

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Barbara Zlodej

Osamljenost kot del staranja v domu za stare v Občini Slovenska Bistrica

Diplomsko delo

Ljubljana, 2020

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Barbara Zlodej

Osamljenost kot del staranja v domu za stare v Občini Slovenska Bistrica

Mentorica: izr. prof. dr. Jana Mali

Ljubljana, 2020

ZAHVALA

Za vso svetovanje, podporo in strokovno pomoč pri pisanju diplomskega dela se zahvaljujem svoji mentorici izr. prof. dr. Jani Mali.

Za sodelovanje se zahvaljujem stanovalcem in zaposlenim doma v Občini Slovenska Bistrica.

Posebna zahvala je namenjena staršem in bratu, ki so me podpirali med študijem in v času pisanja diplomskega dela.

Srčna hvala pa tudi fantu Simonu za vso podporo in potrpežljivost v času pisanja diplomskega dela.

PODATKI O DIPLOMSKEM DELU

Ime in priimek: Barbara Zlodej

Naslov: Osamljenost kot del staranja v domu za stare v Občini Slovenska Bistrica

Mentorica: izr. prof. dr. Jana Mali

Kraj: Ljubljana

Leto: 2020

Število strani: 105

Število tabel: 1

Število prilog: 7

Ključne besede: demografske spremembe, osamljenost, institucionalna oskrba, socialno delo s starimi ljudmi

Povzetek: V diplomskem delu raziskujem življenjski svet starih ljudi v domu za stare. V teoretičnem delu predstavim demografske spremembe, institucionalno oskrbo starih ljudi, osamljenost in socialno delo s starimi ljudmi. V raziskavo sem vključila stanovalce doma v Občini Slovenska Bistrica. Ugotoviti sem želela, kako stanovalci razumejo osamljenost, kako jo prepoznajo pri ostalih stanovalcih, ali jo tudi sami občutijo in kako jo premagujejo. Raziskovala sem, kakšno vlogo ima življenje v domu in aktivnost pri zmanjševanju osamljenosti med stanovalci in stanovalkami. Poleg tega me je zanimalo, kakšno vlogo ima socialno delo pri prepoznavanju in zmanjševanju osamljenosti. V kvalitativno raziskavo sem vključila devet oseb, od tega je bilo osem stanovalcev in stanovalk ter ena socialna delavka. Rezultati raziskave kažejo na prisotnost osamljenosti med stanovalci, ki se na različne načine spopadajo z njo. Socialna delavka se zaveda prisotnosti osamljenosti med stanovalci in jim pri zmanjševanju le-te pomaga s pogovori, tolažbo ali spodbudnimi besedami. Predlagam več individualnega dela s stanovalci in upoštevanje njihovih želja. Predlagam tudi več pogovorov o osamljenosti med socialno delavko in stanovalci.

Title: Loneliness as a part of aging in home for older people in the Municipality of Slovenska Bistrica

Key words: demographic changes, loneliness, institutional care, social work with older people

Abstract: In my diploma thesis, I explore the life of older people in a home for older people. In the theoretical part, I present demographic changes, institutional care for the older people, loneliness and social work with the older people. I included residents of a home in the Municipality of Slovenska Bistrica in the research. I wanted to determine how the residents understand loneliness, how do they recognize it in other residents, whether they feel it themselves and how do they overcome it. I researched the role of living in a home and the activity in reducing loneliness among residents. In addition, I was interested in the role of social work in recognizing and reducing loneliness. I included nine people in the qualitative research, of which eight were residents and one was a social worker. The results of the research show the presence of loneliness among residents who cope with it in different ways. The social worker is aware of the presence of loneliness among the residents and helps them to reduce it through conversations, consolation or with encouraging words. I suggest more individual work with residents and considering their wishes. I also suggest more guided conversations about loneliness between the social worker and the residents.

KAZALO VSEBINE

1	TEORETIČNI UVOD.....	1
1.1	Demografske spremembe v Sloveniji.....	1
1.2	Institucionalna oskrba starih ljudi	3
1.3	Osamljenost v starosti.....	6
1.4	Socialno delo s starimi ljudmi.....	9
2	PROBLEM	13
3	METODOLOGIJA.....	14
3.1	Vrsta raziskave	14
3.2	Merski instrument.....	14
3.3	Metoda zbiranja podatkov.....	14
3.4	Populacija in vzorčenje.....	14
3.5	Zbiranje podatkov.....	15
3.6	Obdelava podatkov.....	15
3.7	Definiranje pojmov.....	17
4	REZULTATI	18
4.1	Predstava in doživljanje osamljenosti.....	18
4.2	Življenje v domu	19
4.3	Premagovanje osamljenosti.....	20
4.4	Dejavnosti v domu.....	21
4.5	Odnos socialne delavke do stanovalcev	21
4.6	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti	22
5	RAZPRAVA.....	24
6	SKLEPI.....	27
7	PREDLOGI.....	29
8	UPORABLJENA LITERATURA	30
9	PRILOGE	33
9.1	Vprašalnik	33
9.1.1	Vprašalnik za stanovalce doma	33
9.1.2	Vprašalnik za socialno delavko	35
9.2	Zapis intervjujev s stanovalci.....	37
9.3	Zapis intervjuja s socialno delavko	62
9.4	Odprto kodiranje intervjujev stanovalcev	65
9.5	Odprto kodiranje intervjuja socialne delavke	94
9.6	Osno kodiranje intervjujev stanovalcev.....	98

9.7	Osno kodiranje intervjuja socialne delavke	104
-----	--	-----

1 TEORETIČNI UVOD

1.1 Demografske spremembe v Sloveniji

Demografske spremembe in napovedi spodbujajo razprave v političnih, strokovnih in znanstvenih krogih že vrsto let. Žal pa redko ponudijo več kot zgolj skrb zbujajoče navajanje demografskih podatkov o staranju prebivalstva. Temu posledično je staranje označeno s sintagmo demografski preplah. Dejansko pa lahko daljšanje življenjske dobe razumemo povsem preprosto kot največji dosežek naše civilizacije, saj v zgodovini človeštva tovrstnemu pojavu še nismo bili priča (Mali, 2009; Lymbery, 2005).

Ljudje se starajo v vseh družbah, kulturah in zgodovinskih obdobjih, toda različno hitro. Sredi 18. stoletja sta bila le 2 % današnjega razvitega sveta stara 65 let, sredi 19. stoletja 4 %, sredi 20. stoletja pa 8 %. Pričakuje se, da se bo krivulja še bolj naglo dvigala, tako da bo vsak peti prebivalec star več kot 65 let (Pečjak, 1998, str. 18).

Accetto (1987, str. 11) in Hojnik Zupanc (1999, str. 39) predstavita različne razloge za porast števila starih ljudi, ki so posledica razvojnih sprememb v industrijskih družbah. Ti razlogi so izboljšano zdravstveno varstvo prebivalstva, upadanje nalezljivih bolezni, večja industrializacija in urbanizacija prebivalstva, manjša rodnost in plodnost ob manjši umrljivosti otrok.

Breznik (2015, str. 41) navaja Kristančiča (2005), ki pravi, da se delež starega prebivalstva najbolj povečuje v razvitih državah, kjer se pojavljajo različna vprašanja, kot so kako zmanjšati predsodke do starosti in staranja, katere storitve za kakovostno starost je treba vzpostaviti, kako povečati medgeneracijsko povezanost in solidarnost ter kako preprečiti revščino starih ljudi.

V Sloveniji je leta 2003 delež ljudi, starih 65 let in več, presegel delež ljudi, mlajših od 15 let. Leta 2012 je bil delež mladih 13,4 %, delež starejših od 65 let pa 16,7 %. Glede na različne podatke se predvideva, da bo delež ljudi, starih 65 let in več, leta 2029 znašal že 24,8 %, leta 2059 pa naj bi bil delež starih ljudi že 33,5 % (Breznik, 2015, str. 42). Po podatkih Statističnega urada Republike Slovenije (2019) je od leta 2019 v Sloveniji 20,0 % ljudi, starih 65 let in več.

Ravno zato je za ljudi, med njimi še posebej za stare, zelo pomembno področje zdravstveno varstvo. Zaradi njihovih specifičnih potreb, ki so povezane s staranjem in pogostejšimi obolenji, je zdravstveno varstvo pomemben del socialne varnosti starih ljudi. Staremu človeku je treba zagotoviti ustrezno in kakovostno življenje tudi v poznih letih (Nacionalni program socialnega varstva za obdobje 2013–2020, 2013).

V Sloveniji se je število uporabnikov domov za stare v zadnjih osmih letih povečalo za 15 %. Povprečna starost uporabnikov domov za stare je bila v začetku leta 2019 83 let. Pričakuje se, da se bo delež starih, ki živijo v tako imenovanih skupinskih gospodinjstvih, kamor spada tudi dom za stare, s starostjo populacije povečeval (Božič Verbič, 2019).

Zavedati se moramo, da se spreminja starostna struktura populacije starih ljudi, ki se upokojijo ali dopolnijo starost nad 60 let. Ravno to vpliva na spreminjanje podobe starega človeka, tako lahko razdelimo populacijo starih ljudi na »mlajše« in »starejše«.

Na kakovost življenja starih ljudi pomembno vplivajo finančni viri, kjer ima osrednjo vlogo pokojnina. V Sloveniji na nižanje pokojnine močno vplivajo demografske spremembe, saj se zaradi manjšega deleža zaposlenih spreminja razmerje med povprečno neto pokojnino in povprečno neto plačo (Breznik, 2015, str. 43).

Mesec (2003, str. 10) navaja Stanovskega (1997), ki iz analize demografskega, ekonomskega in socialnega položaja upokojencev v Sloveniji prikaže, da so upokojenci razporejeni po vseh dohodkovnih razredih in da je populacija enako razslojena kot ostalo prebivalstvo. Izjema so samska upokojenska gospodinjstva, katerih dohodek se nahaja v nižjem dohodkovnem razredu, to zlasti velja za samske upokojenke.

Mesec (2003, str. 11) pravi, da je materialni položaj starih ljudi v Sloveniji v povprečju dober, da pa moramo biti pozorni na najstarejše, tiste, ki živijo v samskih gospodinjstvih. Ravno iz tega razloga starosti ne enači z revščino, saj meni, da si lahko človek v svojem 35- ali 40-letnem aktivnem življenju zagotovi dovolj materialnih sredstev, da živi sorazmerno kakovostno življenje. Kljub temu pa lahko na podlagi podatkov statističnega urada Republike Slovenije vidimo, da je stopnja tveganja revščine med starimi ljudmi višja kot med vsemi prebivalci. V letu 2018 je bila stopnja tveganja revščine 13,3 %, med temi je bilo 89.000 upokojencev ali drugače 18,1 % vseh upokojencev. Stopnja revščine je bila najvišja ravno med osebami, starimi 65 let ali več, in je znašala 18,3 % (Božič Verbič, 2019).

Pomembno je, da starim ljudem zagotovimo podporo in pomoč, ki jo potrebujejo. Treba je sprejeti dejstvo, da se življenjska doba ljudi podaljšuje, saj bomo le na takšen način prišli do učinkovitih sprememb, ki bodo koristne za vso populacijo in ne samo za stare ljudi.

1.2 Institucionalna oskrba starih ljudi

V tem poglavju so predstavljene značilnosti domov za stare kot totalne institucije in značilnosti, kjer to niso. Pri tem se bom oprla na različne avtorje in njihovo razumevanje totalnih institucij.

Kot prvo pa je zelo pomembno, da se zavedamo, da nobena od totalnih institucij nima vseh značilnosti totalnih institucij in da te značilnosti niso značilne samo za te institucije (Mali, 2006, str. 21).

V Sloveniji je najbolj razširjena oblika institucionalnega varstva starejših dom za stare ljudi. Domovi za stare ne zagotavljajo zgolj institucionalnega varstva v smislu namestitve in oskrbe v instituciji, temveč zagotavljajo pomoč starim ljudem tudi v domačem okolju in v skupnosti. Mali pravi, da so domovi za stare center celostne oskrbe, kjer zdravstvena in socialna stroka medsebojno sodelujeta in se dopolnjujeta (Mali, 2012a, str. 86–87).

Podatki, ki jih je objavila Skupnost socialnih zavodov Slovenije (2010), kažejo, da je v Sloveniji 118 domov za stare in 17.819 mest, ki pa še vedno ne zadoščajo, saj so potrebe in povpraševanja vedno večja. Domovi za stare so institucije, ki se jih ljudje največkrat poslužujejo v trenutku, ko zaradi poslabšanega zdravstvenega stanja postanejo odvisni od okolja, v katerem živijo. So praviloma javni socialnovarstveni zavodi, ki opravljajo dejavnosti socialnega varstva nepridobitno kot javna služba (Zakon o dopolnitvi Zakona o socialnem varstvu, 2019).

Temeljna značilnost organizacij, med katerimi so tudi domovi za stare, je doseganje jasno opredeljenih ciljev, kar pa lahko zelo negativno vpliva na posameznika, saj institucije niso prilagojene posameznikovi celostni osebnosti. Na takšen način je posamezniku odvzeta skrb za samega sebe, kar lahko vodi do razkroja lastne identitete in s tem v osamljenost (Mali, 2006, str. 17–18). Flaker (2015, str. 195) pravi, da je totalna institucija bivalna skupnost, kjer vsi vidiki življenja potekajo na istem mestu pod isto oblastjo. Vsak uporabnik, ki vstopi v institucijo, prinese s sabo svoje navade in svojo identiteto, ki jo totalne institucije zatrejo, saj se morajo ljudje prilagoditi ustaljenim pravilom in določenim urnikom.

Hojnik Zupanc (1999, str. 97) pravi, da je institucija prostor, kjer se srečujejo različni ljudje kot tujci, ki so si primorani deliti skupne prostore, zaposlene in čas. Poleg tega pa znotraj njih veljajo napisana in nenapisana pravila, ki onemogočajo zasebnost ljudi.

Mali (2006, str. 18) navaja Diamonda (2000), ki pravi, da v vseh institucijah za stare še vedno prevladuje medicinski model, ki je močno zakoreninjen v delovanje domov za stare in lahko zelo negativno vpliva na zdravje uporabnikov. To se najbolj kaže skozi formalizacijo

medicinskega dela in v prevladovanju medicinskih nalog. Kljub temu pa je za posameznika poleg zdravstvene oskrbe zelo pomembna socialna in moralna pomoč, zato je zelo pomembno, da v domovih za stare na prvo mesto preide socialni model, kjer imajo uporabniki možnost izražanja svojega mnenja in se jih pri tem tudi upošteva. Čeprav imajo v domovih za stare tudi socialne delavce, pa se stari ljudje le redko obračajo na njih, saj jih dojemajo kot del sistema, ki mu ne morejo povsem zaupati.

Mali (2006, str. 21) predstavi tri značilnosti totalnih institucij, tj. zaprtost pred zunanjim svetom, racionalizacija vsakdanjega življenja in organizacijska birokracija.

- **Zaprtost pred zunanjim svetom:** Goffman govori o moralni zaprtosti, kjer skuša opozoriti na zaznavanje sveta zunaj in znotraj institucije. Na takšen način je življenje uporabnikov lažje nadzorovano in kontrolirano.
- **Racionalizacija vsakdanjega življenja:** Življenja ljudi so različna in zato izven institucij potekajo na različnih mestih in nenačrtovano, v totalnih institucijah pa je mesto točno določeno.
- **Organizacijska birokracija:** Odnosi znotraj institucije so natančno določeni, tako da ima en razred, v tem primeru zaposleni, oblast drugi, uporabniki pa so predmet te oblasti. Zaposleni lahko brez težav komunicirajo z zunanjim svetom, medtem ko so uporabniki vezani le na svet institucije.

Velikokrat se zgodi, da zaposleni nehumano ravnaajo z uporabniki in jih v nekaterih primerih sploh ne doživljajo kot živa bitja. Velika težava je v tem, da se zaposleni soočajo z dvema različnima nalogama. Na eni strani morajo zadovoljiti zahteve institucije, na drugi strani pa so deležni pritiskov iz zunanjega sveta. Vse to pa lahko zelo negativno vpliva na uporabnikovo samopodobo (Mali, 2006, str. 22).

Zaposleni se morajo zavedati, da je prilagajanje na domsko življenje za stare ljudi zahteven proces, ki traja kar nekaj časa. Gre za sprejemanje novega načina življenja in novih pravil, ki so mu do tega trenutka neznane. Lahko bi rekli, da predstavlja vdor v zasebno življenje, sploh za ljudi, ki niso samostojno gibljivi in potrebujejo vso zdravstveno oskrbo, pri tem pa se jim ne zagotovi zasebnost pri umivanju ali drugih oblikah negovanja.

Kljub temu pa se domovi za stare v določenih stvareh zelo približajo željam in potrebam ljudi. Pri tem bi se navezala na Mali (2006, str. 25), ki govori o prilagajanju glede časovnih razporeditev obrokov hrane, plačevanja storitev, izvajanja oskrbe in oblike bivanja. Na takšen

način se zagotavlja prilagajanje individualnim zahtevam uporabnika, kar pa krepi njegovo samostojnost, odgovornost in avtonomnost.

V institucijah imajo uporabniki veliko prostega časa, ki ga skušajo zapolniti z različnimi dejavnostmi. Pri tem imajo največ možnosti uporabniki, ki so še gibljivi, drugi pa so pri tem zelo omejeni oziroma nimajo možnosti sodelovati, kar lahko privede do zapiranja pred okoljem in celo do osamljenosti. Mali (2006, str. 22) pravi, da te dejavnosti delujejo zelo terapevtsko na uporabnike in se izvajajo v okviru delovne terapije. Na takšen način skušajo uporabnike pripraviti na samostojno življenje izven institucij, po drugi strani pa so s tem, ko sodelujejo pri različnih dejavnostih, vključeni v sistem nagrad in kaznovanj, ki pa se lahko razvije v sistem kontrole, ki jo izvaja institucija nad uporabnikom.

Velikokrat se prosti čas v institucijah zapolni z različnimi delavnicami, prireditvami, zabavami in objavljanjem časopisov, kjer uporabniki pišejo svoje zgodbe, pesmi in različne misli. Mali (2006, str. 23) pri tem poudarja, da znotraj institucije razlikujemo kulturo zaposlenih in kulturo uporabnikov, ki se skozi te dejavnosti formalno združujeta in sodelujeta.

Kljub temu da ne moremo trditi, da je dom za stare v vseh pogledih totalna institucija, pa Hojnik Zupanc (1999, str. 97) navaja, da imajo vse institucije skupnih nekaj temeljnih značilnosti, ki pri uporabnikih oblikujejo skupno oziroma kolektivno identiteto:

- popolna zadovoljitev eksistencialnih potreb,
- predpisan dnevni ritem,
- racionalizacija dela,
- skupinske aktivnosti,
- prevladovanje javnega prostora nad zasebnim.

Prav tako Hojnik Zupanc (1999, str. 97–98) navaja Brearleyja (1990), ki meni, da se notranja organizacija od doma do doma razlikuje. Tako navaja šest dejavnikov, od katerih je to odvisno:

- stanovalcev z njihovimi individualnimi življenjskimi izkušnjami, potrebami, osebnostjo in željami,
- osebja z njihovim izkušnjami in pričakovanji,
- pravil, rutine in navad dnevnega ritma, ki oblikujejo medsebojne interakcije,
- fizičnega okolja,
- odnosov med stanovalci in osebjem (odnos eden do drugega),
- odnosov stanovalcev in osebja do zunanjega sveta.

V domovih za stare delo vedno bolj sloni na socialnem modelu, ki zagovarja sodelovanje in partnerski odnos. Vedno večji poudarek je na avtonomiji uporabnikov, kar jim zagotavlja odločanje, izbiro in nadzor nad svojim življenjem. Za stanovalce avtonomija velikokrat pomeni odločanje glede participacije v domskih aktivnostih, odločanje glede obrokov in samostojnost pri urejanju sobe. Velik poudarek je tudi na zadovoljstvu uporabnikov, ki ga v domovih za stare merijo s pomočjo različnih vprašalnikov za stanovalce. Pri prepoznavanju in zaznavanju potreb stanovalcev sodeluje več profilov, kar omogoča učinkovitejše delo. V domovih za stare so začeli uvajati tudi zagovorništvo za stanovalce in samozagovorništvo, s čimer se krepi moč stanovalcev, da spregovorijo. Veliko veljavo ima individualna obravnava stanovalcev, ki se v domovih za stare izvaja kot individualni načrt ali program za stanovalce. Na takšen način se gleda na vsakega uporabnika kot na individuuma, s katerim se oblikuje različne cilje za izboljšanje njegovega življenja. Razvija pa se tudi participacija stanovalcev pri oblikovanju storitev in programov, saj so ti v prvi vrsti namenjeni ravno njim in prav je, da se prisluhne njihovim željam in potrebam (Mali, Flaker, Urek in Rafaelič, 2018, str. 50–63).

Domovi za stare so tako skozi leta spremenili svoj pristop in delo ter v ospredje postavili uporabnike in njihove želje. V vsaki instituciji velja določen red, ki ga je treba spoštovati, pomembno pa je, da so institucije pripravljene prisluhniti posamezniku in se mu približati, tako da je bivanje v njih čim bolj prijetno. Zelo pomembno je medsebojno sodelovanje, ki uporabnikom daje občutek vrednosti in pomembnosti.

1.3 Osamljenost v starosti

»Biti star« ima danes pogostokrat sramotilen in žaljiv pomen, kar pa lahko pušča hude čustvene posledice pri starih ljudeh in privede do osamljenosti in osame (Mali, 2002, str. 318). Osamljenost je ena tipičnih značilnosti ljudi, ki poleg tega, da opozarja na pomanjkanje medčloveških vezi, opozarja tudi na to, da je človek socialno bitje (Ramovš, 2003, str. 105).

Mali (2002, str. 318–319) opredeli osamljenost kot osnovno človeško čustvo. Vendar pa takšno opredelitev v literaturi le redko najdemo, saj družba osamljenost pogostokrat enači s staranjem. Enako trdi Lake (1989, str. 7), ki pravi, da lahko osamljenost prizadene ljudi različnih starosti, kot so otroci, odrasčajoči mladi, mlade ženske ali moški, ljudje srednjih let in stari ljudje.

Ramovš (2003, str. 104) trdi, da je osamljenost ena najhujših tegob v starosti. Osamljeni stari ljudje začnejo svojo preteklost dojemati kot nekaj nevrednega in nepomembnega. Posledice osamljenosti enači s posledicami telesne podhranjenosti, ki se kažejo v pomanjkanju teka in spanca, pogostokrat pa se pojavijo tudi različne bolezni. Lake (1989, str. 31) v knjigi označi

osamljenost kot bolezen, ki omeji sposobnost ljudi za komuniciranje in sodelovanje v medsebojnem vedenju.

Pentek (2001, str. 40–41) pravi, da je osamljenost lahko tudi posledica kroničnih bolezni:

- Motnje gibanja preprečujejo, da bi bili stari ljudje dovolj aktivni, s tem pa so tudi vedno bolj omejeni in nimajo možnosti, da bi ohranjali obstoječe stike z ljudmi.
- Motnje vida in sluha pričnejo omejevati starega človeka, da se zadržuje le v poznanem okolju, kjer se počuti dovolj varno, s tem pa se izgublja neodvisnost in samostojnost.
- Motnje govora lahko močno skrčijo socialno mrežo starih ljudi, v primeru, da je komunikacija s starim človekom zelo omejena in težka.

Prav tako Flaker idr. (2008, str. 281) pravijo, da se osamljenost poveča v trenutkih, ko je oseba gibalno omejena oziroma potrebuje več pomoči drugih oseb. Tudi socialna mreža starega človeka se hitreje krči in če te ne obnavlja, se lahko hitro pojavi osamljenost.

Človek je biološko in psihološko bitje pa tudi socialno, zato težko živi sam. Občutek osamljenosti v starosti je zato pogostokrat povezan z izgubo bližnjih oseb in vedno redkejšimi socialnimi stiki (Mali, 2002, str. 319). Tudi Pečjak (1998, str. 80) pravi, da je osamljenost izrazitejša v obdobju vdovstva in to ne samo zato, ker zakonca ni več, ampak se vdov ali vdovcev veliko ljudi izogiba.

Mali (2008, str. 183) opredeli osamljenost kot subjektiven fenomen, ki je del posameznika in vpliva na njegovo osebnost, ker zaradi izoliranosti od družbe ne more deliti tega čustva z drugimi ljudmi. Kljub temu pa osamljenost ni vedno vezana na pomanjkanje stikov, saj se lahko človek počuti osamljenega v družbi ljudi in ne čuti osamljenosti, ko je sam (Mali, 2002, str. 319).

Ramovš (2001, str. 35–36) opredeli pet vidikov osamljenosti v starosti:

- **Osamljenost v starosti je huda osebna stiska samih starih ljudi.** V tem primeru star človek nima nikogar, ki bi lahko klical »moj«, npr. moj sin, vnuk. V še večji stiski pa so stari ljudje, kadar nekoga vidijo kot »svojega«, ta nekdo pa tega ne čuti na enak način oziroma se s starim človekom poveže na poniževalen način in ga tudi materialno izkorišča.
- **Osamljenost starih ljudi je huda socialna stiska za okolico starostnika.** Otroci starih ljudi, ki doživljajo osamljenost, imajo pogostokrat občutek krivde, da se njihovim najbližjim to dogaja, po drugi strani pa stare ljudi prepričujejo, da naj bodo hvaležni za

vse, kar so dobili in da naj se nehajo pritoževati. Pogostokrat tako sosedje kot strokovne službe, ki prihajajo v stik s starim človekom, tega vidijo kot sitnega in težavnega.

- **Osamljenost starih ljudi je vzrok za socialno patologijo starih ljudi.** S tem so povezani samomori, zasvojenosti, čudaštvo in omamljenost. Različni podatki kažejo na to, da je že ena tretjina starih ljudi zašla v alkoholizem.
- **Osamljenost v starosti je psihosomatski izvor obolenja starih in slabega zdravstvenega stanja.** Sodobna medicina je prišla do različnih ugotovitev, ki so pokazale, da dobro duševno počutje pozitivno vpliva na odpornost starih ljudi do bolezni, na hitrost in kakovost zdravljenja le-teh ter na obvladovanje in prenašanje kroničnih bolezni.
- **Osamljenost starih ljudi pogloblja prepad med starimi in mlajšimi generacijami.** Ravno to je ena najbolj usodnih patologij sodobne evropske kulture. Zaradi osamljenosti postajajo stari ljudje vedno bolj zagrenjeni in posledično se jih vsi izogibajo, to pa še samo poveča občutek osamljenosti. Gre torej za začaran krog, kjer se star človek ne more izogniti osamljenosti. V celotni družbi pa vedno bolj raste občutek, da je starost in s tem človekovo življenje nesmiselno.

Pomembno je, da se zaposleni v domovih za stare zavedajo stisk, ki jih doživljajo uporabniki ob prihodu v institucionalno varstvo. Velikokrat se osamljenost pojavi kot rezultat različnih prilagajanj. Star človek se mora prilagoditi pravilom doma, medtem ko se dom staremu človeku ne prilagaja. Ljudje na tak način velikokrat doživljajo stisko, ki se lahko odraža tudi kot osamljenost.

Zelo pomembno je, da se med socialno delavko in starim človekom oblikuje zaupen odnos, medsebojno spoštovanje in sodelovanje, ki omogoča, da se star človek počuti sprejetega in slišane. Socialni delavci morajo imeti razvit čut za starega človeka, srce in dušo na pravem mestu in veliko znanja, da znajo prisluhniti staremu človeku, ko ta doživlja različne stiske (Mali, 2004, str. 105).

Naloge socialnih delavk so različne, vendar je v prvi vrsti zelo pomembna čustvena tolažba, ki jo stari ljudje velikokrat potrebujejo. Socialna delavka se mora truditi pri dviganju samozavesti in samopodobe starega človeka. Pomembno je, da jim skušajo bivanje v institucijah prikazati kot življenje v veliki družini, kjer imajo tudi oni svoje posebno mesto (Mali, 2002, str. 321).

Kot pove Accetto (1968, str. 130), je pomembno, da se socialni delavci naučijo spoštovati človeka in njegovo osebnost, kljub temu da je včasih potrebnega veliko truda, je pomembno, da se starim ljudem zagotovi pogoje, v katerih lahko spregovorijo.

Osamljenost je del našega življenja, gre za čustvo, ki ga lahko doživljamo vsi, ne glede na starost, le od trenutka je odvisno, ali bo to čustvo nadvladalo nad drugimi ali ne. Največkrat se pojavlja v času življenjskih prelomnic, ko smo najbolj ranljivi, in te na nas puščajo negativne sledi. Človek je lahko velikokrat sam, ampak to ne pomeni, da je tudi osamljen. Stari ljudje s prihodom v institucionalno varstvo pridejo v povsem novo okolje, ki jim je do tega trenutka neznano in se morajo nanj prilagoditi. Ravno zato se lahko počutijo izgubljene ali pa doživljajo različne stiske, med katerimi je tudi osamljenost. Zelo pomembno je, da se socialni delavci tega zavedajo in starim ljudem prisluhnejo ter so jim v oporo.

1.4 Socialno delo s starimi ljudmi

Mesec (2006, str. 245) pravi, da je »socialno delo stroka, katere naloga je pomoč konkretnim osebam, posameznikom, skupinam in skupnostim pri reševanju socialnih problemskih situacij in družbenem vključevanju, da bi lahko zadovoljevali osnovne potrebe primerno kulturi, v kateri živijo, in primerno običajni kakovosti življenja.«

Mesec opredeli socialno delo kot stroko, znotraj katere se dogajajo spremembe. Kljub temu da je temeljna naloga pomoč ljudem, spoštuje njihovo avtonomijo in teži k ohranjanju te. Socialno delo opredeli kot nediskriminatorno stroko, ki stoji za ljudmi in prisluhne njihovim željam in potrebam.

V preteklosti so imeli ljudje, tudi socialni delavci, velik odpor do dela s starimi ljudmi, saj so bili mnenja, da je delo z njimi nepomembno in tudi nekoristno. Stare ljudi so pogostokrat enačili z revščino, odvisnostjo in dobrotlostjo. Razlogi za takšno razmišljanje so povezani z različnimi dejavniki:

- stari ljudje so izrazito homogena skupina ljudi, za katere velja, da so bolni, odvisni od drugih, depresivni, potrebujejo institucionalno varstvo in so revni;
- delo s starimi ljudmi ni bilo dovolj razvito, zato je bilo znanje o staranju in starosti ljudi zelo šibko;
- socialna politika je bila usmerjena v reševanje revnih starih ljudi, ne pa v celotno populacijo starih;
- takratni temelji socialnega dela se niso ukvarjali s problemi starih ljudi (Mali, 2008, str. 60).

Mali (2008, str. 60–61) navaja Koskinena (1997), ki pravi, da je z naraščanjem števila stare populacije, razvojem novih politik, večjim sprejemanjem starosti in staranja, novimi znanji strokovnjakov, razvojem znanosti socialnega dela in pozitivnimi izkušnjami socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi zanimanje za razvoj socialnega dela s starimi ljudmi močno narastlo.

Specifičnost socialnega dela izhaja iz sodobnega razumevanja staranja, ki jo razumemo kot kombinacijo bioloških, psiholoških in družbenih procesov, kateri prinašajo določene življenjske spremembe. Ravno to je razlog, da stari ljudje potrebujejo posebno pomoč (Mali, 2013, str. 62).

Prav tako Mali (2012b, str. 128) meni, da socialno delo s starimi ljudmi ne glede na okolje, v katerem poteka, deluje na:

- mikroravni (raven posameznika),
- mezoravni (ravni skupnosti in institucij) in
- makroravni (družbeni ravni).

Socialni delavci potrebujejo za delo s starimi ljudmi veliko znanja in kompetenc. Kot pove Mali (2013, str. 59), potrebujejo na eni strani znanja in izkušnje o staranju, na drugi strani pa posebne spretnosti in znanja za raziskovanje in iskanje odgovorov na potrebe starih ljudi.

Socialni delavec starim ljudem pomaga na način, da skupaj z njimi rešuje probleme, pri tem pa pogostokrat naletijo na različne situacije, kot so ranljivost starih ljudi, demenca, osamljenost, stres v starosti, nasilje in še več (Mali, 2008, str. 65).

Pri delu s starimi ljudmi morajo socialni delavci upoštevati različna načela:

- mobilizacija moči in sposobnosti starih ljudi,
- maksimalno funkcioniranje,
- zagotavljanje okolja, ki človeka ne bo omejevalo,
- etičnost pri delu,
- etničnost,
- sistemska perspektiva in
- postavljanje ustreznih ciljev (Burack-Weiss in Brennan, 1991, str. 5–14).

Načela poudarjajo specifičnost socialnega dela in temeljijo na celostnem razumevanju človeka in njegovih potreb. Poudarek je na uveljavljanju uporabnika, star človek je partner v procesu pomoči, zato je treba v ospredje postaviti njegovo pravico (Mali, 2012b, str. 128).

Socialno delo s starimi ljudmi se najpogosteje izvaja v socialnovarstvenih ustanovah, kjer delamo s posameznikom, družino ali skupino. Pri delu s starimi ljudmi moramo biti pozorni na življenjski svet starega človeka, saj bomo le na takšen način skupaj z njim odkrili in raziskali kulturni, družbeni in socialni kontekst, v katerem star človek živi (Mali, 2013, str. 63–64).

Socialna delavka pomaga staremu človeku in družini, da pridobi ustrezno pomoč različnih služb v njegovem okolju. Prizadeva si k odpravi diskriminatornega odnosa do starih ljudi in krepitvi njihove moči, da si pridobijo socialne, ekonomske in politične pravice. Pomembno vpliva na izboljšanje interakcij med starim človekom in družino ter širšim okoljem (Mali, 2008, str. 65).

Pri delu s starim ljudmi Milošević-Arnold (2000, str. 255) navaja, da morajo socialni delavci:

- razumeti razvojne faze staranja,
- upoštevati življenjske izkušnje in vloge,
- razumeti doživljanje starosti pri starem človeku,
- ugotoviti funkcionalne sposobnosti starih ljudi,
- prepoznati potrebe na področju duševnega zdravja in znakov depresije,
- poznati dinamiko družinskega sistema,
- biti sposobni govoriti v jeziku starega človeka,
- imeti prepričanje o neodvisnosti starih ljudi,
- razumeti problem smrti in umiranja,
- spoštovati vlogo religije in duhovnosti ter
- krepiti moč starih ljudi.

Socialni delavci morajo raziskat življenjski svet starega človeka in ga spoznati še globlje. Ni dovolj zgolj površinski odnos, saj ne bomo dobili dovolj jasne slike o tem človeku. Pomembno je, da se staremu človeku prilagodimo v jezikovnem smislu in da nismo diskriminatorni glede verskih prepričanj. Skupaj odkrivamo vire moči starega človeka in sodelujemo pri spremembah.

Mali (2013, str. 62) trdi, da socialno delo s starimi ljudmi postaja vedno bolj raznovrstno. Socialni delavci si prizadevajo poiskati ter mobilizirati moči in vire starih ljudi in niso usmerjeni zgolj v njihovo šibkost.

Socialne delavke so pri delu s starimi ljudmi v različnih vlogah. Milošević-Arnold (2000, str. 256–257) navaja Zastrowa (1992), ki opiše profesionalne vloge socialnih delavk, ki so pomembne za delo s starimi ljudmi, poleg tega pa pomagajo pri odpravljanju različnih stisk, med katerimi je tudi osamljenost:

- **Usposobljevalec:** Gre za pomoč posamezniku pri izražanju potreb. Stari ljudje se pogostokrat znajdejo v stiskah in čutijo nemoč, da bi premagali različne težave, s katerimi se srečujejo.
- **Povezovalec:** Socialna delavka pogostokrat povezuje posameznika ali skupine, ki potrebujejo pomoč, z obstoječimi službami, ki jim ustrezno pomoč tudi zagotovijo. Pri starih ljudeh je to zelo pogosto, saj se velikokrat ne znajdejo v nastalih situacijah.
- **Zagovornik:** Mali (2008, str. 98) pravi, da so socialni delavci v domovih za stare velikokrat v vlogi zagovornikov, saj zaposleni pogostokrat spregledajo pravice uporabnikov.
- **Učitelj:** Socialni delavci starim ljudem nudijo različne informacije in znanja, ki jih potrebujejo za kvalitetno življenje.
- **Posrednik:** Pogostokrat je to povezano s pogovori s svojci glede nege in oskrbe za starega človeka.
- **Svetovalec:** Socialni delavec usmerja posameznika, družino ali skupnost na način, da daje nasvete in različne informacije.
- **Koordinator in oskrbovalec:** Gre za dve med seboj zelo podobni vlogi, kjer socialna delavka na eni strani posreduje med uporabnikom in njegovim okoljem, na drugi pa zagotavlja storitve, ki jih uporabnik potrebuje.

Socialni delavec se mora zavzemati za stare ljudi, skrbeti, da se jim zagotovi primerno oskrbo, jim posredovati informacije, ki so potrebne za premagovanje stisk, hkrati pa mora predstavljati osebo, na katero se lahko star človek obrne v vsakem trenutku bivanja v domu za stare. Socialno delo ima pomembno vlogo v življenju ljudi v instituciji. Pomembno je, da se v središče pomoči postavlja človeka in da se ga razume kot eksperta iz izkušenj. Treba je prisluhniti željam ljudi in se jim čim bolj približati.

2 PROBLEM

Z daljšanjem življenjske dobe narašča tudi število ljudi, ki se vključijo v institucionalno varstvo. Pogostokrat se za namestitev odločijo zaradi poslabšanega zdravstvenega stanja, pri nekaterih pa je ta povezana z različnimi stiskami, med katerimi je prisotna tudi osamljenost. Stari ljudje ob smrti partnerjev pogostokrat občutijo osamljenost, življenje se jim naenkrat spremeni in na te spremembe niso pripravljeni. Zavedati se moramo, da odhod starega človeka v dom predstavlja zanj velik stres, saj se mora prilagoditi na novo okolje, nova pravila in novo življenje na sploh. Prilagajanja s sabo pogostokrat prinašajo stiske in osamljenost starih ljudi. Starim ljudem se s prihodom v dom socialna mreža skrči, saj so obiski njihovih prijateljev manjši in socialno mrežo večinoma predstavljajo le njihovi sorodniki. Pomembno vlogo pri delu s starimi ljudmi ima socialna delavka, ki starega človeka podpre in spodbuja, da izrazi svoje želje, ter mu pomaga pri premagovanju različnih stisk, med katerimi je tudi osamljenost.

Med prakso, ki sem jo opravljala v domu v Občini Slovenska Bistrica, sem veliko časa preživela s stanovalci doma. Velikokrat sem opazila, da so nekateri zelo odtujeni, zamišljeni in zaprti vase. V času študija smo se pri nekaterih predmetih veliko pogovarjali o osamljenosti starih ljudi in takrat sem začela razmišljati o stanovalcih doma. Spraševala sem se, ali je njihova odtujenost in zaprtost vase lahko kako povezana z osamljenostjo. V raziskavo sem vključila stanovalce doma, stare med 65 in 70 let, saj me zanimajo ravno začetki njihovega prilagajanja in življenja v domu.

Z raziskavo sem želela raziskati, kako stanovalci razumejo osamljenost, ali se z njo srečujejo tudi sami, na kakšne načine premagujejo osamljenost, kako aktivnosti v domu pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti. Z raziskavo sem želela ugotoviti, kako zelo so stanovalci doma osamljeni in kakšno vlogo ima pri tem življenje v domu. Poleg tega me je zanimalo tudi, kako osamljenost pri stanovalcih opazi socialna delavka in kako jim pomaga pri njenem zmanjševanju.

Z raziskavo sem hotela odgovoriti na naslednja raziskovala vprašanja:

- Kaj si stari ljudje predstavljajo pod pojmom osamljenost?
- Kakšno vlogo predstavlja osamljenost v njihovem življenju?
- Kaj pomaga starim ljudem pri premagovanju osamljenosti?
- Kako vključenost v različne dejavnosti pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?
- Kakšen je odnos socialnih delavcev do osamljenosti in kako jo prepoznajo?
- Kako socialni delavci v institucijah zmanjšujejo osamljenost med starimi ljudmi?

3 METODOLOGIJA

3.1 Vrsta raziskave

Raziskava je kvalitativna, saj sem zbirala besedne opise, ki sem jih analizirala na besedni način (Mesec, 2007, str. 11). Je tudi poizvedovalna ali eksplorativna, saj je bil moj namen odkriti problem, pri tem pa sem gradivo zbirala s pomočjo spraševanja in nisem preučevala celotne populacije, ampak sem se omejila le na manjše število primerov. Poleg tega je raziskava tudi empirična, saj sem zbirala novo, neposredno izkustveno gradivo s spraševanjem (Mesec, 2009, str. 80–84).

3.2 Merski instrument

Za merski instrument sem si izbrala vprašalnik, ki zajema 22 vprašanj odprtega tipa, ki sem ga opravila s stanovalci doma za stare in s socialno delavko. Vprašalnika se nahajata v prilogi 9.1.

Z intervjuji sem raziskovala naslednje teme:

- predstava in doživljanje osamljenosti stanovalcev,
- življenje v domu za stare in s tem povezana osamljenost,
- premagovanje osamljenosti stanovalcev,
- povezanost osamljenosti in aktivnosti v domu ter vključevanje stanovalcev v njih,
- odnos socialne delavke do stanovalcev in prepoznavanje osamljenosti,
- vloga socialne delavke pri zmanjševanju osamljenosti.

3.3 Metoda zbiranja podatkov

Podatke sem zbirala z metodo delno standardiziranega intervjuja, ki sem ga opravila individualno in po telefonu. Glavna vprašanja sem imela določena vnaprej, hkrati pa sem postavljala tudi dodatna vprašanja, če je bilo to potrebno.

3.4 Populacija in vzorčenje

Populacija moje raziskave so stari ljudje, stari med 65 in 70 let, ki niso na oddelku za demenco in v času od 1. 2. 2020 do 1. 6. 2020 živijo v domu za stare v Občini Slovenska Bistrica, in socialna delavka, ki je v tem časovnem obdobju zaposlena v tem domu za stare.

Vzorec moje raziskave je neslučajnostni in priročni, saj sem v raziskavo vključila ljudi, ki so mi najbolj dostopni (Mesec, 2009, str. 153). Vzorec predstavlja osem stanovalcev, od tega štiri ženske in štiri moške, in eno socialno delavko doma za stare v Občini Slovenska Bistrica. Raziskavo sem opravila v domu, kjer sem opravljala tudi prakso, tako da so me stanovalci in socialna delavka že poznali in sem z njimi imela že vzpostavljen dober odnos.

Starostni razpon stanovalcev je med 65 in 70 let. Vsi stanovalci in stanovalke, s katerimi sem izvedla intervju, bivajo v domu eno leto ali več.

3.5 Zbiranje podatkov

Podatke sem zbirala od 1. 2. 2020 do 1. 5. 2020 v domu za stare v Občini Slovenska Bistrica. Intervjuje sem opravila z osmimi stanovalci in stanovalkami. Vsak intervju je trajal približno eno uro, opravila pa sem jih v sobah stanovalcev, saj so sami tako želeli. Pogovor sem ob privolitvi stanovalcev tudi snemala in ga doma zapisala na računalnik. Tako je pogovor tekel brez prekinitev, saj ni bilo potrebe po zapisovanju. Vsakemu stanovalcu posebej sem se prilagodila in postavljala podvprašanja, če je bilo to potrebno. Nekatere intervjuje sem po predhodnem soglasju stanovalcev in stanovalk izvedla po telefonu, pogovor pa sem sproti zapisovala na računalnik.

Intervju s socialno delavko sem izvedla osebno po predhodnem dogovoru. Z njeno privolitvijo sem le-tega snemala in ga kasneje doma zapisala na računalnik.

3.6 Obdelava podatkov

Posnete intervjuje sem zapisala na računalnik, tiste, ki sem jih izvedla po telefonu, pa sem zapisovala sproti. Vsi zapisi intervjujev so tudi priloženi v prilogi. Zapisano gradivo sem kvalitativno analizirala. Najprej sem določila enote kodiranja, nato sem odprto kodirala s pripisovanjem relevantnih pojmov, kategorij, nadkategorij in tem, na koncu pa sem izvedla še osno kodiranje.

Intervjuje stanovalcev sem označila s črkami od A do H, intervju socialne delavke pa je označen s črko U (npr. Intervju U).

Primer obdelave gradiva:

- a. Izpis relevantnih pojmov

V vsakem intervjuju sem označila relevantne dele besedila, ki so se navezovali na vprašanje.

Primer: Intervju D

Kako razumete pojem osamljenost?

/Osamljenost je nekaj groznega/ (D1), /je občutek da si sam/ (D2). Tega res ne privoščim nikomur. /Osamljenost je bolezen/ (D3).

b. Izpis enot kodiranja v tabelo in odprto kodiranje

V naslednjem koraku sem izvedla odprto kodiranje. Označene izjave sem prepisala v tabelo in jim določila pojme, kategorije in teme raziskovanja.

Preglednica 1: Primer odprtega kodiranja

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
D1	Osamljenost je nekaj groznega	Nekaj groznega	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D2	Je občutek, da si sam	Je občutek	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D3	Osamljenost je bolezen	Bolezen	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti

c. Osno kodiranje

Sledilo je osno kodiranje, kjer sem kategorijam pripisala teme raziskovanja .

Primer: Predstava in doživljanje osamljenosti

Predstava o osamljenosti:

- osamljenost kot občutek (D2),
- osamljenost kot del človeka,
- osamljenost kot bolezen (D3),
- najhujša stvar (D1),
- negativna stvar,
- osamljenost kot čustvo,
- brez moči.

3.7 Definiranje pojmov

Za boljše razumevanje rezultatov sem definirala pojme in jih razdelila v šest sklopov.

- Predstava in doživljanje osamljenosti

V tem delu me je zanimalo, kako intervjuvanci razumejo osamljenost ter kje so pridobili informacije in znanje o osamljenosti. Zanimalo me je, kako intervjuvanci občutijo osamljenost in kakšne znake povezujejo z osamljenostjo pri sostanovalcih.

- Življenje v domu

Zanimalo me je, zakaj so se intervjuvanci odločili za življenje v domu za stare in ali je s tem kako povezana tudi osamljenost. Zanimalo me je, kako življenje v domu vpliva na osamljenost oziroma kako pomaga pri odpravljanju le-te. V tem delu sem raziskovala tudi o dejavnostih, ki po mnenju intervjuvancev zmanjšujejo osamljenost, in o medsebojni pomoči stanovalcev, kako si pomagajo v trenutkih osamljenosti.

- Premagovanje osamljenosti

V tem delu so me zanimale strategije oziroma načini, s katerimi si intervjuvanci pomagajo pri premagovanju osamljenosti. Zanimalo me je, kateri prostor jih v trenutkih stisk pomirja ter kako druženje v domu pomaga pri zmanjševanju osamljenosti. Prav tako me je zanimalo, ali se o osamljenosti pogovarjajo stanovalci med sabo, z zaposlenimi ali tudi s sorodniki.

- Dejavnosti v domu

Zanimalo me je, kako pogosto se intervjuvanci vključujejo v dejavnosti, ki jih organizira dom, in katere izmed teh so njim najljubše. Zanimalo me je tudi, katere dejavnosti jim pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti.

- Odnos socialne delavke do stanovalcev

V tem delu me je zanimalo, kdaj se stanovalci obrnejo po pomoč k socialni delavki, kako jim ta pomaga in jih podpre v trenutkih osamljenosti.

- Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti

Zanimalo me je, kako pogosto se intervjuvanci o osamljenosti pogovarjajo s socialno delavko in kako jim ta pomaga pri ohranjanju njihove socialne mreže. Zanimalo me je, kaj intervjuvanci razumejo kot delo in naloge socialne delavke ter kakšne so njihove želje pri zmanjševanju osamljenosti s strani socialne delavke.

4 REZULTATI

4.1 Predstava in doživljanje osamljenosti

Rezultati raziskave so pokazali, da večina intervjuvancev osamljenost razume kot občutek, čustvo in kot najhujšo stvar, ki se lahko zgodi v življenju. Nekateri osamljenost razumejo tudi kot bolezen ali del človeka. Socialna delavka osamljenost razume kot občutek, ko je človek sam in nima sočloveka, na katerega bi se lahko naslonil v trenutkih slabosti. Poleg tega socialna delavka meni, da stanovalci o osamljenosti ne razmišljajo oziroma jo velikokrat skušajo prikriti (*»Starejši bodo to nekako zakrili« U3*).

O osamljenosti je večina intervjuvancev pridobila informacije in znanje preko različnih medijev, najpogosteje televizije in časopisa. Dva intervjuvanca sta veliko izvedela o osamljenosti tekom življenja v domu za stare (*»Veliko sem o osamljenosti izvedel v domu« D4*).

Intervjuvanci so naštevali različne znake, ki so po njihovem mnenju pokazatelji osamljenosti pri sostanovalcih. Večina njih kot znak osamljenosti vidi žalost, ko stanovalci jočejo, zaprtost vase in manjše besedno sporazumevanje. Poleg teh večina navaja tudi odtujenost sostanovalcev in zapiranje v svojo sobo. Kot znake osamljenosti pa so nekateri navedli tudi spremenjeno mimiko obraza in izogibanje družbi. Socialna delavka kot znake osamljenosti navaja spremenjeno zdravstveno stanje stanovalcev, pojav depresije ali neprimerna ravnanja stanovalcev, kot je na primer prekomerno uživanje alkoholnih pijač, agresivno vedenje, ki vodi v konflikt, ali pa zapiranje vase.

Intervjuvanci doživljajo osamljenost na različne načine. Kot pove eden od intervjuvancev, je to odvisno od dneva. Pri večini se pojavi žalost, ki je posledica različnih stvari. Nekateri razmišljajo o svojem življenju, pokojnih partnerjih ali pa se spominjajo svojih najdražjih. Večina intervjuvancev se zbujata sredi noči, oteženo diha ali pa osamljenost doživlja v trenutkih samote, ko nimajo nikogar ob sebi. V trenutkih osamljenosti so nekateri intervjuvanci povsem brez energije, pojavijo se različne bolečine, ne morejo se pogovarjati in njihovo razpoloženje se spremeni. Socialna delavka opaža, da imajo stanovalci, ki doživljajo osamljenost, težave s spanjem, saj občutijo stisko, ki jih bremeni, da se osamljenost pri stanovalcih poveča, ko ti razmišljajo o življenju doma in kako so se lepo imeli. Poleg tega opaža, da se osamljenost poveča pri vdovah in vdovcih v trenutkih, ko razmišljajo o svojih pokojnih partnerjih in partnerkah.

4.2 Življenje v domu

Z raziskavo sem ugotovila, da se je večina intervjuvancev odločila za prihod v institucionalno varstvo iz zdravstvenih razlogov. Pri eni od intervjuvank je bila ta odločitev zelo nenadna in nepričakovana. Pri treh intervjuvancih je bil razlog za prihod v dom za stare vdovstvo. Ostali so sami in niso znali poskrbeti za gospodinjska dela, zato so se odločili za prihod v dom za stare. Kljub temu da večina intervjuvancev navaja, da so se za prihod v institucionalno varstvo odločili izključno iz zdravstvenih razlogov in osamljenost s tem nima nobene povezave, so njihove nadaljnje izjave pokazale, da tudi oni doživljajo osamljenost. Socialna delavka se strinja z večino, da se za prihod v institucionalno varstvo ljudje odločajo na podlagi poslabšanega zdravstvenega stanja. Vodilno vlogo po njenem mnenju osamljenost igra v primerih, ko se stanovalci za prihod v dom odločijo zaradi smrti svojega partnerja ali partnerice (*»...če je stanovalec vdovec ali stanovalka vdova, potem je razlog za namestitev velikokrat v osamljenosti« U11*).

Večina intervjuvancev meni, da dom za stare pomaga pri premagovanju osamljenosti (*»Vsi v domu se trudijo, da se mi ne bi počutili osamljene« F12*). Tudi socialna delavka meni, da v domu stremijo k temu, da se osamljenost stanovalcev zmanjša. To uresničujejo s pomočjo delovne terapije in z druženji, ki stanovalcem pomagajo, da se osamljenost zmanjša. Eden od intervjuvancev meni, da dom za stare ne odpravlja osamljenosti v celoti (*»Dom ni moj domači dom in zato ne vem, če povsem odpravlja osamljenost« G14*). Vsi intervjuvanci menijo, da je delovna terapija najboljša domska aktivnost, ki pomaga pri zmanjševanju osamljenosti. Poleg te so štirje intervjuvanci kot dejavnost, ki zmanjšuje osamljenost, navedli tudi skupino za samopomoč, trije pa društvo za terapevtske in delovne pse Tera - Psi. Poleg teh dejavnosti sta dva intervjuvanca dodala še fizioterapijo, ki jima pomaga pri izboljšanju zdravstvenega stanja, različne prireditve in izlete, kjer se stanovalci med seboj družijo. Ena od intervjuvank meni, da ji pri premagovanju osamljenosti najbolj pomagajo molitvene urice. Socialna delavka navaja različne domske aktivnosti, ki pomagajo pri zmanjševanju oziroma odpravljanju osamljenosti. Te dejavnosti so delovna terapija, fizioterapija, skupina za samopomoč ter družabne in verske aktivnosti.

Stanovalci si pri premagovanju osamljenosti medsebojno pomagajo na različne načine. Večina intervjuvancev sostanovalcem pomaga tako, da jim prisluhnejo, jih potolažijo in kdaj tudi objamejo. Poleg vsega naštetega pa so nekateri dodali še druženje ob kavi (*»Jaz pomagam svojemu sostanovalcu tako, da ga večkrat povabim na kavico v dvorano« B18*), spodbudne besede, ki sostanovalce opolnomočijo, in medsebojno pomoč.

4.3 Premagovanje osamljenosti

Na podlagi rezultatov sem spoznala različne načine oziroma strategije premagovanja osamljenosti pri intervjuvancih. Štirje intervjuvanci se v trenutku osamljenosti predajo veri in molitvi, nekateri se poslužujejo različnih tehnik sproščanja, berejo knjige, se družijo s prijatelji ali pa so raje sami. Poleg vsega naštetega se nekateri intervjuvanci poslužujejo tudi drugih načinov premagovanja osamljenosti, kot so sprehodi, telovadba, kvačkanje ali ples (*»Ko sem osamljena, grem kvačkati« C21*). Socialna delavka kot načine premagovanja osamljenosti vidi v udeleževanju domskih aktivnosti in v obiskih sorodnikov, ki so zelo pomembni za stanovalce (*»...obiski svojcev, ki stanovalce pomirjajo« U19*).

O osamljenosti se večina intervjuvancev največ pogovarja s stanovalci, s katerimi si delijo sobo (*»O osamljenosti najbolj govorim s sostanovalcem v sobi, ko sva sama« G19*). Dva stanovalca o osamljenosti govorita z vsemi stanovalci doma za stare. Eden izmed intervjuvancev o osamljenosti s stanovalci ne govori, saj je to po njegovem mnenju zelo težka tema, ki je ne načenja v družbi. Prav tako se večina intervjuvancev brez težav o osamljenosti pogovarja z zaposlenimi, s katerimi podelijo svoje težave in stiske (*»Zaposlenim včasih kar na hodniku povem, kaj me teži« E23*). Dva od intervjuvancev pa o osamljenosti ne želita govoriti z zaposlenimi, saj so po njunem mnenju že dovolj obremenjeni z delom, ki ga imajo. Večina intervjuvancev o osamljenosti ne želi govoriti s sorodniki, saj menijo, da sorodnike s tem ne smejo obremenjevati oziroma da se lahko z njimi pogovarjajo zgolj o lepih in pozitivnih stvareh. Kljub temu pa dva intervjuvanca o osamljenosti brez težav spregovorita tudi s sorodniki in jim priznata, da občutita osamljenost in stisko (*»Imam sina, tri vnukinje in štiri pravnukinje, včasih jim povem, če sem žalosten ali pa osamljen« B26*). Socialna delavka meni, da se stanovalci največ o osamljenosti pogovarjajo med seboj in se na takšen način podprejo. Medtem ko se stanovalci z zaposlenimi redko neposredno pogovarjajo o osamljenosti. Prav tako vidi, da se ob pogovoru s sorodniki tej temi raje izognejo.

V trenutkih osamljenosti je večina intervjuvancev najraje v svoji sobi. Nekateri čas preživljajo v dvorani ali pa v kapeli. Eden od intervjuvancev je v trenutkih osamljenosti najraje na svežem zraku, drugi na terasi, kjer imajo zajce, tretji na kavi s prijatelji, ena od intervjuvank pa se zamoti na gospodinjski enoti, kjer pomaga gospodinjam pri pripravi miz za kosilo ali večerjo (*»...na terasi božam zajčke« E26*). Tudi socialna delavka meni, da v trenutkih osamljenosti stanovalci najraje ostanejo v sobi, gredo v kapelo ali pa na sprehod v park. Veliko pa jim pomeni tudi odhod v domač kraj med vikendi.

Stanovalci se v domu za stare veliko družijo in vsi menijo, da druženje pomaga pri premagovanju osamljenosti, saj takrat čas hitreje mine in ne razmišljajo o osamljenosti (*»Mislim, da s tem, ko se med seboj družimo, pozabimo na skrbi in postanemo bolj veseli« A29*). Nekateri od intervjuvancev druženje občutijo kot tolažbo, saj lahko spregovorijo o svojih težavah in jim drugi prisluhnejo. Poleg tega je eden od intervjuvancev mnenja, da druženje odžene slabo voljo in tudi socialna delavka meni, da druženje zmanjšuje osamljenost (*»Mislim, da s tem, ko se družijo, ne mislijo toliko na osamljenost« U27*).

4.4 Dejavnosti v domu

Vsi intervjuvanci se vključujejo v dejavnosti, ki jih organizira dom. To opaza tudi socialna delavka, ki vidi, da se stanovalci pogosto vključujejo v domske aktivnosti. Med dejavnostmi, ki jih dom ponuja, se večina intervjuvancev udeležuje delovne terapije in skupine za samopomoč. Trije intervjuvanci imajo najraje fizioterapijo, kjer krepijo svoje telo. Dva intervjuvanca se najraje udeležujeta pevskega zbora. Poleg teh dejavnosti pa je ena od intervjuvank izpostavila tudi ples, ki jo spremlja že vse življenje. Eden od intervjuvancev je kot najljubšo dejavnost izpostavil tudi šahovski krožek. Socialna delavka med dejavnosti navaja prireditve, piknike, izlete, domsko trgatve in praznovanje novega leta. Vsi intervjuvanci so z dejavnostmi, ki jih dom ponuja, zadovoljni. Od teh je večina mnenja, da aktivnosti pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti in spodbujajo družabništvo med stanovalci. Tudi socialna delavka meni, da dejavnosti pomagajo pri odpravljanju osamljenosti.

4.5 Odnos socialne delavke do stanovalcev

Intervjuvanci se na socialno delavko obračajo v različnih trenutkih. Večina intervjuvancev potrebuje pomoč socialne delavke, ko je treba rešiti kakšno dokumentacijo, na katero se sami ne spoznajo v tolikšni meri kot ona. To navaja tudi socialna delavka. Prav tako potrebujejo pomoč, če pride do kakšnega konflikta, ki ga skupaj s pogovorom razrešijo. Prav tako je ena od intervjuvank potrebovala več pomoči na začetku bivanja v domu, saj je bilo to novo okolje, na katerega se je morala prilagoditi (*»Na začetku sem bila več pri njej, saj sem potrebovala malo več pomoči v domu« A34*).

Na vprašanje, kako jih socialna delavka podpre pri premagovanju osamljenosti, sem dobila različne rezultate. Eden od intervjuvancev ne potrebuje podpore socialne delavke, saj meni, da je ta že dovolj obremenjena z drugim delom (*»Ne obračam se na njo« E36*). Večina intervjuvancev vidi podporo socialne delavke v tem, da jih posluša in da jih zna potolažiti. Poleg tega dva intervjuvanca podporo pri premagovanju osamljenosti vidita v tem, da jih

socialna delavka objame ali prime za roko. Spet drugi pa podporo razumejo kot pogovor, ki jim ga socialna delavka nameni, kot nasvet, ki ga od nje dobijo, ali kot spodbudno besedo. Socialna delavka meni, da je ključnega pomena to, da zna stanovalcem prisluhiniti.

Socialna delavka na različne načine pomaga intervjuvancem pri premagovanju osamljenosti. Eden od intervjuvancev meni, da mora za to poskrbeti sam in da ne potrebuje pomoči socialne delavke. Večina intervjuvancev je izpostavila spodbudne besede, ki jim jih nameni socialna delavka v trenutkih, ko so ti žalostni (*»...prijazne besede...« B39*). Dvema intervjuvancema veliko pomeni pogovor, ki ga imata s socialno delavko. Poleg tega intervjuvancem pri premagovanju osamljenosti pomaga še veliko drugih stvari, kot so objem, obisk v sobi, tolažba in to, da jim socialna delavka zares prisluhne. Socialna delavka vidi svojo pomoč pri premagovanju osamljenosti v tem, da stanovalce motivira na način, da se vključijo v domske dejavnosti in da se družijo s sostanovalci. Nameni jim spodbudne besede, se z njimi pogovarja in organizira prostovoljstvo, ki se ga stanovalci vedno razveselijo.

4.6 Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti

Socialno delo ima pomembno vlogo pri zmanjševanju osamljenosti. Ena od intervjuvank je povedala, da se je o osamljenosti veliko pogovarjala s socialno delavko ob prihodu v dom za stare (*»Ko sem prišla v dom, sva pa se veliko pogovarjale o osamljenosti« H46*). Štirje intervjuvanci so izpostavili, da se o osamljenosti pogovarjajo le na njihovo željo, saj je to ena težjih tem. Kljub temu pa je večina intervjuvancev povedala, da se o osamljenosti ne pogovarjajo s socialno delavko, saj menijo, da to ni njena stvar, s katero bi se morala spoprijemati. Tudi socialna delavka potrjuje, da se stanovalci o osamljenosti z njo redko pogovarjajo (*»Redko se pogovarjamo konkretno o osamljenosti« U41*).

Kljub temu da večina intervjuvancev nima posebnih želja glede pomoči socialne delavke pri premagovanju osamljenosti, pa si ena stanovalka želi večjo dostopnost socialne delavke, saj pridejo trenutki, ko potrebujejo njeno pomoč. Dva intervjuvanca pogrešata obiske socialne delavke po sobah, ki so jih vedno veseli, prav tako pa si eden od intervjuvancev želi več pogovora na temo osamljenosti s socialno delavko.

Socialna mreža starega človeka je velikokrat majhna in jo je treba bolj negovati in ohranjati. Socialna delavka pomaga intervjuvancem na način, da organizira in spodbuja druženja med stanovalci, prav tako pa skrbi za ohranjanje stikov stanovalcev in sorodnikov, ki so še kako pomembni. Pri ohranjanju socialnih mrež socialna delavka pomaga na način, da s sorodniki ohranja stike in jih vabi na različne dogodke, ki potekajo v domu za stare (*»...svojce vabimo*

tudi na neformalna druženja v Dom« U43). Večina intervjuvancev za svojo socialno mrežo skrbi sama, medtem ko ostalim socialna delavka pri ohranjanju te pomaga na način, da organizira različna druženja in kontaktira sorodnike.

Delo socialne delavke je zelo raznoliko in zajema različne naloge. Večina intervjuvancev meni, da je delo socialne delavke vezano na urejanje dokumentacije (*»Njeno delo vključuje veliko papirjev« G38*) in reševanje različnih konfliktov, do katerih prihaja v domu za stare. Dva od intervjuvancev vidita delo socialne delavke v skrbi za dobre medsebojne odnose med stanovalci in v skrbi za njihovo dobrobit, takšnega mnenja pa je tudi socialna delavka, ki nudi pomoč stanovalcem in skrbi, da so zadovoljni z življenjem v domu. Poleg tega so intervjuvanci navajali še druge naloge, ki se tičejo pomoči ob premagovanju stisk, s katerimi se spopadajo stanovalci, podajanju informacij, ki stanovalce zanimajo, pisanju poročil, svetovanju, udeleževanju na različnih sestankih in prisotnostjo ob sprejemu stanovalcev v dom za stare.

5 RAZPRAVA

Stanovalci osamljenost razumejo na različne načine, najpogosteje jo definirajo kot občutek, ko je človek sam in nima nikogar ob sebi. Prav o tem govori tudi Mali (2008, str. 183), ki pravi, da je človek biološko in psihološko bitje, a tudi socialno, tako da težko živi sam. V nekaterih primerih stanovalci osamljenost definirajo kot bolezen ali kot čustvo, ki se pojavi v človeku. Stanovalci so največ izvedeli o osamljenosti prek medijev, ob gledanju televizije, poslušanju radia in prebiranju časopisa. Poleg tega pa so o osamljenosti veliko izvedeli v domu za stare skozi pogovore s stanovalci in zaposlenimi. Najpogostejši znaki osamljenosti, ki jih opazijo stanovalci pri drugih, so žalost, zaprtost vase in manjša družabnost. Poleg teh znakov stanovalci navajajo tudi odtujenost sostanovalcev in spremenjeno mimiko obraza. Ramovš (2003, str. 104) osamljenost enači s hudo telesno podhranjenostjo, kjer oseba izgubi tek, pojavijo se lahko težave s spancem in pogostokrat različne bolezni. Socialna delavka se vsak dan srečuje s stanovalci in jih že dovolj dobro pozna, da lahko oceni, kdo od njih je osamljen in kdo ne. Znaki osamljenosti, ki jih prepozna, so poslabšano zdravstveno stanje stanovalcev, depresija ali neprimerno vedenje. Stanovalci doživljajo osamljenost na različne načine. Najpogosteje se ta pojavi v trenutkih samote, ob večerih, ko razmišljajo o svojem življenju, pokojnih partnerjih ali sorodnikih. V trenutkih osamljenosti stanovalci oteženo dihalo, pojavljajo pa se tudi bolečine v prsih. Osamljenost pušča različne posledice na stanovalcih, njihovo razpoloženje zelo niha, velikokrat so brez energije in volje do življenja.

Večina stanovalcev se je za prihod v dom odločila izključno iz zdravstvenih razlogov. Poslabšano zdravstveno stanje je ljudi nepričakovano prisililo, da vstopijo v institucionalno varstvo, saj sami zase ne zmorejo več skrbeti. O tem piše tudi Mali (2002, str. 321), ki pravi, da odhod v dom predstavlja »izhod v sili«, saj ljudje ne zmorejo več skrbeti sami zase, prav tako pa tudi ne svojci. Stanovalci in stanovalke, čigar parterji so umrli, so se v institucionalno varstvo vključili zaradi osamljenosti. Opravljanje gospodinjskih del je za nekatere predstavljalo izziv in so se raje odločili za namestitev v dom za stare. Večina stanovalcev meni, da se v domu s pomočjo različnih dejavnosti osamljenost zmanjša oziroma izgine. Kljub temu pa en stanovalec meni, da dom za stare ne more nadomestiti njegovega domačega doma in zato tudi ne zmanjšuje osamljenosti. Mali (2006, str. 19) pravi, da se morajo v domu za stare oblikovati kompromisi in da se mora gledati na želje večine. Ravno zato je nemogoče pričarati občutek prvotnega doma.

V domu za stare ves dan potekajo različne aktivnosti. Stanovalci so izpostavili tiste, za katere menijo, da jim najbolj pomagajo pri premagovanju osamljenosti. To je delovna terapija, kjer se

družijo in zabavajo. Velik pomen pripisujejo tudi skupini za samopomoč, kjer se stanovalci med seboj spodbujajo in poslušajo. Aktivnosti v domu skušajo čim bolj prilagoditi potrebam ljudi, vendar so še vedno najbolj dostopne stanovalcem, ki so samostojni in gibljivi. Poleg tega je nekaj stanovalcev izpostavilo tudi fizioterapijo, kjer krepijo svoje mišice in skrbijo za svoje telo. Veliko stanovalcev je izpostavilo tudi društvo za terapevtske in delovne pse Tera - Psi, saj jih živali pomirjajo in na takšen način zmanjšujejo osamljenost. Lahko bi rekla, da imajo živali pomirjajoč vpliv na stanovalce in pripomorejo k boljši volji. Pomembno vlogo ima tudi vera, tako se nekateri stanovalci udeležujejo molitvenih uric in na ta način odpravljajo osamljenost. Poleg teh dejavnosti je socialna delavka izpostavila tudi različne prireditve, izlete, trgatev in praznovanje novega leta. Lahko bi rekla, da je bistvo vseh aktivnosti v tem, da se spodbuja druženje stanovalcev in s tem zmanjšuje osamljenost ter da se ohranja in krepi njihove spretnosti. Stanovalci si v trenutkih osamljenosti medsebojno pomagajo na različen način. Večina sostanovalcem pomaga s pogovori, odprtim pristopom, tolažbo in objemom.

Kljub temu da so se za prihod v institucionalno varstvo stanovalci v večini odločali na podlagi poslabšanega zdravstvenega stanja, se tekom življenja v domu za stare osamljenost pojavlja pri večini. Pri premagovanju osamljenosti si stanovalci pomagajo z različnimi strategijami oziroma načini. Velikokrat si pomagajo z molitvijo, saj jih ta pomirja, poslužujejo se tudi tehnik sproščanja, ki jih prav tako pomirjajo, nekateri stanovalci berejo knjige, kvačkajo, se družijo z ostalimi v domu ali pa si najdejo kakšno drugo zaposlitev. Poleg tega hodijo tudi na sprehode, telovadijo, plešejo in pojejo. Vse je seveda odvisno od zmožnosti stanovalcev in kaj jim v tistem trenutku najbolj pomaga. Veliko pa jim pomenijo obiski sorodnikov, ki se jih vedno razveselijo. O osamljenosti se stanovalci najlažje pogovarjajo med seboj, saj se lahko poistovetijo s sogovornikom in jim je lažje, ko vidijo, da niso edini. O osamljenosti težje spregovorijo s svojci, saj verjamejo, da je tema o osamljenosti ena težjih in se je raje izogibajo. Kljub temu da večina stanovalcev navaja, da se o osamljenosti pogovarjajo z zaposlenimi, se s tem ne strinja socialna delavka, ki pravi, da se stanovalci redko neposredno pogovarjajo o osamljenosti. V trenutkih osamljenosti so stanovalci najraje v svoji sobi, nekateri pa tisti čas preživijo v kapeli ali v družbi. Zelo pomembno je, da se stanovalci med seboj družijo in podpirajo, saj, tako kot pišejo Flaker idr. (2008, str. 306), vključitev v institucionalno varstvo pomembno vpliva na velikost socialnih mrež. Stiki v institucijah se zmanjšujejo in s tem tudi socialne mreže. Ob druženju čas hitreje mine in stanovalci ne mislijo na osamljenosti. Nekateri stanovalci druženje doživljajo kot tolažbo, saj lahko spregovorijo o svojih stiskah.

Aktivnosti, ki jih organizira dom za stare, se stanovalci pogosto udeležujejo in so z njimi tudi zadovoljni. Najraje se udeležujejo delovne terapije, sledi skupina za samopomoč, fizioterapija in pevski zbor. Poleg teh so nekateri stanovalci izpostavili tudi izlete, ples in šahovski krožek.

V domu za stare je zelo pomemben dober odnos, medsebojno spoštovanje in sodelovanje med socialno delavko in stanovalci. Stanovalci se na njo obračajo v različnih primerih. Največkrat je to takrat, ko potrebujejo pomoč z dokumentacijo ali pri reševanju konfliktov. Poleg tega je zelo pomembna podpora socialne delavke v začetni fazi bivanja v domu, ko se morajo stanovalci prilagoditi na novo življenje. Kot pravi Mali (2006, str. 320), je prilagajanje v starosti veliko težje in zato stanovalci potrebujejo več časa. Zelo pomembna je podpora in pomoč socialne delavke v trenutkih, ko so stanovalci osamljeni. Stanovalci so povedali, da jih socialna delavka podpre na različne načine. Za večino je dovolj že to, da jim prisluhne in jih potolaži. Nekaterim stanovalcem veliko pomeni objem ali stisk roke, saj jih to pomirja. Poleg tega pa so jim v veliko pomoč spodbudne besede, ki jih dobijo s strani socialne delavke. Kot pravi Mali (2002, str. 320), zaposleni, ki bodo znali prisluhniti stanovalcem in ki bodo prepoznali njihove težave ob prilagajanju, jim bodo znali tudi najbolje pomagati. Socialna delavka je izpostavila, da stanovalcem najbolj pomaga to, da jih posluša, tako da lahko oni brez zadržkov govorijo o svojih stiskah in pri tem niso obsojani.

Stanovalci se redko o osamljenosti pogovarjajo s socialno delavko, razen če temo sami načnejo, kar je potrdila tudi ona. Veliko jih meni, da ima socialna delavka pomembnejše delo ter da tema ni primerna. Stanovalci so v večini zadovoljni z delom socialne delavke, vendar si želijo večjo dostopnost te v trenutkih, ko so nemočni in jo resnično potrebujejo, poleg tega pogrešajo obiske v sobi in več pogovorov o osamljenosti. Socialna delavka na različne načine pomaga stanovalcem pri ohranjanju njihovih socialnih mrež. Milošević-Arnold (2000, str. 253) pravi, da so socialne mreže starega človeka drugačne kot pri mlajših generacijah in da so veliko ožje. Ravno zato je zelo pomembno, da socialna delavka spodbuja stanovalce, da se med seboj družijo, kar sem skozi intervjuje tudi videla, da dela. Poleg tega ureja stike s svojci in na takšen način ohranja socialno mrežo stanovalcev, saj, kot pravi Čačinovič Vogrinčič (2000, str. 290), družinskih vezi ni mogoče nadomestiti in jih je treba ohranjati in negovati. Stanovalci razumejo delo socialne delavke zelo različno. Večina vidi kot glavno delo socialne delavke urejanje dokumentov in reševanje konfliktov, ki se pojavijo med stanovalci, socialna delavka pa kot svojo glavno nalogo prepoznava skrb za dobrobit vseh stanovalcev v domu.

6 SKLEPI

- Stanovalci razumejo pojem osamljenost na različne načine, večinoma osamljenost za njih predstavlja občutek, ki ga človek nosi v sebi oziroma občutek, ko je človek sam.
- Stanovalci so o osamljenosti že veliko slišali, največ v medijih, nekateri pa tudi tekom življenja v domu za stare. Po mnenju socialne delavke stanovalci o osamljenosti ne razmišljajo oziroma jo prikrivajo.
- Stanovalci zaznavajo različne znake osamljenosti pri sostanovalcih, najpogosteje osamljenost povezujejo z žalostjo stanovalcev, zapiranjem vase, odtujenostjo in odmikom od družbe. Socialna delavka kot znake osamljenosti navaja poslabšano zdravstveno stanje stanovalcev, depresijo in spremenjeno vedenje.
- Osamljenost stanovalci pogostokrat doživljajo zvečer, ko so sami. Pojavljajo se težave s spancem in bolečine v prsih.
- Vzroki za osamljenost pri stanovalcih so samota, misel na pokojne partnerje, domač dom in sorodnike, s katerimi želijo biti.
- Stanovalci so se po večini odločili za namestitev v institucionalno varstvo zaradi poslabšanega zdravstvenega stanja. Prihod v dom zaradi osamljenosti je povezan z izgubo partnerja oziroma partnerke stanovalcev.
- Kljub različnim vzrokom za prihod v dom osamljenost doživljajo vsi stanovalci, vendar na različne načine.
- Stanovalci se v večini strinjajo, da življenje v domu pomaga pri zmanjševanju osamljenosti. Pojavlja pa se tudi dvom glede odpravljanja osamljenosti v domu za stare, saj ta ni primarni dom stanovalcev in se nekateri s tem ne strinjajo v celoti.
- Stanovalci imajo v domu različne dejavnosti, ki zmanjšujejo oziroma odpravljajo osamljenost. Te dejavnosti so delovna terapija, skupina za samopomoč, fizioterapija, društvo za terapevtske in delovne pse Tera - Psi, prireditve, izleti in molitvene urice.
- Stanovalci si v trenutkih osamljenosti medsebojno pomagajo tako, da se med seboj pogovarjajo in poslušajo, tolažijo, objamejo ali si namenijo spodbudne besede.
- Stanovalci osamljenost premagujejo na različne načine. Velik pomen ima vera, uporabljajo različne tehnike sproščanja, tako da večkrat globoko vdihnejo in se umirijo. Pomembno pa je tudi druženje in pogovor s stanovalci. Poleg tega si nekateri čas zapolnijo z branjem knjig, kvačkanjem, telovadbo in sprehodi.
- Stanovalci se o osamljenosti najlažje pogovarjajo med seboj.
- Z zaposlenimi o osamljenosti spregovorijo le, če sami načnejo to temo.

- Socialna delavka opaza, da so pogovori o osamljenosti med zaposlenimi in stanovalci redki.
- O osamljenosti se večina stanovalcev z družino ne pogovarja in se tej temi raje izognejo.
- V trenutkih osamljenosti so stanovalci najraje v svoji sobi, kapeli ali pa se družijo v dvorani.
- Vsi stanovalci se strinjajo, da se z druženjem osamljenost zmanjšuje.
- Stanovalci se aktivnosti v domu udeležujejo vsak dan z izjemami.
- Stanovalci se najraje udeležujejo delovne terapije, skupine za samopomoč, fizioterapije in pevskega zbora.
- Vsi stanovalci se strinjajo, da aktivnosti pomagajo pri zmanjševanju oziroma odpravljanju osamljenosti.
- Na socialno delavko se stanovalci najpogosteje obračajo, ko potrebujejo pomoč pri reševanju dokumentacije ali pri reševanju konfliktov.
- Socialna delavka stanovalce podpre tako, da jih posluša, potolaži ali objame.
- Socialna delavka stanovalcem pomaga pri premagovanju osamljenosti tako, da jim nameni spodbudne besede, jih obišče v sobi ali se z njimi pogovori ob kavi.
- Socialna delavka si prizadeva za zmanjševanje osamljenosti s sodelovanjem s svojci stanovalcev, spodbuja stanovalce k druženju in vključevanju v aktivnosti, poleg tega pa organizira prostovoljstva, ki stanovalcem veliko pomenijo.
- O osamljenosti stanovalci s socialno delavko govorijo le, če sami to želijo.
- Stanovalci si želijo večjo dostopnost socialne delavke, več obiskov v sobi in več pogovorov o osamljenosti.
- Stanovalci v večini sami skrbijo za svoje socialne mreže, socialna delavka jim pri tem pomaga na način, da kontaktira svojce in stanovalce spodbuja k druženju.
- Socialna delavka po mnenju stanovalcev ureja dokumente, rešuje medsebojne konflikte, skrbi za dobre medsebojne odnose in dobrobit vseh stanovalcev.

7 PREDLOGI

- Kljub temu da imajo v domu za stare veliko različnih dejavnosti, bi bilo prav, da se stanovalcem bolj prilagajajo glede njihovih želja, zmožnosti in da bodo tako bolj dostopne tudi tistim, ki imajo različne zdravstvene težave. Predlagam, da se pred oblikovanjem dejavnosti delovna terapevtka sestane s stanovalci in jim na takšen način omogoči, da izrazijo svoje želje. Tako bi stanovalci sodelovali pri organiziranju dejavnosti, ki bi potekale v domu za stare. Na takšen način bodo dejavnosti primerne za vse stanovalce, ki se jih bodo udeleževali.
- Socialna delavka mora biti dostopna stanovalcem in jim prisluhniti v trenutkih, ko doživljajo stisko. Predlagam, da se organizira posebna druženja, kjer se bodo stanovalci in socialna delavka pogovarjali o osamljenosti in različnih načinih premagovanja le-te. Poleg tega predlagam, da socialna delavka večkrat stanovalce obišče po sobah, saj si tega želijo in jih to osrečuje.
- Socialna delavka se srečuje s stanovalci ves čas in kljub temu da si z njimi izmenja nekaj besed, to ni dovolj. Predlagam več individualnega dela s stanovalci doma za stare. Menim, da je potrebno sprotno preverjanje njihovih potreb in želja, saj bi se lahko na takšen način osamljenost pri njih tudi zmanjšala.
- V domu za stare imajo organizirano tudi prostovoljstvo, vendar je prostovoljcev zelo malo. Med stanovalci je veliko takšnih, ki si želijo prostovoljcev in njihove družbe. Predlagam, da dom za stare bolj sodeluje s šolami in na takšen način spodbudi mlade, da postanejo prostovoljci. Menim, da bi s tem lahko zmanjšali tudi osamljenost.

Predlogi za nadaljnje raziskovanje:

- Menim, da bi bilo dobro, če bi v raziskavo vključila še več stanovalcev in stanovalk. Pri tem bi bilo zanimivo narediti primerjavo med stanovalci, ki v domu za stare živijo šele nekaj let, in med tistimi, ki v domu živijo že deset let ali več. Tako bi videla, ali se osamljenost tekom življenja v domu zmanjšuje v primerjavi z začetki bivanja v domu ali se ta poveča.
- Zanimivo bi bilo raziskati tudi vidike drugih zaposlenih poleg socialne delavke. Pri tem mislim predvsem na medicinsko osebje in gospodinje na enotah, ki so najbolj v stiku s stanovalci doma, in sicer kako oni dojemajo osamljenost, ali jo opazijo pri stanovalcih in kako jim pomagajo. Dobljene intervjuje bi med sabo primerjala in na takšen način videla, ali osamljenost dojemajo kot problem, ki se pojavlja med stanovalci, in kako ga rešujejo.

8 UPORABLJENA LITERATURA

- Accetto, B. (1968). *Staranje, starost in starostno varstvo*. Ljubljana: Republiški odbor Rdečega križa Slovenije.
- Accetto, B. (1987). *Starost in staranje (Osnove medicinske gerontologije)*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Božič Verbič, A. (2019). *Skoraj vsak peti prebivalec Slovenije je starejši od 65 let*. Pridobljeno 20. 4. 2020 s <https://www.stat.si/StatWeb/News/Index/8374>
- Brearley, J. C. (1990). *Working in Residential Homes for Elderly People*. London: Routledge.
- Breznik, D. (2015). Prilagojenost socialnovarstvenih oblik pomoči starih ljudi v Mestni občini Ljubljana. *Socialno delo*, 54 (1), 41–52.
- Burack-Weiss, A., Brennan, F. C. (1991). *Social Work with the Elderly*. New York: The Haworth Press.
- Čacinovič Vogrinčič, G. (2000). Družina in star človek. *Socialno delo*, 39 (4–5), 287–292.
- Dragoš, S. (2000). Socialne mreže in starost. *Socialno delo*, 39, (4–5), 293–314.
- Flaker, V. (1998). *Odpiranje norosti: vzpon in padec totalnih ustanov*. Ljubljana: *cf.
- Flaker, V. (2015). *Prispevki k taksonomiji socialnega dela in varstva*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- 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.
- Hojnik Zupanc, I. (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Kristančič, A. (2005). *Nova podoba staranja – siva revolucija*. Ljubljana: Združenje svetovalnih delavcev Slovenije.
- Lake, T. (1998). *Osamljenost*. Ljubljana: Založba Mladinska knjiga.
- Lymbery, M. (2005). *Social Work with Older People. Context, Policy and People*. London: Sage Pub.
- Mali, J. (2006). Koncept totalne ustanove in domovi za stare. *Socialno delo*, 45 (1–2), 17–27.
- Mali, J. (2004). Kvaliteta življenja in zadovoljstvo stanovalcev in zaposlenih v domu starejših občanov. *Socialno delo*, 43 (2–3), 105–115.

- Mali, J. (2009). Medgeneracijska solidarnost v obstoječih oblikah skrbi za stare ljudi. V: Tašner, V., Lesar, I., Antić, M. G., Hlebec, V. (ur.) & Pušnik, M. (ur.), *Brez spopada: kultur, spolov, generacij* (str. 243–256). Ljubljana: Pedagoška fakulteta.
- Mali, J. (2008). *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mali, J. (2013). Socialno delo s starimi ljudmi kot specializacija stroke. *Socialno delo*, 52 (1), 57–67.
- Mali, J. (2002). Starost, emocije in emocionalno delo. *Socialno delo*, 41 (6), 317–323.
- Mali, J. (2012a). Uvajanje dezinstitucionalizacije na področju oskrbe starih ljudi. *Časopis za kritiko znanosti*, 39 (250), 86–94.
- Mali, J. (2012b). Socialno delo s starimi ljudmi in nova socialna zakonodaja. *Časopis za kritiko znanosti*, 39 (250), 128–137.
- Mali, J., Flaker, V., Urek, M., & Rafaelič, A. (2018). *Inovacije v dolgotrajni oskrbi: primer domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mesec, B. (2003). Kazalci gmotnega položaja starih. V Mesec, B. (ur.), *Izbrani članki gerontoboetike; študijsko gradivo* (str. 10–11). Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mesec, B. (2007). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu 2: Kvalitativne raziskave; študijsko gradivo*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mesec, B. (2009). *Metodologija raziskovanja v socialnem delu 1: Načrtovanje raziskave; študijsko gradivo*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mesec, B. (2006). Očarani z močjo. *Socialno delo*, 45 (3–5), 235–247.
- Milošević-Arnold, V. (2000). Profesionalne vloge socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi. *Socialno delo*, 39 (4–5), 253–262.
- *Nacionalni program socialnega varstva za obdobje 2013–2020* (2013). Ur. l. RS 22/2020. Pridobljeno 12. 3. 2020 s <https://www.mddsz.gov.si>
- Pentek, M. (2001). Osamljenost starih ljudi in možnost za reševanje tega problema. Strokovni posvet. *Kakovostna starost, časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko*, 4 (3–4), 33–59.
- Pečjak, V. (1998). *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete Univerze.
- Ramovš, J. (2003). *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in Slovenska akademija znanosti in umetnosti.

- Ramovš, J. (2000). Medgeneracijska povezanost, samopomoč in kakovostna starost. *Socialno delo*, 39 (4–5), 315–329.
- Ramovš, J. (2001). Osamljenost starih ljudi in možnost za reševanje tega problema. Strokovni posvet. *Kakovostna starost, časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko*, 4 (3–4), 33–59.
- Skupnost socialnih zavodov Slovenije (2010). Pridobljeno 12. 3. 2020 s www.ssz-slo.si/
- Statistični urad Republike Slovenije (2019). Pridobljeno 20. 4. 2020 s <https://www.stat.si/StatWeb/Field/Index/17/104>
- *Zakon o dopolnitvi Zakona o socialnem varstvu (ZSV-I)* (2019). Ur. l. RS 28/2019. Pridobljeno 12. 3. 2020 s <http://www.pisrs.si/Pis.web/pregledPredpisa?id=ZAKO869>

9 PRILOGE

9.1 Vprašalnik

9.1.1 Vprašalnik za stanovalce doma

Spol:

Starost:

Dolžina bivanja:

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

- 1.1. Kako razumete pojem osamljenost?
- 1.2. Kje ste slišali za pojem osamljenost?
- 1.3. Kako se osamljenost kaže pri sosoanovalcih?
- 1.4. Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

- 2.1 Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?
- 2.2 Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?
- 2.3 Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?
- 2.4 Kako vi pomagata stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

- 3.1. Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/strategije za premaganje osamljenosti?
- 3.2. Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sosoanovanci, zaposlenimi?
- 3.3. Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?
- 3.4. Kako druženje s sosoanovanci vpliva na premaganje osamljenosti?

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

- 4.1. Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?
- 4.2. Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?
- 4.3. Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom, pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

5.1. Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

5.2. Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

5.3. Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

6.1. Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

6.2. Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

6.3. Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

6.4. Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

9.1.2 Vprašalnik za socialno delavko

Spol:

Izobrazba:

Čas zaposlitve:

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

- 1.1. Kako razumete pojem osamljenost?
- 1.2. Kako po vašem mnenju stanovalci definirajo osamljenost?
- 1.3. S kom se stanovalci pogovarjajo o osamljenosti? S katerimi zaposlenimi se vi pogovarjate o osamljenosti stanovalcev?
- 1.4. Kako se osamljenost kaže pri stanovalcih doma?
- 1.5. Kako vi občutite osamljenost pri stanovalcih? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

- 2.1. Zakaj se stari ljudje odločijo za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?
- 2.2. Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti pri stanovalcih?
- 2.3. Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?
- 2.4. Kako po vašem mnenju osamljenost vpliva na stanovalce?
- 2.5. Kako vi pomagate stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

- 3.1. Kaj pomaga stanovalcem pri premagovanju osamljenosti? Imajo kakšen poseben način/strategije za premagovanje osamljenosti?
- 3.2. Na kakšen način se stanovalci pogovarjajo o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci in vami zaposlenimi?
- 3.3. Katera mesta (v domu, izven doma) pomagajo stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?
- 3.4. Kako druženje stanovalcev vpliva na premagovanje osamljenosti?

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

- 4.1. Kako pogosto se stanovalci vključujejo v dejavnosti, ki jih organizira dom?
- 4.2. Katere dejavnosti imajo stanovalci najraje?
- 4.3. Kako vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom, pomagajo stanovalcem pri zmanjševanju osamljenosti?

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

- 5.1. Kdaj se stanovalci obračajo na vas?
- 5.2. Kako jih podprete ko so osamljeni?
- 5.3. Kako jim pomagata pri premagovanju osamljenosti?

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

- 6.1. Kako pogosto se pogovarjate o osamljenosti v domu s stanovalci?
- 6.2. Na kakšen način pomagata stanovalcem pri zmanjševanju osamljenosti?
- 6.3. Kako pomagata stanovalcem pri ohranjanju njihove socialne mreže?
- 6.4. Kakšna je vaša vloga v domu?
- 6.5. Kakšna je vaša vloga pri zmanjševanju osamljenosti pri stanovalcih?

9.2 Zapis intervjujev s stanovalci

Intervju A

Spol: Ž

Starost: 69 let

Dolžina bivanja: 2 leti

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

/Osamljenost je občutek, ki ga človek nosi v sebi/ (A1). Človek, ki je osamljen, je nedružaben in zato /osamljenost je del človeka/ (A2). Vsak človek se sam osami. Dokler imamo ljudi okoli sebe, ki nam pomagajo, ne moremo biti osamljeni. Tako je tudi v Domu, kjer delimo skupno usodo.

Kje ste slišali za pojem osamljenost?

O osamljenosti se ne pogovarjamo veliko, pa še neprijetna tema je, na katero sploh ne pomislimo. Razmišljanje o osamljenosti te naredi samo žalostnega ali pa slabe volje, tako da se temu raje izognem. /Največ sem slišala po televiziji/ (A3), ko ljudje govorijo, da smo stari ljudje osamljeni, s čimer se jaz nikakor ne strinjam. Mislim, da smo stari celo manj osamljeni, ker imamo tukaj družbo.

Kako se osamljenost kaže pri sostanovalcih?

Včasih jočejo/ (A4), /včasih pa se sploh ne pogovarjajo/ (A5).

Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

Pride tudi kakšen dan, ko sem osamljena, ampak teh je res malo. To lahko povežem s slabim vremenom ali pa s kakšnim glavobolom. /Največkrat je to ponoči, ko sem sama v temi, in razmišljam o življenju, ki sem ga živela/ (A6). Mislim, da takrat nisem samo osamljena, ampak sem tudi nemočna. Ko potrebujem pomoč, vendar mi pomoč tuje osebe ne pomaga. Jaz rabim svojo mamo ali najboljšo prijateljico, ampak so že žal pokojne. Ko na primer ležim v postelji in se /sredi noči zbudim vsa mokra/ (A7) in /začnem samo jokati/ (A8), takrat vem, da sem osamljena, ampak to hitro mine.

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

/Vzrok ni bil v osamljenosti/ (A9). /Vse skupaj je bilo nepričakovano/ (A10). Imela sem komplicirani zlom desne roke. Zdravljenje je zahtevalo veliko energije in časa. /Že v bolnišnici je bilo sklenjeno, da bom odšla živeti v dom/ (A11). Do tistega trenutka sem namreč živela sama v hiši. Mama mi je umrla in nisem imela nobenega. Na bolnišnično zdravljenje sem šla na Ptuj in potem direktno s Ptuja v dom. Ena prijateljica je uredila vse potrebne papirje, da so mi rezervirali sobo. Tako da /zaradi zdravstvenih težav/ (A12). Mislim, da nas je večina prišla v dom ravno zaradi tega. V dom sem prišla točno za moj 67. rojstni dan, tako da smo imeli praznovanje, ko sem prišla sem.

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?

/V domu se imamo lepo, nismo osamljeni / (A13).

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

Mislim, da je /delovna terapija zelo koristna za nas, saj se lahko družimo in pogovarjamo/ (A14). Sama sem vključena v /skupino za samopomoč, kjer se dobimo enkrat na teden in se pogovarjamo, smejimo in pojemo/ (A15). Z nami je tudi socialna delavka in še ena zaposlena. Pijemo kavico in jemo kekse. Ravno prejšnji teden je imela socialna delavka s seboj kitaro in smo peli. Za konec vedno končamo s šalami, tako da je res lepo. Poleg tega imamo tudi /fizioterapijo, kjer se krepijo naše mišice in telo/ (A16). To imam res zelo rada, saj sem si na tak način pozdravila tudi roko, ki zdaj dobro funkcioniра. V domu imamo tudi veliko /različnih prireditev/ (A17) in včasih tudi sama nastopam. /Dvakrat na mesec pridejo iz društva in pripeljejo kužke, ki jih lahko božamo/ (A18). Imamo tudi različne /izlete/ (A19), ki jih obožujem. Sama se rada vključujem v te aktivnosti, tako da nikoli ni dolgčas in ni osamljenosti.

Kako vi pomagate stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

/Jaz pristopim do vsakega in ga poslušam/ (A20). /Če vidim, da je res hudo, pokličem pomoč/ (A21). /Jih potolažim / (A22), saj smo vsi skupaj velika družina.

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/ strategije za premagovanje osamljenosti?

/Jaz sem najrajši sama/ (A23) v tistem trenutku. /Dvakrat ali trikrat globoko vdihnem/ (A24) in to je to, dan gre dalje.

Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci, zaposlenimi?

Ko pridejo na obisk svojci, se pogovarjamo o splošnih stvareh, o njih in kako so, ne pa takšnih težkih temah. Družine pa tudi nisem imela. /S sostanovalko rečeva kakšno o tej temi, kdaj mi ona potarna, da ji je hudo, kdaj pa jaz/ (A25). Z zaposlenimi se pa raje pogovarjamo kaj veselega in ne tako žalostnih stvari. /Če sem kdaj žalostna, me zaposlene same vprašajo, kaj je narobe in jim tudi povem/ (A26).

Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?

/Tisti trenutek sem najraje v sobi/ (A27) ali pa /pomagam gospodinjam pripraviti mize za kosilo ali večerjo/ (A28).

Kako druženje s sostanovalci vpliva na premagovanje osamljenosti?

Sama imam poleg teh na moji enoti še tri prijateljice na drugi enoti. Eno so odpeljali na oddelke za demenco in včasih jo grem obiskati. Od dneva je odvisno, ali me prepozna ali ne. /Mislim, da s tem, ko se med seboj družimo, pozabimo na skrbi in postanemo bolj veseli/ (A29).

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?

/ Pogostokrat sem del različnih dejavnosti, saj si na tak način krajšam čas/ (A30), ki ga je v domu veliko.

Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?

/ Skupina za samopomoč/ (A31) je res nekaj najboljšega, saj se družimo in smejimo, tako da čas hitro mine. Veliko se pogovarjamo in vsak podeli svoje težave in skrbi, ki se ga lotevajo skozi dan. Res si stojimo ob strani.

Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

/ Zelo, saj se stanovalci med seboj spodbujamo in poslušamo/ (A32). Pomembno je, da se lahko družimo med seboj in povemo, če nas kaj muči.

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

/Na njo se obrnem samo, ko je treba rešiti kakšne papirje drugače pa ne/ (A33). Vem pa, da če bi jo potrebovala, bi se nanjo lahko obrnila, saj je zelo odprta oseba in prijazna. /Na začetku sem bila več pri njej, saj sem potrebovala malo več pomoči v domu/ (A34), nisem se najbolj znašla, kje je kaj, in sem prosila socialno delavko za pomoč. Včasih me je obiskala tudi v sobi in sva se malo pogovorili, drugače pa vem, da lahko grem k njej v pisarno, če kaj potrebujem.

Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

Zelo je dostopna, pripravljena pomagati in tukaj za nas. Ko sem bila sprejeta v dom, sem potrebovala nekoliko več podpore in sem se vedno lahko obrnila na njo. /Vedno me posluša/ (A35).

Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

/Če sem žalostna me potolaži/ (A36) in /mi nameni kakšno prijazno besedo/ (A37), potem mi je kar bolje.

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

/O osamljenosti se nisem veliko pogovarjala z nobenim od zaposlenih/ (A38), saj menim, da to ni takšna tema, o kateri bi se pogovarjala s socialno delavko ali katerim od zaposlenih. Jaz se o tem raje pogovarjam sama s sabo v tišini ali pa s prijatelji.

Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

/Včasih bi lahko bila bolj dostopna/ (A39), verjamem, da ima veliko dela, vendar jo stanovalci res potrebujemo.

Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

/Za to skrbim sama/ (A40) saj imam telefon.

Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

/Tukaj je zato, da pomaga stanovalcem pri premagovanju stisk/ (A41). /Rešuje različne papirje in zadeve, ki se ne tičejo samo znotraj doma, ampak tudi zunaj/ (A42). /Včasih rešuje tudi medsebojne konflikte/ (A43), ki se pojavljajo in naša je res super. Vedno nam /odgovori na naša vprašanja/ (A44).

Intervju B

Spol: M

Starost: 65 let

Kraj bivanja: Maribor

Dolžina bivanja: 3 leta

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

/Zame je osamljenost huda bolezen/ (B1), ki si jo človek naredi sam s tem, ko ni družaben in se zapira v svoj svet.

/Je občutek, ki ga ima človek v sebi/ (B2).

Kje ste slišali za pojem osamljenost?

/O osamljenosti sem že veliko slišal po radiu/ (B3), ampak nikoli nisem polagal prevelike pozornosti tej temi.

Zame ni pomembna.

Kako se osamljenost kaže pri sosoanovalcih?

/Jočejo/ (B4), /ves čas so v sobi/ (B5) in /se z nikomer ne pogovarjajo/ (B6). Nekateri so tudi /zamišljeni/ (B7).

Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

/Čisto odvisno od trenutka in dneva/ (B8). Kap je na meni pustila kar nekaj posledic poleg tega, da ne čutim desne roke, sem postal zelo čustven. /Pridejo trenutki, ko kar naprej jočem/ (B9) in se težko ustavim. /Največkrat sem osamljen, ko pomislim na svojo pokojno ženo/ (B10). Skupaj sva bila petdeset let. Takšni so trenutki, ki me naredijo osamljenega, saj se o tem ne pogovarjam z nobenim, to je samo moja stvar.

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

/V dom sem prišel zaradi zdravstvenih težav/ (B11), ki so posledica kapi, ki sem jo imel. Desne roke ne čutim in zdaj sem tudi na invalidskem vozičku, tako da /nisem več povsem samostojen/ (B12). S sinom sva se dogovorila, da bom odšel v dom, saj bo tukaj zame bolje poskrbljeno, kot je bilo doma. Tako sem prišel v dom. Najprej sem bil v Poljčanah, potem pa sem prišel sem, ko so zgradili ta dom. Tukaj mi je sedaj bolj všeč, saj je bolj svetlo in odprto.

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?

/Mislim, da bivanje v domu zmanjšuje občutek osamljenosti/ (B13).

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

Dejavnosti, ki jih imamo v Domu, so res super. /Fizioterapija krepi naše telo/ (B14) in /delovna terapija pomaga, da smo še naprej aktivni in ustvarjalni/ (B15). Imamo tudi /različne skupine, kjer si pomagamo/ (B16). Na naši enoti imamo vsako sredo sestanke, kjer se pogovarjamo različne življenjske stvari. Poleg tega prihajajo v naš dom /društva s kučki/ (B17), ki so zelo lepi in prijazni.

Kako vi pomagata stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

/Jaz pomagam svojemu sostanovalcu tako, da ga večkrat povabim na kavico v dvorano/ (B18) in tam tudi posediva.

/Da ga večkrat pohvalim/ (B19) in /primem za ramo/ (B20).

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/ strategije za premagovanje osamljenosti?

/Ko sem osamljen, grem v dvorano na kavico/ (B21), /da sem v družbi/ (B22) in /da se pogovarjam s svojimi prijatelji/ (B23). /Včasih tudi molim/ (B24). /

Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci, zaposlenimi?

/Z zaposlenim se o osamljenosti bolj malo pogovarjam/ (B25), saj so zelo zaposlene in ves čas nekaj delajo. /Imam sina, tri vnukinje in štiri pravnukinje, včasih jim povem, če sem žalosten ali pa osamljen/ (B26), vendar ko so oni poleg mene, to hitro izgine. Nočem, da čas, ki ga imam z njimi, postane temen zaradi tako težkih tem.

Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?

/Takrat se odločim, če ostanem v sobi/ (B27) ali pa /grem v dvorano Vindgar/ (B28), kjer pijem kavico in se družim s stanovalci.

Kako druženje s sostanovalci vpliva na premagovanje osamljenosti?

Sam zelo rad govorim in zato me imajo stanovalci tudi radi. Včasih sem imel predolgi jezik in sem želel veliko spremeniti na tej enoti, da bi bilo za vse boljše, zdaj pa pustim in se brigam zase. Vidim, da me imajo stanovalci zato raje. /Mislim, da s tem, ko se družimo, čas hitreje mine/ (B29) in /ne mislimo na osamljenost/ (B30).

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?

/Zelo pogosto/ (B31), saj mi koristijo.

Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?

/Najraje imam fizioterapijo/ (B32) in pa tudi /delovno terapijo/ (B33), kjer delam, koliko lahko, in /izletov/ (B34).

Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

/Zelo/ (B35), saj si zapolnimo dan.

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

/Ko so kakšni konflikti/ (B36). Všeč mi je, da lahko tukaj povem svoje mnenje in da me upoštevajo in iščejo ugodno rešitev za vse. Za druge stvari še ne potrebujem pomoči, saj vse opravi sin.

Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

/Vedno me potolaži/ (B37) in /me objeme/ (B38). Res je zelo topla oseba, vem, da bi pomagala, če bi prišel zaradi osamljenosti do nje.

Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

Če sem žalosten, mi nameni /prijazne besede/ (B39), včasih /greva na kavico/ (B40) in /se v dvorani malo pogovoriva/ (B41), tako da se lahko brez težav zanesem na njeno pomoč.

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

/Če sam načnem to temo/ (B42), se z mano pogovarja tudi o tem, drugače pa se raje pogovarjava kaj smešnega in lepega.

Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

/Saj dela že vse, kar je v njeni moči/ (B43) in to ji gre super. Ko sem žalosten, me potolaži in mi prisluhne, kaj več pa si tudi ne želim.

Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

/Zaenkrat imam telefon, tako da posebne pomoči pri tem ne potrebujem/ (B44), saj sam pokličem domov in urejam zadeve. /Včasih me pelje v dvorano, kjer se družim/ (B45) s sostanovalci.

Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

/Skrbi za dobre odnose/ (B46) in /pomembno je, da zna najti prave besede ob pravem času/ (B47).

Intervju C

Spol: Ž

Starost: 66 let

Kraj bivanja: Spodnja Polskava

Dolžina bivanja: 3 leta

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

Oh, zame je to /nekaj najhujšega/ (C1). Lahko bi rekla, da je /skoraj kot bolezen (C2). Tudi sama sem bila tri leta osamljena.

Kje ste slišali za pojem osamljenost?

/Veliko sem slišim po televiziji/ (C3) in /radiu/ (C4), kako smo stari osamljeni in takšne stvari. Mislim, da sama odkar sem v domu nisem več osamljena, ko sem bila doma, pa sem bila zelo. Nikogar nisem imela, da bi se lahko pogovarjala, sedaj nas je pa ogromno na kupu.

Kako se osamljenost kaže pri sestanovcih?

/Zelo so zaprti vase/ (C5), /z nikomer se ne pogovarjajo/ (C6) in /gledajo v prazno/ (C7). Ljudje z lahkoto postanejo osamljeni in tega se jaz najbolj bojim, da bi bilo spet tako, kot je bilo preden sem bila tukaj, ko sem bila doma.

Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

/Lahko bi rekla, da imam dneve, ko ne morem nič in bi samo ležala/ (C8). /Težko se sploh pogovarjam/ (C9) in /nimam volje za nič/ (C10). Ko sem živela pri sinu, se s snaho nisem razumela. Še zdaj me sin kliče samo, ko nje ni zraven. Težko mi je, ko vidim, da me niti malo ne spoštuje. Prodali so celo mojo hišo, katero sva z možem sama zgradila. Takrat sem bila pa res žalostna. Imam pa še dva sina, s tistima pa se super razumem, tudi snahe so čisto drugačne, velikokrat me obiščejo, tako da nisem sama.

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

/V dom sem prišla zaradi zdravstvenih težav/ (C11). Imam sladkorno bolezen in še nekaj zdravstvenih težav, zaradi katerih sama /zase nisem več mogla dovolj dobro skrbeti/ (C12). /Osamljenost s prihodom nima povezave/ (C13).

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?

/Dom je res super za premagovanje osamljenosti/ (C14). Ravno včeraj smo bili na Zgornji Polskavi in bilo je res lepo. Zdaj, ko je lepo vreme, mi je še posebej toplo pri srcu, ker sem res čakala na te dni.

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

/Meni najbolj pomaga vera, zato hodim na molitvene urice/ (C15). Drugače pa imamo tudi /različne delavnice, ki pomagajo, da se sprostimo in pozabimo na slabe stvari/ (C16).

Kako vi pomagate stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

/Včasih jih objamem/ (C17) in /se z njimi pogovorim/ (C18). Včasih /gremo na kavico/ (C19) in/ se malo družimo/ (C20), veliko je odvisno od človeka, kaj ima rad in kaj ne.

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/ strategije za premagovanje osamljenosti?

/Ko sem osamljena, grem kvačkati/ (C21), to imam najraje. Delovna terapevtka mi je priskrbelo volno in lahko delam, kar mi je volja. V času praznikov izdelujem različne stvari, ki jih potem prodajamo v domu. Domači so me prosili, če bi jim za božič naredila tople nogavice, in zelo sem vesela, da jim lahko to naredim. /Drugače pa najraje molim in se predam veri/ (C22), saj mi zelo pomaga, da ostanem pozitivna in optimistična še naprej.

Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci, zaposlenimi?

/Z vsemi stanovalci se pogovarjam o osamljenosti na kavici/ (C23). /Veliko se pogovarjam z zaposlenimi/ (C24), saj me vedno tako lepo pozdravijo in si vzamejo čas zame. Vem, da so zelo obremenjene, vendar so še vedno tako dobre. /Z družino pa nikoli ne načenjam tako težkih tem/ (C25), saj ko so tukaj, raje poslušam o tem, kako so oni in kaj se lepega dogaja.

Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?

/Takrat ostanem v sobi/ (C26) ali pa /grem v kapelico/ (C27), ki jo imamo v domu.

Kako druženje s sostanovalci vpliva na premagovanje osamljenosti?

/Mislim, da je res pomembno/ (C28).

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?

/Skoraj vsak dan/ (C29).

Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?

/Delovne terapije/ (C30). /Hodim tudi na fizioterapijo/ (C31), kjer krepiam svoje telo da ostanem vitalna še naprej. /Zelo rada pa imam sestanke, ki jih imamo stanovalci/ (C32), da se malo nasmejimo in pozabavamo.

Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

/Meni dejavnosti res pomagajo, da nisem osamljena, saj imam dan poln različnih stvari in o osamljenosti sploh ne razmišljam/ (C33).

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

/Ko so kakšni prepiri/ (C34) ali pa /ko je treba kaj rešiti glede dokumentov/ (C35), ker to ona najbolj zna. Je res zelo prijazna in vedno pomaga, res.

Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

/Vedno zna poslušati/ (C36), ko vidi, da sem vznemirjena. Mislim, da me že res pozna zelo dobro, da točno ve, ko je nekaj narobe.

Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

/Največ mi pomeni, ko me objame/ (C37), ker takrat res vidim, da nisem sama. Že ko sem prišla, sem dobila občutek, da jo lahko prosim za pomoč, kadarkoli jo bom potrebovala.

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

/O osamljenosti se drugače ne pogovarjam s socialno delavko, če jaz te teme ne odprem/ (C38). To mi je tudi najbolj všeč, saj si ne želim, da me kdo napada s temo o osamljenosti, saj bo moj dan kar težji in bolj žalosten.

Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

/Mislim, da mi že dovolj pomaga s tem, ko me posluša in mi dovoli, da spregovorim/ (C39). Ni važno, kdaj bom šla do nje, njena vrata so vedno odprta za moje težave in skrbi, to mi res ogromno pomeni.

Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

/Na začetku, ko nisem imela telefona, je ona poklicala sina, če sem kaj potrebovala/ (C40), tako da nisem imela skrbi še s tem. /Včasih poskrbi za različna druženja, tako da nismo sami/ (C41).

Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

/Skrbi za dobre medsebojne odnose/ (C42), /čez ima vse papirje/ (C43) in /rešuje tudi različne konflikte/ (C44).

Intervju D

Spol: M

Starost: 67 let

Kraj bivanja: Slovenska Bistrica

Dolžina bivanja: 1 leto

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

/Osamljenost je nekaj groznega/ (D1), /je občutek da si sam/ (D2). Tega res ne privoščim nikomur. /Osamljenost je bolezen/ (D3).

Kje ste slišali za pojem osamljenost?

/Veliko sem o osamljenosti izvedel v domu/ (D4). /Mislim, da nam danes največ o osamljenosti govorijo po televizij/ (D5) ali pa ko /preberem v časopisu/ (D6).

Kako se osamljenost kaže pri sosoanovalcih?

/Največkrat so slabe volje/ (D7) ali pa sploh /ne pridejo iz sobe/ (D8). /Nekateri jočejo/ (D9), /eni pa imajo čuden obraz/ (D10).

Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

/Največkrat sem osamljen, ko se spomnim življenja doma/ (D11). /Največkrat sem osamljen, ko sem sam/ (D12), /osamljenost se poveča, ko se spomnim na pokojno ženo/ (D13), s katero sva se imela res rada.

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

Dolgo sem živel doma s ženo in sinom, ki je imel svoj družino. Potem pa /žena je umrla in postal sem drugačen/ (D14). Lahko bi rekel da sem se /odločil za prihod v dom ravno zaradi osamljenosti/ (D15).

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?

Mislim, da je večina ljudi prišla v dom zaradi poslabšanja zdravstvenega stanja vendar pa je tudi veliko takih, ki so sami, nimajo otrok in so zaradi osamljenost prišli v dom. Po mojem mnenju je prav, da so se odločili za življenje v domu saj nas je tukaj res veliko. Mislim, da /dom pomaga, da se osamljenost pri ljudeh zmanjša/ (D16).

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

/Delovna terapija je zelo fajn zadeva, saj lahko ustvarjamo in se zraven pogovarjamo/ (D17) in /skupina za samopomoč/ (D18).

Kako vi pomagate stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

/Veliko se pogovarjam z njimi/ (D19), /jim kaj lepega povem/ (D20). Včasih /jih tudi potolažim/ (D21).

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/strategije za premagovanje osamljenosti?

/Najbolj mi pomaga, da grem med ljudi/ (D22) in /da se z njimi pogovarjam/ (D23). /Če pa pride trenutek, da sem res zelo žalosten, pa sem najraje sam/ (D24) in sem sam.

Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci, zaposlenimi?

/S sostanovalci teh težkih tem raje ne odpiramo/ (D25), saj se družimo zato, da smo vsi dobre volje in ne zato, da bi postali žalostni. /Veliko sem se o tem pogovarjal z zaposlenimi/ (D26), ko vidijo, da me nekaj teži, mi pridejo nasproti. Res mi zelo pomagajo in me usmerjajo na pravo pot. /Ko pridejo na obisk sorodniki, tudi teh tem ne odpiramo/ (D27), saj so preveč težke. Všeč mi je, ko grem včasih tudi domov za vikend.

Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?

/Če je zelo hudo, sem v sobi/ (D28), /drugače pa grem v dvorano/ (D29), kjer se družim z ostalimi stanovalci doma.

Kako druženje s sostanovalci vpliva na premagovanje osamljenosti?

/Med seboj se pogovarjamo/ (D30) in /potolažimo/ (D31).

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?

/Vsak dan/ (D32), saj moram krepim mišice v rokah. Ker ne morem hoditi, je najbolj pomembno, da imam močne roke.

Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?

/Delovne terapije/ (D33), kjer ustvarjamo, /skupine za samopomoč/ (D34), kjer se lahko pogovarjamo in se družimo.

Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

/Mislim, da so dejavnosti zelo koristne za zmanjševanje osamljenosti/ (D35). Včasih nas obiščejo tudi iz različnih šol in vrtcev. Najraje se družim s prostovoljcem, ki me obiskuje enkrat na teden, tako da igrava karte. Zelo rad sem v družbi ljudi, ne glede na generacijo.

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

/Za reševanje papirjev/ (D36). Ko sem prišel v dom, sem imel veliko težav s sostanovalcem, tako da sem socialno delavko prosil za drugo sobo. Ko se je mesto sprostilo, sem se lahko preselil na to enoto in zdaj sem res zelo zadovoljen. Včasih grem do nje, /če potrebujem kakšen nasvet/ (D37) ali pa /ko potrebujem pogovor/ (D38).

Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

Vedno, ko potrebujem tolažbo, /me potolaži/ (D39) in /mi stisne roko/ (D40), da bo vse dobro.

Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

Na način, /da me posluša/ (D41), kar mi ogromno pomeni.

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

Ko pride v sobo, me vedno vpraša, kako sem in tako se začne najin pogovor. /O osamljenosti govoriva le, če jaz začnem s to temo/ (D42) in tako mi je tudi ljubše.

Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

/Mislim, da naredi vse/ (D43), kar je v njeni moči. Vedno mi prisluhne in ko sem potreboval pomoč, je tudi priskočila in mi pomagala.

Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

/Poskrbi, da se stanovalci med seboj družimo in pogovarjamo/ (D44) in /skrbi tudi, da imam redne stike s sinom/ (D45). /Uredi, da pridejo vnuki na obisk/ (D46).

Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

/Mislim, da ima pomembno delo pri reševanju konfliktov/ (D47) in pri /skrbi, da je nam stanovalcem dobro/ (D48).

Intervju E

Spol: M

Starost: 69 let

Kraj bivanja: Maribor

Dolžina bivanja: 3 leta

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

/Osamljenost je občutek, ki ga ljudje nosimo v sebi/ (E1). /Osamljenost je negativna stvar/ (E2).

Kje ste slišali za pojem osamljenost?

/Največ sem o tem slišal po radiu/ (E3), kako smo stari ranljiva skupina in najbolj osamljeni, čeprav se s tem do neke mere strinjam, mislim, da vedno ni tako.

Kako se osamljenost kaže pri sostanovalcih?

Mislim, da takoj vidiš, če je človek osamljen. /Ko je zaprt vase/ (E4) in /se z nikomer ne želi pogovarjati/ (E5) in /je ves čas žalosten/ (E6), ima /poseben pogled v očeh/ (E7).

Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

/Ko razmišljanju o pokojni ženi/ (E8), takrat se mi vlijejo solze po licih/ (E9), takrat postanem zelo osamljen, saj bi si želel, da se postarava skupaj, pa je ona prehitro odšla. /Sedaj me večkrat stisne v prsih/ (E10) in /težko diham/ (E11).

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

/Po smrti žene sem ostal sam v hiši in nekako nisem znal postoriti gospodinjskih opravil/ (E12), saj je vsa leta to opravljala ona. Tako sem se odločil za dom in nikoli mi ni bilo žal. /Tako da bi res lahko rekel, da je bila kriva osamljenost/ (E13).

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?

/Mislim, da v vseh pogledih pomaga, da osamljenost izgine/ (E14). Poznam enega stanovalca, ki nima družine in niti svojcev, tako da je sam, ampak s tem, ko se vključuje v dejavnosti in se družijo z nami, sploh ni osamljen.

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

/Delovna terapija je res nekaj najboljšega/ (E15). Tukaj ustvarjamo različne izdelke, ki jih potem tudi prodajamo in gremo na kakšen izlet. /Pridejo tudi iz društva in pripeljejo kužke, ki nas zelo pomirjajo/ (E16), jaz sem nekoč imel psa in zato se še bolj veselim teh obiskov. /Mislim, da so prireditve tudi zelo pomembne za odpravljanje osamljenosti/ (E17), saj se takrat počutim še bolj del družine, v katero sem prišel.

Kako vi pomagate stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

/Jih poslušam/ (E18) in /potolažim/ (E19), če vidim da je zares hudo.

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/strategije za premagovanje osamljenosti?

/Potrudim se, da mislim na kaj lepega/ (E20) in potem /globoko vdihnem in je takoj boljše/ (E21).

Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci, zaposlenimi?

/O osamljenosti se pogovarjam predvsem s stanovalci in pa svojim sostanovalcem na kavici v dvorani/ (E22).

/Zaposlenim včasih kar na hodniku povem, kaj me teži/ (E23). /Svoje domače pa s tem nočem obremenjevati/ (E24), saj se imamo za pogovarjati veliko lepših stvari.

Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?

/Takrat grem v dvorano, kjer s prijatelji spijem kavico/ (E25), ali pa /na terasi božam zajčke/ (E26). /Če je res zelo hudo, potem ostanem v sobi/ (E27).

Kako druženje s sostanovalci vpliva na premagovanje osamljenosti?

/Zelo pomaga/ (E28). /Pri sebi vidim, da sem bolj nasmejan/ (E29) in da /razmišljam bolj pozitivno/ (E30).

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?

/Ves čas/ (E31), saj so zelo koristne.

Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?

/Najraje delovne terapije/ (E32), kjer ustvarjamo in uporabljamo ročne spretnosti.

Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

/Zelo mi pomaga/ (E33).

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

/Ko potrebujem kakšno pomoč s papirji/ (E34) ali pa /ko je kakšen spor na naši enoti/ (E35), takrat se obrnem na njo.

Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

/Ne obračam se na njo/ (E36), saj je preveč obremenjena.

Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

/Včasih me tudi obišče v sobi/ (E37) ali pa mi /nameni kakšno spodbudno besedo/ (E38), to mi je bilo zares všeč in to tudi malo pogrešam.

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

/Ne pogovarjava se o tej temi/ (E39). Ko pridem do nje, me vpraša, kako sem jaz, povem, potem pa nadaljujeva pogovor glede stvari, ki jih moram urediti.

Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

/Več pogovorov o tem/ (E40), /da bi večkrat prišla do nas po sobah/ (E41).

Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

/Za to skrbim sam, saj imam telefon/ (E42), nimam njene pomoči in je tudi ne potrebujem.

Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

/Mislim, da ima res veliko dela s papirji/ (E43) in /pisanjem poročil/ (E44).

Intervju F

Spol: Ž

Starost: 68 let

Kraj bivanja: Maribor

Dolžina bivanja: 2 leti

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

Mislim, da je to nek /grozen občutek, ki ga nosi človek v sebi/ (F1). Jaz bi rekla, da /osamljenost je bolezen/ (F2).

Kje ste slišali za pojem osamljenost?

Zdaj točno se ne spomnim kje, vendar /sem veliko brala o osamljenosti v časopisu/ (F3) in /veliko se o tem govori po televiziji/ (F4). Velikokrat govorijo, da smo osamljeni samo stari ljudje, vendar vem, da temu ni tako, poznam eno mlado gospo, ki je po mojem mnenju tudi osamljena.

Kako se osamljenost kaže pri stanovalcih?

/Včasih opazim, da so nekateri potrti/ (F5) in /zaprti vase/ (F6), /sploh se nočejo pogovarjati/ (F7), mislim, da je to znak osamljenosti.

Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

/Včasih me boli pri srcu/ (F8) in /težko diham/ (F9), ko mislim na domače in kako bi rada šla domov.

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

/V dom sem prišla zaradi zdravstvenega stanja/ (F10) in tako /nisem imela druge izbire/ (F11).

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?

/Vsi v domu se trudijo, da se mi ne bi počutili osamljene/ (F12), kar jim po mojem mnenju tudi uspeva, zaposleni so res pravi angeli.

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

/Delovna terapija, saj se veliko družimo/ (F13), /skupina za samopomoč/ (F14), ker se veliko pogovarjamo in pa tudi /različni izleti/ (F15).

Kako vi pomagate stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

/Z njimi se pogovarjam/ (F16) in /jih poslušam/ (F17).

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/strategije za premagovanje osamljenosti?

/Knjige/ (F18) in /molitev/ (F19), ki me drži po konci. /Včasih malo potelovadim/ (F20) ali pa grem na /sprehod v park/ (F21).

Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci, zaposlenimi?

/Veliko se o osamljenosti pogovarjam s svojo sostanovalko/ (F22), tako da se potolaživa in gre dan naprej. /Z zaposlenimi malo posedim in jim povem, kaj me teži/ (F23), pa je vse kar hitro bolje. /Največ se pogovarjam s sorodniki in velikokrat jočem/ (F24), ker ne morem videti svojih najdražjih.

Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?

/Ko je zelo hudo, sem skozi v sobi/ (F25), /drugače pa sem najraje v kapeli/ (F26).

Kako druženje s sostanovalci vpliva na premagovanje osamljenosti?

/Ob pogovoru osamljenost izgine/ (F27) .

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?

/Zelo pogosto, ni dneva ko ne bi šla/ (F28).

Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?

/Najraje delovne terapije/ (F29), /pevskega zbora/ (F30), /skupine za samopomoč/ (F31) in /fizioterapije/ (F32).

Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

/Res pomagajo/ (F33), saj /z druženjem osamljenost izgine/ (F34).

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

/Najpogosteje, ko je treba rešiti kakšne papirje/ (F35), takšne zadeve mi ne gredo najbolj od rok in potrebujem pomoč.

Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

/Tako da me posluša/ (F36) in /mi predlaga, kako naj si zapolnim dan/ (F37). Včasih mi da tedenski plan, kakšne dejavnosti imamo in potem si jaz vse pogledam in organiziram, da čim več stvari obiščem.

Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

/Zelo veliko mi pomeni njena tolažba/ (F38), ki je res iskrena.

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

/Velikokrat to temo kar sama načnem/ (F39), ker me teži in se morem izpovedati. Drugače pa se pogovarjava tudi o lepih stvareh, tako da niso samo žalostne.

Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

/Da me večkrat obišče v sobi/ (F40), drugače pa dela že vse.

Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

/To imam srečo, da imam telefon in to ne potrebuje ona urejati/ (F41). /Včasih mi predlaga kakšno druženje s stanovalci/ (F42), tako da si zapolnim dan.

Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

/Verjetno je v prvi vrsti veliko dela s papirji/ (F43) in /veliko sestankov/ (F44). /Druače pa je zraven, ko nas sprejme v dom/ (F45).

Intervju G

Spol: M

Starost: 67 let

Kraj bivanja: Slovenske Konjice

Dolžina bivanja: 1 leto

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

/Osamljenost je nekaj groznega, kar se ti lahko zgodi v življenju/ (G1)./ Je občutek, da ne moreš več narediti nič/ (G2) v svojem življenju. Mislim, da so ljudje, ki so osamljeni, zelo ubogi in ne vedo, kako naprej. /To je res nekaj zelo negativnega/ (G3).

Kje ste slišali za pojem osamljenost?

/Videl sem nekaj člankov v časopisu o tem/ (G4), kako smo stari osamljeni, ampak jaz to jemljem bolj tako, mislim, da smo vsi enkrat v življenju osamljeni, ne glede na starost./ Drugače pa sem o osamljenosti največ izvedel v domu/ (G5).

Kako se osamljenost kaže pri sostanovalcih?

Mislim, da so najbolj osamljeni tisti, ki nimajo nikogar in so čisto sami. /Zelo so tiho/ (G6) in /se z nikomur ne pogovarjajo/ (G7).

Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

/Ko se spomnim na domače/ (G8), mi postane zelo težko. /Ko sem osamljen, se velikokrat začnem jokati/ (G9) ali pa /postanem čuden/ (G10).

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

/Imel sem nekaj zdravstvenih težav/ (G11) in /ni mi preostalo drugega, kot da se odločim za dom/ (G12). Nisem imel več možnosti, da bi bil doma, saj moja hiša ni prilagojena mojim potrebam, tako da sem se odločil, da bo najbolje, če grem v dom. /Mislim, da takrat osamljenost ni igrala nobene vloge/ (G13).

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?

/Dom ni moj domači dom in zato ne vem, če povsem odpravlja osamljenost/ (G14).

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

/Delovna terapija je zelo dobra stvar/ (G15), ko ustvarjamo različne izdelke in te prodajamo.

Kako vi pomagate stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

/Jaz jih poslušam/ (G16) in /jih kdaj tudi objamem/ (G17).

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/strategije za premagovanje osamljenosti?

/Najbolj mi pomaga, da pokličem domov/ (G18) in potem sem takoj pomirjen in je moj dan kar boljši.

Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci, zaposlenimi?

/O osamljenosti najbolj govorim s sostanovalcem v sobi, ko sva sama/ (G19), /zaposleni imajo preveč dela, da bi poslušali še o tem/ (G20), /z družino pa se o tem nočem pogovarjati/ (G21), saj nočem stvari spremeniti v negativne, ko imam omejen čas z njimi.

Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?

/Ostanem v sobi/ (G22) ali pa /grem ven na svež zrak/ (G23).

Kako druženje s sostanovalci vpliva na premagovanje osamljenosti?

/Mislim, da zelo pomaga/ (G24).

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?

/Vsak dan/ (G25) sem na delovni terapiji in pa obiskujem šahovski krožek, kjer igramo šah in tekmuje.

Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?

/Delavnice/ (G26) in /šahovski krožek/ (G27).

Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

/Mislim, da res pomaga/ (G28), saj /se družimo in ne mislimo na slabe stvari/ (G29).

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

/Ko ne znam rešiti kakšnih papirjev/ (G30) ali pa /ko dobim pošto, ki je ne razumem/ (G31).

Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

/Z menoj se pogovarja/ (G32), če vidi, da kaj ni v redu.

Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

/Mislim, da moram za to poskrbeti sam/ (G33) in ne potrebujem pomoči socialne delavke.

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

/O tem se ne pogovarjava pogosto/ (G34), ker je to kar težka tema.

Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

/Mislim, da s tem, ko me posluša, naredi že dovolj/ (G35).

Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

/Ker nimam telefona, mi dovoli, da kličem iz njene pisarne/ (G36), da mi tudi privatnost, tako da gre ven. /Dovoli mi tudi, da pokličem kakšnega prijatelja, ki živi še doma/ (G37).

Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

/Njeno delo vključuje veliko papirjev/ (G38), /reševanje konfliktov/ (G39) in /skrbi za to, da je nam dobro/ (G40).

Intervju H

Spol: Ž

Starost: 66 let

Kraj bivanja: Slovenska Bistrica

Dolžina bivanja: 1 leto

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

/Osamljenost je čustvo, ki ga doživljajo ljudje, ki so sami/ (H1). To /je nekaj groznega/ (H2), lahko bi rekla, da je /občutek, ki ga ima nekdo v sebi/ (H3).

Kje ste slišali za pojem osamljenost?

/Največ sem zasledila po televiziji/ (H4) in /v časopisu/ (H5), kjer veliko besed namenijo osamljenosti nas starejših.

Kako se osamljenost kaže pri stanovalcih?

/Tisti stanovalci so zelo tiho/ (H6), /nočejo biti v preveliki družbi/ (H7) in /ne govorijo veliko/ (H8).

Kako vi občutite osamljenost? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

/Osamljenost najbolj občutim, ko sem sama/ (H9). /Ko pogrešam vnuke/ (H10) in seveda /ko pogrešam pokojnega moža/ (H11), takrat /težko diham/ (H12) in /neprestano jočem/ (H13), sploh se ne morem umiriti. Kljub temu je sedaj tega manj, vendar se še vseeno pojavi. /Največkrat ponoči, ko sem sama v sobi/ (H14).

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj ste se odločili za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

/Ko sem ostala brez moža, sem se zelo spremenila/ (H15). /Nisem več imela volje do življenja/ (H16) in bilo mi je res zelo težko. /Nisem se mogla več pogovarjati s svojimi dragimi/ (H17) in vedela sem, da je treba nekaj spremeniti. Tako sem se s sinom začela pogovarjati o domu za stare in kako bi bilo, če grem tja. Najprej sem želela enoposteljno sobo, vendar ker ta ni bila prosta, sem se odločila za dvoposteljno. Sedaj mi ni žal, ker bi se verjetno še bolj dolgočasila, če bi bila sama.

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti?

/Res nam pomaga, da osamljenost premagamo/ (H18).

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

Imamo ogromno različnih dejavnosti. Imamo /različne delavnice, kjer se družimo in izdelujemo izdelke/ (H19), ki jih kasneje tudi prodamo na naši tržnici. Lani smo na gradu prodajali okraske in za božič smo imeli bazar, bilo je res zabavno.

Kako vi pomagате stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

/Do vsakega pristopim/ (H20) in /se z njim pogovarjam/ (H21). Mislim, da lepa beseda res veliko velja. /Včasih se tudi objamemo/ (H22) in potem je vse bolje.

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj vam pomaga pri premagovanju osamljenosti? Imate kakšen poseben način/strategije za premagovanje osamljenosti?

/Sama sem zelo verna tako, da se v trenutkih slabosti zatečem k veri/ (H23), ki mi res veliko pomeni. /Zatečem se k plesu/ (H24) ali pa /berem knjige/ (H25). V tistem trenutku sem tako mirna in vse se zdi, da bo v najlepšem redu.

Na kakšne načine se pogovarjate o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci, zaposlenimi?

Sedaj, ko sem del doma za stare, se /z vsemi pogovarjam o osamljenosti ob skodelici kave/ (H26), gre sicer za eno težjih tem, ki je ne načenjamo vsak dan, ampak se vseeno o njej brez težav pogovarjamo. /Tudi z našimi zaposlenimi smo se veliko pogovarjali o osamljenosti/ (H27) in kako naj jo premagamo. Dobili smo različne brošure, na katerih so nasveti za boljše življenje. /S sinom se o osamljenosti nisem nikoli pogovarjala/ (H28).

Katera mesta (v domu, izven doma) vam pomagajo pri premagovanju osamljenosti?

/Če je res hudo, potem grem v kapelo/ (H29) in zmolim eno molitev ali pa /grem na kavo s prijateljico/ (H30).

Kako druženje s sostanovalci vpliva na premagovanje osamljenosti?

/Vsi smo veliko bolj nasmejani/ (H31).

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se vključujete v dejavnosti, ki jih organizira dom?

/Vsak dan, razen ko se počutim slabo / (H32), takrat se skušam zamotiti z risanjem in pisanjem pesmi ali pa berem knjige.

Katerih dejavnosti se najraje udeležujete?

/Najraje ima ples/ (H33) in /petje/ (H34). Z možem sva veliko plesala in še danes res rada plešem. Imam super plesalca, s katerim sva se lepo ujela in pleševa vsak dan. Petje me sprošča. Včasih sem pela na koru v cerkvi, ampak sem to opustila, ker je bilo prenaporno. /Poleg tega sem vsak dan na delovni terapiji/ (H35), kjer ustvarjamo različne izdelke.

Kako vam vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo pri zmanjševanju osamljenosti?

/Zelo/ (H36), /sedaj sem veliko med ljudmi/ (H37).

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj poiščete pomoč pri socialni delavki?

Z našo socialno delavko se super razumemo. Velikokrat nas pride obiskati, drugače pa je njena pisarna zelo blizu in lahko grem brez težav do nje. Prvič sem se z njo srečala, ko sem se prišla pozanimati glede možnosti namestitve.

Bila je zelo prijazna in mi je ponudila vse informacije, ki sem jih potrebovala. /Drugače se na njo obrnem, ko so kakšni konflikti/ (H38) v domu in jih skupaj s pogovorom rešimo.

Kako vas socialna delavka podpre, ko ste osamljeni?

Mislim, da je ona prva, ki vidi našo osamljenost isti trenutek, ko pridemo do nje. /Lepo nas sprejme/ (H39), /nas včasih tudi objame/ (H40), /prime za roko/ (H41) in smo kar bolje. /Meni največ pomenijo spodbudne besede/ (H42), ki nam jih daje.

Kako vam socialna delavka pomaga pri premagovanju osamljenosti?

/Z nami se veliko pogovarja/ (H43) in /nas bodri, da moramo ostati pozitivni/ (H44).

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se socialna delavka z vami pogovarja o osamljenosti?

/O tem se s socialno delavko ne pogovarjam/ (H45). /Ko sem prišla v dom, sva pa se veliko pogovarjali o osamljenosti/ (H46).

Na kakšen način bi želeli, da vam socialna delavka pomaga pri zmanjševanju osamljenosti?

/Zaenkrat nimam nobenih pripomb ali želj/ (H47), ker je res super gospa, ki je naredila že vse. Pomembno je, da se z nami pogovarja in to je to.

Kako vam socialna delavka pomaga pri ohranjanju vaše socialne mreže?

/Velikokrat mi je svetovala, naj grem med ljudi/ (H48) in /uredi, da grem na kavico s prijatelji/ (H49). Njen nasvet sem vzela resno in mislim, da mi je na ta način zelo pomagala pri premagovanju osamljenosti.

Kakšna dela in naloge po vašem mnenju opravlja socialna delavka?

/Pomaga ljudem/ (H50), /jim svetuje/ (H51), /pomaga pri različnih papirjih/ (H52).

9.3 Zapis intervjuja s socialno delavko

Intervju U

Spol: Ž

Starost: 32 let

Izobrazba: univerzitetna diplomirana socialna delavka

Čas zaposlitve: 1 leto (3 leta skupaj v Domu za starejše)

1. RAZUMEVANJE POJMA OSAMLJENOST

Kako razumete pojem osamljenost?

/Osamljenost je občutek, da si sam in da ni nikogar, na katerega bi se lahko (resnično) zanesel/ (U1).

Kako po vašem mnenju stanovalci definirajo osamljenost?

/Zdi se mi, da stanovalci o tem ne razmišljajo/ (U2), razlog je morda v tem, da se o pojmu osamljenosti včasih ni govorilo. Mlajši bodo po mojih izkušnjah prej rekli, da so osamljeni. /Starejši bodo to nekako zakrili/ (U3), morda v kakšno šalo ali pa v molčečnost. Pojem osamljenosti je še vedno stigmatiziran.

Kako se osamljenost kaže pri stanovalcih doma?

/Opažam, da se po večini stiske stanovalcev kažejo v zdravstvenih težavah/ (U4), /depresiji/ (U5) ali /v njihovem ravnanju, npr. pitje alkohola, konfliktnost, zapiranje vase ipd./ (U6).

Kako doživljajo osamljenost stanovalci? Prosim, navedite primer, opišite situacijo.

/Nekateri stanovalci težko spijo ponoči, saj doživljajo stisko/ (U7). Opažam, da so stanovalci velikokrat osamljeni, /ko se spomnijo življenja doma in kako so uživali/ (U8). /Velikokrat se spomnijo na svoje pokojne partnerje in takrat vidim, da postanejo zelo osamljeni/ (U9).

2. VLOGA OSAMLJENOSTI V ŽIVLJENJU STARIH LJUDI

Zakaj se stari ljudje odločijo za prihod v dom in kako je s tem povezana tudi osamljenost?

Po mojih izkušnjah večinoma sprejemov v Dom opravimo /na podlagi poslabšanja zdravstvenega stanja/ (U10). V primeru, /če je stanovalce vdovec ali stanovalka vdova, potem je razlog za namestitev velikokrat v osamljenosti/ (U11).

Kako vpliva življenje v domu na občutenje osamljenosti pri stanovalcih?

/Dom bi naj poskrbel, da se osamljenost stanovalcev zmanjša/ (U12).

Katere dejavnosti v domu po vašem mnenju odpravljajo občutek osamljenosti?

/Delovna terapija/ (U13), /fizioterapija/ (U14), /družabne aktivnosti (tombola, druženja ob praznikih, pikniki, izleti, prireditve ipd.)/ (U15), /verske aktivnosti (maša, molitvena skupina)/ (U16), /skupine za samopomoč/ (U17).

3. KAJ POMAGA STARIM LJUDEM PRI PREMAGOVANJU OSAMLJENOSTI

Kaj pomaga stanovalcem pri premagovanju osamljenosti? Imajo kakšen poseben način/strategije za premagovanje osamljenosti?

/Domske aktivnosti, ki spodbujajo druženje/ (U18). Mislim, da so prav tako zelo pomembni /obiski svojcev, ki stanovalce pomirjajo/ (U19).

Na kakšne načine se stanovalci pogovarjajo o osamljenosti s prijatelji, družino, sostanovalci in vami zaposlenimi?

/Mislim, da se najbolj o osamljenosti pogovarjajo stanovalci med sabo/ (U20), medtem ko opažam, da se /z zaposlenimi redko odkrito in direktno pogovarjajo o osamljenosti/ (U21). Mislim, da /o osamljenosti s svojci ne govorijo oziroma se te teme izogibajo/ (U22).

Katera mesta (v domu, izven doma) pomagajo stanovalcem pri premagovanju osamljenosti?

Nekateri gredo v /park/ (U23), nekateri /ostanejo v sobi/ (U24), drugi /gredo v kapelo/ (U25), ki jo imamo v domu, /veliko jim pomeni tudi, če lahko gredo domov čez vikend/ (U26).

Kako druženje stanovalcev vpliva na premagovanje osamljenosti?

/Mislim, da s tem, ko se družijo, ne mislijo toliko na osamljenost/ (U27).

4. KAKO VKLJUČENOST V RAZLIČNE DEJAVNOSTI POMAGA PRI ZMANJŠEVANJU OSAMLJENOSTI

Kako pogosto se stanovalci vključujejo v dejavnosti, ki jih organizira dom?

Opazam, da se v domske aktivnosti vključujejo /zelo pogosto/ (U28), saj so naše aktivnosti zelo obiskane.

Katere dejavnosti imajo stanovalci najraje?

/Zdi se mi, da so jim najljubše prireditve/ (29), /pikniki/ (U30) /izleti/ (U31), /domska trgatev/ (U32) in /praznovanje novega leta/ (U33).

Kako vključenost v dejavnosti, ki jih organizira dom pomagajo stanovalcem pri zmanjševanju osamljenosti?

Po mojem mnenju /zelo pomaga/ (U34).

5. KAKŠEN JE ODNOS SOCIALNIH DELAVCEV DO OSAMLJENOSTI IN KAKO JO PREPOZNAJO

Kdaj se stanovalci obračajo na vas?

/Name se obrnejo v primeru reševanja kakšne dokumentacije/ (U35), ki je njim nerazumljiva.

Kako jih podprete ko so osamljeni?

/Poslušam jih, kar je po navadi tudi rešitev/ (U36).

Kako jim pomagate pri premagovanju osamljenosti?

/Da jih motiviram/ (U37), /namenim kakšno prijazno besedo/ (U38), /s pogovori/ (U39), /z organizacijo prostovoljstva/ (U40).

6. KAKO SOCIALNI DELAVCI V INSTITUCIJAH ZMANJŠUJEJO OSAMLJENOST MED STARIMI LJUDMI

Kako pogosto se pogovarjate o osamljenosti v domu s stanovalci?

/Redko se pogovarjamo konkretno o osamljenosti/ (U41).

Kako pomagate stanovalcem pri ohranjanju njihove socialne mreže?

/S svojci in prijatelji stanovalcev govorim osebno, po telefonu ali e-pošti/ (U42), /svojce vabimo tudi na neformalna druženja v Domu/ (U43).

Kakšna je vaša vloga v domu?

/Predvsem pomoč stanovalcem/ (U44) kam pri kakovostnejšem bivanju v Domu.

9.4 Odprto kodiranje intervjujev stanovalcev

Št. izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
A1	Osamljenost je občutek, ki ga človek nosi v sebi	Osamljenost kot občutek	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
A2	Osamljenost je del človeka	Osamljenost kot del človeka	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
A3	Največ sem slišala po televiziji	Televizija	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
A4	Včasih jočejo	Jok	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
A5	Včasih se pa sploh ne pogovarjajo	Se ne pogovarjajo	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
A6	Največkrat je to ponoči, ko sem sama v temi in razmišljam o življenju, ki sem ga živila	Razmišljanje o svojem življenju	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
A7	Sredi noči zbudim vsa mokra	Zbujanje sredi noči	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
A8	Začnem samo jokati	Jok	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
A9	Vzrok ni bil v osamljenosti	Kriva ni osamljenost	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
A10	Vse skupaj je bilo nepričakovano	Nepričakovano	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
A11	Že v bolnišnici je bilo sklenjeno, da bom odšla živeti v dom	Odločitev sprejeta že v bolnišnici	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
A12	Zaradi zdravstvenih težav	Zdravstvene težave	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu

A13	V domu se imamo lepo, nismo osamljeni	Dom zmanjšuje osamljenost	Dom in osamljenost	Življenje v domu
A14	Delovna terapija zelo koristna za nas, saj se lahko družimo in pogovarjamo	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
A15	Skupino za samopomoč kjer se dobimo enkrat na teden in se pogovarjamo, smejimo in pojemo	Skupina za samopomoč	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
A16	Fizioterapijo kjer se krepijo naše mišice in telo	Fizioterapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
A17	Različnih prireditvev	Prireditve	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
A18	Dvakrat na mesec pridejo iz društva in pripeljejo kužke, katere lahko božamo	Društvo s kužki	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
A19	Izlete	Izleti	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
A20	Jaz pristopim do vsakega in ga poslušam	Odprtost do drugih	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
A21	Če vidim, da je res hudo, pokličem pomoč	Pomoč stanovalcem	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
A22	Jih potolažim	Tolažba	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
A23	Jaz sem najrajši sama	Biti sama	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
A24	Dvakrat ali trikrat globoko vdihnem	Globok vdih	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti

A25	S sostanovalko rečeva kakšno o tej temi, kdaj mi ona potarna, da ji je hudo, kdaj pa jaz	Pogovor o osamljenosti s sostanovalko	Pogovor o osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
A26	Če sem kdaj žalostna, me zaposlene same vprašajo, kaj je narobe, in jim tudi povem	Zaposlene same pristopijo	Pogovor o osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
A27	Tisti trenutek sem najraje v sobi	Soba	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
A28	Pomagam gospodinjam pripraviti mize za kosilo ali večerjo	Pomoč na gospodinjski enoti	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
A29	Mislím, da s tem, ko se med seboj družimo, pozabimo na skrbi in postanemo bolj veseli	Druženje odžene skrbi	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenosti
A30	Pogostokrat sem del različnih dejavnosti, saj si na tak način krajšam čas	Pogostokrat	Obiskovanje aktivnosti	Dejavnosti v domu
A31	Skupina za samopomoč	Skupina za samopomoč	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
A32	Zelo, saj se stanovalci med sabo spodbujamo in poslušamo	Zelo zadovoljni	Zadovoljstvo z dejavnosti pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
A33	Na njo se obrnem samo, ko je treba rešiti kakšne papirje, drugače pa ne	Pomoč pri reševanju dokumentacije	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke
A34	Na začetku sem bila več pri njej, saj sem potrebovala malo več pomoči v domu	Pomoč pri prilagajanju na življenje v domu	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke

A35	Vedno me posluša	Poslušanje	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
A36	Če sem žalostna, me potolaži	Tolažba	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
A37	Mi nameni kakšno prijazno besedo	Spodbudne besede	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
A38	O osamljenosti se nisem veliko pogovarjala z nobenim od zaposlenih	O osamljenosti ne govorita	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
A39	Včasih bi lahko bila bolj dostopna	Večja dostopnost	Želja	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
A40	Za to skrbim sama	Ne potrebuje pomoči	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
A41	Tukaj je zato, da pomaga stanovalcem pri premagovanju stisk	Premagovanje stisk	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
A42	Rešuje različne papirje in zadeve, ki se ne tičejo samo znotraj doma, ampak tudi zunaj	Urejanje dokumentacije v domu in zunaj njega	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
A43	Včasih rešuje tudi medsebojne konflikte	Reševanje medsebojnih konfliktov	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
A44	Odgovori na naša vprašanja	Podajanje informacij	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti

B1	Zame je osamljenost huda bolezen	Osamljenost kot bolezen	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B2	Je občutek, ki ga ima človek v sebi	Osamljenost kot občutek	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B3	O osamljenosti sem že veliko slišal po radiu	Radio	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B4	Jočejo	Jok	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B5	Ves čas so v sobi	Ne pridejo iz sobe	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B6	Se z nikomer ne pogovarjajo	Se ne pogovarjajo	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B7	Zamišljeni	Zamišljenost	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B8	Čisto odvisno od trenutka in dneva	Odvisno od dneva	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B9	Pridejo trenutki, ko kar naprej jočem	Jok	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B10	Največkrat sem osamljen, ko pomislim na mojo pokojno ženo	Misel na pokojno ženo	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
B11	V dom sem prišel zaradi zdravstvenih težav	Zdravstvene težave	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
B12	Nisem več povsem samostojen	Potrebna pomoč drugih	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
B13	Mislim, da bivanje v domu zmanjšuje občutek osamljenosti	Dom odpravlja osamljenost	Dom in osamljenost	Življenje v domu

B14	Fizioterapija krepi naše telo	Fizioterapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
B15	Delovna terapija pomaga, da smo še naprej aktivni in ustvarjalni	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
B16	Različne skupine, kjer si pomagamo	Skupine za samopomoč	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
B17	Društva s kužki	Društvo s kužki	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
B18	Jaz pomagam svojemu sostanovalcu tako, da ga večkrat povabim na kavico v dvorano	Povabilo na kavo	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
B19	Da ga večkrat pohvalim	Pohvala	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
B20	Primem za ramo	Stisk rame	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
B21	Ko sem osamljen grem v dvorano na kavico	Pitje kave v dvorani	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
B22	Da sem v družbi	Druženje	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
B23	Da se pogovarjam s svojimi prijatelji	Pogovor s prijatelji	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
B24	Včasih tudi molim	Molitev	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
B25	Z zaposlenim se o osamljenosti bolj malo pogovarjam	Redki pogovori z zaposlenimi	Pogovor o osamljenosti z zaposlenimi	Premagovanje osamljenosti
B26	Imam sina, tri vnukinje in štiri pravnukinje, včasih	Priznanje žalosti in osamljenosti	Pogovor o osamljenosti s sorodniki	Premagovanje osamljenosti

	jim povem, če sem žalosten ali pa osamljen			
B27	Takrat se odločim če ostanem v sobi	Soba	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
B28	Grem v dvorano Vindgar	Dvorana	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
B29	Mislim, da s tem, ko se družimo, čas hitreje mine	Z druženje čas hitreje mine	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenosti
B30	Ne mislimo na osamljenost	Ne razmišljajo o osamljenosti	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenosti
B31	Zelo pogosto	Zelo pogosto	Obiskovanje dejavnosti	Dejavnosti v domu
B32	Najraje imam fizioterapijo	Fizioterapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
B33	Delovno terapijo	Delovna terapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
B34	Izletov	Izleti	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
B35	Zelo	Zelo	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
B36	Ko so kakšni konflikti	Reševanje konfliktov	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
B37	Vedno me potolaži	Tolažba	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
B38	Objeme	Objem	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
B39	Prijazne besede	Spodbudne besede	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
B40	Greva na kavico	Druženje ob kavi	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
B41	Se v dvorani malo pogovoriva	Pogovor	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev

B42	Če sam načnem to temo	Pogovor na njegovo željo	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
B43	Saj dela že vse, kar je v njeni moči	Nima posebnih želj	Želja	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
B44	Zaenkrat imam telefon, tako da posebne pomoči pri tem ne potrebujem	Sam ohranja socialno mrežo	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
B45	Včasih me pelje v dvorano, kjer se družim	Spodbuja druženje	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
B46	Skrbi za dobre odnose	Dobri medsebojni odnosi	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
B47	Pomembno je, da zna najti prave besede ob pravem času	Dajanje spodbudnih besed	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
C1	Nekaj najhujšega	Najhujša stvar	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C2	Skoraj kot bolezen	Bolezen	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C3	Veliko slišim po televiziji	Televizija	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C4	Radiu	Radio	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C5	Zelo so zaprti vase	Zaprti vase	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti

C6	Z nikomer se ne pogovarjajo	Se ne pogovarjajo	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C7	Gledajo v prazno	Odtujenost	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C8	Lahko bi rekla, da imam dneve, ko ne morem nič in bi samo ležala	Brez moči in energije	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C9	Težko se sploh pogovarjam	Ne more se pogovarjati	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C10	Nimam volje za nič	Brez volje	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
C11	V dom sem prišla zaradi zdravstvenih težav	Zdravstveno težave	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
C12	Zase nisem več mogla dovolj dobro skrbeti	Potrebna pomoč drugih	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
C13	Osamljenost s prihodom nima veze	Osamljenost ni kriva	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
C14	Dom je res super za premagovanje osamljenosti	Dom zmanjšuje osamljenost	Dom in osamljenost	Življenje v domu
C15	Meni najbolj pomaga vera, zato hodim na molitvene urice	Molitvene urice	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
C16	Različne delavnice, ki pomagajo, da se sprostimo in pozabimo na slabe stvari	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
C17	Včasih jih objamem	Objem	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
C18	Se z njimi pogovorim	Pogovor	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu

C19	Gremo na kavico	Povabilo na kavo	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
C20	Se družimo	Druženje	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
C21	Ko sem osamljena, grem kvačkati	Kvačkanje	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
C22	Drugače pa najraje molim in se predam veri	Molitev	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
C23	Z vsemi stanovalci se pogovarjam o osamljenosti na kavici	Pogovor ob kavi	Pogovor o osamljenosti s stanovalci	Premagovanje osamljenosti
C24	Veliko se pogovarjam z zaposlenimi	Pogosti pogovori	Pogovor o osamljenosti z zaposlenimi	Premagovanje osamljenosti
C25	Z družino pa nikoli ne načenjam tako težkih tem	Težka tema za pogovor	Pogovor o osamljenosti s sorodniki	Premagovanje osamljenosti
C26	Takrat ostanem v sobi	Soba	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
C27	Grem v kapelico	Kapela	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
C28	Mislim, da je res pomembno	Druženje pomaga	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenosti
C29	Skoraj vsak dan	Pogostokrat	Obiskovanje dejavnosti	Dejavnosti v domu
C30	Delovne terapije	Delovna terapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
C31	Hodim tudi na fizioterapijo	Fizioterapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
C32	Zelo rada pa imam sestanke, ki jih imamo stanovalci	Skupina za samopomoč	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
C33	Meni dejavnosti res pomagajo, da nisem osamljena, saj imam dan poln različnih stvari in o osamljenosti sploh ne razmišljam	Aktivnosti odpravljajo osamljenost	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu

C34	Ko so kakšni prepiri	Reševanje konfliktov	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
C35	Ko je treba kaj rešiti glede dokumentov	Pomoč pri reševanju dokumentacije	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
C36	Vedno zna poslušati	Prisluhniti	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
C37	Največ mi pomeni, ko me objame	Objem	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
C38	O osamljenosti se drugače ne pogovarjam s socialno delavko, če jaz te teme ne odprem	Pobuda za pogovor s strani stanovalcev	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
C39	Mislim, da mi že dovolj pomaga s tem, ko me posluša in mi dovoli, da spregovorim	Ni posebnih želja	Želja	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
C40	Na začetku, ko nisem imela telefona, je ona poklicala sina, če sem kaj potrebovala	Kontaktiranje svojcev	Socialne mreže	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
C41	Včasih poskrbi za različna druženja, da nismo sami	Organizira druženja	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
C42	Skrbi za dobre medsebojne odnose	Dobri medsebojni odnosi	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
C43	Čez ima vse papirje	Ureja dokumentacijo	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti

C44	Rešuje tudi različne konflikte	Reševanje konfliktov	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
D1	Osamljenost je nekaj groznega	Nekaj groznega	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D2	Je občutek, da si sam	Je občutek	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D3	Osamljenost je bolezen	Bolezen	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D4	Veliko sem o osamljenosti izvedel v domu	Pogovor v domu za stare	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D5	Mislim, da nam danes največ o osamljenosti govorijo po televiziji	Televizija	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D6	Preberem v časopisu	Časopis	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D7	Največkrat so slabe volje	Slaba volja	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D8	Ne pridejo iz sobe	Ostanejo v sobi	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D9	Nekateri jočejo	Jok	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D10	Eni pa imajo čuden obraz	Spremenjena mimika obraza	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D11	Največkrat sem osamljen, ko se spomnim življenja doma	Spomini na življenje doma	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti

D12	Največkrat sem osamljen, ko sem sam	Samota poveča občutek osamljenosti	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D13	Osamljenost se poveča, ko se spomnim na pokojno ženo	Spomin na pokojno ženo poveča osamljenost	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
D14	Žena je umrla in postal sem drugačen	Smrt žene	Prihod v institucionalno oskrbo	Življenje v domu
D15	Odločil za prihod v dom ravno zaradi osamljenosti	Prihod v dom zaradi osamljenosti	Prihod v institucionalno oskrbo	Življenje v domu
D16	Dom pomaga, da se osamljenost pri ljudeh zmanjša	Pozitivno delovanje	Dom in osamljenost	Življenje v domu
D17	Delovna terapija je zelo fajn zadeva, saj lahko ustvarjamo in se zraven pogovarjamo	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
D18	Skupina za samopomoč	Skupina za samopomoč	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
D19	Veliko se pogovarjam z njimi	Pogovor	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
D20	Jim kaj lepega povem	Lepe besede	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
D21	Jih tudi potolažim	Tolažba	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
D22	Najbolj mi pomaga, da grem med ljudi	Druženje	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
D23	Da se z njimi pogovarjam	Pogovor	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
D24	Če pa pride trenutek, da sem res zelo žalosten, pa sem najraje sam	Samota	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti

D25	S sostanovalci pa teh težkih tem raje ne odpiramo	S sostanovalci o osamljenosti ne govorijo	Pogovor o osamljenosti s stanovalci	Premagovanje osamljenosti
D26	Veliko sem se o tem pogovarjal z zaposlenimi	Pogosti pogovori	Pogovor o osamljenosti z zaposlenimi	Premagovanje osamljenosti
D27	Ko pridejo na obisk sorodniki tudi teh tem ne odpiramo	Z družino o tem ne govorijo	Pogovor o osamljenosti s sorodniki	Premagovanje osamljenosti
D28	Če je zelo hudo, sem v sobi	Soba	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
D29	Drugače pa grem v dvorano	Dvorana	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
D30	Med seboj se pogovarjamo	Pogovor	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenosti
D31	Potolazimo	Tolazba	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenosti
D32	Vsak dan	Vsak dan	Obiskovanje dejavnosti	Dejavnosti v domu
D33	Delovne terapije	Delovna terapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
D34	Skupine za samopomoč	Skupina za samopomoč	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
D35	Mislim, da so dejavnosti zelo koristne za zmanjševanje osamljenosti	Aktivnosti odpravljajo osamljenost	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
D36	Za reševanje papirjev	Pomoč pri reševanju dokumentacije	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
D37	Če potrebujem kakšen nasvet	Svetovanje	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
D38	Ko potrebujem pogovor	Pogovor	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
D39	Me potolaži	Tolazba	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev

D40	Mi stisne roko	Stisk roke	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
D41	Da me posluša	Poslušanje	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
D42	O osamljenosti govoriva le, če jaz začnem s to temo	Na pobudo stanovalcev	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
D43	Mislim, da naredi vse	Ni posebnih želj	Želja	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
D44	Poskrbi, da se stanovalci med seboj družimo in pogovarjamo	Organizira druženja med stanovalci	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
D45	Skrbi tudi, da imam redne stike s sinom	Urejanje stikov s svojci	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
D46	Uredi, da pridejo vnuki na obisk	Urejanje stikov z vnuki	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
D47	Mislim, da ima pomembno delo pri reševanju konfliktov	Reševanje konfliktov	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
D48	Skrbi, da je nam stanovalcem dobro	Skrb za dobrobit vseh stanovalcev	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
E1	Osamljenost je občutek, ki ga ljudje nosimo v sebi	Občutek, ki je v človeku	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E2	Osamljenost je negativna stvar	Nekaj negativnega	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti

E3	Največ sem o tem slišal po radiu	Radio	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E4	Ko je zaprt vase	Zaprti vase	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E5	Se z nikomer ne želi pogovarjati	Ne želijo se pogovarjati	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E6	Je ves čas žalosten	Žalost	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E7	Poseben pogled v očeh	Pogled v očeh	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E8	Razmišljanje o pokojni ženi	Misel na pokojno ženo	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E9	Takrat se mi vlijejo solze po licih	Jok	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E10	Sedaj me večkrat stisne v prsih	Tiščanje v prsih	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E11	Težko diham	Oteženo dihanje	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
E12	Po smrti žene sem ostal sam v hiši in nekako nisem znal postoriti gospodinjskih opravil	Vdovstvo	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
E13	Tako da bi res lahko rekel, da je bila kriva osamljenost	Razlog v osamljenosti	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
E14	Mislim, da v vseh pogledih pomaga, da osamljenost izgine	Dom zmanjšuje osamljenost	Dom in osamljenost	Življenje v domu

E15	Delovna terapija je res nekaj najboljšega	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
E16	Pridejo tudi iz društva in pripeljejo kužke, ki nas zelo pomirjajo	Društvo s kužki	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
E17	Mislim, da so prireditve tudi zelo pomembne za odpravljanje osamljenosti	Prireditve	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
E18	Jih poslušam	Poslušanje	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
E19	Potolažim	Tolažba	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
E20	Potrudim se, da mislim na kaj lepega	Pozitivne misli	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
E21	Globoko vdihnem in je takoj boljše	Globok vdih	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenostih
E22	O osamljenosti se pogovarjam predvsem s stanovalci in pa svojim sostanovalcem na kavici v dvorani	Pogovor s sostanovalcem	Pogovor o osamljenosti s stanovalci	Premagovanje osamljenostih
E23	Zaposlenim včasih kar na hodniku povem, kaj me teži	Odprt pogovor	Pogovor o osamljenosti z zaposlenimi	Premagovanje osamljenostih
E24	Svoje domače pa s tem nočem obremenjevati	O osamljenosti ne govori s svojci	Pogovor o osamljenosti s sorodniki	Premagovanje osamljenostih
E25	Takrat grem v dvorano, kjer s prijatelji spijem kavico	Dvorana	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenostih

E26	Na terasi božam zajčke	Terasa z zajčki	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenostih
E27	Če je res zelo hudo potem ostanem v sobi	Soba	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenostih
E28	Zelo pomaga	Druženje zelo pomaga	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenostih
E29	Pri sebi vidim, da sem bolj nasmejan	Boljša volja	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenostih
E30	Razmišljam bolj pozitivno	Pozitivne misli	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenostih
E31	Ves čas	Ves čas	Obiskovanje dejavnosti	Dejavnosti v domu
E32	Najraje delovne terapije	Delovna terapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
E33	Zelo mi pomaga	Vključevanje v aktivnosti je koristno	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
E34	Ko potrebujem kakšno pomoč s papirji	Pomoč pri dokumentaciji	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
E35	Ko je kakšen spor na naši enoti	Reševanje konfliktov	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
E36	Ne obračam se na njo	Ne potrebuje podpore	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
E37	Včasih me tudi obišče v sobi	Obisk v sobi	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
E38	Nameni kakšno spodbudno besedo	Spodbudne besede	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
E39	Ne pogovarjava se o tej temi	O osamljenosti se ne pogovarja	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
E40	Več pogovora o tem	Želja po več pogovorih o osamljenosti	Želja	Vloga socialnega dela pri

				zmanjševanju osamljenosti
E41	Da bi večkrat prišla do nas po sobah	Več obiskov v sobi	Želje	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
E42	Za to skrbim sam, saj imam telefon	Samostojnost pri ohranjanju stikov	Socialne mreže	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
E43	Mislim, da ima res veliko dela s papirji	Delo s papirji	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
E44	Pisanjem poročil	Pisanjem poročil	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
F1	Grozen občutek, ki ga nosi človek v sebi	Grozen občutek	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
F2	Osamljenost je bolezen	Bolezen	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
F3	Sem veliko brala o osamljenosti v časopisu	Časopis	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
F4	Veliko se o tem govori po televiziji	Televizija	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
F5	Včasih opazim, da so nekateri potrti	Žalost	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
F6	Zaprta vase	Zaprta vase	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
F7	Sploh se nočejo pogovarjati	Se ne pogovarjajo	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti

F8	Včasih me boli pri srcu	Bolečine pri srcu	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
F9	Težko diham	Oteženo dihanje	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
F10	V dom sem prišla zaradi zdravstvenega stanja	Zdravstvene težave	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
F11	Nisem imela druge izbire	Brez druge možnosti	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
F12	Vsi v domu se trudijo, da se mi ne bi počutili osamljene	Zmanjševanje osamljenosti	Dom in osamljenost	Življenje v domu
F13	Delovna terapija, saj se veliko družimo	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
F14	Skupina za samopomoč	Skupina za samopomoč	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
F15	Različni izleti	Izleti	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
F16	Z njimi se pogovarjam	Pogovor	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
F17	Jih poslušam	Poslušanje	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
F18	Knjige	Knjige	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
F19	Molitev	Vera	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
F20	Včasih malo potelovadim	Telovadba	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
F21	Sprehod v park	Sprehod	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti

F22	Veliko se o osamljenosti pogovarjam s svojo sostanovalko	Pogovor s sostanovalko	Pogovor o osamljenosti s stanovalci	Premagovanje osamljenosti
F23	Z zaposlenimi malo posedim in jim povem, kaj me teži	Posedi in pove svoje težave	Pogovor o osamljenosti z zaposlenimi	Premagovanje osamljenosti
F24	Največ se pogovarjam s sorodniki in velikokrat jočem	Priznanje osamljenosti in žalost	Pogovor o osamljenosti s sorodniki	Premagovanje osamljenosti
F25	Ko je zelo hudo, sem ves čas v sobi	Soba	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
F26	Drugače pa sem najraje v kapeli	Kapela	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
F27	Ob pogovoru osamljenost izgine	Moč pogovora	Medsebojni odnosi s stanovalci	Premagovanje osamljenosti
F28	Zelo pogosto, ni dneva, ko ne bi šla	Pogosto	Obiskovanje dejavnosti	Dejavnosti v domu
F29	Najraje delovne terapije	Delovna terapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
F30	Pevskega zbora	Pevski zbor	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
F31	Skupine za samopomoč	Skupina za samopomoč	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
F32	Fizioterapije	Fizioterapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
F33	Res pomagajo	Pomaga	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
F34	Z druženjem osamljenost izgine	Druženje zmanjšuje osamljenost	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
F35	Najpogosteje, ko je treba rešiti kakšne papirje	Pomoč pri reševanju dokumentacije	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
F36	Tako da me posluša	Poslušanje	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev

F37	Mi predlaga, kako naj si zapolnim dan	Svetovanje	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
F38	Zelo veliko mi pomeni njena tolažba	Tolažba	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
F39	Velikokrat to temo kar sama načnem	Pogovor na lastno željo	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
F40	Da me večkrat obišče v sobi	Želja po obiskih v sobi	Želja	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
F41	To imam srečo, da imam telefon in tega ne potrebuje ona urejati	Ne potrebuje pomoči	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
F42	Včasih mi predlaga kakšno druženje s stanovalci	Svetovanje	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
F43	Verjetno je v prvi vrsti veliko dela s papirji	Delo z dokumentacijo	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
F44	Veliko sestankov	Sestanki	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
F45	Drugače pa je zraven, ko nas sprejme v dom	Prisotnost ob sprejemih v domu	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
G1	Osamljenost je nekaj groznega, kar se ti lahko zgodi v življenju	Nekaj groznega v življenju	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti

G2	Je občutek, da ne moreš nič več narediti	Brez moči	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G3	To je res nekaj zelo negativnega	Nekaj negativnega	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G4	Videl sem nekaj člankov v časopisu o tem	Članki v časopisu	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G5	Drugače pa sem o osamljenosti največ izvedel v domu	Pogovor v domu za stare	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G6	Zelo so tiho	Tihi	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G7	Se z nikomer ne pogovarjajo	Se ne pogovarjajo	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G8	Ko se spomnim na domače	Spomin na domače	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G9	Ko sem osamljen, se velikokrat začnem jokati	Jok	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G10	Postanem čuden	Sprememba razpoloženja	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
G11	Imel sem nekaj zdravstvenih težav	Zdravstvene težave	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
G12	Ni mi preostalo drugega, kot da se odločim za dom	Brez izbire	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
G13	Mislím, da takrat osamljenost ni igrala nobene vloge	Osamljenost ni bila prisotna	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
G14	Dom ni moj domači dom in zato ne vem, če povsem odpravlja osamljenost	Ne odpravlja osamljenosti povsem	Dom in osamljenost	Življenje v domu

G15	Delovna terapija je zelo dobra stvar	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
G16	Jaz jih poslušam	Poslušanje	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
G17	Jih kdaj tudi objamem	Objem	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
G18	Najbolj mi pomaga, da pokličem domov	Pogovor s svojci	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
G19	O osamljenosti najbolj govorim s sostanovalcem v sobi, ko sva sama	Pogovor s stanovalko o osamljenosti	Pogovor o osamljenosti s stanovalci	Premagovanje osamljenosti
G20	Zaposleni imajo preveč dela, da bi poslušali še o tem	Preveč so zaposleni, da bi se pogovarjali o tem	Pogovor o osamljenosti z zaposlenimi	Premagovanje osamljenosti
G21	Z družino pa se o tem nočem pogovarjati	Noče takšen pogovor	Pogovor o osamljenosti s sorodniki	Premagovanje osamljenosti
G22	Ostanem v sobi	Soba	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
G23	Grem ven na svež zrak	Svež zrak	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
G24	Mislim, da zelo pomaga	Zelo pomaga	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenosti
G25	Vsak dan	Vsak dan	Obiskovanje dejavnosti	Dejavnosti v domu
G26	Delavnice	Delovna terapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
G27	Šahovski krožek	Šahovski krožek	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
G28	Mislim, da res pomaga	Pomaga	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
G29	Se družimo in ne mislimo na slabe stvari	Druženje zmanjšuje osamljenost	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
G30	Ko ne znam rešiti kakšnih papirjev	Reševanje konfliktov	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev

G31	Ko dobim pošto, ki je ne razumem	Razlaga pošte	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
G32	Z menoj se pogovarja	Pogovor	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
G33	Mislim, da moram za to poskrbeti sam	Samostojnost	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
G34	O tem se ne pogovarjava pogosto	No osamljenosti se ne pogovarjata	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
G35	Mislim, da s tem, ko me posluša, naredi že dovolj	S poslušanjem naredi dovolj	Želja	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
G36	Ker nimam telefona, mi dovoli, da kličem iz njene pisarne	Telefonski pogovor s svojci v pisarni	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
G37	Dovoli mi tudi, da pokličem kakšnega prijatelja, ki živi še doma	Telefoniranje prijateljem	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
G38	Njeno delo vključuje veliko papirjev	Delo s papirji	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
G39	Reševanje konfliktov	Reševanje konfliktov	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
G40	Skrbi za to, da nam je dobro	Skrb za dobrobit stanovalcev	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
H1	Osamljenost je čustvo, ki ga	Osamljenost kot čustvo	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti

	doživljajo ljudje, ki so sami			
H2	Je nekaj groznega	Nekaj groznega	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H3	Občutek, ki ga ima nekdo v sebi	Osamljenost kot občutek	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H4	Največ sem zasledila po televiziji	Televizija	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H5	V časopisu	Časopis	Poročanje o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H6	Tisti stanovalci so zelo tiho	Zaprti vase	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H7	Nočejo biti v preveliki družbi	Izogibanje družbi	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H8	Ne govorijo veliko	Redkobesedni	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H9	Osamljenost najbolj občutim, ko sem sama	Samota poveča osamljenost	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H10	Ko pogrešam vnuke	Razmišljanje o vnukih	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H11	Ko pogrešam pokojnega moža	Pogrešanje pokojnega moža	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H12	Težko diham	Težko dihanje	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H13	Neprestano jočem	Jok	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti

H14	Največkrat ponoči, ko sem sama v sobi	Ponoči	Doživljanje osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
H15	Ko sem ostala brez moža, sem se zelo spremenila	Vdovstvo	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
H16	Nisem več imela volje do življenja	Brez volje za življenje	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
H17	Nisem se mogla več pogovarjati s svojimi dragimi	Zapiranje vase	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
H18	Res nam pomaga, da osamljenost premagamo	Pomaga	Dom in osamljenost	Življenje v domu
H19	Različne delavnice, kjer se družimo in izdelujemo izdelke	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
H20	Do vsakega pristopim	Odprtost	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
H21	Se z njim pogovarjam	Pogovor	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
H22	Včasih se tudi objamemo	Objem	Medsebojna pomoč stanovalcev	Življenje v domu
H23	Sama sem zelo verna, tako da se v trenutkih slabosti zatečem k veri	Vera	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenostih
H24	Zatečem se k plesu	Ples	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenostih
H25	Berem knjige	Branje knjig	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenostih
H26	Z vsemi pogovarjam o osamljenosti ob skodelici kave	Pogovor z vsemi ob skodelici kave	Pogovor o osamljenosti s stanovalci	Premagovanje osamljenostih
H27	Tudi z našimi zaposlenimi smo se veliko pogovarjali o osamljenosti	Veliko pogovorov	Pogovor o osamljenosti z zaposlenimi	Premagovanje osamljenostih

H28	S sinom se o osamljenosti nisem nikoli pogovarjala	S sinom o tem ne govorita	Pogovor o osamljenosti s sorodniki	Premagovanje osamljenostih
H29	Če je res hudo, potem grem v kapelo	Kapela	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenostih
H30	Grem na kavo s prijateljico	Kava s prijatelji	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenostih
H31	Vsi smo veliko bolj nasmejani	Druženje pomaga	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenostih
H32	Vsak dan, razen ko se počutim slabo	Vsak dan z izjemami	Obiskovanje dejavnosti	Dejavnosti v domu
H33	Najraje ima ples	Ples	Najljubše dejavnost	Dejavnosti v domu
H34	Petje	Pevski zbor	Najljubše dejavnost	Dejavnosti v domu
H35	Poleg tega sem vsak dan na delovni terapiji	Delovan terapija	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
H36	Zelo	Zelo	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
H37	Sedaj sem veliko med ljudmi	Spodbujanje družabništva	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
H38	Drugače se na njo obrnem, ko so kakšni konflikti	Reševanje konfliktov	Pomoč socialne delavke	Odnos socialne delavke do stanovalcev
H39	Lepo nas sprejme	Odprtost	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
H40	Nas včasih tudi objame	Objem	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
H41	Prime za roko	Prijem roke	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
H42	Meni največ pomenijo spodbudne besede	Spodbudne besede	Podpora socialne delavke v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev

H43	Z nami se veliko pogovarja	Pogovor	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
H44	Nas bodri, da moramo ostati pozitivni	Spodbudne besede	Pomoč pri premagovanju osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
H45	O tem se s socialno delavko ne pogovarjam	O tem ne govorita	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
H46	Ko sem prišla v dom, sva pa se veliko pogovarjale o osamljenosti	Pogovor ob prihodu v dom	Pogovor o osamljenosti s socialno delavko	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
H47	Zaenkrat nimam nobenih pripomb ali želj	Ni želj	Želja	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
H48	Velikokrat mi je svetovala, naj grem med ljudi	Svetovanje	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
H49	Uredi, da grem na kavico s prijatelji	Organiziranje druženja	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
H50	Pomaga ljudem	Pomoč ljudem	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
H51	Jim svetuje	Svetovanje	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
H52	Pomaga pri različnih papirjih	Pomoč pri papirjih	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti

9.5 Odprto kodiranje intervjuja socialne delavke

Št. Izjave	Izjava	Pojem	Kategorija	Tema
U1	Osamljenost je občutek, da si sam in da ni nikogar, na katerega bi se lahko (resnično) zanesel	Osamljenost je občutek da si sam	Predstava o osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
U2	Zdi se mi, da stanovalci o tem ne razmišljajo	Ne mislijo na osamljenost	Razumevanje osamljenosti stanovalcev	Predstava in doživljanje osamljenosti
U3	Starejši bodo to nekako zakrili	Prikrivanje	Razumevanje osamljenosti stanovalcev	Predstava in doživljanje osamljenosti
U4	Opažam, da se po večini stiske stanovalcev kažejo v zdravstvenih težavah	Zdravstvene težave	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
U5	Depresiji	Depresija	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
U6	V njihovem ravnanju, npr. pitje alkohola, konfliktnost, zapiranje vase ipd.	Negativna ravnanja	Znaki osamljenosti	Predstava in doživljanje osamljenosti
U7	Nekateri stanovalci težko spijo ponoči, saj doživljajo stisko	Težave s spanjem in doživljanje stiske	Doživljanje osamljenosti stanovalcev	Predstava in doživljanje osamljenosti
U8	Ko se spomnijo življenja doma in kako so uživali	Spomin na življenje doma	Doživljanje osamljenosti stanovalcev	Predstava in doživljanje osamljenosti
U9	Velikokrat se spomnijo na svoje pokojne partnerje in takrat vidim, da postanejo zelo osamljeni	Spomin na pokojnega partnerja	Doživljanje osamljenosti stanovalcev	Predstava in doživljanje osamljenosti

U10	Na podlagi poslabšanja zdravstvenega stanja	Zdravstveno stanje	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
U11	Če je stanovalec vdovec ali stanovalka vdova, potem je razlog za namestitev velikokrat v osamljenosti	Vdovstvo kot razlog osamljenosti	Prihod v institucionalno varstvo	Življenje v domu
U12	Dom naj bi poskrbel, da se osamljenost stanovalcev zmanjša	Osamljenost se zmanjšuje	Dom in osamljenost	Življenje v domu
U13	Delovna terapija	Delovna terapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
U14	Fizioterapija	Fizioterapija	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
U15	Družabne aktivnosti (tombola, druženja ob praznikih, pikniki, izleti, prireditve ipd.)	Družabne aktivnosti	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
U16	Verske aktivnosti (maša, molitvena skupina)	Verske aktivnosti	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
U17	Skupine za samopomoč	Skupina za samopomoč	Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti	Življenje v domu
U18	Domske aktivnosti, ki spodbujajo druženje	Aktivnost spodbudijo druženje	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
U19	Obiski svojcev, ki stanovalce pomirjajo	Obisk svojcev	Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti	Premagovanje osamljenosti
U20	Mislim, da se najbolj o osamljenosti pogovarjajo stanovalci med sabo	Največ pogovorov med stanovalci	Pogovor o osamljenosti med stanovalci	Premagovanje osamljenosti
U21	Z zaposlenimi redko odkrito in direktno	Redki pogovori z zaposlenimi	Pogovor o osamljenosti z zaposlenimi	Premagovanje osamljenosti

	pogovarjajo o osamljenosti			
U22	O osamljenosti s svojci ne govorijo oziroma se te teme izogibajo	Izogibanje teme osamljenosti s svojci	Pogovor o osamljenosti s sorodniki	Premagovanje osamljenosti
U23	Park	Park	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
U24	Ostanejo v sobi	Soba	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
U25	Gredo v kapelo	Kapela	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
U26	Veliko jim pomeni tudi, če lahko gredo domov čez vikend	Domači dom	Prostor, ki odpravlja osamljenost	Premagovanje osamljenosti
U27	Mislim, da s tem, ko se družijo, ne mislijo toliko na osamljenost	Z druženjem ne mislijo na osamljenost	Medsebojni odnosi stanovalcev	Premagovanje osamljenosti
U28	Zelo pogosto	Zelo pogosto	Obiskovanje dejavnosti	Dejavnosti v domu
U29	Zdi se mi, da so jim najljubše prireditve	Prireditve	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
U30	Pikniki	Pikniki	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
U31	Izleti	Izleti	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
U32	Domska trgatev	Trgatev	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
U33	Praznovanje novega leta	Praznovanje novega leta	Najljubše dejavnosti	Dejavnosti v domu
U34	Zelo pomaga	Zelo pomaga	Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti	Dejavnosti v domu
U35	Name se obrnejo v primeru reševanja kakšne dokumentacije	Reševanje dokumentacije	Pomoč stanovalcem	Odnos socialne delavke do stanovalcev
U36	Poslušam jih, kar je po navadi tudi rešitev	Poslušanje	Podpora stanovalcem v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
U37	Da jih motiviram	Motivacija	Pomoč stanovalcem v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev

U38	Namenim kakšno prijazno besedo	Lepe besede	Pomoč stanovalcem v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
U39	S pogovori	Pogovor	Pomoč stanovalcem v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
U40	Z organizacijo prostovoljstva	Organiziranje prostovoljstva	Pomoč stanovalcem v osamljenosti	Odnos socialne delavke do stanovalcev
U41	Redko se pogovarjamo konkretno o osamljenosti	Redki pogovori o osamljenosti	Pogovor o osamljenosti s stanovalci	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
U42	S svojci in prijatelji stanovalcev govorim osebno, po telefonu ali e-pošti	Pogovori s svojci	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
U43	Svojce vabimo tudi na neformalna druženja v Dom	Organizacija druženja s svojci	Socialna mreža	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti
U44	Predvsem pomoč stanovalcem	Pomoč stanovalcem	Delo socialne delavke	Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti

9.6 Osno kodiranje intervjujev stanovalcev

Predstava in doživljanje osamljenosti

- Predstava o osamljenosti:

Osamljenost kot občutek (A1, B2, D2, E1, H3)

Osamljenost kot del človeka (A2)

Osamljenost kot bolezen (B1, C2, D3, F2)

Najhujša stvar (C1, D1, F1, G1, H2)

Nekaj negativnega (E2, G3)

Osamljenost kot čustvo (H1)

Brez moči (G2)

- Poročanje o osamljenosti:

Televizija (A3, C3, D5, F4, H4)

Radio (B3, C4, E3)

Časopis (D6, F3, G4, H5)

Pogovor v domu za stare (D4, G5)

- Znaki osamljenosti:

Jok (A4, B4, D9, E6, F5)

Se ne pogovarjajo (A5, B6, C6, E5, F7, G7, H8)

Ne pridejo iz sobe (B5, D8)

Zaprto vaze (C5, E4, F6, G6, H6)

Odtujenost (B7, C7)

Pogled v oči (E7)

Izogibanje družbi (H7)

Slaba volja (D7)

Spremenjena mimika obraza (D10)

- Doživljanje osamljenosti:

Razmišljanje o svojem življenju (A6, D11)

Zbujanje sredi noči (A7, H14)

Jok (A8, B9, E9, G9, H13)

Odkisno od dneva (B8)

Misel na pokojno ženo/moža (B10, D13, E8, H11)

Brez moči in energije (C8)

Ne more se pogovarjati (C9)

Brez volje (C10)

Tiščanje v prsih (E10)

Oteženo dihanje (E11, F9, H12)

Samota (D12, H9)

Spomin na domače (G8, H10)

Bolečine pri srcu (F8)

Sprememba razpoloženja (G10)

Življenje v domu

- Prihod v institucionalno varstvo:

Kriva ni osamljenost (A9, C13, G13)

Razlog v osamljenosti (D15, E13)

Nepričakovano (A10)

Odločitev sprejeta že v bolnišnici (A11)

Zdravstvene težave (A12, B11, C11, F10, G11)

Potrebna pomoč drugih (B12, C12)

Vdovstvo (D14, E12, H15)

Brez volje do življenja (H16)

Zapiranje vase (H17)

Brez druge možnosti (F11, G12)

- Dom in osamljenost:

Dom zmanjšuje osamljenost (A13, B13, C14, D16, E14, F12)

Pomaga (H18)

Ne odpravlja osamljenosti povsem (G14)

- Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti:

Delovna terapija (A14, B15, C16, D17, E15, F13, G15, H19)

Skupina za samopomoč (A15, B16, D18, F14)

Fizioterapija (A16, B14)

Prireditve (A17, E17)

Društvo s kužki (A18, B17, E16)

Izleti (A19, F15)

Molitvene urice (C15)

- Medsebojna pomoč stanovalcev:

Odprtost do drugih (A20, H20)

Pomoč stanovalcem (A21)

Tolažba (A22, D21, E19)

Povabilo na kavo (B18, C19)

Pohvala (B19)

Stisk rame (B20)

Objem (C17, H22, G17)

Pogovor (C18, D19, F16, H21)

Druženje (C20)

Poslušanje (E18, F17, G16)

Lepe besede (D20)

Premagovanje osamljenosti

- Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti:

Biti sama (A23, D24)

Globok vdih (A24, E21)

Pitje kave v dvorani (B21)

Druženje (B22, D22)

Pogovor s prijatelji (B23, D23)

Molitev (B24, C22, F19, H23)

Kvačkanje (C21)

Pozitivne misli (E20)

Ples (H24)

Branje knjig (F18, H25)

Telovadba (F20)

Sprehod (F21)

Pogovor s svojci (G18)

- Pogovor o osamljenosti:

S stanovalci

Pogovor o osamljenosti s sostanovalko/sostanovalcem (A25, E22, F22, G19)

Pogovor z vsemi ob skodelici kave (C23, H26)

S sostanovalci o osamljenosti ne govorijo (D25)

Z zaposlenimi

Zaposlene same pristopijo (A26)

Redki pogovori z zaposlenimi (B25)

Pogosti pogovori (C24, D26, H27)

Odprt pogovor (E23)

Posedl in pove svoje težave (F23)

Preveč so zaposleni, da bi se pogovarjali o tem (G20)

S sorodniki

Priznanje žalosti in osamljenosti (B26, F24)

Z družino se o osamljenosti ne pogovarjajo (D27, E24, H28, G21)

Težka tema za pogovor (C25)

- Prostor, ki odpravlja osamljenosti:

Soba (A27, B27, C26, D28, E27, F25, G22)

Pomoč na gospodinjski enoti (A28)

Dvorana (B28, D29, E25)

Kapela (C27, F26, H29)

Terasa z zajčki (E26)

Kava s prijatelji (H30)

Svež zrak (G23)

- Medsebojni odnosi stanovalcev:

Druženje odžene skrbi (A29)

Z druženje čas hitreje mine (B29)

Ne razmišljajo o osamljenosti (B30)

Druženje pomaga (C28, E28, G24, H31)

Boljša volja (E29)

Pozitivne misli (E30)

Moč pogovora (D30, F27)

Tolažba (D31)

Dejavnosti v domu

- Obiskovanje dejavnosti:

Pogostokrat (A30, C29, F28)

Zelo pogosto (B31)

Ves čas (E31)

Vsak dan z izjemami (H32)

Vsak dan (D32, G25)

- Najljubše dejavnosti:

Skupina za samopomoč (A31, C32, D34, F31)

Fizioterapija (B32, C31, F32)

Delovna terapija (B33, C30, D33, E32, F29, G26, H35)

Izleti (B34)

Ples (H33)

Pevski zbor (F30, H34)

Šahovski krožek (G27)

- Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti:

Zelo zadovoljni (A32, B35, H36)

Spodbuja družabništvo (H37)

Aktivnosti odpravljajo osamljenost (C33, D35, E33)

Druženje zmanjšuje osamljenost (F34, G29)

Pomaga (F33, G28)

Odnos socialne delavke do stanovalcev

- Pomoč socialne delavke:

Pomoč pri reševanju dokumentacije (A33, B36, C35, D36, E34, F35)

Pomoč pri prilagajanju na življenje v domu (A34)

Reševanje konfliktov (C34, E35, G30, H38)

Svetovanje (D37)

Pogovor (D38)

Razlaga pošte (G31)

- Podpora socialne delavke v osamljenosti:

Poslušanje (A35, C36, F36)

Tolažba (A36, B37, D39)

Objem (B38, H40)

Ne potrebuje podpore (E36)

Odprtost (H39)

Prijem roke (D40, H41)

Spodbudne besede (H42)

Svetovanje (F37)

Pogovor (G32)

- Pomoč pri premagovanju osamljenosti:

Spodbudne besede (A37, B39, E38, H44)

Druženje ob kavi (B40)

Pogovor (B41, H43)

Objem (C37)

Obisk v sobi (E37)

Tolažba (F38)

Poslušanje (D41)

Samostojnost (G33)

Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti

- Pogovor o osamljenosti s socialno delavko:

O osamljenosti ne govorita (A38, E39, G34, H45)

Pogovor na njegovo željo (B42, C38, D42, F39)

Pogovor ob prihodu v dom (H46)

- Želja:

Večja dostopnost (A39)

Nima posebnih želj (B43, C39, D43, H47)

Želja po več pogovorih o osamljenosti (E40)

Več obiskov v sobi (E41, F40)

S poslušanjem naredi dovolj (G35)

- Socialna mreža:

Ne potrebuje pomoči (A40, B44, E42, F41)

Spodbuja druženje (B45)

Kontaktiranje svojcev (C40)

Organizira druženja (C41, D44, H49)

Svetovanje (F42, H48)

Urejanje stikov s svojci (D45)

Urejanje stikov z vnuki (D46)

Telefonski pogovor s svojci v pisarni (G36)

Telefoniranje prijateljem (G37)

– Delo socialne delavke:

Premagovanje stisk (A41)

Urejanje dokumentacije v domu in zunaj njega (A42, C43, E43, F43, G38, H52)

Reševanje medsebojnih konfliktov (A43, C44, D47, G39)

Podajanje informacij (A44)

Dobri medsebojni odnosi (B46, C42)

Dajanje spodbudnih besed (B47)

Pisanje poročil (E44)

Pomoč ljudem (H50)

Svetovanje (H51)

Sestanki (F44)

Prisotnost ob sprejemih v dom (F45)

Skrb za dobrobit vseh stanovalcev (D48, G40)

9.7 Oso kodiranje intervjuja socialne delavke

Predstava in doživljanje osamljenosti

- Predstava o osamljenosti:

Osamljenost je občutek, da si sam (U1)

- Razumevanje osamljenosti stanovalcev:

Ne mislijo na osamljenost (U2)

Prikrivanje (U3)

- Znaki osamljenosti:

Zdravstvene težave (U4)

Depresija (U5)

Negativna ravnanja (U6)

- Doživljanje osamljenosti stanovalcev:

Težave s spanjem in doživljanje stiske (U7)

Spomin na življenje doma (U8)

Spomin na pokojnega partnerja (U9)

Življenje v domu

- Prihod v institucionalno varstvo:

Zdravstveno stanje (U10)

Vdovstvo kot razlog osamljenosti (U11)

- Dom in osamljenost:

Osamljenost se zmanjšuje (U12)

- Dejavnosti za zmanjševanje osamljenosti:

Delovna terapija (U13)

Fizioterapija (U14)

Družbene aktivnosti (U15)

Verske aktivnosti (U16)

Skupina za samopomoč (U17)

Premagovanje osamljenosti

- Strategije/načini zmanjševanja osamljenosti:

Aktivnosti spodbudijo druženje (U18)

Obisk svojcev (U19)

- Pogovor o osamljenosti:

Največ pogovorov med stanovalci (U20)

Redki pogovori z zaposlenimi (U21)

Izogibanje teme osamljenosti s svojci (U22)

- Prostor, ki odpravlja osamljenost:

Park (U23)

Soba (U24)

Kapela (U25)

Domač dom (U26)

- Medsebojni odnosi stanovalcev:

Z druženjem ne mislijo na osamljenost (U27)

Dejavnosti v domu

- Obiskovanje dejavnosti:

Zelo pogosto (U28)

- Najljubše dejavnosti:

Prireditve (U29)

Pikniki (U30)

Izleti (U31)

Trgatev (U32)

Praznovanje novega leta (U33)

- Zadovoljstvo z dejavnostmi pri zmanjševanju osamljenosti:

Zelo pomaga (U34)

Odnos socialne delavke do stanovalcev

- Pomoč stanovalcem:

Reševanje dokumentacije (U35)

- Podpora stanovalcem v osamljenosti:

Poslušanje (U36)

- Pomoč stanovalcem v osamljenosti:

Motivacija (U37)

Lepe besede (U38)

Pogovor (U39)

Organiziranje prostovoljstva (U40)

Vloga socialnega dela pri zmanjševanju osamljenosti

- Pogovor o osamljenosti s stanovalci:

Redki pogovori s stanovalci (U41)

- Socialna mreža:

Pogovori s svojci (U42)

Organizacija druženja s svojci (U43)

- Delo socialne delavke:

Pomoč stanovalcem (U44)