aktivnosti, saj takrat preneha delovno razmerje. To je čas izzivov in novih priložnosti, novih vlog starega človeka v obdobju upokojitve. Staranje pa s seboj prinaša različne težave, kot so: zdravstvene, slabitev intelektualnih funkcij, slabitev telesnih funkcij, eksistencialne težave, socialna izključenost – izguba družinskih stikov.

S starostjo in še zlasti z upokojitvijo se lahko pojavijo občutki manjvrednosti, odvisnosti od drugih in nesposobnosti za življenje. Vse to lahko vodi v izgubo volje in želja do življenja. Pogosta je diskriminacija do starih ljudi, ki temelji na predstavah, da so stari ljudje nesposobni, da ničesar ne znajo, da so pozabljivi itd. Posledično se začnejo nekateri stari ljudi zapirati vase, zapadejo v depresijo in ne najdejo smisla življenja. Prizadevanja za kakovostno in aktivno staranje delujejo naproti tovrstnim splošnim napačnim prepričanjem.

»Razlike pri načinu in hitrosti staranja so pogojene z dednimi lastnostmi, kakovostjo življenja, prisotnostjo različnih dejavnikov tveganja in bolezni. Staranje prebivalstva ni zgolj individualni, družbeni in nacionalni proces, temveč je proces, čigar posledice posegajo v celotno človeštvo.« (Mali, 2011)

V vasi, kjer jaz živim, tvorijo večji del prebivalstva ravno stari ljudje. Večina mladih odhaja v večja mesta, ker doma ne najdejo zaposlitve. Po zaključku šolanja se več ne vračajo domov. V majhnem kraju, kjer vsak vsakega pozna, želim raziskati, kako živijo stari ljudje po upokojitvi, s katerimi aktivnostmi se ukvarjajo in s katerimi se bi morda še

želeli ukvarjati. Zanimajo me tudi značilnosti njihovih socialnih stikov ter odnosi med predstavniki različnih generacij. Tudi sama ne vem, ali obstajajo kakšna združenja, ki ponujajo aktivnosti za stare ljudi, kot so denimo medgeneracijski centri za boljšo kakovost staranja. Z izsledki raziskave bi lahko občini omogočila vpogled v potrebe starih ljudi, njihove želje, povezane z izkoristkom prostega časa, prav tako bi lahko podala ideje, kako izboljšati kakovost staranja, če ljudje z njim niso zadovoljni. Starim ljudem je namreč treba omogočiti, da se še vedno aktivni, da si zapolnijo čas z različnimi dejavnostmi, kot so hobiji, izleti, družbene aktivnosti, učenje novih veščin itd. Pomen socialnega dela je v tem, da stare ljudi vključimo v družbo oziroma v dejavnosti. Praksa socialnega dela s starimi ljudmi zahteva razumevanje, izkušnje s staranjem in posebne veščine ter znanja, ki so potrebna za ocenjevanje in odzivanje na potrebe starejših. (McDonald A., 2010)

HIPOTEZE:

H1: Stari ljudje, ki živijo sami, se počutijo bolj izključeno iz družbe kot tisti, ki živijo v drugih oblikah bivanja.

H2: Stari ljudje imajo najboljše odnose z družino.

H3: Stari ljudje se najbolje razumejo s srednjo generacijo.

H4: Ženske so bolj zadovoljne z življenjem po upokojitvi kot moški.

H5: Stari ljudje, ki živijo sami, v večji meri ocenjujejo, da so pokojnine prenizke.

H6: Stari ljudje se pogosteje udeležujejo informativnih dejavnosti kot ustvarjalnih.

H7: Moški se želijo v primerjavi z ženskami bolj udeleževati športnih aktivnosti.

3 METODOLOGIJA

3.1 Vrsta raziskave

Zanimali so me številčni podatki, ki sem jih preštevala in analizirala, tako da je raziskava, ki sem jo izvedla, kvantitativna in tudi deskriptivna ali opisna.

»Namen opisne raziskave je količinsko opredeliti ali oceniti osnovne značilnosti preučevanega pojava ali ugotoviti obstoj in jakost zveze med dvema ali več pojavi.«
(Mesec, 1997)

3.2 Spremenljivke

V raziskavi so upoštevane naslednje spremenljivke:

Tabela 3.1: Spremenljivke

SPREMENLJIVKA	INDIKATOR	VREDNOSTI
SPOL	Prosim, označite, katerega spola ste.	Moški Ženska
STAROST	Prosim, označite starostno skupino, v katero sodite.	65–69 let 70–74 let 75–79 let 80–84 let 85–89 let 90 let ali več
LETA V POKOJU	Koliko let ste v pokoju?	Do 2 leti 2–8 let 9–15 let 15 let ali več
BIVANJE	Prosim, označite, s kom živite.	Sam/-a S partnerjem/-ico Z otroki S sestro ali bratom Drugo
ZDRAVSTVENO STANJE	Prosim, označite, kakšno je vaše zdravstveno stanje.	Zdrav/-a Manjše zdravstvene težave Težje bolezni
ZADOSTNOST POKOJNINE	Na lestvici od 1 do 5 označite zadostnost pokojnine za življenje.	1 – popolnoma nezadostna 2 – nezadostna 3 – srednje zadostna 4 – zadostna 5 – popolnoma zadostna
DODATNO DELO	Prosim, označite, ali dodatno delate.	DA NE

FINANČNE TEŽAVE	Kdo vam pomaga pri finančnih težavah?	Partner Otroci Sestra ali brat Sorodniki Prijatelji Sosed Drugo
IZKLJUČENOST IZ DRUŽBE	Na lestvici od 1 do 5 označite, v kolikšni meri se počutite izključeni iz družbe.	1 – popolnoma izključen/-a 2 – občasno se počutim izključen/-a 3 – srednje vključen/-a 4 – večinoma se počutim vključen/-a 5 – popolnoma vključen/-a
ODNOSI Z DRUŽINO	Na lestvici od 1 do 5 označite, kakšni so vaši odnosi z družino po upokojitvi.	1 – zelo slabi 2 – slabi 3 – srednje dobri 4 – dobri 5 – zelo dobri
ODNOSI S SORODNIKI	Na lestvici od 1 do 5 označite, kakšni so vaši odnosi s sorodniki po upokojitvi.	1 – zelo slabi 2 – slabi 3 – srednje dobri 4 – dobri 5 – zelo dobri
ODNOSI S PRIJATELJI	Na lestvici od 1 do 5 označite, kakšni so vaši odnosi s prijatelji po upokojitvi.	1 – zelo slabi 2 – slabi 3 – srednje dobri 4 – dobri 5 – zelo dobri
ODNOSI S SOSEDI	Na lestvici od 1 do 5 označite, kakšni so vaši odnosi s sosedi po upokojitvi?	1 – zelo slabi 2 – slabi 3 – srednje dobri 4 – dobri 5 – zelo dobri
NAJBOLJŠE RAZUMEVANJE	Prosim, označite, s katero generacijo se najbolje razumete.	Mlada Srednja Stara Vse tri generacije
VEČJI KONTAKT	Prosim, označite, s katero generacijo bi želeli imeti več stikov.	Mlada Srednja Stara Vse tri generacije
ZAKAJ TA GENERACIJA?	Zakaj želite več stikov s to generacijo?	
PROSTI ČAS	Prosim, označite, kako preživljate prosti čas.	Sam/-a V družbi
GLEĐANJE TELEVIZIJE	Prosim, označite, kako pogosto preživljate čas z gledanjem televizije.	Vsak dan Enkrat na teden Nekajkrat na teden Enkrat na mesec Nekajkrat na mesec Enkrat na leto Nekajkrat na leto Nikoli

POSLUŠANJE RADIA	Prosim, označite, kako pogosto preživljate čas s poslušanjem radia.	Vsak dan Enkrat na teden Nekajkrat na teden Enkrat na mesec Nekajkrat na mesec Enkrat na leto Nekajkrat na leto Nikoli
BRANJE	Prosim, označite, kako pogosto preživljate čas z branjem.	Vsak dan Enkrat na teden Nekajkrat na teden Enkrat na mesec Nekajkrat na mesec Enkrat na leto Nekajkrat na leto Nikoli
DRUŠTVA UPOKOJENCEV	Prosim, označite, kako pogosto obiskujete društva upokojencev in se udeležujete srečanj upokojencev.	Vsak dan Enkrat na teden Nekajkrat na teden Enkrat na mesec Nekajkrat na mesec Enkrat na leto Nekajkrat na leto Nikoli
RAZLOGI ZAKAJ NIKOLI	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.	Ne želim Zaradi bolezni Preveliki stroški Nimam družbe Ni jih Drugo
USTVARJALNE DEJAVNOSTI	Prosim, označite, kako pogosto preživljate prosti čas z ustvarjalnimi dejavnostmi.	Vsak dan Enkrat na teden Nekajkrat na teden Enkrat na mesec Nekajkrat na mesec Enkrat na leto Nekajkrat na leto Nikoli
RAZLOGI ZAKAJ NIKOLI	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.	Ne želim Zaradi bolezni Preveliki stroški Nimam družbe Ni jih Drugo
ŠPORTNE DEJAVNOSTI	Prosim, označite, kako pogosto preživljate prosti čas s športnimi dejavnostmi.	Vsak dan Enkrat na teden Nekajkrat na teden Enkrat na mesec Nekajkrat na mesec Enkrat na leto Nekajkrat na leto Nikoli
RAZLOGI ZAKAJ NIKOLI	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.	Ne želim Zaradi bolezni Preveliki stroški Nimam družbe Ni jih Drugo

ODHODI NA POTOVANJA, IZLETE	Prosim, označite, kako pogosto preživljate prosti čas z odhodom na potovanja, izlete.	Vsak dan Enkrat na teden Nekajkrat na teden Enkrat na mesec Nekajkrat na mesec Enkrat na leto Nekajkrat na leto Nikoli
RAZLOGI ZAKAJ NIKOLI	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.	Ne želim Zaradi bolezni Preveliki stroški Nimam družbe Ni jih Drugo
PROSTI ČAS S SVOJI HOBIJI	Prosim, označite, kako pogosto preživljate prosti čas z ukvarjanjem s hobiji.	Vsak dan Enkrat na teden Nekajkrat na teden Enkrat na mesec Nekajkrat na mesec Enkrat na leto Nekajkrat na leto Nikoli
RAZLOGI ZAKAJ NIKOLI	Če nikoli, vas prosim, da svoj odgovor pojasnite.	Ne želim Zaradi bolezni Preveliki stroški Nimam družbe Ni jih
VKLJUČEVANJE V DEJAVNOSTI	Prosim, označite, v katere dejavnosti bi se želeli vključiti.	Kreativne dejavnosti Športne dejavnosti Ročne spretnosti Zabavne dejavnosti Izobraževalne dejavnosti Medgeneracijske dejavnosti Drugo
ZADOVOLJSTVO Z ŽIVLJENJEM	Prosim, da na lestvici od 1 do 5 označite zadovoljstvo z življenjem po upokojitvi.	1 – popolnoma nezadovoljen/-na 2 – nezadovoljen/-na 3 – srednje 4 – zadovoljen/-na 5 – popolnoma zadovoljen/-na
NAJBOLJŠE V POKOJU	Kaj se vam zdi najboljše v pokoju?	
NAJSLABŠE V POKOJU	Kaj se vam zdi najslabše v pokoju?	

3.3 Merski instrument

V raziskavi sem podatke zbirala z vnaprej pripravljenim anketnim vprašalnikom, ki sem ga sestavila sama in vsebuje 24 vprašanj. Vprašalnik je zaradi lažjega branja in izpolnjevanja razdeljen v pet sklopov: osebni podatki, finančno stanje, socialna mreža, prosti čas in upokojitev. Vsebuje 13 vprašanj zaprtega tipa, kjer so anketiranci izbrali en ali več ponujenih odgovorov, 8 vprašanj polodprtega tipa, pri katerih so lahko poleg možnih odgovorov sami napisali svoj odgovor na črto, in 3 vprašanja odprtega tipa, na

katera so anketiranci odgovarjali z zapisom lastnih odgovorov na črto. Pri štirih vprašanjih sem uporabila ocenjevalno lestvico z vrednostmi od 1 do 5.

Vprašalnik je priložen v Prilogi št. 9

3.4 Populacija in vzorec

Populacijo v raziskavi predstavlja starejše prebivalstvo, staro 65 let in več, ki živi v vasi Prezid in je že v pokoju. V raziskavi sem se odločila za vzorčenje.

Vzorec je neslučajnostni in priročni, kar pomeni, da vse enote populacije niso imele enako možnost, da bi prišle v vzorec. Slednjega so sestavljale samo tiste enote populacije, ki so mi bile najdosegljivejše. Tako zajema vzorec 101 osebo iz domačega okolja. Vse osebno poznam, saj se vsi na vasi poznamo. Vprašalnike sem delila od 14. do 20. maja 2018.

3.5 Zbiranje podatkov

Podatke sem zbiral z anketiranjem v drugi polovici maja 2018, natančneje od 14. do 20. maja. Anketne vprašalnike sem nosila na dom upokojencev in počakala, da so jih upokojenci izpolnili ter mi izpolnjene vrnili nazaj. Veliki večini sem pomagala pri branju vprašanj in zapisovanju odgovorov, največ zaradi težav z vidom. Nekaterim sem vprašalnike pustila do naslednjega dne. Izpolnjevanje vprašalnika je trajalo okoli 10 minut. Pred anketiranjem sem povedala, s kakšnim namenom opravljam raziskavo, za kaj potrebujem njihova mnenja, prav tako sem jim pojasnila, da je vprašalnik anonimen. Vsi, ki sem jih vprašala, ali bi sodelovali, so se strinjali, zato so bili vsi vrnjeni vprašalniki ustrezno izpolnjeni.

3.6 Obdelava in analiza podatkov

Vsak izpolnjeni vprašalnik sem pregledala in nato razvrstila po spolu in starosti, pridobljene odgovore pa sem preštevala po kategorijah. Pridobljene podatke sem računalniško obdelala s pomočjo računalniških programov Microsoft Word, Microsoft

Excel in statističnem programom SPSS. Izdelala sem tabele z absolutnimi in relativnimi frekvencami podatkov in grafe, s katerimi sem prikazala zbrane podatke raziskave. Zbrane podatke sem prikazala tudi v odstotkih.

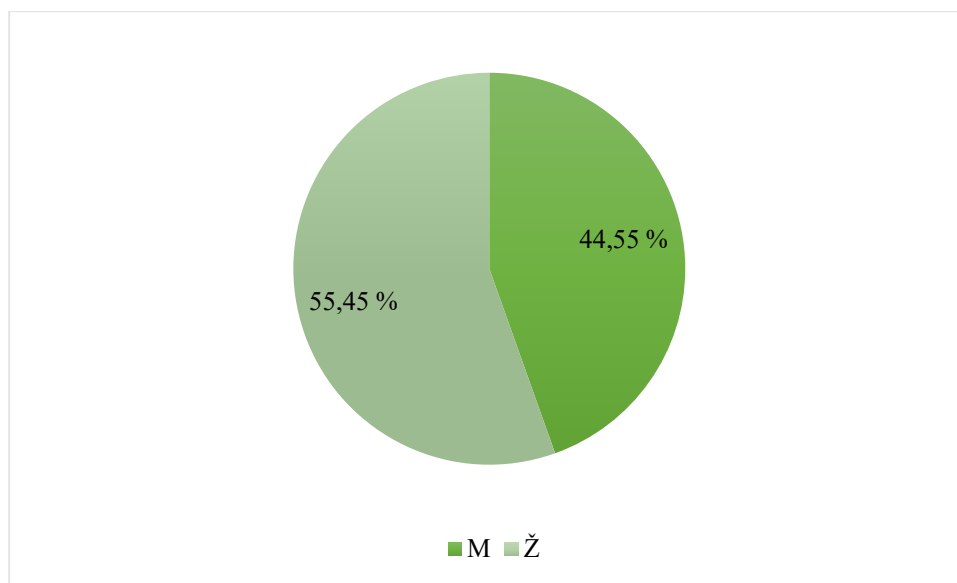
4 REZULTATI

4.1 REZULTATI ODGOVOROV

Tabela 4.1: Spol anketirancev

SPOL	N	%
MOŠKI	45	44,55
ŽENSKE	56	55,54
SKUPAJ	101	100,00

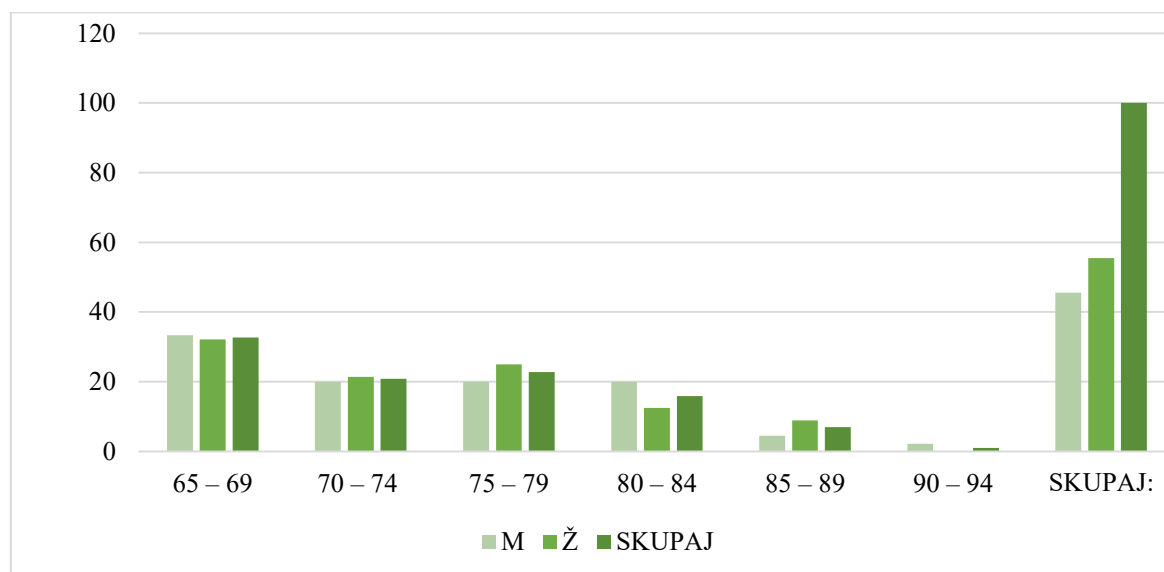
Graf 4.1: Grafični prikaz spola anketirancev



Iz tabele 4.1 in grafa 4.1 je razvidno, da je v raziskavi sodeloval 101 upokojenec, od tega 45 (44,55 %) oseb moškega spola in 56 (55,54 %) oseb ženskega spola.

Tabela 4.2: Starost anketirancev

STAROST	MOŠKI		ŽENSKE		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
65–69 let	15	33,33	18	32,14	32	32,67
70–74 let	9	20,00	12	21,43	21	20,79
75–79 let	9	20,00	14	25,00	23	22,77
80–84 let	9	20,00	7	12,50	16	15,84
85–89 let	2	4,44	5	8,93	7	6,93
90 let ali več	1	2,22	04	0,00	1	0,99
SKUPAJ:	45	44,55	56	55,45	101	100,00

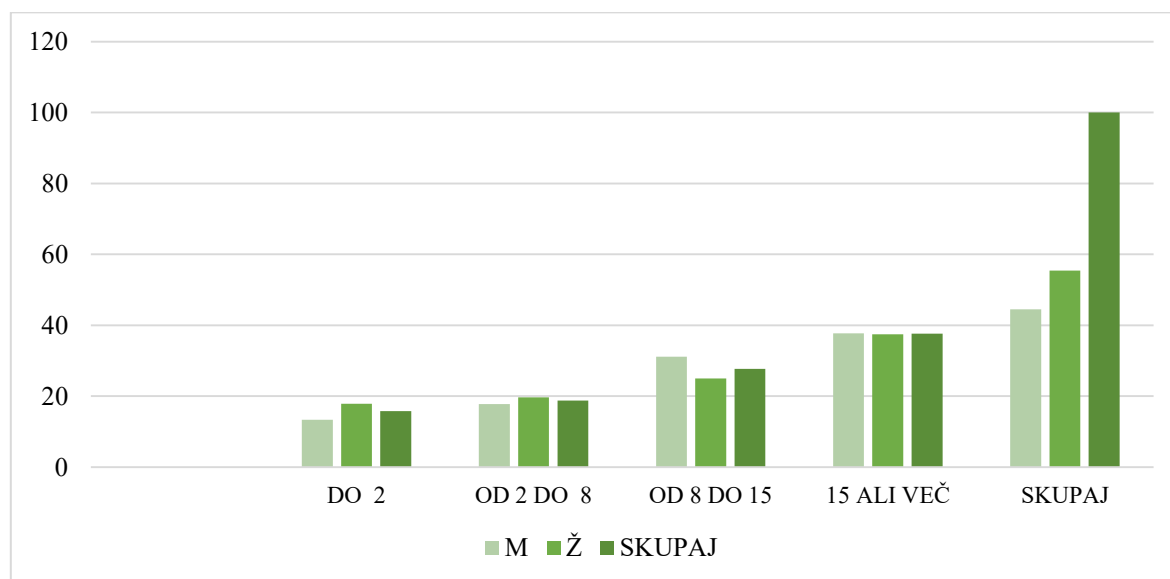
Graf 4.2: Grafični prikaz starosti anketirancev

V raziskovalni vzorec so vključeni upokojenci, ki so stari 65 let ali več. V Tabeli 2 in Grafu 2 lahko vidimo, da je največ vprašanih oseb, ki so stare 65 do 69 let (32,67 %), med katerimi je 33,33 % moškega spola in 32,14 % ženskega spola. Upokojencev, ki so stari med 70 in 74 let, je bilo 20,79 %, med njimi 20,00 % moških oseb in 21,43 ženskih. V starostni skupini od 75 do 79 let je sodelovalo 22,70 % upokojencev, med njimi 20,00 % oseb moškega spola in 25,00 % oseb ženskega spola. 15,84 % je bilo ljudi, starih 80 do 84 let, med njimi pa 20,00 % moških in 12,50 % žensk. Manj je bilo ljudi, starih od 85 do 89 let (6,93 %), in sicer je bilo takih 4,44 % oseb moškega spola in 8,93 % ženskega spola. V raziskavi je sodelovalo najmanj (0,99 %) upokojencev, starih od 90 do 94 let, saj je bila takšna le ena oseba moškega spola (2,22 %).

Tabela 4.3: Frekvenčna porazdelitev anketirancev glede na leta v pokoju

LETA V POKOJU	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
MANJ KOT 2 LETI	6	13,33	10	17,84	16	15,84
2–8 LET	8	17,77	11	19,64	19	18,81
8–15 LET	14	31,11	14	25,00	28	27,72
15 LET ALI VEČ	17	37,77	21	37,50	38	37,62
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.3: Grafični prikaz anketirancev glede na leta v pokoju



Iz Tabele 4.3 in iz Grafa 4.3 je razvidno, da število anketiranih narašča s številom let v pokoju. Največje število anketirancev je v pokoju 15 let ali več – takih je 37,62 %. Tistih, ki so v pokoju 8 do 15 let, je 27,72 %. Manjša razlika je med tistimi, ki so v pokoju 2 leti do 8 let, saj je takih 18,81 %, medtem ko je tistih, ki so v pokoju do 2 leti, v raziskavi najmanj (15,84 %).

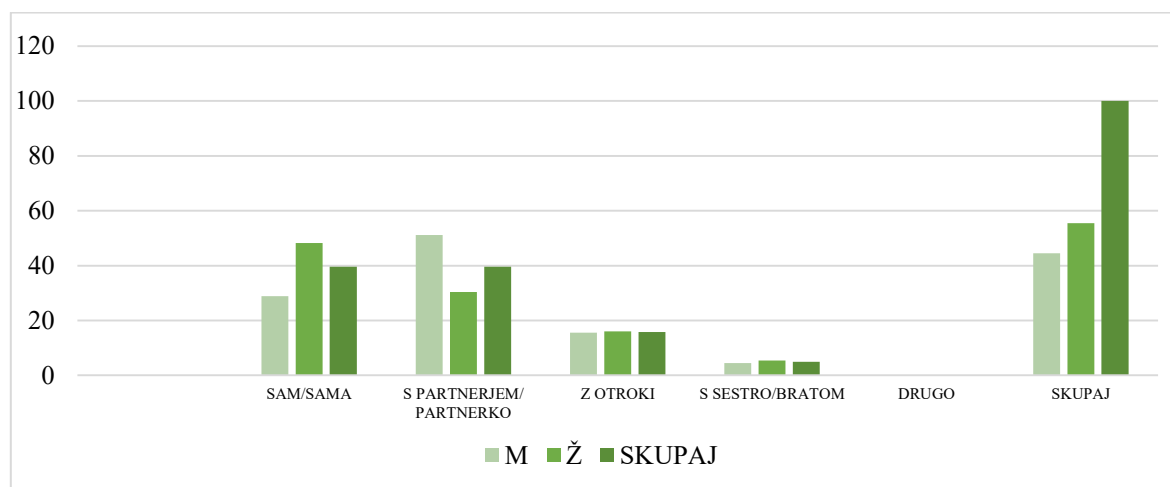
V raziskavi je sodelovalo največ moških, ki so v pokoju 15 let ali več – takih je 37,77 % oseb. Tisti, ki so v pokoju 8 do 15 let, je bilo nekaj manj (31,11 %). 17,77 % je takih, ki so v pokoju 2 leti do 8 let, in najmanjši odstotek (13,33 %) je moških oseb, ki so v pokoju manj kot 2 leti.

Med ženskami je največ (37,50 %) tistih, ki so v pokoju 15 ali več let, 25,00 % je takih, ki so v pokoju 8 do 15 let. Tistih, ki so v pokoju 2 leti do 8 let, je 19,64 %, medtem ko je najmanj (17,84 %), žensk, ki so v pokoju manj kot 2 leti.

Tabela 4.4: Bivanje anketirancev

BIVANJE	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
SAM/-A	13	28,88	27	48,21	40	39,60
S PARTNERJEM/ - KO	23	51,11	17	30,36	40	39,60
Z OTROKI	7	15,55	9	16,07	16	15,84
S SESTRO ALI BRATOM	2	4,44	3	5,36	5	4,95
DRUGO	0	0	0	0	0	0
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.4: Grafični prikaz bivanja anketirancev



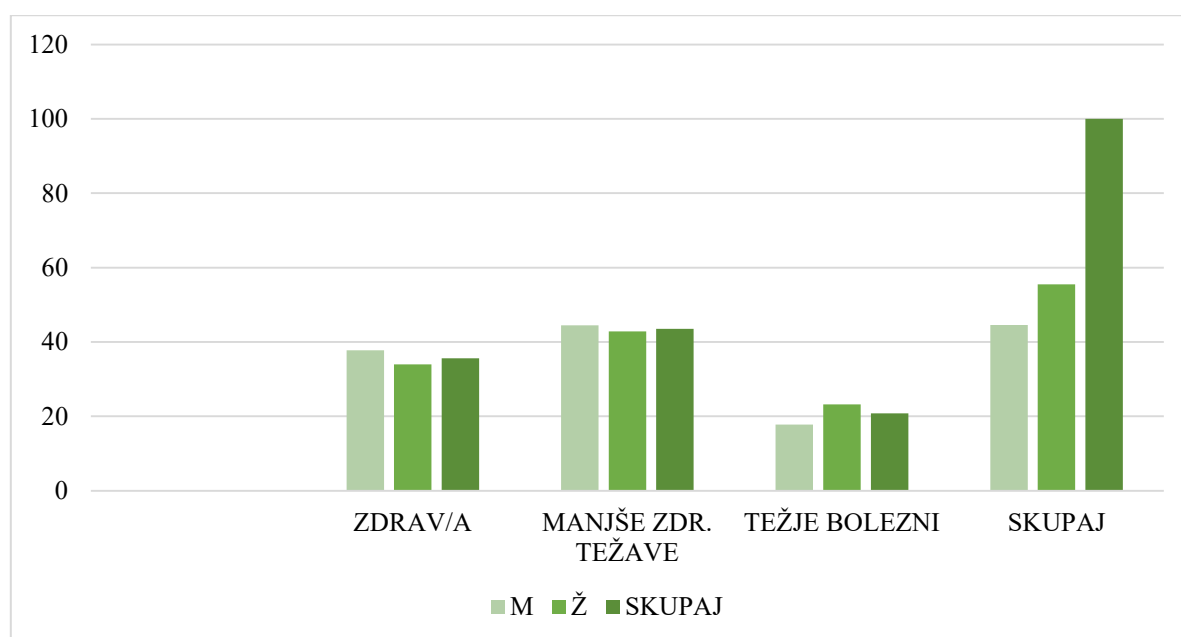
Pri Tabeli 4.4 in Grafu 4.4 lahko vidimo, da je enak odstotek (39,60 %) tistih, ki živijo sami, in tistih, ki živijo s partnerjem ali partnerko. 15,84 % anketirancev živi z otroki, 4,95 % pa je takih, ki živijo s sestro ali bratom.

28,88 % moških anketirancev živi samih, več kot polovica (51,11 %) je takih, ki živijo s partnerko. 15,55 % oseb moškega spola živi z otroki in 4,44 % živi s sestro ali bratom.

Med ženskami, za katere tudi sicer vemo, da živijo dlje kot moški in jih veliko vdovi, je 48,21 % tistih, ki živijo same. 30,36 % je takih, ki živijo s partnerjem, 16,07 % jih živi z otroki in 5,36 % anketirank živi s sestro ali bratom.

Tabela 4.5: Zdravstveno stanje anketirancev

ZDRAVSTVENO STANJE	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
ZDRAV/-A	17	37,77	19	33,93	36	35,64
MANJŠE ZDRAVSTVENE TEŽAVE	20	44,44	24	42,86	44	43,56
TEŽJE BOLEZNI	8	17,77	13	23,21	21	20,79
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.5: Grafični prikaz zdravstvenega stanja anketirancev

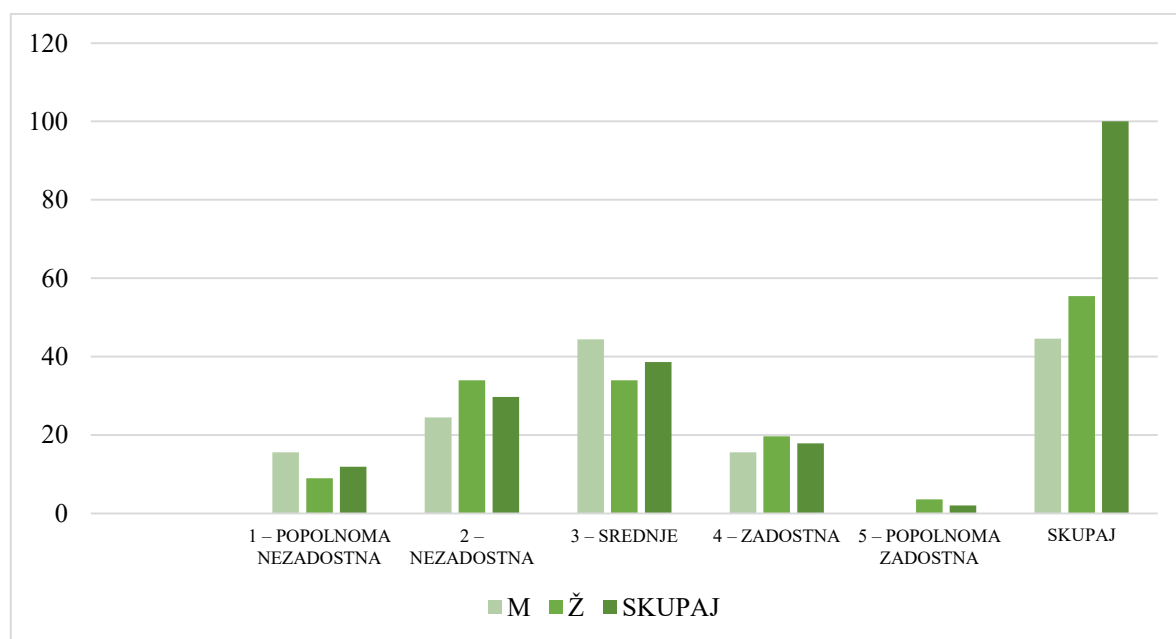
Iz Tabele 4.5 in Grafa 4.5 lahko vidimo, da ima največ anketiranih (43,56 %) starih ljudi manjše zdravstvene težave, 35,64 % je tistih, ki so zdravi oz. zdrave, in 20,79 % anketirancev se spopada s težjimi boleznimi.

Med moškimi je največ (44,44 %) tistih, ki imajo manjše zdravstvene težave, 37,77 % moških anketirancev je zdravih, 17,77 % pa jih ima težje bolezni. Pri ženskah so rezultati podobni –

največ (42,86 %) je tistih, ki imajo manjše zdravstvene težave, nato sledijo tiste, ki so zdrave (33,93 %), s 23,21 % pa so na koncu še tiste, ki imajo težje bolezni.

Tabela 4.6: Finančna zadostnost anketirancev

FINANČNA ZADOSTNOST	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
1 – POPOLNOMA NEZADOSTNA	7	15,55	5	8,93	12	11,88
2 – NEZADOSTNA	11	24,44	19	33,93	30	29,70
3 – SREDNJE ZADOSTNA	20	44,44	19	33,93	39	38,61
4 – ZADOSTNA	7	15,55	11	19,64	18	17,82
5 – POPOLNOMA ZADOSTNA	0	0	2	3,57	2	1,98
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.6: Grafični prikaz finančne zadostnosti anketirancev

Iz Tabele 4.6 in Grafa 4.6 je razvidno, da so starejši na lestvici od 1 do 5 srednje (38,61 %) zadovoljni s svojim finančnim stanjem. 29,70 % upokojencev je odgovorilo, da jim pokojnina ne zadostuje za preživetje, 17,82 % jih je odgovorilo, da jim zadostuje. 11,88 % anketiranih upokojencev je takih, ki jim je pokojnina popolnoma nezadostna, najmanjši odstotek (1,98 %) pa je tistih, ki jim je pokojnina popolnoma zadostna.

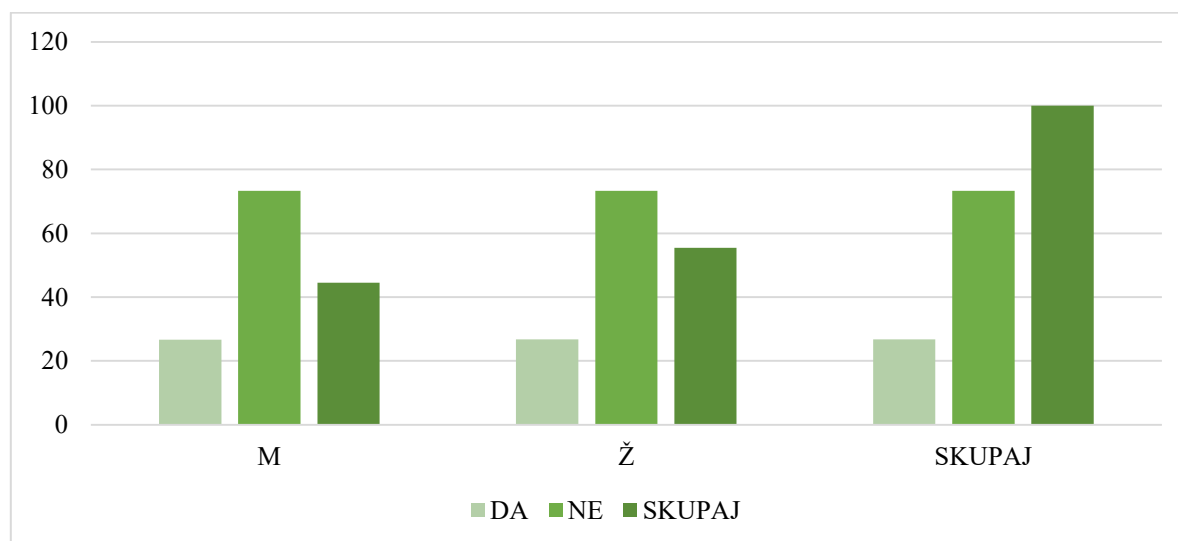
Med moškimi je največ (44,44 %) anketirancev odgovorilo, da jim pokojnina srednje zadostuje za življenje. 24,44 % anketirancev je odgovorilo, da jim pokojnina ne zadošča. Enak odstotek (15,55 %) anketirancev je odgovoril, da jim je popolnoma nezadostna in zadostna. Noben moški ni odgovoril, da mu je pokojnina popolnoma zadostna za življenje.

Enak delež (33,93 %) žensk je odgovoril, da so pokojnine srednje zadostne ter nezadostne za življenje. 19,64 % žensk je takih, ki jim je pokojnina zadostna, 8,93 % jih je odgovorilo, da je pokojnina popolnoma nezadostna. Najmanjši odstotek je tistih, ki so odgovorile, da jim pokojnina popolnoma zadošča za življenje (3,57%)

Tabela 4.7: Dodatno opravljanje dela pri anketirancih

DODATNO DELO	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
DA	12	26,66	15	26,79	27	26,73
NE	33	73,33	41	73,21	74	73,27
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.7: Grafični prikaz dodatnega opravljanja dela pri anketirancih

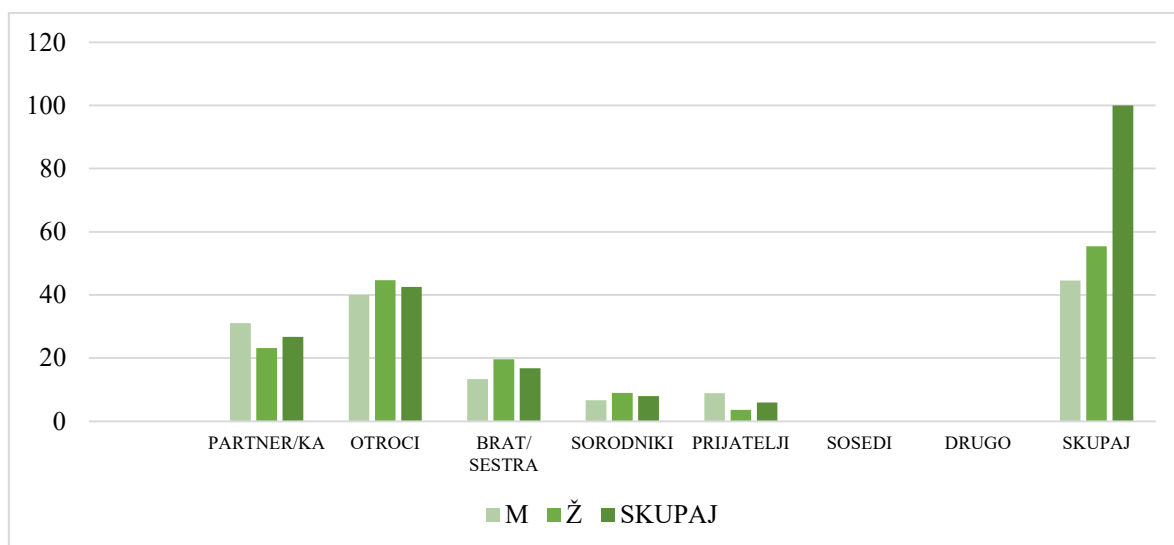


Iz Tabele 4.7 in Grafa 4.7 lahko ugotovimo, da med vsemi anketiranci 26,73 % dodatno dela. Skoraj enak delež je moških (26,66 %), ki dodatno delajo, kot žensk (26,79 %). 73,21 % anketirancev pa je odgovorilo, da ne opravljajo dodatnega dela.

Glede na nezadostnost finančnega stanja anketirancev sem predvidevala večji odstotek tistih, ki opravljajo delo (Tabela 4.6 in Graf 4.6).

Tabela 4.8: Pomoč pri finančnih težavah anketirancev

FINANČNO MI POMAGA/-JO:	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
PARTNER/-KA	14	31,11	13	23,21	27	26,73
OTROCI	18	40,00	25	44,64	43	42,57
BRAT/ SESTRA	6	13,33	11	19,64	17	16,83
SORODNIKI	3	6,66	5	8,93	8	7,92
PRIJATELJI	4	8,88	2	3,57	6	5,94
SOSEDI	0	0	0	0	0	0
DRUGO	0	0	0	0	0	0
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.8: Grafični prikaz glede na pomoč pri finančnih težavah anketirancev

V zvezi s pomočjo pri finančnih težavah anketirancev je iz Tabele 4.8 in Grafa 4.8 razvidno, da so otroci (42,57 %) tisti, ki upokojenim ljudem najpogosteje pomagajo pri finančnih težavah, tem pa sledi partner ali partnerka (26,73 %). 26,83 % jih je odgovorilo, da jim pri finančnih težavah pomagajo sestre ali bratje, 7,29 % pa pomagajo sorodniki. 5,94 % je takih, ki jim v finančni stiski pomagajo prijatelji. Kot pomoč pri finančnih težavah ni nihče od anketirancev omenil sosedov ali navedel drugega odgovora.

Med moškimi je največji odstotek (40,00 %) tistih, ki jim pomagajo otroci, potem pa sledijo tisti, ki jim finančno pomagajo partnerke – takih je 31,11 %. Da jim pri finančnih težavah na pomoč priskočijo sestre ali bratje, je odgovorilo 13,33 %, pomoč sorodnikov je navedlo 6,66 %, pomoč prijateljev pa 8,88 %.

Med ženskami je največ anketirank povedalo, da jim pomagajo otroci – teh je 25, kar predstavlja 44,64 %, sledi pomoč partnerja (13 oz. 23,21 %). Pomoč bratov ali sestre je zaslediti v 11 primerih, kar je 19,64 %, pet žensk je označilo, da jim finančno pomagajo

sorodniki, kar je 8,93, in dve sta navedli, da jim na pomoč priskočijo prijatelji, kar predstavlja 3,57 %.

Tabela 4.9: Izključenost anketirancev iz družbe

IZKLJUČENOST IZ DRUŽBE	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
1 – POPOLNOMA IZKLJUČEN	6	13,33	9	16,07	15	14,85
2 – VEČINOMA IZKLJUČEN	8	17,77	15	26,79	23	22,77
3 – SREDNJE	13	28,88	17	30,36	30	29,70
4 – VEČINOMA VKLJUČEN	13	28,88	11	19,64	24	23,76
5 – POPOLNOMA VKLJUČEN	5	11,11	4	7,14	9	8,91
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.9: Grafični prikaz izključenosti anketirancev iz družbe

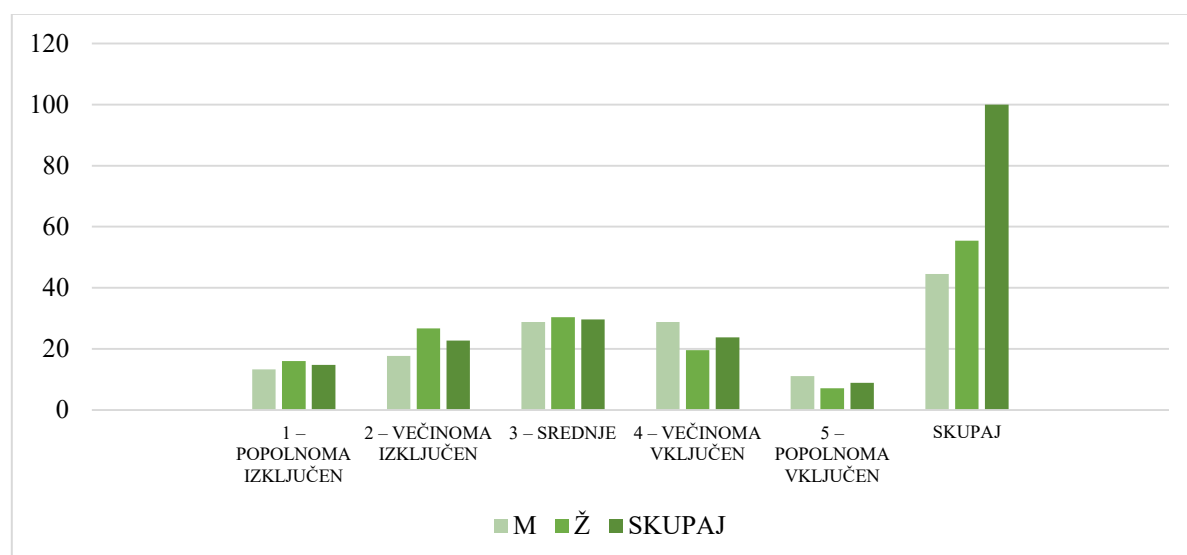


Tabela 4.9 in Graf 4.9 kažeta, v kolikšni meri se anketiranci po upokojitvi počutijo izključene iz družbe, pri čemer se jih največ (29,70 %) počuti srednje izključeno iz družbe. Kot da so večinoma izključeni, se počuti 22,77 % anketirancev, večinoma vključeno pa se počuti 23,76 %. Popolnoma izključeno se počuti 14,85 % upokojevc, popolnoma vključeno pa 8,91 %.

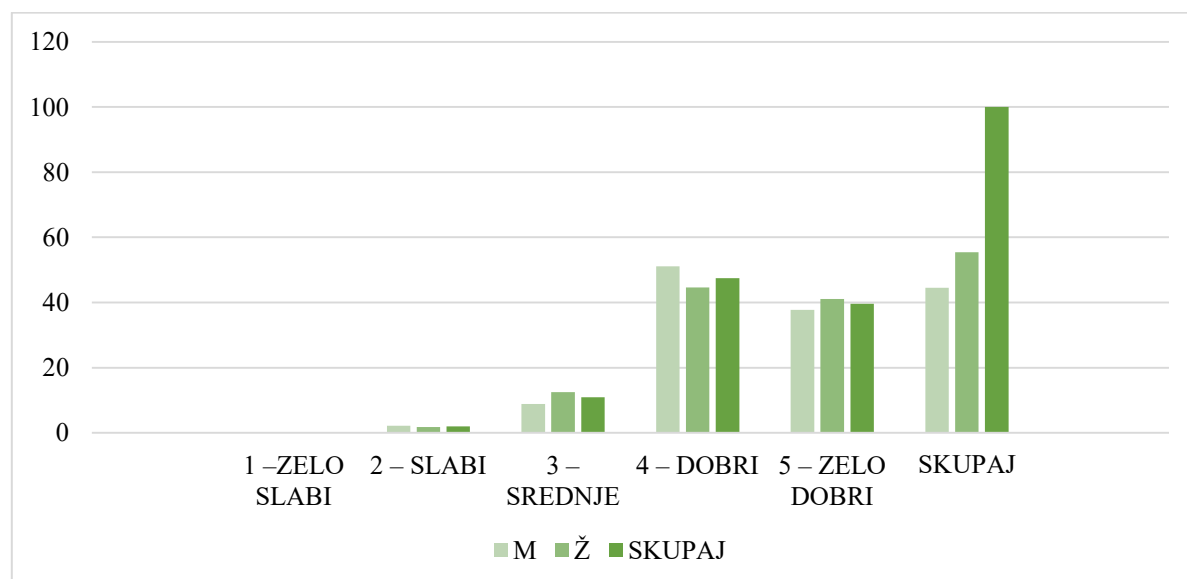
Med moškimi je enak odstotek (28,88 %) pri tistih, ki so srednje izključeni iz družbe, in tistih, ki so večinoma vključeni. Popolnoma vključeno se počuti 11,11 %, popolnoma izključeno pa 13,33 %. 17,77 % je tistih, ki se po upokojitvi počutijo, kot da so iz družbe večinoma izključeni.

Med ženskami je največ (30,36 %) tistih, ki so srednje izključene iz družbe, potem je 26,79 % tistih, ki se počutijo večinoma izključeno. 19,64 % je takih, ki se počutijo, kot da so večinoma vključene v družbo, 16,07 % ženskih oseb se po čuti popolnoma izključeno iz družbe. Najmanj (7,14%) je tistih, ki se počutijo popolnoma vključeno.

Tabela 4.10: Odnosi anketirancev z družino

ODNOSI Z DRUŽINO	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
1 – ZELO SLABI	0	0	0	0	0	0
2 – SLABI	1	2,22	1	1,79	2	1,98
3 – SREDNJE DOBRI	4	8,88	7	12,50	11	10,89
4 – DOBRI	23	51,11	25	44,64	48	47,52
5 – ZELO DOBRI	17	37,77	23	41,07	40	39,60
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.10: Grafični prikaz upokoencev glede na odnose z družino



Iz Tabele 4.10 in Grafa 4.10 lahko vidimo, da je med anketiranci največ (47,52 %) tistih, ki imajo z družino dobre odnose, sledijo tisti, ki imajo zelo dobre odnose – takih je 39,60 %. 10,89 % anketirancev je odgovorilo, da imajo srednje dobre odnose z družino, 1,98 % pa jih je označilo, da imajo z družino slabe odnose.

Med moškimi je več kot polovica (51,11 %) svoje odnose z družino opredelila kot dobre. Kot zelo dobre jih je opredelilo 37,77 %, za srednje dobre odnose z družino pa se je odločilo 8,88 % moških.

Pri ženskah je največ 44,64 % tistih, ki imajo dobre odnose z družino, z 41,07 % jim sledijo tiste, ki imajo zelo dobre odnose z družino. 12,50 % anketirank je označilo svoje

odnose z družino kot srednje dobre. Pri zelo slabih in slabih odnosih z družino so bili odgovori enaki, kar pomeni, da nihče od anketirancev nima zelo slabih odnosov z družino. Zgolj en moški (2,22 %) in ena ženska (1,79 %) sta odgovorila, da imata slabe odnose z družino.

Tabela 4.11: Odnosi anketirancev s sorodniki

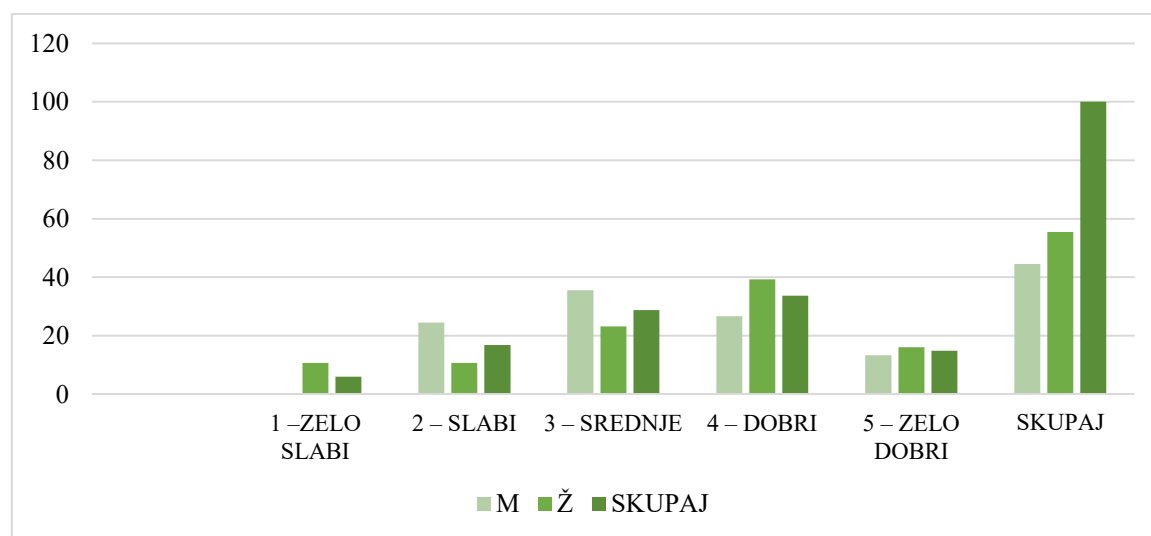
ODNOSI S SORODNIKI	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
1 – ZELO SLABI	0	0	6	10,71	6	5,94
2 – SLABI	11	24,44	6	10,71	17	16,83
3 – SREDNJE DOBRI	16	35,55	13	23,21	29	28,71
4 – DOBRI	12	26,66	22	39,29	34	33,66
5 – ZELO DOBRI	6	13,33	9	16,07	15	14,85
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Tabela 4.11 prikazuje strukturo anketirancev glede na odnose s sorodniki, kjer lahko vidimo, da ima največ (33,66 %) anketirancev dobre odnose s sorodniki. Le 5,94 % anketirancev je odgovorilo, da ima zelo slabe odnose s sorodniki.

Med moškimi ima največji odstotek upokojencev srednje dobre odnose s sorodniki, kar je 35,55 %, nihče nima zelo slabih odnosov, 24,44 % pa je tistih, ki imajo slabe odnose s sorodniki.

Med ženskami je največji odstotek (39,29 %) tistih, ki imajo dobre odnose s sorodniki, 10,71 % ženskih oseb pa je odgovorilo, da imajo zelo slabe odnose s sorodniki.

Graf 4.11: Grafični prikaz anketirancev glede na odnos s sorodniki



Graf 4.11 prikazuje, da ima največ (33,66 %) anketirancev dobre odnose s sorodniki, z 28,71 % jim sledijo tisti, ki imajo srednje dobre odnose s sorodniki, nato je 16,83 % tistih, ki imajo slabe odnose, in 14,85 % tistih, ki imajo zelo dobre odnose s sorodniki. Za zelo slabe odnose s sorodniki se je opredelilo 5,94 % anketirancev.

Med moškimi lahko vidimo, da je največ (35,55 %) tistih, ki imajo srednje dobre odnose s sorodniki. 24,44 % jih je odgovorilo, da imajo slabe odnose s sorodniki, 26,66 % pa se je opredelilo, da imajo dobre odnose s sorodniki. Zelo dobre odnose ima 13,33 % anketirancev, noben moški pa nima zelo slabih odnosov s sorodniki.

Pri ženskah lahko vidimo, da je največ (33,66 %) tistih, ki imajo dobre odnose s sorodniki. 28,71 % anketirank je odgovorilo, da imajo srednje dobre odnose s sorodniki, in 14,85 % se jih je opredelilo, da imajo zelo dobre odnose. Slabe odnose s sorodniki ima 10,71 % anketirank. Za razliko od moških, ki nimajo zelo slabih odnosov, je pri ženskah 10,71 % takih, ki imajo zelo slabe odnose s sorodniki.

Glede na podatke o odnosih s sorodnikom menim, da so rezultati dobri, ker je na vasi veliko ljudi krvno povezano, če živijo na vasi, se držijo skupaj. V primerih, da otroci ne živijo v bližini, stari ljudje se zanašajo na pomoč sorodnikov. Na vasi se sorodstvena kolena štejejo daleč v preteklost in stari ljudje to zelo cenijo, kar mislim, da v mestih ljudje ne dajejo tolikega pomena temu.

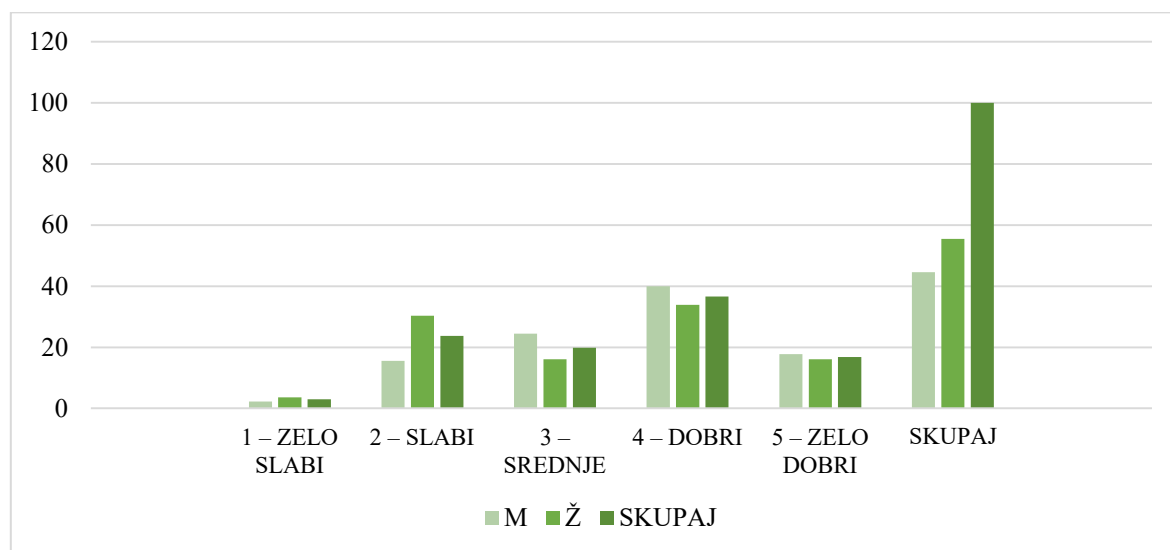
Tabela 4.12: Odnosi anketirancev s prijatelji

ODNOSI S PRIJATELJI	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
1 – ZELO SLABI	1	2,22	2	3,57	3	2,97
2 – SLABI	7	15,55	17	30,36	24	23,76
3 – SREDNJE DOBRI	11	24,44	9	16,07	20	19,80
4 – DOBRI	18	40,00	19	33,93	37	36,63
5 – ZELO DOBRI	8	17,77	9	16,07	17	16,83
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Glede odnosov s prijatelji lahko v Tabeli 4.12 vidimo, da je med anketiranci največ (36,63 %) tistih, ki imajo dobre odnose s prijatelji. Najmanj (2,97 %) pa je takih, ki imajo zelo slabe odnose.

Tako pri moških kot tudi pri ženskah je največ tistih, ki imajo dobre odnose s prijatelji – tako je odgovorilo 40,00 % moških in 33,93 % žensk.

Graf 4.12: Grafični prikaz anketirancev glede na odnos s prijatelji



Graf 4.12 prikazuje, da ima 36,63 % anketirancev dobre odnose s prijatelji, 23,76 % jih ima slabe odnose, nato je 19,80 % tistih, ki so odgovorili, da so njihovi odnosi srednje dobri, in 16,83 % je takih, ki imajo zelo dobre odnose s prijatelji. Najmanj je tistih, ki imajo zelo slabe odnose, kar predstavlja 2,97 % anketirancev.

Večja razlika se vidi pri odgovorih med moškimi in ženskami, saj je 15,55 % moških ter 30,36 % žensk odgovorilo, da imajo slabe odnose s prijatelji. Pri moških je 24,44 % tistih, ki imajo srednje dobre odnose, in 17,77 % je takih, ki imajo zelo dobre odnose s prijatelji. Za zelo slabe odnose s prijatelji se je opredelila samo ena oseba, kar pomeni 2,22 %.

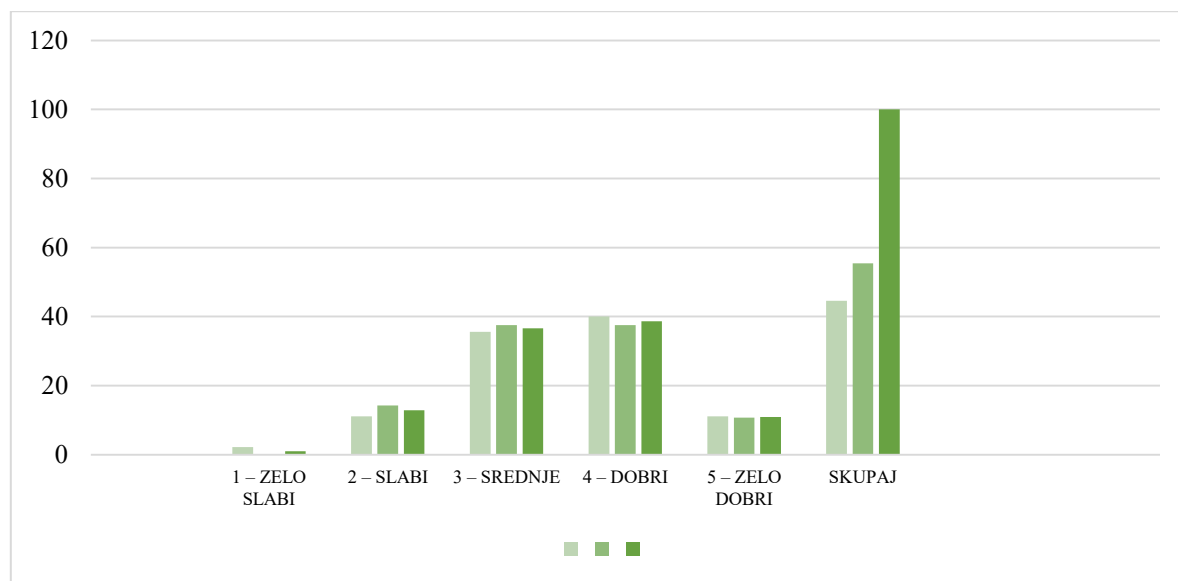
Pri ženskah je enak odstotek tistih, ki imajo s prijatelji srednje dobre odnose, in tistih, ki imajo zelo dobre odnose. 3,57 % žensk je odgovorilo, da imajo zelo slabe odnose s prijatelji.

Iz podatkov lahko vidimo, da imajo moški boljše odnose s prijatelji, kar se lahko povezuje s tem, da moški več prostega časa preživijo v družbi kakor ženske, kar vodi do tega, da so ženske zaradi pomanjkanja prijateljev bolj izključene iz družbe kakor moški.

Z odhodom v upokožitev slabšajo se stiki s sodelavci, ljudje umirajo, tako, da se vezi s prijatelji gubijo, kar prispeva temu da je 23,76% anketiranih odgovorilo, da imajo slabe odnose.

Tabela 4.13: Odnos anketirancev s sosedi

ODNOSI S SOSEDI	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
1 – ZELO SLABI	1	2,22	0	0	1	0,99
2 – SLABI	5	11,11	8	14,29	13	12,87
3 – SREDNJE DOBRI	16	35,56	21	37,50	37	36,63
4 – DOBRI	18	40,00	21	37,50	39	38,61
5 – ZELO DOBRI	5	11,11	6	10,71	11	10,89
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.13: Grafični prikaz anketirancev glede na odnos s sosedi

Iz Tabele 4.13 in Grafa 4.13 lahko vidimo, da ima največ (38,61 %) anketirancev s sosedi dobre odnose, potem sledijo tisti, ki imajo s sosedi srednje odnose (36,63 %). 12,87 % anketirancev je odgovorilo, da imajo s sosedi slabe odnose, 10,89 % pa jih ima zelo dobre odnose. Slabe odnose s sosedi ima samo ena oseba, kar predstavlja 0,99 %.

Med moškimi ima največ (40,00 %) anketirancev dobre odnose s sosedi. Srednje dobre odnose ima 35,56 % anketirancev. Enak odstotek moških anketirancev je označil, da ima s sosedi slabe in zelo dobre odnose – takih je 11,11 %. Najmanj (2,22 %) anketirancev ima zelo slabe odnose s sosedi.

Pri ženskah je enak odstotek tistih, ki imajo s sosedi srednje dobre in dobre odnose, kar predstavlja 37,50 %. 14,29 % anketirank je odgovorilo, da imajo slabe odnose s sosedi, 10,79 % pa jih je označilo, da imajo zelo dobre odnose. Med anketirankami se ni pojavila niti ena ženska, ki bi imela s sosedi zelo slabe odnose.

Predvidevam, da so rezultati glede odnosov s sorodniki dobri, zaradi povezanosti ljudi na vasi. Sosedje so nam velikokrat najbližji in najhitrejši pri nujenju pomoči, kar starim ljudem veliko pomeni, posebej če živijo sami.

Tabela 4.14: Odnos anketirancev z različnimi generacijami

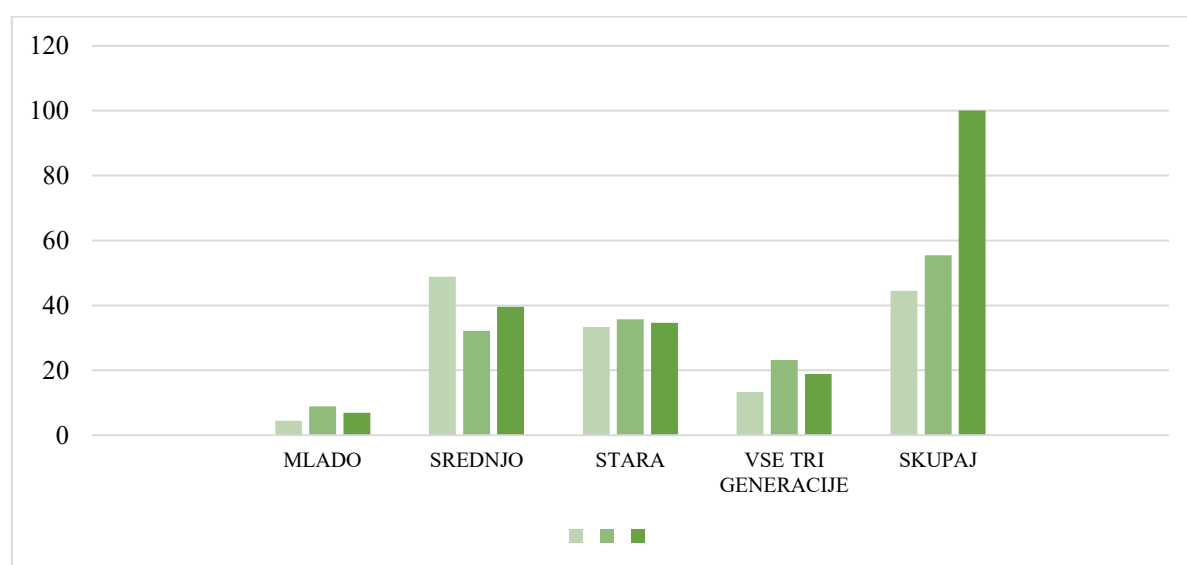
NAJBOLJŠE SE RAZUMEM Z:	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
MLADO	2	4,44	5	8,93	7	6,93
SREDNJO	22	48,88	18	32,14	40	39,60
STARO	15	33,33	20	35,71	35	34,65
VSEMI GENERACIJAMI	6	13,33	13	23,21	19	18,81
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100

Iz Tabele 4.14 je razvidno, da se največ (39,60 %) anketirancev najbolje razume s srednjo generacijo, najmanj (6,93 %) pa je tistih, ki se najbolje razumejo z mlado generacijo.

Med moškimi je največ tistih, ki se razumejo s srednjo generacijo, kar predstavlja 48,88 %, najmanj pa je tistih, ki se najbolje razumejo z mlado generacijo, kar je 4,44 %.

Med ženskimi anketirankami je največ tistih, ki se najbolje razumejo s staro generacijo, kar predstavlja 35,71 %. 8,93 % anketirank je odgovorilo, da se najbolje razumejo z mladimi.

Graf 4.14: Grafični prikaz odnosa anketirancev z različnimi generacijami glede na to, s katero se najbolje razumejo



V Grafu 4.14 vidimo, da se anketiranci najbolj razumejo s srednjo generacijo, saj se je za ta odgovor odločilo kar 39,60 % vseh. Potem se najbolj razumejo s staro generacijo (34,65 %), nato pa še z vsemi tremi generacijami skupaj (18,81 %). Najmanj (6,93 %) anketirancev je označilo, da se najbolj razumejo z mlado generacijo.

Med moškimi je 44,88 % oseb odgovorilo, da ima najboljše odnose s srednjo generacijo. 33,33 % je takih, ki se najbolj razumejo s staro generacijo, 13,33 % pa se jih najbolj razume z vsemi tremi generacijami. Najmanj (4,44 %) jih je odgovorilo, da se najbolj razumejo z mlado generacijo.

Med ženskami je 35,71 % oseb označilo, da ima najboljše odnose s staro generacijo. S srednjo generacijo se najbolj razume 32,14 % anketirank, z vsemi tremi generacijami pa 23,21 %. Najmanj žensk (6,93 %) se najbolj razume z mlado generacijo.

Tabela 4.15: Želje anketirancev po pogostejšem stiku z generacijami

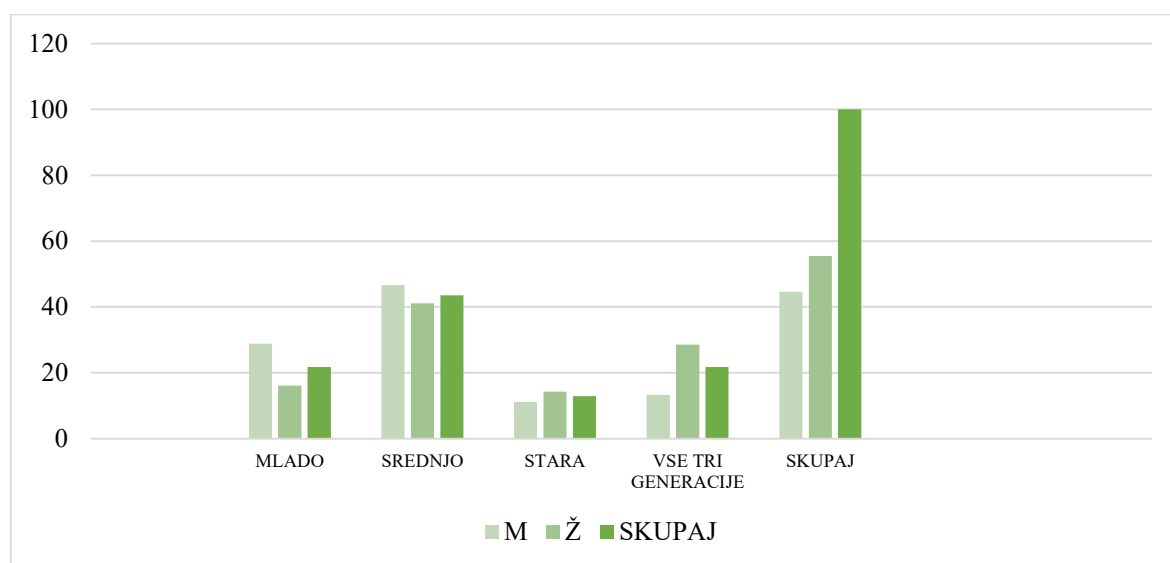
VEČ STIKOV ŽELIM Z:	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
MLADO	13	28,88	9	16,07	22	21,78
SREDNJO	21	46,66	23	41,07	44	43,56
STARO	5	11,11	8	14,29	13	12,87
VSEMI TREMI GENERACIJAMI	6	13,33	16	28,57	22	21,78
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Pri odgovorih na vprašanje, s katero generacijo bi želeli imeti upokojenci več stikov, je med anketiranci prevladovala srednja generacija – za ta odgovor se je, kot je razvidno v Tabeli 4.15, odločilo 43,56 % vseh, najmanj stikov pa si želijo s staro generacijo, saj se je za ta odgovor odločilo le 12,87 % vseh.

46,66 % moških bi si želelo več stika s srednjo generacijo. 11,11 % moških bi si pa želelo več stika s staro generacijo.

Med ženskami jih je 41,07 % odgovorilo, da želijo imeti več stikov s srednjo generacijo, najmanj (14,29 %) pa je bilo odgovorov, ki bi nakazovali, da si želijo več stikov s staro generacijo.

Graf 4.15: Grafični prikaz želja anketirancev glede stika z generacijami



Iz Grafa 4.15 vidimo, da je med vsemi anketiranimi osebami 44 anketirancev (43,56 %) izbralo srednjo generacijo kot tisto generacijo, s katero bi želeli imeti več stikov. Enak delež (21,78 %) anketirancev je odgovoril, da želijo imeti več stika z mlado generacijo in vsemi tremi generacijami, najmanj (12,87 %) pa si jih želi več stika s staro generacijo.

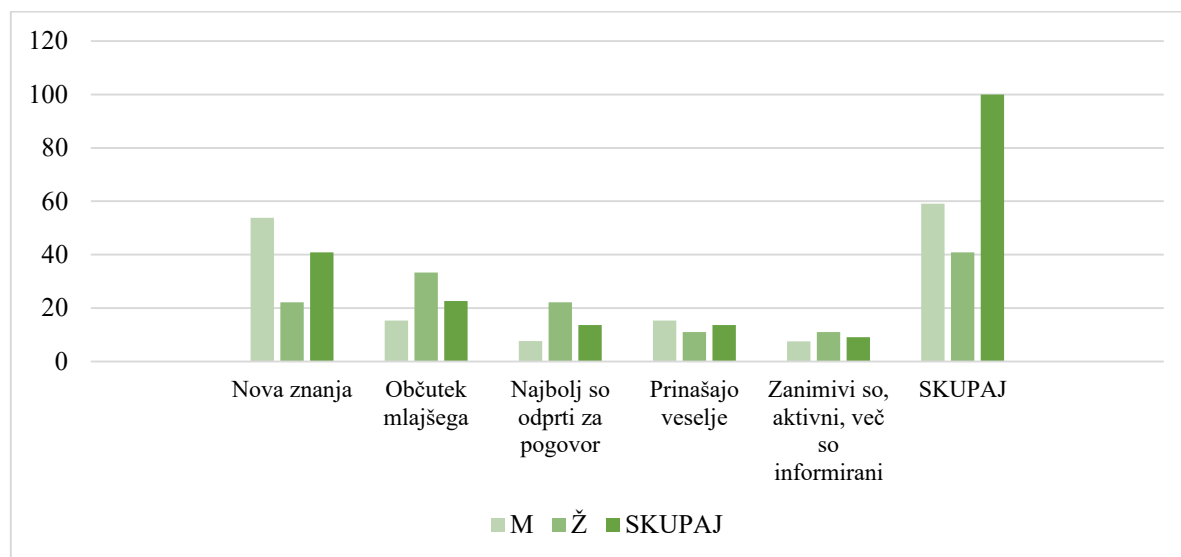
Med moškimi je 46,66 % oseb izbralo odgovor, da želi imeti več stika s srednjo generacijo, 28,88 % pa si želi več stika z mlado generacijo. Manjša razlika je med odgovori anketirancev, ki so izrazili željo po večjem stiku s staro generacijo (5 oseb, kar predstavlja 11,11 %) in z vsemi tremi generacijami (6 oseb, kar pomeni 13,33 %).

Med ženskami je 41,07 % oseb izbralo, da si želi imeti več stikov s srednjo generacijo. 28,57 % je takih, ki si želijo več stikov z vsemi tremi generacijami. Več stikov z mladimi si želi 16,07 % ženskih oseb, s starimi pa 14,29 % ženskih oseb.

Tabela 4.16: Razlogi, zaradi katerih si anketiranci želijo več stikov z mlado generacijo

RAZLOGI ZA VEČ STIKOV Z MLADO GENERACIJO:	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
Nova znanja	7	53,85	2	22,22	9	40,90
Mlajše počutje	2	15,38	3	33,33	5	22,73
Najbolj so odprti za pogovor	1	7,69	2	22,22	3	13,64
Prinašajo veselje	2	15,38	1	11,11	3	13,64
Zanimivi so, aktivni in bolj informirani	1	7,69	1	11,11	2	9,09
SKUPAJ	13	59,09	9	40,90	22	100,00

Graf 4.16: Grafični prikaz razlogov, zaradi katerih si anketiranci želijo več stika z mlado generacijo.



Iz Tabele 4.16 in Grafa 4.16 je razvidno, da si največ (40,90 %) anketirancev želi imeti več stikov z mladimi zaradi novih znanj. 22,73 % jih je odgovorilo, da se v družbi mlajših tudi oni počutijo mlajši. Temu sledijo odgovori oz. utemeljitve, da so mladi najbolj odprti za pogovor (13,64 %), prinašajo veselje (13,64), so zanimivi, aktivni in bolj informirani (9,09 %).

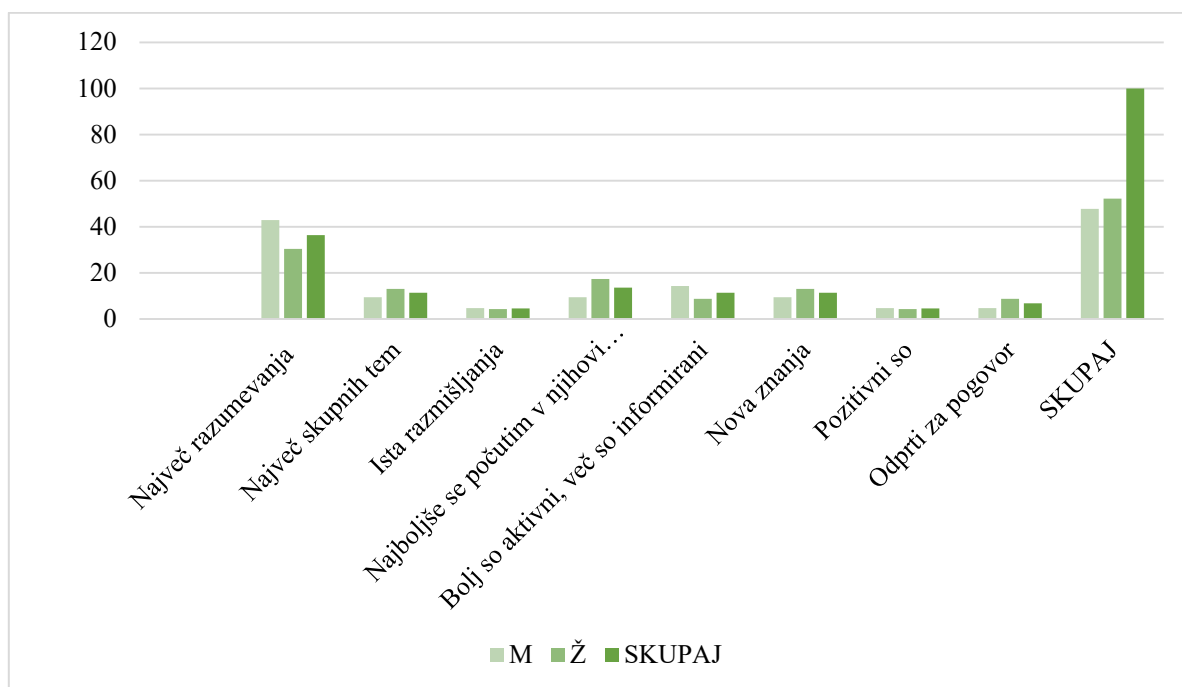
Več stika z mladimi si 53,85 % moških želi zato, ker tako pridobijo nova znanja. Enak odstotek moških (15,38 %) je kot razlog navedel, da se ob mladih počuti mlajše in da mladi prinašajo veselje. Enak delež (7,69 %) imata tudi odgovora, da si želijo več stikov z mladimi, ker so najbolj odprti za pogovor in zanimivi, aktivni ter bolj informirani.

Med ženskami jih največ (33,33 %) trdi, da se v družbi mladih počutijo mlajše in zato želijo več stikov z mladimi. 22,22 % jih je kot razlog navedlo nova znanja, enak odstotek jih je navedlo, da so mladi najbolj odprti za pogovor. Najmanjši in obenem enak odstotek (11,11 %) žensk meni, da mladi prinašajo veselje in da so zanimivi, aktivni ter bolj informirani.

Tabela 4.17: Razlogi, zakaj si anketiranci želijo več stikov s srednjo generacijo

ZAKAJ SREDNJA GENERACIJA?	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
Največ razumevanja	9	42,86	7	30,43	16	36,36
Iste skupne teme	2	9,52	3	13,04	5	11,36
Ista razmišljanja	1	4,76	1	4,35	2	4,55
Najboljše se počutim v njihovi družbi	2	9,52	4	17,39	6	13,63
Bolj so aktivni in informirani	3	14,29	2	8,70	5	11,36
Nova znanja	2	9,52	3	13,04	5	11,36
Pozitivni so	1	4,76	1	4,35	2	4,55
Odperti so za pogovor	1	4,76	2	8,70	3	6,81
SKUPAJ	21	47,72	23	52,27	44	100,00

Graf 4.17: Grafični prikaz razlogov, zakaj si anketiranci želijo več stikov s srednjo generacijo



V Tabeli 4.17 in Grafu 4.17 lahko vidimo, da si skupno 44 anketirancev želi več stikov s srednjo generacijo. Največ (36,36 %) si jih želi več stikov s srednjo generacijo, ker jih ta najbolj razume, čemur sledijo naslednji odgovori z enakimi deleži: zaradi najboljšega počutja v družbi srednje generacije (13,63 %), enake oziroma skupne teme (11,36 %), večja aktivnost in informiranost srednje generacije (11,36 %), nova znanja (11,36 %). 6,81 % anketirancev si želi več stikov s srednjo generacijo, ker je za odprta za pogovor, 4,55 % pa si želi več stikov, ker pripadniki srednje generacije enako razmišljajo in so pozitivni.

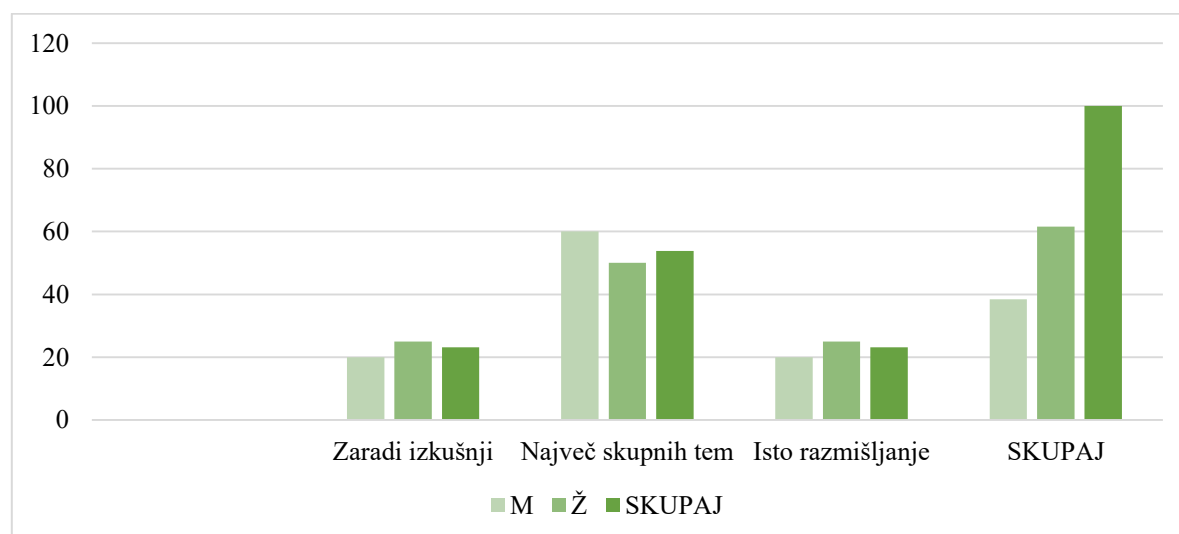
Največ (42,86 %) moških anketirancev si želi več stika s srednjo generacijo, ker ta kaže največ razumevanja. 14,29 % si jih želi več stika s srednjo generacijo, ker je ta aktivnejša in bolj informirana. Zaradi istih skupnih tem, novega znanja ter najboljšega počutja v družbi srednje generacije si želi več stika z njo 9,52 % moških anketirancev. Enaki odstotek (4,76 %) anketirancev si želi več stikov s srednjo generacijo zaradi istega razmišljanja, odprtosti za pogovor in pozitivne naravnosti srednje generacije.

Pri ženskah je tudi največ (30,43 %) tistih, ki si želijo več stikov s srednjo generacijo, ker ta kaže največjega razumevanja za stare ljudi. 17,39 % si želi večji stikov z njo zaradi najboljšega počutja v družbi srednje generacije, enak odstotek (13,04 %) anketirank pa si želi več stikov zaradi enakih oziroma skupnih tem ter novih znanj, ki jih lahko pridobijo od srednje generacije. Enak odstotek (8,70 %) anketirank si želi več stikov s srednjo generacijo, ker je bolj odprta za pogovore in aktivnejša ter bolj informirana. Najmanj (4,35 %) jih želi več stikov s srednjo generacijo, ker je pozitivna in enako razmišlja.

Tabela 4.18: Struktura vzorca glede na to, zakaj si želijo več stikov s staro generacijo

ZAKAJ STARA GENERACIJA?	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
Zaradi izkušenj	1	20,00	2	25,00	3	23,08
Enake oz. skupne teme	3	60,00	4	50,00	7	53,85
Enako razmišljanje	1	20,00	2	25,00	3	23,08
SKUPAJ	5	38,46	8	61,54	13	100,00

Graf 4.18: Grafični prikaz vzorca glede na to, zakaj želijo več stikov s staro generacijo



Iz Tabele 4.18 in Grafa 4.18 lahko vidimo, da si 13 oseb želi več stikov s staro generacijo. Med njimi je 53,85 % anketiranih oseb povedalo, da si želi imeti več stikov s staro generacijo zaradi enakih oz. skupnih tem. Enak odstotek oseb je odgovoril, da želi več stikov s staro generacijo zaradi izkušenj, 23,08 % oseb pa je kot razlog navedlo enako oz. podobno razmišljanje.

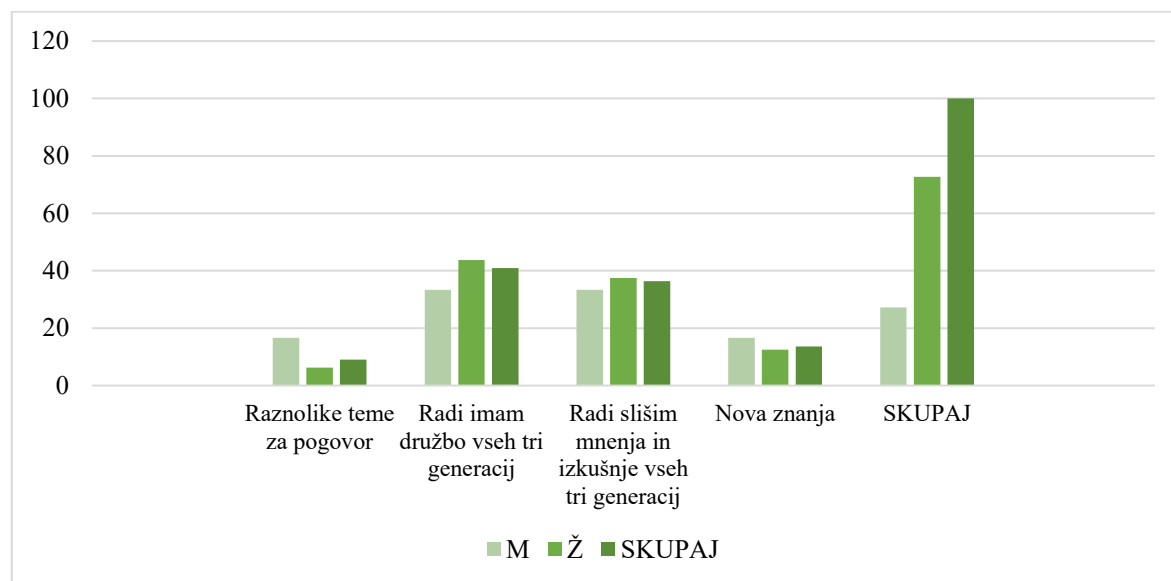
Med moškimi se je 60,00 % opredelilo, da želi več stikov s starimi zaradi enakih oz. skupnih tem, 20,00 % je kot razlog navedlo izkušnje, prav tako jih je 20,00 % navedlo enako oz. podobno razmišljanje.

Pri ženskah je polovica (50,00 %) povedala, da si želi več stikov s staro generacijo zaradi enakih oz. skupnih tem, 25,00 % zaradi izkušenj, prav tako si 25,00 % žensk želi več stikov s staro generacijo zaradi istega razmišljanja.

Tabela 4.19: Struktura vzorca glede na to, zakaj želijo več stikov z vsemi tremi generacijami

ZAKAJ VSE TRI GENERACIJE?	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
Raznolike teme za pogovor	1	16,66	1	6,25	2	9,09
Rad/-a imam družbo vseh tri generacij	2	33,33	7	43,75	9	40,91
Rad/-a slišim mnenja in izkušnje vseh treh generacij	2	33,33	6	37,50	8	36,36
Nova znanja	1	16,66	2	12,50	3	13,64
SKUPAJ	6	27,27	16	72,72	22	100,00

Graf 4.19: Grafični prikaz vzorca glede na to, zakaj si želijo več stikov z vsemi tremi generacijami



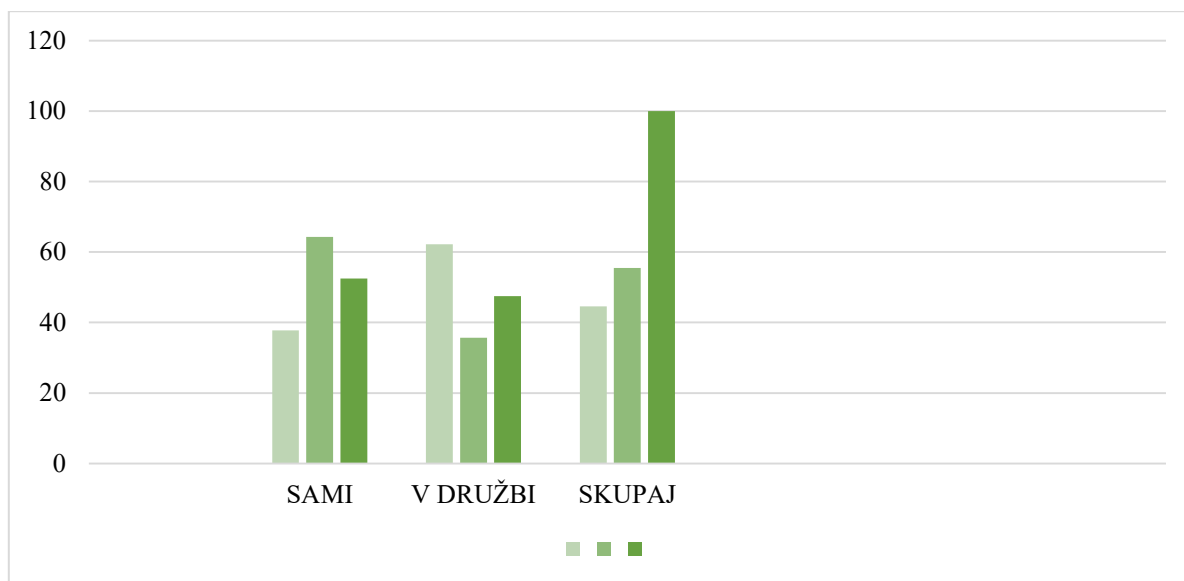
V Tabeli 4.19 in Grafu 4.19 so podani razlogi, zakaj si stari ljudje želijo več stikov z vsemi tremi generacijami. V pričujoči raziskavi je od vseh anketirancev 22 odgovorilo, da si želijo več stikov s pripadniki vseh treh generacij. Od teh si jih 40,91 % anketiranih oseb želi zato, ker imajo radi družbo vseh treh generacij, 36,36 % zaradi tega, ker radi slišijo mnenja in izkušnje vseh treh generacij, 13,64 % je tistih, ki si želijo več stikov z njimi zaradi novega znanja, medtem ko je najmanj (9,09 %) tistih, ki si želijo več stikov z vsemi tremi generacijami zaradi raznolikih tem za pogovore.

Enak odstotek (33,33 %) moških anketirancev si želi več stikov z vsemi tremi generacijami, ker imajo radi družbo vseh treh generacij in ker radi slišijo njihova mnenja in izkušnje. Enak odstotek (16,66 %) anketirancev si želi več stikov zaradi raznolikih tem za pogovor in novih znanj, ki jih lahko pridobi od drugih generacij.

Med ženskami si največ (43,75 %) anketirank želi več stikov z vsemi tremi generacijami, ker imajo rade družbo vseh treh generacij, 37,50 % zato, ker rade slišijo mnenja in izkušnje vseh treh generacij, 12,50 % zaradi novih znanj, najmanj (6,25 %) anketirank pa si želi njihovo družbo zaradi raznolikih tem za pogovor.

Tabela 4.20: Preživljanje prostega časa anketirancev

KAKO PREŽIVLJATE PROSTI ČAS?	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
SAMI	17	37,77	36	64,29	53	52,48
V DRUŽBI	28	62,22	20	35,71	48	47,52
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

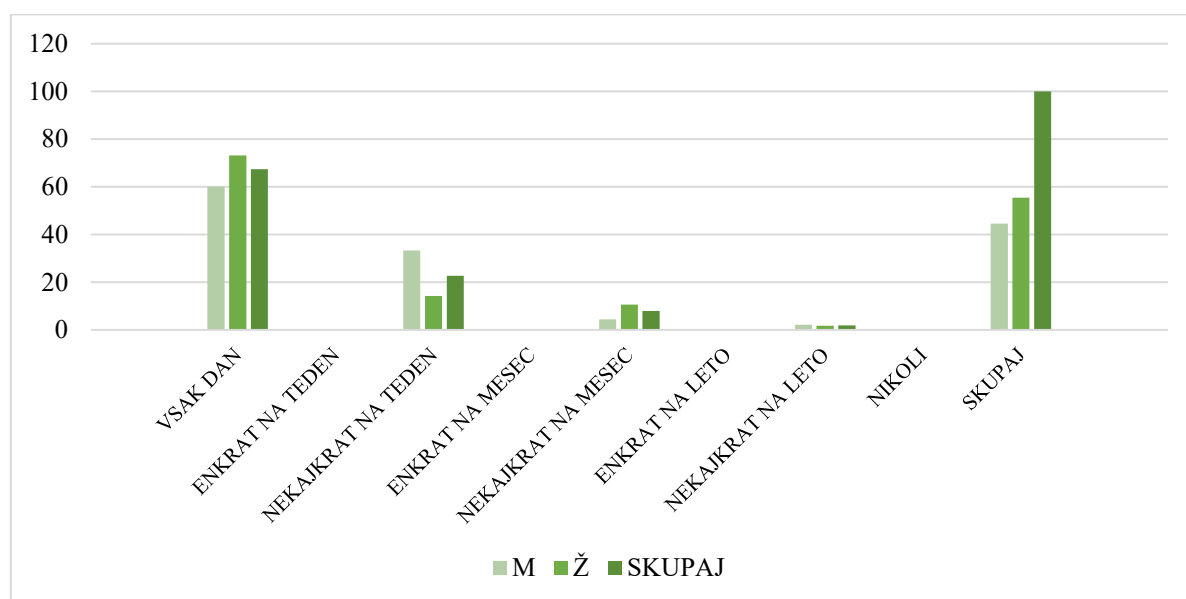
Graf 4.20: Grafični prikaz preživljanja prostega časa anketirancev

Kar 52,48 % upokojencev je odgovorilo, da preživljajo prosti čas sami, 47,52 % pa je takih, ki ga preživljajo v družbi. Iz Tabele 4.20 in Grafa 4.20 je razvidno, da ženske v večjem odstotku (64,29 %) kot moški (37,77 %) prosti čas preživljajo same, pri čemer je razlika očitna, kajti veliko več moških (62,22 %) preživi prosti čas v družbi, medtem ko je takih žensk skoraj enkrat manj (35,71 %).

Tabela 4.21: Preživljanje prostega časa z gledanjem televizije

GLEDANJE TELEVIZIJE	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
VSAK DAN	27	60,00	41	73,21	68	67,33
ENKRAT NA TEDEN	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA TEDEN	15	33,33	8	14,29	23	22,77
ENKRAT NA MESEC	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA MESEC	3	6,66	7	12,50	10	9,90
ENKRAT NA LETO	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA LETO	0	0	0	0	0	0
NIKOLI	0	0	0	0	0	0
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.21: Grafični prikaz preživljanja prostega časa z gledanjem televizije



Iz Tabele 4.21 in Grafa 4.21 lahko vidimo, da med vsemi anketiranimi osebami 68 gleda televizijo vsak dan, kar je 67,33 %. 22,77 % je takih, ki gledajo televizijo nekajkrat na teden, 9,90 % pa jo gleda nekajkrat na mesec.

Med moškimi je največ (60,00 %) tistih, ki gledajo televizijo vsak dan, medtem ko je žensk, ki gledajo televizijo vsak dan, še več (73,21 %). Televizijo gleda nekajkrat na teden 33,33 % moških, žensk pa 14,29 %. 6,66 % moški in 12,50 % žensk gleda televizijo nekajkrat na mesec.

Tabela 4.22: Preživljanje prostega časa anketirancev s poslušanjem radia

POSLUŠANJE RADIA	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
VSAK DAN	10	22,22	16	28,57	26	25,74
ENKRAT NA TEDEN	3	6,66	4	7,14	7	6,93
NEKAJKRAT NA TEDEN	10	22,22	10	17,86	20	19,80
ENKRAT NA MESEC	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA MESEC	9	20,00	7	12,50	16	15,84
ENKRAT NA LETO	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA LETO	6	13,33	3	5,36	9	8,91
NIKOLI	7	15,55	16	28,57	23	22,77
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.22: Grafični prikaz preživljanja prostega časa s poslušanjem radia

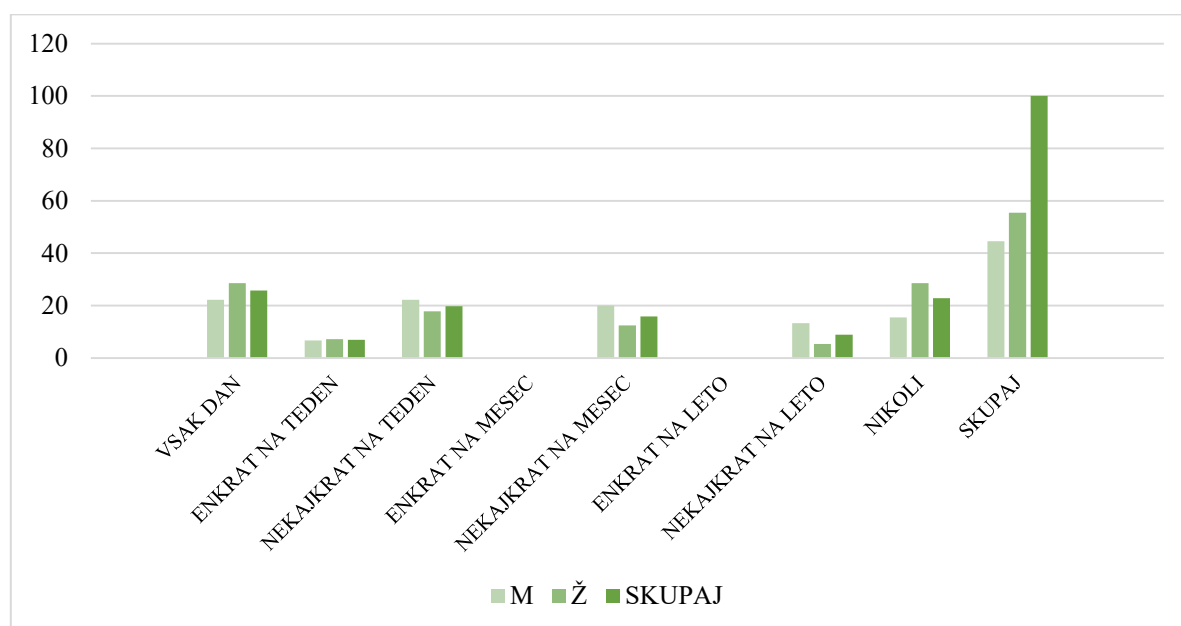


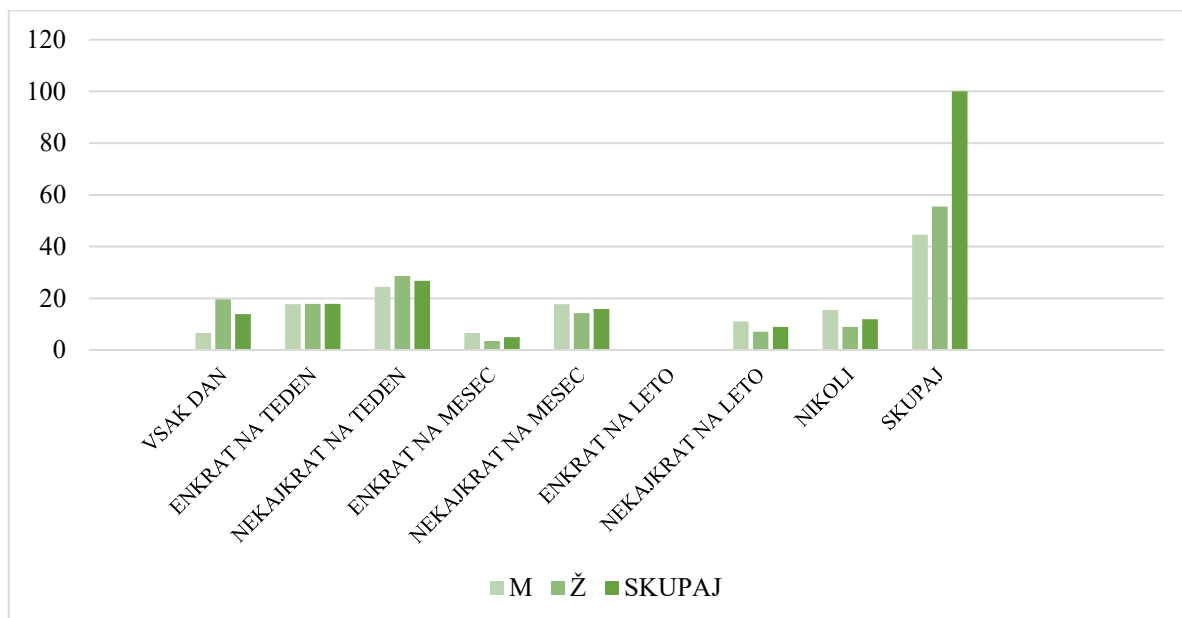
Tabela 4.22 in Graf 4.22 kažeta, da 26 anketiranih oseb posluša radio vsak dan, kar je 25,74 % vseh. 22,77 % anketiranih oseb nikoli ne posluša radia. Nekajkrat na teden ga posluša 19,80 % anketirancev, nekajkrat na mesec 15,84 % anketirancev, nekajkrat na leto 8,91 % anketirancev, enkrat na leto pa ga posluša 6,93 % anketiranih oseb.

Pri moških je enak odstotek (22,22 %) tistih, ki poslušajo radio vsak dan, in tistih, ki ga poslušajo nekajkrat na teden. 20,00 % je takih, ki poslušajo radio nekajkrat na mesec. Nekajkrat na leto ga posluša 13,33 % anketirancev, enkrat na teden pa 6,66 % anketirancev. 15,55 % anketirancev nikoli ne posluša radia.

Pri ženskah je enak odstotek (28,57 %) tistih, ki poslušajo radio vsak dan, in tistih, ki nikoli ne poslušajo radia. 17,86 % je tistih, ki poslušajo radio nekajkrat na teden, 12,50 % pa ga posluša nekajkrat na mesec. Tistih, ki ga poslušajo enkrat na teden, je 7,14 %, medtem ko je 5,36 % tistih, ki ga poslušajo nekajkrat na leto.

Tabela 4.23: Preživljanje prostega časa anketirancev z branjem

BRANJE	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
VSAK DAN	3	6,66	11	19,64	14	13,86
ENKRAT NA TEDEN	8	17,77	10	17,86	18	17,82
NEKAJKRAT NA TEDEN	11	24,44	16	28,57	27	26,73
ENKRAT NA MESEC	3	6,66	2	3,57	5	4,95
NEKAJKRAT NA MESEC	8	17,77	8	14,29	16	15,84
ENKRAT NA LETO	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA LETO	5	11,11	4	7,14	9	8,91
NIKOLI	7	15,55	5	8,93	12	11,88
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.23: Grafični prikaz preživljanja prostega časa anketirancev z branjem

Iz Tabele 4.23 in Grafa 4.23 vidimo, da največ (26,73 %) anketiranih oseb bere nekajkrat na teden, 17,82 % jih bere enkrat na teden. 15,84 % je tistih, ki berejo nekajkrat na mesec, 13,86 % jih bere vsak dan. 11,88 % pa jih nikoli ne bere. Najmanj (4,95 %) je tistih, ki berejo enkrat na mesec.

Med moškimi jih največ (24,44 %) bere nekajkrat na teden. Enak odstotek (17,77 %) anketirancev bere enkrat na teden in nekajkrat na mesec. 15,55 % jih nikoli ne bere, 11,11 % pa jih bere nekajkrat na leto. Enak odstotek (6,66 %) jih bere vsak dan in enkrat na mesec.

Enako kot pri moških je tudi pri ženskah največ (28,57 %) tistih, ki berejo nekajkrat na teden. 19,64 % anketirank je odgovorilo, da berejo vsak dan, 17,77 % jih bere enkrat

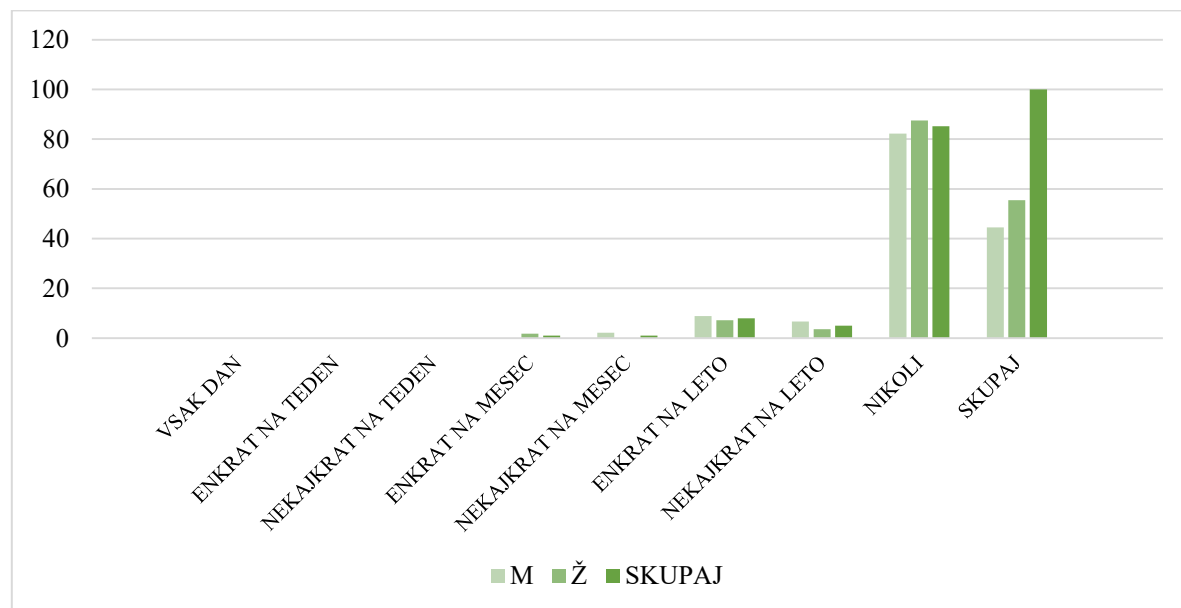
na teden, 14,29 % bere nekajkrat na mesec in 7,14 % jih bere nekajkrat na leto. 8,93 % je tistih, ki nikoli ne berejo. Najmanj (3,57 %) je tistih, ki berejo enkrat na mesec.

Podatki, ki jih prikazujejo Tabela 4.21, Tabela 4.22 in Tabela 4.33, kažejo, da je glede na načine preživljanja prostega časa z informativnimi dejavnostmi (gledanje televizije, poslušanje radia in branje) to najpogostejši način preživljanja prostega časa. Lahko zaključimo, da je pasivno preživljanje prostega časa med starejšimi ljudmi bolj razširjeno od aktivnega.

Tabela 4.24: Pogostost obiskovanja društva upokojencev

OBISKOVANJE DRUŠTVA UPOKOJENCEV	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
VSAK DAN	0	0	0	0	0	0
ENKRAT NA TEDEN	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA TEDEN	0	0	0	0	0	0
ENKRAT NA MESEC	0	0	1	1,79	1	0,99
NEKAJKRAT NA MESEC	1	2,22	0	0	1	0,99
ENKRAT NA LETO	4	8,88	4	7,14	8	7,92
NEKAJKRAT NA LETO	3	6,66	2	3,58	5	4,95
NIKOLI	37	82,22	49	87,50	86	85,15
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.24: Grafični prikaz pogostosti obiskovanja društva upokojencev v prostem času



Iz Tabele 4.24 in Grafa 4.24 je razvidno, da je med vsemi anketiranci 86 takih, ki nikoli ne obiskujejo društva upokojencev, kar je 85,15 %. 8 anketirancev obiskuje društva upokojencev enkrat na leto, kar v odstotkih pomeni 7,92 %, nadalje je 4,95 % takih, ki jih obiskujejo nekajkrat na leto. Enak odstotek (0,99 %) je tistih, ki društva upokojencev obiskujejo enkrat na mesec in nekajkrat na mesec.

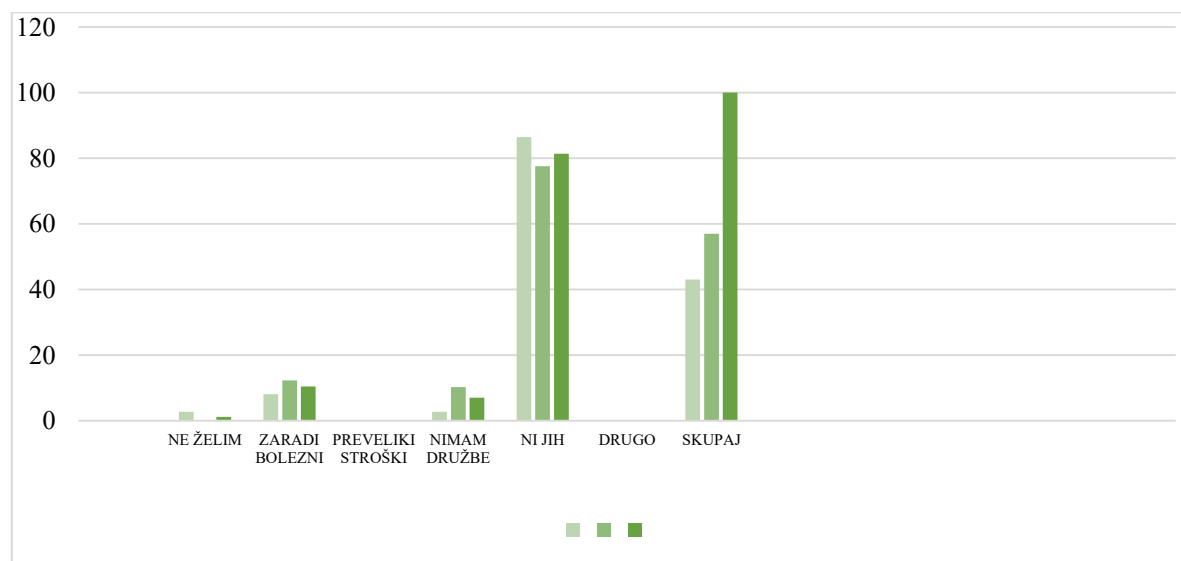
Med moškimi je 82,22 % anketirancev takih, ki nikoli ne obiskujejo društva upokojencev. Enkrat na leto ga obiskuje 8,88 % anketirancev, nekajkrat na leto obiskuje 6,66 % in nekajkrat na mesec ga obiskuje ena oseba, kar predstavlja 2,22 %.

Med ženskami je 87,50 % anketirank, ki nikoli ne obiskujejo društva upokojencev. Enkrat na leto ga obiskuje 7,14 % ženskih oseb, nekajkrat na leto ga obiskuje 3,58 % anketirank in enkrat na mesec ena oseba, kar je 1,79 %.

Tabela 4.25: Razlogi, zakaj nikoli ne obiskujejo društva upokojencev

ZAKAJ NIKOLI?	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
NE ŽELIM	1	2,70	0	0	1	1,16
ZARADI BOLEZNI	3	8,11	6	12,24	9	10,47
PREVELIKI STROŠKI	0	0	0	0	0	0
NIMAM DRUŽBE	1	2,70	5	10,20	6	6,98
NI JIH	32	86,49	38	77,55	70	81,40
DRUGO	0	0	0	0	0	0
SKUPAJ	37	43,02	49	56,98	86	100,00

Graf 4.25: Grafični prikaz razlogov, zakaj nikoli ne obiskujejo društva upokojencev



Med vsemi anketiranimi osebami je 86 takih, ki nikoli ne obiskujejo društva upokojencev. Iz Tabele 4.25 in Grafa 4.25 je razvidno, da največ (81,40 %) anketirancev

ne obiskuje društva upokojencev zato, ker jih ni, 10,47 % zaradi bolezni, 6,98 %, ker nimajo družbe, in 1,16 % zato, ker ne želi.

Največ (86,49 %) moških oseb ne obiskuje društva upokojencev, ker jih ni. 8,11 % oseb ne obiskuje društva upokojencev zaradi bolezni, ena oseba zato, ker nima družbe (2,70 %), ena (2,70 %) pa ne želi obiskovati društva upokojencev.

Pri ženskah je največ (77,55 %) tistih, ki ne obiskujejo društva upokojencev, ker jih ni. 12,24 % žensk ga ne obiskuje zaradi bolezni, 10,20 % pa zato, ker nimajo družbe.

Tabela 4.26: Pogostost preživljanja prostega časa z ustvarjalnimi dejavnostmi

POGOSTOST USTVARJALNIH DEJAVNOSTI	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
VSAK DAN	1	2,22	6	10,71	7	6,93
ENKRAT NA TEDEN	0	0	2	3,57	2	1,98
NEKAJKRAT NA TEDEN	1	2,22	8	14,29	9	8,91
ENKRAT NA MESEC	0	0	3	5,36	3	2,97
NEKAJKRAT NA MESEC	9	20,00	10	17,86	19	18,81
ENKRAT NA LETO	2	4,44	0	0	2	1,98
NEKAJKRAT NA LETO	5	11,11	14	25,00	19	18,81
NIKOLI	27	60,00	13	23,21	40	39,60
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Pri ustvarjalnih dejavnostih je iz Tabele 4.26 in Grafa 4.26 razvidno, da je največ (39,60) tistih, ki prostega časa nikoli ne preživljajo z ustvarjalnimi dejavnostmi. Z enakim odstotkom sledijo tisti, ki se ukvarjajo z ustvarjalnimi dejavnostmi nekajkrat na mesec, potem sledijo tisti, ki se z njimi ukvarjajo nekajkrat na leto (18,81%), vsak dan (6,93 %), enkrat na mesec (2,97%), na koncu pa z najmanjšim in enakim odstotkom (1,98 %) enkrat na teden in enkrat na leto.

Med moškimi je največ (60,00 %), tistih, ki prostega časa nikoli ne preživljajo z ustvarjalnimi dejavnostmi, 20 % ga na tak način preživlja nekajkrat na mesec, nekajkrat na leto je odgovorilo 11,11 %. Dva moška se ukvarjata z ustvarjalnimi dejavnostmi enkrat na leto, kar je 4,44 %, najmanj (2,22 %) pa jih preživlja prosti čas z ustvarjalnimi dejavnostmi vsak dan in nekajkrat na teden.

Ena četrtnina (25,00 %) anketirank preživlja prosti čas z ustvarjalnimi dejavnostmi nekajkrat na leto, potem sledijo s 23,21 % tiste, ki ga na tak način nikoli ne preživljajo, nato pa še tiste, ki prosti čas preživljajo z ustvarjalnimi dejavnostmi nekajkrat na mesec (17,86 %) in nekajkrat na teden (14,29 %). Šest žensk je takih, ki preživljajo prosti čas

vsak dan z ustvarjalnim dejavnostmi, kar je 10,71 %, 5,36 % ga na tak način preživlja enkrat na mesec, najmanj (3,57 %) pa jih prosti čas tako preživlja enkrat na teden.

Iz podatkov lahko ugotovimo, da so ženske aktivnejše pri ustvarjalnih dejavnosti kakor moški, kar se je pokazalo tudi v Tabeli 4.34 in Grafu 4.34, kjer je razvidno, da imajo ženske v primerjavi z moškimi večjo željo po vključevanju v ustvarjalne dejavnosti.

Graf 4.26: Grafični prikaz anketirancev glede na pogostost preživljanja prostega časa z ustvarjalnimi dejavnostmi

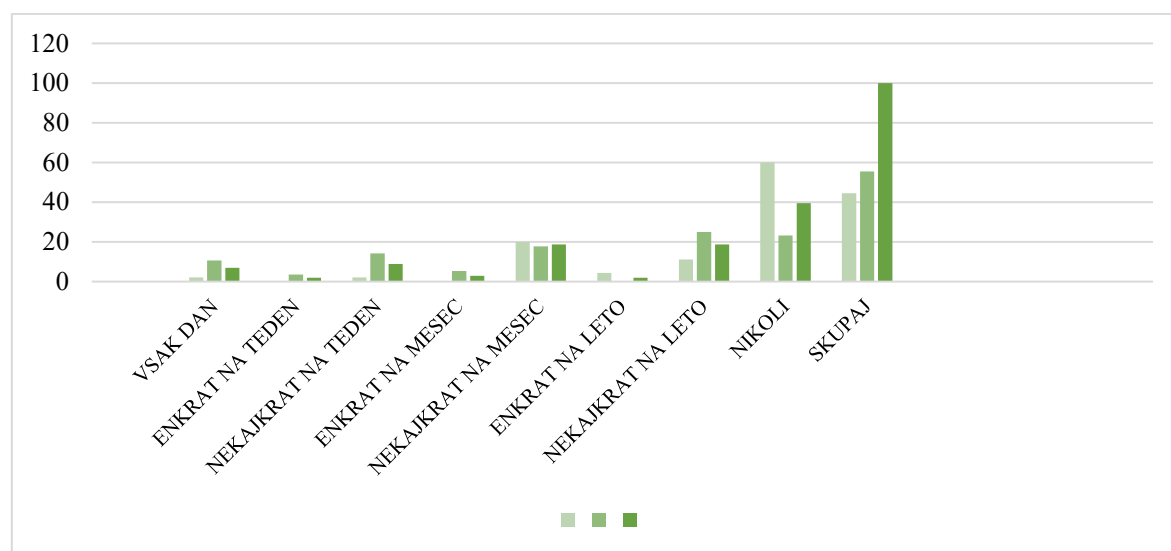


Tabela 4.27: Razlogi, zakaj prostega časa nikoli ne preživljajo z ustvarjalnimi dejavnostmi

ZAKAJ NIKOLI?	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
NE ŽELIM	21	77,77	4	30,77	25	62,50
ZARADI BOLEZNI	4	14,81	8	61,54	12	30,00
PREVELIKI STROŠKI	0	0	0	0	0	0
NIMAM DRUŽBE	2	7,41	1	7,69	3	7,50
NI JIH	0	0	0	0	0	0
DRUGO	0	0	0	0	0	0
SKUPAJ	27	67,50	13	32,50	40	100,00

Iz Tabele 4.27 in Grafa 4.27 je razvidno, da se med vsemi anketiranci kar 40 oseb v prostem času ne ukvarja z ustvarjalnimi dejavnostmi. Razlogi za to so različni – 62,50 % jih je navedlo, da se z njimi ne ukvarjajo, ker ne želijo, 30,00 % zaradi bolezni in 7,50 % zaradi tega, ker nimajo družbe.

Največ (77,77 %) moških se ne želi ukvarjati z ustvarjalnimi dejavnostmi v prostem času, 14,81 % se jih ne more zaradi bolezni, 7,41 % pa nima družbe. Pri ženskah je

največ (61,54 %) tistih, ki se z njimi ne ukvarjajo zaradi bolezni, 30,77 % se jih ne želi, 7,69 % je pa tistih, ki nimajo družbe.

Graf 4.27: Grafični prikaz razlogov, zakaj se anketiranci v prostem času nikoli ne ukvarjajo z ustvarjalnimi dejavnostmi

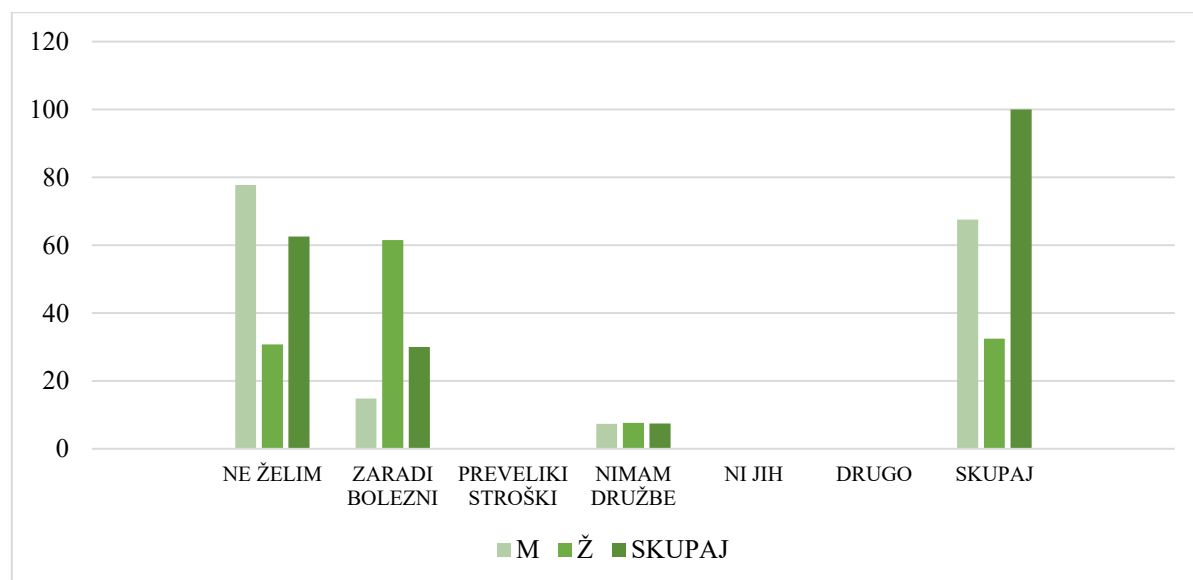


Tabela 4.28: Pogostost preživljanja prostega časa anketirancev s športnimi dejavnostmi

ŠPORTNE DEJAVNOSTI	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
VSAK DAN	12	26,66	13	23,21	25	24,75
ENKRAT NA TEDEN	3	6,66	2	3,57	5	4,95
NEKAJKRAT NA TEDEN	11	24,44	16	28,57	27	26,73
ENKRAT NA MESEC	1	2,22	0	0	1	0,99
NEKAJKRAT NA MESEC	11	24,44	16	28,57	27	26,73
ENKRAT NA LETO	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA LETO	0	0	0	0	0	0
NIKOLI	7	15,55	9	16,07	16	15,84
VSAK DAN	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Glede pogostosti preživljanja prostega časa s športnimi dejavnostmi lahko v zgornji Tabeli 4.28 in spodnjem Grafu 4.28 vidimo, da največji in obenem enak odstotek (26,73 %) anketiranih oseb preživlja prosti čas s športnimi dejavnostmi nekajkrat na teden ter nekajkrat na mesec, potem sledijo tisti, ki ga na tak način preživljajo vsak dan in jih je 24,75 %, s 4,95 % pa še tisti, ki ga tako preživljajo enkrat na teden. 16 oseb prostega časa nikoli ne preživlja s športnimi hobiji, kar predstavlja 15,84 %.

Največ anketiranih moških preživlja prosti čas s športnimi dejavnostmi vsak dan (26,66 %), nato sledijo z enakim odstotkom (24,44 %) tisti, ki ga tako preživljajo nekajkrat na teden, s 6,66 % tisti, ki prosti čas tako preživljajo enkrat na teden, najmanj (2,22 %) pa je tistih, ki prosti čas preživljajo na ta način enkrat na mesec. Kar 15,55 % je tistih, ki prostega časa nikoli ne preživljajo s športom.

Pri ženskah je največ (28,57 %) tistih, ki preživljajo prosti čas v obliki športnih aktivnosti nekajkrat na teden in nekajkrat na mesec, sledijo tiste, ki ga tako preživljajo vsak dan (23,21 %) in enkrat na teden (3,57 %), medtem ko ga 16,07 % žensk nikoli ne preživlja s športnimi dejavnostmi.

Graf 4.28: Grafični prikaz pogostosti preživljanja prostega časa anketirancev s športnimi dejavnostmi

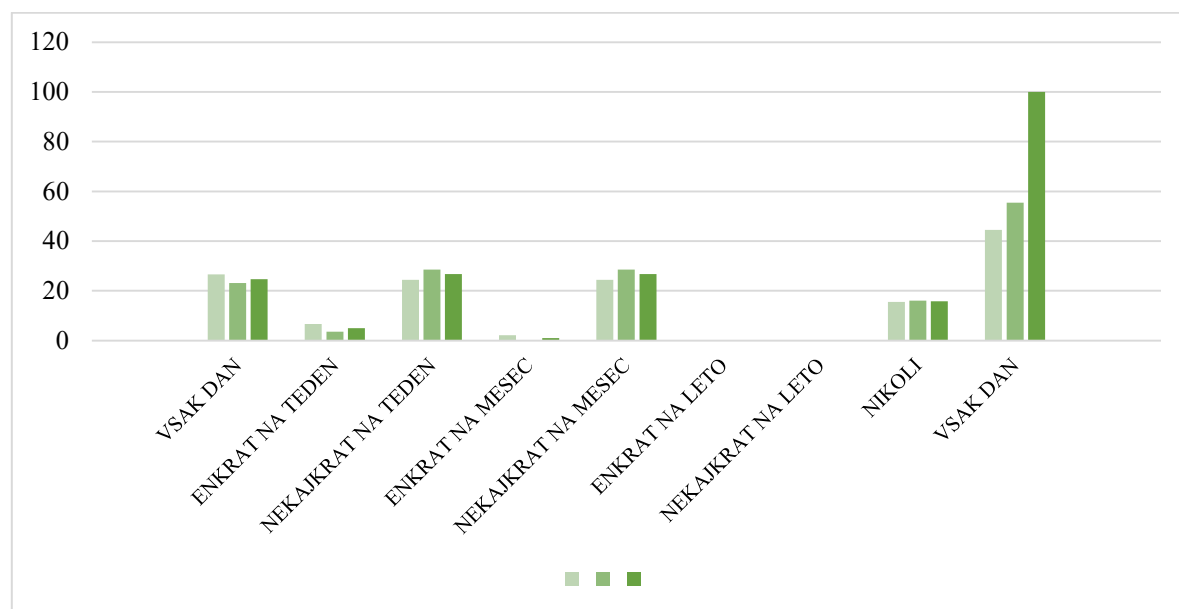


Tabela 4.29: Razlogi, zakaj anketiranci prostega časa nikoli ne preživljajo s športnimi dejavnostmi

ZAKAJ NIKOLI?	M		Ž		SKUPAJ	
	f	F %	f	F %	f	F %
NE ŽELIM	0	0	0	0	0	0
ZARADI BOLEZNI	7	100	9	100	16	100
PREVELIKI STROŠKI	0	0	0	0	0	0
NIMAM DRUŽBE	0	0	0	0	0	0
NI JIH	0	0	0	0	0	0
DRUGO	0	0	0	0	0	0
SKUPAJ	7	43,75	9	56,25	16	100,00

Med vsemi anketiranci se v prostem času s športom ne ukvarja 16 anketirancev, med katerimi je 43,75 % moških in 56,25 % žensk. Pri moških in ženskah je edini razlog za to bolezen, kar lahko vidimo v zgornji Tabeli 4.29 in spodnjem Grafu 4.29.

Graf 4.29: Grafični prikaz razlogov, zakaj se anketiranci v prostem času nikoli ne ukvarjajo s športom

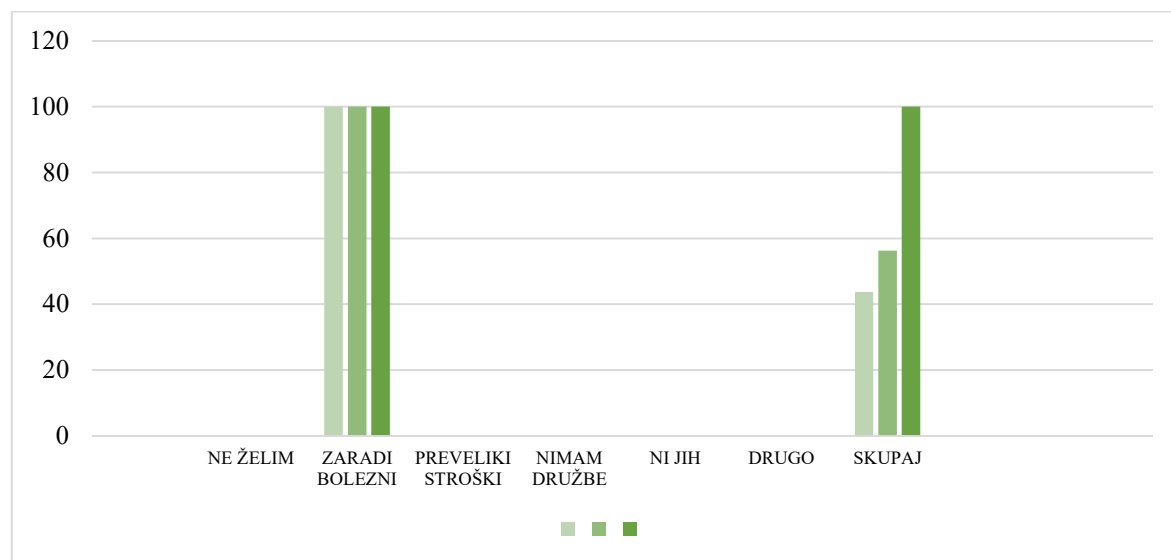


Tabela 4.30: Pogostost preživljanja prostega časa anketirancev z odhodom na izlete, potovanja

ODHODI NA IZLETE, POTOVANJA	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
VSAK DAN	0	0	0	0	0	0
ENKRAT NA TEDEN	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA TEDEN	0	0	0	0	0	0
ENKRAT NA MESEC	0	0	3	5,36	3	2,97
NEKAJKRAT NA MESEC	5	11,11	8	14,29	13	12,87
ENKRAT NA LETO	10	22,22	9	16,07	19	18,81
NEKAJKRAT NA LETO	12	26,66	12	21,43	24	23,76
NIKOLI	18	40,00	24	42,86	42	41,58
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

V zgornji Tabeli 4.30 in Spodnjem grafu 4.30 so razvidni rezultati glede na udeleževanje izletov in potovanja, kjer je največ anketirancev (41,58 %) odgovorilo, da se ne udeležujejo izletov, potovanj. Nekajkrat na leto se 23,76 % anketirancev udeleži izletov, enkrat na leto pa 18,81 %. 13 anketirancev potuje nekajkrat na mesec, kar je 12,87 %, najmanj (2,97 %) pa je tistih, ki potujejo enkrat na mesec.

Pri moških (40,00 %) je enako kot pri ženskah (42,86 %) največ tistih, ki se ne udeležujejo izletov, potovanj. 26,66 % moških potuje nekajkrat na leto, 22,22 % jih potuje enkrat na leto in 11,11 % nekajkrat na mesec

Pri ženskah je 21,43 % tistih, ki potujejo nekajkrat na leto, 16,07 % ji potuje enkrat na leto, 14,29 % nekajkrat na mesec in 2,97 % gre na izlete ali potuje enkrat na mesec.

Graf 4.30: Grafični prikaz preživljanja prostega časa anketirancev z odhodom na izlete in potovanja

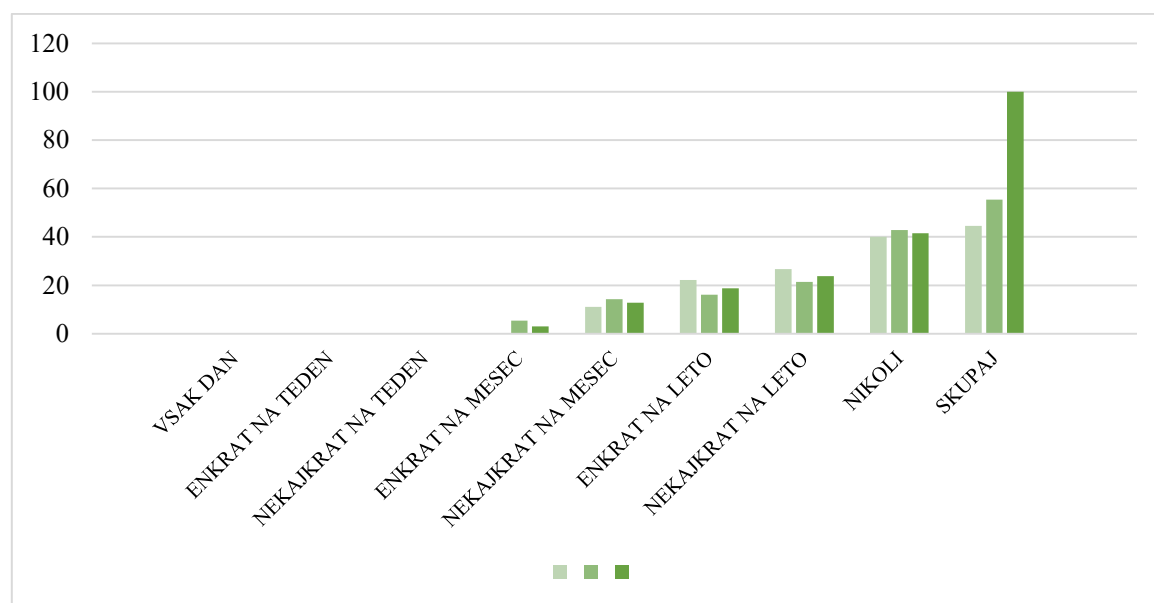
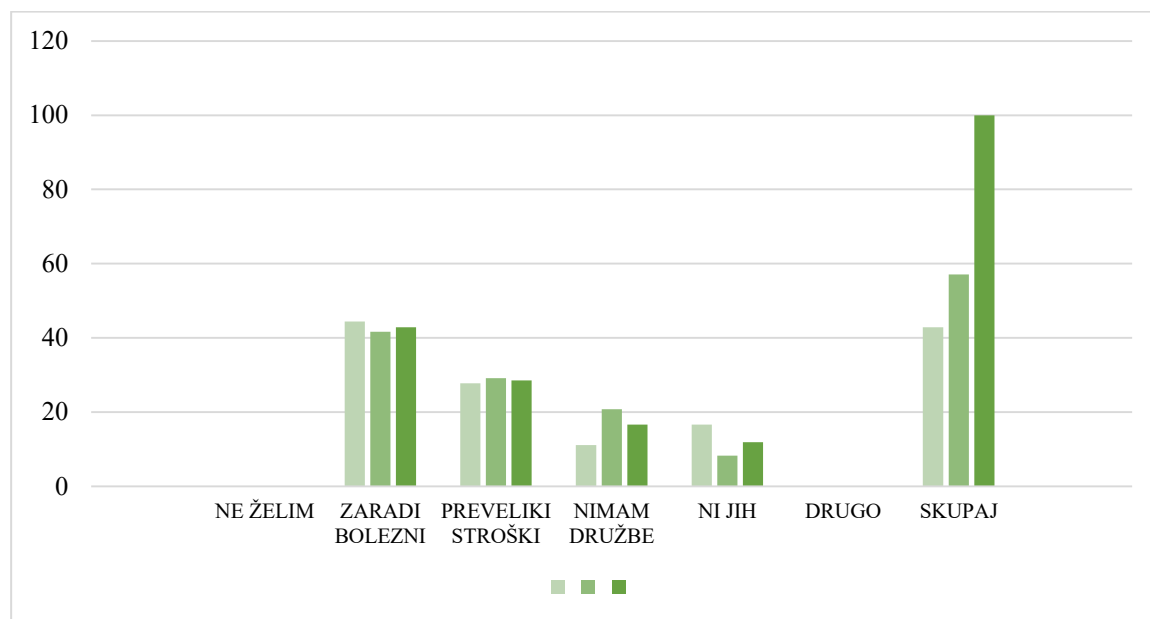


Tabela 4.31: Razlogi, zakaj anketiranci nikoli ne gredo na izlete ali potovanja

ZAKAJ NIKOLI?	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
NE ŽELIM	0	0	0	0	0	0
ZARADI BOLEZNI	8	44,44	10	41,66	18	42,86
PREVELIKI STROŠKI	5	27,77	7	29,17	12	28,57
NIMAM DRUŽBE	2	11,11	5	20,83	7	16,66
NI JIH	3	16,66	2	8,33	5	11,90
DRUGO	0	0	0	0	0	0
SKUPAJ	18	42,86	24	57,14	42	100,00

Graf 4.31: Grafični prikaz razlogov, zakaj anketiranci nikoli ne gredo na izlete ali potovanja



Iz Tabele 4.31 in Grafa 4.31 je razvidno, da največ (42,86 %) anketirancev ne potuje zaradi bolezni. 12 je takih, ki ne gredo na izlete in potovanja zaradi prevelikih stroškov (28,57 %), 7 jih nima družbe (16,66 %), 5 pa je takih, ki so odgovorili, da ni organiziranih izletov in potovanj, kar je v odstotkih 11,90 %

44,44 % moških in 41,66 % žensk ne gre na izlete in potovanja zaradi bolezni. 27,77 % moških ne gre na izlete in potovanja zaradi prevelikih stroškov, 11,11 % pa jih ne gre, ker nimajo družbe. 16,66 % jih je odgovorilo, da ne gredo na izlete in potovanja, ker niso organizirana.

Med ženskami jih je 29,17 % odgovorilo, da ne gredo na izlete in potovanja zaradi prevelikih stroškov, 20,83 % jih ne gre zato, ker nimajo družbe, 5 pa je tistih, ki ne gredo na izlete in potovanja, ker jih ni, kar je v odstotkih 8,33 %.

Tabela 4.32: Pogostost preživljanja prostega časa anketirancev s hobiji

POGOSTOST PREŽIVLJANJA PROSTEGA ČASA S HOBIJI	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
VSAK DAN	9	20,00	14	25,00	23	22,77
ENKRAT NA TEDEN	1	2,22	3	5,36	4	3,96
NEKAJKRAT NA TEDEN	15	33,33	12	21,43	27	26,73
ENKRAT NA MESEC	2	4,44	1	1,79	3	2,97
NEKAJKRAT NA MESEC	10	22,22	14	25,00	24	23,76
ENKRAT NA LETO	0	0	0	0	0	0
NEKAJKRAT NA LETO	6	13,33	4	7,14	10	9,90
NIKOLI	2	4,44	8	14,29	10	9,90
VSAK DAN	45	44,55	56	55,45	101	100,00

V zgornji Tabeli 4.32 in spodnjem Grafu 4.32 lahko vidimo, kako pogosto anketirani upokoјenci preživljajo prosti čas s hobiji. Največ (26,73 %) jih je odgovorilo, da ga preživljajo nekajkrat na teden, sledijo odgovori: nekajkrat na mesec (23,76 %), vsak dan (22,77 %) in nikoli (9,90 %). Enkrat na teden se s svojim hobijem ukvarjajo 4 osebe, kar je v odstotkih 3,96 %, in enkrat na mesec 3 osebe, kar predstavlja 2,97 %.

Največ (33,33 %) moških preživlja svoj prosti čas ob hobijih nekajkrat na teden, potem sledijo tisti, ki ga nekajkrat na mesec (22,22 %), vsak dan (20,00 %), nekajkrat na leto (13,33 %), enkrat na teden (2,22 %), s svojim hobijem pa se v prostem času nikoli ne ukvarja 4,44 % moških.

Pri ženskah je največ (25,00 %) tistih, ki vsak dan preživljajo prosti čas s svojimi hobiji, in tistih, ki ga tako preživljajo nekajkrat na mesec, potem sledijo z 21,43 % tiste, ki se ukvarjajo s svojim hobijem nekajkrat na teden. 14,29 % je takih, ki se nikoli ne ukvarjajo s svojimi hobiji, 7,14 % je tistih, ki se nekajkrat na leto ukvarjajo s hobiji, in 5,36 % se jih s hobiji ukvarja enkrat na teden. Ena anketiranka se s hobijem ukvarja enkrat na mesec, kar predstavlja 1,79 %.

Graf 4.32: Grafični prikaz pogostosti preživljanja prostega časa anketirancev s hobiji

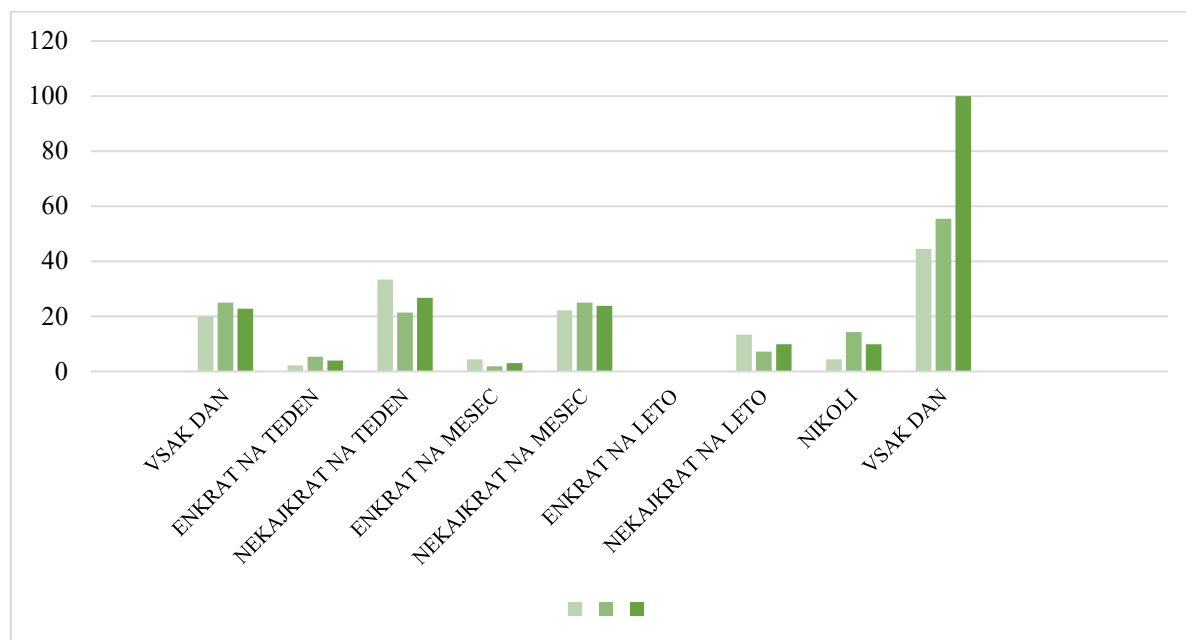
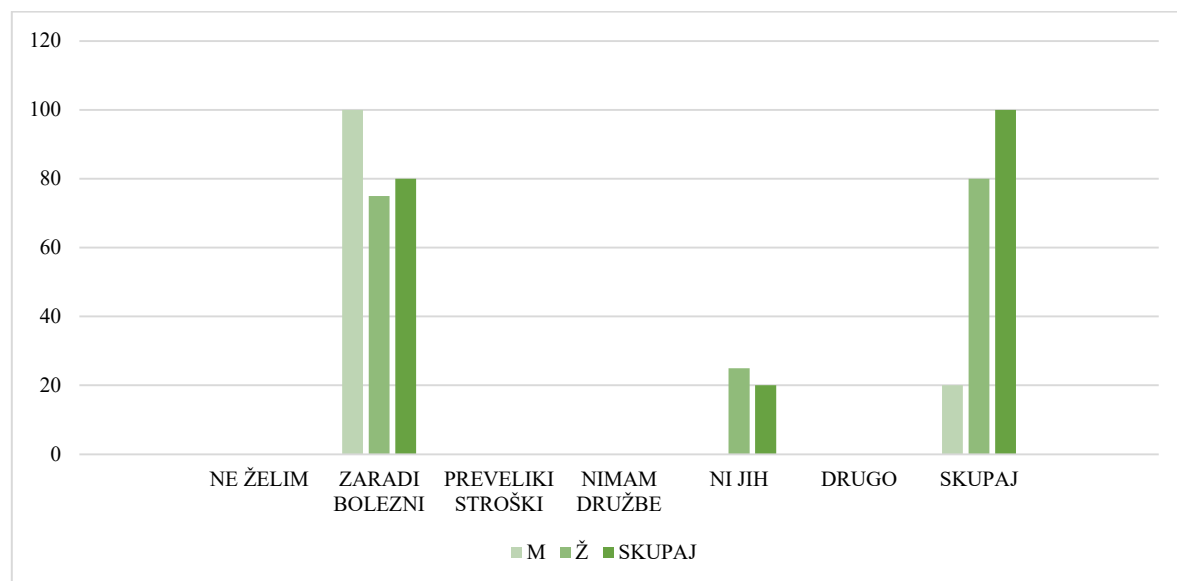


Tabela 4.33: Razlogi, zakaj anketiranci prostega časa nikoli ne preživljajo s hobiji

ZAKAJ NIKOLI?	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
NE ŽELIM	0	0	0	0	0	0
ZARADI BOLEZNI	2	100,00	6	75,00	8	80,00
PREVELIKI STROŠKI	0	0	0	0	0	0
NIMAM DRUŽBE	0	0	0	0	0	0
NI JIH	0	0	2	25,00	2	20,00
DRUGO	0	0	0	0	0	0
SKUPAJ	2	20,00	8	80,00	10	100,00

Graf 4.33: Grafični prikaz razlogov, zakaj anketiranci prostega časa nikoli ne preživljajo s hobiji



Med vsemi anketiranci je 10 takih, ki prostega časa ne preživljajo s hobiji. Iz Tabele 4.33 in Grafa 4.33 je razvidno, da se jih 80,00 % zaradi bolezni ne ukvarja s svojimi hobiji, 20,00 % pa zato, ker jih nimajo.

Le dva moška sta označila, da se v svojem prostem času ne ukvarjata s svojimi hobiji, kot razlog sta navedla bolezen, med ženskami jih je kot razlog tudi kar 75,00 % navedlo bolezen, 25,00 % pa je takih, ki nimajo hobija.

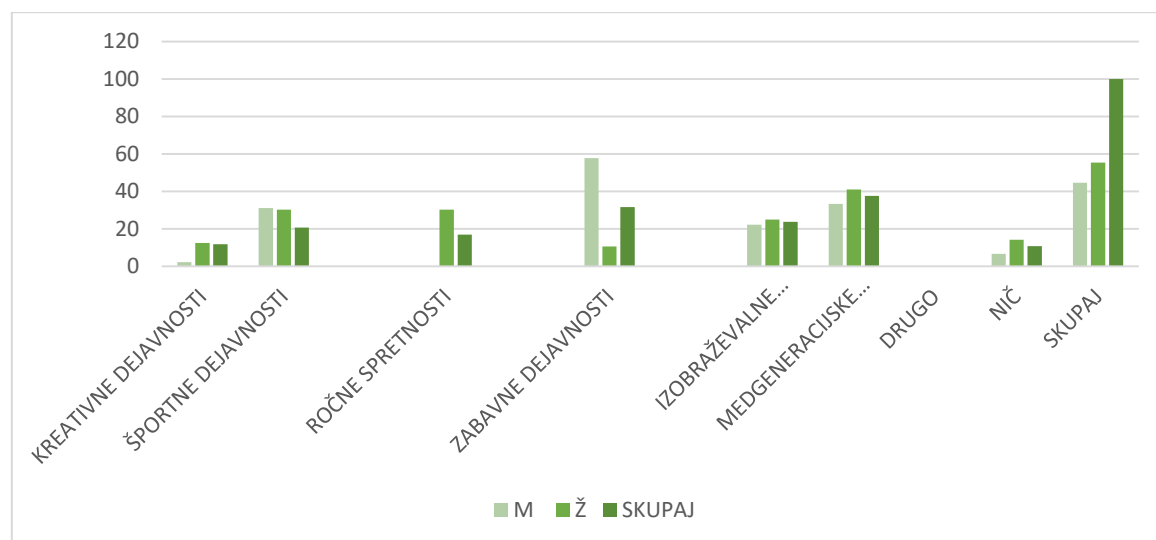
Tabela 4.34: Vključevanje anketirancev v dejavnosti

UDELEŽBA PRI DEJAVNOSTIH	M		Ž		SKUPAJ	
	N	%	N	%	N	%
KREATIVNE DEJAVNOSTI	1	2,22	11	19,64	12	11,88
ŠPORTNE DEJAVNOSTI	14	31,11	7	12,50	21	20,79
ROČNE SPRETNOSTI	0	0	17	30,36	17	16,89
ZABAVNE DEJAVNOSTI	26	57,77	6	10,71	32	31,68
IZOBRAŽEVALNE DEJAVNOSTI	10	22,22	14	25,00	24	23,76
MEDGENERACIJSKE DEJAVNOSTI	15	33,33	23	41,07	38	37,62
DRUGO	0	0	0	0	0	0
NIČ	3	6,66	8	14,29	11	10,89
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Tabela 4.34 prikazuje željo po vključevanju anketiranih upokojencev v dejavnosti. Največ starejših bi se želelo vključiti v medgeneracijske dejavnosti – takih je 37,62 %, pri ženskah je odstotek malo večji (41,07 %) kot pri moških (33,33 %), kar lahko povežemo

s podatki iz Tabele 4.15 kjer vidimo, da si želi imeti več stikov z vsemi tremi generacijami 21,78 % starejših anketirancev, od tega 13,33 % moških in 28,57 % žensk. Za tem je največja želja po vključevanju v zabavne dejavnosti (31,68 %).

Graf 4.34: Grafični prikaz anketirancev glede na vključevanje v dejavnosti



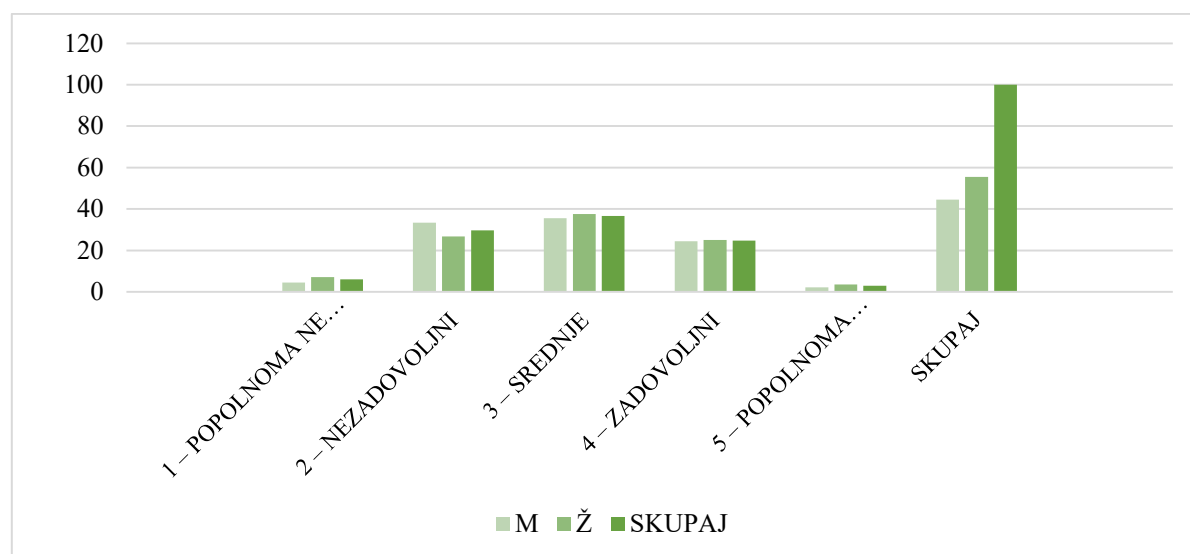
V grafu 4.34 je razvidno, da je pri moških najbolj (57,77 %) prisotna želja po vključevanju v zabavne dejavnosti, temu sledi želja po vključevanju v medgeneracijske dejavnosti (33,33 %) ter v športne dejavnosti (31,11 %). Pri ženskah pa je najpogostejša (41,07 %) želja po vključevanju v medgeneracijske dejavnosti, ki ji sledi želja po vključevanju v ročne spretnosti (30,36 %) ter v izobraževalne dejavnosti (25,00 %). 10,89 % je takih, ki nimajo želje po vključevanju v kakršne koli dejavnosti. Tabela 4.34 in Graf 4.34 kažeta, da je med starejšimi upokojenimi izraženo raznoliko zanimanje za vključevanje v dejavnosti, kar je pozitivno. Samo 10,89 % anketirancev je izrazilo, da nimajo želje za vključevanjem, kar je dosti manj od pričakovanega.

Tabela 4.35: Zadovoljstvo anketirancev z življenjem po upokojitvi

ZADOVOLJSTVO Z ŽIVLJENJEM	M		Ž		SKUPAJ	
	F	F %	F	F %	f	F %
1 – POPOLNOMA NEZADOVOLJEN	2	4,44	4	7,14	6	5,94
2 – NEZADOVOLJEN	15	33,33	15	26,79	30	29,70
3 – SREDNJE ZADOVOLJEN	16	35,55	21	37,50	37	36,63
4 – ZADOVOLJEN	11	24,44	14	25,00	25	24,75
5 – POPOLNOMA ZADOVOLJEN	1	2,22	2	3,57	3	2,97
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Tabela 4.35 prikazuje zadovoljstvo anketirancev z življenjem po upokojitvi, kjer je največji odstotek (36,63 %) anketirancev srednje zadovoljen z življenjem po upokojitvi. Najmanjši odstotek 2,97 % je anketirancev, ki so popolnoma zadovoljni s svojim življenjem. Pri moških (35,55 %) in ženskah (37,50 %) je najbolj prisotno srednje zadovoljstvo z življenjem. Prav tako je najmanjši odstotek moških (2,22 %) in žensk (3,57 %), ki so popolnoma zadovoljni z življenjem.

Graf 4.35: Grafični prikaz zadovoljstva anketirancev z življenjem po upokojitvi



Iz Grafa 4.35 lahko vidimo, da je 36,63 % anketirancev srednje zadovoljnih z življenjem po upokojitvi, temu sledi 29,70 %, ki so nezadovoljni, ter 24,75 % tistih, ki so zadovoljni z življenjem po upokojitvi. 5,94 % je tistih, ki so popolnoma nezadovoljni z življenjem po upokojitvi, najmanjši odstotek (2,97 %) pa je tistih, ki so popolnoma zadovoljni z življenjem po upokojitvi.

35,55 % moških anketiranih je srednje zadovoljnih s svojim življenjem, medtem ko jih je 33,33 % nezadovoljnih. Potem je 24,44 % tistih, ki so zadovoljni z življenjem po upokojitvi. Popolnoma nezadovoljnih je 4,44 %, medtem ko je popolnoma zadovoljna samo ena oseba, kar predstavlja 2,22 % vseh anketirancev.

Pri ženskah je največji odstotek (37,50 %) tistih, ki so srednje zadovoljne z življenjem po upokojitvi. 15 je nezadovoljnih, kar predstavlja 26,79 %, 14 je zadovoljnih z življenjem po upokojitvi, kar je 25,00 %. Popolnoma nezadovoljnih je šest žensk, kar je 5,94 %. Najmanjši odstotek (2,97 %) tvorijo ženske, ki so popolnoma zadovoljne z življenjem po upokojitvi.

Tabela 4.36: Največja prednost upokojitve

NAJVEČJA PREDNOST UPOKOJITVE	M		Ž		SKUPAJ	
	f	F %	f	F %	f	F %
Več prostega časa in brez obveznosti	7	15,55	6	10,71	13	12,87
Mir, manj stresa	4	8,88	6	10,71	10	9,90
Več prostega časa zase, družino, otroke ...	9	20,00	11	19,64	20	19,80
Redni dohodki	4	8,88	8	14,29	12	11,88
Ukvarjanje s hobijem	8	17,77	3	5,36	11	10,89
Ohranitev zdravja	5	11,11	3	5,36	8	7,92
Samostojnost	3	6,66	4	7,14	7	6,93
Čuvanje vnukov	4	8,88	10	17,86	14	13,86
Ne hodim več v službo	1	2,22	5	8,93	6	5,94
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Tabela 4.36 in spodnji Graf 4.36 prikazujeta anketirance glede na to, kaj se jim zdi najboljše, odkar so v upokojitvi, oziroma kaj bi navedli kot največjo prednost upokojitve. Največ (19,80 %) anketirancev je odgovorilo, da se jim zdi največja prednost, da imajo zdaj več prostega časa zase, družino in otroke, naslednji najpogostejši odgovor je čuvanje vnukov (13,86 %), potem sledijo še naslednji odgovori: več prostega časa in brez obveznosti (12,87 %), redni dohodki (11,88 %), ukvarjanje s hobijem (10,89 %). Zatem je 10 takih, ki se jim zdi največja prednost, da imajo v življenju mir in manj stresa (9,90 %), 8 je takih, ki so odgovorili, da sta jim najboljši strani upokojitve ohranitev zdravja (7,92 %) ter samostojnost (6,93 %). Najmanj (5,94 %) jih je odgovorilo, da se jim zdi najboljše, ker ne hodijo več v službo.

Največ (20, 00 %) moških je odgovorilo, da se jim zdi v pokoju najboljše, ker imajo več prostega časa zase in družino, s čimer se je strinjalo tudi največ (19,64 %) žensk. Naslednji najpogostejši odgovor pri moških anketirancih je ukvarjanje s hobijem (17,77 %), zatem sledi odgovor več prostega časa in brez obveznosti (15,55 %). Pet je takih, ki jim je najboljša plat upokojitve ohranitev zdravja (11,11 %), z enakim odstotkom sledijo odgovori mir, manj stresa, redni dohodki, nato pa še čuvanje vnukov (8,88 %). Trije (6,66 %) so odgovorili, da jim je samostojnost najboljši del upokojitve, le en moški (2,22 %) pa je odgovoril, da mu je najboljše to, ker ne hodi več v službo.

Pri ženskah pa so odgovori precej različni, tako je pri njih drugi najpogostejši odgovor čuvanje vnukov (17,86 %), potem redni dohodki (14,29 %), v enaki meri sledita odgovora več prostega časa in brez obveznosti ter mir in manj stresa (10,71 %). Petim ženskam (8,93 %) je najboljši del upokojitve ta, da ne hodijo več v službo (8,93 %), štiri (7,14 %) so kot največjo prednost upokojitve navedle samostojnost (7,14 %). Najmanjši

in obenem enak delež imata odgovora ukvarjanje s hobijem in ohranitev zdravja, tj. 5,36 %.

Graf 4.36: Grafični prikaz največje prednosti v upokojitvi

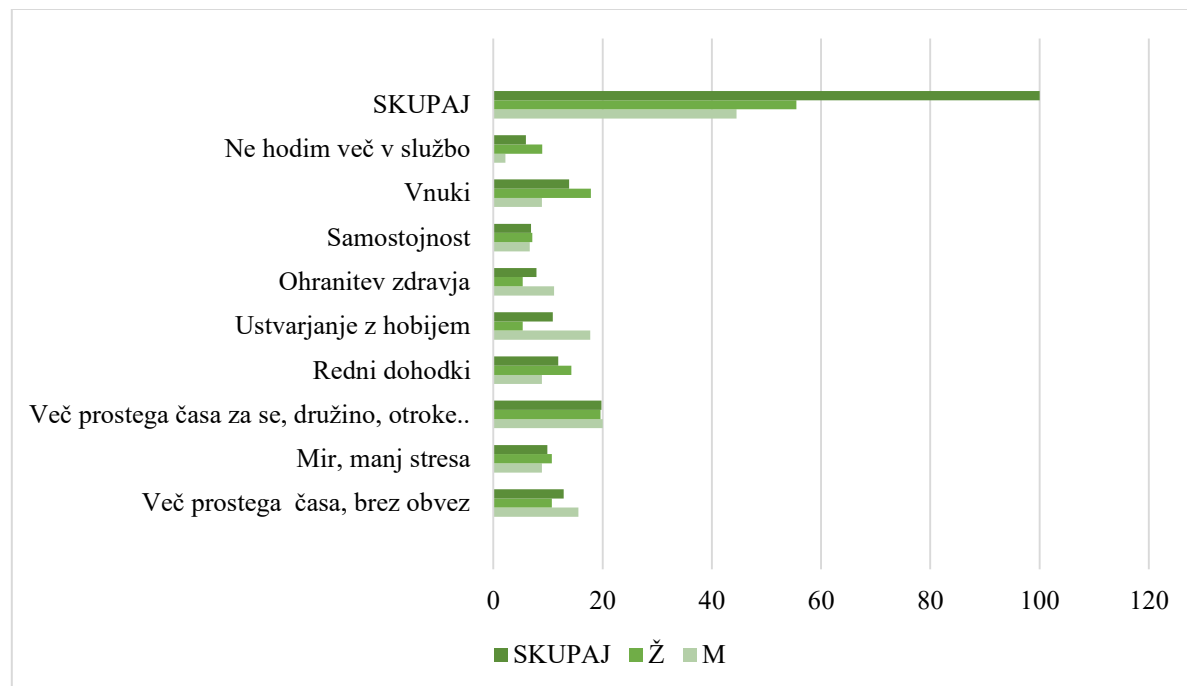


Tabela 4.37: Največja slabost upokojitve

NAJVEČJA SLABOST UPOKOJITVE	M		Ž		SKUPAJ	
	f	F %	f	F %	F	F %
Smrt partnerja/-ke	2	4,44	7	12,50	9	8,91
Odhod otrokov od doma	2	4,44	6	10,71	8	7,92
Osamljenost	4	8,88	7	12,50	11	10,89
(Pre)nizki prihodi	13	28,88	9	16,07	21	21,78
Slabi stiki s sodelavci	9	20,00	7	12,50	16	15,84
Slabšanje zdravja, bolezen	4	8,88	5	8,93	9	8,91
Ni aktivnosti za stare ljudi in ni druženja	3	6,66	7	12,50	10	9,90
Nesamostojnost, odvisnost od drugih	4	8,88	6	10,71	10	9,90
Pomanjkanje obveznosti, dolgčas	3	6,66	1	1,79	4	3,96
Preselitev	1	2,22	1	1,79	2	1,98
SKUPAJ	45	44,55	56	55,45	101	100,00

Graf 4.37: Grafični prikaz največje slabosti upokojitve

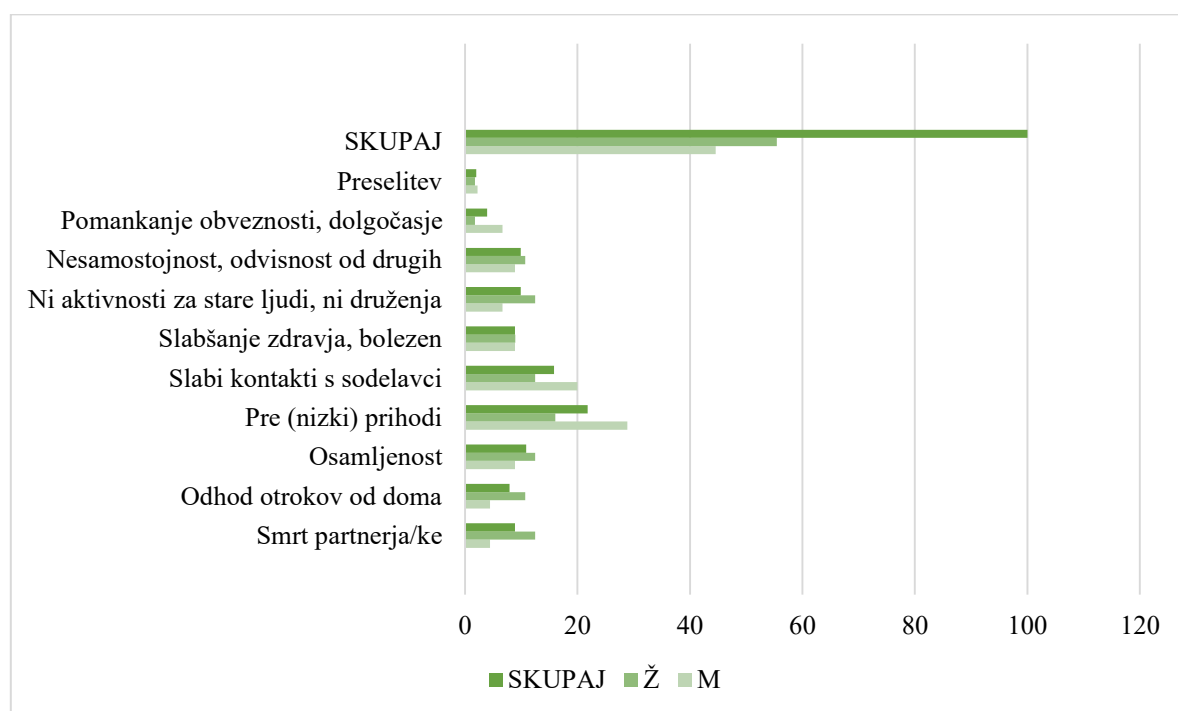


Tabela 4.37 in Graf 4.37 prikazujeta, kaj se zdi anketirancem najslabše, odkar so v upokojitvi. Največ (21,78 %) anketirancev meni, da so največja slabost upokojitve (pre)nizki prihodki. Zatem so navajali: slabe stike s sodelavci (15,84 %), osamljenost (10,89 %), pomanjkanje aktivnosti za starejše in odsotnost druženja (9,90 %), nesamostojnost in odvisnost od drugih (9,90 %), smrt partnerja ali partnerke (8,91 %), poslabšanje zdravja in/ali bolezni (8,91 %). Z enakim odstotkom (9,90 %) so tisti, ki jim je najslabše v pokoju to kar ni aktivnosti za starejše in druženja ter nesamostojnost, odvisnost od drugih, tudi enaki odstotek (8,91 %) pri tistih, ki jim je najslabše smrt partnerja ali partnerke in slabšanje zdravja ali bolezni. Naslednji odgovori so še odhod otrok od doma (7,92 %), pomanjkanje obveznosti, dolgčas (3,96 %) in preselitev (1,98 %).

Moški najpogosteje kot slabost upokojitve navajajo (pre)nizke dohodke (28,88 %), isti odgovor je najpogostejši tudi pri ženskah (16,07 %), potem pa so odgovori različni. Moški so kot drugi najpogostejši odgovor za največjo slabost upokojitve izpostavili slabe stike s sodelavci (20,00 %), nato z istim odstotkom (8,88 %) sledijo: osamljenost, slabšanje zdravja, bolezni in nesamostojnost, odvisnost od drugih. V enaki meri (6,66 %) so prisotni tudi odgovori: pomanjkanje obveznosti, dolgčas in premalo aktivnosti, pomanjkanje druženja za stare. 4,44 % moških je kot največji slabosti upokojitve navedlo smrt partnerke in odhod otrok od doma, najmanjši odstotek pa preselitev (2,22 %).

Ženske so kot drugo najpogostejšo slabost v enaki meri (12,50 %) navedle smrt partnerja, osamljenost, slabe stike s sodelavci, pomanjkanje aktivnosti za stare ljudi in slaba druženja. 10,79 % jih je navedlo tudi odhod otrok od doma in nesamostojnost, odvisnost od drugih, 8,93 % pa še poslabšanje zdravja in bolezni. Najmanj (1,79 %) jih je kot slabosti upokojitve navedlo pomanjkanje obveznosti, dolgčas in preselitev.

Podatki zadnjih dveh tabel (Tabela 4.36 in Tabela 4.37) ter grafov (Graf 4.36 in Graf 4.37) prikazujejo, da starejši v največji meri menijo, da so največja slabost upokojitve manjši prihodi oziroma nizka ali prenizka pokojnina. Naslednja najslabša stvar je slabši odnos z bivšimi sodelavci. Podatki potrjujejo teorijo, da se socialna mreža po upokojitvi zmanjša in socialni stiki upokojencev se zožijo, kar starejši zelo pogrešajo. Največja pridobitev za stare ljudi pa je čas, ki ga imajo zase, družino in otroke. V prvi hipotezi sem predpostavila, da stari ljudje, ki živijo sami se počutijo bolj izključeni iz družbe kot tisti, ki živijo v drugih oblikah bivanja. Pri preverjanju hipoteze sem uporabila Kullbachov preizkus, saj je bilo v tabeli 60% teoretičnih frekvenc (12 celic) manjših od 5:

4.2 PREVERJANJE HIPOTEZ

V prvi hipotezi sem predpostavila, da stari ljudje, ki živijo sami se počutijo bolj izključeni iz družbe kot tisti, ki živijo v drugih oblikah bivanja. Pri preverjanju hipoteze sem uporabila Kullbachov preizkus, saj je bilo v tabeli 60% teoretičnih frekvenc (12 celic) manjših od 5:

$$2i = 23,683 \quad sp = 12 \quad p = 0,022$$

Preizkus je pokazal, da ni statistično pomembnih razlik, zato prvo hipotezo zavrnem. To pomeni, da obstaja statistična razlika med izključenostjo starih ljudi, ki živijo sami in tistih, ki živijo v drugih oblikah.

V tabeli (Priloga 2), sem prikazala izključenost starih ljudi, ki živijo sami, ter tistih, ki živijo v drugih oblikah bivanja v odstotkih, kjer sem seštel skupaj tiste, ki se počutijo izključeni in popolnoma izključeni in tiste, ki se počutijo vključeni in popolnoma vključeni v družbo. Iz rezultatov je razvidno, da se stari ljudje, ki živijo sami ne počutijo najbolj izključeni iz družbe temveč tisti, ki živijo z otroci (73,33 %).

Moja druga zastavljena hipoteza se glasi: Stari ljudje imajo najboljše odnose z družino. Za preverjanje hipoteze sem s pomočjo statističnega programa SPSS izračunala povprečja ter standardne odklone za odnose družino, sorodnike, prijatelje in sosedo.

Pri izračunih (Tabela) največje povprečje, ter najmanjši standardni odklon imajo odnosi z družino, tako da drugo hipotezo lahko potrdim.

Tretja hipoteza se glasi: Stari ljudje se najboljše razumejo s srednjo generacijo. Glede na pridobljene podatke iz Tabele 4.14 in Grafa 4.14, razvidno je, da stari ljudje imajo najboljše odnose z srednjo generacijo, kjer je 40 anketirancev odgovorilo, da se najboljše razumejo s srednjo generacijo, kar je 39,60 %.

Hipotezo lahko potrdim.

Pri četrti hipotezi, ki se glasi: Ženske so bolj zadovoljne z življenjem po upokojitvi v primerjavi z moškimi, sem s pomočjo statističnega programa SPSS izračunala povprečja in standardne odklone zadovoljstva posebej za ženske in posebej za moške.

Hipotezo zavrnem, ker je v Tabeli () razvidno, da ne obstajajo statistične razlike pri zadovoljstvu z življenjem po upokojitvi izmed ženskih in moških anketirancev.

Peta hipoteza, ki sem jo sestavila se glasi: Stari ljudje, ki živijo sami, v večji meri ocenjujejo, da so pokojnine prenizke. Pri preverjanju hipoteze sem uporabila Kullbachov preizkus, saj je v tabeli bilo 65% teoretičnih frekvenc (13 celic) manjših od 5:

$$2i = 23,701 \quad sp = 12 \quad p = 0,022$$

Preizkus je pokazal, da ni statistično pomembnih razlik, zato hipotezo zavrnem.

V tabeli (Priloga 2), sem prikazala finančno nezadostnost starih ljudi, ki živijo sami, ter tistih, ki živijo v drugih oblikah bivanja v odstotkih, kjer sem seštel skupaj popolnoma nezadostne in nezadostne, ter popolnoma zadostne in zadostne v vseh

oblikah bivanja. Iz rezultatov je razvidno, da stari ljudje, ki živijo sami ne ocenjujejo, da so pokojnine prenizke (51,28 %) temveč tisti, ki živijo z bratom ali sestro (60,00 %).

Šesta hipoteza glasi: Stari ljudje se bolj pogosto udeležujejo informativnih dejavnosti, kakor ustvarjalnih. Tukaj sem do rezultatov prišla z izračunom povprečja in standardnega odklona (Tabela), kjer je razvidno da stari ljudje več prostega časa preživljajo s pasivnim aktivnostmi kot so gledanje televizije, poslušanje radia, branje kakor z ustvarjalnimi aktivnostmi. Zaradi tega četrto hipotezo potrdim.

Zadnja, sedma hipoteza, ki sem jo sestavila je: Moški si želijo bolj udeleževati športnih aktivnosti kakor ženske.

Glede na pridobljene podatke iz Tabele 4.34 in Grafa 4.34, hipotezo lahko potrdim, saj je 14 moških oseb odgovorilo, da se bi želeli vključiti v športne dejavnosti, kar je 20,29%. Ženskih oseb je odgovorilo samo 7, da se bi želele vključiti v športne dejavnosti, kar predstavlja 8,14 %.

5 RAZPRAVA

V raziskavi je sodelovalo malo več žensk kot moških, čeprav sem mislila, da moški niti ne bodo zainteresirani za izpolnjevanje anket. Veseli me, da so vsi izpolnili anketo in da je ni nihče zavrnil. Sicer nad njenim izpolnjevanjem niso bili preveč navdušeni, dokler jim nisem povedala naslova diplomskega dela in razložila, za kaj potrebujem ankete. K tako dobremu odzivu je zagotovo prispevalo tudi dejstvo, da sem raziskovala na vasi, kjer živim in se med seboj vsi poznamo. V raziskavi je sodeloval 101 upokojenec.

Moja želja je bila narediti raziskavo v vasi, kjer živim, ker tam poznam ljudi in vem, da večinsko prebivalstvo tvorijo stari ljudje, ki nimajo nobenih aktivnosti za stare ljudi. Poleg tega želela sem raziskati njihove socialne mreže, kar me je zanimalo predvsem zaradi tega, ker živimo na vasi, kjer vsak vsakega pozna, veliko ljudi je v sorodu in bolj so povezani kot v mestih. Podgorelec in Klempić (2007, str. 126) pravita, da se glede na veliko število mladih, ki so zapustili vasi, in veliko število starih ljudi, katerih otroci ne živijo v njihovi bližini, pričakuje, da bodo starejši v manjšem in šibkejšem okolju – kot je vas, kjer je formalna skrb za bolne in stare ljudi slabo organizirana in kjer se prebivalci poznajo (skoraj) celo življenje – bolj zanašali na pomoč soseda in prijatelja, kakor tisti, ki živijo v mestih. Rezultati raziskave so pokazali, da imajo upokojenci na vasi dobre odnose z družino, sorodniki, prijatelji in s sosedi, pri čemer je bil seveda največji odstotek pri odnosih z družino, kar sem tudi predvidevala. Socialno omrežje navadno šteje od tri do pet oseb, vendar se po pomoč najpogosteje obrnejo na eno ali dve osebi. »Večji del socialnega omrežja starih ljudi sestavljajo družinski člani – najpogosteje otroci in partnerji –, ki tudi zagotovijo večino pomoči.« (Hvalič Touzery, 2006, str. 31). Pri odnosih sem želela tudi izvedeti, kakšni so medgeneracijski odnosi med upokojenimi ljudmi, saj jih veliko živi s svojimi otroki in vnuki. Zanimalo me je tudi, s katero generacijo bi želeli imeti več stikov in zakaj. Rezultati so pokazali, da se stari ljudje najboljše razumejo s srednjo generacijo (39,60 %) in da bi želeli imeti več stikov tudi s srednjo generacijo, saj se je tako opredelilo 43,56 % anketirancev. Med razlogi, zakaj bi želeli več stikov s srednjo generacijo, so v največji meri (36,36 %) izpostavili največje razumevanje srednje generacije do starih ljudi. Mladih ljudi niti ni, ker odhajajo v šole ali delat v večja mesta, ko pa so tukaj, nimajo časa za stare ljudi ali pa si niti ne želijo njihove družbe.

Mladi ljudje pogosto niti nimajo možnosti za vzpostavitev komunikacije s starimi ljudmi, kadar pa ta možnost obstaja, komunikacija med njimi ne steče. Navkljub mogočnemu napredku znanosti in tehnologije človek še vedno ostaja socialno bitje, kar pomeni, da potrebuje stike in druženja z drugimi ljudmi ter prenos znanja in modrosti med generacijami. (Mali, 2009, str. 244)

Anketiranci so izrazili željo po večjem stiku s srednjo generacijo (39,60 %) in tudi z mlado (21,78 %), na vprašanje o željah za vključevanje pa jih je 24,52 % označilo dejavnosti za medgeneracijske dejavnosti. Mislim, da je k temu botrovalo tudi to, ker na slovenski strani meje, ki je zgolj 15 km od naše vasi, obstaja medgeneracijski center, ki deluje že nekaj časa. V njem so stari ljudje zelo aktivni, imajo veliko organiziranih dejavnosti in nekajkrat sem jih zjutraj opazila, ko so telovadili. Informacija o tem centru je prišla do naše vasi in ta zdaj velja kot zelo zanimiva, uporabna in pozitivna inovacija. (<http://notranjskoprimorske.si/2015/02/vzpodbudno-v-loski-dolini-odprli-medgeneracijski-center/>)

Moški so tudi najbolj poudarili zabavne (37,68 %) in športne (20,29) dejavnosti, ženske pa ročne spretnosti (19,77 %) in izobraževalne dejavnosti (16,28 %), kar je nekako bilo tudi za pričakovati. Eden od največjih problemov, ki ga lahko zasledimo v raziskavi, je, da stari ljudje nimajo društva upokojencev, ki bi ga moralo imeti vsako mesto oziroma vas, kar je pomembno zlasti tam, kjer predstavljajo večinsko prebivalstvo stari ljudje. Iz raziskave je razvidno, da je 85,15 % anketirancev odgovorilo da ne obiskujejo društva upokojencev, ker jih na vasi ni. Vse te dejavnosti, s katerimi se bi želeli ukvarjati, bi lahko potekale v prostorih, na primer v centru za stare prek društva upokojencev, v okviru katerega bi lahko deloval tudi medgeneracijski center. Tukaj bi predlagala pomoč rdečega križa in občine, da bi se za začetek ustvarilo društvo upokojencev. Kot pravi Ramovš (2000, str. 18), morata človek sam in občina kot osnovna družbena skupnost v današnjih razmerah za to nekaj storiti. Nekateri anketiranci so odgovorili, da obiskujejo društva upokojencev, ampak oni so nekoč delali v Sloveniji in gredo tam na druženja, srečanja in podobno.

Raziskava je pokazala, da upokojenci prosti čas preživljajo precej pasivno, večinoma z informativnimi dejavnostmi (gledanje televizije, poslušanje radia, branje), pri čemer jih največ (67,33 %) vsak dan gleda televizijo. V raziskavi sem ugotovila, da se upokojenci ne udeležujejo dejavnosti predvsem zaradi bolezni in previsokih stroškov. Če bi želeli sodelovati v nekaterih društvi ali aktivnostih, bi se morali voziti, ob čemer bi se spet pojavile težave s prevozom in stroški. Aktivnosti, ki bi se na vasi organizirale za stare

ljudi, bi morale biti brezplačne ali vsaj cenovno ugodne, saj imajo ti ljudje nizke prihode. V raziskavi je razvidno, da prevladujejo tisti, ki jim pokojnina srednje zadostuje za življenje (38,61 %), in tisti, ki jim ne zadostuje (29,70 %). Pri finančnih težavah se upokojenci najbolj zanašajo na pomoč otrok, kar je označilo 42,57 %, ter na pomoč partnerjev, s čimer se je poistovetilo 26,73 % anketirancev. Podgorelec in Klempić (2007, str. 115) pravita, da neformalne oblike skrbi starih ljudi sestavljajo: zagotavljanje čustvene podpore ter zagotavljanje informacij in praktične podpore, ki je sestavljena iz zagotavljanja nege in materialne oskrbe. Najpogostejši ponudniki osebnih oblik nege in oskrbe starih ljudi so zakonci, odrasli otroci, drugi družinski člani, nato pa prijatelji in sosedi. Ena od hipotez je bila povezana tudi z finančnim stanjem, kjer sem želela izvedeti ali stari ljudje, ki živijo sami, ocenjujejo, da so pokojnine prenizke. Hipotezo sem morala zavrniti, ker so rezultati pokazali, da tisti, ki živijo s sestro ali bratom ocenjujejo, da so pokojnine prenizke, kar je 60,00 %, čeprav naslednji največji odstotek (51,28 %) ocenjujejo stari ljudje, ki živijo sami. Predvidevala sem, da bom hipotezo potrdila, ampak tistih, ki živijo s sestro ali bratom je zelo malo in so ocenili pokojnine kot nizke.

Upokojenci so z življenjem po upokojitvi srednje zadovoljni (36,63 %). Glede zadovoljstva življenja po upokojitvi, zanimalo me je ali so bolj zadovoljne z življenjem ženske kakor moški. Rezultati so pokazali da ni razlik med moškimi in ženskami glede zadovoljstva z življenjem po upokojitvi, čeprav bi se predvidevalo da bodo ženske manj zadovoljne, glede na to, da so v raziskavi ženske bolj izključene in večino časa preživljajo same. Med največjimi slabostmi upokojitve izstopajo nizki ali celo prenizki dohodki (21,78 %), ter rahljanje stikov z bivšimi sodelavci (15,84 %). Po drugi strani pa sta po njihovi oceni najboljši prednosti upokojitve, da imajo več prostega časa zase, družino in otroke (19,80 %) ter čuvanje vnukov (13,86 %).

V raziskavi sem ugotovila, da se upokojenci počutijo srednje izključeni iz družbe, čeprav se ženske počutijo bolj izključene kakor moški. Ženske so bile vedno bolj zaprte v hišah, kjer so opravljale gospodinjska dela, medtem ko so se moški umaknili od družinskih obveznosti in si zagotovili več prostega časa, ki so ga izkoristili s prijatelji, v gostilnah itd. Tepavčević (2003, str. 28) pravi, da je bila ženska skozi vso zgodovino razrednih družb pretežno v inferiornem položaju tako v javni kot v zasebni (družinski) sferi. Izključenost ženskih upokojenk v raziskavi lahko povežem z dejstvom, da ženske prosti čas v največji meri preživljajo same, kar je potrdilo tudi 64,29 % anketirank, medtem ko je 62,22 % moških odgovorilo, da preživljajo prosti čas v družbi. Glede izključenosti želela sem izvedeti ali se bolj izključeni počutijo ljudje, ki živijo sami, ali tisti, ki živijo v

drugih oblikah bivanja. Rezultati so pokazali, da se ne počutijo najbolj izključeni tisti, ki živijo sami, temveč tisti, ki živijo z otroci. Moje mnenje glede na takšne rezultate, ki jih nisem pričakovala je mogoče zato, ker so otroci že odrasli ljudi, zaposleni, imajo preveč obveznosti in nimajo časa za stare ljudi, ki živijo z njimi. Z druge strani tisti, ki so sami mogoče imajo večjo svobodo nekam oditi, družiti se z drugimi, biti v nečem aktivni, vsaj jaz si nekako tako predstavljam.

Spremembe, ki jih prinaša proces staranja, kot so upokožitev, povečana tveganja bolezni in invalidnosti, finančna odvisnost, socialna izključenost, izguba bližnjih oseb itd., občutijo stari ljudje kot posledice staranje, posledično pa se jim pojavijo potrebe po družini, skupnosti in organiziranih lokalnih in širših družbenih skupnostih oziroma razvoju omrežij in oblik dostopa do nege in oskrbe starejših oseb. Zato je pomembno, da se razvijejo novi trendi v širšem konceptu oskrbe oziroma različnih družbenih ukrepov in organizacij za ohranjanje ali dvig kakovosti življenja starih ljudi.

6 SKLEPI

- Spol, zdravstveno stanje, socialne mreže, socialna vključenost, materialno stanje in preživljanje prostega časa so dejavniki, ki so pomembni za kakovost življenja starih ljudi in medsebojno vplivajo drug na drugega ter se prepletajo.
- Ženske imajo daljšo pričakovano življenjsko dobo – večina živi dlje od svojih partnerjev. Med ženskami je več tistih, ki živijo same, imajo večje zdravstvene težave in jim prihodki ne zadostujejo za preživetje. Več je tudi žensk, ki morajo za preživetje dodatno delati. Ženske se v večji meri počutijo izključene iz družbe, najpogosteje preživljajo prosti čas same ter imajo slabše odnose z družino, sorodstvom, prijatelji in sosedi. Glede na to, da imajo slabše odnose in so bolj izključene iz družbe kakor moški, so v večjem številu izrazile željo po vključevanju v dejavnosti, med katerimi so najbolj v ospredju medgeneracijske dejavnosti in ročne spretnosti.
- Podatki raziskave v zvezi z odnosi kažejo, da imajo starejši upokojenci dobro razvita socialna omrežja. Pri odnosih z družino, sorodniki, prijatelji in sosedi so odnose opredelili kot dobre. Pričakovano imajo najboljše odnose z družino. Pri finančnih težavah starim ljudem največkrat pomagajo najbližji družinski člani, otroci ter partner ali partnerka.
- Ženske imajo več stikov s staro generacijo, moški pa s srednjo. Eni in drugi si želijo več stikov s srednjo generacijo, saj menijo, da ima ta zanje največ posluha oz. jih najbolj razume.
- Podatki raziskave kažejo, da večina starih upokojencev svoj prosti čas preživlja sama, pri čemer prevladujejo ženske. Te svoj preživljajo prosti čas najpogosteje preživljajo z informativnimi dejavnostmi, kot so gledanje televizije, poslušanje radia ter branje, kar pomeni, da prosti čas preživljajo bolj pasivno kakor aktivno.
- Z raziskavo sem ugotovila, da anketiranci nimajo društva upokojencev ali svojega prostora, kjer se bi lahko srečevali in družili. Menim, da bi morali imeti takšen prostor ali center v vseh mestih in vaseh, še posebej pa tam, kjer prevladuje starejše prebivalstvo.
- Zaradi prevelikih stroškov, slabših odnosov s prijatelji in še najbolj zaradi zdravstvenih težav se stari ljudje ne udeležujejo različnim dejavnosti, kot so na primer športne ali ustvarjalne, ne gredo na potovanja in izlete itd.

- Upokojenci so v raziskavi izrazili veliko željo po vključevanju v različne dejavnosti. Zelo malo je bilo tistih, ki so izbrali, da se ne bi vključili nikamor. Več žensk kot moških se želi vključiti v medgeneracijske dejavnosti ter opravila ročnih spretnosti, moški pa si bolj želijo medgeneracijske in zabavne dejavnosti.
- Anketiranci so v povprečju srednje zadovoljni z življenjem po upokojitvi. Kot prednost upokojitve izpostavljajo, da imajo sedaj več prostega časa zase, družino in otroke, kot slabost upokojitve pa navajajo predvsem (pre)nizke prihodke.

7 PREDLOGI

- Predlagam ustanovitev društva upokojencev. Vsaka vas/mesto bi moralo imeti društvo upokojencev, dnevni center za starejše, kar je pomembno predvsem na področjih, kjer predstavljajo stari ljudje večinsko prebivalstvo, glede na to, da so anketiranci odgovorili da nimajo društva upokojencev. Z ustanovitvijo društva upokojencev omogočile se bi različne dejavnosti, druženja, nova učenja in vse ostalo za kar bi stari ljudi bili zainteresirani.
- Bolj bi morali promovirati pomen medgeneracijskega sožitja, posebej glede na to, da je največ anketirancev izrazilo željo po vključevanju v medgeneracijske dejavnosti, v ospredju pa je bila močno prisotna tudi želja po večjem stiku s srednjo generacijo in vsemi tremi generacijami.
- Aktivirati je treba sodelovanje med raznimi institucijami in društvi, npr. rdeči križ, občina in CSD bi lahko močno pripomogli k izboljšanju kakovosti življenja starih ljudi.
- Pomoč na domu bi bila ena od idej, kako pomagati ljudem, ki živijo sami in nimajo nikogar, ki bi jim priskočil na pomoč.
- Predlagam še dodatne raziskave na temo vključevanja starih ljudi v dejavnosti, s katerimi bi dobili nove predloge za izboljšanje kakovosti življenja starih ljudi. Pomembno je tudi, da njihove predloge lokalna skupnost uresničuje.
- Z dejavnostmi in pogostejšimi druženji bi lahko skušali zmanjšati socialno izključenost starih ljudi.
- Predlagam izlete, tekmovanja v različnih igrah, v športu in podobno. Stroški teh bi morali biti minimalni, saj imajo stari ljudje nizke prihodke. Tukaj bi npr. občina lahko pomagala pri financiranju.
- Upokojeni anketiranci so izrazili tudi veliko željo glede organiziranja izobraževalnih dejavnosti. Mladi lahko učijo stare ljudi uporabljati računalnik, mobilni telefon in svetovni splet. Organizirali bi lahko različna predavanja s tematikami, ki so za stare ljudi zanimive, poučna predavanja ali celo učenje tujih jezikov.

8 LITERATURA IN VIRI

1. Accetto, B. (1968). *Staranje, starost in starostno varstvo*. Rdeči križ Slovenije.
2. Beno A., & Bezek, A. (2011). Kaj pa zdaj ko sem upokojen? *Glasnik Slovenskega etnološkega društva*. 51 (3/4), 82–83.
3. Buchebner Ferstl, S. (2010). Par v času prehoda v upokojitev. Ljubljana: *Znanstvena založba Filozofske fakultete*. 16(1), 58–64.
4. Černigoj Sadar, N. (1991). *Moški in ženske v prostem času*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
5. Flaker, V., Mali, J., Kodele, T., Grebenc, V., Škerjanc J., Urek, M., (2008). *Dolgotrajna oskrba : očrt potreb in odgovorov nanje*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
6. Hojnik Zupanc, I. (1994). Medgeneracijski odnosi. *Star človek in družina*. Gerontološko društvo Slovenije. Brdo pri Kranju. 53 – 63
7. Hojnik Zupanc, I. (1997). *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
8. Hojnik Zupanc, I. (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno – prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
9. Hlebec, V. (2003). Socialna omrežja starostnikov v Sloveniji. *Družboslovne razprave (na spletu)*. Fakulteta za družbene vede. 19 (43), 171–182
10. Hlebec, V., Kavčič, M., Filipovič – Hrast, M., Vezovnik, A., Trbanc, M., (2010). *Samo da bo denar in zdravje: življenje starih revnih ljudi*. Fakulteta za družbene vede.
11. Hvalič – Touzery, S. (2006). *Vloga družinskih članov pri oskrbi starih ljudi*. Fakulteta za socialno delo. Ljubljana. 1/2, 29-33
12. Höpflinger, F. (2012). Staranje in generacijske spremembe: novo staranje novih generacij. *Kakovostna starost*. Inštitut Antona Trstenjaka. 15 (2), 3–12.
13. Kavar – Vidmar, A. (2005). *Upokojitev: splošne ugotovitve in lastna izkušnja*. Zbornik: Predupokojitveni seminarji. Fakulteta za socialno delo. Ljubljana.
14. Ledbetter Hancock, B. (1990) *Social work with older people*. Prentice Hall, New Jersey
15. Lenart, M. (2013). *Starejši na trgu dela*. Zbirka brošure. Statistični urad Republike Slovenije. Ljubljana.

16. Lepan, Ž., Leutar Z., (2012). *Važnost tjelesne aktivnosti u starijoj životnoj dobi*. Studijski centar socijalnog rada Pravnog fakulteta Sveučilišta. Zagreb. 203 – 223
17. Lešnik, R. (1982). *Prosti čas – delo, človek, družba, vzgoja*. Založba obzorja Maribor.
18. Ličer N. (1994). Upokojenec in družina. Star človek in družina. Gerontološko društvo Slovenije. Brdo pri Kranju. 46 – 53
19. Mali, J., (2005). *Priprava na upokojitev*. Zbornik: Predupokojitveni seminarji. Fakulteta za socialno delo. Ljubljana.
20. Mali, J. (2008). *Od hiralnic do domov za stare*. Ljubljana. Fakulteta za socialno delo.
21. Mali, J. (2009). Medgeneracijska solidarnost v obstoječih oblikah skrbi za stare ljudi. V: Tašner, V. (ur.), Lesar I., (ur.), Antič, M. G. (ur.), Hlebec, V. (ur.), Pušnik, M. (ur.), *Brez spopada: kultur, spolov, generacij*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta. 243–256.
22. Mali, J. (2011). Pogled z vidika skrbi za stare ljudi: pripombe k predlogu zakona o socialnovarstveni dejavnosti. *Socialno delo*, (50) 1, 59–62.
23. Mali, J. (2012a). Socialno delo s starimi ljudmi in nova socialna zakonodaja. *Časopis za kritiko znanosti*. 40 (250), 86 – 94.
24. Mali, J. (2012b). Uvajanje dezinstitutucionalizacije na področju oskrbe starih ljudi. *Časopis za kritiko znanosti*. 40(250), 128–137.
25. Mali, J. (2013). Socialno delo s starimi kot specializacija stroke. *Socialno delo*. 52, (1), 57–67.
26. Mali, J. (2014). The role of social work in the epoch of intergenerational solidarity in society. *Revija za socialnu politiku*. 50 (1), 59–62.
27. McDonald A. (2010). *Social Work with Older People*. Cambridge: Polity Press
28. Mesec, B., (1997). Metodologija raziskovanja v socialnem delu I: Študijsko gradivo za interno uporabo. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
29. Milošević Arnold, V. (2003). *Socialno delo s starimi ljudmi. Študijsko gradivo*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
30. Milošević – Arnold, V. (2005). *Spremembe ob upokojitvi na osebni ravni, v družini in v širšem okolju*. Zbornik: Predupokojitveni seminarji. Fakulteta za socialno delo.
31. Mijoč A.S. (2000). Univerza za tretje življenjsko obdobje Velenje. *Fakulteta za socialno delo*. 39 (4/5), 365-368

32. Ovsenik, M. (2011). Socialna gereontologija – odgovor na spremembe časa. I. Znanstveni simpozij fizioterapevtov Slovenije. Zbornik. Ljubljana: Zbornica fizioterapevtov Slovenije.
33. Ovsenik, R. & Vidić, D. (2013). Odnos starijih osoba prema slobodnom vremenu. *Evropsko središče Maribor, Slovenija*. 55–60.
34. Pečjak, V. (1998). *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Samozaložba Bled in Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
35. Pečjak, V. (2007). *Psihologija staranja*. Samozaložba Bled
36. Podgorelec, S., & Klempić, S. (2007). DEMOGRAFSKA STAROST I SOCIJALNA SKRB: Starenje in neformalna skrb o starim osobama u Hrvatskoj. *Institut za migracije i narodnosti, Zagreb*. 111–134.
37. Postružnik, A. (2000). Nematerialna pomoč starostnikom. *Fakulteta za socialno delo*. 39, (4/5), 337 - 346
38. Požarnik, H. (1981). *Umetnost staranja – Leta, predsodki in dejstva*. Cankarjeva založba.
39. Ramovš J. (2000). Krajevna mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost. *Kakovostna starost. Inštitut Antona Trstenjaka*. 3 (1 – 4), 2 – 18
40. Ramovš, J. (2003). *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
41. Ramovš, J. (2014b). Socialna mreža. *Kakovostna starost. Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje*. 17(1), 50 – 54.
42. Ramovš, J. (2014a). Staranje. *Kakovostna starost. Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje*. 17, (1), 45 – 46.
43. Smolić – Krković, N. (1974). *Gerontologija – priručnik za socialne radnike*. Savez društva socialnih radnika, Zagreb.
44. Sniadek, J., Zajadacz, A. (2010). *Senior citizens and their leisure activity: Understanding leisure behavior of elderly people in Poland*. University School of Physical Education, Poland. 17 (2), 193 – 204.
45. Štambuk, A., Rusac, S., Sučić, A. (2013). *Spending leisure time in retirement*. Department of Social Work, Faculty of Law. Zagreb. 115 (4), 567 – 574.
46. Tepavčević, Ž. (2003). *Družina in prosti čas*. Fakulteta za socialno delo. 42 (1), 27 – 32.
47. Ušeničnik, M. (2000). *Priprava na upokojitev*. AS Andragoška spoznanja. Univerza v Ljubljani. Filozofska fakulteta. 6, (1), 42 – 48.

48. Vertot, N. (2010). Starejše prebivalstvo v Sloveniji. Zbirka brošure. Statistični urad Republike Slovenije. Ljubljana.
49. Žganec, N. (1995). Obitelj – Socijalna mreža – Socijalni rad. *Pravni fakultet, Zagreb*. Str: 503–515.

9 PRILOGE

9.1 Vprašalnik

Sem Iva Varšava, absolventka Fakultete za socialno delo na Univerzi v Ljubljani. Pišem diplomsko delo z naslovom Prosti čas in socialna omrežja starih ljudi po upokojitvi. Prosim vas za sodelovanje v raziskavi, v kateri bom ugotavljala, kako se upokojenci počutite, kakšne so vaše socialne mreže po upokojitvi, s kakšnimi aktivnostmi se ukvarjate v prostem času ter kako pogosto, s čim se bi želeli ukvarjati, kaj pogrešate in podobno. Vprašalnik je zaradi lažjega branja in izpolnjevanja razdeljen na naslednjih pet sklopov: **OSEBNI PODATKI, FINANČNO STANJE, SOCIALNA OMREŽJA, PROSTI ČAS in UPOKOJITEV.**

Vprašalnik je anonimen in bo uporabljen samo za študijske namene.

Vnaprej se zahvaljujem za sodelovanje!

– OSEBNI PODATKI:

1. Prosim, označite, katerega spola ste:

M Ž

2. Prosim, označite, koliko ste stari:

- ☐ 65–69 let
- ☐ 70–74 let
- ☐ 75–79 let
- ☐ 80–84 let
- ☐ 85–89 let
- ☐ 90 let ali več

3. Prosim, označite, koliko let ste v pokoju:

- ☐ Manj kot 2 leti ☐ 2–8 let ☐ 8–15 let ☐ 15 let ali več

4. Prosim, označite, s kom živite:

- ☐ Sam/-a
- ☐ S partnerko/partnerjem
- ☐ Z otroki
- ☐ S sestro/bratom
- ☐ Drugo: _____.

5. Prosim, označite, kakšno je vaše zdravstveno stanje:

- ☐ Zdrav/-a ☐ Manjše zdravstvene težave ☐ Težje bolezni

– FINANČNO STANJE

6. Na lestvici od 1 do 5 označite, v kolikšni meri vam pokojnina zadostuje za življenje? (1 pomeni, da je popolnoma nezadostna, 2 – nezadostna, 3 niti nezadostna niti zadostna, 4 – zadostna, 5 – zelo zadostna)

1 2 3 4 5

7. Prosim, označite, ali dodatno delate za preživetje:

- ☐ DA ☐ NE

8. Prosim, označite, kdo vam pomaga v finančni stiski:

- ☐ Partner
☐ Otroci
☐ Brat/sestra
☐ Sorodniki
☐ Prijatelji
☐ Sosed
☐ Drugo: _____

– SOCIALNA MREŽA

9. Na lestvici od 1 do 5 ocenite, koliko se počutite izključeni iz družbe (1 pomeni počutim se popolnoma izključeno, 2 – občasno se počutim izključeno, 3 – ne morem se odločiti, 4 – se večinoma počutim vključeno, 5 – počutim se popolnoma vključeno)

1 2 3 4 5

10. Na lestvici od 1 do 5 označite, kakšni so vaši odnosi po upokojitvi (1 pomeni zelo slabi, 2 – slabi, 3 – srednje, 4 – dobri, 5 – zelo dobri).

DRUŽINA:	1	2	3	4	5
SORODNIKI:	1	2	3	4	5
PRIJATELJI:	1	2	3	4	5
SOSEDI:	1	2	3	4	5

11. Prosim, označite, s katero generacijo se najbolje razumete.

☐ Z mlado

☐ S srednjo

☐ S staro

12. Prosim, označite, s katero generacijo bi želeli imeti več stikov.

☐ Z mlado

☐ S srednjo

☐ S staro

13. Zakaj ste izbrali to generacijo?

_____.

– PROSTI ČAS

14. Prosim, označite, kako največkrat preživljate prosti čas.

☐ Sam/-a

☐ V družbi

15. Prosim, označite, kako pogosto preživljate prosti čas z:

INFORMATIVNIMI DEJAVNOSTMI		
GLEĐANJE TELEVIZIJE	POSLUŠANJE RADIA	BRANJE
☐ Vsak dan	☐ Vsak dan	☐ Vsak dan
☐ Enkrat na teden	☐ Enkrat na teden	☐ Enkrat na teden
☐ Nekajkrat na teden	☐ Nekajkrat na teden	☐ Nekajkrat na teden
☐ Enkrat na mesec	☐ Enkrat na mesec	☐ Enkrat na mesec
☐ Nekajkrat na mesec	☐ Nekajkrat na mesec	☐ Nekajkrat na mesec
☐ Enkrat na leto	☐ Enkrat na leto	☐ Enkrat na leto
☐ Nekajkrat v letu	☐ Nekajkrat v letu	☐ Nekajkrat v letu
☐ Nikoli	☐ Nikoli	☐ Nikoli

16. Prosim, označite, kako pogosto obiskujete:

DRUŠTVA UPOKOJENCEV, SREČANJA UPOKOJENCEV	
☐ Vsak dan	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.
☐ Enkrat na teden	☐ Ne želim
☐ Nekajkrat na teden	☐ Zaradi bolezni
☐ Enkrat na mesec	☐ Preveliki stroški
☐ Nekajkrat na mesec	☐ Nimam družbe
☐ Enkrat na leto	☐ Jih ni
☐ Nekajkrat v letu	☐ Drugo: _____
☐ Nikoli	

17. Prosim, označite, kako pogosto preživljate svoj prosti čas z:

USTVARJALNIM DEJAVNOSTMI (pisanje pesmi, izdelava nakita, slikanje, glasba, pletenje ali šivanje)	
☐ Vsak dan	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.
☐ Enkrat na teden	☐ Ne želim
☐ Nekajkrat na teden	☐ Zaradi bolezni
☐ Enkrat na mesec	☐ Preveliki stroški
☐ Nekajkrat na mesec	☐ Nimam družbe
☐ Enkrat na leto	☐ Jih ni
☐ Nekajkrat v letu	☐ Drugo: _____
☐ Nikoli	

18. Prosim, označite, kako pogosto preživljate svoj prosti čas s:

ŠPORTNIM DEJAVNOSTMI (telovadba, sprehodi, plavanje, smučanje)	
☐ Vsak dan	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.
☐ Enkrat na teden	☐ Ne želim
☐ Nekajkrat na teden	☐ Zaradi bolezni
☐ Enkrat na mesec	☐ Preveliki stroški
☐ Nekajkrat na mesec	☐ Nimam družbe
☐ Enkrat na leto	☐ Jih ni
☐ Nekajkrat v letu	☐ Drugo: _____
☐ Nikoli	

19. Prosim, označite, kako pogosto preživljate svoj prosti čas z:

ODHODOM NA IZLETE, POTOVANJA?	
☐ Vsak dan	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.
☐ Enkrat na teden	☐ Ne želim
☐ Nekajkrat na teden	☐ Zaradi bolezni
☐ Enkrat na mesec	☐ Preveliki stroški
☐ Nekajkrat na mesec	☐ Nimam družbe
☐ Enkrat na leto	☐ Jih ni
☐ Nekajkrat v letu	☐ Drugo: _____
☐ Nikoli	

20. Prosim, označite, kako pogosto preživljate svoj prosti čas z opravljanjem:

SVOJIH HOBIJEV	
☐ Vsak dan	Če nikoli, vas prosim, da odgovor pojasnite.
☐ Enkrat na teden	☐ Ne želim
☐ Nekajkrat na teden	☐ Zaradi bolezni
☐ Enkrat na mesec	☐ Preveliki stroški
☐ Nekajkrat na mesec	☐ Nimam družbe
☐ Enkrat na leto	☐ Jih ni
☐ Nekajkrat v letu	☐ Drugo: _____
☐ Nikoli	

21. Prosim, označite, katere dejavnosti bi se želeli udeležiti.

(Možnih je več odgovorov.)

- ☐ Ustvarjalnih delavnic (umetnost, petje, ples ...).
- ☐ Športnih aktivnosti (telovadba, balinanje, plavanje ...).
- ☐ Ročnih spretnosti (šivanje, kvačkanje ...).
- ☐ Zabavnih aktivnosti (družbene igre, kartanje, šah ...).
- ☐ Izobraževalnih aktivnosti (jezikovni tečaji, računalniški tečaji, različna predavanja).
- ☐ Medgeneracijskih delavnic (povezovanje vseh treh generacij).
- ☐ Nobenih.
- ☐ Drugo: _____.

– UPOKOJITEV:

22. Na lestvici od 1 do 5 vas prosim, da ocenite, koliko ste po upokojitvi zadovoljni s svojim življenjem? (1 pomeni popolnoma nezadovoljen, 2 – nezadovoljen, 3 – ne morem se odločiti, 4 – zadovoljen, 5 – popolnoma zadovoljen).

1 2 3 4 5

23. Kaj se vam zdi najboljše, odkar ste v pokoju, oziroma kaj bi izpostavili kot največjo prednost upokojitve?

_____.

24. Kaj se vam zdi najslabše, odkar ste v pokoju, oziroma kaj bi izpostavili kot največjo slabost upokojitve?

_____.

9.2 Izračuni hipotez

Tabela 9.2.1.: Hipoteza 1

BIVANJE	IZKLJUČENI + POPONOMA IZKLJUČENI	%	SREDNJE	%	VKLJUČENI + POPOLNOMA VKLUČENI	%	SKUPAJ
SAMI	6+9= 15	38,46	14	35,90	6+4= 10	25,64	39
S PARTNERJEM- KO	4+5= 9	21,43	12	28,57	16+5= 21	50,00	42
Z OTROCI	3+8= 11	73,33	2	13,33	2	13,33	15
S SESTRO/ BRATI	2+1= 3	60,00	2	40,00	0	0	5

Tabela 9.2.2.: Hipoteza 2

ODNOSI:	POVPREČJE	STANDARDNI ODKLON
Z DRUŽINO	4,2475	0,7267
S SORODNIKI	3,3465	1,1085
S PRIJATELJI	3,4059	1,1152
S SOSEDI	3,4554	0,8891

Tabela: 9.2.3.: Hipoteza 4

ZADOVOLJSTVO	POVPREČJE	STANDARDNI ODKLON	p
MOŠKI	2,8667	0,9195	0,965
ŽENSKE	2,8750	0,9547	0,965

Tabela: 9.2.4.: Hipoteza 5

BIVANJE	POPOLNOMA NEZADOSTNA + NEZADOSTNA	%	SREDNJE	%	POPOLNOMA ZADOSTNA+ ZADOSTNA	%	SKUPAJ
SAM/ SAMA	7+13= 20	51,28	10	25,64	7+2= 9	23,08	39
S PARTNERJEM/ PARTNERKO	3+10= 13	30,95	20	47,62	9+0= 9	21,43	42
Z OTROCI	2+4= 6	40,00	9	60,00	0+0= 0	0	15
S SESTRO/ BRATI	3+0= 3	60,00	0	0	2+0= 2	40,00	5

Tabela 9.2.5.: Hipoteza 6

AKTIVNOSTI	POVPREČJE	STANDARDNI ODKLON
GLEDANJE TELEVIZIJE	1,8812	1,3512
POSLUŠANJE RADIA	4,2277	2,7235
BRANJE	3,8614	2,2629
USTVARJALNE	6,0396	2,2312

