

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Špela Selan

**Osamljenost in socialna omrežja starih ljudi, ki so brez
stika s svojci in živijo v Domu za stare ljudi**

Magistrsko delo

Ljubljana, 2020

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Špela Selan

**Osamljenost in socialna omrežja starih ljudi, ki so brez
stika s svojci in živijo v Domu za stare ljudi**

Magistrsko delo

Študijski program: Dolgotrajna oskrba starih ljudi

Mentorica: izr. prof. dr. Maša Filipovič Hrast

Ljubljana, 2020

Za vso pomoč, vodenje in podporo pri pisanju mojega magistrskega dela se najlepše zahvaljujem mentorici izr. prof. dr. Maši Filipovič Hrast. Prav tako bi se rada zahvalila vsem sogovornikom, saj ste s svojim sodelovanjem omogočili nastanek mojega magistrskega dela.

Za vso podporo in ljubezen se najlepše zahvaljujem tudi moji družini, ki mi je v tem času potrpežljivo stala ob strani.

Hvala tudi tebi, draga Nadia, za vso pomoč in nasvete, ki si mi jih potrpežljivo podala, ter za ogromno dobre volje, ki si mi jo ob tem namenila.

Predvsem pa hvala tudi tebi, Jan, ker si ves čas verjel vame in me na tej poti spodbujal.

Osamljenost in socialna omrežja starih ljudi, ki so brez stika s svojci in živijo v domu za stare ljudi

Povzetek magistrskega dela

Zadnje obdobje življenja je pri velikem delu starih ljudi povezano z zdravstvenimi težavami in splošno zmanjšano možnostjo skrbi zase ter s tem posledično tudi s preselitvijo v dom za stare ljudi. Preselitev človeka v institucijo poleg splošnega stresa predstavlja tudi zoženje njihove primarne socialne mreže.

Pojav osamljenosti med starimi ljudmi že v osnovi predstavlja problem sodobne družbe, zato sem s pomočjo raziskave poskušala ugotoviti, kakšna so socialna omrežja ljudi, ki bivajo v domu za stare in kakšna je stopnja osamljenosti med njimi. V raziskavo sem vključila stanovalce Centra starejših Notranje Gorice. Osredotočila sem se na tiste stanovalce, ki imajo zelo malo stikov s svojci ali pa jih sploh nimajo. Poleg že omenjenih tem sem raziskovala tudi, kaj starim ljudem predstavlja pojem osamljenosti, kako bi sami pripomogli h zmanjšanju le-te ter kako si pomagajo pri reševanju stisk. Pozornost sem namenila tudi njihovem odnosu do prostovoljstva.

Ugotovila sem, da jim največji del njihovega socialnega omrežja predstavljajo zaposleni, saj so obiski svojcev in prijateljev zelo redki. Stopnja osamljenosti med intervjuvanimi stanovalci je nizka; v primeru stisk si pomagajo na različne načine. Osamljenost si predstavljajo kot odsotnost opore in družbe drugih ljudi. Ker imajo skupine za samopomoč pomembno vlogo pri zmanjševanju osamljenosti, sem raziskovala tudi poznavanje te skupine znotraj doma. Izkazalo se je, da večina stanovalcev skupina ne pozna, čeprav je skupina organizirana. Prostovoljstvo

jim predstavlja učinkovit način za zmanjševanje osamljenosti in izključenosti starih ljudi; izkušenj z obiskovanjem prostovoljca večinoma nimajo.

Ključne besede: institucionalno varstvo, socialno delo s starimi ljudmi, socialna omrežja starih ljudi v domu, osamljenost, prostovoljstvo.

Loneliness and social networks of elderly people who are out of touch with their relatives and live in a home for the elderly
Master's Thesis Abstract

The last period of older people's life is often associated with health problems and reduced ability to care for themselves. As a result, older people are forced to move to a home for the elderly. Moving a person to an institution can cause a lot of stress and also a reduction of their primary social network.

The emergence of loneliness among the elderly is already an extensive problem in modern society. Through my research, I tried to find out what the social networks of people living in a nursing home are and what the level of loneliness is among them.

The research included residents of the Center for the Elderly Notranje Gorice and focused on those residents who have very little contact with their relatives or have no contact at all. In addition to the topics mentioned above, I have researched what the concept of loneliness represents to older people, how they can help reduce it on their own, and how they help them deal with distress. I also paid attention to their attitude towards volunteering.

My research shows that the largest part of their social network is represented by employees since visits of relatives and friends are very rare. The level of loneliness among the interviewed residents is low and, in the event of distress, they help each other in different ways. They associate loneliness with the lack of support and company of other people. Because self-help groups play an important role in reducing loneliness, I also researched how many residents know these groups. It turned out that despite the fact that the group is organized in their home, most residents do not know it. They think that volunteering is an effective way of reducing loneliness and preventing the exclusion of the elderly. Although volunteering is included in their home, most of them do not have experience with volunteers.

Keywords: institutional care, social work with the elderly, social networks of the elderly living in a nursing home, loneliness, volunteering.

VSEBINA

| | |
|--|-----------|
| 1. TEORETIČNI DEL..... | 1 |
| 1.1. Staranje..... | 1 |
| 1.2. Socialna omrežja in pojav osamljenosti v starosti | 5 |
| 1.2.1. Socialna omrežja v starosti..... | 5 |
| 1.2.2. Osamljenost med starimi ljudmi | 10 |
| 1.3. Institucionalno varstvo..... | 12 |
| 1.3.1. Socialno delo s starimi v domovih za stare | 15 |
| 1.4. Prostovoljstvo..... | 18 |
| 2. FORMULACIJA PROBLEMA | 22 |
| 2.1. Raziskovalna vprašanja..... | 22 |
| 3. METODOLOGIJA | 23 |
| 3.1. Vrsta raziskave | 23 |
| 3.2. Merski instrument | 23 |
| 3.3. Populacija in vzorec | 23 |
| 3.4. Zbiranje podatkov | 23 |
| 3.5. Obdelava in analiza podatkov | 24 |
| 4. REZULTATI..... | 26 |
| 4.1. Značilnosti socialnega omrežja starejših v domu | 26 |
| 4.2. Omrežje socialne opore..... | 27 |
| 4.3. Osamljenost..... | 28 |
| 4.4. Odnos do prostovoljstva..... | 30 |
| 5. RAZPRAVA | 31 |
| 6. SKLEPI..... | 36 |
| 7. PREDLOGI | 39 |
| 8. SEZNAM VIROV | 41 |
| 9. PRILOGE | 47 |
| 9.1. Priloga 1: vodilo za intervju (vprašalnik) | 47 |
| 9.2. Priloga 2: tabela kodiranja | 48 |
| 9.3. Priloga 3: osno kodiranje | 73 |

KAZALO TABEL

| | |
|--|----|
| Tabela 1.1: Koefficient starostne odvisnosti starih med letoma 2015 in 2050..... | 3 |
| Tabela 3.1: Primer kodiranja | 24 |

KAZALO SLIK

| | |
|--|---|
| Slika 1.1: Leto 1971 | 2 |
| Slika 1.2: Leto 2019 | 2 |
| Slika 1.3: Leto 2080 | 2 |
| Slika 1.4: Delež prebivalcev, starih 65 let in več | 2 |

1. TEORETIČNI DEL

1.1. Staranje

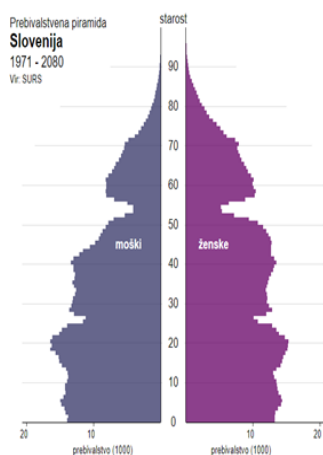
»Starost je socialni konstrukt, ki se oblikuje in razvija v nenehni izmenjavi med posameznikom in družbo« (Kobentar, 2008, str. 146). Baltes (1999, v Kobentar, 2008, str. 146) staranje opiše »kot proces, ki prinaša spremembe na področjih zdravja in bolezni, avtonomije in odvisnosti, kompetenc in deficitov, svobodne volje, zapuščenosti in modrosti.

Poleg naštetega starost vase integrira tudi vrednostne in normativne elemente, saj predstavlja večdimenzionalni prostor, v katerem se prepletajo izkušnje, življenjske potrebe, interesi in kompetence posameznikov.«

Staranje prebivalstva je del demografskega prehoda, ki ga prej ali slej doživi vsako prebivalstvo. Najprej se je pojavilo med prebivalci evropskih držav v 19. stoletju; sprožile so ga predvsem spremembe, ki so povezane z industrijsko revolucijo (Šircelj, 2009, str. 18). Demografski trendi so tisti, ki močno vplivajo na staranje prebivalstva in mednje štejemo nizko povprečno število otrok na žensko, zmanjšanje rodnosti v letih, ki so sledila povojnemu obdobju, daljša pričakovana življenjska doba ob rojstvu in zmanjšanje umrljivosti ter povečano število priseljencev iz tujih držav. Z zviševanjem povprečne starosti prebivalstva se sooča tudi Slovenija: v začetku 50. let prejšnjega stoletja je znašala 30 let, leta 2004 je znašala 40,3 let ter leta 2009 41,4 let (Vertot, 2010, str. 8). Po današnjih statističnih podatkih je povprečna starost narasla na 43,4 leta (Statistični urad Republike Slovenije, 2019).

Proces staranja prebivalstva lahko opišemo s tremi različnimi kazalniki, in sicer s starostno piramido, deležem starejših nad 65 let in koeficientom starostne odvisnosti starih (Filipovič in Hlebec, 2015, str. 7,8). Starostna piramida oz. prebivalstvena piramida je grafični prikaz starostne in spolne sestave prebivalstva, kjer je število oseb moških prikazano na levi strani, število žensk pa na desni strani piramide.

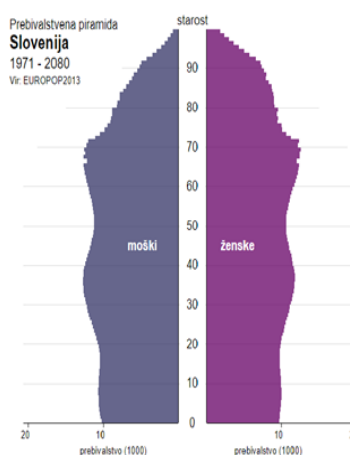
Slika 1.1: Leto 1971



Slika 1.2: Leto 2019



Slika 1.3: Leto 2080



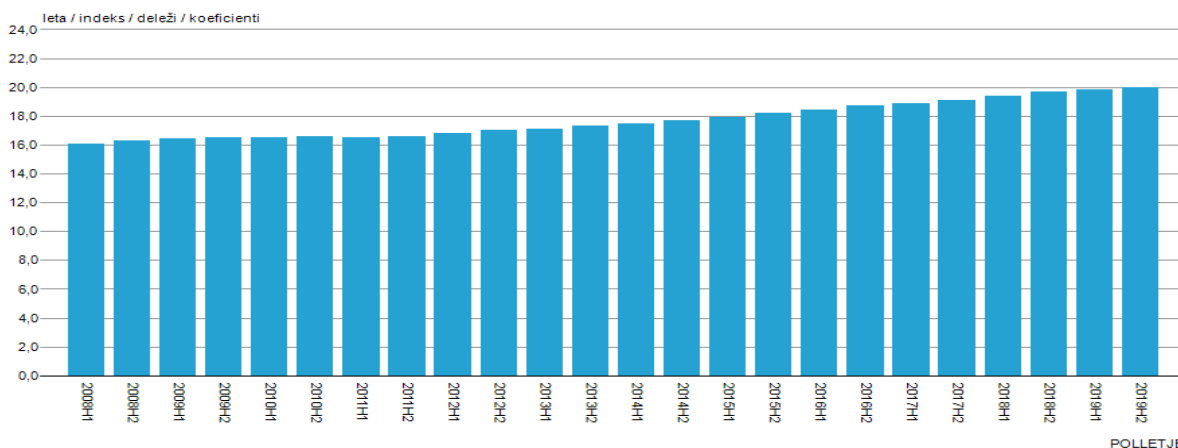
Vir: Statistični Urad Republike Slovenije (www.stat.si)

Slike prikazujejo starostno piramido Slovenije v letu 1971, 2019 in 2080. Na prvi sliki lahko vidimo, da ima struktura prebivalstva obliko piramide. Takrat je prevladovalo prebivalstvo med 18 in 25 let; starejšega prebivalstva je bilo zelo malo. Prebivalstvena piramida za leto 2019 izgleda precej drugače; prevladuje prebivalstvo srednje starostne skupine; povečal se je delež starejših ljudi med 65 in 80 letom; najmanj je tistih, ki so stari med 10 in 20 let. Za leto 2080 je predvideno, da bo prevladovalo število starih med 35 in 55 let ter prebivalstvo med 60. in 70. letom; najmanj bo prebivalcev v starosti od 1 do 20 let.

Naslednji od indikatorjev sestave prebivalstva je delež starejših nad 65 let. V Sloveniji se srečujemo s hitrim staranjem prebivalstva in, kot lahko vidimo na spodnjem grafu, se je delež starejšega prebivalstva nad 65 let od leta 2008 do konca leta 2019, dvignil iz 16 na 20 odstotkov.

Slika 1.4: Delež prebivalcev, starih 65 let in več

Prebivalstvo - izbrani kazalniki po: POLLETJE. SLOVENIJA, Delež prebivalcev, starih 65 ali več let (%).



Vir: Statistični urad Republike Slovenije

Tretji indikator za prikaz demografskih sprememb je koeficient starostne odvisnosti, ki prikazuje razmerje med delovno sposobno in delovno nesposobno skupino prebivalstva. Delovno sposobna skupina predstavlja ljudi v starosti med 15-64 let, delovno nesposobna pa v starosti 65 let in več (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 8).

Tabela 1.1: Koeficient starostne odvisnosti starih med letoma 2015 in 2050

| Leto | Koeficient starostne odvisnosti starih |
|------|--|
| 2015 | 26,6 |
| 2016 | 27,6 |
| 2017 | 28,6 |
| 2018 | 29,6 |
| 2020 | 31,6 |
| 2030 | 40,8 |
| 2040 | 48,7 |
| 2050 | 57,5 |

Vir: EUROSTAT (<https://ec.europa.eu/eurostat/web/main/home>), SURS (www.stat.si)

Kot lahko vidimo v tabeli se koeficient starostne odvisnosti v Sloveniji z leti povečuje. Leta 2015 je znašal 26,6 %, leta 2018 pa 29,6 %. Po napovedih se zviševanje starostnega koeficienta ne bo ustavilo in tako naj bi v letu 2050 znašal že 57,5 %.

Vse dosedanje projekcije prebivalstva potrjujejo dejstvo, da staranje prebivalstva poteka že desetletja in se bo tudi še nadaljevalo. Zaradi razmerja med delovno sposobnim in delovno nesposobnim prebivalstvom staranje prebivalstva pogosto dojemamo kot nekaj negativnega, čeprav ima proces tudi pozitivne učinke. Ravno majhna obremenjenost delovno sposobnega prebivalstva je bila tista, ki je veliko prispevala h socialnemu in gospodarskemu razvoju držav. Pozabljamo tudi, da stari ljudje še vedno dajejo svoj prispevek družbi in njenemu delovanju, le da je ta večinoma v neformalni obliki – varovanje vnukov, finančna pomoč otrokom ipd. (Šircelj, 2009, str. 40-41). V Združenih državah Amerike je več kot 3 milijone starih ljudi nad 65 let, ki so aktivno vključeni v prostovoljstvo predvsem v zdravstvenih, političnih, šolskih in verskih organizacijah, kar nakazuje, da starejše prebivalstvo ne predstavlja ekonomskega bremena družbi, ampak bistveno prispeva h obstoju le-te (Johnson, 2005, str. 38).

Na temo staranja lahko pogledamo iz dveh zornih kotov, in sicer iz že zgoraj omenjenega demografskega vidika in z vidika posameznika. Z vidika posameznika se tema staranja osredotoča predvsem na kronološke, biološke in sociopsihološke spremembe, s katerimi se človek sooča v tem obdobju (Filipovič in Hlebec, 2015, str. 7).

Sokolovsky (1997; v Johnson 2005, str. 21) pravi, da ima vsaka pretekla in sedanja kultura za starost izraze, ki razmejujejo začetne in končne faze človekovega življenja in tako tudi

različne družbe dodeljujejo različne pomene enakim značilnostim staranja. Mednarodne zgodovinske perspektive staranja pogosto izhajajo iz ekonomskih, demografskih, političnih, kulturnih in socialnih dejavnikov, ki oblikujejo določeno družbo v določenem zgodovinskem trenutku in zatorej naj bi bil pojem starosti družbeni konstrukt.

Accetto (1968, str. 66) opisuje starost kot pojem statičnosti, staranje pa kot dinamičen proces, ki poteka v strukturi organizma. Ramovš (2014, str. 45) dodaja, da je staranje proces, ki se začne že ob rojstvu in da se človek stara celo življenje. Poudarja, da gre za individualni proces, ki ga vsak od nas doživlja in zaznava drugače in na katerega vplivajo tako dednost kot tudi kakovost življenjskih razmer. Baltes (1999; v Kobentar 2008, str. 146) staranje opiše »kot proces, ki prinaša spremembe na področjih zdravja in bolezni, avtonomije in odvisnosti, kompetenc in deficitov, svobodne volje, zapuščenosti in modrosti«. Pečjak (2007, str. 13) ravno tako opiše staranje kot progresivne fiziološke spremembe v organizmu, ki vodijo k upadu bioloških funkcij in nesposobnosti organizma prilagajanju metaboličnemu stresu. Dragoš (2000, str. 293) pa staranje opisuje kot bolj kompleksen proces, ki zajema ne samo biološki, socialni in ekonomski vidik, ampak tudi kulturni. Poudarja, da so ljudje iste kronološke starosti v različnih kulturnih kontekstih vrednoteni drugače in da je starost fenomen generacijskih razlik, kar pomeni, da je odnos med generacijami in razvrščanje ljudi v le-te, močno odvisen od številnih drugih dejavnikov.

Birren in Cunningham (1985; v Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 13-14) pojem staranja razmejita na biološko, psihološko in družbenokulturno starost. Biološka starost je povezana z dejanskim delovanjem telesa, njegovimi funkcijami in psihofizičnimi sposobnostmi v starosti. Psihološka starost se nanaša na človeške psihološke sposobnosti, kot so spomin, inteligenca, čustva, motivacije in veščine in na to, kako jih ljudje uporabljajo glede na zahteve okolja. Družbenokulturna starost pa je, kot omenja tudi Dragoš (2000, str. 293), definirana s tem, kako naj bi se človek določene kronološke starosti v določeni kulturi vedel in katere navade in vloge bo zavzel glede na odnos do drugih članov lastne družbe in kulture.

Četrto pojmovanje starosti je tako imenovana doživljajska starost, ki ima prav tako velik vpliv na osebnost posameznika. Doživljajska starost naj bi pokazala, kako posameznik osebno doživlja svojo starost oziroma kako starega se človek dejansko počuti (Mali, 2002, str. 318). Na kronološko starost človek ne more vplivati, na biološko in doživljajsko pa v določeni meri lahko, predvsem z zdravimi življenjskimi navadami in duševno stabilnostjo (Ramovš, 2014, str. 45)

1.2. Socialna omrežja in pojav osamljenosti v starosti

Opora socialnega omrežja predstavlja pomemben dejavnik na področju zdravja, saj vključenost v omrežja, ki omogočajo medsebojno komunikacijo in izmenjavo opore, dajejo ljudem občutek sprejetosti in cenjenosti. Pri ljudeh, ki ne dobivajo tovrstne opore, obstaja večja verjetnost za zaplete in težave pri kroničnih boleznih in pojav depresije ter osamljenosti. Prav tako socialna omrežja vplivajo tudi na posameznikovo samospoštovanje in socialne kompetence ter so neposredno povezana s človekovim odgovorom na stres. Socialna osamitev in razpad socialnih povezav povzroča hitrejšo staranje in večji upad funkcij ter po drugi strani pa izboljšanje le-teh močno izboljša kognitivne funkcije pri starejših ljudeh (Pahor in Hlebec, 2006, str. 176-179).

Socialni odnosi in stiki z ljudmi se v starosti ožijo in spreminjajo. Razlogi za to so zelo različni; največkrat je to zaradi smrti prijateljev, sorodnikov, upokojitve, prevelike oddaljenosti in bolezni. Požarnik (1981, str. 45) socialne odnose v starosti razloži z dvema razlagama. Prva pravi, da si stari ljudje želijo več socialne izolacije, živeti bolj odmaknjeno in da so bolj obrnjeni v svojo duševnost. Medtem druga teorija zagovarja, da so želje in potrebe starih ljudi ravno obratne in da so starejši ljudje srečni, dokler so aktivni in dokler imajo občutek, da so nekemu potrebni in koristni. Avtor izpostavi tudi to, da obe teoriji premalo upoštevata razlike med ljudmi in dejstvo, da spreminjanje socialnih stikov ne zadane vseh ljudi enako, zaradi česar tudi ne moremo sklepati, da te spremembe vodijo do osamljenosti (Požarnik, 1981, str. 45-46).

1.2.1. Socialna omrežja v starosti

Mitchell (1969; v Berkman et al., 2000, str. 847) socialna omrežja opiše kot splet družbenih odnosov, ki obkrožajo vsakega posameznika. Hlebec (2010, str. 89) meni, da socialno omrežje posameznika predstavljajo ljudje, s katerimi smo si blizu in si izmenjujemo čustva, ter s svojo vzajemno močjo omogočajo kakovostno preživljanje življenja – običajno so to družina, prijatelji, sosedje in sodelavci. Ramovš (2003, v Hvalič Touzery, 2014, str. 4) pravi, da je »mreža – natančneje socialna mreža – strokovni izraz v socialnem delu in drugih strokah, ki kaže človekovo vpetost v socialne skupine in skupnosti«. Igljč (2001, str. 170) opredeli socialno ego-centrično omrežje posameznika kot množico realiziranih in latentnih vezi, ki jih posameznik vzdržuje s svojim socialnim okoljem. Te vezi naj bi človeku omogočale dostop do različnih virov pomoči (npr. fizična pomoč, denarna pomoč), ga povezovale v različne organizacijske kontekste in zadovoljevale njegove potrebe po socialnih in intimnih stikih.

Socialne mreže močno vplivajo na posameznikov proces staranja in prav tako tudi obratno – staranje vpliva na posameznikove socialne mreže, na to, s kom se družimo, in na način, kako to počnemo (Dragoš, 2000, str. 293).

Neformalna omrežja so glavni vir pomoči starejšega prebivalstva; sem sodijo predvsem ožja in širša družina, sosede in prijatelji. Velikost osebnega omrežja, struktura lokalnega omrežja in prevladujoča sestava omrežja so tri pomembnejše značilnosti, glede na katere ocenjujemo kakovost starostnikovega socialnega omrežja. Pri velikosti omrežja se opazuje predvsem število ljudi, na katere se človek lahko obrne, ko potrebuje pomoč. Struktura omrežja nam pove, kako močno in na kakšne načine so ljudje med seboj povezani; sestava omrežja se osredotoča predvsem na to, katere družinske člane ima starejša oseba v omrežju, kakšne odnose ima s prijatelji in sosedi, v kakšni bližini živijo člani omrežja, ali imajo redne stike in ali so s svojim osebnim omrežjem zadovoljni (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015: 59).

Zgoraj omenjene značilnosti omrežja močno vplivajo na dejansko socialno oporo, ki jo človek prejme. Kot razloge za slabše ali boljše vire povezav in socialne opore avtorica (Hlebec, 2010, str. 90) navaja družinske značilnosti, značajske lastnosti osebe in pa selivnost. Družinske značilnosti so za starejše ljudi zelo pomembne, saj morebitna poroka in rodnost predhodnih generacij vplivata na večje ali manjše število članov znotraj omrežja.

»Običajno so socialna omrežja in omrežja socialne opore relativno stabilna po svojih značilnostih razen v obdobjih življenjskih prehodov in večjih sprememb« (Hlebec, 2010, str. 89). Hojnik Zupanc (1999, str. 133-134) pravi, da so neformalne socialne mreže stabilne predvsem zaradi moralne obveznosti članov, osebnega in domačega odnosa ter prostorske bližine in po drugi strani opozarja, da imajo ravno zaradi teh značilnosti tudi nizek prag stabilnosti, saj temeljijo na le nekaj ključnih osebah. K zmanjšanju solidarnosti in povečanju ranljivosti neformalne socialne mreže lahko prispeva tudi poznavanje negativnih lastnosti vključenih članov.

»Socialna opora je pomoč (v zelo različni oblikah), ki si jo starejša oseba izmenjuje s svojim lokalnim omrežjem, ki mu sedaj rečemo omrežje socialne opore« (Hlebec, Kogovšek, Domanjko in Pahor, 2009, str. 154). Cassel (v ibid) meni, da so povratne informacije, ki jih človek prejema iz okolja, ključni element socialne opore. Prav tako meni, da socialne vezi pomembno vplivajo na poteke življenjskih poti in pomanjkanje socialne opore povezuje s stresom in boleznijo.

Dragoš (2000, str. 304) navaja, »da so učinki socialnih mrež tesno povezani z zdravstvenim stanjem starih ljudi (vključno z nižjo smrtnostjo), s kardiovaskularnimi obolenji, z umrljivostjo zaradi raka in z nivojem funkcionalnih zmožnosti. V teh zvezah je potrjeno, da so socialne

mreže varovalni dejavnik, a seveda ne za vse v enaki meri. Učinek mrežnih interakcij je odvisen od različnih okoliščin, med katerimi so bistvene zlasti tri: dohodek oz. materialno stanje, fizična kondicija starega človeka in njegov spol«.

Dragoš (2000, str. 304) ugotavlja, da so stari ljudje z nižjimi dohodki bolj izpostavljeni zdravstvenim tveganjem, ranljivejši in imajo manj ustrezno prehrano, kar pomeni, da bolj potrebujejo pomoč socialnih mrež kot pa tisti, ki so premožnejši. Podobno lahko sklepamo tudi z vidika fizične kondicije – oseba, ki je zdrava, je lahko bolj samostojna v svojih aktivnostih in posledično manj odvisna od pomoči socialnih mrež. Avtor navaja tudi obratni učinek, in sicer ko se pomanjkanje posameznikovih fizičnih sposobnosti poveže s pomanjkanjem podpore socialnih mrež, je velika možnost za resne zdravstvene posledice. Poleg omenjenih dveh faktorjev naj bi imel pomembno vlogo pri vzpostavljanju in ohranjanju socialnih omrežij tudi spol. Osebe ženskega spola naj bi bile tako bolj spretno pri aktiviranju in vzdrževanju socialnih mrež kot moški, ki teh mrežnih potencialov ne zmorejo izkoristiti v celoti. To posledično pomeni, da so stari moški veliko bolj ranljivi, če ostanejo brez podpore svojega socialnega omrežja (Dragoš, 2000, str. 304-305).

Hvalič Touzery (2014, str. 11) povezuje večjo ogroženost moških v poznem starostnem obdobju s spremembami v zakonskem stanu. Izpostavlja namreč, da imajo moški v višji starosti manj prijateljev kot ženske, zato jim žena večinoma predstavlja edino zaupnico, kar pa v primeru izgube partnerice predstavlja velik primanjkljaj v njihovi socialni mreži. Tudi Walker in Hagan (2004, v Ramovš, 2013, str. 31) sta v svoji raziskavi prišla do ugotovitev, da so ločeni starejši moški kategorija z najslabšim zdravjem, kar spet potrjuje, da so socialne povezave za stare ljudi (posebej za moške) izrednega pomena.

Čeprav je opredelitev socialne opore v literaturi več, v raziskavah prevladuje predvsem razdelitev na instrumentalno, informacijsko, emocionalno oporo ter druženje. Instrumentalna socialna opora vključuje predvsem pomoč v materialnem smislu; informacijska predstavlja vire informacij, ki so človeku na voljo ob večji življenjski spremembi; emocionalna opora je pomoč ob življenjskih krizah (Hlebec, Kogovšek, Domanjko in Pahor, 2009, str. 155).

Raziskovalci značilnosti omrežij socialnih opor so vrste lokalnih omrežij razdelili na štiri tipe, in sicer emocionalno omrežje, omrežje socialne opore, informacijsko omrežje in globalno omrežje (Hlebec, Kogovšek, Domanjko in Pahor, 2009, str. 155-156). T. Antonucci (1986) je razvila koncept, ki predpostavlja razdelitev omrežij v tri kroge. V prvem krogu (intimno omrežje) gre za zelo tesne, intimne vezi, kjer se člani znotraj omrežja redko zamenjajo in so navadno v vlogi partnerja, najbližje družine ali tesnih prijateljev. V drugem krogu (omrežje socialne opore) se ljudje znotraj omrežja hitreje zamenjajo kot v prvem. Gre predvsem za

razširjeno družino, sodelavce, prijatelje ipd. Tretji krog (informacijsko omrežje) pa predstavlja zelo rahle vezi; člani omrežja se najhitreje zamenjujejo; njihove vloge so najpogosteje specializirane (zdravnik, ipd.) (Hlebec, Kogovšek, Domanjko in Pahor, 2009, str. 156-157).

Wenger (1994; v Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 63-65) je iz podatkov raziskave, oblikovala pet tipov socialnih omrežij starih ljudi:

1. Prvi tip predstavlja družinsko omrežje, kjer gre za skupno bivanje z otrokom, omrežja so majhna, in v katerem so maksimalno štirje člani. Prijatelji in sosedi imajo obrobno vlogo.
2. Drugi tip je omrežje integrirano v bivalno okolje – gre za omrežja do 8 članov, kjer velja, da je med njimi tesna povezanost. Člani so predvsem družina, prijatelji in sosedi, ki že dlje časa bivajo v isti skupnosti (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 64).
3. Tretji tip je tako imenovano samozadostno oporno omrežje, za katerega je značilna povezanost z enim sorodnikom. Gre za majhna, izolirana omrežja, kjer gre navadno za samske osebe brez otrok in večinoma živijo same (Hlebec, 2003, str. 172).
4. Četrty tip omrežja predstavlja oporno omrežje širšega bivalnega okolja, kjer je v ospredju aktivna povezanost z oddaljenimi sorodniki in bližnjimi prijatelji. Gre za večja omrežja, za katera je tipična geografska odsotnost sorodnikov (Hlebec, 2003, str. 172).
5. Peti tip omrežja se pojavi pri osebah z zaprto osebnostjo; običajno so to neodvisni pari ali starejše osebe, pri katerih gre za bolj izoliran način življenja. Omrežja so majhna in sorodniki navadno oddaljeni; vključujejo nekaj prijateljev, ki živijo v blizu (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 64).

Poznavanje omrežij socialne opore je izrednega pomena, saj nam to pove, katere skupine ljudi so bolj ranljive, imajo manj virov opore in je njihova kakovost življenja zato lahko bistveno slabša (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 65). Wenger (1994; v Hlebec, 2003, str. 172) opozarja, da sta med vsemi petimi tipi omrežij najbolj ogrožena tretji in peti tip, saj v primeru povečanih potreb v primeru bolezni starejši ljudje večinoma nujno potrebujejo institucionalno bivanje.

Filipovič Hrast in Hlebec (2015, str. 70) socialna omrežja starih ljudi v Sloveniji razdelita na šest tipov:

- Omrežje širšega urbanega bivalnega okolja. Gre za edini urbani tip omrežja starejših ljudi, ki je najbolj usmerjen k prijateljem; šele nato h otrokom in drugim sorodnikom. Gre za večje socialno omrežje, ki je tudi geografsko najbolj razpršeno.
- Heterogeno družinsko omrežje enakomerne obremenjenosti, pri katerem je porazdelitev sorodniškega omrežja najbolj enakomerna glede na vse tipe omrežij.

Sorodniki predstavljajo najpomembnejši vir opore, kjer so člani med seboj tesno povezani.

- Omrežje, integrirano v bivalno okolje je tretji tip omrežij pri nas. Skupino večinoma predstavljajo članice ženskega spola. V tej skupini sorodniki zavzemajo 70 % celotnega omrežja. Kot dodaten vir v manjšem obsegu so predstavljeni sosedje.
- Med večja omrežja uvrščamo heterogeno družinsko omrežje z razširjenim gospodinjstvom, v katerem najpomembnejši vir opore predstavljajo sorodniki, predvsem otroci. Večina jih živi kar v istem gospodinjstvu.
- Peti tip omrežja predstavlja omrežje, integrirano v bivalno okolje. Gre za manjše omrežje, kjer so najpomembnejši prijatelji in sosedje; prav tako vsi člani omrežja živijo v bližini.
- Homogeno družinsko omrežje izpostavlja izrazito usmerjenost v otroke, ki predstavljajo kar 56 % omrežja. Stiki med njimi so tudi redni in pogosti.

Avtorici (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 71) ugotavljata, da najbolj ogroženih tipov omrežij, ki jih predstavlja Wenger (1994), v Sloveniji nimamo. Kot razlog za to navajata predvsem geografsko bližino sorodnikov. Izpostavljata tudi, da pri nas prevladuje družinski tip omrežja; največ virov socialne opore pri nas naj bi imeli stari ljudje, ki živijo v razširjeni družini na podeželju (Hlebec, 2003, str. 179).

Berkman s kolegi (2000; v Pahor in Domanjko, 2007, str. 256) izpostavlja, da so socialna omrežja povezana tako z makro-socialnimi procesi na ravni družbe kot tudi psiho-biološkimi procesi na ravni posameznika ter da je potrebno na socialna omrežja gledati z vidika posredniške strukture med najmanjšim in največjim elementom družbe. Makro družbeni pogoji vplivajo na obliko, velikost in naravo socialnih omrežij. Omrežja omogočajo delovanje psihosocialnih mehanizmov na ravni posameznika. Zatorej so mehanizmi, kot so socialna opora, medosebni odnosi, dostop do virov ipd., izredno pomembni za posameznika, saj sprožajo tako psihične procese (kot so samospoštovanje, dobro počutje, depresija ipd.) kot tudi fiziološke procese v telesu, ki se posledično kažejo na človekovem zdravju (Pahor in Domanjko, 2007, str. 256-257).

Avtorici (Pahor in Domanjko, 2007, str. 257) prav tako opozarjata, da socialna omrežja ne zagotavljajo opore avtomatično in tudi da predstavljena opora ni vedno ustrezna. Trdita, da ima vpliv na zdravje že samo prepričanje človeka, da bo dobil pričakovano oporo, ko jo bo potreboval, ter da je od dejanske dobljene opore bolj pomembna »latentna« opora, ki ustvarja občutek pripadnosti predvsem na ravni skupnosti in organizacij.

Tudi Berg s kolegi (2006) v raziskavi med starimi ljudmi ugotavlja, da je bila stopnja zadovoljstva s kakovostjo življenja tesno povezana z zadovoljstvom s socialnimi omrežji. Prav tako so ugotovili, da stari ljudje bolj kot v samo velikost svojega socialnega omrežja oziroma v število članov vlagajo v bolj čustveno poglobljene, povezane stike z manjšim številom ljudi.

1.2.2. Osamljenost med starimi ljudmi

Pečjak (2007, str. 77) razloži osamljenost z dvema teorijama. V prvi je družba tista, ki stare ljudi odriva, izolira in diskriminira. Pečjak razloge za to pripisuje vrsti neformalnih pravil (npr. starostniki naj ne bi plesali na javnih plesiščih) in formalnih pravil (kot npr. je onemogočanje pridobitve kreditov starim ljudem). Druga teorija navaja, da se stari ljudje sami umikajo iz družbenega življenja predvsem zaradi spreminjanja družbe do te ravni, da v njej enostavno ne najdejo več svojega mesta.

Požarnik (1981, str. 134) je mnenja, da je razlika med pojmom osamljenosti in osame pomembna za razumevanje vzrokov osamljenosti. Osama predstavlja neko objektivno stanje, medtem ko je pojem osamljenosti vezan na doživljanje socialnih odnosov. Na tem mestu je pomembno omeniti, da občutek osamljenosti ni vedno pogojen z dejansko osamo človeka. Mali (2002, str. 319) poudarja, da se človek lahko počuti osamljenega tudi, če je obdan z ljudmi ali pa je sam in se ne počuti osamljenega.

Tomaka, Thomson in Palacios (2006, str. 360) ločijo tudi pojma socialna izolacija in osamljenost. Socialna izolacija pomeni fizično ločitev od drugih ljudi, medtem ko se osamljenost nanaša na posameznikovo psihično dožemanje samote in je zasnovana kot neugodno ravnovesje med človekovimi dejanskimi in želenimi socialnimi stiki. Avtorji pravijo, da sta osamljenost in socialna izolacija povezani, a to ni nujno, kar pa je stvar posameznika.

Osamljenost med starimi ljudmi je močno povezana z njihovim zdravjem. Uchino in sodelavci (1999, v Tomaka, Thomson in Palacios, 2006, str. 362) so ugotovili, da pojav osamljenosti vpliva na kardiovaskularni, nevroendokrini in imunski sistem starih ljudi. V družbah, kjer je stopnja izolacije in izključenosti visoka, je prisotna tudi visoka stopnja prezgodnje smrti; pričakovana življenjska doba ljudi je nižja, ljudje so bolj depresivni, imajo več kroničnih težav; slabše je tudi njihovo duševno zdravje; človeški organizem se na stanje osamljenosti odziva s hitrejšim staranjem in upadom funkcij (Pahor in Hlebec, 2006, str. 176-177).

Ko star človek zapusti svoj dom in se preseli v institucijo, mora bolj ali manj sprejeti domski način življenja in domska pravila, kar jim posledično jemlje notranji mir in

samozaupanje. V večini primerov se z odhodom v dom dotedanji socialni stiki izgubijo; ostane le formalna povezanost z obiski, kar pa nemalokrat pripelje do osamljenosti človeka, četudi je obdan z množico ljudi. Odnosi z osebjem so bolj ali manj le »službeni«; stanovalec se počuti v vlogi odvisnega, zaposleni pa nadrejenega. Tak odnos nemalokrat vodi do brezčutnosti osebja in nezadovoljstva stanovalca, kar še dodatno poveča možnost osamljenosti (Brumec, 1997, str. 67).

Temeljna potreba na področju pomoči in podpore starim ljudem je krepitev družabnosti in ohranjanje ter vzpostavljanje stikov. Večina uporabnikov v domovih si želi stikov z drugimi ljudmi, vendar velikokrat ne vedo, kako jih vzpostaviti. Pomoč pri navezovanju stikov lahko tako razdelimo na dva načina: neposredno pomoč družabnikov v smislu druženja, širjenja socialne mreže in posredno pomoč, ki vključuje organizacijo dogodkov, ki omogočajo vzpostavljanje stikov med ljudmi. Ravno tako je potrebno vzpostaviti mrežo prostovoljcev-spremljevalcev in spodbujati pasivne uporabnike h udeleževanju na dogodkih, druženjih in prireditvah (Flaker idr., 2008, str. 293-296).

Čeprav je ena redkih prednosti bivanja v instituciji to, da predstavlja družabni prostor, saj tam prebiva več ljudi, Flaker in drugi (2008, str. 299-300) opozarjajo, da družabnost in stiki v instituciji niso nekaj samoumevnega. Potrebna so dejanja v smeri krepitev stikov med stanovalci in svojci in prav tako med stanovalci. Avtorji (Flaker idr., 2008, str. 307) izpostavijo predvsem pomoč v smislu spodbujanja včlanjenosti stanovalcev v društva, spodbujanje obiska prireditev, organiziranje dogodkov in druženj med stanovalci in njihovimi svojci.

Ljudje, ki bivajo v institucijah, potrebujejo pomoč pri navezovanju, vzdrževanju in ohranjanju stikov ter prav tako pri obnavljanju stikov s svojci in drugimi, saj obiski svojcev velikokrat nimajo nobene vsebine. Socialne mreže starih ljudi v domovih so šibke in navadno omejene na manjši krog ljudi; razlog za to je predvsem v tem, da so se ljudje umaknili zaradi stigme, imajo omejene možnosti gibanja ter premalo finančnih sredstev in možnosti, ki bi druženje sploh omogočilo (Flaker idr., 2008, str. 307).

Dober mehanizem zmanjševanja osamljenosti in izoliranosti med starimi ljudmi ter spodbujanje medgeneracijske povezanosti zato predstavljajo skupine za samopomoč (Mali, 2008, str. 75). »Samopomoč je socialni vzgib v človeku, da skuša sam opraviti s svojimi stiskami ali okrepiti svojo socialno klenost za kljubovanje težavam.« (Brumec, 1997, str. 67).

Skupine za samopomoč so majhne skupine ljudi, ki se zberejo z namenom reševanja skupne potrebe ali stiske (Mali, 2008, str. 75) in »predstavljajo zdravilo proti osamljenosti starih ljudi, zdravilo proti doživljanju nesmiselnosti na stara leta ter zdravilo proti medsebojni ločenosti treh generacij« (Brumec, 1997, str. 67). Hojnik Zupanc (1999, str. 138) opiše skupine za

samopomoč kot samoinciativne skupine, ki so profesionalno vodene in odvisne od prostovoljne udeležbe ljudi. Njihovo teoretično ozadje izhaja iz Franklove teorije iskanja smisla; izpolnjujejo pa štiri cilje. Poleg že zgoraj omenjenih treh avtorica dodatno navaja še »posredno pripravo srednje generacije na starost preko neformalnega pretoka informacij o delovanju skupin za samopomoč« (Hojnik Zupanc, 1999, str. 138). Posebnost skupin za samopomoč v slovenskem prostoru predstavlja dejstvo, da je pobudnik za njihov nastanek socialna stroka in ne ljudje sami in da temeljijo na samopomoči starih in pomoči stroke pri uvajanju; delno se tudi prepletajo z dobroteljnostjo – takrat, ko jih vodijo ljudje zunaj svojih službenih obveznosti (Brumec, 1997, str. 67).

V današnjem času, kjer digitalni mediji predstavljajo velik del komunikacije med ljudmi kot odlično možnost za vzpostavljanje, ohranjanje in širjenje stikov stanovalcev z drugimi ljudmi predstavljajo tudi posredni kanali, kot so pošta, telefon, mobitel in internet. Ker veliko starejših ljudi v današnjem času ne zna upravljati z mobiteli in z internetom, bi jim bilo potrebno zagotoviti izobraževanje o uporabi le-teh (Flaker idr., 2008, str. 308).

1.3. Institucionalno varstvo

Za Slovenijo je značilna izrazito institucionalno usmerjena skrb za stare ljudi; po podatkih Skupnosti socialnih zavodov Slovenije je bilo 1. 1. 2019 v institucionalnem varstvu kar 19.488 starih ljudi (Skupnost socialnih zavodov Slovenije, 2020).

Razlogi za to segajo še v čas pred drugo svetovno vojno in tudi po njej, saj so bili stari ljudje zaradi nizkega življenjskega standarda, neurejenih stanovanjskih vprašanj in pravic iz socialnega ter pokojninskega varstva nameščeni v domove za stare ljudi (Mali, 2009, str. 95).

Odpiranje ustanov za deprivilegirane ljudi se pojavi zaradi sprememb, ki so zajele Evropo v poznem srednjem veku kot odgovor na težave, ki jih je prinesla hitro naraščajoča doba industrializacije. S tem namenom so se začeli razvijati špitali, ubožnice in hiralnice (Mali, 2008, str. 11).

Kot zavetišča za reveže in pohabljenе ter prenočišča romarjem so se špitali razvili že v 12. stoletju. Postopoma so iz špitalov nastale dobrotelne ustanove s socialno funkcijo, v katerih pa zdravstvena oskrba ljudi ni bila izrednega pomena. V špitalih so bili nameščeni ljudje z ozdravljivimi boleznimi. Onemogli in tisti ljudje z neozdravljivimi boleznimi pa so oskrbo dobili v tako imenovanih hiralnicah. Zaradi slabe finančne podpore je bila skrb za te ljudi izredno slaba (Mali, 2008, str. 11-16). Konec 18. stoletja so se začeli ustanavljati zavodi, ki so jih imenovali ubožnice. Njihova primarna naloga je bila skrb za ljudi, ki samo s svojim delom

niso mogli preživeti. Sredstva, ki so jih ubožnice pridobivale, so bile odvisne od občinskega proračuna, kar pa je vplivalo na pomanjkanje sredstev in posledično slabo oskrbo ljudi. Kasnejše oblike pomoči ljudem so bile različne in so bile tako v materialni kot finančni obliki. Pokojninsko zavarovanje se je začelo razvijati šele s 1. 9. 1937, vendar je bilo zaradi pogojev pridobitve do le-tega upravičeno le malo število ljudi (Mali, 2008, 17-21).

Razmere na področju bivanja v institucijah so bile težke tudi po drugi svetovni vojni. V institucije za stare je država z namenom zmanjševanja stiske nameščala vojne invalide, otroke padlih vojakov, vojne sirote in zapuščene otroke, kar je povzročilo pomanjkanje prostora (Mali, 2008, str. 22). Posledično so stare ljudi nameščali v stare gradove, v katerih so bile razmere bivanja podobne kot v hiralnicah in ubožnicah. Življenjske razmere so poskušali izboljšati s sanacijami, gradnjo novih objektov ob gradovih ter z zaposlovanjem ustreznega kadra. Kljub temu jim ni uspelo odpraviti zapostavljenosti in izločenosti ljudi (Hlebec in Mali, 2013, str. 30-31). V tem obdobju, imenovanem tudi socialnogerontološki model domov za stare (1965-1990), se pokaže velik vpliv socialne gerontologije na delo in tudi življenje znotraj domov. Domovi so dobili status institucije in so bili namenjeni predvsem starim in bolnim ljudem (Hlebec in Mali, 2013, str. 31). Zaposlitveni kader je temeljil predvsem na zdravstvenih strokah. Večinoma so vnašali svoje strokovne bolnišnične doktrine. Socialni delavci so se v domovih začeli zaposlovati kasneje, in sicer v osemdesetih letih prejšnjega stoletja. Šele z njihovim prihodom se je začelo bolj poudarjati pomen medsebojnih odnosov in sodelovanja; prav tako so se začeli bolj usmerjati v osebne probleme stanovalcev in njihovo avtonomijo (Mali, 2009, str. 99-100).

V obdobju od leta 1991-2000 (bolnišnični model domov za stare) si je država zadala cilj izboljšati institucionalno mrežo varstva starejših, saj je v domovih bivalo le 3,8 % starostne skupine. S podeljevanjem koncesij in vključevanjem zasebnih ponudnikov je želela delež vključenih dvigniti na 4,5 % (Hlebec in Mali, 2013, str. 31). Čeprav so se v domovih čedalje bolj zaposlovali delavci socialne stroke, je bilo njihovo delovanje še vedno medicinsko usmerjeno tudi zaradi povečanja števila starih ljudi, ki so imeli bolj kompleksne zdravstvene težave. Zaposlovanje socialnih delavcev znotraj domov je prineslo izrazito delitev dela med socialnimi in zdravstveni delavci ter posledično zmanjšano medsebojno pomoč, bolj formalne odnose in slabšo kakovost bivanja starih. Šele povečano število obolelih za demenco je v domovih povzročilo temeljno spremembo institucionalne obravnave, do katere je prišlo po letu 2000, ko pride do prehoda v socialni model domov za stare. Strokovni delavci so ugotovili, da samo medicinska obravnava ljudi z demenco ne bo pripomogla k želenim rezultatom, zato so poudarek namenili individualnemu pristopu. Sčasoma so socialni delavci s svojimi izkušnjami in metodami dela, ki so jih vključili v prakso, pripomogli h enakovrednemu sodelovanju

zdravstva in socialnega varstva ter s tem tudi k boljši kakovosti bivanja starih v domovih (Mali, 2009, str. 99-104).

V Sloveniji se v zadnjem desetletju močno razvijajo storitve in programi za starejše. Formalne oblike pomoči so prisotne tako v javnem, zasebnem in prostovoljnem sektorju. Kljub temu se kot ključen problem še vedno kaže pomanjkanje skupnostnih oblik skrbi in pretirana institucionalizacija (Mali, 2012, str. 59).

Hlebec in Mali (2013) sta institucionalno oskrbo v Sloveniji analizirali z vidika dostopnosti institucionalne oskrbe in vloge skupnosti pri zagotavljanju le-te. Ugotovili sta, da na institucionalno oskrbo izrazito vpliva prevladujoča socialna politika, katere cilj je zagotoviti teritorialno razporeditev institucionalnih zmogljivosti in doseči 5 % vključitev starejših od 65 let v institucionalno oskrbo. Kljub izpolnjenemu merilu 5 % vključitve starejših sta ugotovili, da nimajo vsi starejši od 65 let enakih možnosti za domsko oskrbo, saj v manj razvitih občinah in ruralnih območjih ta ni zagotovljena.

Posledično morajo stari ljudje zapustiti kraj svojega bivanja, če se želijo preseliti v dom, kar pa pomeni možnost slabše kakovosti življenja zaradi prilagajanja na novo okolje in prav tako oteži stike s prijatelji, sosedi in otroci. Avtorici izpostavita klasifikacijo kakovosti življenja uporabnikov institucionalne oskrbe s strani Evropskega centra za socialne politike in raziskovanje, ki navaja ohranjanje medosebnih odnosov (z družino, prijatelji, sosedi) ter ustvarjanje občutka povezanosti kot dva izmed indikatorjev kakovostnega življenja v domu (Hlebec in Mali, 2013, str. 38).

Čeprav se je stanje na področju institucionalne oskrbe v zadnjih desetletjih bistveno izboljšalo, pa Mali (2009, str. 104) še vedno opozarja, da je situacija še vedno zaskrbljujoča, saj institucije starim ljudem ne dopuščajo dovolj avtonomnega ravnanja. Res je, da stanovalci ob prihodu v dom dobijo primerno oskrbo in lahko uživajo v dejavnostih, v katerih prej niso mogli, ampak le v okviru, ki ga določa institucija, kar pa jim odvzema občutek pomembnosti in kontrole nad svojim življenjem (Mali, 2008, str. 206). Poleg tega domsko bivanje odreja hišni redi in hišna pravila, ki pa so v večini restriktivni in zmanjšujejo njihovo stopnjo svobodnega in neodvisnega življenja. Wilson (2000, v Mali, 2009, str. 104) tako pravi, »da je pri mnogih želja po smrti edina avtonomna misel, ki jim v instituciji še preostane«.

1.3.1. Socialno delo s starimi v domovih za stare

»Socialno opredeljujemo kot stroko, ki si prizadeva za dobrobit vseh ljudi tako, da pomaga posameznikom, družinam, organizacijam in skupnostim pri doseganju življenjsko pomembnih ciljev« (Milošević Arnold, 2003, str. 1).

Za stroko socialnega dela s starimi ljudmi je izrednega pomena veda oziroma socialno medicinska znanost 21. stoletja gerontologija. Gerontologija preučuje starost iz medicinskega in socialnega vidika – vidike staranja in starosti ter vplive družbenih sprememb na ta proces; njen začetnik je Clark Tibbits (Milošević Arnold, 2003, str. 6). McDonald (2010, str. 42-46) je mnenja, da lahko poleg vede o staranju tudi medicina, pravo, psihologija, ekonomija in sociologija s svojimi teoretskimi izhodišči socialnim delavcem koristijo pri njihovem delu s starimi. Izbira je seveda odvisna tako od posameznika kot tudi od usmerjenosti organizacije, v kateri deluje.

Mali (2013, str. 58) pravi, da kljub močni povezavi socialnega dela s starimi z gerontologijo socialno delo s starimi še vedno predstavlja samostojno specifično področje socialnega dela. Na tem mestu opozarja na konceptualno zmedo in nepovezano znanje na področju starih ljudi v Sloveniji ravno zaradi nedefiniranega razmerja med gerontologijo in socialnim delom. Avtorica (Mali, 2013, str. 59) navaja različne opredelitve socialnega dela s starimi med avtorji. Tako Milošević Arnold socialno delo s starimi opredeli kot gerontološko socialno delo in ga označi kot specialno socialno delo. Mesec uporabi izraz gerontoboetika, Ramovš je znotraj gerontologije razvil idejo o socialnodelavni gerontologiji. Avtorica pravi, da ravno ta konceptualna zmeda vnaša dvom v specializiranost področja socialnega dela s starimi.

Raziskovanja socialnega dela s starimi ljudmi se je bolj podrobno lotil Simo Koskinen in tako razvoj gerontološkega socialnega dela razdelil na tri faze. Prva faza – zgodnje socialno delo – je potekala v letih 1920-1940, ko je bilo socialno delo še na začetku. Čeprav je bila skrb za stare ljudi enačena s skrbjo za reveže, so že takrat poudarjali individualnost in raznolikost te dotične skupine. Začele so se razvijati metode socialnega dela s posamezniki in drug pogled na starost. Zanimanje za socialno delo s starimi se je povečalo v letih od 1950-1960. To fazo razvoja je Koskinen poimenoval formativna faza. V institucijah za stare ljudi so postopoma začeli uporabljati metodo socialnega dela s skupino in kasneje tudi metodo skupnostnega socialnega dela. V ospredje so postavili pomen interakcij med starim človekom in njegovim življenjskim okoljem ter razumevanje pomena socialnih mrež in socialnih odnosov. Šele v fazi ekspanzije in stabilizacije (1970-1990) se je gerontološko socialno delo dokončno uveljavilo. Strokovni delavci so pri delu s starimi začeli uporabljati različne prijeme; v tem času se je kot

pomemben doprinos stroki razvilo tudi raziskovanje v socialnem delu (Milošević Arnold, 2003, str. 7-8). V Združenih državah Amerike je v tem obdobju socialno delo s starimi tudi uradno postalo specifično področje socialnega dela, zato je številnih univerzah postalo tudi predmet poučevanja (Mali, 2008, str. 63-64). Zanimivo pa je, da se je pri nas to področje uveljavilo kot specifično področje izobraževanja šele leta 2010, čeprav je bilo del študijskih vsebin že v sedemdesetih letih prejšnjega stoletja (Ambrožič in Mohar, 2015, str. 55)

Področje dela s starimi ljudmi zahteva od socialnih delavcev širok spekter znanj. Socialni delavci potrebujejo tako znanje in izkušnje o staranju kot tudi veščine za raziskovanje potreb starih ljudi, saj so kot skupina izrazito heterogeni. Njihovo delo zahteva ocenjevanje kognitivnih, psihičnih in čustvenih zmožnosti ljudi, preverjanje virov samooskrbe in iskanje virov moči (Mali, 2013, str. 58-62). Na tem področju dela naj bi socialni delavcu upoštevali določena gerontološka načela: načelo mobilizacije moči in sposobnosti, načelo maksimalnega funkcioniranja, zagotavljanje okolja, ki človeka ne omejuje, etičnost pri delu, postavljanje ustreznih ciljev ter sistemsko perspektivo. Med gerontološka načela spada tudi načelo etičnosti, ki zagovarja spoštovanje etničnih razlik in kulturnih posebnosti med starimi ljudmi (Mali, 2008, str. 66-68).

Socialna delavka v domu za stare ljudi je tista, ki ljudem pomaga pri reševanju problemov. Vloga socialnega delavca je ključnega pomena, saj ljudi povezuje s tistimi sistemi, ki jim zagotavljajo potrebne vire in storitve. Njihova pridobljena znanja in uporaba konceptov dela so zato bistvena za uspešno reševanje problemov (Milošević Arnold, 2003, str. 31). V nadaljevanju navajam koncepte, ki predstavljajo bistvo dobrega sodelovanja med socialnim delavcem in uporabnikom ter pripomorejo h uspešnemu reševanju problemov.

Partnerstvo je koncept dela pri katerem socialni delavec in uporabnik skupaj ustvarjata medsebojno zaupanje in sodelovanje, pri katerem pa je pomembno upoštevanje pravic uporabnika, saj s tem pridobiva vse večjo kontrolo nad svojim življenjem. Perspektiva moči z aktivacijo tistih virov, ki pripomorejo pri uporabnikovem večjem vplivu na življenje, izboljša možnosti socialnega funkcioniranja. Zagovorništvo je tudi eden izmed konceptov, katerega bistvo je, da poveča občutek moči in samozaupanja starega človeka (Milošević Arnold, 2003, str. 12). Med koncepte avtorica uvršča tudi skupnostno skrb, skupine za samopomoč in antidiskriminacijsko prakso. Cilj skupnostne skrbi je vzpostavljanje fleksibilnih mrež pomoči v skupnosti in s tem izboljšanje kvalitete življenja starega človeka. Nekatere izmed dobro razširjenih mrež so tako izpostavljene skupine za samopomoč, katerih cilj je podpora, izmenjava izkušenj ter informacij pri reševanju določenih težav. Omenjena je tudi

antidiskriminacijska praksa, katere namen je zmanjševanje negativnega odnosa in obravnave starih ljudi (Milošević Arnold, 2003, str. 12-13).

Na tem mestu Milošević Arnold (2000, str. 255) navaja tudi druge pomembne smernice za uspešno delo s starimi, ki so razumevanje razvojnih faz staranja in upoštevanje življenjskih izkušenj in vlog, razumevanje perspektive starega človeka, poznavanje družinske dinamike, sposobnost govora v jeziku starega človeka, ugotavljanje funkcionalnih sposobnosti, prepoznavanje potreb na področju duševnega zdravja ter spoštovanje vloge religije in duhovnosti.

Socialna delavka je tista, ki starega človeka spremlja že od začetka bivanja v domu. »Ima vlogo mediatorja, zagovornika, usklajevalca zahtev in potreb oziroma ciljev stanovalcev in osebja doma. Vzpostavi osebni stik z bodočim stanovalcem, po potrebi s svojci ali drugimi člani socialnega okolja starega človeka« (Kornhauser in Mali, 2013, str. 324-325). Osebni stik omogoči vzpostavitev delovnega odnosa, ki prispeva k procesu pomoči v pogovoru. Za uspešen pogovor pa je potrebno upoštevati določene koncepte in elemente, ki jih izpostavlja Čačinovič Vogrinčič s sodelavci (2008, str. 9). Avtorji tako navajajo dogovor o sodelovanju, ki sploh omogoči vzpostavitev delovnega odnosa. Instrumentalna definicija problema in soustvarjanje rešitev zagotavlja, da vsak udeleženi v problemu razišče svoj delež v rešitvi in s tem soustvari proces pomoči. S pomočjo Vriesovega koncepta osebnega vodenja socialna delavka v procesu pomoči vodi h dogovorjenim in uresničljivim rešitvam (Čačinovič Vogrinčič idr., 2008, str. 10).

Etika udeležnosti, perspektiva moči, ravnanje s sedanjostjo ter znanje za ravnanje so štirje postmoderni koncepti, ki pomembno dopolnjujejo delovni odnos. Etika udeležnosti poudarja odstop strokovnjaka od njegove moči in spoštovanje uporabnika kot eksperta iz izkušenj (Hoffman, 1994, str. 23), perspektiva moči usmerja v uporabnikovo odkrivanje svojih virov moči in pozitivnih izkušenj v smeri večje avtonomije njihovega življenja (Dragoš idr., 2005, str. 38). Ravnanje s sedanjostjo se osredotoča na reševanje problemov »tukaj in zdaj«, medtem ko koncept znanje za ravnanje nagovarja socialne delavce, da uporabijo pridobljeno znanje in ga pretvorijo v akcijo (Čačinovič Vogrinčič idr., 2008, str. 14).

Čeprav imamo na področju socialnega dela s starimi danes dobro razvito prakso, pa (Milošević Arnold, 2003, str. 13-14) opozarja, da stroki socialnega dela še vedno manjka zavzetosti in resničnega zanimanja za družbeni položaj in specifične potrebe starih ljudi. Avtorica je namreč mnenja, da socialno delo »še ni dozorelo, da bi kot stroka prevzemalo del odgovornosti in bi skupaj s starimi ljudmi aktivno sodelovali pri kreiranju družbenih razmer, ki v precejšnji meri določajo življenjske možnosti starih ljudi.« (Milošević Arnold, 2003, str. 14).

1.4. Prostovoljstvo

Ohranjanje socialnih odnosov z drugimi ljudmi je pomembno za ohranjanje zadovoljstva v življenju (Kobentar, 2008, str. 159). Stari ljudje, ki jim primanjkuje globljih in trajnejših socialnih stikov z drugimi ljudmi, se v svojem življenju velikokrat soočajo z osamljenostjo (Hvalič Touzery, b. d.). Družabništvo starega človeka s prostovoljcem bistveno pripomore tako h krepitvi njegovega zdravja kot tudi h zmanjševanju osamljenosti in večanju njegovega socialnega omrežja (Rant, 2013, str. 20).

Ljudje smo socialna bitja, zato so stiki s soljudmi ena izmed temeljnih človeških potreb. V tradicionalni družbi so to potrebo zadovoljevali predvsem člani družine, sosedje in sorodniki, medtem ko danes to vlogo delno prevzema prostovoljstvo in osebno družabništvo, saj država s svojimi službami ne more zadovoljiti te temeljne potrebe. Potreba po pristnih medčloveških odnosih je danes med najmanj zadovoljenimi potrebami med starimi ljudmi, kar posledično vodi tudi do porasta osamljenosti (Ramovš, 2013a, str. 190-191).

V zakonodaji je prostovoljstvo definirano kot »družbeno koristna brezplačna aktivnost posameznikov, ki s svojim delom, znanjem in izkušnjami prispevajo k izboljšanju kakovosti življenja posameznikov in družbenih skupin ter k razvoju solidarne, humane in enakopravne družbe (Uradni list Republike Slovenije, 2011).

Ramovš (2013b, str. 14) prostovoljstvo opredeli kot »osebno ali organizirano, strokovno ali laično delo, ki ga nekdo opravlja, da posameznemu človeku, skupini ali skupnosti smiselno pomaga pri materialnem preživljanju ali medčloveškemu sožitju, pri čemer poteka pomoč zunaj službenega časa in brez materialnega plačila, v prostem ali razpoložljivem času poleg vsakdanjih obveznosti, po osebni smiselni odločitvi, iz človekoljubnega solidarnega stališča do človeških potreb in težav.« Picchi (1995, v Ramovš, 2001, str. 314) pa pravi, da »prostovoljstvo ni nadomeščanje, ampak spodbujanje človeških in družbenih moči in zmožnosti, da bi vse imele pomembno vlogo, je lastno uveljavljanje oseb, ki svojo stisko spreminjajo v pričevanje in prizadevnost.«

Začetek prostovoljstva sega vse tja v srednji vek, kjer so prostovoljci kot pomočniki delovali v okviru samostanov in bolnišnic. V 18. stoletju pa so nastala prva društva na področju dobroteljnosti, kulture in izobraževanja (Razvoj prostovoljstva v Sloveniji, b. d.)

Prostovoljno delo se je v Sloveniji začelo okoli leta 1969, ko je bila na to temo izvedena prva raziskava. Kasneje so ji sledili še drugi akcijski projekti pod okriljem Anice Kos in Bernarda Stritiha in so bili namenjeni večinoma otrokom in mladini ter usmerjeni proti izključevanju stigmatiziranih ljudi. Večinoma so bili usmerjeni proti institucijam in so

predstavljali temelj prostovoljnemu delu, ki se je razvilo v prostovoljnemu sektorju okoli leta 1990 (Flaker, 2001, str. 305-306).

Razcvet je organizirano prostovoljstvo v Sloveniji doživelo po osamosvojitvi, v 90. letih prejšnjega stoletja; predvsem v času balkanskih vojn je Slovenija izkusila velik val prostovoljstva. Prostovoljstvo je potekalo v okviru nevladnih organizacij in institucij, kot so centri za socialno delo in organizacija Karitas; povezovali so se z vse več mednarodnimi organizacijami, kot so UNICEF, Amnesty International ipd. V Sloveniji je nastalo združenje za razvoj in promocijo prostovoljstva – Slovenska Filantropija, ki danes koordinira mrežo prostovoljskih organizacij, ki vključuje že več kot 1600 nevladnih organizacij (Razvoj prostovoljstva v Sloveniji, b. d.).

Ramovš (2001, str. 319) pravi, da ima prostovoljstvo svojo lastno paradigmo, katere glavna značilnost je samokrmilnost in samospodbujevalnost vseh postopkov povezanih z le-tem. To pomeni, da se vse dogajanje dogaja v pogovoru med vsemi udeleženi, vključuje celega človeka in celotno življenjsko izkušnjo ter kontekst, dosega najgloblje človeško jedro udeleženih ter izhaja iz osebne odločitve prostovoljca.

Avtor prav tako navaja, da je treba prostovoljsko paradigmo upoštevati v vseh fazah procesa. Tako pri pridobivanju in usposabljanju prostovoljcev kot tudi pri izvajanju prostovoljnega dela in pri skrbi za prostovoljce v prostovoljski organizaciji. Pri izvajanju prostovoljnega dela je pomembno, da je odnos med vsemi udeleženi na osebni ravni in ne neko brezosebno razmerje. Poudarek naj bi bil na pristnih odnosih, intervizijskih srečanjih in superviziji, saj se prostovoljsko kondicijo lahko vzdržuje le z človekovo notranjo bogatitvijo (Ramovš, 2001, str. 319).

Prostovoljsko delo delimo na neformalno in formalno. Neformalno je opredeljeno takrat, ko se človek sam dogovori, s tistim, ki pomoč potrebuje. Ves dogovor temelji na njunem odnosu in je stvar trenutnega dogovora. Za formalno prostovoljsko delo pa gre takrat, ko odnos med prostovoljcem in človekom, ki potrebuje pomoč, vzpostavlja organizacija. Ker je organizacija odgovorna za zadovoljstvo obeh udeleženih, je potrebno prostovoljce izobraževati in podpirati ter njihovo delo tudi organizirati in nadzirati (Blazinšek idr., 2007, str. 13-14).

Nepoklicno prostovoljno delo s starimi se večinoma odvija na centrih za socialno delo in domovih za stare (javni sektor) ter v okviru prostovoljskih organizacij (društva upokojeencev, Karitas, Rdeči križ, ipd.). Najpomembnejši cilji prostovoljnega dela s starimi ljudmi obsegajo podporo človeku pri vključevanju v družbo, preprečevanje osamljenosti, skrb za kakovost življenja in pomoč pri opravih ter podporo pri ohranjanju duševnih, telesnih in socialnih sposobnosti (Mesec, 1999, str. 120).

Motivi za prostovoljstvo so različni, med drugimi Mesec (1999, str. 121) navaja sočutje do osamljenih ljudi, prijetne spomine na stare starše, priložnost za pridobitev izkušenj pri delu z ljudmi, izogibanje svoji lastni osamljenosti in pripravo na lastno starost.

Ko človek vstopi v prostovoljno delo kot pomoč nekomu drugemu se mora zavedati, da nič več ne predstavljajo pomembne vloge le njegove predstave o tem delu, temveč tudi potrebe, pričakovanja in predvsem zaupanje tistega, ki pomoč potrebuje (Blazinšek idr., 2007, str. 49).

Prostovoljstvo tako predstavlja obojestranski odnos, v katerem morata oba akterja dajati in prejemati, zato je pomembno, da se prostovoljec za to primerno usposobi. Ker gre za osebno poglobljeno obliko dela, mora prostovoljec obvladati večšine komunikacije, sploh če gre za človeka v psihosocialni stiski. Če odnos med prostovoljcem in starim človekom ne osrečuje obeh, je tak odnos bolje prekiniti. Prav tako je prostovoljstvo lahko škodljivo, če ima prostovoljec sam škodljive osebnostne in socialne motnje ter posledično čustveno, vedenjsko, ekonomsko ali kako drugače izkorišča človeka, s katerim dela (Ramovš, 2013a, str. 191-192).

Ker se za prostovoljsko socialno delo večinoma odločajo ljudje, ki po izobrazbi niso iz socialne stroke, se lahko pri zahtevnejših socialnih težavah pojavijo težave in napake. Temu se lahko izognemo z začetnimi in stalnimi usposabljanji in izobraževanji prostovoljcev ter intervizijskimi in supervizijskimi srečanji (Ramovš, 2001, str. 319).

Sistemi izobraževanja prostovoljcev so si med seboj različni. Izobraževanje pa je pomembno zaradi medsebojnega spoznavanja organizacije in prostovoljca, zaradi zaščite interesa uporabnika, organizacije in ostalih udeleženih in tudi zaradi motivacije in selekcije prostovoljcev ter prenosa vrednot. Izobraževanje prostovoljcev je pravzaprav celostno učenje, kjer se hkrati razvija človekovo spoznavno, telesno, socialno, čustveno-motivacijsko in moralno-etično dimenzijo. Za čim bolj uspešen proces je pomembno povezovanje na ravni mentorjev, vodilnega kadra, pedagogov, izobraževalcev odraslih in seveda tudi prostovoljcev (Blazinšek idr., 2007, str. 49).

Prostovoljstvo pa ni le domena mladih ljudi. Kristančič (2005, str. 182) vidi upokojence kot tiste, ki so najbolj primerni za prostovoljno delo, če jim le njihove življenjske možnosti to dopuščajo. Tudi Ramovš (2013a, str. 191) je mnenja, da starejšim ljudem, ki se sami poslužujejo prostovoljstva, delo prinaša veliko mero osebnega zadovoljstva, samospoštovanja, smisla in vrednosti življenja, saj tako drugim predajajo svoje znanje in izkušnje. S prostovoljcem lahko organizacija veliko pridobi. Kakšna bo dejanska dodana vrednost prostovoljca, pa je odvisno od več dejavnikov, in sicer od izkušenj, znanja in veščin, ki jih ima prostovoljec, od vrste dela, ki ga opravlja, in količine časa, od kompetentnosti mentorja, odnosa

med mentorjem in prostovoljcem ter odprtosti tako prostovoljca kot tudi organizacije in njenih zaposlenih (Blaznišek idr., 2007, str. 63).

Pri opravljanju prostovoljstva se ljudje srečujejo tudi z nekaterimi ovirami. Prostovoljcem vseh starostnih skupin pri izvajanju prostovoljnega dela predstavlja oviro nizek ugled prostovoljstva v javnosti, premalo srečanj z drugimi prostovoljci ter denarne težave. Med težavami ljudje navajajo tudi dislociranost in nekompatibilnost osebnih lastnosti z zahtevami organizacije ter tudi to, da prostovoljno delo ni referenca za zaposlitev, kar pa za mlajše ljudi zaradi pomanjkanja časa (ki tudi predstavlja enega glavnih problemov prostovoljstva) predstavlja oviro. Poleg že naštetih ovir se prostovoljci srečujejo tudi z dvomom o lastni kompatibilnosti in sposobnosti, dvomom o uspešnosti dela ter težavami povezanimi z uporabniki (Gril, 2007, str. 101-103). Avtorica zato navaja ukrepe, ki bi izboljšali situacijo prostovoljstva v Sloveniji. Potrebno bi bilo podpirati različne prostovoljske dejavnosti in s tem mladim omogočiti možnosti delovanja na različnih področjih. Spodbujanje k prostovoljstvu naj bi se začelo že v osnovni šoli, saj si mladostniki tako lahko pridobijo dragocene socialne izkušnje. Kot možnost spodbujanja prostovoljstva vidi tudi med nezaposlenimi mladimi, vendar na način, kjer bodo imeli možnost spoznati različne vidike bodoče poklicne vloge v praksi. Možnosti nadgrajevanja vidi tudi na ravni organizacij, ki bi morale skrbeti za več podpore in usposabljanj prostovoljcev. Organizacije bi bilo potrebno tudi spodbuditi, da bi prostovoljce bolj vključevale pri odločanju znotraj organizacije in tudi sodelovale z drugimi prostovoljskimi organizacijami. Avtorica je trdnega mnenja, da bi bilo potrebno podpreti uveljavljanje izkušenj, pridobljenih s prostovoljstvom tudi kot reference za študij in zaposlitev (Gril, 2007, str. 109-112).

Laično prostovoljno delo ima tudi veliko svojih prednosti. V praksi se je izkazalo, da kombinacija poklicnega socialnega dela s prostovoljstvom preprečuje izgorelost in birokratski sindrom¹ ter krepi socialno-immunske zmožnosti² v socialnem okolju. V mnogih primerih se je tudi pokazalo, da ljudje z resnimi socialnimi težavami lažje navežejo stik s prostovoljcem, saj jim je bližje, kot pa z poklicnim strokovnjakom (Ramovš, 2001, str. 320).

¹ Brezosebno, »službeno«, »uradno« razmerje strokovnjaka ali prostovoljca do ljudi v stiski. Strokovnjak ne doživlja svoje stranke kot človeka, ne sodoživlja njene osebne stiske. Predaja se predvsem izpolnjevanju obrazcev, predpisov in drugih formalnih pogojev (Ramovš, 2001).

² Naravni imunski sistem, ki skrbi za reševanje socialnih zagat ter krepitev socialne klenosti posameznika in temeljnih človeških skupin (Ramovš, 1992). »Imunska vzgiba na tem področju sta samopomoč in dobrodelnost. Tako ena kakor druga sta osnova vsake socialne pomoči v težavi in stiski« (Ramovš, 1992, str. 133).

2. FORMULACIJA PROBLEMA

»Človek je po svojem bistvu družbeno bitje. Medčloveške povezave so zanj nekaj temeljnega, kar nujno potrebuje za preživetje, podobno, kakor sta na telesnem področju nujna hrana in zrak.« (Ramovš, 2003, str. 189). Vpetost v intimne odnose z drugimi ljudmi staremu človeku daje občutek pomembnosti in sprejetosti v njegovi socialni mreži. S staranjem se človekova socialna mreža krči, kar pa nemalokrat privede do slabše kvalitete življenja, zato je širjenje le-te izrednega pomena (Kavšek, 2006, str. 73). Zmanjšanje socialnih stikov, bodisi zaradi večjih življenjskih sprememb (kot je upokojitev, preselitev v institucijo ipd.), smrti družinskih članov ali prijateljev in bolezni pa nemalokrat privede do socialne izolacije in osamljenosti med starimi ljudmi (Havens, Hall, Sylvestre in Jivan, 2004, str. 130).

Cilj moje naloge je tako ugotoviti, kakšna so socialna omrežja starih ljudi, bodisi brez stika s svojci ali pa imajo z njimi redke stike. Moj cilj je tudi ugotoviti, kakšna je med njimi stopnja osamljenosti, kako razumejo pojem osamljenosti in kako si ob stiskah pomagajo, kdo in kakšno oporo predstavlja njihovo socialno omrežje ter kakšen odnos imajo do prostovoljstva. Znotraj teme osamljenosti me je zanimalo tudi, koliko poznajo skupine za samopomoč, ki predstavljajo eno izmed možnosti zmanjševanja stisk in večanja socialne vključenosti. Prav tako je moj cilj izpostaviti problematiko osamljenosti med starimi ljudmi ter spodbuditi tako javnost kot tudi zaposlene v domovih za stare ljudi k iskanju novih načinov pomoči in podpore ter zagotavljanju večje kvalitete bivanja v domovih.

2.1. Raziskovalna vprašanja

- Kakšna je stopnja osamljenosti starih ljudi, ki so brez stika (ali imajo zelo malo stika) s svojci in bivajo v Domu za stare ljudi?
- Kako stari ljudje, ki so brez stika s svojci, razumejo pojem osamljenosti in kaj jim pomaga pri zmanjševanju osamljenosti in stisk?
- Kakšna so njihova socialna omrežja in kakšno oporo jim to predstavlja?
- Kakšen odnos imajo do prostovoljstva?

3. METODOLOGIJA

3.1. Vrsta raziskave

Raziskava, ki sem jo izvedla, je kvalitativna, saj zbrano gradivo temelji na besednih opisih. Prav tako je raziskava empirična, saj sem zbrala novo neposredno izkustveno gradivo osebno na terenu s spraševanjem. Raziskava je tudi uporabna, saj sem z raziskavo želela priti do pomembnih spoznanj za potrebe neposredne prakse (Mesec, Rape Žiberna in Rihter, 2009).

3.2. Merski instrument

Kot merski instrument sem uporabila vnaprej pripravljen, delno strukturiran vprašalnik, z vprašanji odprtega tipa, ki sem jih po potrebi prilagodila intervjuvancem. Če so se mi med pogovorom pojavila dodatna vprašanja, sem postavila tudi ta. Vprašalnik vsebuje 21 vprašanj. Začetna vprašanja so bila postavljena z namenom »sprostitev ozračja«, preden sem nadaljevala k temi osamljenosti in stikov s svojci. Vprašalnik je dodan prilogam (9.1..., priloga 1).

3.3. Populacija in vzorec

Populacijo sestavljajo stari ljudje, ki so v obdobju od 22. 1. 2018 do 5. 3. 2018 bivali v Centru starejših občanov Notranje Gorice. Vzorec je neslučajnostni in priročni, saj je raziskava vključevala tiste stanovalce, ki so mi bili najbolj dostopni in pripravljeni sodelovati. Vzorec vključuje 7 oseb moškega spola in 10 oseb ženskega spola; izmed vseh intervjuvancev so štirje taki, ki s sorodniki nimajo nobenih stikov več. Z zbiranjem podatkov sem pričela 23. 1. 2018 in zaključila 5. 3. 2018. Opravila sem 17 intervjujev, ki sem jih s privolitvijo stanovalcev snemala, v nasprotnem primeru pa zapisovala. Trajali so od 15 min do 45 min, odvisno od zgovornosti stanovalcev. Pri tem se mi je nekajkrat pojavil problem, saj nekateri stanovalci niso imeli ravno interesa za pogovor, zato so na vprašanja odgovarjali zelo kratko in jedrnato.

3.4. Zbiranje podatkov

Podatke sem zbirala na terenu z metodo ustnega spraševanja. Opravljala sem jih v Centru starejših Notranje Gorice, kjer sem v istem času opravljala tudi prakso; z domom sem

sodelovala tudi pri raziskavi za mojo diplomsko nalogo. Za intervjuje sem se dogovarjala s pomočjo socialne delavke, ki mi je po svojem poznavanju stanovalcev predlagala tiste osebe, ki so brez svojcev ali imajo z njimi zelo redke stike. Za izvedbo intervjujev sem se nato dogovarjala s predlaganimi posamezniki. Nekateri so intervju tudi zavrnil, tako da sem jih izmed predlaganih 25 pridobila le 17. Z vsakim od stanovalcev sem se dobila v prostoru, ki so ga predlagali sami; največkrat je bil to dnevni prostor; pri tistih stanovalcih, ki so bili nepokretni, je intervju potekal v njihovi sobi. Pred vsakim intervjujem sem predstavila namen moje raziskave in jim odgovorila na morebitna vprašanja v zvezi z le-to. Intervjuvancem sem tudi zagotovila anonimnost, saj se v večini niso želeli poimensko izpostavljati.

3.5. Obdelava in analiza podatkov

Podatke sem analizirala po metodi kvalitativne analize. Intervjuje, ki sem jih posnela z mobilnim telefonom sem najprej prepisala na računalnik (transkripti, shranjeni v osebni arhivu avtorice). Vsak intervju sem nato označila s črko. Analizo intervjujev sem se lotila tako, da sem naprej podčrtala relevantne izjave znotraj posameznega intervjuja. Izjave sem nato prenesla v tabelo, kjer sem jih ustrezno označila na primer A1 (prva izjava prvega intervjuja), A2 (druga izjava drugega intervjuja) ipd. Izjavam sem nato v tabeli določila kode in kategorije ter jih uvrstila v pripadajočo temo glede na raziskovalna vprašanja.

Kot primer navajam del kodiranja; celota je v prilogi (priloga 9.2.)

Tabela 3.1: Primer kodiranja

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|--|--------------------|--------------------------------|
| A1 | Grem dol na prireditve. | Obiskovanje prireditev | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| A2 | Imam brata, ampak živi v onih hribih, niti ne vozi več tako, da me ne obiskuje. | Brat ne vozi več, zato me ne obiskuje | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| A3 | Po telefonu govoriva. | Telefonska komunikacija | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| A4 | ... prijatla prideta enkrat na dva meseca ... | Obisk prijateljev enkrat na dva meseca | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| A5 | ...pa tko ob teh praznikih – novo leto, velika noč. | Obiski prijateljev ob praznikih | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |

Izjave sem nato kodirala tudi osno, in sicer tako, da sem vse izpisane kode razporedila pod ustrezne kategorije in nato pod pripadajoče teme.

Primer osnega kodiranja (celota je v prilogi, priloga 9.3.):

ZNAČILNOSTI SOCIALNEGA OMREŽJA

- Pogostost stikov
 - Brat ne vozi več, zato me ne obiskuje (A2).
 - Obisk prijateljev enkrat na dva meseca (A4).
 - Obiski ob praznikih (A5).
 - Obisk sestre enkrat tedensko (B1).
 - Redki obiski sestre (C8).
 - Obiski prijateljice enkrat mesečno (C10).
 - Obiski brata dvakrat mesečno (Č2).
 - Obisk sinov nekajkrat na leto (D1).
 - Redki obiski vnukov (E2).
 - Brez obiskov (F1), (F2).
 - Redki obiski prijateljice (G2)
 - Brez stikov s svojci (G3).

Definiranje ključnih pojmov:

ZNAČILNOSTI SOCIALNEGA OMREŽJA: Znotraj te teme me je zanimala pogostost stikov, ki jo imajo stanovalci s sorodniki ali prijatelji in če uporabljajo še katere druge načine vzdrževanja stikov. Pozornost sem namenila tudi odnosom med stanovalci in stanovalci ter zaposlenimi in tudi na kakšne načine se stanovalci med seboj družijo.

OPORA SOCIALNEGA OMREŽJA: Zanimalo me je, na koga se stanovalci obrnejo v primeru instrumentalne, informacijske in emocionalne pomoči. Vključuje tudi to, kako stanovalci vidijo vlogo zaposlenih pri vzdrževanju stikov in na katerih področjih jim opore primanjkuje.

OSAMLJENOST: Vključuje razumevanje osamljenosti s strani stanovalcev in njihovo doživljanje le-te. Osredotoča se tudi na načine, s katerimi si pomagajo pri premagovanju stisk, ter načine, s katerimi bi sami zmanjšali osamljenost med stanovalci. Znotraj te teme raziskujem tudi poznavanje skupine za samopomoč.

ODNOS DO PROSTOVOLJSTVA: Tema se osredotoča na posameznikovo poznavanje prostovoljstva in njihovo mnenje o tem ter na njihove osebne izkušnje.

4. REZULTATI

4.1. Značilnosti socialnega omrežja starejših v domu

Prva tema, ki sem jo raziskovala v nalogi, so značilnosti socialnega omrežja starih ljudi, ki nimajo stika s svojci oziroma ga imajo izredno malo. Znotraj te teme sem se osredotočila na **pogostost stikov**, ki jih imajo stanovalci s svojci, sostanovalci in prijatelji. Izmed sedemnajstih intervjuvancev jih je pet izpostavilo, da imajo sicer še živeče svojce, vendar z njimi nimajo nobenega stika. Sedem stanovalcev svojci obiskujejo redko – večinoma le ob večjih praznikih (*Vnuka prideta, ampak zelo poredko, drugih svojcev pa nimam. (E2)*). Razlogi za to, da jih ne obiskujejo, so: bolezen ali oddaljenost svojcev (*Sestro imam še, me včasih obiskuje, zelo malokrat, ker je bolna. (C8)*)/(*Imam svojce, ampak ker sem iz Gorenjske, se zelo malo vidimo. (I3)*) in pomanjkanje časa svojcev ter slabi odnosi (*Imam vnuka, ki je moj skrbnik, ampak ne skrbi zame, me ne obiskuje. (J7)*). Preostalih pet svojci obiskujejo občasno; frekvence obiskov so pri njih od enkrat tedensko do dvakrat mesečno (*Imam sestro, pride mogoče enkrat na teden. (B1)*). Stiki s sostanovalci so med vprašanimi različni. Štirje intervjuvanci nimajo stikov s sostanovalci. Razlogi za to so v nepokretnosti, drugih zdravstvenih ovirah ali pa v slabih odnosih med njimi (*...se bolj ne. Večina je dementnih, polovico še več jih leži. (C5)*). Osem stanovalcev ima občasne stike s stanovalci zgolj na prireditvah. Pet stanovalcev pa stike s sostanovalci vzdržuje dnevno predvsem na kosilih in kavicah. Večina stanovalcev (deset od sedemnajstih) zunaj doma nima nobenih prijateljev, ki bi jih obiskovali. Štirje imajo občasne stike s prijatelji – obiskujejo jih enkrat tedensko do enkrat mesečno, dva imata obiske prijateljev redko, medtem ko ena intervjuvanka stike s prijatelji vzdržuje samo preko telefona. **Za vzdrževanje stikov** s svojci ali prijatelji večinski del stanovalcev (deset od sedemnajstih) uporablja svoj ali domski telefon. Šest stanovalcev tako vzdrževanje stikov ne uporablja, največkrat zato, ker telefona nimajo ali pa jim njihovo zdravstveno stanje (slab vid, slab suh) omejuje uporabo le-tega (*Ne, na telefon pa bolj slabo slišim, imam slušni aparat, tako da sem še tukaj prikrajšana. (L4)*). Drugih načinov vzdrževanja stikov s svojci in prijatelji ne uporabljajo.

Odnosi, ki jih imajo s **sostanovalci**, so deljeni. Nekateri stanovalci imajo med seboj izredno slabe odnose (*Televizijo bi včasih tako rada gledala, pa je ne upam zaradi sosede. (E32)*)/(*Jah, bolj težka je ona. Moram kar veliko potrpet z njo, pa sem včasih rajši kar tiho. (C4)*). Med seboj se ne razumejo tudi zaradi neprimerne razvrščanja v sobe, zaradi katerega

med stanovalci prihaja do velikih trenj (Jaz sem v sobi z nekim starčkom, ki je dementen, in midva ne paševa skupaj.(Č21)/Enkrat sem celo noč prespal na fotelju, ker sem se bal, da mi bo kaj naredil. (Č22)). Medtem drugi navajajo, da se s svojimi sostanovalci razumejo dobro. Tisti stanovalci, ki so v sobah sami in stanovalce srečujejo le priložnostno, mi odgovora niso mogli podati (Kar jih srečam pri kosilu ali na prireditvah, drugače pa ne.(L2)). **Druženje** stanovalcev večinoma poteka na kavi znotraj doma; nekateri se družijo tudi v bližnjem Tušu, pri kosilu in na prireditvah ter zgolj na sproščenem klepetu (Včasih se družim s sostanovalko, da malo poklepetava.(S2)). Veliko stanovalcev se z drugimi ne družijo, ker so zaradi nepokretnosti vezani na sobo ali pa imajo druge zdravstvene težave, ki jim to otežujejo (Hodim ne, zadržujem se bolj v sobi.(K1))/(Ne družim se dosti, nagajajo mi ušesa in ne slišim dobro, zato se kar malo izogibam.(J2)). Nekateri stanovalci so rajši sami, ker jim samota bolje ustreza ali ker znotraj doma ne najdejo prave družbe.

Odnosi z zaposlenimi so večinoma dobri in korektni, nekateri tudi bolj prijateljski (*Mogoče s tole sestro, ki je zdajle tle, da imava malo bolj zaupen odnos, midva sva dost bolj odprta.(D14)*). Izpostavijo pa težave in nerazumevanje s socialno delavko (*...edin s tole zdajšnjo socialno delavko sva pa kar na trnih.(D8)*)/(*Prejšnja socialna delavka je bila kar švoh, je kar rekla, »če vam kaj ne paše, pa pejte kar po most, sej bi že tko mogli prej it«.(G17)*).

4.2. Omrežje socialne opore

Pri vprašanju, ki se navezuje na **instrumentalno oporo** (Če bi rabili pomoč pri prestavljanju pohištva, doseganju stvari v omarici ipd., na koga se lahko obrnete za pomoč?), bi se večina stanovalcev za pomoč obrnila na zaposlene v domu in svojce (*Jah, to se včasih lahko na strežnico obrnem.(F7)*)/(*Sestro bi prosil, bi mi pomagala(N8)*). **Emocionalno oporo** bi večina iskala pri zaposlenih ali pa pri sostanovalcih (*S to gospo tukaj bi lahko tudi kakšno rekla (R13)*). Nekateri emocionalne opore ne bi iskali pri drugih ljudeh, ampak bi utego našli v glasbi ali veri ali pa pogovora z drugimi ljudmi sploh ne potrebujejo (*Še nisem imel te potrebe, ne vem na koga bi se obrnil, nisem velik govorec.(N10)*). Tudi pri **informacijski opori** bi pomoč največkrat dobili pri zaposlenih in sostanovalcih. Med pogovori na temo so stanovalci velikokrat izpostavili **primanjkovalje opore** na vseh teh treh področjih opore socialnega omrežja. Tako so izpostavili, da velikokrat v domu nimajo možnosti za pogovor z nikomer, tudi z zaposlenimi ne, saj so prezaposleni in za to nimajo časa (*Nimajo časa za pogovor še z nami, imajo svojih problemov dovolj (Č14)*). Tako so nekateri vikende, ko je manj kadra, obsojeni preživeti bolj ali manj brez pomoči (*Jaz sem cel vikend sama, moje negovalke ne delajo, včasih*

čakam tudi po dve uri, da me kdo premakne iz postelje na stol (L16)). Štirje stanovalci so izpostavili tudi konkretne težave z zdravstvenim delom kadra (*Me je enkrat pri srcu stiskalo in sem pozvonila ob pol šestih zjutraj, pride sestra in ji povem. Je rekla, da bo pol prišla, ko me bo srčni infarkt. In potem je šla (J29)*) in s socialno delavko (*Pa mi ni hotela ali pa znala dat pravih informacij, kako in kaj zdej narest, da bi se to rešil (D6))* / (...mi ni ravno pomagala pri navezavi stikov z ostalimi stanovalci (G18)), ki naj bi jim predstavljali temeljno oporo znotraj doma. **Vlogo zaposlenih pri vzdrževanju stikov** stanovalci vidijo na različne načine. Večina njihovo vlogo vidi kot pomoč pri navezavi stikov med ljudmi in spodbujanju druženja. Večinoma to vlogo pripisujejo predvsem socialni delavki, ki naj bi bila neke vrste koordinator, ki ljudem pomaga pri vključevanju v okolje ter uravnava trenja, ki nastanejo med stanovalci (*Je neke vrste koordinator – mora znati poslušati in dovolj poznati ljudi, da jim pomaga pri vključevanju v to domsko okolje.(S16)*). Kot pomemben dejavnik pri vzpostavljanju in vzdrževanju stikov navajajo tudi primerno razvrščanje ljudi v sobe (*...tudi oni lahko bolj pazijo, koga dajo skupaj v sobo...(Č23)*) in s tem krepitev medsebojnih odnosov.

4.3. Osamljenost

Socialna omrežja starih ljudi, ki so bili vključeni v raziskavo, večinoma vključujejo le njihove sostanovalce in zaposlene v domu. V omrežjih ljudi, ki so bili vključeni v raziskavo, so zaposleni tako tisti, ki jim predstavljajo ključne osebe, na katere se obrnejo, ko potrebujejo pomoč, kar pa ob njihovi preobremenjenosti predstavlja problem. Na vprašanje, **kako si predstavljajo osamljenost**, tako odgovarjajo: kot odsotnost opore in družbe drugih ljudi ter kot neko nesprejetost ter samoto (*Osamljenost je zame neka nesprejetost...(Č15)*) / (*Jah, da si enostavno, kaj vem, sam.(F12)*). Osamljenost povezujejo tudi s primanjkovaljem stikov s svojci (*...da te svojci ne obiskujejo...(S18)*) in primanjkovaljem pogovora z drugimi ljudmi. Mnenje nekaterih je, da je definicija osamljenosti odvisna od vsakega posameznika, od njegovih potreb in želja ter da je osamljenost prirojena in se pojavi takrat, ko je človeku dolgčas (*Mislím, da je človek osamljen, če mu je dolgčas.(I17)*). Na vprašanje glede **doživljanja osamljenosti** večina stanovalcev odgovori, da se v domu ne počuti osamljene (*Jaz se ne počutim osamljeno, pa sem bolna in na postelji, ne vem (I16)*), največkrat zato, ker so na samoto in pomanjkanje stikov z drugim že navajeni (*Prej sem bil osamljen, zdaj sem se pa navadil.(B13)*) / (*Jaz osebno sem že prej živela sama v hiši, mož je umrl že pred 20 leti in sem navajena biti sama (L11)*). Manjšinski del intervjuvanih stanovalcev pa pove, da se v domu počutijo osamljeno (*Ja, to pa sigurno, da sem osamljen, sem daleč od doma ... (R16)*). Znotraj pogovora o osamljenosti se je pojavila tudi

tema o **pogrešanju** preteklih stikov. Stanovalci so izpostavili, da ne pogrešajo družinskih članov. Pogrešajo prijatelje in domače okolje (*Imel sem prijatelje na Gorenjskem, doma pa jih kar mal pogrešam (R5)*). Čeprav se jih večina ne sooča z osamljenostjo, za **premagovanje stisk, osamljenosti** uporabljajo različne načine. Stanovalci se tako največkrat zamotijo s sprehodi, z branjem in gledanjem televizije. Uteho najdejo tudi v veri in glasbi. Samo eden izmed stanovalcev pomoč ob stiskah poišče pri svojem sostanovalcu (*Ali pa se s sostanovalcem malo pogovorim....(R18)*).

Kot načine, kako bi sami **zmanjšali osamljenost** med stanovalci, navedejo predvsem organiziranje aktivnosti in spodbujanje stanovalcev k medsebojnemu druženju in medsebojni pomoči kot tudi spodbujanje ljudi h različnim hobijem, kot so branje, ročna dela in tudi vera oziroma molitev. Poudarek namenjajo tudi izboljšanju komunikacije in povečanju druženja med stanovalci in zaposlenimi (*Tudi z zaposlenimi se mi zdi pomembno, da bi se tud oni vključili (A37)*), ter naklonjenosti in pomoči socialne delavke pri vključevanju v družbo (*Socialne delavke mislim, da imajo pomembno vlogo pri tem. Lahko bi pomagale s kontakti med ljudm i...(M16)*). Kot faktor, ki lahko vpliva na zmanjšanje osamljenosti, navajajo tudi bolj primerno razvrščanje ljudi v sobe glede na njihovo zdravstveno stanje in karakter (*...pa najpomembnejše, da bi imela sostanovalko tako, ki bi bila tudi zgovorna (I18)*)/(*Morali bi mal gledat, koga dajo skupaj v sobe, da se človek ujame karakterni, ne pa da dajo skupaj ljudi, ki se ne razumejo ali pa so »normalni« skupaj v sobi z dementnimi (N20)*). Poleg vseh teh navedenih načinov zmanjševanja osamljenosti veliko dajo poudarek tudi na to, da se je človeku potrebno prilagoditi in gledati individualno na njegove želje in potrebe. Ker so **skupine za samopomoč** eden izmed uspešnih načinov premagovanja osamljenosti, sem znotraj te teme raziskovala tudi mnenje in izkušnje stanovalcev s temi skupinami. Izkazalo se je, da izmed sedemnajstih vprašanih stanovalcev skupine za pomoč poznajo samo trije, nihče pa s skupinami nima osebnih izkušenj. Ti stanovalci so mnenja, da je uspešnost teh skupin odvisna od posameznika in njegove zmožnosti za odprt pogovor in deljenje izkušenj z drugimi (*In še to je, ko izbere eno temo, se vedno dotakne osebnega dela človeka, kar je v takem krogu izredno težko potem delit s celo skupino.(G32)*)/(*Pripomogle bi pri zmanjšanju osamljenosti, ampak problem nastane, ker se morajo zbrati pravi ljudje, ker če ne nima učinka in mislim, da je težko zbrat ljudi s podobnim značajem in inteligenco v tako skupino.(P19)*).

4.4. Odnos do prostovoljstva

Večina intervjuvanih stanovalcev pozna koncept in namen **prostovoljstva**; prav tako imajo glede tega pozitivno **mnenje**, a so med njimi tudi nekateri, ki prostovoljstva v smislu druženja s stanovalci ne poznajo (*Prostovoljstva pa ne poznam, sem verjetno premalo časa tukaj v domu (P16)*). Izpostavili so, da je pomembno redno preživljanje časa s prostovoljcem (*Kar pa pride seveda samo z rednim časom, ki ga preživljaš skupaj; če se pa prostovoljci ves čas menjajo, je pa to zelo težko. (L21)*) in da se morajo za to delo odločiti ljudje, ki se v tem resnično najdejo (*Tako, da če bi se že šli to, je treba izbrat ljudi, ki so za opravljanje takega dela (Č26)*). Prostovoljstvo vidijo kot pomemben način povečevanja vključenosti in zmanjševanja osamljenosti med stanovalci (*Prostovoljstvo je zelo pomembno, saj vsak človek rabi toplino drugega človeka in s širjenjem tega se bo tudi več ljudi v domu počutilo sprejete in vključene (S27)*). Osebne izkušnje s prostovoljci sta imeli samo dve osebi od sedemnajstih; pri obeh je bilo počutje zato boljše. Ostali stanovalci s prostovoljci nimajo izkušenj, nekateri zato, ker se jim ni zdelo, da to potrebujejo, spet drugi zato, ker jim to ni bilo omogočeno (*Tle ni nič, nekaj so predlagali, potem pa je vse padlo v vodo (E30)*).

5. RAZPRAVA

Prebivalstvo po vsemu svetu se sooča z intenzivnim staranjem prebivalstva. Stari ljudje, tako pri nas kot tudi drugod po svetu zato predstavljajo pomembno demografsko skupino, saj se življenjska doba ljudi podaljšuje in s tem posledično tudi število starih ljudi v družbi. Zato skrb za staro populacijo predstavlja čedalje pomembnejšo nalogo socialne politike (Cafuta, 1998, str. 141). Ker pa je Slovenija izrazito institucionalno usmerjena država, veliko starih ljudi svoj zadnji del življenja preživi v Domu za stare ljudi. Star človek s preselitvijo v Dom večinoma ne more ohraniti svojega »starega« načina življenja in prav tako tudi ne svojih dotedanjih socialnih stikov, kar pa mu predstavlja ogromno izgubo (Milošević Arnold, 2003, str. 43). Victor (2005, v Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 63) pravi, da pomemben dejavnik, ki vpliva na izkušnje in kakovost staranja ljudi predstavljajo njihova družinska in širša socialna omrežja. Socialna mreža starih ljudi, ki sem jih vključila v raziskavo, vključuje zgolj njihove stanovalce in zaposlene v domu, kjer bivajo. Večina stanovalcev ima še živeče sorodnike, ki pa jih obiskujejo zelo redko ali sploh ne. Kot razloge za pomanjkanje obiskov, stanovalci navajajo tako bolezni in pomanjkanje časa svojcev kot tudi neurejene družinske odnose in geografsko oddaljenost doma od rodnega kraja. Hlebec (2010, str. 90) kot razloge za močnejšo ali šibkejšo oporo družinskega omrežja omenja ravno posameznikov značaj ter družinske značilnosti. Omenja tudi pomembnost dejavnika selitve v smislu, da se star človek lahko samostojno odloči, da se preseli v dom, ki je bolj oddaljen, ne more pa regulirati selitve sorodnikov. Čeprav v današnjem času digitalni mediji predstavljajo velik del komunikacije med ljudmi, večina stanovalcev za vzdrževanje stikov uporablja le telefon. Moderne informacijsko komunikacijske tehnologije lahko starim ljudem bistveno izboljšajo kakovost življenja, saj je internetno komuniciranje uspešno pri premagovanju fizičnih razdalj in časovne nedosegljivosti (Peteh, 2012). Informacijsko komunikacijske tehnologije starim ljudem omogočajo, da izboljšajo svojo komunikacijo s svetom in izboljšajo svojo kakovost življenja. Prav tako jim predstavlja vir socialne opore, saj omogoča vzpostavlanje in vzdrževanje stikov s prijatelji in sorodniki ter tako zmanjšuje osamljenost ter povečuje socialno vključenost (Selwyn, 2003, str. 503). »Kvalitetnega življenja posameznika si nikakor ne moremo predstavljati brez pristnih odnosov z drugimi ljudmi« (Milošević Arnold, 2003, str. 32).

Stiki stanovalcev z okoljem (drugi stanovalci, prijatelji, zaposleni, obiski vrtčevskih otrok, ipd.) dajejo ljudem občutek pomembnosti, omogočajo veselje do življenja in predvsem zmanjšujejo osamljenost med starimi ljudmi v domovih (Mali, 2004, str. 112). »Kvaliteta

življenja stanovalcev (in zaposlenih) in njihovo (medsebojno) zadovoljstvo temelji na odnosnem sistemu, ki je večslojen. Nanaša se na odnos med zaposlenimi in stanovalci, med zaposlenimi in svojci, med stanovalci in njihovimi svojci, med stanovalci in med zaposlenimi. Dober odnosni sistem zagotavlja kvalitetno delo in zadovoljstvo na vseh ravneh sistema« (Mali, 2004, str. 108). Glede na rezultate raziskave so odnosi med vprašanimi stanovalci doma deljeni. Nekateri stanovalci imajo med seboj zelo dobre odnose, medtem ko imajo drugi konkretne težave pri komunikaciji in skupnem bivanju. Težave pri skupnem bivanju nastajajo zaradi značajskih razlik med stanovalci, oslABLJENE komunikacije in različnega zdravstvenega stanja (ljudje brez diagnoze demence so v sobi s človekom, ki to diagnozo ima). Ramovš (2009, str. 22-23) pravi, da so odnosi med ljudmi in njihovo sodelovanje temeljnega pomena ter da predstavljajo tipičen okoljski dejavnik zdravja, ki ga je potrebno upoštevati kot enega izmed glavnih dejavnikov kakovostnega staranja. Odnosi z zaposlenimi so na »profesionalni« ravni, so dobri in korektni, a večinoma niso poglobljeni v smislu prijateljstva. Stanovalci se med seboj družijo večinoma znotraj doma, na raznih delavnicah, aktivnostih, pri kosilu ali ob kavi. Kot težavo bi na tem mestu izpostavila tiste stanovalce, ki zaradi svojega zdravstvenega stanja niso mobilni oziroma imajo druge ovire (slab vid, slab sluh). Ti stanovalci so iz oblik druženja, kot jih imajo ostali stanovalci, izključeni, saj so v večini vezani na svoje sobe in pomoč zaposlenih. Kobentar, Kogovšek in Škerbinek (1996, str. 17) opozarjajo, da je »dobro počutje odvisno predvsem od ohranjanja in vzpostavljanja stikov ter komunikacije v svojem neposrednem okolju«.

Večja socialna omrežja nudijo boljše in večje možnosti za nudenje socialne opore, saj je članov znotraj omrežja več in se pomoč med njimi bolj porazdeli; prav tako je dostop do informacij enostavnejši in raznovrstnejši (Vaux, 1988, v Kogovšek, Hlebec, Dremelj in Ferligoj, 2003, str. 184-185). V moji raziskavi se je izkazalo, da so socialna omrežja vprašanih starostnikov zelo majhna, kar posledično pomeni, da imajo manj možnosti za prejemanje različnih vrst opore. Zanimalo me je, na koga bi se stanovalci lahko obrnili v primeru potrebe po praktični pomoči in v primeru pridobivanja informacij ob določenih življenjskih situacijah ter na koga bi se obrnili, ko bi potrebovali pogovor. Vprašanja so bila namenoma zastavljena v smislu, »na koga bi se obrnili, če bi potrebovali...«, saj bi sicer verjetno dobila odgovore, da ničesar ne potrebujejo in se za to ne bi obrnili na nikogar. V primeru praktične pomoči bi se stanovalci po pomoč obrnili na zaposlene v domu, tako na hišnika kot tudi na negovalce, strežnike ter medicinske sestre. Tisti, ki imajo možnost, bi se obrnili tudi na prijatelje in sorodnike. Ko bi iskali informacije, bi se večinoma tudi obrnili na zaposlene znotraj doma. Pomoč pri reševanju emocionalnih stisk bi iskali pri različnih ljudeh. Največkrat so izpostavili

pogovor s sostanovalci ali prijatelji in v manjšini tudi z zaposlenimi. Nekateri od njih pomoči v smislu pogovora ne bi potrebovali, saj stvari rajši rešujejo pri sebi ali pa utemo poiščejo v glasbi in molitvi. Znotraj te teme se je pojavil trenutni problem primanjkovanja opore predvsem pri emocionalnih in informacijskih stiskah. Veliko stanovalcev je izpostavilo, da sedaj nimajo možnosti za pogovor z nikomer, saj zaposleni nimajo časa, da bi se poleg svojega dela ukvarjali še s težavami stanovalcev. Problem nastane predvsem v času vikenda, ko je kadrovska zasedba okrnjena in so nekateri tudi po več ur brez kakršne koli pomoči ali kontakta z drugimi ljudmi. Kar se mi zdi zaskrbljujoče, je predvsem to, da so kot težavo izpostavili tudi delo in odnos trenutne socialne delavke. Stanovalec je tako povedal, da socialna delavka ni bila odprta za pomoč: *»Pa mi ni hotela ali pa znala dat pravih informacij, kako in kaj zdej narest, da bi se to rešil.«* (D6). Tudi druga stanovalka je navedla, da se ji zdi, da ni dovolj odprta za komunikacijo in nudenje pomoči: *»Sam tukaj vidim, da ona sama tudi nima neke volje za pogovor«* (G35), kar pa naj bi v osnovi predstavljalo njeno poslanstvo. Milošević Arnold (2003, str. 32) pravi, da je »bistvo vloge socialne delavke skrb za vse tisto, kar lahko v najzlahtnejšem pomenu razumemo kot socialno. Po eni strani gre za zagotavljanje vsega, kar stanovalec kot posameznik potrebuje za kvalitetno življenje v domu«. Mali (2008, str. 86) poudarja, da je vloga socialnega delavca v domu zelo pomembna predvsem pri vzpostavljanju nove socialne mreže znotraj doma. Stanovalci v veliki meri vidijo socialno delavko kot tisto osebo, ki jim naj bi pomagala pri vzpostavljanju medsebojnih stikov, spodbujala h druženju in je predvsem nek povezovalni člen znotraj doma, ki poskrbi tudi za raznorazna trenja med stanovalci. Preobremenjenost in primanjkovanje kadrovske zasedbe predstavlja velik problem med večino domov za stare v Sloveniji. Preobremenjenost strokovnih delavcev mnogokrat privede do tako imenovane »poklicne izgorelosti«. Brejc (1994, str.373) jo opredeli kot psihično stanje, ki privede do zmanjšanja pristnega zanimanja za ljudi, občutka izčrpanosti in znižane delovne učinkovitosti ter morale.

Ramovš (2003, str. 104-105) osamljenost starega človeka enači s hudo podhranjenostjo, ki vpliva na človekovo zdravstveno stanje. Stanovalci si osamljenost predstavljajo kot odsotnost opore in družbe drugih ljudi ter kot nesprejetost in samoto. Povezujejo jo tudi s primanjkovaljem stikov s svojci. Osamljenost lahko izpostavimo kot problem v vseh starostnih obdobjih. Dejstvo pa je, da je potreba po medčloveških odnosih med starimi ljudmi najmanj zadovoljena, zato osamljenost predstavlja veliko stisko. Mali (2002, str. 319) opozarja, da je potrebno razlikovati med dejansko osamljenostjo človeka in osamo, saj ni nujno, da se vsak človek, ki je sam, počuti osamljen. Na vprašanje glede doživljanja osamljenosti večina stanovalcev odgovori, da se v domu ne počuti osamljene. Največkrat zato, ker so na samoto in

pomanjkanje stikov z drugim ljudmi že navajeni. Presenetil pa me je rezultat, da se samo manjšinski del intervjuvanih stanovalcev v domu počuti osamljeno. Kako posameznik zaznava osamljenost, je velikokrat rezultat razlike med željami človeka in dejanskimi socialnimi stiki (Kristančič, 2005, str. 118), kar so navedli tudi nekateri stanovalci, saj pravijo, da je definicija osamljenosti odvisna od posameznika in njegovih potreb ter želja. Čeprav se jih večina ne sooča z osamljenostjo, za premagovanje stisk in osamljenosti uporabljajo različne načine. Stanovalci se tako v primeru stisk največkrat zamotijo s sprehodi, z branjem knjig, gledanjem televizije in poslušanjem glasbe ter vero. Po njihovem mnenju bi osamljenost med stanovalci zmanjšali z dodatnim organiziranjem aktivnosti, spodbujanju k različnim hobijem in s spodbujanjem k medsebojnemu druženju ter medsebojni pomoči pri vključevanju v družbo. Poudarek bi namenili tudi izboljšanju komunikacije in povečanju druženja med stanovalci in zaposlenimi ter naklonjenosti in pomoči socialne delavke pri vključevanju v družbo. Kot faktor, ki lahko vpliva na zmanjšanje osamljenosti, navajajo tudi bolj primerno razvrščanje stanovalcev v sobe, saj so sedaj skupaj v sobah združeni tudi stanovalci z demenco in tisti, ki te diagnoze nimajo. Poleg vseh teh navedenih načinov zmanjševanja osamljenosti pripisujejo velik poudarek tudi individualnim potrebam in željam, saj so mnenja, da je vse odvisno od človeka, kaj si želi in kaj potrebuje. Skupine za samopomoč predstavljajo pomemben način zmanjševanja osamljenosti med starimi ljudmi in jim omogočajo ohranjanje in širjenje socialne mreže. Znotraj časa vključenosti v skupino se med udeleženi ustvarijo pristni medčloveški in prijateljski odnosi. Razvijejo se medsebojna pomoč, samopomoč in solidarnost (Matjanec, 2004, str. 49). V domu za stare ljudi Notranje Gorice je »pogovorna urica s socialno delavko organizirana enkrat mesečno, a vendar jo od sedemnajstih intervjuvancev poznajo le tri osebe. Nihče izmed njih ni bil član te skupine, a so mnenja, da je uspešnost skupin odvisna od posameznika in njegovih značajskih lastnosti ter zmožnosti za odprt pogovor in deljenje izkušenj z drugimi ljudmi. Osnovna značilnost skupin za samopomoč je redno tedensko srečevanje v obsegu ure do uro in pol ter vedno ob istem času in v istem prostoru (Matjanec, 2004, str. 48). Po mojem mnenju je skupina v Notranjih Goricah, kljub mesečni organizaciji ob isti uri in v istem prostoru še vedno organizirana premalokrat, da bi dosegla svoj najboljši učinek.

Prostovoljstvo je dejavnost, ki bistveno prispeva k razvijanju solidarnosti družbe, izboljšuje življenja posameznikov, brani interese izključenih in ogroženih skupin ter je ena od osnovnih načinov odzivanja družbe na potrebe v njej (Prostovoljstvo.org, 2020). Prostovoljska dejavnost v centru starejših Notranje Gorice poteka v sklopu zavoda Aktivna starost. Prostovoljstvo naj bi imeli organizirano na več področjih, tako na področju individualnega

družabništva in pomoči pri vsakodnevnih opravilih kot tudi v smislu vodenja skupin za samopomoč ter drugih organiziranih skupin. Večina stanovalcev, ki so sodelovali v moji raziskavi, pozna koncept prostovoljstva znotraj doma; skoraj vsem se prostovoljstvo zdi dober način za vključevanje ljudi v družbo in preprečevanje osamljenosti. Pomembno se jim zdi redno obiskovanje prostovoljca, da se lahko med njim in stanovalcem splete globlja vez in ustvari zaupanje in prav tako tudi, da se za tako delo odločijo le tisti ljudje, ki so za to »ustvarjeni«. Osebne izkušnje s prostovoljstvom sta imeli le dve osebi od sedemnajstih vprašanih; obe sta povedali, da sta se zaradi druženja s prostovoljcem počutili bistveno bolje. Preostali stanovalci izkušenj nimajo, nekateri zato, ker se sami ne čutijo potrebe po družbi prostovoljca, drugi pa zato, ker jim to nikoli ni bilo omogočeno.

6. SKLEPI

Zadnje obdobje življenja je pri starih ljudeh velikokrat povezano z zdravstvenimi težavami in zmanjšano možnostjo skrbi zase ter posledično tudi s preselitvijo v institucijo. Že sama preselitev iz domačega okolja staremu človeku predstavlja stres. Poleg tega se soočajo tudi z zmanjšanjem njihove primarne socialne mreže, kar lahko vodi do osamljenosti. Ker pojav osamljenosti med starimi že v osnovi predstavlja problem sodobne družbe, sem s svojo nalogo poskušala ugotoviti, kakšna so socialna omrežja ljudi, ki živijo v domu za stare in kakšno oporo jim to predstavlja. Socialno omrežje so ljudje, s katerimi si posameznik izmenjuje čustva in s svojo vzajemno močjo omogočajo kakovostno preživljanje življenja (Hlebec, 2010, str. 89). Ker pa se z višjo starostjo omrežja zmanjšujejo in strukturno spreminjajo, se spreminja tudi delež tistih, ki socialno oporo oz. pomoč staremu človeku lahko nudijo (Hvalič Touzerys, 2014, str. 3). S svojo raziskavo sem ugotovila, da socialna omrežja intervjuvanih stanovalcev vključujejo zgolj zaposlene v domu in sostanovalce. Nekaj stanovalcev pa ima kljub redkim stikom v svoji socialni mreže tudi svojce in prijatelje. Odnosi med stanovalci in zaposlenimi so dobri in korektni; največkrat so bolj formalne narave, zato se stanovalci na njih obrnejo le v smislu praktične in informacijske pomoči. Ob potrebi emocionalne opore pomoč iščejo pri sostanovalcih in prijateljih. Problem se kaže predvsem pri stanovalcih, ki so zaradi zdravstvenih težav izključeni iz oblik druženja z ostalimi, saj je zaradi tega njihova socialna opora bistveno manjša. Delo v domu za stare predstavlja velik izziv, saj so zaposleni tisti, ki morajo staremu človeku nuditi podporo, tolažbo ter pomoč pri težavah, s katerimi se srečujejo (Mali, 2002, str. 321). Ker pa so zaposleni velikokrat na svojih delovnih mestih preobremenjeni, to vpliva na življenje stanovalcev. Izpostavili so delo socialne delavke, ki ni dovolj odprta za komunikacijo in nudenje pomoči stanovalcem, kar močno vpliva na njihovo pridobivanje opore. Dobri odnosi med stanovalci in zaposlenimi predstavljajo osnovni pogoj za kvalitetno in uspešno sodelovanje in zadovoljstvo na obeh straneh (Mali, 2004, str. 108).

Drugo vprašanje, ki sem si ga zastavila, je, kako stari ljudje, ki so brez stika s svojci (ali ga imajo malo), razumejo pojem osamljenosti in kaj jim pomaga pri zmanjševanju osamljenosti in stisk. Osamljenost je opredeljena kot občutek stiske, ki jo človek doživlja ob nezadovoljstvu s svojimi socialnimi odnosi (Shiovitz-Ezra, str. 349-350). Stanovalci osamljenost enačijo z »biti sam«. Povezujejo jo z nesprijetostjo in predvsem z odsotnostjo stikov s svojci in primanjkovalcem opore in družbe drugih ljudi. Stanovalci stiske in osamljenost premagujejo z različnimi aktivnostmi, kot so sprehodi, branje knjig, gledanje televizije ipd. Skupine za

samopomoč predstavljajo učinkovito »zdravilo« proti osamljenosti med starimi ljudmi v domovih, saj je njihova temeljna dejavnost – pogovor. Člani skupine si delijo medsebojne izkušnje, izražajo svoje občutke in mnenja. Tako se krepijo medčloveški odnosi, zmanjšujejo socialne stiske in osamljenost med ljudmi (Skupine starih za samopomoč, b. d.). Čeprav je skupina za samopomoč znotraj doma organizirana, pa jo poznajo le trije izmed sedemnajstih vprašanih, kar nakazuje na slabo prepoznavnost le-teh. Skupina za samopomoč je znotraj doma organizirana enkrat mesečno, kar že v osnovi ni primerno, saj morajo biti organizirane vsaj enkrat tedensko, da se pokažejo pozitivni učinki – navežejo pristni odnosi, vzpostavi zaupanje.

Zanimalo me je tudi, kakšna je stopnja osamljenosti starih ljudi, ki so brez stika (ali imajo zelo malo stika) s svojci in bivajo v domu za stare ljudi. Shiovitz-Ezra (str. 353) ugotavlja, da na pojav osamljenosti vplivajo posameznikova velikost omrežja, čustvena bližina med člani ter zadovoljstvo s svojo socialno mrežo. Torej, večje kot je število članov v omrežju, bližji kot so bili odnosi z njimi, večje je bilo zadovoljstvo posameznikov s socialno mrežo ter posledično manj občutka osamljenosti. Stopnja osamljenosti med stanovalci vključenimi v mojo raziskavo, je dokaj nizka, kar bi lahko pomenilo, da osamljenost stanovalcev ni pogojena s pogostostjo stikov s svojci. Izmed sedemnajstih vprašanih se jih le pet počuti osamljene, kar je v nasprotju z mojimi pričakovanji.

V nalogi sem raziskovala tudi, kakšen odnos imajo stanovalci do prostovoljstva. Prostovoljska dejavnost v današnjem času predstavlja izredno pomembno dopolnilno dejavnost, ki pozitivno vpliva tako na prostovoljca kot tudi na tistega, ki ga prostovoljec obiskuje. Učinki takega dela so predvsem osebna rast, dopolnjevanje znanj, sodelovanje v socialnem prostoru, vključevanje v socialno mrežo in zmanjševanje občutka odtujenosti ter osamljenosti (Eržen, 2005, str. 9). Koncept prostovoljstva znotraj doma poznajo vsi intervjuvani stanovalci, medtem ko sta osebne izkušnje s prostovoljstvom imeli le dve osebi. Vsi se strinjajo, da je prostovoljstvo odličen način zmanjševanja osamljenosti, vendar le dokler se srečanja izvajajo redno, z isto osebo, saj se le tako lahko ustvari globlji in zaupnejši odnos.

Kot omejitve raziskave vidim predvsem to, da je bila opravljena z dokaj nizkim številom sodelujočih in samo znotraj enega doma, saj bi večje število udeleženi mogoče pokazalo drugačne rezultate. Zanimivo bi bilo tudi pogledati razlike v spolu pri pojavu osamljenosti, saj naj bi bili moški v poznem starostnem obdobju bolj ogrožena skupina, ko ostanejo brez podpore svojega socialnega omrežja (Dragoš, 2000, str. 304-305). Na pojav osamljenosti bi bilo pomembno pogledati tudi z vidika zdravstvenega stanja stanovalcev, saj Mali (2002, str. 319) navaja, da je lahko »prav bolezen razlog za osamljenost (npr. naglušnost, nepokretnost), ker zmanjšuje socialne stike«. Kump (2015, str. 13) ugotavlja, da so posamezniki z nižjo stopnjo

izobrazbe bolj podvrženi slabšemu zdravju ter redkeje sodelujejo v društvenih in prostovoljskih dejavnosti; prav tako imajo večje težave z zaupanjem ljudem. Če izhajam iz njene ugotovitve, bi bilo smiselno na pojav osamljenosti med stanovalci doma pogledati tudi z vidika njihove stopnje izobrazbe.

7. PREDLOGI

Naraščanje deleža starejšega prebivalstva vsekakor predstavlja veliko težavo v današnji družbi. Zaradi pomanjkanja socialnih storitev je del starih ljudi svoj zadnji del življenja primoran preživeti v instituciji. To pa predstavlja problem pri zagotavljanju kakovosti življenja starih ljudi znotraj doma, saj so kadrovske normativi omejeni in posledično njihova oskrba ne zadovoljuje vseh temeljnih življenjskih potreb. Zato najprej predlagam povečanje kadrovskega normativov, saj bi bilo delo tako opravljeno bolje; zaposleni bi imeli več časa za oskrbo in reševanje stisk in pogovor s stanovalci.

Glede na to, da digitalni mediji predstavljajo pomembno vlogo v današnjem času, bi več stanovalcev lahko stike s svojci in prijatelji vzdrževalo s pomočjo računalnika (internet). Ker pa veliko izmed njih ni finančno sposobnih za nakup računalnika, bi predlagala, da bi se v centru starejših Notranje Gorice organizirala dobrodelna akcija, s katero bi zbrali sredstva za nakup računalniške opreme ali pa rabljene računalnike, ki bi jih namestili v dnevne prostore (npr. en računalnik na oddelek).

Ker veliko starih ljudi nima uporabnega znanja za delo z računalniki, predlagam tudi organiziranje osnovnih računalniških tečajev. Glede na to, da se s tem v okviru prostovoljstva ukvarja tudi Slovenska univerza za tretje življenjsko obdobje, bi se lahko dogovorili za sodelovanje.

Druženje z ostalimi stanovalci predstavlja velik problem tistim, ki so zaradi svojega zdravstvenega stanja večinoma v svojih sobah. Za rešitev te težave bi ponovno predlagala povečanje kadrovskega normativov, saj bi tako zaposleni imeli čas stanovalce pripraviti in spremiti na dejavnosti v domu. Ker je preprečevanje izključenosti pomembno, predlagam tudi organiziranje individualnih dejavnosti v sobi – v smislu »pogovornih uric« s socialno delavko, bralni krožek ipd. Družabništvo s prostovoljci prav tako predstavlja odličen način povečevanja vključenosti stanovalcev, zato bi bilo potrebno več poudarka nameniti spodbujanju le-tega.

Za izboljšanje odnosov in komunikacije bi predlagala organiziranje dnevne skupne dejavnosti zaposlenih s stanovalci znotraj oddelka, ki pa ni treba, da so dolge – mogoče v času jutranje kave ali skupnih kosil. Prav tako bi za poglobitev in izboljšanje odnosov predlagala mesečna druženja zaposlenih s stanovalci ob raznih aktivnostih, družabnih igrah ipd.

Potreba po človeški družbi in komunikaciji je ena izmed najmanj zadovoljenih potreb starih ljudi znotraj institucij, zato je med njimi nemalokrat prisotna osamljenost. Skupine za samopomoč predstavljajo enega izmed načinov zmanjševanja stisk. V Centru starejših Notranje

gorice je skupina za samopomoč premalo poznana, zato bi bilo potrebno ljudi bolj seznaniti s tem in jih privabiti, da se vključijo. Ker so skupine organizirane samo enkrat mesečno, bi najprej predlagala, da bi se organizirale na tedenski ravni. Glede na to, da se veliko ljudi zadržuje bolj v dnevnih prostorih (zaradi zmanjšane mobilnosti), bi bile skupine lahko organizirane tudi po oddelkih. Ker pa bi to predstavljalo večjo obremenitev socialne delavke, bi za vodenje teh skupin lahko vključili tudi zunanje prostovoljce.

Kot način zmanjševanja osamljenosti in boljše povezanosti med stanovalci bi predlagala tudi, da vodstvo doma več pozornosti nameni ustrežnejšemu razvrščanju ljudi po sobah glede na njihov značaj in zdravstveno stanje. Za izboljšanje odnosov bi bilo smiselno organizirati tudi dejavnosti med stanovalci na posameznik oddelkih – v smislu delavnic, katerih osnova je deljenje medsebojnih znanj in izkušenj z drugimi, saj se bodo tako veliko lažje povezali med seboj (npr. kuharski krožki, vrtičkanje, čebelarstvo ipd.).

Stanovalci s trenutnim delom socialne delavke niso zadovoljni, saj naj ne bi imela volje in časa za njihove stiske. Predlagala bi zakonsko spremembo kadrovskih normativov, in sicer da bi bili v vsakem domu zaposleni dve socialni delavki/socialna delavca ali pa na razpolago dve pripravniški mesti. Tako bi se obseg dela razdelil med socialno delavko in pripravnike; ostalo bi več časa za potrebe in težave stanovalcev. Hkrati bi povečali možnost pridobitve pripravništva in dragocenih izkušenj za vse tiste socialne delavce, ki smo še »v nastajanju«.

Prostovoljstvo je v domu sicer prisotno, a vendar do nekaterih stanovalcev, ki bi si tega želeli, še ni prišlo. Ker v domu trenutno sodelujejo le z Zavodom za aktivno starost, v prvi vrsti za pridobivanje novih prostovoljcev predlagam vzpostavitev sodelovanja tudi z Društvom upokojencev Notranje Gorice, Društvom upokojencev Brezovica, s Slovensko filantropijo in Slovensko univerzo za tretje življenjsko obdobje.

Na tem mestu bi predlagala tudi spodbujanje prostovoljstva znotraj doma v smislu, da bi še aktivni posamezniki, ki imajo željo in zmožnosti pomagati tistim, ki so manj aktivni ali nemobilni (npr. se z njimi družili po sobah).

8. SEZNAM VIROV

Accetto, B. (1968). *Staranje, starost in starostno varstvo*. Ljubljana: Republiški odbor Rdečega križa.

Ambrožič, M. & Mohar, Š. (2015). Metode socialnega dela s starimi ljudmi in njihova uporaba pri delu z ljudmi z demenco. *Socialno delo*, 54(1), 53-62.

Berg, A. I., Hassing, L. B., McClearn, G. & Johansson, B. (2006). What matters for life satisfaction in the oldest-old? *Aging & mental health*, 10(3), 257-264. Pridobljeno 30. 12. 2019

s

https://www.researchgate.net/publication/7005420_What_matters_for_life_satisfaction_in_the_oldest-old_Aging_Mental_Health_103_257-264

Berkman, L. F., Glass, T., Brissette, I. & Seeman, T. E. (2000). From social integration to health: Durkheim in the new millennium. *Social Science & Medicine*, 51, 84-857.

Pridobljeno

1.

1.

2020

s

<http://citeseerx.ist.psu.edu/viewdoc/download?doi=10.1.1.525.4504&rep=rep1&type=pdf>

Blazinšek, A., Gornik, J., Jamšek, P., Kronegger, S., Novak, T., Oblak, A. & Pinosa, R. (2007). *ABC prostovoljstva. Priročnik za mentorje*. Ljubljana: Zavod Center za informiranje, sodelovanje in razvoj nevladnih organizacij.

Brejc, T. (1994). Poklicna izgorelost delavcev v službah za zaposlovanje. *Socialno delo*, 33(5), 373-379.

Brumec, M. (1997). Skupine za samopomoč-preseganje stisk in težav starih v domu. *Obzornik zdravstvene nege*, 31(1/2), 65-69. Pridobljeno 10. 1. 2020 s

<http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC->

[Y81N5CPZ/?euapi=1&query=%27keywords%3dskupine+za+samopomo%27&sortDir=ASC&sort=date&pa](http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-Y81N5CPZ/?euapi=1&query=%27keywords%3dskupine+za+samopomo%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25)

[+preseganje+stisk+in+te%27&sortDir=ASC&sort=date&pa](http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-Y81N5CPZ/?euapi=1&query=%27keywords%3dskupine+za+samopomo%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25)

[geSize=25](http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-Y81N5CPZ/?euapi=1&query=%27keywords%3dskupine+za+samopomo%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25)

Cafuta, J. (1997). Starost in starostniki v domovih za stare. *Socialno delo*, 36(2), 141-146.

Pridobljeno

26.

1.

2020

s

<http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC->

[8V6Y2NWB/?euapi=1&query=%27keywords%3dstarost+in+starostniki+v+domovih+za+star+e+cafuta%27&sortDir=ASC&sort=date&page](http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-8V6Y2NWB/?euapi=1&query=%27keywords%3dstarost+in+starostniki+v+domovih+za+star+e+cafuta%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25)

[Size=25](http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-8V6Y2NWB/?euapi=1&query=%27keywords%3dstarost+in+starostniki+v+domovih+za+star+e+cafuta%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25)

Čačinovič Vogrinčič, G., Kopal, L., Mešl, N., & Možina, M. (2008). *Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

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

Dragoš, S., Leskošek, V., Petrovič Erlih, P., Škerjanc, J., Urh, Š., & Žnidarec Demšar, S. (2005). *Krepitev moči*, (Zbirka Katalog socialnega dela). Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Eržen, M. (2005). Brezposelne prostovoljke v mreži medgeneracijskih programov za kakovostno starost v Trbovljah. *Kakovostna starost*, 8(2), 2-14). Pridobljeno 18. 2. 2020 s <http://www.inst-antonatrstenjaka.si/slike/621-1.pdf#search=%22prostovoljstvo%22>

Eurostat. (2019). *Projected old-age dependency ratio*. Pridobljeno 19. 12. 2019 s <https://ec.europa.eu/eurostat/tgm/table.do?tab=table&plugin=1&language=en&pcode=tps00200>

Filipovič Hrast, M., & Hlebec, V. (2015). *Staranje prebivalstva: Oskrba, blaginja in solidarnost*. Fakulteta za družbene vede, Ljubljana.

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.

Gril, A. (2007). *Prostovoljstvo je proizvodnja smisla*. Ljubljana: Pedagoški inštitut.

Havens, B., Hall, M., Sylvestre, G. & Jivan, T. (2004). Social isolation and loneliness: differences between older rural and urban Manitobans. *Canadian Journal of Aging*, 23(2), str. 129-140. Pridobljeno 17. 2. 2020 s https://www.researchgate.net/publication/8377239_Social_Isolation_and_Loneliness_Differences_between_Older_Rural_and_Urban_Manitobans

Hlebec, V. & Mali, J. (2013). Tipologija razvoja institucionalne oskrbe starejših ljudi v Sloveniji. *Socialno delo*, 52(1), 29-39.

Hlebec, V. (2003). Socialna omrežja starostnikov v Sloveniji. *Družboslovne razprave*, 19(43), 171-182. Pridobljeno 30. 12. 2019 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-1BLFYZJG/?euapi=1&query=%27keywords%3dsocialna+omre%27%beja+starostnikov+v+sloveniji%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Hlebec, V. (2010). Socialna omrežja starejših kot dejavnik zdravja. V S. Hvalič Touzery, B.M. Kavčič, M. Kocijančič & N. Rustja (ur.), *Priložnosti za izboljševanje klinične prakse na področju zdravstvene nege starostnika* (str. 89-94). Jesenice: visoka šola za zdravstveno nego.

Hlebec, V. (ur). (2009). *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Dialogi, letn. 10. Maribor: Aristej.

Hlebec, V., Kogovšek, T., Domanjko, B. & Pahor, M. (2009). Kako misliti, opazovati in razumeti omrežja starejših ljudi v Sloveniji. V Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 153-168). Dialogi, letn. 10. Založba Aristej.

Hoffman, L. (1994). *A Reflexive Stance for Family Therapy*. V: K. J. Gergen, S.

Hojnik-Zupanc, I. (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

Hvalič Touzery, S. (2014). Tradicionalne socialne mreže najstarejših ljudi v Sloveniji. *Kakovostna starost*, 17(1). Pridobljeno 30. 12. 2019 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-10TEKLYR/?euapi=1&query=%27keywords%3dtradicionalne+socialne+mre%5%bee+najstarej%5%alih+ljudi+v+sloveniji%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Iglič, H. (2001). Socialni kapital, socialna omrežja in politično vedenje: empirična študija. *Družboslovne razprave*, XVII(37-38), 167-190. Pridobljeno 30. 12. 2019 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-V1A1U9RA/?euapi=1&query=%27keywords%3digli%4%8d+socialni+kapital%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Johnson, M. L. (2005). *The Cambridge Handbook of age and aging*. Cambridge University Press, UK.

Kavšek, T. (2006). Skupnostna skrb za stare ljudi v Zasavju: poročilo o delu. *Socialno delo*, 45(1/2), 73-78.

Kump, S. (2015). Vpliv izobrazbe in spretnosti starejših na individualno in družbeno blaginjo. *Andragoška spoznanja*, 21(2), 9-27. Pridobljeno 18. 2. 2020 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-K2J8XRN5/?euapi=1&query=%27keywords%3dvpliv+izobrazbe+in+spretnosti+starej%5%alih+na+individualno+in+dru%5%bebeno+blaginjo%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Kobentar, R. (2008). Socialni odnosi v starosti. *Socialna pedagogika*, 12(2), 145-160. Pridobljeno 21. 12. 2019 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-E40SMY7O/?euapi=1&query=%27keywords%3dkobentar%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Kobentar, R., Kogovšek, B. & Škerbinek, L. (1996). Komunikacija – komunikacija v timu, z varovanci in komunikacija s starostniki. *Obzornik zdravstvene nege*, 13, 13-19. Pridobljeno 22. 1. 2020 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-MRV6BTHD/?euapi=1&query=%27keywords%3dkomunikacija+-+komunikacija+v+timu%2c+z+varovanci+in+komunikacija+s+starostniki%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Kogovšek, T., Hlebec, V., Dremelj, P. & Ferligoj, A. (2003). Omrežja socialne opore Ljubljančanov. *Družboslovne razprave*, 19(43), 183-204. Pridobljeno 18. 2. 2020 s

<http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-TQ7MEC94/?euapi=1&query=%27keywords%3dopora+socialnega+omre%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Kornhauser, A. & Mali, J. (2013). Priprava starega človeka na življenje v domu za stare ljudi. *Socialno delo*, 52(5), 321-331.

Kristančič, A. (2005). *Nova podoba staranja – siva revolucija*. Ljubljana: Združenje svetovalnih delavcev Slovenije in Zveza društev upokojencev Slovenije.

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

Mali, J. (2004). Kvaliteta življenja in zadovoljstvo stanovalcev in zaposlenih v domu starejših občanov. *Socialno delo*, 43(2/3), 105-115.

Mali, J. (2008). *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Mali, J. (2009). Spremembe v institucionalnem varstvu starejših. V Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 95-107). Maribor: Založba Aristej

Mali, J. (2012). Deinstitutionalisation as a challenge for the development of community-based care for older people. *Dialogue in praxis*, 1 (14), 1/2 (22–23), 57–69. Pridobljeno 7. 1. 2020

https://www.researchgate.net/publication/276203970_Deinstitutionalisation_as_a_Challenge_for_the_Development_of_Community-based_Care_for_Older_People [Dezinstytucionalizacija kot izziv za razvoj skupnostne oskrbe starih ljudi/link/5552104708aeaaff3befe200/download](https://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-QZD4SALI/?euapi=1&query=%27keywords%3dnacionalna+mre%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25)

Mali, J. (2013). Socialno delo s starimi kot specializacija stroke. *Socialno delo*, 52(1), 57-96.

Matjanec, D. (2004). Nacionalna mreža skupin starih za samopomoč. *Socialno delo*, 43(1), 47-50. Pridobljeno 22. 1. 2020 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-QZD4SALI/?euapi=1&query=%27keywords%3dnacionalna+mre%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

McDonald, A. (2010). *Social work with older people*. Cambridge: Polity Press

Mesec, B. (1999). O nepoklicnem prostovoljnem delu s starimi. V Kersnik Bergant, M. (ur.), *Naučimo se poslušati – prostovoljno delo starih in za stare*. Slovenska filantropija – Združenje za promocijo prostovoljstva.

Mesec, B., Rape Žiberna, T., & Rihter, L. (ur.) (2009). *Načrtovanje raziskave: študijsko gradivo za interno uporabo*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Milošević Arnold, V. (2000). Profesionalne vloge socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi. *Socialno delo*, 39(4/5), 253-262.

Milošević Arnold, V. (2003). *Socialno delo s starimi ljudmi: izbrani članki in referati*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Pahor, M. & Domanjko, B., (2007). Kdo me bo gledal? Socialna opora, zdravje in bolezen starejših ljudi. *Teorija in praksa*, 44(1/2), 254-276. Pridobljeno 30. 12. 2019 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-OHYTRRBL/?euapi=1&query=%27keywords%3dkdo+me+bo+gledal%3f+socialna+opora%2c+zdravje+in+bolezen+starej%5%a1ih+ljudi%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Pahor, M. & Hlebec, V. (2006). Socialna omrežja in zdravje: spremembe v Sloveniji. *Zdravstveno varstvo*, 45(4), 175-185.

Pečjak, V. (2007). *Psihologija staranja*. Samozaložba, Bled.

Peteh, M. (2012). *Starostniki in učenje računalniških veščin* (Diplomsko delo). Pridobljeno 17. 2. 2020 z <https://egradiva.fsd.uni-lj.si/search/show/915>

Požarnik, H. (1981). *Umetnost staranja*. Cankarjeva založba.

Prostovoljstvo.org. (2020). *O prostovoljstvu*. Pridobljeno 22. 1. 2020 s <https://www.prostovoljstvo.org/o-prostovoljstvu>

Ramovš, J. (2001). Prostovoljstvo pri delu z ljudmi in za ljudi. *Socialno delo*, 40(6), 313-322.

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

Ramovš, J. (2009). Sožitje z bližnjimi. *Delo in varnost*, 54(2), 22-29. Pridobljeno 22. 1. 2020 s <http://www.dlib.si/details/URN:NBN:SI:DOC-NF0RZKZM/?euapi=1&query=%27keywords%3dmed%4%8dlove%5%a1ki+odnosi%27&sortDir=ASC&sort=date&pageSize=25>

Ramovš, J. (2013a). *Staranje v Sloveniji*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

Ramovš, J. (2013b). *Prostovoljski dnevnik*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje (2. izdaja).

Ramovš, J. (2014). Staranje. *Kakovostna starost*, 17(1), 45-54. Pridobljeno 9. 12. 2019 s <http://www.dlib.si/stream/URN:NBN:SI:DOC-SU80ML0B/b02a8b7a-2caf-431f-af26-9398db9d01a1/PDF>

Razvoj prostovoljstva v Sloveniji. (b. d.). Pridobljeno 10. 1. 2020 s <https://www.prostovoljstvo.org/o-prostovoljstvu/zgodovina>

Selwyn, N., Gorard, S. & Furlong, J. (2005). »Whose internet is it anyway? Exploring adults' (non)use of the internet in everyday life«. *European Journal of Communication*, 20(1), 5-26. Pridobljeno 17. 2. 2020 s

https://www.researchgate.net/publication/237442798_Whose_Internet_is_it_AnywayExploring_Adults'_NonUse_of_the_Internet_in_Everyday_Life

Shiovitz-Ezra, S. (2013). Confidant networks and loneliness. V Börsch-Supan, A., Brandt, M., Litwin, H. & Weber, G. (ur.), *Active ageing and solidarity between generations in Europe: First results from SHARE after the economic crisis* (349-358). Walter de Gruyter GmbH & Co. KG, Berlin/Boston

Skupnost socialnih zavodov Slovenije. (2020). *Pregled kapacitet in pokritost institucionalnega varstva starejših in posebnih skupin odraslih*. Pridobljeno 6. 1. 2020 s <http://www.ssz-slo.si/wp-content/uploads/Register-z-zdravstvom-1.1.2019-za-objavo.pdf>

Šircelj, M. (2009). Staranje prebivalstva v Sloveniji. V Hlebec, V. (ur.): *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 15-44). Maribor: Aristej.

Tomaka, J., Thompson, S., & Palacios, R. (2006). The Relation of Social Isolation, Loneliness, and Social Support to Disease Outcomes Among the Elderly. *Journal of Aging and Health*, 18 (3), 359 – 384. Pridobljeno 11. 1. 2020 s https://www.researchgate.net/publication/7133729_The_Relation_of_Social_Isolation_Loneliness_and_Social_Support_to_Disease_Outcomes_Among_the_Elderly

Uradni list Republike Slovenije, št. 10. (2011). *Zakon o prostovoljstvu*. Pridobljeno 10. 1. 2020 s <https://www.uradni-list.si/glasilo-uradni-list-rs/vsebina/2011-01-0374/zakon-o-prostovoljstvu-zprost>

Vertot, N. (2010). *Starejše prebivalstvo v Sloveniji*. Statistični urad Republike Slovenije, Ljubljana. Pridobljeno 19. 12. 2019 s <https://www.stat.si/doc/StarejsePrebivalstvo.pdf>

Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije, (b. d.). *Skupine starih za samopomoč*. Pridobljeno 18. 2. 2020 s https://www.skupine.si/programi/skupine_za_samopomoc/

9. PRILOGE

9.1. Priloga 1: vodilo za intervju (vprašalnik)

- Kako se počutite v domu?
- Mi lahko opišete kako poteka vaš tipičen dan? Kaj počnete tekom dneva?
- Kako pogosto imate obiske v Domu?
- Kdo vse vas pride obiskat?
- Kako vzdržujete stike z drugimi?
- Na koga se lahko obrnete:
 - Če bi rabili pomoč pri prestavljanju pohištva, doseganju stvari v omarici ipd. na koga se lahko obrnete za pomoč?
 - Recimo, da zbolite in bi rabili pomoč nekoga, da vam gre nekaj iskat v trgovino, lekarno, koga bi prosili za pomoč?
 - Kaj pa v primeru, ko bi se počutili nekoliko otožni in bi se hoteli z nekom pogovoriti. Na koga bi se obrnili?
 - Recimo, da imate težave v odnosu (sorodnik, prijatelj ipd.) ali pa potrebujete informacije glede določene situacije, koga bi zaprosili za pomoč?
- Kako se razumete s sostanovalci Doma? Kako pogosto se družite?
- Na kakšne načine se družite s stanovalci?
- Kakšne odnose imate z zaposlenimi?
- Kako vidite vlogo zaposlenih/socialne delavke pri stikih in odnosih v vašem življenju?
- Kaj si predstavljate pod pojmom osamljenost?
- Bi zase rekli, da ste osamljeni?
- Kako si pomagate v trenutkih stiske?
- Kako bi vi vplivali na zmanjšanje osamljenosti?
- Kako vidite družabništvo s prostovoljci?
- Ali vas obiskujejo/so vas kdaj obiskovali?
- Kakšno je vaše mnenje o skupinah za samopomoč?
- Ste bili kdaj član kakšne take skupine?

9.2. Priloga 2: tabela kodiranja

Oseba A

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|--|----------------------------------|--------------------------------|
| A1 | Grem dol na prireditve. | Obiskovanje prireditev | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| A2 | Imam brata, ampak živi v onih hribih, niti ne vozi več tako, da me ne obiskuje. | Brat ne vozi več, zato me ne obiskuje | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| A3 | Po telefonu govoriva. | Telefonska komunikacija | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| A4 | ... prijatla prideta enkrat na dva meseca ... | Obisk prijateljev enkrat na dva meseca | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| A5 | ...pa tko ob teh praznikih-novo leto, velika noč. | Obiski prijateljev ob praznikih | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| A6 | Ja ja, vsak dan. | Vsakodnevna telefonska komunikacija | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| A7 | ...ga ne pogrešam. | Ne pogrešam brata | Odsotnost stikov | Osamljenost |
| A8 | Sem se navadla bit sama... | Navajenost biti sam | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| A9 | mi ni nič hudo. | Mi ni nič hudo. | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| A10 | Ni tle gor nbenga takle. | Ni primerne družbe. | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| A11 | Pride ena, ampak sem jo že sita po domače povedan. | Pride ena, ampak sem jo že sita po domače povedan. | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| A12 | No ja, verjetno bi lahko z njo govorila... | Pogovor s sostanovalko | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| A13 | ...nečem imet kej preveč opravka z njo a veste. | Nočem imet opravka s sostanovalko v sobi | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| A14 | ...na nobenga se ne morem obrnit za pogovor. | Ni možnosti za pogovor z nikomer. | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| A15 | Grem dol po hišnika. | Pomoč hišnika. | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| A16 | Al pa na strežnike. | Pomoč strežnikov. | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| A17 | To bi mi pa L. pomagu, strežnik. | Pomoč strežnika | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| A18 | Televizijo prižgem, če sem žalostna... | Vklop televizije ob žalosti | Premagovanje osamljenosti. stisk | Osamljenost |
| A19 | ...če sem žalostna pa probam pozabit. | Pozabiti na težave | Premagovanje osamljenosti. stisk | Osamljenost |
| A20 | Vam povem, da sem navajena sama bit... | Navajenost na samoto | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| A21 | ...sem navajena stvari pri sebi razčiščevat. | Osebnostno razčiščevanje | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| A22 | Osebjem je zame v redu ... so mi šli po cigarete. | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| A23 | Se kar razumemo. | Se kar razumemo. | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|---|---|---|--------------------------------|
| A24 | Se pogovarjam z njima, dva strežnika sta zelo fajn. | Dober odnos z zaposlenimi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| A25 | ...se mi zdijo taki odkriti teli fantje, če bi me kaj matralo bi lahko govorila z njima. | Pogovor z zaposlenimi | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| A26 | ... greva včasih v Tuša na kavo... | Druženje na kavi v Tušu | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| A27 | Sigurno imajo socialne delavke veliko vlogo pri tem, da pomagajo, da se ljudje družijo. | Pomoč socialne delavke pri spodbujanju druženja | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| A28 | Men je socialna delavka zelo pomagala s temi stvarmi, ko sem jaz prišla sem v Dom. | Pomoč socialne delavke ob prihodu v Dom | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| A29 | je pomembno, da imaš znotraj doma nekoga, ki se mu lahko potožiš... | Pomembno imeti nekoga za tolažbo znotraj doma | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| A30 | Ja, da si nekje sam, | Da si sam. | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| A31 | ...da v enem kotu sediš pa sam razmišljaš pa sam slabo misliš. | Misli o slabih stvareh. | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| A32 | Da nimaš nobene opore bližnjih. | Brez opore bližnjih. | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| A33 | Ne, nisem. | Ne nisem. | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost. |
| A34 | Že neki najdem, da se zamotim. | Se zamotiti. | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| A35 | Jaz zelo pogrešam, da bi tlele gor v dnevnem prostoru, magar igrali človek ne jezi se, če druga ne. | Igranje družabnih iger | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| A36 | Ja, če bi se več dalo poudarka na to, pa probalo kaj organizirat al pa spodbudit stanovalce med sabo. | Spodbujanje stanovalcev h druženju | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| A37 | Tudi z zaposlenimi, se mi zdi pomembno, da bi se tud oni vključili. | Spodbujanje druženja stanovalci in zaposleni | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| A38 | ...pa niti nisem še videla tega tukaj. | Nisem še videla tega tukaj | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| A39 | Ja če bi bila opcija, bi sprejela, zakaj pa ne. | Če bi bila opcija bi sprejela | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| A40 | Ne ne nisem imela prostovoljca... | Ne ne nisem imela prostovoljca. | Osebne izkušnje s prostovoljstvom | Odnos do prostovoljstva |
| A41 | Ne ne poznam, niti ne vem če je v Domu. | Ne poznam, niti ne vem, če je v Domu | Mnenje o skupinah za samopomoč | Skupine za samopomoč |

Oseba B

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|------------------------------|------------------|--------------------------------|
| B1 | Imam sestro, pride mogoče enkrat na teden. | Obisk sestre enkrat tedensko | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|---|--|----------------------------------|--------------------------------|
| B2 | Ne ne, mi ne paše se družiti. | Ne paše se mi družiti | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| B3 | Jah sestri bi rekel... | Pomoč sestre | Instrumentalna opora | Opора socialnega omrežja |
| B4 | ...pa zaposlenim. | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna opora | Opора socialnega omrežja |
| B5 | Jah verjetno tudi na sestro... | Pomoč sestre | Informacijska opora | Opора socialnega omrežja |
| B6 | ...ali pa zaposlene. | Pomoč zaposlenih | Informacijska opora | Opора socialnega omrežja |
| B7 | Mislím, da se ne bi mogel tukaj na nikogar obrnit. | Ni nikogar primernege za pogovor | Primanjgovanje opore | Opора socialnega omrežja |
| B8 | ...ali pa televizijo gledam, da se zamotim. | Gledanje televizije | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| B9 | Tudi s sestro se ne morem pogovarjati o takih stvareh. | Nezmožnost pogovora s sestro o takih stvareh | Emocionalna opora | Opора socialnega omrežja |
| B10 | Kar dobro se razumemo. | Dober odnos z zaposlenimi | Odnos z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| B11 | Jah kaj bi rekel, to ni dobro. | Osamljenost ni dobra. | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| B12 | Jaz bi rekel, da si pač sam. | Da si sam. | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| B13 | Prej sem bil osamljen, zdaj sem se pa navadil. | Navajen na samoto | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| B14 | ...sem se naučil biti sam. | Naučen biti sam | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| B15 | ...te razne delavnice pa te stvari... | Delavnice | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| B16 | Bolj sam pri sebi... | Reševanje težav sam pri sebi | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| B17 | Mislím, da nisem osamljen. | Nisem osamljen. | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| B18 | Ja poznam poznam, se mi zdi fajn zadeva. | Poznam, se mi zdi fajn zadeva | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| B19 | Ampak jaz tega ne rabim, sem se navadil biti sam, za tiste, ki pa nimajo je pa super. | Ni potrebe po prostovoljcu | Osebna izkušnja | Odnos do prostovoljstva |
| B20 | Ne ne poznam teh skupin. | Ne poznam skupin | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |

Oseba C

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|----------------------------------|-----------------------|--------------------------------|
| C1 | ...sestre so še kar v redu... | Dober odnos z zaposlenimi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| C2 | Jaz drugače ne vidim dobro, zato mi malo pomagajo sestre. | Pomoč medicinskih sester | Instrumentalna opora | Opора socialnega omrežja |
| C3 | Sem bolj kot ne v sobi, s sostanovalko. | Večino časa vezana na sobo | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| C4 | Jah bolj težka je ona. Moram kar veliko potrpet z njo, pa sem včasih rajši kar tiho. | Slab odnos s sostanovalko v sobi | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|--|---|-----------------------------------|--------------------------------|
| C5 | ...se bolj ne. Večina je dementnih, polovico še več jih leži. | Se ne družim s sostanovalci, ker je večina dementnih | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| C6 | Tako, da nimaš nikogar za pogovor. | Nimaš nikogar za pogovor | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| C7 | ...ne nimam prave družbe. | Ni primerne družbe | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| C8 | Sestro imam še, me včasih obiskuje, zelo malokrat, ker je bolna. | Redki obiski sestre | Pogostost obiskov | Značilnosti socialnega omrežja |
| C9 | Tukaj je sicer en gospod, samo z njim se je tudi težko pogovarjat. | Tukaj je sicer en gospod, samo z njim se je tudi težko pogovarjat | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| C10 | Imam prijateljico od prej, ki pa tudi težko prihaja. Ampak se poredko vidimo. Mogoče enkrat na mesec, težko pride veste. | Obiski prijateljice 1x mesečno | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| C11 | Po telefonu se redko, ker ga nimam. | Brez osebne telefona | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| C12 | Včasih prosim sestro na oddelku, da mi vtipka številko v ta njihov domski telefon, pa jo pokličem. Če je kaj nujnega. | Občasna izposoja domskega telefona | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| C13 | Sestre, sestre tukaj v domu so kar prijazne in ustrezljive. | Pomoč medicinskih sester | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| C14 | Če pa jaz ne bi mogla, bi pa prosila to prijateljico, ki sem pa tja pride. | Pomoč prijateljice | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| C15 | Jah ...z molitvijo največ. | Molitev kot pomoč | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| C16 | Samo s tem si pomagam, veliko molim. | Molitev kot pomoč | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| C17 | Rajši rešujem sama z molitvijo. | Vera | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| C18 | S prijateljico bi se pogovorila, ko pride. | Pogovor s prijateljico | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| C19 | Nisem nič osamljena, jaz imam molitev. | Nisem osamljena imam molitev | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| C20 | Ena gospa je recimo, nima nič vere ...je čist obupana, človek če nima vere, gospa, ni vreda. | Brez vere je človek obupan, ni v redu | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| C21 | Mislím, da so osamljeni tisti, ki nimajo vere. | Osamljeni so tisti, ki nimajo vere | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| C22 | Jah, da bi imeli zaposleni več časa, pa da bi ljudi malo potolažili, poklepetali. | Tolažba, pogovor z zaposlenimi | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| C23 | Se bolj malo pogovarjava, včasih malo, ampak se ne ujameva. Težka je, od sile težka res. | Slab odnos s sostanovalko v sobi | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| C24 | Ja meni se zdi to fina stvar. | Meni se zdi to fina stvar | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| C25 | ...ena gospa je prišla enkrat...se je veliko zamudila tle pri meni. | Obisk prostovoljke samo enkrat | Osebne izkušnje s prostovoljstvom | Odnos do prostovoljstva |

| | | | | |
|-----|--|---|-----------------------------------|-------------------------|
| | Drugače prostovoljca za dlje časa nisem imela. | | | |
| C26 | ...včasih je prišla od prijateljice vnukinja, ko je bla tle na praksi. | Obiski prijateljčine vnukinje na praksi | Osebnе izkušnje s prostovoljstvom | Odnos do prostovoljstva |
| C27 | Prav teh skupin ne poznam, majo pa veliko aktivnosti tukaj v domu. | Ne poznam prav teh skupin | Poznavanje skupin | Skupine za samopomoč |

Oseba Č

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|--|----------------------------------|--------------------------------|
| Č1 | ...bolj malo se družim s sostanovalci zadnje čase. | Bolj malo se družim s sostanovalci | Druženje znotraj doma | Značilnosti socialnega omrežja |
| Č2 | Včasih, sicer redko, pride brat na obisk. Pride mogoče 2x na mesec. | Obiski brata dvakrat mesečno | Pogostost obiskov | Značilnosti socialnega omrežja |
| Č3 | Jaz imam tukaj veliko težav s cimrom, ima kar težave. Saj se mi smili, ampak celo noč vpije. | Težave s cimrom | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| Č4 | Občasno na kavici. Ne vsak dan. | Občasno druženje na kavi | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| Č5 | Pa kar se no, saj so prijazni. | Kar v redu odnosi z zaposlenimi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| Č6 | Negovalki sem ene 5 kofetkov plačal dol, ampak več kot to pa ne. | Prijateljski odnos z negovalko | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| Č7 | ...če bi rabil, na zaposlene. | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| Č8 | Se ne pogovarjam z zaposlenimi, jih nočem obremenjevati. | S pogovorom nočem obremenjevati zaposlenih | Primanjko vanje opore | Opora socialnega omrežja |
| Č9 | Na zaposlene. | Pomoč zaposlenih. | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| Č10 | Spat grem ponavadi. | Spanje | Premagovanje osamljenosti. stisk | Osamljenost |
| Č11 | Televizija ... | Gledanje televizije | Premagovanje osamljenosti. stisk | Osamljenost |
| Č12 | ...ali grem pa ven na sprehod. | Sprehod | Premagovanje osamljenosti. stisk | Osamljenost |
| Č13 | Ja socialna delavka je obremenjena, vsi so preveč obremenjeni. | So preveč preobremenjeni | Primanjko vanje opore | Opora socialnega omrežja |
| Č14 | Nimajo časa za pogovor še z nami, imajo svojih problemov dovolj. | Zaposleni nimajo časa za pogovor | Primanjko vanje opore | Opora socialnega omrežja |
| Č15 | Osamljenost je zame neka nesprejetost... | Osamljenost je nesprejetost | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| Č16 | ...da nimaš nikogar, ki bi te poslušal... | Nimaš nikogar ki bi te poslušal | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| Č17 | ...nikogar za pogovarjat. | Nikogar za pogovarjat | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| Č18 | Jah bi kar rekel, da sem osamljen ja. | Sem osamljen ja | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|--|---|---|--------------------------------|
| Č19 | Da se ljudje družijo po sobah, po skupinah... | Druženje ljudi | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| Č20 | ...da se bolj da v sobe ljudi, ki spadajo skupaj. | Bolj primerno razvrščanje v sobe | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| Č21 | Jaz sem v sobi z nekim starčkom, ki je dementen in midva ne paševa skupaj. | Nerazumevanje s sestanovalcem v sobi, ki je dementen | Odnosi s sestanovanci | Značilnosti socialnega omrežja |
| Č22 | Enkrat sem celo noč prespal na fotelju, ker sem se bal, da mi bo kaj naredil. | Strah pred sestanovalcem | Odnosi s sestanovanci | Značilnosti socialnega omrežja |
| Č23 | ...tudi oni lahko bolj pazijo koga dajo skupaj v sobo... | Pozornost zaposlenih na to koga dajo skupaj v sobo | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opора socialnega omrežja |
| Č24 | ... ljudi mogoče malo bolj motivirajo, da se družimo med sabo. | Spodbujanje stanovalcev h druženju | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opора socialnega omrežja |
| Č25 | Jah ne vem, se mi zdi, da ni vsak zato, moraš biti kar rojen za prostovoljca, met živce. | Se mi zdi, da ni vsak zato, moraš biti kar rojen za prostovoljca. | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| Č26 | Tako, da če bi se že šli to, je treba izbrat ljudi, ki so za opravljanje takega dela. | Za to delo izbrati ljudi, ki so za opravljanje takega dela | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| Č27 | Ne, kolikor se spomnim ne. | Ne, kolikor se spomnim,ne. | Osebna izkušnja s prostovoljstvom | Odnos do prostovoljstva |
| Č28 | Ne ne poznam, niti se ne zanimam kaj dosti, mogoče zato še nisem slišal. | Ne poznam skupin | Poznavanje skupin za samopomoč | Skupine za samopomoč |

Oseba D

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|-------------------------------------|----------------------|--------------------------------|
| D1 | Imam sicer 2 sina ampak sta prezaposlena, se vidimo parkrat na leto. | Obisk sinov parkrat na leto | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| D2 | Bolj malo po telefonu. | Bolj malo po telefonu. | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| D3 | Ne pogrešam njih ne, pogrešam svoje noge | Ne pogrešam svojcev | Odsotnost stikov | Osamljenost |
| D4 | Ah tlele se ne morem obrnit na nikogar. | Se ne morem obrnit na nikogar | Primanjkovanje opore | Opора socialnega omrežja |
| D5 | Ta naša socialna delavka mi nič ni hotela pomagat. Ko sem imel probleme z dodatnim zavarovanjem. | Socialna delavka ni hotela pomagati | Primanjkovanje opore | Opора socialnega omrežja |
| D6 | Pa mi ni hotela ali pa znala dat pravih informacij kako in kaj zdej narest, da bi se to rešil. | Pomanjkanje pomoči socialne delavke | Informacijska opora | Opора socialnega omrežja |
| D7 | Pa kar v redu... | Pa kar v redu | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| D8 | ... edin s tole zdajšnjo socialno delavko sva pa kar na trnih. | Nerazumevanje s socialno delavko | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|--|---|---|--------------------------------|
| D9 | Mi noče nič pomagat, prejšnja, ko je bila je bila veliko boljša. | Socialna delavka noče pomagati | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| D10 | Pa kar dobro se razumem s sostanovalcem. | Dober odnos s sostanovalcem v sobi | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| D11 | Tukaj nimaš nikogar, da bi se na njih obrnil. | Tukaj ni nimaš nikogar, da bi se na njih obrnil. | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| D12 | Ja pogovor sem pa rabil kar dostikrat...Z zaposlenimi nočem, težko zaupam in mi ne paše. | Z zaposlenimi se nočem pogovarjati | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| D13 | Ampak tudi, če bi rabil tukaj niso ravno naklonjeni temu, se mi zdi, da kadarkoli sem kaj prosil, bolj sem prosil težje sem dobil. | Nenaklonjenost zaposlenih za pomoč | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| D14 | Mogoče s tole sestro ki je zdajle tle, da imava malo bolj zaupen odnos, midva sva dost bolj odprta. | Zaupen odnos z medicinsko sestro | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| D15 | Joj kaj pa vem...to je težko rečt, odvisno od človeka. | Definicija odvisna od posameznika | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| D16 | Jah pride tudi tak dan da sem osamljen, seveda. | Sem osamljen | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| D17 | Jah nič, spat grem. | Spanje | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| D18 | Ne vem, te ljudje, ki so starejši je drugače, bi mogoče rabil več pogovora z nekom... | Več pogovora | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| D19 |bolj bi se mogli posvetit vsakemu posebej, ljudje smo si različni. | Posvetit se vsakemu posebej | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| D20 | Sama osamljenost je odvisna od vsakega posameznika.. | Osamljenost je odvisna od posameznika | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| D21 | ...ne paše vsem vse in težko je to posplošit, da zdaj pa na primer več prireditvev bo zmanjšalo osamljenost. | Individualen pristop glede na posameznika | Zmanjševanje osamljenosti | osamljenost |
| D22 | Mislím, da nimajo tukaj nobene vloge. | Zaposleni nimajo vloge | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| D23 | Bi pa mogli biti bolj vpeti, več časa si vzet za nas, ki smo tukaj. | Zaposleni nakloniti več časa stanovalcem | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| D24 | Sploh socialna delavka, bi mogla bit bolj dostopna, bolj odprta in naklonjena za pogovor in pa pomoč. | Socialna delavka bi morala biti bolj dostopna, odprta | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| D25 | Se mi zdi pomembno to... | Se mi zdi pomembno | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| D26 | Ne vem, nisem nikol imel nobenega, niti nisem videl nobenega tukaj... | Nisem nikoli imel, niti nisem videl nobenega tukaj | Osebna izkušnja s prostovoljstvom | Odnos do prostovoljstva |
| D27 | Ne poznam to nič. | Ne poznam | Poznavanje skupin za samopomoč | Skupine za samopomoč |

| | | | | |
|-----|--|--------------------------|------------------------------|--------------------------|
| D28 | Veste kako je, tle not ne smeš problemov sabo nosit, ti noben ne pomaga. | Tukaj ti noben ne pomaga | Pomanjkanje opore zaposlenih | Opora socialnega omrežja |
|-----|--|--------------------------|------------------------------|--------------------------|

Oseba E

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|--|---------------------------------|--------------------------------|
| E1 | Ja ne hodim, sem večinoma kar v sobi. | Večinoma sem v sobi, ker ne hodim | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| E2 | Vnuka prideta ampak zelo poredko, drugih svojcev pa nimam. | Redki obiski vnukov | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| E3 | ...nimam telefona, prideta samo sem. Rada bi imela tak telefon, pa mi ga nočejo zrihtat, da bi lahko še malo poklicala okrog. | Telefona mi nočejo zrihtat | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| E4 | Veste kaj bom rekla, človek se bolj počuti doma, domače, nisi tolko izgubljen, če lahko koga pokličeš. | Če bi lahko koga poklicala bi se počutila bolj domače | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| E5 | S to mojo sosedo imam absolutno tišino, je rekla, da se z mano nima kaj pogovarjat. | S sosedo se ne pogovarjava | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| E6 | Sem imela opravka z ljudmi in bi mi pasalo. Ona pa nič, absolutna tišina. | S sosedo se ne pogovarjava | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| E7 | ...z zaposlenimi pa se pogovarjamo seveda, so prijazni. | Zaposleni so prijazni | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| E8 | S sosedo se ne razumeva, vse jo moti. Še televizije ne morem gledat, ker ji ne paše. | S sosedo se ne razumeva, vse jo moti | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| E9 | Saj nimam nobenega odkrito povedano. | Saj nimam nobenega odkrito povedano. | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| E10 | Tukaj v domu.. socialna delavka se mi pa zdi tako ... enkrat je bila pri meni, to je bilo nazadnje ko je bilo ...ampak drugače je ne vidim, ne pride noben. | Socialna delavka je bila pri meni samo enkrat | Primanjkovanje opore zaposlenih | Opora socialnega omrežja |
| E11 | Včasih bi rada imela kakšen pogovor, da bi se kdo malo zanimal o meni. | Včasih bi rada imela kakšen pogovor, da bi se kdo malo zanimal o meni. | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| E12 | Tako pa je ne vidim. Jaz sem bila navajena komunikacije z ljudmi, s pogovorom ... zdaj pa tega nimam več. Tukaj ni nič, nič. | Primanjkovanje komunikacije z drugimi ljudmi | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| E13 | Ja to, da nima nikogar za pogovor... | Da nima nikogar za pogovor | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|--|---|--|--------------------------------|
| E14 | ...nima nikogar za družbo... | Da nima nikogar za družbo | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| E15 | Jaz sem zelo osamljena. | Jaz sem zelo osamljena | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| E16 | Tudi socialna delavka ni nič prišla, da bi se kaj pogovorila. Pravi »saj sem že bila pri vas«, ampak jaz se je ne spomnim, pa čeprav sem že tolko stara, ampak to pa vseeno vem. | Socialna delavka ni nič prišla, da bi se kaj pogovorila | Primanjkovanje opore zaposlenih | Opora socialnega omrežja |
| E17 | Kakšno boljšo komunikacijo z zaposlenimi... | Boljša komunikacija z zaposlenimi | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| E18 | ...pa najpomembnejše, da bi imela sestanovalko tako, ki bi bila tudi zgovorna. | Bolj primerno razvrščanje v sobe | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| E19 | Nimam nič, včasih je 2 dni popolna tišina v sobi. | S sosedo se ne pogovarjava | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| E20 | Jaz sem priklenjena na posteljo ne morem niti na kavo. | Jaz sem priklenjena na posteljo ne morem niti na kavo. | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| E21 | Imam občutek kot, da sem v ječi, sploh, ko ostanem sama v sobi, ko gre soseda ven. | Občutek kot, da sem v ječi | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| E22 | ... če sem jo kaj ogovorila, me samo gleda. Popolna tišina. | S sosedo se ne pogovarjava | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| E23 | Na nobenega tukaj. | Na nobenega tukaj. | Informacijska opora | Značilnosti socialnega omrežja |
| E24 | Če slučajno pride kateri od vnukov, kar je malokrat, ker sta zelo zaposlena. | Če slučajno pride kateri od vnukov | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| E25 | Tudi na nikogar. | Tudi na nikogar. | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| E26 | Zaposleni rečejo bomo naredil, bomo naredili pa na koncu nič. Čakaš, čakaš pa ne dočakaš. | Primanjkovanje pomoči zaposlenih | Primanjkovanje opore zaposlenih | Opora socialnega omrežja |
| E27 | Sem zelo osamljena, če ne bi bila ljubiteljica knjig... bi že obupala tukaj. | Sem zelo osamljena | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| E28 | ...če ne bi bila ljubiteljica knjig, da ne bi toliko brala, bi že obupala tukaj. | Branje knjig | Pomoč pri premagovanju stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| E29 | Ja to se mi zdi super, bi rada imela tudi sama kdaj družbo, sicer sem včasih tudi redkobesedna. | Se mi zdi super, bi tudi sama rada imela družbo | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| E30 | Tle ni nič, nekaj so predlagali, potem pa je vse padlo v vodo. | Kar je bilo predlagano se ni uresničilo | Osebnostne izkušnje s prostovoljstvom | Odnos do prostovoljstva |
| E31 | Bi rabila kakšnega pametnega človeka, da bi se lahko pogovarjala. | Bi rabila nekoga za pogovor | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| E32 | Televizijo bi včasih tako rada gledala, pa je ne upam, zaradi sosede. | Televizijo bi včasih tako rada gledala, | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|---|-------------------------------------|---------------------------------|--------------------------|
| | | pa je ne upam, zaradi sosede. | | |
| E33 | S tole domsko socialno delavko mislim, da ne bo nič. | Ni pomoči s strani socialne delavke | Primanjkovanje opore zaposlenih | Opora socialnega omrežja |
| E34 | Ne teh skupin nič ne poznam ,tudi ne vem če so v domu, ker sem skoz v sobi. | Teh skupin ne poznam. | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |

Oseba F

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|--|---|--------------------------------|
| F1 | ...nimam obiskov. | Brez obiskov | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| F2 | Od svojcev imam ampak nimamo stikov. | Brez stikov s svojci | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| F3 | ...znotraj doma, kakor s katerim. Včasih se malo pogovorimo. | Pogovor s sostanovalci | Druženje v domu | Značilnosti socialnega omrežja |
| F4 | Sva dve v sobi. Se ne razumeva ravno najbolje. | S sostanovalko se ne razumeva | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| F5 | Jah kaj pa vem, mogoče na te negovalce... | Pogovor z negovalci | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| F6 | ...včasih na socialno delavko. | Pogovor s socialno delavko | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| F7 | Jah to se včasih lahko na strežnico obrnem. | Pomoč strežnice | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| F8 | Na negovalce težko, mogoče na socialno delavko. | Nasvet socialne delavke | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| F9 | Imamo kar dobre odnose z zaposlenimi. | Dobri odnosi z zaposlenimi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| F10 | ...se ne morem zaupat zaposlenim glede mojih težav. | Zaposlenim ne morem zaupati svojih težav | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| F11 | Da se oglasi socialna delavka pri meni, da se malo pogovoriva, podruživa. | Druženje s socialno delavko | Vloga zaposlenih pri opori socialnega omrežja | Opora socialnega omrežja |
| F12 | Jah da si enostavno, kaj vem, sam. | Biti sam | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| F13 | Da nimaš družbe, ki si jo včasih imel... | Brez družbe | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| F14 | ...da se nimaš z nikomer za pogovarjat. | Ni nikogar za pogovor | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| F15 | Ja včasih se res počutim osamljeno. | Včasih se počutim osamljeno | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| F16 | Po navadi gledam televizijo... | Gledanje televizije | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| F17 | ...kaj prečitam. | Branje | Premagovanje osamljenosti, stisk, | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|---|--|---------------------------|-------------------------|
| F18 | Mogoče več teh aktivnosti, da bi se stanovalci vključili, da bi bili skupaj. | Več aktivnosti za stanovalce | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| F19 | Sem imela prostovoljko ja, pa mi je bilo všeč kolikor toliko. | Sem imela prostovoljko, mi je bilo všeč | Osebne izkušnje | Odnos do prostovoljstva |
| F20 | Mi ni bilo všeč, ker je bilo prekratek čas, ni bilo redno. Se ravno navadiš človeka pa ga ni več. | Ne redno obiskovanje prostovoljca, prekratek čas | Osebne izkušnje | Odnos do prostovoljstva |
| F21 | Jih bolj malo poznam zato tudi ne obiskujem nič podobnega. | Ne poznam skupin | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |

Oseba G

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|-------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|
| G1 | Po kosilu se obvezno podružimo na kavici še z dvema sostanovalkama. | Druženje ob kavici | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| G2 | Ne, sem sama. Od časa do časa, redko sicer me obišče prijateljica. | Redki obiski prijateljice | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| G3 | Imam 11 bratov in sester, ampak ker je mama tako zgodaj umrla, nismo imeli nobenih stikov. | Brez stikov s svojci | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| G4 | Ne morem reči, da kogarkoli pogrešam. | Nikogar ne pogrešam | Odsotnost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| G5 | ... drugače se pa včasih slišimo tudi po telefonu. | Včasih po telefonu | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| G6 | ... občasno, če je lepo vreme grem tja do Tuša s tema sostanovalkama. | Obisk Tuša-a s sostanovalkama | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| G7 | Zaposleni v domu. | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| G8 | Zaposlenim ... | Pomoč zaposlenih | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| G9 | ... sicer velikokrat nimajo časa. | Zaposleni nimajo časa | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| G10 | ...naštiram si glasbo, niti ne pogovor. | Glasba namesto pogovora | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| G11 | Glasba me je vedno razveseljevala in tolažila. | Glasba kot pomoč | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| G12 | Načeloma take pomoči ne rabim, najdem uteho v knjigah in glasbi. | Uteha v knjigah | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| G13 | Mogoče bi se lahko pogovorila o čem tudi s tema sostanovalkama, ampak se je ena od njih začela zdaj počasi malo zgubljat. | Pogovor s sostanovalkama | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| G14 | Jaz sem bila navajena vedno bit sama. | Navajena na samoto | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| G15 | Pa bi rekla, da kar v redu, včasih sem jaz zoprna, včasih so oni. | Dobri odnosi z zaposlenimi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|---|---|---|--------------------------------|
| G16 | Če bi rabila globlji pogovor, bi se sicer lahko obrnila na njih. | Pogovor z zaposlenimi | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| G17 | Prejšnja socialna delavka je bila kar švoh, je kar rekla »če vam kaj ne paše, pa pejte kar po most, sej bi že tko mogli prejit«. | Slab odnos s socialno delavko | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| G18 | ... mi ni ravno pomagala pri navezavi stikov z ostalimi stanovalci. | Slaba pomoč socialne delavke pri navezavi stikov | Pomanjkanje opore | Opora socialnega omrežja |
| G19 | Težje je za tiste ljudi, ki težko navezujejo stike in je pomembno, da bi socialna delavka pomagala pri temu. | Pomoč socialne delavke je pomembna pri navezavi stikov | Vloga zaposlenih pri opori socialnega omrežja | Opora socialnega omrežja |
| G20 | Veste, če si od rojstva navajen, da si sam tega pojma ne poznaš. | Če si od rojstva navajen, da si sam, tega pojma ne poznaš | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| G21 | Jaz sem se vedno znala zamotit, tudi kadar sem sama, meni ni nikoli dolgčas zato tudi težko povem kako bi opredelila osamljenost. | Težko opredelim, ker sem se vedno znala zamotit | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| G22 | To je odvisno do vsakega posameznika, kakšno izobrazbo ima, med kakšno okolico je rasel, kako se je znal on na primer zamotit | Individualni pristop za vsakega posameznika | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| G23 | ...jaz bi takega človeka vzpodbudila če je le možno brat, nekaj brat ali poslušat neko glasbo. | Spodbujanje h branju in glasbi | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| G24 | Skratka vzpodbudit ljudi, da počnejo nekaj, jim vzbudit ponovno zanimanje za kakšne hobije, ročna dela ipd. | Vzpodbuditi h ročnim delom, hobijem | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| G25 | Pa predvsem ji vključit v družbo, jaz če vidim nekoga, da je sam grem vedno vprašat, če si mogoče želi družbe. | Vključiti ljudi v družbo | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| G26 | Dejstvo je, da moramo tudi stanovalci sami gledat druga na drugega. | Spodbuditi stanovalce da gledajo drug na drugega | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| G27 | Nekateri so dobri, nekateri si samo izberejo 2 ali tri in so potem s tistimi. | Nekateri so dobri | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| G28 | Ampak jaz smatram, da če si prostovoljec, da ti vidiš kje moraš pomagat ne samo na enega gledat. | Prostovoljci morajo sami videti kje pomagati | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| G29 | Jaz nikoli nisem rabila prostovoljca no. | Nisem rabila prostovoljca | Osebna izkušnja s prostovoljstvom | Odnos do prostovoljstva |
| G30 | Ja enkrat mesečno ima naša socialka tukaj. | Enkrat mesečno organizira socialna delavka | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |

| | | | | |
|-----|--|--|----------------------|--------------------------|
| G31 | Ne vem, se mi zdi, da ni to to. Res je, vzamejo eno temo..drugi sedijo pa kimajo pa ne vejo kaj bi povedal, dva trije se pa najdejo k ne nehajo govorit...in na koncu noben nima nič od tega | Se mi ne zdi, da je to to. | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |
| G32 | In še to je, ko izbere eno temo, se vedno dotakne osebnega dela človeka, kar je v takem krogu izredno težko potem delit s celo skupino. | Deljenje osebne izkušnje je lahko za marsikoga težko | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |
| G33 | Za intimen pogovor mislim, da bi socialna delavka morala biti odprta v svoji pisarni, ne pred drugimi. | Bolj primeren je osebni pogovor s socialno delavko | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |
| G34 | Ker pa imajo toliko birokracije nimajo nobenega časa za drugo, se mi zdi zelo pomembno, da bi bile bolj dostopne. | Nedostopnost socialne delavke zaradi birokracije | Primanjkovanje opore | Opора socialnega omrežja |
| G35 | Sam tukaj vidim, da ona sama tudi nima neke volje za pogovor. | Socialna delavka nima volje za pogovor | Primanjkovanje opore | Opора socialnega omrežja |

Oseba I

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|--|-----------------------|--------------------------------|
| I1 | Jah ven nič ne hodim, rabim spremstvo veste, tako, da sem veliko sobi. | Večinoma sem v sobi, ker rabim spremstvo | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| I2 | Zaposleni so zelo prijazni, sem zelo zadovoljna. | Prijazni zaposleni | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| I3 | Imam svojce ampak ker sem iz Gorenjske se zelo malo vidimo. | Redki obiski svojcev | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| I4 | ...nimam telefona, samo pridejo na obisk, ko pridejo | Brez osebnega telefona | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| I5 | Saj imam družbo, tukaj sostanovalko. | Druženje s sostanovalko v sobi | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| I6 | Se kar razumeva, včasih malo počebļjava. | Dober odnos s sostanovalko | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| I7 | Z drugimi iz oddelka se ne družim, ker ne hodim ven iz sobe | Z drugimi iz oddelka se ne družim, ker ne hodim ven iz sobe. | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| I8 | No saj imam njo pa osebje, ne rabim ven hodit. | Druženje s sostanovalko in zaposlenimi | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| I9 | Če kaj rabim takega, prosim hišnika. | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna pomoč | Opора socialnega omrežja |
| I10 | Za pogovor pa kar s sostanovalko... | Pogovor s sostanovalko | Emocionalna opora | Opора socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|--|--|--|--------------------------|
| I11 | ...ali pa z zaposlenimi. | Pogovor z zaposlenimi | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| I12 | Ampak jaz rada molim, najdem uteho in tolažbo v molitvi. | Uteha v molitvi | Pomoč pri premagovanju stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| I13 | Pa berem rada, tako, da mi ni nič hudo. | Uteha v branju | Pomoč pri premagovanju stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| I14 | Negovalko, zaposlene vprašam če slučajno kaj rabim. | Pomoč zaposlenih | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| I15 | Jaz mislim, da je to kar prirojeno. | Osamljenost je prirojena | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| I16 | Jaz se ne počutim osamljeno, pa sem bolna in na postelji, ne vem. | Se ne počutim osamljeno | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| I17 | Mislim, da je človek osamljen, če mu je dolgčas. | Osamljenost je dolgčas | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| I18 | Jaz mislim, da je molitev najboljša pomoč za vse. | Molitev najboljša pomoč | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| I19 | Samo molit in molit... | Molitev najboljša pomoč | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| I20 | ... jaz se tako zaposlim in dobim tolažbo, res veliko molim. | Uteha v molitvi | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| I21 | Ne ne poznam, sem ves čas v sobi. | Ne poznam | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| I22 | Pa tudi ne rabim, da bi kdo hodil h meni, kot sem že prej rekla, jaz rada molim in veliko molim. | Ne rabim prostovoljca | Osebne izkušnje | Odnos do prostovoljstva |
| I23 | Ne poznam. | Ne poznam | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |
| I24 | Veste ljudje so si različni, vsak bi zase rabil nekaj, da bi mu pomagalo. | Zavedanje, da smo si različni, vsak rabi nekaj drugega | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |

Oseba J

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|--|------------|--------------------------------|
| J1 | ...zdaj ne morem več delat, prej sem delala veliko za delovno terapijo, družbo je težko najt. | Težko najdem družbo | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| J2 | Ne družim se dosti, nagajajo mi ušesa in ne slišim dobro, zato se kar malo izogibam. | Izogibanje družbi zaradi težav s sluhom | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| J3 | Včasih se z eno gospo z B oddelka, kavo si kuham sama, tako, da se dobiva na kakšnem klepetu. | Občasno druženje s sostanovalko iz oddelka | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| J4 | Veliko pa ne moreš veste, ne moreš izsiljevat pogovora. | Ne moreš izsiljevat pogovora | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| J5 | Saj se pogovoriva, če se kaj zgodi. | Pogovor s sostanovalko | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|---|---|----------------------------------|--------------------------------|
| J6 | Saj sem imela tukaj družbo, v sosednji sobi je bila. | Druženje s prejšnjo sostanovalko v drugi sobi | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| J7 | Imam vnuka, ki je moj skrbnik ampak ne skrbi zame, me ne obiskuje. | Redki obiski vnuka | Pogostost obiskov | Značilnosti socialnega omrežja |
| J8 | ...zelo malo potrebujem ampak če, rečem strežnicam... | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna pomoč | Opora socialnega omrežja |
| J9 | ali pa prosim sostanovalec. | Pomoč sostanovalec | Instrumentalna pomoč | Opora socialnega omrežja |
| J10 | Mislim, toliko komunikacije tukaj imam s sostanovalci ampak... | Pogovor s sostanovalci | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| J11 | ...ampak za globlji pogovor pa ni nikogar. | Primanjkovanje oseb za globlji pogovor | Primanjkovanje opore | Opora socialnega omrežja |
| J12 | Socialna delavka v prvi vrsti. | Pomoč zaposlenih | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| J13 | Imam vnuka s katerim imam pogodbo o dosmrtnem skrbništvu pa ga ni. Enkrat na leto pride, se zame ne briga. | Redki obiski vnuka | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| J14 | ...imam hčerko ampak ne hodi h meni, je sladkorni bolnik veste. Te vezi so se potrgale. | Hči ne hodi h meni | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| J15 | ...ne ker ne dvigne slušalke, jaz kličem pa se ne javi. | Hči se ne javi na telefon | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| J16 | Občasno se s kakšno prijateljico slišim po telefonu. | Telefonski klici s prijateljico | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| J17 | Razumemo se v redu. Globljih odnosov pa z njimi nimam. | Dobri odnosi z zaposlenimi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| J18 | Jaz nisem osamljena... | Nisem osamljena | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| J19 | ...mislim so momenti ko je težko. Recimo danes, ko sem se zbudila, rojstni dan imam pa ni bilo nobenega kontakta. | Je pa velikokrat težko | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| J20 | Na splošno je to zame takrat, ko je človek sam. | Ko je človek sam | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| J21 | Malo se grem sprehodit po bloku ali pa do trgovine. | Sprehod | Premagovanje osamljenosti, stisk | Osamljenost |
| J22 | Medsebojna pomoč med stanovalci je zelo pomembna, da se med seboj družimo, se pogovarjamo. | Medsebojna pomoč med stanovalci | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| J23 | Je pa veliko odvisno od značaja človeka, kaj njemu ustreza in kaj rabi. | Gledati na značaj človeka, kaj rabi | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| J24 | Da bi tudi med seboj si pomagali vklopiti v družbo in da bi se dobro počutili. | Pomoč med stanovalci pri vključitvi v družbo | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|--|--|---------------------------|--------------------------|
| J25 | Več osebja, da bi bili manj obremenjeni in bi imeli več časa za pogovor z nami. | Več časa zaposlenih za pogovor | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| J26 | Do sedaj nisem imela prostovoljca... | Nisem imela prostovoljca | Osebnе izkušnje | Odnos do prostovoljstva |
| J27 | ...poznam pa ta koncept. Se mi zdi v redu, kolikor je pač je. | Se mi zdi v redu | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| J28 | Mogoče, da bi bilo več prostovoljcev, rednih, pa bi bilo boljše tudi za tiste, ki so osamljeni. | Potrebno več rednih prostovoljcev | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| J29 | Me je enkrat pri srcu stiskalo in sem pozvonila ob pol 6h zjutraj, pride sestra in ji povem.. je rekla, da bo pol prišla, ko me bo srčni infarkt. In potem je šla. | Zaposleni niso pomagali pri zdravstvenih težavah | Primanjkovalje opore | Opora socialnega omrežja |
| J30 | Teh skupin je tukaj več, načeloma se jih ne udeležujem... | Se ne udeležujem | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |
| J31 | Ne vem zakaj ne, ni mi všeč. | Mi ni všeč | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |

Oseba K

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|--|---------------------------|--------------------------------|
| K1 | Hodim ne, zadržujem se bolj v sobi. | Zadržujem se bolj v sobi, ker ne hodim | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| K2 | Znotraj doma se ne družim veliko. | Se ne družim veliko | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| K3 | Jaz sem sama, ostala sama. Občasno me obišče sestrična, je rekla, da to kušta, da je treba to preveč plačati, ker je taxi drag. | Redki obiski sestrične | Pogostost obiskov | Značilnosti socialnega omrežja |
| K4 | Telefona nimam, niti ne vidim. | Brez telefona | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| K5 | S cimro zelo dobro. Se pa težko pogovarjava ker je ona gluha. | Dober odnos s cimro | Odnosi s sostanovalko | Značilnosti socialnega omrežja |
| K6 | Se razumem odlično, so pripravljene pomagati karkoli rabim. | Dobri odnosi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| K7 | Na cimro, kolikor se le da. | Pogovor s cimro | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| K8 | Če so prosti lahko tudi zaposleni, če nimajo dela. | Pogovor z zaposlenimi | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| K9 | Zaposleni, če imajo čas. | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| K10 | Na cimro. | Pomoč cimre | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| K11 | Osamljenost je, da nimaš veze z nobenim, amen. | Da nimaš veze z nobenim | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| K12 | Ne, nisem. | Nisem osamljena | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| K13 | Čim več programov, aktivnosti | Več programov | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|---|---------------------------------------|--------------------------------|-------------------------|
| K14 | Da bi se čim bolj družili med seboj. | Več druženja | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| K15 | Mogoče tudi z zaposlenimi, če bi imeli več časa, ne bi bilo nič narobe | Druženje z zaposlenimi | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| K16 | Ne ne poznam... | Ne poznam | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| K17 | ...nisem imela in se mi zdi, da ne rabim ne vem kakšnih pogovorov in prostovoljcev. | Nisem imela in se mi zdi, da ne rabim | Osebne izkušnje | Odnos do prostovoljstva |
| K18 | Ne tudi ne poznam. | Ne poznam | Mnenje o skupinah za samopomoč | Skupine za samopomoč |

Oseba L

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|---|----------------------------------|--------------------------------|
| L1 | Ker sem nepokretna je bolj malo možnosti, nisem take sorte, da bi hodila po sobah. | Bolj malo možnosti za druženje zaradi nepokretnosti | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| L2 | Kar jih srečam pri kosilu ali na prireditvah, drugače pa ne. | Srečevanje sostanovalcev samo na kosilu ali prireditvah | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| L3 | Svojih sorodnikov nimam skoraj nič več, tisti ki pa imajo bolj malo časa, da me obiskujejo. Tega je bolj malo. | Svojci me obiskujejo bolj malo | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| L4 | Ne na telefon pa bolj slabo slišim, imam slušni aparat, tako, da sem še tukaj prikrajšana. | Redka uporaba telefona zaradi slabega sluha | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| L5 | Ja to je problem. Imam še svoje negovalke, ki sem jih imela prej doma. | Pomoč najetih negovalk | Instrumentalna pomoč | Opora socialnega omrežja |
| L6 | Tako da mi morajo vse pomagat, pri vseh opravilih. | Pomoč najetih negovalk | Instrumentalna pomoč | Opora socialnega omrežja |
| L7 | Nič, kar sama s sabo moram probleme rešit. | Reševanje sama s seboj | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| L8 | Ali pa s temi mojimi negovalkami, moram reči da sem si dovolj blizu. | Pogovor z najetimi negovalkami | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| L9 | Z negovalkami. | Pomoč najetih negovalk | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| L10 | Velikokrat mi pomaga branje knjig. | Branje knjig | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| L11 | Jaz osebno sem že prej živela sama v hiši, mož je umrl že pred 20imi leti in sem navajena biti sama. | Navajenost na samoto | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| L12 | Ne morem reči, da sem takrat pogrešala ljudi, ko sem bila doma. Sedaj pa jih, ker sem med samimi neznanimi v neznanem okolju. | Pogrešanje poznanih ljudi | Odsotnost stikov | Osamljenost |
| L13 | Ne vem, včasih smo imeli na teh aktivnih dnevih | Organiziranje razpoznavnih dni | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|--|--|---|--------------------------|
| | razpoznavni dan. In to je bilo tako, da se je vsak posameznik predstavil in povedal kaj o sebi. Tako, da smo se spoznali. Tega bi moglo bit več | | | |
| L14 | Jaz menim, da veliko, ampak jih jaz ne opažam tukaj dosti. | Socialna delavka ima veliko vlogo | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| L15 | Mislím, da premalo volje in časa namenljajo zato. | Zaposleni premalo za to namenljajo premalo volje in časa | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| L16 | Jaz sem cel vikend sama, moje negovalke ne delajo, včasih čakam tudi po dve uri, da me kdo premakne iz postelje na stol. | Primanjkovalje pomoči ob vikendih | Primanjkovalje opore | Opora socialnega omrežja |
| L17 | ves pogovor, ki ga imam za vikend, je tistih par besed, ki jih spregovorim z negovalkami | Primanjkovalje pogovora | Primanjkovalje opore | Opora socialnega omrežja |
| L18 | Sploh za vikende je zelo žalostno, veliko nas nima obiskov in tako sem obsojena cel dan sedet v sobi. | Vikend obsojena preživeti v sobi | Primanjkovalje opore | Opora socialnega omrežja |
| L19 | Jah jaz mislim, da je to spet odvisno od posameznika, ideja je seveda odlična. | Ideja je odlična | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| L20 | Je pa tako, da enostavno niso vsi za vse, večini verjetno paše družba nekoga ampak mislim, da je pomembnejši globji stik, da tej osebi lahko zaupaš in se pogovarjaš o vsem. | Mislím, da je pomembnejši globji stik in zaupanje osebi | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| L21 | Kar pa pride seveda samo z rednim časom, ki ga preživljaš skupaj, če se pa prostovoljci ves čas menjajo, je pa to zelo težko. | Pomembno je redno preživljanje časa s prostovoljcem | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| L22 | Ga pa še nisem rabila. | Nisem rabila prostovoljca | Osebna izkušnja | Odnos do prostovoljstva |
| L23 | Jih pa ne poznam, niti ne vem, da bi katera delovala znotraj doma. | Ne poznam | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |

Oseba M

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|-----------------------------------|------------------|-------------------------------|
| M1 | Pridejo prijatelji, ampak ne pogosto, enkrat na mesec. | Obiski prijateljev enkrat mesečno | Pogostost stikov | Značilnosti socialnih omrežij |
| M2 | Družine nimam več, imam samo vnukinjo pa nekaj sorodstva po ženini strani, ki pa tudi nimajo časa za obiske. | Svojci nimajo časa za obiske | Pogostost stikov | Značilnosti socialnih omrežij |

| | | | | |
|-----|---|--|---|--------------------------------|
| M3 | Ja včasih tudi po telefonu. | Pogovor po telefonu | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnih omrežij |
| M4 | ... če kaj rabim se včasih obrnem na sorodnika po ženini strani... | Občasna pomoč ženinenga sorodnika | Instrumentalna pomoč | Opora socialnega omrežja |
| M5 | ...ga pokličem včasih, če kaj rabim. | Občasna pomoč ženinenga sorodnika | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| M6 | Zdaj nisem bil nič žalosten, ampak, če bi bil bi se pa zaprl vase, rajši predelam sam pri sebi stvari. | Ne rabim pogovora | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| M7 | Se razumemo z enim bolj z drugim manj, ampak se razumemo | Včasih se razumemo, včasih ne | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| M8 | Ne to pa malo težje, ker oni delajo samo svoja opravila, težko, da bi se obrnil na njih. | Zaposleni niso na voljo | Primanjkovanje opore zaposlenih | Opora socialnega omrežja |
| M9 | ...na številki 1 je ena gospa, se dobro razumeva, mi je poslala škatlo piškotov. | S sostanovalko se dobro razumeva | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| M10 | Samo njo poznam v hiši, pa se včasih malo pogovarjava. | Včasih se pogovarjam s sostanovalko na številki 1 | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| M11 | To je pa zelo slabo, to je pa samomor, da je človek osamljen. | Osamljenost je nekaj slabega | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| M12 | Meni to pomeni, da nima stikov z nikomer, da je sam in je stvar enega samega človeka. | Brez stikov z drugimi | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| M13 | Ne ne počutim se osamljen, pa nimam ne staršev ne hčerk več. | Ne počutim se osamljenega | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| M14 | Vse je odvisno od človeka, kaj želi in zahteva, kaj ima in kaj nima, kaj bi lahko imel...to je vse tle notri veste. | Vse je odvisno od želja posameznika | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| M15 | To ni ena organizirana zadeva, ampak zelo individualna stvar, ki bi jo bilo treba tako reševati. | Osamljenost je potrebno reševati individualno | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| M16 | Socialne delavke mislim, da imajo pomembno vlogo pri tem. Lahko bi pomagale s kontakti med ljudmi... | Socialne delavke bi lahko pomagale s kontakti med ljudmi | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| M17 | ...pomagala pri vključevanju, da bi se imele čas pogovarjat. | Pomoč socialne delavke pri vključevanju | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| M18 | ...Ideja je dobra, na vsak način je dobra... | Prostovoljstvo je dobra ideja | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| M19 | ...niti nisem imel nikogar nikoli za družbo... | Nisem imel nikogar za družbo | Osebna izkušnja s prostovoljstvom | Odnos do prostovoljstva |
| M20 | Skupin za samopomoč tudi ne poznam. | Ne poznam skupin za samopomoč | Poznavanje skupin za samopomoč | Skupine za samopomoč |

Oseba N

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|--|----------------------------------|--------------------------------|
| N1 | Jaz ne hodim veliko med ljudi tako, da jih večine ne poznam. | Večine ne poznam | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| N2 | Ja se se, eni štirje smo, ki se dobro razumemo med seboj... | Dobri odnosi s tremi sostanovalci | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| N3 | ...se dobivamo na kavi ali pa gremo na sprehod, pa se pogovarjamo. Kakšne karte vržemo. | Druženje ob kavi, kartanje | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| N4 | Vse sem pustil ali oni mene, ne vem kaj bi rekel. Nismo v stiku. | Z večino svojci nisem v stiku | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| N5 | Me obiskuje druga sestra, enkrat na mesec... | Mesečni obisk sestre | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| N6 | ...pa včasih se slišimo po telefonu. | Občasni telefonski klici | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| N7 | Enkrat je prišel tudi sodelavec bivši, pa je rekel, da bo še prišel, pa ga ni bilo. | Bivši sodelavec je prišel enkrat | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| N8 | Sestro bi prosil, bi mi pomagala. | Pomoč sestre | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| N9 | ...ampak če bi, bi zaposlene prosil. | Pomoč zaposlenih | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| N10 | Še nisem imel te potrebe, ne vem na koga bi se obrnil, nisem velik govorec. | Ni potrebe po pogovoru | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| N11 | ...imamo dobre odnose. | Dobri odnosi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| N12 | Enkrat sem rabil pomoč pa sem šel do socialne delavke ja, drugače pa ne. | Enkrat mi je pomagala socialna delavka | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| N13 | Kakšno knjigo vzamem v roke ali pa kajng... | Branje | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| N14 | ...ali pa televizijo prižgem. Se ne maram pogovarjat o takih stvareh. | Gledanje televizije | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| N15 | Eni se to ne morejo, zame pa to ni problem, biti sam. | Ni problem biti sam | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| N16 | Eni se fajn počutijo če so sami, nekdo je lahko osamljen tudi če je v družbi. | Odvisno od posameznika | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| N17 | Ampak meni to ni problem, sem že od zmeraj samotar, ne govorim kar nekaj tja v tri dni. | Ni problem biti sam | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| N18 | Svoje težave sem reševal sam s seboj in pri sebi, pogovor z drugimi mi ne pomaga. | Težave rešujem sam s seboj | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| N19 | Odvisno od karakterja človeka in od tega kaj bi on rabil. | Odvisno od tega kaj človek rabi | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| N20 | Morali bi mal gledat koga dajo skupaj v sobe, da se človek ujame karakterni, ne pa da dajo skupaj ljudi, ki se | Bolj primerno razvrščanje v sobe | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|--|-------------------------------|--------------------------------|-------------------------|
| | ne razumejo ali pa so »normalni« skupaj v sobi z dementnimi. | | | |
| N21 | Tale sostanovalec moj je imel ja, se mi zdi dobra ideja... | Dobra ideja | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| N22 | ...sam prostovoljca sicer nisem imel... | Nisem imel | Osebna izkušnja | Odnos do prostovoljstva |
| N23 | ...bi ga rabil včasih ja, ampak ne skos, mi ne paše vedno. | Občasno bi rabil prostovoljca | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| N24 | Ne poznam teh skupin nič, take stvari jaz bolj malo poznam. | Ne poznam skupin | Poznavanje skupin za samopomoč | Skupine za samopomoč |

Oseba P

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|---|---|---------------------------|--------------------------------|
| P1 | Nimam kaj dosti ljudi, nimam svojih otrok. Nečakinja pride občasno... | Občasni obiski nečakinje | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| P2 | ...pa ena prijateljica včasih. Imam obiske enkrat na teden mogoče. | Obisk prijateljice enkrat na teden | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| P3 | ...se pa slišimo tudi po telefonu. | Telefonski klici | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| P4 | Ne moram reči, da se ravno družimo, kar se pogovarjamo pri kosilu. | Bolj kot ne samo pogovor pri kosilu | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |
| P5 | Mamo kar super odnose z zaposlenimi. | Super odnos | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| P6 | Jaz bi poklical hišnika, je pripravljen pomagat. | Pomoč hišnika | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| P7 | Ja bi se obrnil kar na zaposlene ja... | Pomoč zaposlenih | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| P8 | ...ali bi pa rekel prijateljici. | Pomoč prijateljice | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| P9 | ...ampak bi se pogovoril s prijateljico če bi rabil ... | Pogovor s prijateljico | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| P10 | ...ali pa tudi tukaj z zaposlenimi mislim, da bi se dalo. Radi poslušajo mene in jaz njih. | Pogovor z zaposlenimi | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| P11 | Jaz se ne počutim osamljenega, sem navajen, sem dolgo časa že sam, nisem pa osamljen. | Sem sam ampak ne osamljen | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| P12 | Osamljenost je najbrž stanje, ko nisi samo fizično sam ampak tudi, ko čutiš potrebo po nekem, ki bi mu lahko povedal svoje trenutne težave | Ko čutiš potrebo po drugi osebi | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| P13 | Spodbujanje pogovora. Jaz mislim, da tole kvazi druženje ki se dogaja ves čas, ko so ljudje samo zraven, ne pomaga. Ker se ljudje niti ne pogovarjajo | Spodbujanje pogovora ne samo sedenja drug ob drugem | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|--|---|---|--------------------------|
| | ampak samo sedijo en zraven drugega. | | | |
| P14 | Idealna rešitev bi seveda bila, da bi imeli tudi zaposleni dovolj časa, da bi se ukvarjali, pogovarjali, družili z stanovalci. | Pogovor, druženje z zaposlenimi | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| P15 | Ja seveda ima socialna delavka vlogo vzpostavljanju stikov med stanovalci, saj to delajo... | Pomembna vloga socialne delavke pri vzpostavljanju stikov | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| P16 | Prostovoljstva pa ne poznam, sem verjetno premalo časa tukaj v domu. | Ne poznam | Osebne izkušnje | Odnos do prostovoljstva |
| P17 | Mislím pa, da se mora taka zadeva v domu razviti sama od sebe, in se mogoče čez čas ustvari kakšna družčina, ki ima skupne interese. | Druženje se mora razviti samo od sebe | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| P18 | Jaz mislim, da tako kot sem že prej rekel, odvisno do posameznika. | Pomoč teh skupina je odvisna od posameznika | Mnenje o skupinah za samopomoč | Skupine za samopomoč |
| P19 | Pripomogle bi pri zmanjšanju osamljenosti ampak problem nastane, ker se morajo zbrati pravi ljudje, ker če ne nima učinka in mislim, da je težko zbrati ljudi s podobnim značajem in inteligenco v tako skupino. | Pripomogle bi h zmanjšanju osamljenosti, če se zberejo pravi ljudje | Mnenje o skupinah za samopomoč | Skupine za samopomoč |

Oseba R

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|--|-----------------------|--------------------------------|
| R1 | Bi se imel bolj fajn, če bi bil doma, ali pa vsaj na Gorenjskem. Imam prijatelje blizu, pa domače okolje je. | Pogrešanje domačega okolja, kjer so prijatelji | Odsotnost stikov | Osamljenost |
| R2 | Saj Dom je tukaj lep, ampak vseeno, pogrešam družbo. | Pogrešanje prijateljev | Odsotnost stikov | Osamljenost |
| R3 | Imam hčerko ja, pa vnukinjo. Hči me obišče kadar me lahko, bolj malo. | Redki obiski hčere | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| R4 | Se pa slišiva po telefonu če je treba. | Telefonski klici, če je potreba | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| R5 | Imel sem prijatelje na Gorenjskem, doma, pa jih kar mal pogrešam. | Pogrešanje prijateljev | Odsotnost stikov | Osamljenost |
| R6 | Jah dobro se razumemo... | Dober odnos s sostanovalci | Odnosi s sostanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| R7 | ...ampak slabo vidim, tako, da se nisem veliko družil, se nisem mogel. Če me je kdo ogovoril, niti nisem vedel kdo je. | Pomanjkanje druženja zaradi slabega vida | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|---|--|----------------------------------|--------------------------------|
| R8 | Oskrba je v redu, razumemo se tudi. | Dober odnos z zaposlenimi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| R9 | Jah ne vem, verjetno bi zaposlenim rekel. | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna pomoč | Opora socialnega omrežja |
| R10 | Mogoče malo na zaposlene... | Pogovor z zaposlenimi | Informacijska pomoč | Opora socialnega omrežja |
| R11 | drugače bi pa hčerko poklical. | Pogovor s hčerko | Informacijska pomoč | Opora socialnega omrežja |
| R12 | Bi tudi poklical hčerko. | Pogovor s hčerko | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| R13 | S to gospo tukaj bi lahko tudi kakšno rekla (nakaže na gospo, ki sedi z nama pri mizi). | Pogovor s sestanovalko | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| R14 | Kaj jaz vem, da je dolgčas... | Da ti je dolgčas | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| R15 | ...da ni stikov. | Da si brez stikov | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| R16 | Ja to pa sigurno, da sem osamljen, sem daleč od doma... | Sem osamljen, sploh, ker sem daleč kraja bivanja | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| R17 | Mal radio poslušam takrat, ko sem žalosten. | Poslušanje radia | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| R18 | Ali pa se s sstanovalcem malo pogovorim.... | Pogovor s sstanovalcem | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| R19 | ...načeloma imava kar dober odnos, mi je tudi prej pomagal, ko sem slabše videl. | Dober odnos s sstanovalcem v sobi | Odnosi s sstanovalci | Značilnosti socialnega omrežja |
| R20 | Ja, da bi se pogovarjali s človekom, ki je osamljen. | Pogovor s človekom, ki je osamljen | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| R21 | Pa tudi, da bi zaposleni se lahko pogovarjali z nami, ampak imajo preveč dela, nimajo časa za to. | Več časa zaposlenih za pogovor | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| R22 | Ja poznam, se mi zdi, da je to kar v redu, da ima človek družbo, da se malo pogovori. | Družba prostovoljca je dobra | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| R23 | Sem imel tudi jaz prostovoljko, je hodila h meni poleti, je bilo super. | Imeti prostovoljko je bilo super. | Osebna izkušnja | Odnos do prostovoljstva |
| R24 | Mi je pomagalo, da sem imel še nekoga, ki me je obiskoval. | Boljše počutje zaradi prostovoljca | Osebna izkušnja | Odnos do prostovoljstva |
| R25 | Teh skupin pa ne poznam. | Ne poznam skupin | Poznavanje skupin za samopomoč | Skupine za samopomoč |

Oseba S

| Številka izjave | Izjava | Koda | Kategorija | Tema |
|-----------------|--|------------------------------|----------------------|--------------------------------|
| S1 | Vsi so zelo prijazni in imajo korekten odnos. | Korekten odnos zaposlenih | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| S2 | Včasih se družim s sstanovalko, da malo poklepetava. | Občasen klepet s sstanovalko | Druženje | Značilnosti socialnega omrežja |

| | | | | |
|-----|---|---|---|--------------------------------|
| S3 | Obiskov imam zelo malo, občasno pride sestra... | Občasni obiski sestre | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| S4 | ...ali pa se slišiva po telefonu. | Telefonski klic | Vzdrževanje stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| S5 | Prijatelji se me sedaj, ko sem v domu izogibajo. | Odkar sem v domu se me prijatelji izogibajo | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| S6 | Vsake toliko časa pa se oglasi tudi stara znanka, vendar redko. | Občasni obisk znanke | Pogostost stikov | Značilnosti socialnega omrežja |
| S7 | Jah na sestanovalko po navadi ob kavici. | Pogovor s sestanovalko | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| S8 | Na zaposlene se v tem primeru ne bi obrnila, ker pač nimajo časa in so prezaposleni. | Zaposleni so prezaposleni | Primanjkovanje opore zaposlenih | Opora socialnega omrežja |
| S9 | Socialne delavke ne želim obremenjevati, prav tako, pa se mi zdi, da to ne spada v njen obseg dela. | Ne želim obremenjevati socialne delavke | Primanjkovanje opore zaposlenih | Opora socialnega omrežja |
| S10 | Na zaposlene se lahko obrnem, če rabim kakšno pomoč v sobi. | Pomoč zaposlenih | Instrumentalna opora | Opora socialnega omrežja |
| S11 | Verjetno bi prosila zaposlene. | Pomoč zaposlenih | Informacijska opora | Opora socialnega omrežja |
| S12 | Ne vem, na nikogar. | Ne bi se obrnila na nikogar | Emocionalna opora | Opora socialnega omrežja |
| S13 | Z zaposlenimi se razumemo dobro, sem zadovoljna z našim odnosom. So korektni in imajo čut za sočloveka, globjega odnosa v smislu prijateljstva pa nimamo. | Dobri odnosi z zaposlenimi | Odnosi z zaposlenimi | Značilnosti socialnega omrežja |
| S14 | Zaposleni so po mojem mnenju povezovalni del v domu, ki naj bi pomagal nam stanovalcem navezovati stike, sploh na začetku prihoda v dom. | Zaposleni so povezovalni del v domu, ki stanovalcem pomaga navezati stike | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| S15 | Zelo pomembno se mi zdi delo socialne delavke, ki mora poskrbeti za raznorazna trenja med ljudmi in se z njimi pogovarjati. | Socialna delavka mora poskrbeti za trenja med ljudmi, se z njimi pogovarjati | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| S16 | Je neke vrste koordinator – mora znati poslušati in dovolj poznati ljudi, da jim pomaga pri vključevanju v to domsko okolje. | Socialna delavka je neke vrste koordinator, ki jim pomaga pri vključevanju v okolje | Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov | Opora socialnega omrežja |
| S17 | To zame pomeni, da si popolnoma sam... | Biti popolnoma sam | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| S18 | ...da te svojci ne obiskujejo... | Da te svojci ne obiskujejo | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |
| S19 | ...in da se ne zanimajo zate. | Da se svojci ne zanimajo zate | Razumevanje osamljenosti | Osamljenost |

| | | | | |
|-----|---|--|----------------------------------|-------------------------|
| S20 | Ne zase ne bi rekla, da sem osamljena, saj vedno koga srečam. | Nisem osamljena | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| S21 | Sem pa tudi značajska taka, da znam biti sama in mi to ne predstavlja težav. | Znam biti sama | Doživljanje osamljenosti | Osamljenost |
| S22 | Kadar sem žalostna grem po navadi kar v posteljo dokler najhujše ne mine... | Spanje | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| S23 | ...ali pa preberem kakšno dobro knjigo. | Branje knjig | Premagovanje stisk, osamljenosti | Osamljenost |
| S24 | Se mi pa vseeno pomembno, da bi se ljudje pred prihodom v dom, pozanimalo o tem načinu življenja, ker je velika sprememba, ko iz svoje domače hiše, prideš sem. | Ljudje se morajo pred prihodom v dom pozanimati o tem načinu življenja | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| S25 | Mislím, da je pomembno predvsem delati na vključevanju ljudi, v razne krožke, skupine ... | Vključevanje ljudi v aktivnosti | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| S26 | ... ali pa samo druženje ob kavi, saj si znotraj doma vsak lahko poišče prijatelja. | Spodbujanje h druženju | Zmanjševanje osamljenosti | Osamljenost |
| S27 | Prostovoljstvo je zelo pomembno, saj vsak človek rabi toplino drugega človeka, in z širjenjem tega, se bo tudi več ljudi v domu počutilo sprejete in vključene. | Prostovoljstvo je pomembno saj vsak človek rabi toplino drugega | Mnenje o prostovoljstvu | Odnos do prostovoljstva |
| S28 | Nisem imela, nisem rabila. | Nisem imela, ker nisem rabila | Osebna izkušnja | Odnos do prostovoljstva |
| S29 | Take skupine poznam vendar jih ne obiskujem. | Skupine poznam vendar ne obiskujem | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |
| S30 | Se mi pa zdi, da so dobre predvsem za tiste ljudi, ki o svojih težavah govorijo brez zadržkov. | Primerne za ljudi, ki govorijo brez zadržkov | Mnenje o skupinah | Skupine za samopomoč |

9.3. Priloga 3: osno kodiranje

1. ZNAČILNOSTI SOCIALNEGA OMREŽJA

Pogostost stikov

- Brat ne vozi več, zato me ne obiskuje (A2).
- Obisk prijateljev enkrat na dva meseca (A4).
- Obiski ob praznikih (A5).
- Obisk sestre enkrat tedensko (B1).
- Redki obiski sestre (C8).
- Obiski prijateljice enkrat mesečno (C10).
- Obiski brata dvakrat mesečno (Č2).
- Obisk sinov parkrat na leto (D1).
- Redki obiski vnukov (E2).
- Brez obiskov (F1), (F2).
- Redki obiski prijateljice (G2)
- Brez stikov s svojci (G3).
- Redki obiski svojcev (I3).
- Redki obiski vnuka (J7), (J13).
- Hči ne hodi h meni (J14).
- Redki obiski sestrične (K3).
- Svojci me obiskujejo bolj malo (L3).
- Obiski prijateljev enkrat mesečno (M1).
- Svojci nimajo časa za obiske (M2).
- Z večino svojci nisem v stiku (N4).
- Mesečni obisk sestre (N5).
- Bivši sodelavec je prišel enkrat (N7).
- Občasni obiski nečakinje (P1).
- Obisk prijateljice enkrat na teden (P2).
- Redki obiski hčere (R3).
- Občasni obiski sestre (S3).
- Odkar sem v domu se me prijatelji izogibajo (S5).
- Občasni obisk znanke (S6).

Vzdrževanje stikov

- Vsakodnevna telefonska komunikacija (A3), (A6)
- Brez osebnega telefona (C11).
- Občasna izposoja domskega telefona (C12).
- Bolj malo po telefonu (D2).
- Telefona mi nočejo zrihtat (E3).
- Včasih po telefonu (G5).

- Brez osebnega telefona (I4).
- Hči se ne javi na telefon (J15).
- Telefonski klici s prijateljico (J16).
- Brez telefona (K4).
- Redka uporaba telefona zaradi slabega sluha (L4).
- Pogovor po telefonu (M3).
- Občasni telefonski klici (N6).
- Telefonski klici (P3).
- Telefonski klici, če je potreba (R4).
- Telefonski klic (S4).

Druženje

- Obiskovanje prireditev (A1).
- Ni primerne družbe (A10).
- Druženje na kavi v Tuš-u (A26).
- Ne paše se mi družiti (B2).
- Večino časa vezana na sobo (C3).
- Se ne družim s sostanovalci, ker je večina dementnih (C5).
- Ni primerne družbe (C7).
- Tukaj je sicer en gospod, samo z njim se je tudi težko pogovarjat (C9).
- Bolj malo se družim s sostanovalci (Č1).
- Občasno druženje na kavi (Č4).
- Večinoma sem v sobi, ker ne hodim (E1).
- Jaz sem priklenjena na posteljo ne morem niti na kavo (E20).
- Pogovor s sostanovalci (F3).
- Druženje ob kavici (G1).
- Obisk Tuša-a s sostanovalkama (G6).
- Večinoma sem v sobi, ker rabim spremstvo (I1).
- Druženje s sostanovalko v sobi (I5).
- Z drugimi iz oddelka se ne družim, ker ne hodim ven iz sobe (I7).
- Druženje s sostanovalko in zaposlenimi (I8).
- Težko najdem družbo (J1).
- Izogibanje družbi zaradi težav s sluhom (J2).
- Občasno druženje s sostanovalko iz oddelka (J3).
- Ne moreš izsiljevat pogovora (J4).
- Pogovor s sostanovalko (J5).
- Druženje s prejšnjo sostanovalko v drugi sobi (J6).
- Zadržujem se bolj v sobi, ker ne hodim (K1).
- Se ne družim veliko (K2).
- Bolj malo možnosti za druženje zaradi nepokretnosti (L1).

- Včasih se pogovarjam s sostanovalko na številki 1 (M10).
- Večine ne poznam (N1).
- Druženje ob kavi, kartanje (N3).
- Bolj kot ne samo pogovor pri kosilu (P4).
- Pomanjkanje druženja zaradi slabega vida (R7).
- Občasen klepet s sostanovalko (S2).

Odnosi s sostanovalci

- Pride ena, ampak sem jo že sita po domače povedan (A11).
- Nočem imeti opravka s sostanovalko v sobi (A13).
- Slab odnos s sostanovalko v sobi (C4), (C23).
- Težave s cimrom (Č3).
- Nerazumevanje s sostanovalcem v sobi, ki je dementen (Č21).
- Strah pred sostanovalcem (Č22).
- Dober odnos s sostanovalcem v sobi (D10).
- S sosedo se ne pogovarjava (E5), (E6), (E19), (E22).
- S sosedo se ne razumeva, vse jo moti (E8).
- Televizijo bi včasih tako rada gledala, pa je ne upam, zaradi sosede (E32).
- S sostanovalko se ne razumeva (F4).
- Dober odnos s sostanovalko (I16).
- Dober odnos s cimro (K5).
- Srečevanje sostanovalcev samo na kosilu ali prireditvah (L2).
- S sostanovalko se dobro razumeva (M9).
- Dobri odnosi s tremi sostanovalci (N2).
- Dober odnos s sostanovalci (R6).
- Dober odnos s sostanovalcem v sobi (R19).

Odnosi z zaposlenimi

- Se kar razumemo (A23).
- Dober odnos z zaposlenimi (A24).
- Dober odnos z zaposlenimi (B10).
- Dober odnos z zaposlenimi (C1).
- Kar v redu odnosi z zaposlenimi (Č5).
- Prijateljski odnos z negovalko (Č6)
- Pa kar v redu (D7).
- Nerazumevanje s socialno delavko (D8).
- Zaupen odnos z medicinsko sestro (D14).
- Zaposleni so prijazni (E7).
- Dobri odnosi z zaposlenimi (F9).
- Dobri odnosi z zaposlenimi (G15).
- Slab odnos s socialno delavko (G17).

- Prijazni zaposleni (I2).
- Dobri odnosi z zaposlenimi (J17).
- Dobri odnosi (K6).
- Včasih se razumemo, včasih ne (M7).
- Dobri odnosi (N11).
- Super odnos (P5).
- Dober odnos z zaposlenimi (R8).
- Korekten odnos zaposlenih (S1).
- Dobri odnosi z zaposlenimi (S13).

2. OPORA SOCIALNEGA OMREŽJA

Instrumentalna opora/pomoč

- Pomoč hišnika (A15).
- Pomoč strežnikov (A16), (A17).
- Pomoč zaposlenih (A22).
- Pomoč sestre (B3).
- Pomoč zaposlenih (B4).
- Pomoč medicinskih sester (C2), (C13).
- Pomoč prijateljice (C14).
- Pomoč zaposlenih (Č7)
- Tukaj ni nimaš nikogar, da bi se na njih obrnil (D11).
- Če slučajno pride kateri od vnukov (E24).
- Pomoč strežnice (F7).
- Pomoč zaposlenih (G7).
- Pomoč zaposlenih (I9).
- Pomoč zaposlenih (J8).
- Pomoč sostanovalcev (J9).
- Pomoč zaposlenih (K9).
- Pomoč najetih negovalk (L5), (L6).
- Občasna pomoč ženinega sorodnika (M4).
- Pomoč sestre (N8).
- Pomoč hišnika (P6).
- Pomoč zaposlenih (R9).
- Pomoč zaposlenih (S11).

Emocionalna opora/pomoč

- Pogovor s sostanovalko (A12).
- Pogovor z zaposlenimi (A25).
- Pomembno imeti nekoga za tolažbo znotraj doma (A29).
- Nezmožnost pogovora s sestro o takih stvareh (B9).

- Vera (C17).
- Z zaposlenimi se nočem pogovarjati (D12).
- Tudi na nikogar (E25).
- Pogovor z negovalci (F5).
- Pogovor s socialno delavko (F6).
- Glasba namesto pogovora (G10).
- Pogovor s sostanovalkama (G13).
- Pogovor z zaposlenimi (G16).
- Pogovor s sostanovalko (I10).
- Pogovor z zaposlenimi (I11).
- Pogovor s sostanovalci (J10).
- Pogovor s cimro (K7).
- Pogovor z zaposlenimi (K8).
- Reševanje sama s seboj (L7).
- Pogovor z najetimi negovalkami (L8).
- Ne rabim pogovora (M6)
- Ni potrebe po pogovoru (N10).
- Pogovor s prijateljico (P9).
- Pogovor z zaposlenimi (P10).
- Pogovor s hčerko (R12).
- Pogovor s sostanovalko (R13).
- Pogovor s sostanovalko (S7).
- Ne bi se obrnila na nikogar (S12).

Informacijska opora

- Pomoč sestre (B5).
- Pomoč zaposlenih (B6).
- Pogovor s prijateljico (C18).
- Pomoč zaposlenih (Č9).
- Pomanjkanje pomoči socialne delavke (D6).
- Na nobenega tukaj (E23).
- Nasvet socialne delavke (F8).
- Pomoč zaposlenih (G8).
- Pomoč zaposlenih (I14).
- Pomoč zaposlenih (J12).
- Pomoč cimre (K10).
- Pomoč najetih negovalk (L9).
- Občasna pomoč ženinoga sorodnika (M5).
- Pomoč zaposlenih (N9).
- Enkrat mi je pomagala socialna delavka (N12).

- Pomoč zaposlenih (P7).
- Pomoč prijateljice (P8).
- Pogovor z zaposlenimi (R10).
- Pogovor s hčerko (R11).
- Pomoč zaposlenih (S11).

Primanjkovanje opore

- Ni možnosti za pogovor z nikomer (A14).
- Ni nikogar primerneza za pogovor (B7).
- Nimaš nikogar za pogovor (C6).
- S pogovorom nočem obremenjevati zaposlenih (Č8).
- So preveč preobremenjeni (Č13).
- Zaposleni nimajo časa za pogovor (Č14).
- Se ne morem obrnit na nikogar (D4).
- Socialna delavka ni hotela pomagati (D5), (D9).
- Nenaklonjenost zaposlenih za pomoč (D13).
- Tukaj ti noben ne pomaga (D28).
- Saj nimam nobenega odkrito povedano (E9).
- Socialna delavka je bila pri meni samo enkrat (E10).
- Včasih bi rada imela kakšen pogovor, da bi se kdo malo zanimal o meni (E11).
- Primanjkovanje komunikacije z drugimi ljudmi (E12).
- Socialna delavka ni nič prišla, da bi se kaj pogovorila (E16).
- Primanjkovanje pomoči zaposlenih (E26).
- Bi rabila nekoga za pogovor (E31).
- Ni pomoči s strani socialne delavke (E33).
- Zaposlenim ne morem zaupati svojih težav (F10).
- Zaposleni nimajo časa (G9).
- Slaba pomoč socialne delavke pri navezavi stikov (G18).
- Nedostopnost socialne delavke zaradi birokracije (G34).
- Socialna delavka nima volje za pogovor (G35).
- Primanjkovanje oseb za globji pogovor (J11).
- Zaposleni niso pomagali pri zdravstvenih težavah (J29).
- Primanjkovanje pomoči ob vikendih (L16).
- Primanjkovanje pogovora (L17).
- Vikend obsojena preživeti v sobi (L18).
- Zaposleni niso na voljo (M8).
- Zaposleni so prezaposleni (S8).
- Ne želim obremenjevati socialne delavke (S9).

Vloga zaposlenih pri vzdrževanju stikov

- Pomoč socialne delavke pri spodbujanju druženja (A27).

- Pomoč socialne delavke ob prihodu v Dom (A28).
- Pozornost zaposlenih na to koga dajo skupaj v sobo (Č23).
- Spodbujanje stanovalcev h druženju (Č24).
- Zaposleni nimajo vloge (D22).
- Druženje s socialno delavko (F11).
- Pomoč socialne delavke je pomembna pri navezavi stikov (G19).
- Zavedanje, da smo si različni, vsak rabi nekaj drugega (I24).
- Socialna delavka ima veliko vlogo (L14).
- Zaposleni premalo za to namenjajo premalo volje in časa (L15).
- Socialne delavke bi lahko pomagale s kontakti med ljudmi (M16).
- Pomembna vloga socialne delavke pri vzpostavljanju stikov (P15).
- Zaposleni so povezovalni del v domu, ki stanovalcem pomaga navezati stike (S14).
- Socialna delavka mora poskrbeti za trenja med ljudmi, se z njimi pogovarjati (S15).
- Socialna delavka je neke vrste koordinator, ki pomaga pri vključevanju v okolje (S16).

3. OSAMLJENOST

Razumevanje osamljenosti

- Da si sam (A30)
- Misli o slabih stvareh (A31).
- Brez opore bližnjih (A32).
- Osamljenost ni dobra (B11)
- Da si sam (B12).
- Brez vere je človek obupan, ni v redu (C20).
- Osamljeni so tisti, ki nimajo vere (C21).
- Osamljenost je nesprejetost (Č15).
- Nimaš nikogar ki bi te poslušal (Č16).
- Nikogar za pogovarjat (Č17).
- Definicija odvisna od posameznika (D15).
- Osamljenost je odvisna od posameznika (D20).
- Da nima nikogar za pogovor (E13).
- Da nima nikogar za družbo (E14).
- Biti sam (F12).
- Brez družbe (F13).
- Ni nikogar za pogovor (F14).
- Če si od rojstva navajen, da si sam, tega pojma ne poznaš (G20).
- Težko opredelim, ker sem se vedno znala zamotit (G21).
- Osamljenost je prirojena (I15).
- Osamljenost je dolgčas (I17).
- Ko je človek sam (J20).

- Da nimaš veze z nobenim (K11).
- Osamljenost je samomor (M11).
- Brez stikov z drugimi (M12).
- Odvisno od posameznika (N16).
- Ko čutiš potrebo po drugi osebi (P12).
- Da ti je dolgčas (R14).
- Da si brez stikov (R15).
- Biti popolnoma sam (S17).
- Da te svojci ne obiskujejo (S18).
- Da se svojci ne zanimajo zate (S19).

Doživljanje osamljenosti

- Navajenost biti sam (A8), (A20)
- Mi ni nič hudo (A9).
- Ne nisem (A33).
- Navajen na samoto (B13).
- Naučen biti sam (B14).
- Nisem osamljen (B17).
- Nisem osamljena imam molitev (C19).
- Sem osamljen ja (Č18).
- Sem osamljen (D16).
- Če bi lahko koga poklicala bi se počutila bolj domače (E4).
- Jaz sem zelo osamljena (E15), (E27).
- Občutek kot, da sem v ječi (E21).
- Včasih se počutim osamljeno (F15).
- Navajena na samoto (G14).
- Se ne počutim osamljeno (I16).
- Nisem osamljena (J18).
- Je pa velikokrat težko (J19).
- Nisem osamljena (K12).
- Navajenost na samoto (L11).
- Ne počutim se osamljenega (M13).
- Ni problem biti sam (N15), (N17).
- Sem sam ampak ne osamljen (P11).
- Sem osamljen, sploh, ker sem daleč kraja bivanja (R16).
- Nisem osamljena (S20).
- Znam biti sama (S21).

Odsotnost stikov/pogrešanje

- Ne pogrešam brata (A7).
- Ne pogrešam svojcev (D3).

- Nikogar ne pogrešam (G4).
- Pogrešanje poznanih ljudi (L12).
- Pogrešanje domačega okolja, kjer so prijatelji (R1).
- Pogrešanje prijateljev (R2), (R5).

Premagovanje osamljenosti, stisk

- Vklon televizije ob žalosti (A18).
- Pozabiti na težave (A19).
- Osebno razčiščenje (A21).
- Se zamotiti (A34).
- Gledanje televizije (B8).
- Reševanje težav sam pri sebi (B16).
- Molitev kot pomoč (C15), (C16).
- Spanje (Č10).
- Gledanje televizije (Č11).
- Sprehod (Č12).
- Spanje (D17).
- Branje knjig (E28).
- Gledanje televizije (F16).
- Branje (F17).
- Glasba kot pomoč (G11).
- Uteha v knjigah (G12).
- Uteha v molitvi (I12), (I20).
- Uteha v branju (I13).
- Sprehod (J20).
- Branje knjig (L10).
- Branje (N13)
- Gledanje televizije (N14).
- Težave rešujem sam s seboj (N18).
- Poslušanje radia (R17).
- Pogovor s sostanovalcem (R18).
- Spanje (S22).
- Branje knjig (S23).

Zmanjševanje osamljenosti

- Igranje družabnih iger (A35).
- Spodbujanje stanovalcev h druženju (A36).
- Spodbujanje druženja stanovalci in zaposleni (A37).
- Delavnice (B15).
- Tolažba, pogovor z zaposlenimi (C22).
- Druženje ljudi (Č19).

- Bolj primerno razvrščanje v sobe (Č20).
- Več pogovora (D18).
- Posvetit se vsakemu posebej (D19).
- Individualen pristop glede na posameznika (D21).
- Zaposleni nakloniti več časa stanovalcem (D23).
- Socialna delavka bi morala biti bolj dostopna, odprta (D24).
- Boljša komunikacija z zaposlenimi (E17).
- Bolj primerno razvrščanje v sobe (E18).
- Več aktivnosti za stanovalce (F18).
- Individualni pristop za vsakega posameznika (G22).
- Spodbujanje h branju in glasbi (G23).
- Vzpodbuditi h ročnim delom, hobijem (G24).
- Vključiti ljudi v družbo (G25).
- Spodbuditi stanovalce da gledajo drug na drugega (G26).
- Molitev najboljša pomoč (I18), (I19).
- Medsebojna pomoč med stanovalci (J22).
- Gledati na značaj človeka, kaj rabi (J23).
- Pomoč med stanovalci pri vključitvi v družbo (J24).
- Več časa zaposlenih za pogovor (J25).
- Več programov (K13).
- Več druženja (K14).
- Druženje z zaposlenimi (K15).
- Organiziranje razpoznavnih dni (L13).
- Vse je odvisno od želja posameznika (M14).
- Osamljenost je potrebno reševati individualno (M15).
- Pomoč socialne delavke pri vključevanju (M17).
- Odvisno od tega kaj človek rabi (N19),
- Bolj primerno razvrščanje v sobe (N20).
- Spodbujanje pogovora ne samo sedenja drug ob drugem (P13).
- Pogovor, druženje z zaposlenimi (P14).
- Pogovor s človekom, ki je osamljen (R20).
- Več časa zaposlenih za pogovor (R21).
- Ljudje se morajo pred prihodom v dom pozanimati o tem načinu življenja (S24).
- Vključevanje ljudi v aktivnosti (S25).
- Spodbujanje h druženju (S26).

Mnenje o skupinah za samopomoč

- Ne poznam, niti ne vem, če je v Domu (A41).
- Ne poznam skupin (B20).
- Ne poznam prav teh skupin (C27).

- Ne poznam skupin (Č28).
- Ne poznam (D27).
- Teh skupin ne poznam (E34).
- Ne poznam skupin (F21).
- Enkrat mesečno organizira socialna delavka (G30).
- Se mi ne zdi, da je to to (G31).
- Deljenje osebne izkušnje je lahko za marsikoga težko (G32).
- Bolj primeren je osebni pogovor s socialno delavko (G33).
- Ne poznam (I23).
- Se ne udeležujem (J30)
- Mi ni všeč (J31).
- Ne poznam (K18).
- Ne poznam (L23).
- Ne poznam skupin za samopomoč (M20).
- Ne poznam skupin (N24).
- Pomoč teh skupina je odvisna od posameznika (P18).
- Pripomogle bi h zmanjšanju osamljenosti, če se zberejo pravi ljudje (P19).
- Ne poznam skupin (R25).
- Skupine poznam, vendar ne obiskujem (S29).
- Primerne za ljudi, ki govorijo brez zadržkov (S30).

4. ODNOS DO PROSTOVOLJSTVA

Mnenje o prostovoljstvu

- Nisem še videla tega tukaj (A38).
- Poznam, se mi zdi fajn zadeva (B18).
- Meni se zdi to fina stvar (C24).
- Se mi zdi, da ni vsak zato, moraš biti kar rojen za prostovoljca (Č25).
- Za to delo izbrati ljudi, ki so za opravljanje takega dela (Č26).
- Se mi zdi pomembno (D25).
- Se mi zdi super, bi tudi sama rada imela družbo (E29).
- Nekateri so dobri (G27),
- Prostovoljci morajo sami videti kje pomagati (G28).
- Ne poznam (I21).
- Se mi zdi v redu (J27).
- Potrebno več rednih prostovoljcev (J28).
- Ne poznam (K16).
- Ideja je odlična (L19).
- Mislim, da je pomembnejši globji stik in zaupanje osebi (L20).
- Pomembno je redno preživljanje časa s prostovoljcem (L21).

- Prostovoljstvo je dobra ideja (M18).
- Dobra ideja (N21).
- Občasno bi rabil prostovoljca (N23).
- Druženje se mora razviti samo od sebe (P17)
- Družba prostovoljca je dobra (R22).
- Prostovoljstvo je pomembno saj vsak človek rabi toplino drugega (S27).

Osebne izkušnje

- Če bi bila opcija bi sprejela (A39).
- Nisem imela prostovoljca (A40).
- Ni potrebe po prostovoljcu (B19).
- Obisk prostovoljke samo enkrat (C25).
- Obiski prijateljčine vnukinje na praksi (C26).
- Ne kolikor se spomnim, ne (Č27).
- Nisem nikoli imel, niti nisem videl nobenega tukaj (D26).
- Kar je bilo predlagano se ni uresničilo (E30).
- Sem imela prostovoljko, mi je bilo všeč (F19).
- Ne redno obiskovanje prostovoljca, prekratek čas (F20).
- Nisem rabila prostovoljca (G29).
- Ne rabim prostovoljca (I22).
- Nisem imela prostovoljca (J26).
- Nisem imela in se mi zdi, da ne rabim (K17).
- Nisem rabila prostovoljca (L22).
- Nisem imel nikogar za družbo (M19).
- Nisem imel (N22).
- Ne poznam (P16).
- Imeti prostovoljko je bilo super (R23).
- Boljše počutje zaradi prostovoljca (R24).
- Nisem imela, ker nisem rabila (S28).