

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Tjaša Grmovšek

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

Magistrsko delo

Ljubljana, 2021

Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo

Tjaša Grmovšek

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

Magistrsko delo

Študijski program: Socialno delo s starimi ljudmi

Mentorica: Doc. dr. Bojana Mesec

Ljubljana, 2021

ZAHVALA

Iskreno se zahvaljujem mentorici, doc. dr. Bojani Mesec, za vso pomoč, vodenje in podporo pri pisanju magistrskega dela ter doc. dr. Liljani Rihter za številne nasvete in pomoč pri izdelavi metodološkega dela.

Prav tako bi se rada zahvalila vsem sogovornicam in mentorici na praksi, ge. Jelki Humar, saj so s svojim sodelovanjem omogočile nastanek magistrskega dela.

Za vso podporo in ljubezen se najlepše zahvaljujem tudi svoji in fantovi družini, ki sta mi v tem času potrpežljivo stali ob strani. Predvsem pa hvala tebi, Jan, ker si ves čas verjel vame in me s svojo pozitivnostjo na tej poti spodbujal. Želim si, da bi v starosti bilo čim več takih sopotnikov, kot sta bila moja sogovornika v intervjuju:

Žena: »Jaz sem tvoja nadloga.«

Mož: »Kakšna nadloga, ti si moja žena!«

PODATKI O MAGISTRSKI NALOGI

Ime in priimek: Tjaša Grmovšek

Naslov naloge: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

Kraj: Medvode

Leto: 2021

Št. strani: 127

Št. prilog: 4

Št. tabel: 7

Št. virov: 92

Mentorica: Doc. dr. Bojana Mesec

Ključne besede: stari ljudje, pomoč, samostojnost, onemoglost, dolgotrajna oskrba, socialno delo

Povzetek:

Za temo doživljanja pomoči sem se odločila, ker se mi zdi beseda *pomoč* izredno zanimiva in pozitivna ter je beseda, na katero ob omembi socialnega dela najprej pomislim. Na fakulteti smo velikokrat omenjali, da ljudje, ki potrebujejo pomoč, gredo po »moč«, kot socialni delavci pa jih lahko z močjo opremimo oziroma jim dodamo le nekaj, kar imamo in česar drugi nima ali nima dovolj.

Stare ljudi je močno strah možnosti funkcionalnega pešanja, ki bi privedlo do nezmožnosti samooskrbe oziroma samostojnega bivanja. Pri tem pa jih najbolj skrbi, da bodo morali zaradi pešanja zdravja in nezmožnosti skrbi zase oditi v socialno institucijo in tako zapustiti domače okolje. Tako sem v magistrskem delu želela ugotoviti, kako stari ljudje sprejemajo in doživljajo pomoč drugih v obdobju, ko sami niso več zmožni samostojnega bivanja. Zanimalo me je predvsem, kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč, ali jim pomoč drugih predstavlja večjo samostojnost v življenju. Raziskala sem, kakšne želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči in kakšna pričakovanja imajo do svojih bližnjih. Namen je bil izvedeti tudi, kakšno oporo nudijo formalne in neformalne mreže starim ljudem ter katere prednosti in slabosti vidijo v formalni in neformalni oskrbi.

Z raziskavo sem ugotovila, da stari ljudje sprejemajo pomoč kot pozitivno in dobrodošlo, pomoč jim ni odveč in se zaradi nje ne počutijo nemočne. Prejeta pomoč jih razbremeni, poleg tega pa so tudi bolj samostojni in lahko zaradi pomoči drugih opravijo več stvari kot sicer, če pomoči ne bi bili deležni. Želje in pričakovanja starih ljudi se navezujejo predvsem na socialne stike in odnose z najbližjimi osebami, predvsem z otroki, brati, sestrami in zakonci, saj si stari ljudje želijo druženja in povezovanja z ljudmi, največkrat so to bližnji družinski člani in vnuki. Tistim starim ljudem, ki nimajo velike socialne mreže, pomeni več, da imajo zadovoljeno emocionalno podporo in druženje, tistim, ki pa imajo veliko obiskov in opore s strani svojcev, pa veliko pomeni, da imajo zadovoljene tudi materialne potrebe. Med raziskavo sem ugotovila, da so socialne mreže starih ljudi (v ospredju so ožji družinski člani, nato prijatelji, sosedje, prostovoljci itd.) pomemben dejavnik, ki vpliva na počutje in kakovost pomoči ljudi, ki živijo v domu ali koristijo oskrbo na domu. Sogovornice prejmejo največjo oporo od najbližjih družinskih članov, predvsem v obliki druženja, pogovora in nekaj manj pri oskrbi, s strani formalnih oskrbovalcev pa zlasti v obliki instrumentalne (materialne) opore.

Title of Thesis: How do older people experience the help of others?

Keywords: older people, help, independence, incapacity, long-term care, social work

Summary: For the topic of experiencing help, I decided because I find the word help extremely interesting, a positive word and the word I first think of when I hear social work. We have often mentioned in college that people who need help go for "power", and as social workers we can add strength to them or add only something that we have and that others do not have or do not have enough of.

Older people have a great fear of the possibility of functional walking, which would lead to the inability to self-sufficiency or independent living. At the same time, they are most worried that they will have to go to a social institution due to their deteriorating health and inability to provide for themselves, thus leaving their home environment. Thus, in my master's thesis, I wanted to find out how old people accept and experience the help of others in a period when they themselves are no longer able to live independently. I was mainly interested in how old people experience the help of another as their own helplessness, or whether the help of others gives them greater independence in life. I researched what desires old people have to receive help and what expectations they have towards their loved ones. The aim was also to find out what kind of support formal and informal networks are for the elderly and what advantages and disadvantages they see in formal and informal care.

Through research, I have found that old people accept help as positive and welcome, help is not in their way and they do not feel powerless because of it. The help they receive relieves them, but they are also more independent and can do more things with the help of others than they would otherwise if they did not have help. The wishes and expectations of older people relate mainly to social contacts and relationships with loved ones, especially children, brothers, sisters and spouses, as older people want to socialize and connect with people, most often close family members and grandchildren. For those old people who do not have a large social network, it means more that they have satisfied emotional support and socializing, and for those who have a lot of visits and support from relatives, it means a lot that they also have satisfied material needs. During the research, I found that social networks of older people (in the foreground are close family members, then friends, neighbors, volunteers,...) are an important factor influencing the well-being and quality of care of people living in the home or benefit from home care. The interlocutors receive the greatest support from the closest family members, mainly in the form of socializing, conversation and a little less in care, while they receive support from formal caregivers mainly in the form of instrumental (material) support.

Kazalo

1. TEORETIČNI UVOD.....	1
1.1. Starost in staranje.....	1
1.1.1. Osamljenost	4
1.2. Samostojnost in odvisnost starega človeka.....	6
1.3. Dolgotrajna oskrba.....	10
1.6. Potrebe in pričakovanja starih ljudi.....	29
2. OPREDELITEV PROBLEMA.....	35
3. METODOLOGIJA	37
3.1. Vrsta raziskave	37
3.6. Definiranje kategorij	40
4. REZULTATI	41
5. RAZPRAVA	59
6. SKLEPI	65
7. PREDLOGI.....	68
8. LITERATURA	69
9. PRILOGE	76
9.1. Smernice za intervju.....	76
9.2. Intervjuji.....	78
9.3. Kodiranje intervjujev	95
9.4. Osnovno kodiranje.....	121

Kazalo tabel

9.3. 1 Tabela 1: Kodiranje intervjuja DA	95
9.3. 2 Tabela 2: Kodiranje intervjuja UB.....	98
9.3. 3 Tabela 3: Kodiranje intervjuja UC	102
9.3. 4 Tabela 4: Kodiranje intervjuja UD	106
9.3. 5 Tabela 5: Kodiranje intervjuja DE.....	109
9.3. 6 Tabela 6: Kodiranje intervjuja DF	113
9.3. 7 Tabela 7: Kodiranje intervjuja UG	117

1. TEORETIČNI UVOD

1.1. Starost in staranje

»Med vsemi stvarnostmi je starost morda tista, o kateri kar najdlje v svojem življenju gojimo podobo, ki je nadvse abstraktna« (Beauvoir, 2018, str. 36). Večina ljudi starost doživi, vendar dokler se ne postaraš sam, si je nihče ne predstavlja. Starost je za nas toliko odmaknjena, da se nam zdi čas, ko jo bomo dosegli, kot neskončnost (Beauvoir, 2018, str. 36).

Glede opredelitve, kdo je star, nimamo enotne ali univerzalne definicije, prav tako ni poenotena definicija starosti med državami. Znotraj same države se uporabljajo različne definicije v različnih situacijah, vedno bolj pa se pri opredeljevanju ljudi kot starih uporablja delitev, po kateri se starost začne z upokojitvijo (Vertot, 2010, str. 8).

Da lahko bolje razumemo proces staranja, razlikujemo tri vrste starosti:

1. *kronološka starost*, ki je določena z rojstnim datumom in nanjo nimamo vpliva,
2. *biološka starost*, ki jo težje izmerimo, saj se meri glede na pravilno delovanje osnovnih telesnih funkcij in celičnih procesov v telesu,
3. *psihološka (doživljajska) starost*, ki je prepletanje osebnih in socialnih dejavnikov, merimo jo po tem, koliko stari se počutimo (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 3–4).

Ramovš (2003, str. 73–74) pa pravi, da je starost treba razdeliti na podobdobja:

- Zgodnje starostno obdobje, ki se začne pri 66. letih in konča do 75. leta. V tem obdobju je človek še dejaven in po navadi dokaj zdrav, zato se še privaja na upokojsko življenje.
- Srednje starostno obdobje, ki se začne pri 76. letih in konča do 85. leta. Človek se začne v tem obdobju že privajati na upadanje svojih moči in zdravja, naglo izgublja vrstnike, večini tudi že umre zakonec.
- Pozno starostno obdobje, ki se začne po 86. letu starosti. Obdobje, ko človek prejema pomoč, sam pa opravlja zadnje naloge v življenju.

Jensen in Principi (2014, str. 313) navajata, da je staranje heterogeni proces, saj stari ljudje niso homogena skupina, ampak zelo raznolika populacija. Njihove življenjske razmere se razlikujejo glede na dohodek, izobrazbo, spol, narodnost, socialna omrežja, kronološko starost ipd.

Staranje ni le biomedicinski telesni pojav, temveč ima psihološke, socialne, politične, ekonomske in tudi druge dimenzije. Pomembno je razumevanje razširjenega pojmovanja zdravja v starosti. Zdravo staranje ni le vprašanje telesnega ali duševnega zdravja, ampak je multidimenzionalni kompleksni proces, ki poleg zadovoljivega zdravja vključuje tudi pozitivno življenjsko naravnost in aktivno življenje (Roljić, Kobentar, 2017, str. 9). Staranje je dolgo veljalo za upad oziroma, kot piše Beauvoir (2018, str. 11), je starost na biološki ravni bila povezana z usihanjem, pojeanjem, propadanjem. Danes pa je ravno nasprotno, saj sodobna medicina vse uspešneje preprečuje razne bolezni, s tem pa se življenjska doba daljša. Tudi socialni gerontologi pravijo, da staranje ni proces, ki ga povezujemo s šibkostjo, temveč tudi z močjo in potencialom (Jensen in Principi, 2014, str. 313).

Ko govorimo o starosti, pa ne smemo pozabiti na negativen pojav – tabuizacijo starosti. Ker je starost tabu, jo ljudje izrinejo iz svoje zavesti, kar pomeni, da starosti ne sprejemajo in se je ne zavedajo (Ramovš, 2003, str. 55). Beauvoir (2018, str. 254) pravi, da na starost nočemo misliti, saj vzbuja biološko odvratnost, vendar je ne moremo popolnoma izključiti, saj jo potrebujemo kot soudeležbo v projektu. Deloma lahko starega človeka primerjamo s položajem otroka, saj odrasli tako kot pri otrocih ne vzpostavljajo obojestranske koristi. Tudi v zgodovini se odnos do enih in drugih ni bistveno razlikoval. Družba z vlaganjem v otroke zagotavlja lastno prihodnost, saj so otroci aktivna prihodnost, v nasprotju s starimi ljudmi, ki so v očeh družbe »le mrlič z odloženo izvršitvijo obsodbe« (Beauvoir, 2018, str. 254).

Tudi stari ljudje svoje starosti ne sprejemajo, s tem pa prispevajo k njeni tabuizaciji, ki je povezana s stereotipi (Hvalič Touzery, 2003, str. 53). Vsakdanji stereotipi o staranju so v veliki meri negativni, saj se na stare ljudi gleda kot na drugorazredne državljane, ki se srečujejo z resnimi duševnimi in telesnimi težavami, ki zmanjšujejo ustvarjalnost (Hvalič Touzery, 2003, str. 53). Nastran Ule (2000, str. 160) trdi, da je pri stereotipih največja težava v njihovi odpornosti na spremembe. Spreminjajo se skladno z medskupinskimi odnosi in odvisnostmi od družbenih pogojev ter so občutljivi na spremembe na skupinski in ne na individualni ravni. Če se zgodijo pozitivne spremembe v medskupinskih odnosih in pozitivnih medosebnih odnosih med člani različnih skupin, pride do pomembnih sprememb v stereotipih. Raziskovalci ta fenomen imenujejo tudi »hipoteza stika«, glede na rezultate nekaterih raziskav, ki so pokazale, da je po srečanjih s člani različnih skupin prišlo le do delnega zmanjšanja stereotipov oziroma so se zmanjšali predvsem stereotipi do konkretnih članov, ki so bili med seboj v stiku. Do večjih sprememb pride šele takrat, ko so člani drugih skupin reprezentativni člani ali če so informacije ob stiku povsem drugačne od samih stereotipov.

V družbi obstaja mnogo stereotipov o starih ljudeh. Hvalič Touzery (2003, str. 53–55) kot najpogostejše stereotipe navaja:

- v starosti neizogibno oslabijo telesne funkcije, bolezni so pogoste,
- staranje je bolezen,
- stari ljudje so nekoristni,
- prav tako je neizogibna izguba spomina in s tem povezana demenca,
- starost se izenačuje z onemoglostjo in nesamostojnostjo,
- odvisnost od drugih je neizogibna, povečuje se potreba po institucionalizaciji,
- v starosti začne upadati zainteresiranost in sposobnost za spolnost,
- stari ljudje so vsi enaki.

Glede na zgoraj naštetе stereotipe se stari ljudje lahko počutijo starejše, kot v resnici so, bolj odvisne od pomoči drugih in manj samostojne. Mali (2008, str. 18) pravi, da lahko stereotipi močno vplivajo na njihovo samopodobo, poleg tega pa imajo učinek tudi na njihovo subjektivno doživljanje in obnašanje. Stereotipi so velikokrat tudi pomanjkljivi in ne temeljijo na resnici, saj jih ljudje posplošujejo ali z njimi pretiravajo (Mali, 2002, str. 318).

Če na starost gledamo s stališča, da se je v starosti, ki jo določa družba, treba umakniti s položaja, v katerem smo še aktivni, produktivni in imamo možnost odločanja, je povezovanje med generacijami mogoče razumeti le kot pomoč starim ljudem. Poleg tega je pomembno, da se imajo stari ljudje tudi priložnost pripraviti na lastno starost (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 37).

Tudi Ramovš (2003, str. 44–45) piše, da se mora star človek na svojo starost pripraviti, jo sprejeti in se sam truditi za njeno kakovost. Posebej dragocena vrednota v tretjem življenjskem obdobju, ki pomembno vpliva na kakovost življenja, je zdravje. Vse življenje je treba to vrednoto zavestno krepiti in ji posvečati pozornost, saj bomo le tako dodali letom več življenja, s tem pa boljšo kakovost. Kakovost življenja je poleg zdravja tesno povezana tudi z materialno varnostjo. Poleg naštetih vrednot pa moramo v starosti skrbeti tudi za višje človeške razsežnosti, ki jih Ramovš (2003, str. 48) opredeljuje kot:

- krepitev svobode odločanja in odgovornosti za svoje odločitve,
- ohranjanje medčloveških odnosov z različnimi ljudmi, pri čemer je pomemben tako stik s starejšo generacijo kot tudi z obema mlajšima generacijama,
- skrb za učenje in ustvarjalnost, kamor sodi zavestna skrb za predajanje izkušenj in spoznanj mlajšim generacijam,

- zavedanje smisla svojega prehojenega življenja ter dati vrednost vsemu lepemu in prijetnemu, težavam, ki jih je obvladoval, ter vrednost vsemu, kar je dobrega in pametnega naredil.

Kakovostno starost omogočajo tudi mnogi zdravstveni, socialni, vedenjski in psihološki dejavniki. Prvi in najpomembnejši je vsekakor zdravstveni, kajti v primeru, da ima človek starostne in druge bolezni, nikakor ne doživlja kakovostne starosti, čeprav je njegovo življenje bolj ali manj kakovostno. Seveda pa zdravje samo po sebi še ne zagotavlja kakovostnega življenja, če star človek ni zadovoljen sam s seboj, se ne počuti dobro in nima dobrih socialnih odnosov. Dejstvo pa je, da se vsi dejavniki med seboj prepletajo in vplivajo drug na drugega (Šiplič, Kadiš, 2002, str. 296).

1.1.1. Osamljenost

»Star človek potrebuje reden osebni stik z nekom, ki ga ima za svojega« (Ramovš, 2003, str. 103). Če nobene od oseb, ki jih ima ob sebi, ne čuti za svojo, je osamljen. To pa je v starosti huda tegoba, saj lahko stari ljudje svojo polno preteklost začnejo spoznavati kot nekaj praznega in nevrednega. Pogosto se zaprejo sami vase, lotijo se jih razne bolezni, lahko pa celo umrejo, kar se pogosto zgodi v primeru, ko se iz domačega okolja preselijo v dom za stare (Ramovš, 2003, str. 104). Cijan in Cijan (2003, str. 86) ugotavljata tudi, da do osamljenosti prihaja »zaradi nezadostnega števila primerno urejenih domov in drugih socialnih ustanov za zaščito starih ljudi«.

Osamljenost pa se pojavlja v vseh življenjskih obdobjih, ne samo v starosti. Umirajo vrstniki, sorodniki, ljudje zbolijo in obnemorejo. S temi preizkušnjami, ki so za človeka zelo težke, se vsak sooča na svoj način. Star človek se počuti osamljenega, saj se v starosti srečuje z izgubami bližnjih, ima manj pogoste socialne stike, ni več zaposlen, ima manj socialnih obveznosti kot prej. Ob tem pa je treba poudariti, da osamljenost ni povezana samo s pomanjkanjem socialnih stikov z ljudmi, saj se lahko človek počuti osamljenega tudi v družbi (Mali, 2002, str. 319). Birsa (1992, str. 28–30) navaja telesne motnje, ki so lahko vzrok osamljenosti: naglušnost; krčne žile, ki preprečujejo daljše stanje in hojo; pogosto uriniranje, ki lahko izzove nelagodje; vdovstvo; zobna proteza, ki se slabo prilega in otežuje govor.

Sluzki (2000, v Coif, 2017, str. 537) pri osamljenosti starih ljudi pomembno vlogo pripisuje socialni mreži, saj ta staremu človeku nudi čustveno podporo, materialno oporo, pomoč pri odločanju in delovanju ter mu omogoča vzpostaviti nove družbene stike. Hojnik-Zupanc (1997, str. 9) piše predvsem o pomembnosti socialne mreže in se omejuje na najozžje družinske člane, torej partnerje, otroke in vnuke. Prav družina je po upokojitvi še posebej pomembna, saj v življenju starejših ljudi zadovoljuje ne le potrebe po socialnih stikih, ampak jim daje tudi občutek, da so potrebni. Tudi Birsa (1992, str. 27) poudarja, kako pomembna je pomoč družine pri starih ljudeh: »Čeprav ne stanujejo pod isto streho s svojimi otroki, so lahko z njimi tesno povezani – se obiskujejo, skupno obravnavajo težave enih ali drugih, se posvetujejo, preživljajo skupne dopuste in praznovanja.«

Želela bi izpostaviti tudi osamljenost starih ljudi v času koronakrize, v kateri smo. Večino ljudi je korona omejila in prikrajšala za marsikaj, še posebej stare ljudi, ki so morali biti zelo previdni in resnično ločeni od zunanjih stikov. Znano je, da socialna izolacija med starimi ljudmi povzroča »resno skrb za javno zdravje« zaradi povečanega tveganja za avtoimunske, kardiovaskularne, nevrokognitivne in duševne težave (Armitage, Nellums, 2020, str. 256). Santini idr. (2020, str. 62–70) so dokazali, da socialna izključenost predstavlja večje tveganje za depresijo in tesnobo. Izolacija zaradi koronakrize je prizadela starejše posameznike, katerih edini stiki so bili zunaj doma, na primer v raznih skupnostih, cerkvah ipd. Tisti stari ljudje, ki nimajo ožjih družinskih članov ali prijateljev in se zanašajo na podporo prostovoljnih storitev, bi lahko bili izpostavljeni večjemu tveganju, skupaj s tistimi, ki so že izolirani in osamljeni (Armitage, Nellums, 2020, str. 256). Prav tako vidita avtorja rešitev, ki bi lahko preprečila socialno izolacijo in osamljenost, v spletnih tehnologijah, ki bi zagotavljale mreže za socialno podporo in občutek pripadnosti. Posegi bi lahko vključevali pogoste telefonske stike s pomembnimi člani uporabnikove socialne mreže, prostovoljci, zdravstvenimi delavci ipd. Poleg tega bi lahko kognitivno-vedenjske terapije »ponujali« po spletu in s tem izboljšali duševno počutje ter zmanjšali osamljenost (Armitage, Nellums, 2020, str. 256).

1.2. Samostojnost in odvisnost starega človeka

»Pri sedemdesetih letih sem čutila, da ne zmorem več toliko kot pred desetimi leti. Začela sem razmišljati o tem, da mi bo verjetno moral kdo občasno priskočiti na pomoč.« Tako svoje doživljanje starostnih sprememb opisuje gospa Minka v knjigi *Dodajmo življenje letom* (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 116). Star človek lahko zaradi bolezni in starostne oslabelosti postane odvisen od drugih ljudi. Pri odvisnosti od drugih se začne spreminjati njegova samopodoba, star človek pa se mora prilagoditi na nove razmere. Tako star človek kot tudi njegova okolica, predvsem družina, se težko soočijo z odvisnostjo, nanjo pa se lažje prilagodijo, če spremembe in življenjske moči upadajo postopoma, kot če do sprememb pride nenadoma (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 118).

Svetovno prebivalstvo že od sredine dvajsetega stoletja beleži rast števila starejših, kar se bo nedvomno nadaljevalo tudi v enaindvajsetem stoletju. Podaljševanje pričakovane življenjske dobe je eden največjih človeških dosežkov v zadnjem času, vendar dejstvo, da živimo dlje, prinaša večjo izpostavljenost kroničnim boleznim in nepokretnosti, ki prinašajo naraščajočo odvisnost od drugih (Moral-Fernández idr., 2018, str. 1). Raziskava v okviru projekta SHARE kaže, da ima 20 % prebivalcev v starosti 65 let ali več neko obliko invalidnosti, ki povzroči odvisnost od pomoči drugih pri opravljanju dnevnih nalog. V letu 2004 naj bi bilo v državah EU v starosti od 65 do 70 let od pomoči odvisnih 7,15 % moških in 9,4 % žensk, v starosti 80 let in več pa kar 27,7 % moških in 36,3 % žensk (Ušlakar, 2009 po Socialni razgledi 2006, str. 101). Naraščanje odvisnosti starih ljudi kaže tudi raziskava STAT, ki pravi, da se bo koeficient starostne odvisnosti starih, ki pove, koliko prebivalcev, starih 65 let in več, je odvisnih od 100 delovno sposobnih, do leta 2060 znatno povečal s 25,4 % na 53,5 % (Vertot, 2010, str. 12).

Odvisnost se vzpostavi v odnosu med posameznikom in okoljem, kakovost odnosa pa je odvisna od vrste potreb, ki so za starega človeka v določenih razmerah primarne. Baltes (v Hojnik-Zupanc, 1999, str. 34) je opredelila tri značilnosti odvisnosti:

- Večrazsežnost. Obstaja več vrst odvisnosti, ki so lahko: emocionalna, ekonomska, družbena, strukturna, psevdo- ali celovita odvisnost. Odvisnost je največkrat delna, lahko pa tudi celovita. Ko govorimo o celoviti odvisnosti, mislimo na vegetiranje človeškega telesa.
- Odvisnost ima več funkcij. Tako kot je na primer v otroštvu odvisnost nujen pogoj za razvoj osebnosti k večji samostojnosti, so tudi v starosti potrebni določeni vidiki odvisnosti za

podaljševanje samostojnega življenja v domačem okolju. Največkrat pa je odvisnost začasna in negativno vrednotena.

- Odvisnost ima različne vzroke. Kot najpogostejši vzrok lahko štejemo telesno nezmožnost, ki lahko nastane ne samo v starosti, ampak v katerem koli življenjskem obdobju. Zaradi tega pa odvisnosti ne moremo vnaprej enačiti s starostjo.

Star človek lahko zaradi svojcev, ki pretirano skrbijo zanj in nad njim bdijo, nehote postane odvisen od drugih, zato mu moramo pustiti tudi kakšno skrb, saj mu v nasprotnem primeru začnejo upadati preostale življenjske sposobnosti in hitreje postane odvisen od okolice (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 119). Tudi Baker (2002, str. 3) pravi, da moramo staremu človeku dopustiti, da sam pomaga in prispeva k odnosu z negovalcem, saj mu le tako zagotovimo občutek lastne koristnosti in bo lažje sprejel dejstvo, da potrebuje pomoč. Pri starem človeku je pot (ne)odvisnosti v primerjavi z otrokom ravno obratna. Medtem ko otroka učimo, da čim prej postane samostojen, pa je treba staremu človeku čim dlje omogočiti samostojno življenje (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 119).

Čačinovič Vogrinčič (2006, str. 78) zagovarja tezo, da je ohranitev generacijskih razlik in zavezništvo med staršema pomembna v vseh obdobjih življenja družine, kar pomeni, da starši v zadovoljevanju svojih potreb ne smejo postati odvisni od svojih otrok. Tudi tisti starši ne, ki potrebujejo pomoč in so nemočni. Ravno Lidzov koncept ohranitve generacijskih razlik pravi, da je posebna naloga družine, da razloči odvisnost staršev od otrokove pomoči, da ti ne ravnajo s svojimi starši, kot da so otroci.

Družina, predvsem partner in otroci so po raziskavah tako po svetu kot tudi v Sloveniji prvi pomočniki staremu človeku, ki se znajde v stiski (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 119). Po raziskavi OECD (2011, str. 44) naj bi bilo družinskih oskrbovalcev še enkrat toliko kot formalnih, v nekaterih primerih pa celo desetkrat več. Hojnik-Zupanc (1997, str. 120) pravi, da srednja generacija zaradi hitrega tempa življenja v večini primerov ne more zagotoviti redne in pogoste pomoči svojim staršem, zato ni pomemben samo osebni stik, ampak tudi telefonski pogovor: »Če so telefonski stiki med starši in otroki redni (vsakodnevni ali nekajkrat tedensko), starši čutijo bdenje svojih otrok in se počutijo bolj varne.« V nadaljevanju pravi, da družina, predvsem so to otroci, pomagajo svojim staršem pri čiščenju stanovanja, prinašajo življenjske dobrine iz trgovine, urejajo denarne zadeve in nudijo prevoz do zdravnika in drugih pomembnih opravkov. Kot najpomembnejša pomoč pa je čustvena opora, ki jo stari ljudje iščejo predvsem v partnerju in otrocih (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 120).

Neodvisno, samostojno bivanje v starosti, ki je povezano z individualnimi telesnimi, psihičnimi, osebnostnimi in materialnimi zmožnostmi (Kornhauser, Mali, 2013a, str. 323), pa se lahko hitro spremeni v visoko stopnjo odvisnega življenja, ko star človek vstopi v dom za stare. Hojnik-Zupanc (1999, str. 38) pravi, da je to okolje oziroma prostor premalo stimulativno in staremu človeku ponuja preveč pomoči; s tem ko mu odvzamejo skrb zase, pa mu upadajo sposobnosti. Tudi Mali (2008, str. 146) piše o odvisnosti v domu za stare in pravi, da v domu živijo stari ljudje, ki ne morejo več skrbeti zase in so odvisni od osebja, še posebej pri osnovnih življenjskih potrebah, kot so: hranjenje, oblačenje, umivanje, ter višjih potrebah, kot sta druženje in osmišljanje življenja. Mali (2008, str. 146) vidi težavo v vedenju zaposlenih v domu, ki se do stanovalcev obnašajo kot do hotelskih gostov ali majhnih otrok, s tem pa vplivajo na samopodobo in spoštovanje starih ljudi. S takim početjem lahko pri starih ljudeh vzbudijo občutek manjvrednosti, nepomembnosti, obenem pa osebje pozablja, da imajo stanovalci ogromno življenjskih izkušenj, modrosti in znanja.

Pamelee in Lawton (v Hojnik-Zupanc, 1999, str. 24) pravita, da sta varnost in samostojnost dve osnovni človeški potrebi, ki utemljujeta odnos med odvisnostjo in samostojnostjo. Star človek je lahko na eni strani odvisen od drugih subjektov – na primer tehničnih pomagal, s tem se počuti bolj varnega in se mu poveča avtonomija bivanja v domačem okolju. Odvisnost na enem področju življenja pa lahko poveča samostojnost na drugem področju.

Oskrba odraslega človeka je nasprotje njegove samostojnosti pri vsakdanjih opravilih. Človekova samostojnost je eden osnovnih življenjskih ciljev, in če ga želimo razumeti, moramo upoštevati, da osebna samostojnost in svoboda sodita danes med najvišje osebne vrednote. Ob tem pa ne smemo pozabiti dejstva, da je človekova potreba po pomoči ob starostnem pešanju v nasprotju s podobo o sebi kot svobodnem in samostojnem človeku. Enako temeljna kakor samostojnost je tudi človeška potreba po sodelovanju, medsebojni pomoči in solidarnosti, pri čemer pa je vsem naštetim stvarjem skupna medsebojna odvisnost (Ramovš, 2018, str. 6).

O (ne)samostojnosti starega človeka piše več avtorjev. Lawton in Nahemow (Hojnik-Zupanc, 1999, str. 26) samostojnost označita kot kompetentnost posameznika, da obvladuje okolje. Na to vplivajo interakcije med individualnimi psihofizičnimi in materialnimi zmožnostmi ter zahtevami okolja. Okolje pa lahko dopolnjuje individualne zmožnosti in tako ohrani določeno raven samostojnosti. Ramovš (2018, str. 15) pravi, da za uspešno samostojno življenje potrebujemo podporna vsakdanja opravila, ki se jih večinoma naučimo v obdobju adolescence. Ta opravila večinoma opravljamo sami, v starostni onemoglosti pa postanemo odvisni od

pomoči drugih, največkrat so to družinski in drugi neformalni oskrbovalci, ter od formalnih služb. Podporna vsakdanja opravila se zdijo manj bistvena za zdravje posameznika kot osnovna vsakdanja opravila, vendar so enako pomembna, saj zagotavljajo samostojnost in varnost v domačem okolju.

Glede na podatke iz raziskave *Potrebe, zmožnosti in stališča starejših ljudi v Sloveniji*, ki se nanašajo na samostojnost in pomoč pri vsakodnevni opravi, so starejši ljudje v večini samostojni do 80. leta, nato pa vse pogosteje potrebujejo pomoč drugega. Podatki so pokazali, da stari ljudje večinoma veliko dlje samostojno opravljajo osnovne vsakodnevne naloge, kamor štejemo oblačenje, hranjenje, osebno higieno, vstajanje iz postelje ipd. Pri instrumentalnih vsakodnevni opravi, kot je na primer kuhanje, čiščenje stanovanja, nakupovanje, pranje, pa pomoč potrebujejo še prej in pogosteje, pri nekaterih opravi že po 75. letu starosti. Stari ljudje so v domačem okolju, ki jim je bolj poznano, dlje časa in bolj samostojni. Za varno in samostojno življenje v takem okolju pa je bistvena samostojnost pri opravljanju vsakodnevni nalog, tako osnovni kot tudi instrumentalni (Rant, 2012, str. 33–42).

Samostojnost pa je pomembna tudi pri starih ljudeh, ki živijo v domovih za stare. Vsak dom želi stanovalcem zagotoviti, da živijo samostojno življenje, kar pa je v veliki meri odvisno od tega, kakšne so posameznikove psihofizične sposobnosti. Imperl (2012) zagovarja samostojnost pri stanovalcih na način, da opravljajo naloge, ki jih še zmorejo, imajo omogočeno zasebnost in občutek varnosti, hkrati pa imajo še vedno nadzor s strani zaposlenih (Kovač, 2013, str. 9). Scholl (1998) v Imperl (2012, str. 82) pravi, da »lega doma blizu kraja bivanja ohranja in spodbuja samostojnost stanovalcev na mnogih področjih dnevnega življenja«, poleg tega pa zaželeni stranski učinek bližine pomeni enostavnejše obiskovanje za prijatelje in sorodnike. Tudi Atkinson (1998) (v Mali 2008, str. 189) piše o domovih za stare, ki so organizirani tako, da poudarjajo posameznike, krepijo njihovo neodvisnost in finančno avtonomnost in sprejmejo tveganja, ki jih tako življenje prinaša stanovalcem. Med osebjem in stanovalci je vzpostavljeno medsebojno sodelovanje in odnosi vzajemnosti, stanovalcem pa dopuščajo, da sami sprejemajo tako vsakodnevne kot tudi dolgoročne odločitve.

Staremu človeku pa lahko samostojno življenje podaljšamo z organizacijo pomoči, oskrbe in nege na domu. Pomembno je, da se star človek lahko svobodno odloči, kje želi živeti, ne glede na to, kakšno potrebo po pomoči ima, poleg tega pa mu moramo zagotoviti kakovostno obliko bivanja in spodbujati ohranjanje socialni stikov (Grdiša, 2010, str. 56).

Čeprav je veliko starih ljudi opisanih kot nemočnih in z omejenimi življenjskimi možnostmi, pa vsega skupaj ne smemo enačiti, saj so mnogi še vedno v dobri kondiciji (Novljan, Jelenc, 2002, str. 8). Po drugi strani pa imamo kar nekaj starih ljudi, ki so onemogli in so nesposobni poskrbeti zase, zato je njihovo življenje odvisno od pomoči drugih oseb in potrebujejo socialne ter zdravstvene storitve, ki jim jih člani družine ne morejo priskrbeti. Zaključim lahko, da je onemoglost v starosti neizbežna, česar ne smemo ignorirati, oskrbo v starosti pa moramo načrtovati v skladu s potrebami ljudi in jo razvijati po sodobnih spoznanjih, kot so oskrba, organizacija in drugo (Ramovš, 2003 v Rant, 2012, str. 41). Kot pravijo Ramovš idr. (2018, str. 7): »Nemočni brez pomoči močnih ne morejo preživeti, močni se brez pomoči nemočnim ne morejo človeško razvijati – njihova moč in znanje podivjata v brezčutnost, pohlep, nasilje in na koncu v življenjsko praznoto. Sodelovanje močnih in nemočnih ljudi je nujni pogoj za razvoj človeka in skupnosti«.

1.3. Dolgotrajna oskrba

Dolgotrajna oskrba je odziv na demografske spremembe, s katerimi se spopadajo države s celega sveta (Mali idr., 2018, str. 15). Temelji na socialnem modelu (Oliver, 1996; Škerjanc, 2006), saj so v ospredju posameznikove potrebe, in stremi k zagotavljanju čim večje samostojnosti in neodvisnosti uporabnikov na domu in izvajanju storitev (Flaker idr., 2008, str. 22). Spremembe se kažejo v hitrem staranju prebivalstva, sočasno pa se zmanjšuje delež mladega prebivalstva. Korenito se je spremenilo tudi razmerje med ljudmi, ki pomagajo, in tistimi, ki prejemajo pomoč, kar pa po mnenju nekaterih lahko predstavlja alarmantno spremembo, lahko pa to razumemo tudi kot možnost za iskanje novih oblik sožitja in solidarnosti v družbi. Zaradi tega bo v prihodnosti dolgotrajna oskrba ključna pri zagotavljanju družbene stabilnosti (Mali idr., 2018, str. 15).

Flaker idr. (2008, str. 21) dolgotrajno oskrbo razumejo kot »fenomen, ki prinaša veliko novosti na ravni zagotavljanja socialne varnosti kot povsem drugačna paradigma *sui generis*, ki presega stare obrazce organiziranja oskrbe, načinov pristopa k človeški stiski, statusa uporabnikov in bistva procesov pomoči«. Sodobna oskrba starih ljudi poudarja njihovo potrebo po samostojnem življenju in neodvisnosti, hkrati pa morajo biti stari ljudje ne glede na samostojnost povezani z bližnjimi, znanci in prijatelji. Ravno sodelovanje in vključenost v skupnost pozitivno vplivata na kakovost življenja starih ljudi in njihovo odpornost (Mali idr., 2018, str. 20).

Z daljšanjem pričakovane življenjske dobe je vse več starejših, ki potrebujejo pomoč pri vsakodnevni dejavnosti, in vedno več tistih, ki potrebujejo formalne storitve oskrbe za daljše časovno obdobje, pri čemer je veliko starih ljudi in njihovih družin, ki teh potreb ne morejo zagotoviti. Ta dejstva silijo industrijske države k razvoju dolgotrajne oskrbe (Swartz idr., 2012, str. 139). Po predvidevanjih bo do leta 2050 število starejših prvič v zgodovini preseglo število mladih (Mali, 2013a, str. 1–2). V Sloveniji bo po Eurostatovi projekciji prebivalstva EUROPOP leta 2035 starih ljudi kar dvakrat toliko kot otrok (Lah, Svetin in Razpotnik, 2013, str. 8–9). Staranje prebivalstva pa se bo intenzivno nadaljevalo, saj se bo delež oseb, starejših od 65 let, od leta 2008 do leta 2060 s 17,1 % povzpел na 30 %, delež oseb, starih nad 80 let, pa s 4,4 % na 12,1 % v enakem obdobju (Vertot, 2010, str. 11).

Nagode idr. (2014, str. 32–35) predstavljajo storitve dolgotrajne oskrbe po štirih različnih področjih:

- Dolgotrajna oskrba v instituciji: sem spadajo domovi za starejše, posebni socialnovarstveni zavodi, varstveno-delovni centri, centri oziroma zavodi za usposabljanje, varstvo in delo ter zavodi za izobraževanje otrok s posebnimi potrebami. Po podatkih *Resolucije o nacionalnem planu zdravstvenega varstva 2016–2025* je v letu 2017 največji delež oseb storitve dolgotrajne oskrbe prejemale v institucijah, in sicer 35,5 % ali okoli 22.900.
- Dolgotrajna oskrba v dnevnih oblikah: zagotavlja se v zdravstvenih in drugih institucijah v obliki dnevnega centra v domovih za starejše ali pa so stari ljudje vključeni v dnevno varstvo pri centrih ali zavodih za usposabljanje, delo in varstvo. Po podatkih iz leta 2011 je bila več kot polovica starih oseb vključena v dnevni center v domu za stare.
- Dolgotrajna oskrba na domu: namenjena je predvsem starejši populaciji, ki jim omogoča, da čim dlje samostojno živijo v lastnem domu in njihovi skupnosti (Hlebec idr., 2014). Po podatkih Inštituta RS za socialno varstvo je bilo na dan 31. 12. 2019 v Sloveniji 8.339 uporabnikov.
- Dolgotrajna oskrba v denarju: po definiciji SHA 2011 zajema denarne transferje, ki so namenjeni storitvam dolgotrajne socialne oskrbe, prejemajo pa jih posamezniki ali gospodinjstva. Običajno to denarno pomoč prejemajo družinski člani, ki nudijo neformalno socialno oskrbo, ali pa gre za plačilo formalnih oskrbovalcev, ki nudijo pomoč pri opravljanju dnevnih nalog.

V Sloveniji trenutno nimamo urejenega enotnega sistema dolgotrajne oskrbe in je treba obstoječi sistem celovito prenoviti, predvsem pa na novo definirati področje dolgotrajne oskrbe.

Največji obseg pomoči zagotavlja sistem starim ljudem, ki so vključeni v institucionalno varstvo. Po podatkih Statističnega urada RS (SI-STAT) je v letu 2017 v domovih za stare prebivalo 16.784 prebivalcev, v istem letu pa je pomoč na domu prejelo 7.731 uporabnikov (Inštitut RS za socialno varstvo, 2017). Iz podatkov lahko razberem, da je uporabnikov pomoči na domu več kot polovico manj, kot pa jih živi v domovih za stare.

Leta 2017 je Ministrstvo za zdravje v sodelovanju z delovno skupino, v katero so bili vključeni predstavniki uporabnikov, izvajalcev, financerjev, stroke in pristojnih ministrov, oblikovalo predlog Zakona o dolgotrajni oskrbi in obveznem zavarovanju za dolgotrajno oskrbo. Ključni izzivi v Sloveniji so:

- vzpostaviti celovit in integriran sistem dolgotrajne oskrbe s poudarkom na oskrbi v domačem okolju,
- okrepiti izvajanje kakovostne in varne dolgotrajne oskrbe, kjer se v vseh oblikah vzpostavijo ustrezne kadrovske strukture, sistemi zunanjih in notranjih kontrol in podpora izvajalcem,
- vzpostaviti nove finančne vire, saj s trenutnimi, ki so na voljo, ni mogoče ustrezno urediti in razvijati dostopne in kakovostne dolgotrajne oskrbe, v kateri bodo upoštevane naraščajoče potrebe ter sodobni pristopi in oblike delovanja, ki so usmerjeni v zagotavljanje oskrbe na domu (Resolucija nacionalnega plana zdravstvenega varstva 2016–2025, 2016, str. 30).

Z zgoraj omenjenim zakonom se bo zagotovila: »celovita ureditev financiranja in izvajanja storitev dolgotrajne oskrbe za osebe, ki so dolgotrajno odvisne od pomoči drugih. Sistem dolgotrajne oskrbe bo temeljil na ocenjevanju potreb s pomočjo enotnega ocenjevalnega orodja, razvitega prav za ta namen. Vzpostavili se bodo pogoji za razvoj različnih oblik dolgotrajne oskrbe in podpore samostojnemu bivanju v domačem okolju. Zagotovilo se bo povezovanje strokovnih delavcev in sodelavcev različnih strok, ki bodo delovale v enotnem timu, vključevanje lokalne skupnosti in nevladnih organizacij. Zagotovila se bo dostopnost do informacij o storitvah in pomoči iz nevladnega, javnega in zasebnega sektorja na enem mestu.«

Ena izmed ovir pri uvajanju novega sistema dolgotrajne oskrbe v Sloveniji je pomanjkanje dajatev, ki bi omogočile nove načine oskrbe. Za samostojno življenje izven institucij, v skupnosti, bi bilo zagotovo treba izboljšati stanovanjsko oskrbo in povečati število skupnostnih oblik oskrbe. Pri tem pa moramo paziti, da ne bo revščina starih ljudi, ki potrebujejo dolgotrajno oskrbo, ogrozila pravice do storitev, ki jih potrebujejo (Flaker idr. 2008, str. 25), saj podatki

kažejo, da se je dohodkovni položaj poslabšal predvsem med starejšo populacijo, prav tako pa tudi drugod po razvitih državah med starim prebivalstvom opažajo porast revščine (Gilleard in Higgs, 2013, str. 278). Ne glede na to, kako se bo oblikoval sistem dolgotrajne oskrbe, pa Mali (2013b, str. 16) pravi, da je osrednje vodilo dolgotrajne oskrbe »pomoč človeku, ker je človek in ker je ohranjanje njegovega dostojanstva pomembno za človeško skupnost, za obstoj človeštva«.

1.3.1. Institucionalna oskrba

Življenje sodobnega človeka je nenehno povezano z institucijami, saj se rodimo v porodnišnici, hodimo v vrtec, šolo in službo, kasneje na starost lahko prebivamo v domu za stare. Prav zadnje obdobje našega življenja pa je izrazito institucionalno (Hlebec idr., 2009, str. 95).

V svetu obstajajo različne oblike pomoči starim ljudem, v Sloveniji pa je najbolj razširjena oblika institucionalnega varstva starejših dom za stare ljudi (Mali, 2012, str. 86–87). Med razlogi za prevladujočo institucionaliziranost starejšega prebivalstva sta zagotovo pomembni tradicija in zgodovina, saj so pred 2. svetovno vojno in po njej stare ljudi nameščali v ustanove, podobne domovom za stare, v hiralnice, zavetišče za onemogle ipd. (Hlebec idr., 2009, str. 95). Značilnosti zgodovinskega razvoja domov in sprememb, ki še danes vplivajo na podobo domov za stare, lahko pojasnimo s tremi modeli (Hlebec, Mali, 2013, str. 30):

- Začetni socialnogerontološki model domov za stare (od leta 1965 do 1990), pri katerem so postali pomembni domovi za stare v mestih in podeželju. Kljub bivanju v instituciji so želeli ustvariti okolje, da bi se stari ljudje počutili čim bolj podobno kot pred prihodom v ustanovo. Na delo in življenje v domovih za stare je imela velik vpliv socialna gerontologija, saj so ti imeli status institucije, namenjene starim in predvsem bolnim (Hlebec, Mali, 2013, str. 31–32). V domovih so se zaposlovali delavci z različnih področij, s poudarkom na zdravstvenih kadrih (zdravstveni tehniki, medicinske sestre, fizioterapevti, zdravniki ipd.) (Hlebec idr., 2009, str. 99). Od osemdesetih let naprej pa so v domovih začeli zaposlovati socialne delavke, ki so v njihovo delovanje vnašale doktrino socialnega dela, ki se je razlikovalo od medicinskega področja (Hlebec, Mali, 2013, str. 31–32).
- Vmesni bolnišnični model domov za stare (od leta 1991 do 2000), za katerega je značilno širjenje institucionalne mreže varstva starejših zaradi podeljevanja koncesij in vključevanja

zasebnih iniciativ s strani države. V domovih so se vedno bolj zaposlovale socialne delavke, vendar so se domovi zaradi dejavnosti, ki jo je utemeljevala gerontologija, zasnovana na medicini, razvili v medicinsko usmerjene. V domove so vse pogostejše prihajali stanovalci z zdravstvenimi težavami, za katere je bilo usposobljeno zdravstveno osebje (Hlebec, Mali, 2013, str. 31–32).

- Prehod v socialni model domov za stare (od leta 2000 naprej), za katerega je značilno načrtno povečanje institucionalnih zmogljivosti zaradi povečanja potreb starih ljudi po pomoči. V ospredju je individualiziran način dela, ki omogoča enakopravno sodelovanje med stanovalci in zaposlenimi (Hlebec, Mali, 2013, str. 32–33).

Področje institucionalnega varstva starih ljudi je v zadnjih dveh desetletjih doživelo številne spremembe, ki jih lahko vidimo v razvoju različnih strok, ki delujejo v domovih, v odnosu do stanovalcev in uporabnikov domov (Hlebec idr., 2009, str. 96). Mali (2012, str. 86–87) pravi, da so domovi za stare center celostne oskrbe, kjer zdravstvena in socialna stroka medsebojno sodelujeta in se dopolnjujeta.

Pregled pravic in dolžnosti stanovalcev doma za stare kaže na očitno izgubo avtonomije v instituciji. Ob tem pa imajo stari ljudje v družbi še stigmatiziran položaj, ki jim ne omogoča dovolj avtonomnega ravnanja (Hlebec idr., 2009, str. 104). Hojnik-Zupanc (1999, str. 169–171) predstavlja dom za stare kot družbeno institucijo, v kateri administrativne strukture določajo vloge in norme vedenja in delovanja osebja in stanovalcev. Vendar v vsaki instituciji ni vedno tako, zato različni avtorji domove za stare primerjajo z Goffmanovim razumevanjem totalne ustanove, ki jih opredeljuje kot prostor za delo in bivanje, kjer živi večje število ljudi daljše obdobje, imajo podoben položaj, odrezani so od družbe ter skupaj živijo prisilno in formalno vodeno življenje (Mali, 2006, str. 17). Flaker (2015, str. 195) pravi, da je totalna institucija vrsta bivalne skupnosti, kjer pod isto oblastjo potekajo vsi vidiki življenja. Uporabnik z vstopom v institucijo prinese svoje navade in identiteto. Prilagoditi se mora ustaljenim pravilom in določenim urnikom, zato s takim načinom totalne institucije zatrejo vse, kar uporabnik »prinese s seboj«.

Odhod v dom pa starim ljudem praviloma predstavlja težavo, saj kot pravi Ramovš (2014, str. 46–50), niso več pripravljeni na spremembe. Lahko je tudi razlog za človekovo vznemirjenost in globoko tesnobo, vendar drži, da se mora star človek bolj prilagoditi instituciji kot pa institucija njemu. S prihodom v institucijo stari ljudje izgubijo samostojno skrb za obstoj, higieno in vsakdanja opravila, ki človeka osrečujejo. Pojavi se pasivnost uporabnika, saj ima

naenkrat ogromno prostega časa, ki pa posamezniku zmanjšuje lastno vrednost. Pogosta težava je tudi izguba dotedanjih socialnih stikov in povezave z okolico, v kateri je prej živel, saj svojci, s katerimi je bil pred tem v stalnem odnosu, sedaj predstavljajo le srečanje ob formalnih obiskih. Četudi je star človek imel doma težko življenje, mu je to dajalo občutek moči in samostojnosti, odhod v dom pa mu predstavlja umik iz aktivnega življenja in pomeni, da je »izkoreninjen« iz svojega življenja (Ramovš idr., 1992, str. 50–54).

Ključno vprašanje je, kako lahko izboljšamo življenje in življenjski slog stanovalcev domov za starejše, saj se z vstopom v institucijo ne spremeni samo obseg zasebnosti, ampak veliko več (Macuh, 2017, str. 55). Mali idr. (2018) so v knjigi *Inovacije v dolgotrajni oskrbi: primer domov za stare ljudi* predstavili pojavnost inovacij v domovih starejših občanov. V knjigi so našli več kot petdeset inovacij, ki se kažejo kot spremembe v splošnih pristopih, v organizacijskih oblikah ali metodah dela oziroma posameznih storitvah. Spodaj bom našla le del inovacij po Mali idr. (2018, str. 59–150):

- Avtonomija, ki so jo nekateri avtorji razčlenili na vidike, kot so samoodločanje, svoboda izbire, izpolnitev želja in neodvisnost. Avtonomija se v vsaki instituciji zdi skoraj nemogoča, v domovih za stare pa je celo imaginarna, že zaradi družbenega statusa starih ljudi in značilnosti institucionalnih domov. S perspektive starih ljudi se zdijo vprašanja glede nadzora nad lastnim življenjem in samostojnostjo nepomembna, prav tako pa lahko zaradi lažjega delovanja brez njih postanejo nepomembna tudi z institucionalnega vidika. Rezultati so pokazali, da je stopnja avtonomnosti za zdrave, samostojnejše in gibalno neovirane razmeroma precej visoka. Avtonomnosti v domu pa je manj, ali je sploh ni, za tiste stanovalce, ki so nesamostojni pri gibanju, odvisni od nege drugih, za stanovalce z demenco in kognitivnimi motnjami. Eno od ključnih spoznanj je, da avtonomija ni nekaj, kar drugemu podeljujemo, ampak je temeljna pravica, ki ljudem pripada.
- Nadzor nad življenjem, kar je razumljeno predvsem kot avtonomnost pri izbiri oziroma odločanju v domu glede hrane in časa obroka, obiskov, udeležbe na prireditvah, obiska frizerja ipd. Raziskave so pokazale, da imajo samostojni stanovalci, ki ne potrebujejo podpore drugih, »polno« avtonomijo, saj se lahko sami odločajo o načinu življenja v instituciji. Kot dober zgled in možnost izbire bi izpostavila primer, ko stanovalci sami sestavljajo jedilnik za 14 dni, pripravljajo obroke skupaj z zaposlenimi in imajo vpliv na dejavnosti doma (odločajo se glede aktivnosti, kam bodo šli ipd.), saj je z vidika vključenosti in participacije to velik in pozitiven korak.

- Možnost enakopravnih odnosov z zaposlenimi ni preprosta in enopomenska tema, saj odnose med njimi omejujejo formalne in neformalne strukture moči in hierarhije. Najpogostejša prizadevanja, da bi bili odnosi med zaposlenimi in stanovalci čim bolj enakopravni in podobni tem, ki so jih imeli v domačem okolju, so: naslavljanje stanovalcev, spoštovanje želja stanovalcev, skupni družabni in sanitarni prostori, razni rituali, kot so kuhanje kave, skupni obroki, odsotnost uniform idr. Inovacije zagotavljajo uresničevanje sprememb v odnosu med strokovnjakom in uporabnikom na način, da stanovalec postaja aktiven udeleženec v procesu pomoči ali, kot navajajo Flaker idr. (2013), partner v procesu oskrbe.

Med paradigmatke spremembe dolgotrajne oskrbe lahko uvrstimo tudi socialnovarstvene in značilne domske inovacije, saj, kot pišejo Mali idr. (2018, str. 13), »so jih zaznali v obsegu dveh tretjin inovacij v domovih in zato lahko z gotovostjo trdimo, da domovi starejših občanov že danes izvajajo spremembe v oskrbi, ki imajo značilnosti paradigmatkih sprememb dolgotrajne oskrbe.«

1.3.2. Socialna oskrba na domu

Programi za delno samostojne ljudi so namenjeni ljudem z zmanjšanimi sposobnostmi – kot so telesne, duševne, duhovne ali socialne – ki zaradi tega ne morejo opravljati vseh vsakdanjih nalog. Z delno pomočjo lahko te potrebe nadomestimo, star človek pa lahko v svojem življenjskem okolju relativno samostojno živi. Med programe za pomoč delno samostojnim starim ljudem štejemo tudi socialno oskrbo na domu (Ramovš, 2003, str. 304), ki se je med organiziranimi storitvami v bivalnem okolju starega človeka v zadnjih letih najbolj okrepila in razvila (Nagode, 2009, str. 125).

Socialno oskrbo na domu ureja *Pravilnik o standardih in normativih socialnovarstvenih storitev* (Ur. l. RS, št. 52/95 in nasl.), ki v 6. členu navaja, da je socialna oskrba ali pomoč na domu temeljna socialnovarstvena storitev, ki se izvaja na domu posameznika. Obsega storitve gospodinjske pomoči, pomoči pri vzdrževanju osebne higiene in pomoči pri ohranjanju socialnih stikov. Tako se upravičencem vsaj za določen čas nadomesti potrebo po institucionalnem varstvu v zavodu, v drugi družini ali v drugi organizirani obliki (Pravilnik o standardih in normativih socialnovarstvenih storitev, 1995) ter jim omogoča daljše in

kakovostnejše bivanje doma, kar vpliva na manjši stres, ki ga selitev in sprememba okolja predstavljata staremu človeku (Hlebec idr. 2014).

Za izvajanje oskrbe na domu je zadolžena občina, ki pa lahko drugim socialnovarstvenim zavodom, centrom in zasebnim izvajalcem za izvajanje oskrbe na domu podeli koncesijo (Cijan in Cijan, 2003, str. 170). Tako so v mnogih občinah izvajalci oskrbe na domu centri za socialno delo, domovi za starejše, nevladne organizacije, javni zavodi na področju socialnega varstva in drugi. Občina mora po Zakonu o socialnem varstvu (99. člen) obvezno financirati »najmanj v višini 50 % subvencije k ceni storitve in v višini, za katero je upravičenec oziroma drug zavezanec delno ali v celoti oproščen plačila.« Konec leta 2019 je storitev pomoči na domu opravljalo 25 centrov za socialno delo, 32 domov za starejše in posebni socialnovarstveni zavodi, trije drugi javni zavodi in 21 zasebnikov. To delo je opravljalo 1.178 oseb (vodje, koordinatorji, socialne oskrbovalke, laične delavke), ki so oskrbovale 8.339 uporabnikov. Glede na pridobljene podatke pa lahko razberemo, da se je v letu 2007–2019 povečalo število občin, ki so zagotavljanje storitve prepustile zasebniku, domu za starejše ali posebnemu socialnovarstvenemu zavodu, zmanjšalo pa se je število občin, katerih izvajalec je bil CSD (Kovač, Orehek in Černič, 2020, str. 19–60).

Po *Pravilniku o standardih in normativih socialnovarstvenih storitev* (Ur. l. RS 45/2010) so upravičenci do storitev socialne oskrbe na domu osebe, »ki jim preostale psihofizične sposobnosti omogočajo, da z občasno organizirano pomočjo drugega ohranjajo zadovoljivo duševno in telesno počutje in lahko funkcionirajo v znanem bivalnem okolju tako, da jim vsaj za določen čas ni potrebno institucionalno varstvo v zavodu, v drugi družini ali v drugi organizirani obliki (6. člen).« Kot pišejo Nagode idr. (2013, str. 361), ima lasten dom za stare ljudi veliko čustveno vrednost, saj v njem ohranjajo svojo samostojnost, kakovost življenja, okolje jim je poznano, v njem ohranjajo vezi z družino, prijatelji in sosedmi. Tako jim oskrba na domu omogoča individualno obravnavo, kjer se storitev prilagodi glede na uporabnikove potrebe, socialni oskrbovalci pa lažje ugotovijo težave, s katerimi se uporabnik srečuje. Ne smemo pa pozabiti tudi na finančni vidik, saj je opravljanje storitev na domu po navadi bolj stroškovno učinkovito kot v instituciji, še posebej, če je uporabniku omogočena tudi pomoč s strani neformalne oskrbe.

Pravilnik o standardih in normativih socialnovarstvenih storitev (Ur. l. RS, št. 52/95 in nasl.) v 6. členu navaja, katere storitve vključuje socialna oskrba na domu:

- Gospodinjska pomoč, ki vključuje opravila: prinašanje enega pripravljenega obroka ali nabava živil in priprava enega obroka hrane, pomivanje uporabljene posode, osnovno čiščenje bivalnega dela prostorov z odnašanjem smeti, postiljanje in osnovno vzdrževanje spalnega prostora. Največji delež uporabnikov je konec leta 2019 koristil prav ta sklop pomoči, in sicer kar 87,8 % (Kovač, Orehek in Černič, 2020, str. 66).
- Pomoč pri temeljnih dnevnih opravilih, kamor sodi tudi vzdrževanje osebne higiene: pomoč pri oblačenju ali slačenju, pomoč pri umivanju, hranjenju, opravljanju osnovnih življenjskih potreb, vzdrževanje in nega osebnih ortopedskih pripomočkov. Ta sklop pomoči je leta 2019 koristilo najmanj uporabnikov (64 %) (Kovač, Orehek in Černič, 2020, str. 66).
- Pomoč pri ohranjanju socialnih stikov, kamor sodijo opravila, kot so: vzpostavljanje socialne mreže z okoljem, s prostovoljci in s sorodstvom, spremljanje upravičenca pri opravljanju nujnih obveznosti, informiranje ustanov o stanju in potrebah upravičenca in priprava upravičenca na institucionalno varstvo. V letu 2019 je ta sklop storitev koristilo več kot tri četrtine uporabnikov, kar znaša skoraj 80 %, je pa pri tem sklopu storitev tudi največji upad v primerjavi s preteklim letom, in sicer slaba 2 % (Kovač, Orehek in Černič, 2020, str. 66).

V Sloveniji se vse bolj poudarja pomembnost čim daljšega bivanja starih ljudi v domačem, poznanem okolju. Pri tem ima ključno vlogo oskrba na domu, saj med programi socialnega varstva velja za najbolj poznano in razširjeno storitev, ki se izvaja na domu posameznika (Nagode idr., 2013, str. 361). Filipovič Hrast in Hlebec (2015, str. 50) v svoji raziskavi predstavljata ključne izzive, ki se pojavljajo pri oskrbi na domu v Sloveniji. Med občinami se pojavljajo velike razlike v ceni storitve, učinkovitosti izvedbe storitve, dostopnosti in kakovosti storitev. Zaradi različnih možnosti dostopa do te storitve pa imajo stari ljudje zagotovljeno različno kakovost bivanja v svoji skupnosti. Štepec (2007, str. 29) tako izpostavlja problematiko socialne oskrbe v ruralnem okolju, v katerem formalna oskrba še ni tako razvita, zato imajo pri oskrbi pomembno vlogo neformalni oskrbovalci, torej družinski člani in sorodniki. Pomoč neformalnih oskrbovalcev lahko vodi do izčrpanosti in preobremenjenosti, zato se mora tudi v ruralnih okoljih vzpostaviti formalna oskrba na domu, s čimer se pomaga starim ljudem, da v domačem okolju živijo čim bolj samostojno.

Želela bi izpostaviti tudi vlogo socialnih oskrbovalk, saj imajo te eno izmed bolj pomembnih in ključnih vlog pri izvajanju socialne oskrbe na domu. Kot pišeta Nagode in Hlebec (2013, str. 22), ima pri delu socialnih oskrbovalk velik pomen sodelovanje in odnos tako z uporabniki kot njihovimi sorodniki. V nadaljevanju pa ugotavljata, da socialne oskrbovalke ponekod

opravljajo tudi servisna opravila, ki ne sodijo v sklop socialne oskrbe, kar lahko kaže na pomanjkanje nekaterih servisnih storitev v določeni občini. Tudi Hlebec idr. (2010, str. 89) omenjajo to pomanjkljivost, in sicer si stari ljudje vlogo socialne oskrbovalke predstavljajo veliko širše od dejanskih storitev, ki jih ponuja socialna oskrba na domu. Poleg oskrbe si želijo, da bi jim socialna oskrbovalka prinašala dobrine iz trgovine, pomagala pridobiti in razumeti informacije, povezane s pridobivanjem dodatnih sredstev, se z njimi družila na sprehodu ipd. Kot rešitev predlagajo prilagoditev storitev potrebam uporabnikov tako, da bi formalne skrbstvene službe ponujale širše in bolj prožne oblike storitev. Med težave in pomanjkljivosti, s katerimi se spopadajo socialne oskrbovalke, lahko naštejemo delovni čas, ki od organizacije do organizacije zelo variira, to pa vpliva na različno stopnjo zadovoljstva socialnih oskrbovalk. Pogosto je tudi plačilo za delo eden od pomembnih dejavnikov stresa, saj so po raziskavah z njim socialne oskrbovalke dokaj nezadovoljne (Nagode, Hlebec, 2013, str. 25).

Ko družina ne more več sama poskrbeti za starega človeka, potrebuje pomoč, v kateri so udeleženi vsi, tako star človek kot tudi člani družine (Čačinovič Vogrinčič, 2007, str. 79). Pri tem ima vlogo tudi socialni delavec, katerega naloge in vloge so lahko zelo raznovrstne (Milošević Arnold, 2000, str. 260).

Tudi Mali (2007, str. 67–68) pravi, da socialni delavci čedalje bolj razumejo raznovrstnost in heterogenost življenja starih ljudi, saj se srečujejo s specifičnimi problemi, ki nastajajo zaradi posebnosti starostnega obdobja življenja, zato je pomembno, da se ti osredotočijo na mobiliziranje virov in moči starih ljudi in niso usmerjeni v njihovo šibkost, poleg tega pa pri svojem delu potrebujejo različne strokovne spretnosti, kot so: sposobnost komuniciranja, presojanja, sodelovanje v multidisciplinarnih timih, povezovanje različnih generacij ipd.

Mali in Stritih (2008, str. 61) pišeta, da ima lahko socialni delavec vlogo informatorja, saj stare ljudi seznanja z možnimi oblikami pomoči, z vrstami storitev in s pogoji zanjo (Milošević Arnold, 2003, str. 6–9), hkrati je lahko koordinator, ko pomaga pridobiti pomoč različnih služb in povezati neformalne oskrbovalce s skupnostno formalno mrežo pomoči (Mali in Stritih, 2008, str. 61). Milošević Arnold (2003, str. 24) navaja še druge profesionalne vloge socialnega delavca: svetovalec, usposobljevalec, učitelj, posrednik, pogajalec, iniciator, zastopnik, aktivist, organizator, supervizor prostovoljcem.

Milošević Arnold (2003, str. 12) pravi, da so vse prevečkrat strokovnjaki in sorodniki tisti, ki vedo, kaj naj bi bilo za starega človeka najbolje, pri tem pa pozabljajo, da je star človek tisti, ki mu bo pomoč namenjena. Ob tem moramo upoštevati tudi starostnikove želje in potrebe, zato

star človek, ki je v šibkejšem položaju, sprejme ponujeno pomoč, ki je ob tem lahko manj učinkovita. Če želimo, da bi storitve oskrbe na domu delovale čim bolj učinkovito in bi odgovarjale potrebam posameznih uporabnikov, moramo »slišati starejše ljudi in njihove svojce, poznati njihove želje, potrebe in omejitve. Organizacije, ki izvajajo socialno oskrbo na domu, pa morajo ustvariti tako organizacijsko okolje, da bo socialnim oskrbovalcem omogočalo čim bolj kakovostno delo« (Hlebec idr., 2014, str. 7).

1.4. Socialna opora in socialna omrežja

Vprašanje kakovosti življenja v starosti, ki je povezano s staranjem prebivalstva v razvitih državah, postaja vse bolj aktualno. Poudarek je predvsem na samostojnem in polnem življenju starih ljudi ter težnji, da starostnik ostane aktiven znotraj skupnosti (Filipovič Hrast idr., 2005, str. 205). V starosti je človek še posebej občutljiv za njemu primerno ravnotežje med tem, da je neodvisen in samostojen, in tem, da je sprejet pri svojcih, drugih ljudeh v svoji skupnosti in ustanovah. To ravnotežje se hitro zamaje, če star človek zboli, se poškoduje ali se mora preseliti iz svojega okolja (Ramovš, 2003, str. 182). Številne raziskave kažejo, da na to pozitivno vpliva povezanost med kakovostjo socialnega neformalnega omrežja in različne razsežnosti vsakdanjega življenja, pri čemer ima pomembno vlogo vpetost v omrežja socialne opore. Ravno slednja pomagajo starim ljudem pri vsakdanjih življenjskih opravilih, saj nudijo materialno, finančno in emocionalno oporo ter jim omogočajo vpetost v družbo (Filipovič Hrast idr., 2005, str. 205).

Hlebec in Kogovšek (2006, str. 103) socialno oporo opisujeta kot »pomoč, ki se izvaja v različnih oblikah in ima več razsežnosti. Ker smo ljudje družbena in čustvena bitja, sta najpomembnejša emocionalna opora (izkazovanje ljubezni, naklonjenost) in druženje.« Tudi zgodnejše opredelitve v sedemdesetih letih 20. stoletja so poudarjale pretežno emocionalno razsežnost socialne opore v smislu občutka pripadnosti in sprejetosti ter skrbi pri pomembnih drugih (Hlebec in Kogovšek, 2004, str. 15).

Med začetnike, ki so se konceptualno ukvarjali s socialno oporo in izhajali predvsem iz emocionalnega vidika opore, spadajo Cassel, Caplan in Cobb (Hlebec in Kogovšek, 2004, str. 15). Cassel je socialno oporo povezoval s stresom in boleznijo. Meni, da stresno okolje rahlja osebne odnose in moti sprejemanje povratnih informacij iz okolja, ravno odnosi pa so ključni element socialne opore, ki ga posamezniku dajejo njegovi pomembni in najbližji drugi. Cobb

posebej poudarja socialno oporo kot zaščito pred stresom, od drugih avtorjev pa se je razlikoval po tem, da je zanj to informacija, ki posamezniku omogoča, da se zaveda, da je sprejet, ljubljen in spoštovan (Hlebec idr., 2009, str. 154). Caplan je poudarjal pomembnost in trajnost odnosov, vendar je poleg najbližjih vezi (družinski člani in prijatelji) upošteval tudi bolj oddaljene, kot so skupine za pomoč, sosedski odnosi, osebni zdravniki. Socialno oporo je razdelil na tri vrste, ki bi jih z danes uveljavljeno terminologijo poimenovali emocionalna, materialna in informacijska opora (Hlebec in Kogovšek, 2004, str. 156).

Čeprav obstaja več klasifikacij socialne opore, pa najpogosteje najdemo delitev na naslednje elemente (Hlebec idr., 2009, str. 155):

- Instrumentalna (tudi materialna) opora ali praktična pomoč, ki zajema pomoč v materialnem smislu, kot so posojanje denarja, orodja, pomoč pri hišnih opravilih. Kot pravita Hlebec in Kogovšek (2003, str. 106–107), jo najpogosteje zagotavljajo prijatelji, sosede in sorodniki.
- Informacijska opora so informacije, ki jih posameznik potrebuje ob kakšni večji življenjski spremembi, na primer ob selitvi, iskanju nove službe ipd.
- Emocionalna opora je pomoč ob večjih ali manjših življenjskih krizah, kot je smrt bližnjega, težave v družini, na delovnem mestu, ob ločitvi.
- Druženje, ki se izvaja v obliki prostoročnih aktivnosti, kot so izleti, obiskovanja, kino (Hlebec idr., 2009, str. 155).

Posameznikovo socialno omrežje predstavljajo viri socialne opore, na katere se obračajo po pomoč in oporo ali jo nudijo sami sebi. Struktura in sestava omrežja socialne opore sta načeloma stabilni, razen v primerih večjih sprememb, kot sta ločitev ali upokojitev (Hlebec, Kogovšek, 2003, str. 105).

»Pojem socialna mreža pomeni človekovo povezanost z drugimi ljudmi, ki je ena od bistvenih človeških potreb in lastnosti; izraža se v osebnih medčloveških odnosih in v stvarnih delovnih ter drugih raznih razmerjih. Medčloveška razmerja in odnosi so za človeka v resnici kot mreža; v različnih socialnih mrežah živi vse življenje, če to hoče ali pa ne« (Ramovš, 2014, str. 51). Socialna mreža predstavlja oporo v obdobju preživljanja stresa in sprememb, ki se dogajajo skozi življenje. Poleg gostote omrežja je pomembna še kakovost odnosov, saj starostnik socialno mrežo gradi na osnovi svojih življenjskih izkušenj (Ramovš, 2003). Na splošno se posameznikovo socialno omrežje šteje za glavni dejavnik pri določanju narave njegovih težav,

zagotavljanju pomoči ali vplivanju na to, kateri viri zunanje pomoči bodo pridobljeni (Froland, 1980, str. 575).

Tipično omrežje socialne opore starostnika je 5–7 ljudi, med katerimi so na prvem mestu družinski člani, sledijo pa drugi sorodniki, prijatelji in sosedje (Hlebec, 2004, str. 111). Več raziskovalcev je poskušalo analizirati omrežja starejših in ugotoviti, ali obstajajo tipi omrežij, po katerih se starejši med seboj razlikujejo (Filipovič Hrast idr., 2005, str. 205–206). Hlebec (2004, str. 111) navaja Wenger (1994, str. 3) in Hojnik (1999, str. 134) ter našteva pet različnih tipov socialnih omrežij:

- *Sorodstveno oziroma družinsko omrežje*, ki je majhno in šteje do štiri člane. Njegova značilnost je skupno bivanje z otrokom, ki tudi skrbi za starostnika in mu omogoča zadovoljitev večine potreb.
- *Omrežje, ki je integrirano v bivalno okolje*, ki je večje in šteje do osem članov. Značilna je tesna povezanost z družino, prijatelji in sosedi, razvoj pa temelji na dolgotrajnem bivanju v isti skupnosti in aktivnem vključevanju v to skupnost.
- *Samostojno, samozadostno oporno omrežje*, ki je majhno in značilno za samske osebe brez otrok, ki živijo same. Stari ljudje so povezani z enim sorodnikom, še najbolj pa se zanesejo na sosede. Njihovo življenje je precej izolirano.
- *Oporno omrežje širšega bivalnega okolja* se pogosto razvije pri selitvi ob upokojitvi. Taka omrežja so večja, značilna pa je aktivna povezanost z oddaljenimi sorodniki in odsotnost sorodnikov, ki so geografsko bližje.
- *Zaprto zasebno oporno omrežje*, pri katerem gre za majhna omrežja, ki jih razvijejo odvisne stare osebe, ki živijo zelo izolirano. Sorodniki so geografsko oddaljeni, ni stikov s sosedi, imajo le nekaj prijateljev.

Najpomembnejši vir socialne opore starejšim posameznikom so njihovi družinski člani, partner in otroci, običajno je to hči, in drugi (Filipovič Hrast idr., 2005, str. 205). Družinski odnosi ponujajo medsebojno emocionalno in praktično pomoč med generacijami, ki si tako izmenjujejo znanje, izkušnje ter skrbijo za druge. Nekatere raziskave kažejo, da so močan in večrazsežen vir opore še posebej najbližje sorodstvene povezave starši – otroci, saj zajemajo vse razsežnosti opore, razen druženja. Med pomemben vir opore spadajo tudi bratje in sestre, ki pa naj bi to nudili predvsem v kasnejšem življenjskem obdobju v obliki emocionalne podpore in manj instrumentalne opore (Kogovšek idr., 2008, str. 61). Za stare ljudi je pomembna predvsem emocionalna opora, saj se čustvena pomoč, ki jo prejemajo od svojih bližnjih,

neločljivo povezuje z uspešnim staranjem. Prav tako se stari ljudje, ki imajo močna omrežja socialne opore, bolj učinkovito spopadajo s stresnimi situacijami kot tisti, ki tesnih vezi z drugimi nimajo (Šadl, Hlebec, 2009, str. 237).

Filipovič Hrast idr. (2005, str. 205) poudarjajo še en pomemben vir socialne opore, in sicer sosedske vezi. Slednje so izrazito pomembne za posameznike, ki ostanejo samostojni, to pomeni, da niso institucionalizirani in tudi ne živijo s katerim od družinskih članov. Na podlagi raziskav se ugotavlja, da približno 5–10 % starih ljudi redno prejema neformalno obliko pomoči od neplačanih oseb, ki niso v sorodstvenem odnosu, na primer sosedje (Filipovič Hrast, 2009, str. 171). Kot ugotavlja Bakerjeva (2002) v Filipovič Hrast (2009, str. 171), pa »posamezniki, ki nudijo pomoč starejšim, sebe pogosto ne vidijo v vlogi dajalca neke vrste opore in pomoči, ampak samo v vlogi dobrega sosed«.

Stari ljudje so tako pogosto odvisni od pomoči, ki jo dobijo v socialnem okolju, v katerem živijo. Na neformalen način jo prejemajo od družine, svojcev, sosedov, prijateljev, znancev, na formalen način pa od strokovnjakov različnih organizacij in institucij. Pri sodelovanju s starimi ljudmi pa je treba upoštevati njihove potrebe in želje in jih usklajevati z različnimi sistemi, s katerimi je povezan. Stari ljudje, ki bivajo izven svojega domačega okolja, recimo v domu za starejše, potrebujejo socialno mrežo ljudi, iz katere črpajo socialno oporo tako, da se z njimi povežejo in ohranjajo stike. Najpomembnejši med njimi so prav gotovo ožji svojci stanovalcev (otroci, partnerji, vnuki), naslednji pomemben člen socialne mreže za starega človeka pa je osebje v domu. Stanovalci z njimi sicer niso v tako intimnem odnosu kot s sorodniki, pa vendar jih star človek potrebuje, da se po potrebi zateče k njim po pomoč (Mali, 2008, str. 75–76). Pa je v naših domovih za stare res tako, da je osebje v domu pomemben člen mreže za starega človeka?

Klevišar (2016, str. 49–50) pravi, da je sestava zaposlenih v domu zelo pestra in raznolika, od zdravstvenih in strokovnih delavcev, čistilk, kuharjev, hišnikov, receptorjev in drugih, ki so prav tako pomembni za delovanje doma. Delo v domu za stare ljudi je specifično in takšno, da težko načrtuješ delovni dan. Zaposleni morajo biti vedno pripravljeni pomagati stanovalcem in imeti do njih veliko sočutja (Berle, 2000, str. 88). Kot sem sama opazila na praksi, in lahko prebrala v knjigi *Skrivni dnevnik Hendrika Groena, starega 83 let in 1/4*, morajo zaposleni za dobro opravljeno delo vložiti veliko truda, za svoje delo pa dostikrat ne dobijo primerne nagrade ali pohvale. Glede na to, koliko dela imajo, in da delo v domu za stare ljudi ni lahko, so njihove plače prenizke, zaradi česar se pojavi občutek, da njihovo delo ni dovolj cenjeno. Kadrovski

normativi so premajhni in zaposleni imajo zaradi pomanjkanja kadra posledično preveč dela. Zdovc (1998, str. 322) navaja, da zaradi prevelike količine dela in preobremenjenosti prihaja do stresa. Vzrok za stres pa so tudi birokratski in administrativni postopki, ki zaposlenega prisilijo k temu, da porabi veliko več časa za urejanje papirjev in za stvari, ki niso toliko pomembne. Zaposleni tako nimajo časa za pogovor s stanovalci, in mislim, da so prav zaradi tega toliko bolj pomembni prostovoljci, ki jim lahko že z enim obiskom polepšajo dan oziroma za stanovalca pogosto predstavljajo edini socialni stik.

Na koncu se mi je utrnila misel Vita Flakerja, ki je na predavanjih dejal: »Vsak je odgovoren za svoj načrt, a ga nikoli ne more uresničiti brez drugih.«

1.5. Formalni in neformalni izvajalci oskrbe starih ljudi

V Sloveniji nimamo veljavne enotne in celovite definicije dolgotrajne oskrbe, »namenjene osebam, ki so zaradi posledic bolezni, starostne oslabelosti, poškodb, invalidnosti, pomanjkanja ali izgube intelektualnih sposobnosti v daljšem časovnem obdobju, ki ni krajše od treh mesecev ali trajno, odvisne od pomoči drugih oseb pri opravljanju osnovnih in podpornih dnevnih opravil« (Zakon o dolgotrajni oskrbi in obveznem zavarovanju za dolgotrajno oskrbo), čeprav se krovni zakon, ki naj bi urejal to področje, pripravlja že dolgo. Za trenutno veljavno ureditev dolgotrajne oskrbe je predvsem značilno to, da jo v Sloveniji zagotavljamo na različne načine in preko ločenih sistemov socialne varnosti. Avtorji *Predloga zakona o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo* (Predlog 2006) ocenjujejo, da je bilo v Sloveniji leta 2004 od pomoči druge osebe odvisnih med 41 in 45 tisoč ljudi, trendi pa kažejo, da bo v prihodnje dolgotrajne oskrbe potrebnih vse več ljudi, ključnega pomena pri zagotavljanju socialnega varstva starih ljudi pa bo tudi v prihodnje imela neformalna oskrba, predvsem družina (Hvalič Touzery, 2007, str. 5–6). Izvajalce oskrbe gerontološka literatura deli v dve veliki skupini, in sicer na formalne in neformalne izvajalce oskrbe starejših (Hlebec idr. 2014, str. 10–12).

Filipovič Hrast in Hlebec (2015, str. 43) poudarjata preplet med formalno in neformalno oskrbo in pravita, da veliko avtorjev opozarja, da je meja med njima vedno bolj zabrisana. Kot primer sta navedli institut družinskega pomočnika, ki kot neformalni izvajalec dobi finančno kompenzacijo za izvajanje skrbstvene storitve, na drugi strani pa lahko formalna in plačljiva oskrba ostaja v okviru družinske oskrbe. Poleg tega tudi posamezna priporočila kažejo, da je bila prejeta pomoč s strani družine, drugih sorodnikov in sosedov približno tako koristna in

kakovostna kot tista, ki so jo prejeli s strani formalne oskrbe, torej strokovnjakov (Froland, 1980, str. 575).

Spodaj prilagam tabelo, ki prikazuje razlike med formalnimi in neformalnimi oskrbovalci v lokaciji izvajanja oskrbe, izvajalcu oskrbe, financiranju oskrbe in razliki v profesionalizaciji oskrbovalcev.

Tabela: Razlika med formalnimi in neformalnimi oskrbovalci

	Neformalni oskrbovalci	Formalni oskrbovalci
Lokacija izvajanja oskrbe	običajno na domu prejemnika oskrbe	na domu prejemnika oskrbe, v skupnostnih prostorih (npr. dnevni centri), v instituciji
Izvajalec oskrbe	družinski član, prijatelj, sosed	oskrbovalec, zaposlen v enem od sektorjev (javni, zasebni, neprofitni)
Financiranje oskrbe	običajno neplačano delo, v nekaterih primerih (so)financirano (primer družinski pomočnik)	kontinuum uporabnik – lokalna skupnost (občina) – država
Profesionalizacija	običajno neprofesionalni oskrbovalci (brez znanja oskrbe)	običajno profesionalni oskrbovalci (certificirano strokovno izobraževanje na področju oskrbe)

Vir: Filipovič Hrast idr. (2014, str. 14)

Iz zgornjih podatkov v tabeli lahko razberemo, da se neformalna oskrba običajno izvaja na domu prejemnika oskrbe, formalna pa lahko poteka doma, v skupnostnih prostorih, na primer v dnevnih centrih ali v instituciji. Pri neformalni oskrbi so izvajalci storitve družinski člani, prijatelji ali sosedje. Po podatkih raziskave SHARE so ugotovili, da je med tistimi, ki nudijo osebno nego ali praktično pomoč članu družine, ki živi izven gospodinjstva, sosedu ali prijatelju, statistično značilno več žensk (59,20 %) kot moških in da jih je več kot polovica starih od 50 do 64 let (Nagode in Srakar, 2015, str. 237). Izvajalci formalne oskrbe so zaposleni v enem od javnih, zasebnih ali neprofitnih sektorjev (socialne oskrbovalke, patronažne sestre, zaposleni v domu za stare ipd.). V večini primerov je neformalna oskrba neplačano, prostovoljno delo, le v nekaterih primerih, kot recimo družinski pomočnik, je (so)financirano s strani države. Formalno oskrbo plačujejo uporabniki, recimo stari ljudje, ki koristijo oskrbo na domu, občine, ki oskrbo na domu denimo sofinancirajo, ali država. Napovedi v prihodnosti kažejo, da se bodo javni izdatki za kritje stroškov dolgotrajne oskrbe v razvitejših državah do leta 2050 najmanj podvojili, ponekod celo potrojili. Tako postaja področje dolgotrajne oskrbe, podobno kot druga socialna področja, tudi ekonomski problem, ki zahteva ustrezne ukrepe na področju socialne in ekonomske politike države (Toth, 2015, str. 7). Neformalno oskrbo običajno izvajajo neprofesionalne osebe, ki navadno nimajo predhodnega znanja, formalni oskrbovalci pa so običajno zaposlene osebe s strokovno izobrazbo.

1.5.1. Formalni izvajalci oskrbe

V okviru formalne mreže storitev pomoč zagotavljajo formalni viri, kamor štejemo osebe ali organizacije oseb, ki nudijo profesionalne storitve. To so ljudje, ki so zaposleni v organizacijah in s starimi ljudmi nimajo emocionalnih ali sorodstvenih vezi (Nagode, 2009, str. 129).

Med formalne izvajalce v Sloveniji kot najpomembnejše štejemo institucionalno oskrbo, socialno oskrbo na domu in zdravstveno nego v skupnosti (Filipovič Hrast, Hlebec, 2015, str. 48):

- Institucionalna oskrba, kot so domovi za stare, nudi celovito dolgotrajno oskrbo v okviru institucionalnega varstva, poleg tega pa ponuja celostno oskrbo tudi tistim, ki še živijo v domačem okolju, v obliki prinašanja kosila, dnevnega varstva in socialne oskrbe na domu (Filipovič Hrast, Hlebec, 2015, str. 48). Stari ljudje pa nimajo enakih možnosti za institucionalno oskrbo, saj kot pravita Hlebec in Mali (2013), v manj razvitih občinah, predvsem ruralnih, institucionalne oskrbe ne zagotavljajo. Če želijo koristiti institucionalno oskrbo, se morajo preseliti v novo okolje, kar pa lahko negativno vpliva na kakovost življenja starega človeka (Filipovič Hrast idr., 2014, str. 24).
- Socialna oskrba na domu je ključna storitev, ki omogoča ljudem daljše življenje v svojem domu. Filipovič Hrast in Hlebec (2015, str. 48) menita, da bo storitev pomoči na domu postala eden ključnih programov dolgotrajne oskrbe, saj izboljšuje kakovost življenja starih ljudi in družinskih članov, ki lahko s formalno pomočjo oskrbe sami lažje usklajujejo delo, družino in oskrbo članov (Hlebec idr., 2014, str. 7).
- Zdravstvena nega v skupnosti, ki jo v Sloveniji zagotavlja patronažna služba. To področje je v Sloveniji dobro razvito, saj je organizirana kot samostojna služba ali organizacijska enota zdravstvenega doma in deluje 24 ur na dan vse dni v letu (Filipovič Hrast, Hlebec, 2015, str. 51).

Marinova (1999, str. 110) v Nagode (2009, str. 129) izpostavlja tri značilnosti formalnega mrežnega odnosa. Prva je varnost, ki nudi zanesljivost, predvidljivost in hitro odzivanje. Druga značilnost je sociabilnost, ki zaradi profesionalnega odnosa lahko nudi nizko stopnjo domačnosti in enakosti, po drugi strani pa nudi visoko stopnjo zaupanja in empatije zaradi strokovnosti izvajalcev. Zadnja je ekonomičnost, ki pomeni cenovno sprejemljivost, storilnost in dosegljivost ponujenih storitev.

V Sloveniji je povpraševanje po formalni dolgotrajni oskrbi visoko in višje od ponudbe. Po podatkih SURS je bilo leta 2017 storitev formalne dolgotrajne oskrbe deležnih 64.433 prejemnikov. Rešitev za to je gradnja novih domov za starejše in širitev obstoječih domov, negovalnih oddelkov in podaljšano bolnišnično zdravljenje. Vse to pa ni dovolj, saj potrebe zaradi staranja prebivalstva vedno bolj rastejo (Kavšek in Bogataj 2015: 4). Treba je razvijati formalno pomoč, saj imajo najbolj ranljivi posamezniki, med katere spadajo tudi stari ljudje, najmanjšo neformalno socialno mrežo, v kateri lahko dobijo oporo (Dremelj, Kogovšek in Hlebec, 2004, str. 59).

1.5.2. Neformalni izvajalci oskrbe

Neformalna oskrba je pomemben segment dolgotrajne oskrbe, ki poteka neodvisno ali vzporedno s formalno oskrbo in je v Sloveniji zelo razširjena oblika oskrbe starih ljudi (Nagode, Srakar, 2015, str. 232). Izvajajo jo neformalni oskrbovalci, ki so neplačani in največkrat neprofesionalni, v večini primerov so to družinski člani, prijatelji, sosedje (Filipovič Hrast idr., 2014, str. 16). Po Graham (1999) v Novak idr. (2004, str. 77) obstaja pet vidikov neformalne opore oziroma pomoči:

- Neformalna opora je opora, nudena drugim, vir opore pa predstavljajo sorodniki in prijatelji.
- Neformalna opora je ločena od države, trga in prostovoljnega sektorja ter poteka izven institucij. Odnosi se odvijajo znotraj družine in skupnosti.
- Neformalna opora je brezplačna in se izvaja na domu uporabnika, stroški oskrbe pa so razmeroma visoki zaradi dodatnih stroškov za prevoz, hrano ipd.
- Vir neformalne opore so sorodniki, saj le-ta izvira iz normativne dolžnosti sorodstva in prijateljstva.
- Neformalna opora se večinoma nanaša na oporo posameznikov, ki bi v nasprotnem primeru potrebovali institucionalno oskrbo.

Slovenske raziskave kažejo, da pri oskrbovanju starejših oseb prevladujejo neformalni oskrbovalci (Nagode, Srakar, 2015, str. 233) in po raziskavi OECD (2011, str. 44) naj bi bilo družinskih oskrbovalcev še enkrat toliko kot formalnih, v nekaterih primerih pa celo desetkrat več. Hvalič Touzery (2007b) je v svoji raziskavi družinskih oskrbovalcev ugotovila, da so bili otroci glavni oskrbovalci starih ljudi, v kar 87 % so bile oskrbovalke hčerke. Neformalna oskrba starih ljudi pa lahko predstavlja tudi težavo, saj morajo oskrbovalci usklajevati številne

obveznosti in jim oskrba predstavlja vir obremenitev (Nagode, 2009, str. 129). Tudi Drole in Lebar (2014, str. 42) vidita negativne posledice pri izvajanju neformalne pomoči, saj družinske člane izključuje s trga dela in lahko vodi do revščine. Poleg tega sami nosijo stroške pri nakupu pripomočkov za nego, prilagoditi morajo stanovanje oskrbovancu, nakupiti zdravila, dietno hrano ipd.

Izpostavila bi tudi raziskavo Hvalič Touzerly (2007, str. 9), v kateri so anketiranci govorili o razlogih za pomoč starim ljudem. Slovenski oskrbovalci so kot najpomembnejši razlog navedli, da čutijo moralno odgovornost – kar 76,1 %, in skoraj enak odstotek jih je navedlo sočustvovanje. Precej manjši delež oskrbovalcev pa je dejal, da pomagajo starim ljudem, da bi jim s tem nudili povračilo. Hkrati je več kot polovica (59,1%) Slovencev povedalo, da pomagajo starim ljudem iz lastnega interesa. Finch in Mason (1993) pa v Dremelj (2004, str. 77) opredeljujeta tri predpostavke opore med odraslimi sorodniki: »Prva predpostavka pravi, da so dolžnosti in obveznosti med sorodniki pogoste in zlahka razpoznavne ter razumljive na normativni ravni. Druga predpostavka govori o tem, da je največja odgovornost prisotna med starši in njihovimi otroki. Ta predpostavka je vključena v nekatere zakone, predvsem v zakon delovanja in zakonski obvezi medsebojne finančne pomoči. Tretja predpostavka pa pravi, da so ženske dolžnosti do sorodstva močnejše kot moške, zlasti pri praktični in osebni pomoči ter pomoči v gospodinjstvu.«

Družina je kot glavni nosilec dosedanje oskrbe starih ljudi pogosto nemočna, družba pa na to še nima odgovora. V prihodnosti lahko pričakujemo povečano potrebo po formalnih oblikah podpore, saj ima veliko starih ljudi še vedno majhno mrežo neformalne podpore in jim tako ostane samo še institucionalna oskrba. Za stare ljudi so zato izrednega pomena organizirane mreže v njihovem domačem, lokalnem okolju, kot sta na primer pomoč na domu in varovanje na daljavo, s čimer jim lahko vsaj za nekaj časa podaljšamo bivanje v lastnem domu in odložimo odhod v institucionalno oskrbo (Nagode, 2009, str. 130). V prihodnosti bomo morali najti rešitev, ki bo temeljila na povezanosti in sodelovanju tako družinske kot tudi javne oskrbe, ki jo zagotavljajo neprofitno-prostovoljske organizacije, drugi neformalni oskrbovalci in zasebni sektor (Hvalič Touzery, 2007, str. 26).

1.6. Potrebe in pričakovanja starih ljudi

Ramovš (2003, str. 87) pravi, da so dober pristop k razumevanju človeka njegove potrebe, ki nas spremljajo skozi življenje. Človek ima veliko število specifičnih potreb, kot so potreba po hrani, tekočini, toploti, gibanju, počitku, informiranosti, varnosti, svobodi, odgovornosti, medčloveških odnosih, uspešnosti; veliko naštetih potreb, predvsem biološke, pa zadovoljujemo povsem samodejno, po nagonskih vzgibih, mnoge druge pa rutinsko, ker smo se tega navadili z učenjem. Potrebe starih ljudi se precej razlikujejo od potreb v mladosti in srednjih letih, med njimi izstopajo predvsem temeljne telesne in materialne potrebe (Ramovš, 1999, str. 322).

Flaker idr. (2008, str. 387–388) opredeljuje potrebe, ki so vezane na dolgotrajno oskrbo. Kažejo se predvsem kot odziv na povečane potrebe po oskrbi in sovpadajo z demografskimi spremembami. Univerzalne potrebe razdelijo v dva sklopa: potrebe naše civilizacije, ki so značilne za ljudi z dolgotrajnimi stiskami in med katere sodijo:

- Potreba po delu, ki je pomembna v vseh obdobjih našega življenja in je povezana s potrebo po materialni pripadnosti. V starosti je delo pomembno, saj tako stari ljudje ohranjajo delovno aktivnost in so dejavni, še posebej je v starosti zaželeno neplačano delo, v obliki skrbi za vnuke in svoje vrtove, ki pripomore tudi k boljši materialni preskrbljenosti (Flaker idr. 142–190).
- Potreba po stanovanju, ki poleg zavetja nudi tudi prostor za druženje, ustvarjanje družine, omogoča pa mu predvsem zasebnost in varnost (Flaker idr., 2008, str. 111). Starim ljudem ustrezno prilagojeno stanovanje omogoča samostojno življenje tudi v visoki starosti. Neustrezno oziroma neprilagojeno stanovanje pa pogosto povzroča odvisnost od osebne pomoči drugih in opuščanje različnih dejavnosti (Lah, 2012, str. 69).
- Potreba po družabnosti in stikih, ki staremu človeku pomenijo več kot vse materialne dobrine in – kot pravi Ramovš (2003, str. 103) – vsak star človek potrebuje reden osebni stik z nekom, ki ga ima za svojega, torej zaupa v trdnost in trajnost osebnega človeškega odnosa z njim. Potreba po osnovnem medčloveškem odnosu z nekom je danes med najslabše zadovoljenimi potrebami, in če človek nima zadovoljene te potrebe, je osamljen (Ramovš, 2003, str. 105).

Drugi sklop pa so bolj specifične, kamor spadajo potrebe, ki nadomeščajo institucionalizacijo in izhajajo iz interakcijskih prekrškov (Flaker idr., 2008, str. 387–388).

Glede na to, da sem v svoji nalogi intervjuvala stare ljudi, ki potrebujejo pomoč drugih, in sem velikokrat slišala, da ne želijo biti nikomur v napoto ali nadlogo, bi izpostavila tudi potrebo po negi v starostni onemoglosti. Ramovš (2003, str. 113) piše, da je prvi pogoj sprejemanje človeške onemoglosti, saj da mora star človek sprejeti svojo onemoglost, svojci in tisti, ki ga negujejo, pa sprejeti njegovo. V nasprotnem primeru lahko staremu človeku lastna onemoglost poslabša kakovost življenja. Mnogi stari ljudje v današnji družbi zelo neradi prejemajo pomoč tudi od svojih otrok, saj jim nočejo biti v nadlogo, obenem pa vidijo smisel v tem, da so se tudi sami žrtvovali zanje, sedaj pa jim otroci to vračajo s pomočjo in obiski.

V današnji zahodni družbi je potreba po negi v starostni onemoglosti kolektivno zavrta, zato si star človek težko prizna, da je nemočen, nebogljen in opešan; če pa mora zaradi svoje onemoglosti sprejemati pomoč drugih, se počuti povsem razvrednotenega in težko ohranja samostojnost. Zaradi tega moramo spremeniti miselnost, da je odvisnost od drugega človeka nekaj nesprejemljivega in oblikovati življenjske razmere, ki bodo primerne mikrosocialnim modelom za smiselno življenje, kadar se človek znajde sam v takem položaju, prav tako pa moramo razvijati mikrosocialne modele za družbeno ravnanje s človekovo onemoglostjo (Ramovš, 2003, str. 113–120).

Star človek, ki nima zadovoljenih glavnih potreb, doživlja stiske. Te potrebe je treba zadovoljiti in tako dvigati kakovost življenja starih ljudi (Ramovš, 2000, str. 321). Ramovš (2000, str. 327) ugotavlja, da »današnji stari ljudje pogosto nimajo zadovoljenih zlasti višjih človeških potreb, kar zelo znižuje kakovost življenja na stara leta, srednji generaciji pa onemogoča pripravo na lastno starost.« Razlog za slabše zadovoljene potrebe starih ljudi je ta, da je starost v današnjem času zelo velik tabu.

Kaj pa pravzaprav stari ljudje pričakujejo od drugih? Kuhar (2007) pravi, da tisti, ki znajo sprejeti svoje zadnje življenjsko obdobje razumsko dovolj stvarno, potrebujejo predvsem obzirnost do svojih spreminjajočih se in tudi že spremenjenih potreb in navad, za katere omenimo le nekaj najpogostejših primerov, pri katerih rado pride do težav. Razveselijo jih krajši obiski njim ljubih oseb, droben znak pozornosti, iskreno ponujena pomoč.

Ivajnsič (2000, str. 438) opisuje pričakovanja starih ljudi do socialnega delavca, ki se ujemajo z izbranimi lastnostmi, glede na podatke raziskave pa jih večina pričakuje zaupanje in zaupajo v strokovno pomoč. Poleg tega pričakujejo »korekten odnos, toplino in razumevanje, razumljivo govorjenje in pripravljenost, da večkrat ponovi že rečeno, ker nekateri stari ljudje slabše slišijo. Od socialnega delavca pričakujejo pravičnost in enak odnos do vseh. Pričakujejo

tudi, da lahko k njemu pridejo kadar koli, da je dostopen, toleranten, da jih večkrat obišče in da se k njemu lahko vedno obrnejo po pomoč. Pričakujejo, da socialni delavec vidi njihovo stisko, tudi če je ne povedo.«

Pričakovanja prihajajočih generacij starih ljudi bodo vse večja. Tako se domovi za starejše srečujejo z vse večjimi zahtevami, ob tem pa morajo skrbeti tudi za neprestano izboljševanje in kakovost opravljenih storitev. Značilnosti kakovostnih storitev so: dostopnost, profesionalnost, sposobnost in znanje zaposlenih, zaupanje, zanesljivost, diskretnost in odgovornost za potrebe in želje stanovalcev. Visoka kakovost storitev bo dosežena takrat, ko bo med predpisanim (standardiziranim) in dejanskim stanjem izvajanja storitev čim manjši razkorak (Kovač, 2013, str. 2).

1.7. Socialno delo s starimi

Socialno delo je avtonomna veda in stroka, ki jo lahko opišemo kot pomoč ljudem za bolj kakovostno življenje. Od drugih strok se razlikuje v tem, da nudi pomoč ljudem, ki so se znašli v stiski ali jim grozi socialna izključenost (Ivanjšič, 2000, str. 434). Mali (2008, str. 63–64) pravi, da področje socialnega dela, ki se ukvarja s stiskami starih ljudi, postaja vedno bolj raznovrstno. Stari ljudje imajo, glede na položaj, v katerem so, različen odnos do sebe in svojega življenja, ta odnos pa je pomemben, saj odraža starostnikovo moč in nemoč, stanje in njegove sposobnosti (Ivanjšič, 2000, str. 434). Socialni delavec skupaj s starimi ljudmi išče možne rešitve problema, pri tem pa spoštuje Kodeks etičnih načel v socialnem varstvu in ohranja dostojanstvo, zasebnost, avtonomijo in individualnost posameznika, upošteva njegovo kulturo in vrednote ter si prizadeva uporabljati njim razumljiv jezik in raven komuniciranja (Uradni list RS št. 59/2002).

Socialno delo s svojim specifičnim znanjem in vedenjem o pomoči starim ljudem deluje na treh ravneh (Mali, 2013, str. 58–63):

- Mikroravni (ravni posameznika), kjer skupaj z uporabnikom krepi njegove zmožnosti in sposobnosti za soočanje s težavami in premagovanjem problemov.
- Mezoravni (ravni skupnosti in institucij), kjer je pomembno, kako lahko v skupnosti okrepimo medgeneracijsko povezanost, kaj pri tem lahko storijo organizacije v skupnosti in kako lahko aktiviramo skupnost. Pomoč socialnega delavca je pomembna, saj staremu

človeku in njegovi družini pomaga pri pridobitvi, povezovanju in razvijanju raznih služb pomoči in storitev.

- Makroravni (družbeni ravni), ko govorimo o povezanosti ukrepov države z zgornjima ravnema. Na tej ravni lahko socialni delavec pomaga pri oblikovanju takšnih političnih struktur, ki bodo tako na lokalni kot nacionalni ravni temeljile na potrebah starih ljudi. Poleg tega si prizadevajo odpraviti diskriminatorski odnos do starih ljudi in jih okrepiti za pridobivanje socialnih, ekonomskih in političnih pravic.

Socialni delavci za praktično delovanje in reševanje stisk potrebujejo izkušnje in dobro poznavanje procesa staranja ter posebne spretnosti in znanje za raziskovanje in iskanje odgovorov za potrebe starih ljudi (Mali, 2013, str. 58). Zaradi specifičnosti dela potrebuje »spretnosti komuniciranja s starimi ljudmi, sposobnost presojanja, udeleževanje multidisciplinarnih timov in sposobnost za povezovanje več generacij med sabo. Socialni delavec dela s starimi ljudmi pri nastalih težavah na takšen način, da jim pomaga krepiti njegova socialna omrežja, njihove zmožnosti in možnosti za boljše življenje ter da se je star človek sposoben spopasti s problemi, ki ga doletijo. Na področju dela s starimi ljudmi se kot socialni delavci srečamo z njihovo ranljivostjo, demenco, zelo starimi ljudmi, osamljenostjo, ki je pri starih ljudeh vse bolj pogosta, medgeneracijskimi odnosi, različno narodnostjo starih ljudi, alkoholizmom pri starih ljudeh in podobno. Stari ljudje se prav tako soočajo s stresom, nasiljem, različno spolno usmerjenostjo, razmišljajo o samomorilnosti, živijo sami in so osamljeni. Z vsem tem mora socialni delavec, ki dela na področju s starimi ljudmi, znati shajati in v takšnih primerih staremu človeku pomagati« (Mali, 2013, str. 62).

Še posebej pomembno pri delu s starimi ljudmi pa se mi zdi uporaba socialnih mrež, ki so zanje zelo važne in na katere lahko naslonimo večji del pomoči, ki jo star človek potrebuje. Mali (2015, str. 8) pravi, da so socialna omrežja starih ljudi po navadi oslABLJENA, zato si moramo prizadevati, da jim jih okrepimo in ustvarimo nova omrežja. Po eni strani je socialno delo usmerjeno v spodbujanje, ohranjanje obstoječih neformalnih, primarnih socialnih mrež kot pomembnih virov pomoči, po drugi strani pa socialni delavci razvijajo formalne socialne mreže, s katerimi zagotavljajo potrebne socialne storitve (Milošević Arnold, 2003, str. 23).

Pri socialnem delu s starimi ljudmi delamo s konkretnim starim človekom, prav tako pa je pomembno, da delamo tudi s skupnostjo, v kateri star človek živi (Mali, 2015, str. 8). Tudi Žnidarec Demšar (2004, str. 28) poudarja pojem skupnosti, ki ima velik pomen za skupnostno socialno delo, saj podpira obstoječe in promovira nove skupine in organizacije za samopomoč

in prostovoljno pomoč drugim ter mobilizira ljudi, znanje in sredstva, ki so potrebni za reševanje socialnih problemov, ki zahtevajo integrativni pristop, v katerem so vključeni vsi sodelujoči akterji, ki koordinirajo delovanje (Rapoša Tajnšek, 1993, str. 139). V nadaljevanju Rapoša Tajnšek (1993, str. 141) piše, da strokovno pomoč socialnih delavcev in človeško oporo poleg starih ljudi potrebujejo tudi ljudje, »ki podpirajo, negujejo in varujejo pomoči potrebne sorodnike, sosede in prijatelje ali člane skupine za samopomoč, ki jih združuje podobna življenjska izkušnja. Brez take pomoči in spodbude se lahko neformalni pomočniki (enako velja seveda tudi za formalno organizirano dobrodelnost) počutijo preveč negotove, pogosto se prekmalu utrudijo ali pretirano izčrpajo.«

V domovih za stare pa je posebno pozornost treba nameniti sodelovanju, dogovarjanju in soustvarjanju, saj v domovih prevladuje holistični pristop, »ki zahteva izrazito usmerjenost na uporabnika ter upoštevanje in zagotavljanje možnosti za zadovoljevanje vseh človekovih potreb, to pa med drugim pomeni tudi to, da se morajo osebe in stanovalci spoštovati na podlagi dobrih in odprtih medčloveških odnosov« (Bukovec, 2015, str. 24).

Milošević Arnold je v Mali (2008, str. 82) opisala vloge socialnih delavk, ki so s svojim delom in znanjem za ravnanje izoblikovale sodobno socialno delo v domovih:

- pomoč pri reševanju problemov stanovalcev,
- delo s tistimi, ki ljudem zagotavljajo potrebne vire in storitve,
- povezovanje ljudi z ustreznimi sistemi, ki bi podpirali njihovo funkcioniranje.

Pri njihovem delu je pomembno, da s starim človekom in njihovo družino vzpostavijo delovni odnos, ki temelji na naslednjih elementih (Čačinovič Vogrinčič idr., 2008: 17–21):

- *Dogovor o sodelovanju*, v katerem povabi vse udeležene v problemu k sodelovanju in iskanju ustreznih rešitev, s tem pa omogoči varen prostor za delo.
- *Instrumentalna definicija problema in soustvarjanje rešitev*, katere namen je ustvariti proces pomoči, znotraj katerega navzoči raziskujejo in oblikujejo svoj delež v rešitvi prek sodelovanja in spoštljivega dialoga (Mohar, Ambrožič, 2014, str. 56).
- *Osebno vodenje* uporabnika v delovnem procesu, ki pomeni strokovno vodenje k dogovorjenim in želenim rešitvam na podlagi sodelovanja in raziskovanja življenjskih situacij vključenih oseb. Strokovnjak sodeluje pri oblikovanju dobrih izidov, daje potrebne informacije, razmišlja o preizkušanih rešitvah in išče nove, ugodnejše poti. Pri

tem se osebno odziva na proces dela v pomenu podajanja lastnih izkušenj in zgodb (Mohar, Ambrožič, 2014, str. 56).

- *Etika udeležnosti*, pri kateri socialni delavec poskrbi, da se lahko vsi udeleženi izražajo in sodelujejo, omogoča pogovor, ki se nadaljuje. Strokovnjak odstopi od moči, ki mu ne pripada – od položaja strokovnjaka, da le on ve, kaj je prav. S tem navzočim tudi daje moč (Mohar, Ambrožič, 2014, str. 56).
- *Perspektiva moči*, ki nas pri delu usmeri k iskanju virov in moči uporabnika, ki mu bodo pomagali vzpostaviti večji vpliv nad življenjem. Pri starem človeku so pomembne njegove sposobnosti in zmožnosti, težave, s katerimi se srečuje v vsakdanjem življenju, pa poskušamo odmisлити (Mali, 2013, str. 63).
- *Znanje za ravnanje*, saj socialne delavke na podlagi tega razumejo starega človeka, so do njega načelne, strpne in vedno na voljo za pogovor. V realnosti pa k »neupoštevanju« tega načela pripomore velika mera birokracije, ki socialnim delavkam jemlje čas za osebne odnose (Bukovec, 2015, str. 24).
- *Ravnanje s sedanjostjo in sonavzočnostjo*, ki socialnega delavca usmeri v sedanjost, to je čas, ko smo v delovnem odnosu s strankami – čas, ki ga uporabljamo za sodelovanje, je najbolj dragocen delovni čas v projektih pomoči. Poleg tega pa je socialni delavec prisoten pri poslušanju, ki hkrati pomeni tudi biti na razpolago za sočutje in razgovor (Čačinovič Vogrinčič idr., 2008, str. 17–21).

Poleg zgoraj naštetih elementov pa je treba omeniti tudi socialnoekološko načelo, načelo odpiranja problema, načelo vsestranske koristi, načelo pogajanja, načelo interpozicije, načelo sodelovanja z drugimi in načela dobre prakse (Čačinovič Vogrinčič idr., 2008, str. 17–21).

»Stari ljudje imajo svoj specifičen življenjski svet, na katerega moramo biti kot socialni delavci pozorni in tako moramo skupaj s starim človekom raziskati in spoznati njegov družbeni, kulturni in socialni kontekst, v katerem živi in deluje. Pomembno je, da izhajamo iz posameznikove socialne in življenjske realnosti, da mu lahko pomagamo, ko se znajde v težki situaciji« (Mali, 2013, str. 62), zavedati pa se moramo, da je onemoglost v starosti dejstvo, ki ga ne sme ignorirati niti posameznik, niti družba in niti znanost. Oskrbo v starosti je zato treba načrtovati v skladu s potrebami ljudi in jo razvijati po sodobnih oskrbovalnih, organizacijskih in drugih spoznanjih (Ramovš, 2003).

2. OPREDELITEV PROBLEMA

Pravijo, da zna človek ceniti stvar, ko jo izgubi ali ko je preprosto nima. Posebej to velja za tiste temeljne stvari, ki so človeku prirasle k srcu od malih nog. Za človeka je pomembno, da lahko poskrbi sam zase, to pa še toliko bolj velja za starega človeka, saj je samostojnost pri opravljanju vsakodnevnih življenjskih opravil pomemben vidik kakovostne starosti. S starostjo se povečuje tudi človekova onemoglost, zato brez pomoči drugih ne more opravljati vsakodnevnih življenjskih nalog.

Pri starih ljudeh se mi zdi samostojnost izrednega pomena, saj sem skozi prakso z njimi v 3. in 4. letniku ter z raziskavo, ki sem jo izvedla v sklopu diplomskega dela, pridobila izkušnjo, da jih je močno strah možnosti funkcionalnega pešanja, ki bi privedlo do nezmožnosti samooskrbe oziroma samostojnega bivanja. Pri tem jih najbolj skrbi, da bodo morali zaradi pešanja zdravja in nezmožnosti skrbi zase oditi v socialno institucijo in tako zapustiti domače okolje. Zaradi tega sem se odločila, da v magistrskem delu raziščem, kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega, in sicer ali to doživljajo kot lastno nemoč ali kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti. Poleg tega me je zanimalo, kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje do prejemanja pomoči, saj sem pri delu z njimi opazila, da v ključnih trenutkih svojega življenja ne znajo ali ne zmorejo uresničevati svojih želja in potreb, jih niti ne podelijo z drugimi oziroma jih drugi (ne)hote preslišijo. Tako tvegajo, da živijo življenje, ki ne zadovoljuje njihovih dejanskih potreb in želja, kar lahko za posameznika pomeni nenehno nezadovoljstvo; ali še huje, imamo posameznika, ki ne prejema dobrin, ki mu s starostjo ali/in manjšo zmožnostjo morda pripadajo. Hkrati je moje zanimanje osredinjeno tudi na vlogo posameznikovega ožjega in širšega socialnega omrežja pri njegovem doživljanju pomoči in opore. V raziskavi bom predstavila pomembno vlogo socialnega omrežja pri nudenju opore staremu človeku, ki se znajde v čustveni in/ali socialni stiski, ter opisala različne vrste formalne in neformalne pomoči.

Teme, ki jih bom raziskovala, so:

1. Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost

– Kako v tem obdobju sogovorniki (ko so bolni) doživljajo pomoč drugega? Kako si predstavljajo, da ta pomoč, ki jo sedaj prejemajo, ne bi bila več potrebna? Kako so sprejeli dejstvo, da ne zmorejo več sami (samostojno) opravljati vsakodnevnih opravil? Kako so sprejeli pomoč drugega?

2. Doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti

– Koliko so samostojni pri vsakodnevnih opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)? Kako doživljajo pomoč drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja? Kako bi se počutili, če bi bili popolnoma brez pomoči in zakaj? Kako se jim zdi, ko je ob njih nekdo, ki jim pomaga in nudi pomoč? Kako doživljajo življenje sedaj in kakšne razlike opazijo, ko prejemajo pomoč, in kakšno je bilo življenje prej? Kaj jim pomeni izraz pomoč (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost)?

3. Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči

– Kakšne so njihove želje po prejemanju pomoči? Kaj jim pomeni več, da imajo zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo? Kakšna so njihova pričakovanja do svojcev, koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?

4. Formalna in neformalna opora starih ljudi

– Kdo jim je v stiskah v največjo oporo? Kdo predstavlja njihovo neformalno mrežo pomoči? Kdo in na kakšen način jim najbolj pomaga? Kako pogosto jim nudijo pomoč/imajo stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami? Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe? S kakšnimi težavami se spopadajo pri formalni in neformalni oskrbi? Kdo po njihovem mnenju bolj kakovostno opravi svoje delo, je to družina ali socialne oskrbovalke? Se kdaj počutijo osamljene?

3. METODOLOGIJA

3.1. Vrsta raziskave

Raziskava je v celoti kvalitativna. Zanja je po Mesec (1998, str. 28) značilno, da se raziskujejo stvarni, vsakdanji problemi ljudi, ki so bistveni za udeležence raziskave.

Tudi glede na način zbiranja podatkov je raziskava kvalitativna, saj osnovno izkustveno gradivo sestavljajo besedni opisi, ki sem jih kasneje analizirala in obdelala na besedni način, brez uporabe merskih postopkov, ki jo dajo števila.

3.2. Merski instrument in vir podatkov

V raziskavi sem primarne podatke zbirala s pomočjo strukturiranih intervjujev s starimi ljudmi, ki so uporabniki socialne oskrbe na domu v Občini Kranj in stanovalci Doma upokojencev Kranj. Podatke sem zbirala z neposrednim spraševanjem, uporabila sem polstandardiziran intervju, saj sem imela teme in vprašanja vnaprej zapisana, vendar sem jih med pogovorom z intervjuvanci prilagajala vsakemu posebej.

Kot merski instrument mi je služil seznam osnovnih tem za pogovor: doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost, doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti, pričakovanja in potrebe starih ljudi po prejemanju pomoči, formalna in neformalna opora starih ljudi.

V prvem sklopu me je zanimalo, kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost. V ta namen sem jih spraševala, kako doživljajo pomoč drugega v času bolezni, kako si predstavljajo življenje brez pomoči drugih, kako so sprejeli dejstvo o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil in kako so sprejeli pomoč drugega.

V drugem sklopu me je zanimalo, kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti. Pri tem sklopu me je zanimalo, kakšno stopnjo samostojnosti imajo, kako doživljajo pomoč drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja, kako bi se počutili, če pomoči drugih ne bi prejimali, kako se počutijo, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga, kaj jim pomeni izraz pomoči ter kako razlikujejo življenje pred in po prejemanju pomoči.

V tretjem sklopu me je zanimalo, kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje, zato sem stanovalcem in uporabnikom oskrbe na domu postavila vprašanja glede želje po prejemanju pomoči, kaj jim pomeni zadovoljevanje raznih potreb in kakšna pričakovanja imajo do svojcev.

V četrtem sklopu me je zanimala formalna in neformalna opora starih ljudi. Raziskala sem, kdo jim je v stiskah v največjo oporo, kdo in na kakšen način jim najbolj pomaga, kakšne so značilnosti njihovega socialnega omrežja, katere prednosti in slabosti oskrbe prepoznajo, na koncu pa sem se dotaknila še vprašanja glede osamljenosti.

Smernice za intervju so dodane v prilogi (Priloga 9.1.).

3.3. Populacija in vzorčenje

Populacijo sestavljajo stari ljudje iz Kranja, ki v Občini Kranj koristijo pomoč na domu ali bivajo v Domu upokojencev Kranj in so starejši od 65 let. Vzorec je neslučajnostni in priročni, saj sem izvedla vzorčenje na skupini ljudi, ki so mi bili najbolj dostopni. Vzorec je sestavljalo: štirje stanovalci Doma upokojencev Kranj (poimenovala sem jih UB, UC, UD, UG) in trije uporabniki, ki koristijo oskrbo na domu v sklopu Doma upokojencev Kranj (poimenovala sem jih DA, DE in DF). Vse intervjuvanke so ženskega spola in so stare med 71 in 90 let. Vse intervjuvanke, razen ene, ki živi skupaj z možem, so vdove. Seznam intervjuvank sem pridobila s pomočjo vodje pomoči na domu, ki je od intervjuvank pridobila predhodno privolitev, da jih za potrebe magistrskega dela lahko obiščem na njihovem domu ali v njihovi sobi v domu upokojencev.

3.4. Zbiranje podatkov

Intervjuje sem izvajala od januarja do marca 2020, vprašane so bile stare od 71 do 90 let. Do intervjuvank sem prišla z dogovorom z vodjo pomoči na domu, ki je z vsemi navezala stik in od njih pridobila predhodno privolitev za moj obisk. Na dan opravljanja intervjujev sem se jim predstavila, razložila svojo vlogo in jim zagotovila anonimnost. Prosila sem jih, ali lahko pogovor snemam s telefonom in vse so privolile. Z uporabnicami, ki živijo v domu upokojencev, sem intervju izvedla v njihovih sobah, z uporabnicami, ki koristijo pomoč na domu, pa na njihovem domu. Pri dveh intervjuvankah, ki živita v svojem domu, je bil zraven

pogovora še nekdo od družinskih članov (sin ali mož). Intervjuji so trajali od 45 minut do ene ure.

Zbiranje podatkov s spraševanjem je imelo določene prednosti kot tudi slabosti. Kot prednost lahko izpostavim, da sem stare ljudi lahko spraševala po doživljanju, njihovih stališčih, mnenjih, pričakovanjih, željah in jim tako dala možnost, da pripovedujejo o svojem življenju ter se počutijo pomembnega in sprejetega. Prednost vidim tudi v tem, da sem neposredno lahko pojasnila pomen določenega vedenja. Slabost takšnega zbiranja podatkov pa je, da se intervjuvanci preveč oddaljijo od teme in ga moramo mi kot spraševalci nenehno usmerjati, da pridobimo čim bolj ustrezne podatke za namen raziskave. Pomanjkljivost je tudi ta, da so odgovori starih ljudi odvisni od njihove sposobnosti opazovanja in besednega izražanja.

3.5. Obdelava in analiza podatkov

Intervjuje sem analizirala besedno po metodi kvalitativne analize.

Intervjuje s stanovalci doma upokojencev sem označila s črkami UB, UC, UD, UG.

Intervjuje z uporabniki oskrbe na domu sem označila s črkami DA, DE, DF.

Intervjuje, ki sem jih posnela na telefon, sem najprej pretipkala na računalnik. Deloma sem jih pustila v prvotni, pogovorni obliki, nekatere manj razumljive dele sem slovnično uredila. Najprej sem podčrtala besedne zveze in stavke, ki se nanašajo na določeno temo raziskovanja, nato pa jih prepisala v izdelano tabelo. V tabeli sem jih odprto kodirala, tako da sem določila številko izjave, enoto kodiranja, pojem, kategorijo in nadkategorijo. Na koncu sem izvedla še osno kodiranje.

Primer obdelave gradiva:

a. izpis relevantnih pojmov

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

Primer: Intervju DA

/Ja, saj moraš, nimaš kej .../(DA1) Pred 3 leti (pred možgansko kapjo) pomoči nisem potrebovala. /Zdaj pa moraš prositi za pomoč/(DA2), ne bi se mogla sama obleči, pa tut umiti ne. /To doživljam kot pomoč, ne kot neko nemoč./(DA3)

b. Izpis enot kodiranja v tabelo in odprto kodiranje

V naslednjem koraku sem izvedla odprto kodiranje. Označene izjave (enota kodiranja) sem prepisala v tabelo in jim določila pojem, kategorijo in nadkategorijo.

Preglednica 1: Primer odprtega kodiranja

Št. izjave	Enota kodiranja	Pojem	Kategorija	Nadkategorija
DA1	Ja, saj moraš, nimaš kaj ...	Nima izbire	Nujnost pomoči	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni
DA2	Zdaj pa moraš prositi za pomoč	Mora prositi za pomoč	Prošnja po pomoči	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni
DA3	To doživljam kot pomoč, ne kot neko nemoč	Kot pomoč, ne kot nemoč	Pomoč kot dodatna moč	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni

c. Osno kodiranje

Pri osnem kodiranju sem kategorijam pripisala teme raziskovanja.

Primer: Doživljanje pomoči drugega v času bolezni

- Doživljanje pomoči drugega v času bolezni
 - Nujnost pomoči:
 - Nima izbire (DA1)
 - Sama ne bi zmogla (UB2)
 - Brez pomoči ne veš, kaj početi (DE1)
 - Prošnja po pomoči:
 - Mora prositi za pomoč (DA2)
 - Pomoč kot dodatna moč:
 - Kot pomoč, ne kot nemoč (DA3)

3.6. Definiranje kategorij

Kodiranje sem razdelila na štiri sklope: doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost, doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti,

pričakovanja in potrebe starih ljudi po prejemanju pomoči, formalna in neformalna opora starih ljudi.

4. REZULTATI

1. Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost

1.1. Doživljanje pomoči drugega v času bolezni

S starostjo se človekova onemoglost povečuje, zato ta ne more samostojno opravljati nalog, ki jih ima telesno, duševno, duhovno ali socialno zdrav človek za samoumevne, in zaradi onemoglosti potrebuje pomoč drugih (Ramovš, 2010, str. 83–84). Zanimalo me je, ali intervjuvanke sprejemajo in doživljajo pomoč, ki so je deležne bodisi v domu upokojencev bodisi doma – v obliki pomoči na domu, kot lastno nemoč in osebno šibkost.

Največ vprašanih, pet od sedmih, je odgovorilo, da prejeta pomoč sprejemajo in doživljajo kot pozitivno, ne glede na to, ali je pomoč sprejeta s strani zaposlenih v domu ali socialnih oskrbovalk.

Intervjuvanka UG, ki je v domu, pravi, da je pomoč dobrodošla, jo razbremeni in ji veliko pomeni (UG1, UG2). Razlog, da vprašani pozitivno doživljajo pomoč drugih, je tudi dobro medsebojno razumevanje, saj kot pravi intervjuvanka iz doma upokojencev: *»Se tut dobro zastopimo z delavkami v domu, me imajo kar rade. Mal se pohecamo, je kar obojestransko«* (UD2). Intervjuvanka DE, ki prejema pomoč na domu, pa je s prejetjem pomoči opazila pozitivne spremembe: *»Ko pa sem dobila pomoč, je pa začel tako laufat, tok je šlo«* (DE2). Prav tako intervjuvanka DA, ki živi v domačem okolju, pravi, da pomoč doživlja kot pomoč in ne kot neko nemoč (DA3).

Kar nekaj vprašanih je izpostavilo nujnost po pomoči: *»Sama ne vem, kako bi«* (UB2), *»Brez te pomoči na samem začetku ne veš, kaj početi«* (DE1), *»Ja, saj moraš sprejeti, nimaš kaj«* (DA1). Pomoč intervjuvanke tako vrednotijo tudi skozi onemoglost, ki prinaša večjo odvisnost od drugih ljudi (Ramovš, 2010, str. 84).

Dve intervjuvanki pa na začetku nista imeli pozitivne izkušnje, saj sta se morali na pomoč navaditi: *»En čas je bilo grozno, pol se pa to vse skupi mal umiri, ane ... Zdaj pa zame ni noben problem«* (UD1), druga intervjuvanka UC, ki živi v domu upokojencev, pa je glede doživljanja pomoči neodločena *»Včasih je malo bolje, včasih je malo slabše«* (UC1), poleg tega pa je

izpostavila, da ji zaposleni pomagajo, ko imajo čas, čeprav je časa v domu premalo. »*Vsak samo hitro leti, ti bi pa rad malo, da bi se s kom pogovarjal*« (UC2).

1.2. Predstavljanje življenja brez pomoči drugega

Pri vprašanju, kako si intervjuvanke predstavljajo življenje brez pomoči drugega, so vse govorile o potrebi po pomoči, in sicer da ne morejo biti brez pomoči drugih: »*Ja, to pa ne morem, da mi ne bi noben pomagal*« (UC3), »*Ne morem to jaz tega (brez pomoči)*« (UD3) in »*Brez te pomoči bi bil hudir*« (DE3). Sogovornica DF, ki prejema pomoč na domu, se zaveda, da pomoč drugih potrebuje že zaradi starosti (DF2), kar pa se sklada s stereotipom o neizogibni odvisnosti od drugih, o katerih piše Hvalič Touzery (2003, str. 55). Dve sogovornici pa pravita, da jima prejeta pomoč ni v napoto: »*Ta pomoč zdaj mi ni nič v napoto*« (UG3) in da je pomoč dobrodošla »*Mislim, da mi pomoč nič ni v napoto, zelo prav pride*« (DF3).

Prav tako pa se vse zavedajo, da so brez pomoči nezmožne za samostojno življenje: »*Jaz ne morem več sama vstati, pa ležat ne, rabim nekoga, da mi pomaga*« (UC4), »*Ne morem se sama napraviti, ne morem nič sama. Brez pomoči sem jaz v postelji*« (UD4). Sogovornica UG, ki je v domu, lahko še veliko stvari naredi sama, vendar pravi, da se pri nekaterih stvareh muči in jih sama ne bi mogla opraviti (UG4).

Ne glede na to, da se sogovornica DA, ki prejema pomoč na domu, zaveda nezmožnosti za samostojno življenje, ima vseeno željo po samostojnosti: »*Fajn bi bilo, da bi se lahko še sama štimala*« (DA4).

1.3. Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil

Skoraj vse intervjuvanke omenjajo, da je bilo na začetku težko sprejeti dejstvo o izgubi samostojnosti: »*Na začetku je bilo tako hudo, jaz sem pol leta sam jokala*« (UD5), »*Jaz sem si na začetku samo želela umreti, brez te pomoči ne bi bila tukaj, kjer sem sedaj*« (DE5), »*Najbolj mi je pa bilo težko, ker nisem mogla več hoditi*« (UC6), vendar kljub temu sedaj pomoč pozitivno sprejemajo in so se z njo sprijaznile: »*Se pa moraš potem sprijazniti s tem, pa smiliti se ne smeš*« (UB6), »*Moraš sprejeti, se prepričati, da zaradi tega ni vsega konec*« (DF6). Intervjuvanka DA, ki živi doma, pravi, da pozitivno sprejema svojo »invalidnost« (DA8) in se zaradi svoje »hendikepiranosti« ne obremenjuje več (DA9). Nasprotno pa se intervjuvanka UC, ki živi v domu, zaradi svoje nezmožnosti samostojnega prehranjevanja pred drugimi sostanovalci ne počuti najbolje, saj pravi: »*Ni fajn pri mizi takole, ko te vsi gledajo, ampak sej smo vse sorte tukaj*« (UC7).

Presenetila me je sogovornica UD, ki je v domu upokojencev in pravi, da je dejstvo o nezmožnosti samostojnega življenja sprejela lažje zaradi zaposlenih na rehabilitaciji v Soči (UD7). Sogovornica UG, ki živi v domu upokojencev, je povedala, da je težko sprejela dejstvo, predvsem pa je izpostavila, da je bilo težko zapustiti domače okolje: »*Težko je bilo tudi zapustiti domače okolje in priti v dom*« (UG6). Tudi Kastenbaum (1985, str. 100) pravi, da starim ljudem ni lahko sprejeti dejstva, da je dom, kjer so preživeli najdaljše in najpopolnejše obdobje svojega življenja, treba zapustiti.

Kot sem pisala že zgoraj, so tudi pri tem vprašanju štiri sogovornice povedale, da so morale sprejeti dejstvo, saj niso imele druge izbire: »*To moraš sprejeti pa iti naprej*« (DA7), »*Zelo hudo je bilo, ampak sem morala sprejeti*« (UG5), in se na to navaditi: »*Ja, moraš sprejeti, na začetku se je težko navaditi, da nisi več samostojen in ne moreš opravljati vseh stvari sam*« (UC5), »*Potem pa to preboliš, pol je pa dobro ... pol se pa nekak navadiš*« (UD6).

Stanovalka UB iz doma upokojencev sprejema to dejstvo kot del staranja: »*To je starost, veste*« (UB7). Tudi Ramovš (2003, str. 57) pravi, da si človek s sprejetjem naravne nemoči pri sebi ali drugih odpre pot k preprečevanju trpljenja in hujšega gorja. Tisti, ki se v življenju znajo hitro prilagoditi in se zaradi sprememb ne odzivajo čustveno, se znajo bolje pripraviti tudi na spremembe v starosti, ki vodijo v odvisnost (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 118).

1.4. Sprejetje pomoči drugega

Običajno se z onemoglostjo težko sooči tako prizadeta oseba kot njena okolica, predvsem družina. Človek se lažje prilagaja novim razmeram, če življenjske moči upadajo postopoma, kot če do sprememb pride nenadoma (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 118). Vse intervjuvanke se zavedajo svoje starosti in pešanja moči ter poudarjajo področja, na katerih se še počutijo samostojne. Večina intervjuvank, kar štiri od sedmih, je omenila, da jim je bilo ob izgubi samostojnosti na začetku hudo sprejeti pomoč drugega, vendar so se morale s tem sprijazniti in pomoč pozitivno sprejeti. Intervjuvanki, ki živita v domu, sta dejali: »*Težko je sprejeti to, da nisi več sam za vse*« (UB8), »*Res mi je bilo težko sprejeti pomoč drugega*« (UG8), intervjuvankama, ki prejemata pomoč na domu, pa zaradi »hendikepiranosti« ni ostalo drugega, kot da pomoč sprejmeta: »*Ja, moraš sprejeti. Ko si enkrat na vozičku, si prikrajšan za dosti stvari, nisi več tako samostojen*« (DF7), »*Ja, kar moraš sprejeti, z mojo roko ni nič*« (DA10).

Štiri sogovornice pa imajo tudi pozitivno izkušnjo in govorijo o pozitivno sprejeti pomoči, predvsem zaradi ljudi, ki jih obkrožajo in jim pomagajo. Tako sogovornici, ki prejemata pomoč s strani socialnih oskrbovalk na domu, pravita, da sta pomoč lažje in pozitivno sprejeli zaradi

prijaznosti oskrbovalk: »Mi je že zaradi tega lažje, ker v moj dom prihajajo tako prijazne oskrbovalke« (DA11), »Sploh mi ni bilo težko sprejeti pomoč, vse te punce (op. socialne oskrbovalke) so res enkratne« (DE7). Prav tako sogovornica UD, ki biva v domu upokojencev, pripoveduje o prijaznosti zdravstvenega osebja: »Verjetno je bilo zaradi zdravstvenega osebja toliko lažje, res so mi pomagali in mi olajšali bivanje tam« (UD9). Pri oskrbi in pomoči starega človeka je pomembna tudi družina, saj kot pravi sogovornica iz doma upokojencev UB: »Imam krasno družino, ki mi je že doma ogromno pomagala. Je takoj lažje sprejeti tako pomoč« (UB9), prav tako je intervjuvanka DE, ki živi v svojem domu, že na začetku pogovora povedala, kako hvaležna je bila za vso pomoč, ki so jo nudili tako domači kot tudi socialne oskrbovalke: »Sploh mi ni bilo težko sprejeti pomoči. Brez te pomoči na samem začetku ne veš, kaj početi. Ko pa sem dobila pomoč, je pa začel tako laufat, tok je šlo. Tut sama sem bila zelo pripravljena pomagati in sodelovati« (DE1-6).

2. Doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti

2.1. Stopnja samostojne skrbi zase

Čeprav so vse intervjuvanke govorile o delni samostojnosti, vseeno potrebujejo pomoč pri večini ali vsaj pri nekaterih opravilih. Rantova (2012, str. 33) vsakodnevna opravila deli na osnovna in instrumentalna. Kot osnovna vsakodnevna opravila opredeljuje preproste naloge, ki se jih ljudje naučimo v zgodnjem otroštvu (oblačenje, osebna higiena, uporaba stranišča in kopalnice, hranjenje, vstajanje iz postelje, gibanje po stanovanju), in instrumentalna, ki jih potrebujemo za uspešno samostojno življenje in se jih večinoma naučimo v obdobju adolescence (kuhanje in priprava hrane, čiščenje stanovanja, pranje in likanje perila, popravila v hiši).

Največ vprašanih je povedalo, da potrebujejo pomoč predvsem pri osnovnih vsakodnevnikih opravilih, tri intervjuvanke potrebujejo pomoč pri oblačenju, tri pri osebni higieni (jutranja nega, pomoč pri umivanju), oskrbovanke, ki so na vozičku, pa vse potrebujejo tudi pomoč pri posedanju na voziček. Dve vprašani sta dejali, da sta brez pomoči popolnoma nesamostojni: »Brez pomoči sem priklenjena na posteljo« (UD10) in »Ja, nisem samostojna, sem vezana v glavnem na posteljo brez pomoči« (DF8).

Pomoč pri instrumentalnih vsakodnevni opravi potrebuje le dve intervjuvanki, in sicer gospa, ki živi v domačem okolju in ji iz doma upokojencev vsakodnevno prinesejo kosilo, in gospa, ki biva v domu upokojencev in ji vsakodnevno preoblečejo posteljo in pospravijo sobo.

Rantova (2012, str. 41) piše, da je pri starih ljudeh, ki živijo v domačem okolju, za varno življenje bistvena samostojnost pri opravljanju tako osnovnih kot instrumentalnih opravil. Moje sogovornice, ki živijo v domačem okolju, so govorile predvsem o samostojnosti pri osnovnih vsakodnevni opravi: »Jem še lahko sama« (DA10), »Oblačim se sama, hranim, umijem s pomočjo moža, na stranišče grem sama« (DE9), »Ja, sedaj sem se toliko rehabilitirala, da lahko skoraj vse sama delam« (DE8). Vse sogovornice, ki živijo v domu upokojencev, so poudarile, da se lahko še samostojno prehranjujejo, ena pa je poleg prehranjevanja izpostavila tudi samostojnost pri osebni higieni.

2.2. Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja

Na vprašanje, kako intervjuvanke doživljajo pomoč drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja, so vse odgovorile, da pozitivno. Glede na to, da je s spremembo zdravstvenega stanja večina sogovornic izgubila del samostojnosti, so kar štiri od njih dejale, da so zaradi prejete pomoči bolj samostojne: »Seveda lahko zaradi tega sedaj kaj več naredim« (UD14), »Brez tega, pravim jaz, ne bi bila tako samostojna, kot sem sedaj« (DE12), zaradi pomoči socialne oskrbovalke se lahko sogovornica, ki živi v lastnem domu, vsak dan sprehodi: »Zaradi te pomoči je omogočeno tudi, da se vsak dan s pomočjo hojice in socialne oskrbovalke malo sprehodim« (DF12). Sogovornici, ki sta v domu upokojencev, pravita, da jima je sedaj, ko prejemata pomoč, boljše: »Sedaj ko imam pomoč, mi je boljše« (UB2) in »Ja, boljše je, če ti eden pomaga« (UG12). Sogovornica, ki živi v domačem okolju, pravi, da ji prejeta pomoč koristi, saj: »Tako sem lahko urejena, pa skuhamo imam vsak dan« (DA14), sogovornica, ki biva v domu upokojencev, pa pove, da je pomoč dobrodošla, ker: »Tukaj me napravijo, pol me pa posedejo na voz, pol se pa znajdi« (UC12). Pomoč s strani socialnih oskrbovalk je zelo koristna, saj kot pravi sogovornica, ki živi doma, se ji ob pomoči počasneje slabša zdravstveno stanje (DF11). Kot razlog za pozitivno doživljanje pomoči drugih so tri intervjuvanke navedle, da jim je pomoč obogatila življenje. Intervjuvanka, ki živi v domu upokojencev, je še dodala, da moraš biti pozitiven (UD13).

2.3. Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih

Glede na to, da so vse intervjuvanke odvisne od pomoči drugih, me je zanimalo, kako bi se počutile v primeru, da le-te ne bi prejemale. Kar pet intervjuvank, od tega vse, ki bivajo v domu

upokojencev, je govorilo o nujnosti pomoči, kar pomeni, da si ne predstavljajo biti brez pomoči drugih: »Ja, to pa ne morem, da ne bi nič pomoči imela« (UC13), »Brez pomoči drugih ne bi mogla nič sama narediti« (DE14). Intervjuvanka UB, ki živi v domu, si ne želi biti brez pomoči in o tem tudi ne razmišlja: »Ne želim, ker ne bi šlo. Sploh ne razmišljam, kako bi bilo brez pomoči, ker jo potrebujem« (UB14). Kot nujno potrebno sta pomoč navedli tudi intervjuvanki, ki živita v domačem okolju: »Ne, ne, je ta pomoč zelo potrebna« (DE13) in »... Tako pomoč, kot sedaj prejemam, nujno potrebujem« (DF13). Intervjuvanka DF, ki živi doma, pomoči drugih pripisuje velik pomen, saj lahko zaradi te ostane v domačem okolju: »Če ne bi takrat našli pomoči na domu, bi odšla takoj v dom upokojencev« (DF17). Po drugi strani pa si intervjuvanka DA, ki prav tako živi doma, želi biti brez pomoči, saj ima željo po samostojnosti: »Želela bi si biti brez pomoči, predvsem zaradi tega, da bi se sama uredila« (DA15).

2.4. Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga

Ko sem intervjuvanke vprašala, kako se počutijo, ko je ob njih nekdo, ki jim pomaga in nudi pomoč, jih je večina govorila o pozitivnem počutju, sprejetju pomoči, zadovoljstvu ipd. Intervjuvanka DA, ki prejema pomoč na domu, pravi, da moraš le-to sprejeti in iti pozitivno naprej, zato ker ji nekdo pomaga, pa nima občutka nemoči (DA16). Podobno sta odgovorili tudi intervjuvanki, ki živita v domu: »Nikakor ne, da bi imela občutek nemoči zaradi pomoči« (UB15), »Zaradi tega se ne počutim nemočne« (UG15). Tudi intervjuvanka UD v domu upokojencev pozitivno gleda na pomoč, saj je dejala, da: »Bolje kot je, ne more biti« (UD18). Vse intervjuvanke, ki bivajo v domu, izražajo zadovoljstvo ob prejemanju pomoči: »Seveda sem zadovoljna, da sem lahko tukaj, sej drugače ne bi šlo, če ne bi bila tukaj« (UB20), ena izmed stanovalk pa je izrazila, da je dobrodošla samo pomoč s strani domačih: »Ja, pomoč mi je zelo dobrodošla samo, če so domači, da mi oni pomagajo« (UG14). Dve stanovalki doma upokojencev se zaradi prejete pomoči počutita tudi bolj samostojne: »Lahko malo več stvari delam ... Zato, ker sem bolj samostojna« (UC15), in pravita, da se moraš tudi sam potruditi in vztrajati: »Se moraš sam potruditi, ker to je užitek, če sam narediš ... Če je samo volja, je drek, trma more biti, da vztrajaš« (UD16, UD17). S tem se strinja tudi intervjuvanka, ki prejema pomoč na domu, saj je v pogovoru večkrat omenila, da je ogromno tudi sama pomagala: »Punce (op. socialne oskrbovalke) so me zmeraj hvalile, so rekle "kok si ti dobra", in da imajo samo še mene in še eno, da hoče tut sama pomagat, in sem se probala obračat, kolikor se je dal« (DE17). Intervjuvanka DE je izrazila tudi hvaležnost, saj ima zlatega moža, kot pravi, ki ji veliko pomaga sam (DE18).

Dve intervjuvanki sta povedali, da sta ob neformalni podpori občasno imeli tudi občutek odvečnosti: »Sem možu rekla, jaz sem tvoja nadloga, pa je rekel "kakšna nadloga, ti si moja žena"« (DE16), in se zaradi pomoči na začetku počutili nemočno, češ »... zakaj moram jaz imeti pomoč« (DE15). Stanovalka doma upokojencev UC pa je občutila odvečnost zaradi zasedenosti domačih: »Pa vsak ima svoj del, sej nimajo časa, pol se pa čutiš tako odveč« (UC16).

2.5. Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči

Sogovornice so pripovedovale o življenju pred in po bolezni ter o tem, kakšne spremembe so opazile pred in po prejemanju pomoči. Kar pet sogovornic je povedalo, kako so bile pred boleznijo in prejemanjem pomoči še aktivne: »Jaz sem bila včasih zelo delavna, mi nobeno delo ni bilo odveč« (UD21), »Jaz sem pa tut njej pomagala (op. hčerki), sem ji tri otroke varovala« (UC18), »Prej, ko sem bila doma, in ko sem še lahko kuhala in imela vnuke, so hodili k meni na obisk« (UG16), »Prej sem nonstop hitela, nikoli se nisem ustavila. Po petkrat na dan sem kuhala kosilo za svoje domače« (DE22). Sogovornica DF, ki živi v domačem okolju, je povedala, da je bila pred boleznijo že deset let brez noge in je bila razmeroma samostojna (DF18), sogovornica DE pa je dejala, da je imela pred prejemanjem pomoči zelo kakovostno življenje (DE19), saj je bila precej aktivna in je lahko še sama urejala vrt (DE20).

Glede na spremembe, ki so jih doživele, so opisovale življenje po bolezni razmeroma pozitivno. Skoraj vse vprašane, ki živijo v domačem okolju, so izpostavile veliko pozitivnih sprememb, ki sta jim jih prinesla bolezen in prejemanje pomoči: »Predvsem sva se z možem še bolj povezala ... Zdaj znam v miru kosilo pojesti, pa bolj cenim trenutke« (DE21), »Nikoli mi ni dolgčas, imam dosti dela doma ... Pa tudi dosti družčine imam, pridejo prijatelji na obisk« (DA19, DA20). Eno izmed pozitivnih sprememb je izpostavila tudi gospa DF, ki živi doma in pravi, da je pomoč socialnih oskrbovalk razbremenila njeno družino (DF19). Stanovalki doma upokojencev pa nimata tako pozitivne izkušnje, saj je intervjuvanka UG zaradi bolezni morala zapustiti dom in bi si sedaj želela biti v domačem okolju (UG19), intervjuvanka UC pa pravi, da je najraje sama v svoji sobi in gleda televizijo (UC20).

Vse intervjuvanke so povedale tudi, s kakšnimi spremembami se srečujejo. Dve intervjuvanki sta govorili o spremembi v aktivnosti: »Jah, prej sem lahko šla mal okoli na kakšen izlet, zdaj pa ne morem več« (DA18) in »Drugače je, prej sem lahko še hodila sem pa tja recimo, zdaj pa nikamor več ne morem. Za vnuke ne morem skrbeti, otroci morajo zame doplačevati dom« (UG21). Ista sogovornica, ki biva v domu, je dejala tudi, da se sedaj zaradi pomoči počuti

manjvredno (UG20) in da je v domačem okolju živila bolj kakovostno (UG17). Skoraj vse sogovornice, šest od sedmih, so opazile tudi razne spremembe v samostojnosti, kot recimo pri pripravi kosila: *»Prej sem si sama skuhalo, sedaj pa iz doma dobivam vsak dan kosilo«* (DA21), pri ročnih delih *»Še klekljala sem včasih, zdaj pa ni več moči«* (UC21), pri hobijih *»Jaz sem bila aktivna, sem vrt rihtala«* (DE20) in raznih opravilih *»... prej sem lahko vse sama naredila, sedaj pa nič«* (UD20).

2.6. Pomen izraza pomoč

O pomenu izraza pomoč so moje sogovornice v večini (pet od sedmih) odgovorile, da jim pomoč pomeni samostojnost. Zaradi prejete pomoči so vse stanovalke doma upokoјencev dejale, da so lahko bolj samostojne: *»Ja, sigurno neko večjo samostojnost, brez pomoči ne bi bila tako urejena in ne bi toliko stvari delala kot sedaj v domu«* (UB22), *»Ja, seveda, da sem bolj vesela, če lahko kaj naredim in sem bolj samostojna zaradi nekoga, ki mi pomaga«* (UC22), *»Ko si v domu, jo kar sprejmeš, lahko še več stvari sama naredim, ker mi pomagajo te sestre tukaj«* (UG22).

Poleg samostojnosti pa jim pomoč drugih pomeni tudi nujnost v starosti: *»To že mora biti v starosti, neka nuja«* (DA22). Sogovornici DF, ki živi v domačem okolju, pomoč veliko pomeni predvsem zaradi tega, da ima nekoga ob sebi, ki ji pomaga, da lahko opravlja vsakodnevne stvari (DF23), poleg tega pa pravi: *»Pomoč mora biti in nimaš kej«* (DF21).

Pomoč v starosti sogovornici DE, ki živi doma, pomeni, da ima zadovoljene življenjske potrebe: *»... da sem čista, da mi dajo tisto, kar je potrebno, da sem sita, vse tiste življenjske potrebe«* (DE24).

Stanovalka doma upokoјencev UD pa pravi, da je pomoč samoumevna, saj se ljudem pomaga brez premošljevanja, zakaj in kako (UD22).

3. Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči

3.1. Želja po prejemanju pomoči

Kot pravi Hojnik-Zupanc (1997), je pomembno, da se stari ljudje znajo hitro prilagoditi, saj se na spremembe tako ne odzivajo čustveno in se znajo bolje pripraviti tudi na tiste starostne spremembe, ki vodijo v odvisnost.

Ko sem intervjuvanke vprašala, kakšne so njihove želje po prejemanju pomoči, jih je polovica odgovorila, večinoma so to bile stanovalke doma upokojencev, da jim pomoč s strani domačih veliko pomeni: *»Ja, želim si prejemati pomoč od domačih, od svoje hčerke pa vnukinje. Da mi domači pomagajo, drugače pa ne«* (UG23). Stanovalka doma upokojencev UB je z domačimi zelo povezana, saj je povedala: *»Veste, da imam res kar veliko obiskov. Že prej so radi hodili k meni domov, smo bili zelo navezani en na drugega«* (UB33), zato tudi pomoč raje prejema od njih: *»Ja, sigurno bi si želela raje prejemati pomoč od svojih, sploh pomoč svakinje in brata je res dobrodošla«* (UB23). Intervjuvanka DE, ki živi doma in potrebuje oskrbo na domu, prav tako izpostavi pomoč, ki jo prejme s strani domačih: *»Kar mi zdele domači pomagajo, je več kot odlično. Vse naredijo, pa še mnogo več, kar jaz pričakujem«* (DE29). *Je pa seveda skos manj treba, ker sama toliko sodelujem«* (DE30).

Intervjuvanke, ki prejemajo pomoč na domu s strani socialnih oskrbovalk, so izpostavile pomembnost formalne oskrbe: *»Socialna oskrbovalka je tista glavna«* (DA23), saj razbremenijo družinske člane: *»Ja, da bi čim dlje hodile socialne oskrbovalke k meni, da razbremenim sina in družino«* (DF25), poleg tega pa k njim prihajajo srčne oskrbovalke: *»Tudi socialnih oskrbovalk sem zelo vesela, ker so vse tako srčne«* (DE26). Sta pa dve intervjuvanki omenili, da največ pomoči prejmeta s strani oskrbovalke, saj domači nimajo veliko časa: *»Od hčerke pa tudi ne zahtevam preveč, ima službo ... je že tako preobremenjena«* (UC24), *»Največ pomoči prejemem tukaj v domu«* (UC35), *»od hčerke pa nič tako ne rabim. Bolj tako, da se pogovarjava«* (UC36). Iz izjav lahko razberem, da je intervjuvankam pomembnejše, da domači tisti čas, ko so z njimi, raje izkoristijo za druženje in pogovor, saj sta dve izpostavili pomen in željo po druženju: *»Ena soseda pride tko mal na klepet«* (DA24) ... *Se včasih tut s kakšno družino dobimo pa gremo«* (DA25), *»Si pa želim več družbe«* (UC25).

Intervjuvanka DF, ki živi doma, skupaj z možem, je izpostavila željo po obojestranski pomoči: *»Si pa želim, da je pomoč obojestranska, zato tudi pomagam pri pripravi kosila za domače, pripravim zelenjavo«* (DF24), saj se s tem, ko pomaga domačim, počuti bolj koristno.

3.2. Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva

Zanimalo me je tudi, kaj starim ljudem pomeni več – da imajo zadovoljene materialne potrebe ali emocionalna opora in družabništvo. Pri tem vprašanju sem pričakovala, da bo večina intervjuvank odgovorila, da si želi druženja, saj se stari ljudje v današnjem času vedno bolj srečujejo z osamljenostjo, ki je povezana z izgubo bližnjih oseb in redkejšimi socialnimi stiki (Mali, 2002, str. 319).

Skoraj vse intervjuvanke, razen ene, so na vprašanje o zadovoljevanju potreb odgovorile, da jim največ pomeni druženje. Dve intervjuvanki sta povedali, da jima družba veliko pomeni, saj se tako ne počutita osamljeni: *»... tudi družba, da nisem osamljena«* (UB26), *»Tudi brez hrane bi preživela, samo da je kdo za družbo«* (DF26). Predvsem pa druženje veliko pomeni stanovalki doma upokojencev UC, saj je pred časom bila v depresiji: *»Ja, družabnost najbolj. Sem imela depresijo, nisem nič mogla. Dolgčas mi je bilo tako, pogovarjat se nisem mogla z ljudmi, zapirala sem se«* (UC26), v intervjuju pa je pogosto omenjala pomen oseb, ki jo obiskujejo, ter da si želi več družbe in pogovarjanja. Prav tako ima družabništvo velik pomen za dve intervjuvanki, ki sta izpostavili, da ne potrebujeta denarja in materialnih stvari, temveč jima več pomeni obisk domačih in druženje: *»Denarja jaz nobenega ne rabim (DE27), imam raje, da imam ljudi okoli sebe. Sej imava vsak dan polno hišo domačih! Kaj bi si sploh lahko še želela ... (DE28), »Saj od materialnih stvari nič ne potrebujem (UG24), sem bolj vesela obiska vnukov in hčerke«* (UG25).

Intervjuvankama DA in UB največ pomeni, da imata zagotovljeno materialno podporo in pomoč zaradi samostojnega financiranja doma in pomoči za oskrbo na domu: *»Jah, materialno moraš imet, vse si sama financiram, kar pridem skozi«* (DA26), *»... tako materialne dobrine, da si lahko dom plačam«* (UB25).

Intervjuvanka UD pa pravi, da ima za zdaj zadovoljene vse potrebe in vsega dovolj ter je zelo zadovoljna, da je finančno neodvisna od svoje družine, tako da si lahko dom plačuje sama (UD26).

3.3. Pričakovanja do svojcev

Ko sem intervjuvanke vprašala o pričakovanjih do svojcev, so skoraj vse povedale, da posebnih pričakovanj nimajo, saj da so svojci ali »tamladi«, kot jih tudi poimenujejo, preobremenjeni in nimajo veliko časa, same pa jim ne želijo biti v breme. Na splošno pa imajo sogovornice s strani svojcev pozitivna pričakovanja.

Intervjuvanka DA, ki živi doma s sinom, nima pričakovanj in zaradi pomanjkanja časa od domačih tudi ne more veliko zahtevati: »Ja, ne morem kaj dosti pričakovat pa zahtevati od njih. Sin je cele dneve v službi (DA27), po službi gre pa v hribe. Mu je to v veselje, ne morem mu tega vzeti. Vnukinja ima tudi veliko obveznosti v šoli.« Poleg tega pa pravi, da svojcem in sosedom ne želi biti v breme: »Nočem biti nobenemu v breme. Od sosedov pa tut ne moraš kej dosti zahtevat, saj jih kdaj kej prosim pa mi prinesejo« (DA28). Podobno pravi intervjuvanka DF, ki živi v domačem okolju: »Od svojih domačih nič ne pričakujem (DF27), ne želim si nekega povečanega angažmaja, je že ta kar velik. Tako da, sej pravim, nimam pričakovanj in sem zadovoljna s tem, kar mi dajejo in mi pomagajo. Oni imajo še vsi svojo službo« (DF28). Tudi intervjuvanka UC, ki živi v domu, meni podobno: »Ja, sej sem rekla, da ne morem zahtevati preveč. Ta mladi imajo dosti svojega dela (UC27). Kot lahko, pa naredijo. Je pa lepo, da me pride hčerka vsak dan pogledati« (UC28). Tukaj bi želela izpostaviti tudi hvaležnost vseh intervjuvank ob prejemanju pomoči.

Polovica intervjuvank je povedala, da do svojih domačih nimajo posebnih pričakovanj, saj že sedaj naredijo vse, kar je treba: »Saj vse naredijo, kar je treba, sej ne vem več, kaj bi morali še narediti. Mi vse prinesejo, kar naročim« (UD28), »Svojci dovolj naredijo, nimam nobenih posebnih pričakovanj« (UG26), »Vse naredijo, pa še mnogo več, kar jaz pričakujem« (DE29), poleg tega pa je intervjuvanka DE povedala, da svojcem ni treba več toliko pomagati, saj se trudi, da sama sodeluje in je čim bolj samostojna (DE30).

Kot sem omenila že zgoraj, je intervjuvankam, predvsem tistim, ki so v domu upokojencev, zelo pomemben čas, ko so z družino, zato ga rade izkoristijo za druženje in pogovor. Intervjuvanka UD je dejala: »Domači mi nimajo kaj pomagati, oni me pridejo obiskat, gremo na kakšno kavo pa kakšno bleknemo« (UD33), prav tako intervjuvanka UB: »V glavnem imam svojce, je čisto dovolj. Mi smo se vedno dobro razumeli, pa vedno so radi k nam prišli. Verjetno tudi zaradi tega še vedno radi k meni v dom pridejo« (UB27), »Je pa lepo, da me pride hčerka vsak dan pogledati« (UC28).

4. Formalna in neformalna opora starih ljudi

4.1. Največja opora

Stari ljudje lahko z upadanjem funkcionalne zmožnosti postanejo odvisni od pomoči drugih, to pa jih lahko potisne v socialno izolacijo, postanejo nesamostojni in se srečujejo tako s socialnimi kot tudi emocionalnimi stiskami. V magistrskem delu me je zato zanimalo, kdo je starim ljudem v stiskah v največjo oporo ter kdo in na kakšen način jim najbolj pomaga. Socialno oporo sem delila na formalne in neformalne vire. Na vprašanje, kdo jim je v stiskah v največjo oporo, so vse intervjuvanke odgovorile, da največ opore dobijo s strani neformalnih virov, predvsem ožjih družinskih članov. Dve stanovalki v domu sta omenili, da jima je v največjo oporo hčerka, ki prihaja vsakodnevno na obisk: *»Ja, to pa sigurno moja hčerka. Najbolj mi pomaga tako, da pride pa se malo pogovoriva«* (UC29), *»Hčerka mi je v največjo oporo«* (UG29). Prav tako sta stanovalki doma upokojencev UB v največjo oporo brat in svakinja, ki jo vsakodnevno obiskujeta. Intervjuvanke, ki živijo v domačem okolju, pa pravijo, da so jim v največjo oporo člani družine, s katerimi živijo: *»Prav gotovo mi je bil pa v največjo oporo mož. Tudi pri osebni higieni ni imel ne mož ne sin nobenega pomisleka proti meni«* (DE32), poleg tega pa pravi, da ji je v veliko oporo tudi sin z družino: *»Prav gotovo sin, ki ima še pa še energije, njegova žena, ki je imela tudi enake primere doma s strani babic, pa vnučki«* (DE31). Intervjuvanka DF ima enakovredno podporo obeh otrok: *»Ja, družina, seveda. Hči je 25 km oddaljena sicer, ampak imam tako urejeno, da sem en teden doma pri sinu, en teden pa pri njej«* (DF29).

Le dve intervjuvanki sta povedali, da veliko opore prejmeta s strani formalne oskrbe. Intervjuvanka DA, ki živi v domačem okolju, je dejala, da največ opore glede oskrbe prejme s strani socialne oskrbovalke, ob strani pa ji najbolj stoji sin, s katerim živi: *»Od domačih mi pa največkrat sin kaj uredi«* (DA30). Intervjuvanka UD, ki živi v domu, pa pravi, da se poleg družine dobro razume tudi s sestrami (op. zaposlenimi): *»Poleg družine so tut sestre tako fejš, se tako dobro razumemo«* (UD29).

Na podlagi rezultatov lahko potrdim, da se stari ljudje, tako kot mlajša populacija, za socialno oporo v veliki meri obračajo na neformalna socialna omrežja (Družboslovne razprave, 2003, str. 171–182), predvsem ožje družinske člane.

Ko sem intervjuvanke vprašala, kdo in na kakšen način jim najbolj pomaga, so vse tiste, ki živijo v domačem okolju, govorile tako o formalni kot tudi neformalni instrumentalni

(materialni) podpori. S strani socialnih oskrbovalk prejemaajo največ opore pri osebni higieni in negi ter s prinašanjem kosila, kot neformalno instrumentalno podporo pa so navedle, da jim družinski člani pomagajo pri hišnih opravilih, kot so čiščenje stanovanja, kuhanje, higiena in skrb za zdravje. Tudi vse stanovalke doma upokojencev so odgovorile, da prejemaajo instrumentalno (materialno) oporo. Stanovalka UG pravi, da veliko pomoči prejme s strani vnukinje, hčerka pa ji nudi finančno oporo: *»Položnice so že tako velike, sama pa nimam tako velike pokojnine ... mi mora hčerka pomagati«* (UG35). Kar tri stanovalke doma so povedale, da prejmejo največ opore s strani zaposlenih, torej formalno instrumentalno oporo. Stanovalka UB meni, da so zaposlene v domu zadolžene za pomoč pri instrumentalni opori (UB34), domači pa jo pridejo obiskat (UB35), enako meni tudi stanovalka UD: *»Domači mi nimajo kaj pomagati, oni me pridejo obiskat, gremo na kakšno kavo pa kakšno bleknemo«* (UD33). Ostali dve stanovalki pa pravita, da s strani zaposlenih prejmeta največ opore pri negi: *»Največ pomoči prejemem tukaj v domu. Trikrat na dan me previjejo, pa na voziček me dajo«* (UC35), *»Najbolj me negujejo negovalke, s temi se pravzaprav največ družim«* (UD34).

Vsem stanovalkam doma upokojencev veliko pomeni opora v obliki neformalnega druženja, predvsem kot obiski in pogovor z najbližjimi družinskimi člani. V primeru, da zaradi oddaljenosti ali onemoglosti družinski člani ne morejo priti na obisk, sta dve stanovalki povedali, da ostanejo povezani po telefonu: *»Pa sestra me tut pokliče po telefonu«* (UD30), *»Sin živi pa na Kanarskih otokih, se pa bolj po telefonu slišiva, kdaj se še vidimo preko telefona«* (UG29). Stanovalki UC ogromno pomeni opora v obliki neformalnega druženja s prostovoljcem in zgodovinski krožek v sklopu doma: *»Mi zelo pomagajo take reči, kot so ti krožki pa tisti fant (op. prostovoljec), ko pride k meni. Res mi veliko pomeni to«* (UC40).

Neformalna emocionalna opora pa je pomembna za tri intervjuvanke, ki pravijo, da jim ob strani najbolj stoji družina (DE36, DF34), stanovalki doma UG pa je v največjo oporo hčerka (UG27).

4.2. Značilnosti socialnega omrežja

Večina starih ljudi v Sloveniji ima močna družinska omrežja (Hlebec idr., 2010), kar lahko potrdim tudi pri vseh svojih intervjuvankah. Večina vprašanih ima veliko socialno mrežo, saj so navedle, da imajo poleg otrok ali zakoncev tudi obiske in oskrbo s strani širše družine. Rezultate sem prikazala v spodnji tabeli.

Tabela: Socialna mreža – vrste in pogostost

	Vrsta									
Pogostost	Otroci	Bratje, sestre	Vnuki	Prijatelji	Nečaki	Partner	Snaha	Svakinja	Prostovoljec	Socialna oskrbovalka
Dnevno	UC, DE, DF, UG, DA	UB	UG, DF	UC		DE	DE, DF	UB		DE, DF, DA
Tedensko	UD, UG		UD, DA		UB				UC	
Mesečno		DA	UC, UG	DA						
Letno				UD, UB						

Iz rezultatov lahko sklepam, da jih najpogosteje obiščejo oziroma jim nudijo pomoč otroci in vnuki. Pri intervjuvankah, ki živijo v domačem okolju, predstavlja pomemben del socialne mreže tudi socialna oskrbovalka, ki jih vsakodnevno obišče na domu. Intervjuvanka UB, ki nima svojih otrok, je povedala, da ji največ pomenijo družina in nečaki, predvsem brat in svakinja, ki prideta na obisk vsak dan (UB28, 29). Pri intervjuvanki UC, ki biva v domu upokojencev, bi želela izpostaviti pomemben obisk prostovoljca, ki jo obišče enkrat tedensko: *»Ta mi pa veliko pomeni, ga kar težko že čakam«* (UC44). Presenetila me je tudi izjava intervjuvanke iz doma upokojencev: *»Ena medicinska sestra (iz Soče) me pride še sedaj obiskat. Štirideset let nazaj me je rihtala, vsak let ene dvakrat pride za praznike. Pa na morje me je peljala enkrat, še pa še, no«* (UD32, 36), iz česar razberem, kako si lahko stari ljudje širijo in ohranjajo svojo socialno mrežo. Vse stanovalke doma upokojencev so povedale, da se s sostanovalci ne družijo: *»S temi v domu se sploh ne poznamo, se ne družimo«* (UB30) in *»Tukaj v domu pa nimaš enega, da bi se lahko kej pogovoril, so še slabši od mene«* (UC34), *»Z ostalimi v domu se pa ne družim, se mi ne da«* (UG30), razlog pa je povečini ta, da so drugi še slabšega zdravja in da s sostanovalci nimajo skupnih tem za pogovor. Poleg tega pa sta dve stanovalki doma upokojencev povedali, da ju prijatelji ne obiskujejo: *»Prijatelji pa rečejo, da bodo prišli, pa nikoli ne pridejo«* (UC33), *»Ostelim prijateljem pa ne povem, kje sem«* (UG31). Ta podatek me je zelo presenetil, saj sem mislila, da je socialna mreža intervjuvank v institucionalnem varstvu bolj raznolika glede na to, da bi se lahko v domu veliko družile s sostanovalci. Ker so stari ljudje, ki živijo v domačem okolju, prikrajšani za druženje s sostanovalci, sem pričakovala, da bodo omenile tudi druženje s sosedi, vendar o teh niso govorile, razen ene intervjuvanke, ki je povedala: *»Ena soseda pride tko mal na klepet, drugače*

pa ne hodimo tako po stanovanjih tukaj. Se včasih tudi s kakšno družino dobimo pa gremo» (DA24, 25).

V raziskavi me je zanimalo, kako pogosto imajo stari ljudje socialne stike, kolikokrat jih obiščejo, ali jim pomagajo svojci ali socialne oskrbovalke. Ugotovila sem, da imajo večinoma vse intervjuvanke redne stike, predvsem z ožjimi družinskimi člani (sin, hčerka, brat, partner). Vse intervjuvanke, ki živijo v domačem okolju, imajo vsakodnevni stik s svojimi otroki, kar lahko povežem s tem, da bivajo v isti hiši ali istem gospodinjstvu. Vse, razen ene stanovalke doma upokojencev, prav tako vsakodnevno obiskujejo njihovi otroci oziroma brat: *»Hčerka me ima pa res rada, je skoraj vsak dan pri meni«* (UC38), *»Svakinja in brat prideta vsak dan«* (UB36). Pogosti obiski so povezani predvsem z bližino doma starejših občanov, saj svojci bivajo v istem kraju. Intervjuvanka, ki se je pred tremi meseci preselila iz doma upokojencev v Gornjem Gradu v dom, ki je v bližini domačih, je svoje zadovoljstvo še posebej izrazila, saj jo sedaj domači lahko obiščejo vsak dan. Prej je imela zaradi oddaljenosti doma obiske na mesečni ravni. Ena izmed intervjuvank, ki živi v domu upokojencev, pa je dejala, da ima največ stikov z zaposlenimi: *»Ja, negovalke največ, domači pa tut, kot lahko. Največkrat pridejo med vikendi, med tednom imajo vsi službe pa otroke za zrihtat«* (UD35), kar pa je posledica preobremenjenosti in pomanjkanja časa svojcev. Pri večini intervjuvank sem opazila, kako pomemben jim je obisk vnukov in nečakov: *»Me velikokrat pridejo pogledat, se doskrat pohecam, če so spet jokali, ko so mogli k men priti, pa radi pridejo, veste«* (UB37) in *»Pa tamedve (op. vnukinji), sploh tamala. Je enkrat napisala, da taprvo ma mene rada, potem pa mamico ... me pridejo doskrat pogledat, če prov sem tukaj«* (UD31). Nekaj intervjuvank je povedalo, da se z družinskimi člani, ki so bolj oddaljeni ali zaradi starosti ne morejo priti na obisk, slišijo po telefonu: *»Pa sestra me tut pokliče po telefonu. (UD30) Sam zdej težko pride sem, ker je že stara pa se težko s kolesom pelje, nima pa izpita za avto«*. Intervjuvanka UG, ki živi v domu, mi je povedala, da sin živi v Španiji, zato se z njim lahko sliši le po telefonu. Kot je dejala, ji domači na telefonu uredijo, da ga lahko celo vidi, saj imata videopogovor.

4.3. Prednosti in slabosti oskrbe

Z intervjuvankami sem spregovorila tudi o prednostih in slabostih formalne in neformalne oskrbe, ki jih kot prejemniki oziroma uporabniki svoje storitve vidijo. Vse intervjuvanke, ki živijo v domu, so kot slabost formalne oskrbe izpostavile pomanjkanje časa zaposlenih, povedale so, da je njihov obseg dela prevelik, plačilo pa prenizko. Za vse omenjeno pa je razlog

predvsem premalo kadra. Intervjuvanka UB: *»Sestre so pa uredi, jih je pa še pa še premalo. Pa boh ve, koliko so plačane. Preveč delajo.«* (UB42–44)

Intervjuvanka UC: *»Pomagajo mi, kot imajo čas, časa je pa premalo. Noben ne more, da bi dve besedi spregovoril, vsak samo hitro leti, ti bi pa rad malo, da bi se s kom pogovarjal. Je premalo oseb tukaj.«* (UC2)

Intervjuvanka UG: *»Zaposleni v domu nimajo veliko časa. Bi se rada kdaj pogovarjala, pa imajo preveč dela in morajo pohiteti.«* (UG43)

Intervjuvanke, ki živijo v domu upokoјencev, so kot slabost pri formalni oskrbi navedle tudi to, da je zaposlenih premalo: *»Če bi mela več časa, veste, bi se lahko pogovarjale. Premalo jih je, premalo«* (UC49), se preveč menjavajo: *»So pa tut tukaj ostale zaposlene rekle, da je težava, ker se oskrbovalke menjavajo«* (UD40), poleg tega pa je ista stanovalka povedala, da se ne smeš preveč navezati na osebe: *»Je pa tut drug pogled, da se preveč ne navežeš na njih«* (UD41). Dve stanovalki pa sta omenili še slabosti, in sicer da v domu ne prejmeš materialnih stvari, kot recimo robčkov, druga pa je povedala, da v domu ne občuti domačnosti: *»Slabost je pa to, da je drugače kot doma, se ne počutim tako dobro kot doma«* (UG41).

Presenetilo me je, da je samo ena intervjuvanka, ki prejema pomoč na domu, izpostavila manjšo slabost glede omejenosti časa in svojeglavosti socialne oskrbovalke: *»Pri socialnih oskrbovalkah je delo toliko omejen, kot je omejen čas. Edino pri protezi (nogi) je kakšna socialna oskrbovalka svojeglava in želi po svoje narediti«* (DF45, 46).

Pri slabostih neformalne oskrbe so tri intervjuvanke odgovorile, da so bližnji preobremenjeni.

Intervjuvanka DA, ki živi doma skupaj s sinom, je kot slabost izpostavila sinovo odsotnost: *»Sin je pa tako ali tako v službi, potem ima pa še svoje stvari, ki ga veselijo. Pride šele okoli 8.00 domov, gre po hribih po službi, tako da nima veliko časa«* (DA42).

Intervjuvanka UB: *»Naši imajo sploh take poklice in so preobremenjeni, otroci so pa v šoli ... Nečaki imajo vsi ogromno dela, so v medicini pa tut dežurajo. Preobremenjeni so«* (UB39).

Intervjuvanka UC: *»Vsi so tako zaposleni, zato pa jaz zastopim in ne morem zahtevati, da bi me skozi hodili gledat«* (UC42).

Prednosti neformalne oskrbe več kot polovica intervjuvank vidi v obiskih in druženju z domačimi. Poleg domačih je intervjuvanka UC povedala, da ima velik pomen tudi prostovoljec, ki jo obiskuje. Intervjuvanke pa vidijo dobre strani oskrbe s strani svojcev tudi v tem, da jim nudijo osebno higieno: *»Sin mi je na začetku nudil tudi osebno higieno«* (DE39), *»Hči je tudi*

doma pomagala pri kopanju, pa vse nohte postrige pa glavo umije» (UG44), prinašajo stvari v dom (UB40), imajo skupna nedeljska kosila (UG42), poleg tega pa je zelo pomembno, da se zaradi bližine domačih počutijo bolj samostojne in varne: »Prednost domače oskrbe je predvsem to, da imaš vsak trenutek na razpolago tisto, kar rabiš ... ne morem splanirati toliko časa, da sem tako svobodna kot pri tem, če je nekdo doma, kot moj sin« (DF40, 41). Intervjuvanka – uporabnica pomoči na domu, ki živi skupaj z možem, pa je kot prednost neformalne oskrbe izpostavila: »Predvsem sva se z možem še bolj povezala« (DE21).

Vse intervjuvanke so naštele ogromno pozitivnih stvari in prednosti, ki jih vidijo v formalni oskrbi. Intervjuvanke, ki prejemajo pomoč na domu, niso mogle prehvaliti dela socialnih oskrbovalk, njihove čutnosti, prijaznosti, strokovnosti, prizadevanja za napredek in kakovostno opravljeno delo. Intervjuvanka DE je kot prednost formalne oskrbe izpostavila svoje zadovoljstvo s socialnimi oskrbovalkami: *»Socialne oskrbovalke pa imajo že v sebi ta socialni čut. Tukaj res za eno ne bi mogla reči kaj slabega. Jaz imam rada ljudi, sem na vse navezana. Vse socialne oskrbovalke so prišle s tako pozitivno energijo, ko je prišla ena z Loke (op. Škofje Loke), sem mislila, da je angel. O eni nimamo kaj slabega za reči« (DE40, 41). Socialne oskrbovalke so ji pomagale tudi do večje samostojnosti: »Že zaradi teh punc (op. socialnih oskrbovalk) sem bila pripravljena toliko sama narediti, da lahko sedaj kolikor toliko samostojno živim« (DE43).*

Tudi drugi dve intervjuvanki, ki koristita pomoč na domu, sta o zadovoljstvu s socialnimi oskrbovalkami povedali, da imata z njimi dober odnos, da dobro in rade opravljajo svoje delo, se trudijo in na delo prihajajo točno. Vse to lahko potrdim z izjavami: *»Z vsemi sem zadovoljna. Jaz mislim, da, kako bi rekla ... kakšna od negovalk, imam občutek, da bi želela še kaj narediti pa še sprašujejo« (DF47), »Super je tudi to, da lahko pridejo celo trikrat na dan« (DF42), »Socialna oskrbovalka prihaja vedno ob uri, ko smo dogovorjeni« (DF43).*

»Z delavkami v domu se dobro zastopimo, me imajo kar rade. Mal se pohecamo, je kar obojestransko. Mislim, da me kar rade rihtajo ... Poleg družine so tut sestre tako fejest, se tako dobro razumemo« (UD2).

Prav tako so tudi stanovalke doma upokoјencev govorile o prijaznosti, strokovnosti, trudu in kakovostno opravljenem delu s strani zaposlenih v domu. Kot prednost je stanovalka UC navedla, da ji veliko pomeni tudi to, da ima v domu lahko svojo sobo (UC45), stanovalka UG40 pa je kot prednost izpostavila, da ji ni treba kuhati, saj ima v domu zagotovljeno kosilo (UG40).

Na vprašanje, kdo bolj kakovostno opravi svoje delo – ali so to domači ali socialne oskrbovalke/zaposlene v domu – je večina govorila o pomembnosti socialnih oskrbovalk: *»Sin nima časa, je v službi. Socialna oskrbovalka je tista glavna«* (DA23), da imajo oskrbovalke bolj strokoven odnos: *»Seveda so one tudi bolj strokovne, pa spodbujale so me«* (DE46) ter kakovostno in zadovoljivo opravijo svoje delo. Intervjuvanki, ki živita doma, sta izpostavili tudi kakovost domače oskrbe. Intervjuvanka, ki živi z možem, je povedala, kako se njen mož trudi: *»Moram pa pohvaliti moža, se je ogromno stvari sam naučil, da mi sedaj lahko on pomaga«* (DE44), in jo spodbuja, prav tako tudi socialne oskrbovalke.

4. Osamljenost

Ramovš (2003, str. 104–105) pravi, da je osamljenost v starosti ena od najbolj razširjenih in najhujših stisk ter je za starega človeka enako huda kakor telesna podhranjenost. V raziskavi me je zanimalo tudi, ali se intervjuvanke kdaj počutijo osamljene in kako le-to premagujejo.

Kar šest od sedmih intervjuvank je povedalo, da se ne počutijo osamljene. Sogovornice, ki živijo v domačem okolju, so dejale: *»Ne, to pa nikoli, nikoli mi ni dolgčas. Malo pospravljam pa ven grem. Pa je dopoldne kuj ukraj. Mal televizijo pogledam«* (DA45, 46), kot razlog za »neosamljenost« pa je navedla, da ima okoli sebe veliko ljudi, s katerimi se lahko družijo in jo obiskujejo (DA47). Sogovornica DE je povedala, da nikoli ni imela občutka osamljenosti, vendar bolj občutek odvečnosti: *»Osamljeno se nisem nikoli počutila, sem pa vedno imela občutek, zakaj moram biti v napoto. Pa je mož vedno rekel, kakšno napoto! Sej se bolj v to smer prepričujem, da nisem v napoto«* (DE47).

Tudi intervjuvanke, ki živijo v domu upokojencev, so vse, razen ene, povedale, da se ne počutijo osamljene, glavni razlog pa je, da imajo pogoste in redne obiske domačih. To lahko potrdim tudi z izjavami sogovornic: *»Ne, ne. Imam dovolj ljudi, čisto tok, kot hočem«* (UD43), *»Ne, imam dovolj obiskov«* (UG46), *»Imam kar nekaj domačih, ki me redno obiskujejo«* (UB49).

Intervjuvanka UC, ki je edina odgovorila, da se počuti osamljeno, je kot razlog navedla: *»Ja, jaz bi rada imela tako, da bi se malo več pogovarjala ... (UC52) Na začetku sva se pa še domine igrale. Sem rekla, "kok je to fajn" ... zdaj pa nič več. Jaz sem bila vesela, ker sva lahko domine igrale«* (UC53).

5. RAZPRAVA

1. Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost

»Dolgotrajna oskrba je oblika nege, katero se zagotovi komu, ki potrebuje pomoč pri vsakdanjih življenjskih aktivnostih zaradi nesreče, bolezni, upada kognitivnih sposobnosti, kroničnih bolezni ali pa visoke starosti. Storitve, ki zadovoljujejo tako materialne kot nematerialne potrebe, lahko oseba prejema dolgoročno ali pa kratkoročno« (Hvalič Touzery, 2010). S starostjo se človekova onemoglost povečuje, zato ta ne more samostojno opravljati del, ki jih ima telesno, duševno, duhovno ali socialno zdrav človek za samoumevne, in zaradi onemoglosti potrebuje pomoč drugih (Ramovš, 2010, str. 83–84).

Večina sogovornic prejeto pomoč sprejema in doživlja kot pozitivno in dobrodošlo, ne glede na to, ali jo nudijo zaposleni v domu ali socialne oskrbovalke. V času bolezni jih prejeta pomoč razbremeni, nekaj sogovornic pa je poudarilo tudi nujnost pomoči, kar lahko povežem s tem, da intervjuvanke vrednotijo pomoč skozi onemoglost in starost, ki prinašata večjo odvisnost od drugih ljudi (Ramovš, 2010, str. 84). Prav tako se vse sogovornice zavedajo, da so brez pomoči nezmožne za samostojno življenje, čeprav nekatere poudarjajo področja, na katerih so še samostojne. Vse intervjuvanke omenjajo, da jim je bilo ob izgubi samostojnosti pomoč drugih težko sprejeti, vendar jo kljub temu sedaj sprejemajo in so se z njo sprijaznile. Nekatere izgubo samostojnosti sprejemajo kot del staranja, podobno pa piše tudi Hojnik-Zupanc (1997, str. 118), ki pravi, da so se tisti ljudje, ki so se znali v življenju hitro prilagoditi in se zaradi sprememb niso odzivali čustveno, tudi kasneje znali bolje pripraviti na starostne spremembe, ki vodijo v odvisnost. Sogovornica, ki živi v domu upokojencev, pa je izpostavila, da je pri vsem najtežje sprejela dejstvo, da mora oditi v dom in zapustiti svoje domače okolje. Tudi Pečjak (2007) pravi, da za stare ljudi odhod v dom predstavlja hud stres, saj se izredno težko prilagajajo novim življenjskim situacijam. Več kot polovica sogovornic je pomoč drugih sprejela pozitivno predvsem zaradi dobrih izkušenj z ljudmi, ki jim pomagajo. Kot navajajo, je razlog prijaznost socialnih oskrbovalk in zdravstvenega osebja v domu, ki ima pozitiven odnos do stanovalcev, velik pomen pa ima tudi družina. Po besedah G. Čačinovič Vogrinčič (2000) je ravno družina tista, ki staremu človeku daje temeljni občutek lastne vrednosti, saj v podpori družine ta prepozna izkušnjo vezanosti, pripadnosti in spoštovanja.

2. Doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti

Vse sogovornice so pripovedovale o delni samostojnosti, in sicer tiste, ki živijo v domačem okolju, so samostojne predvsem pri opravljanju osnovnih življenjskih opravil, kot so hranjenje, oblačenje in osebna higiena, po drugi strani pa nekatere izmed njih pri teh opravilih potrebujejo tudi pomoč socialne oskrbovalke, poleg osnovnih opravil pa posameznim prinesejo tudi kosilo. Večja odvisnost od drugih se kaže predvsem pri sogovornicah, ki sta na vozičku, saj sta obe dejali, da brez pomoči nista samostojni in da je potrebujeta še več. Mali (2008, str. 146) piše o odvisnosti v domu za stare in pravi, da v domu živijo stari ljudje, ki zase ne morejo več skrbeti in so odvisni od osebja, še posebej pri osnovnih življenjskih potrebah, kot so: hranjenje, oblačenje, umivanje, ter višjih potrebah, kot sta druženje in osmišljanje življenja. Moje sogovornice, ki bivajo v domu, največ pomoči potrebujejo pri umivanju, oblačenju in slačenju, pospravljanju sobe, dve sogovornici, ki sta na vozičku, pa potrebujejo pomoč tudi pri posedanju na voziček. Vse sogovornice, ki živijo v domu upokojencev, pa so izpostavile samostojnost pri prehranjevanju.

Brez pomoči si sogovornice ne predstavljajo življenja in o tem tudi ne razmišljajo, saj pomoč potrebujejo. Predvsem velik pomen pomoči drugih pripisujejo sogovornice, ki živijo doma in pomoč prejemajo s strani oskrbe na domu, saj lahko zaradi tega ostanejo v svojem poznanem, domačem okolju. Nagode (2009, str. 125) piše, da si Slovenija prizadeva za pogoje, ki staremu človeku omogočajo, da čim dlje ostane doma, saj želijo s tem poudariti samostojnost, varnost in dvigniti kakovost življenja vsakega posameznika, ki je v tretjem življenjskem obdobju.

Glede na to, da so vse sogovornice izgubile del samostojnosti in, kot opisujejo, po bolezni ne morejo biti več tako aktivne, prejeto pomoč vseeno doživljajo kot pozitivno in dobrodošlo, več kot polovica pa je izpostavila, da se zaradi tega počutijo bolj samostojne, kaže se večja povezanost s partnerjem, pomoč pa razbremeni tudi družino. Samostojnost se v večini kaže v tem, da lahko sogovornice več stvari naredijo same, kot bi jih sicer brez pomoči drugih. Tako se na primer lahko vsak dan sprehodijo, gospa, ki živi z možem, lahko zaradi njegove pomoči še vedno skuha žgance, zaradi pomoči pa se sogovornici, ki živi doma, kot je povedala, počasneje slabša njeno zdravstveno stanje. Skoraj polovica intervjuvank je tudi poudarila, da jim je pomoč obogatila življenje.

Sogovornice se ob tem, ko imajo ob sebi nekoga, ki jim pomaga, počutijo pozitivno, pomoč sprejemajo in pri tem izražajo zadovoljstvo. Negativne občutke pa so ob pomoči drugih izrazile tri sogovornice, ki so dejale, da so občasno imele tudi občutek odvečnosti in se počutile

nemočno, predvsem zaradi zasedenosti in pomanjkanja časa s strani domačih. Ob pozitivnem sprejemanju pomoči so nekatere dejale, da se počutijo bolj samostojne, vendar so se morale tudi same potruditi in vztrajati ter pozitivno gledati naprej. Tudi Baker (2002, str. 3) pravi, da moramo staremu človeku dopustiti, da sam pomaga in doprinese k odnosu z negovalcem, saj mu le tako zagotovimo občutek lastne koristnosti in bo lažje sprejel dejstvo, da potrebuje pomoč. To lahko potrdim tudi pri svojih sogovornicah, saj jih je več omenilo, da so tudi same pripomogle k boljšim izidom in večji samostojnosti, ker so ob pomoči zaposlenih sodelovale, bile trmaste in vztrajale. Enako temeljna kakor samostojnost je tudi človeška potreba po sodelovanju, medsebojni pomoči in solidarnosti, pri čemer pa je vsem naštetim stvarjem skupna medsebojna odvisnost (Ramovš, 2018, str. 6).

3. Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

Z raziskavo sem ugotovila, da se želje in pričakovanja starih ljudi navezujejo na socialne stike in odnose z najbližjimi osebami, predvsem z otroki, brati, sestrami in zakonci, saj si stari ljudje želijo druženja in povezovanja z drugimi, največkrat so to bližnji družinski člani in vnuki. Tudi nekatere druge raziskave kažejo, da so močan in večrazsežen vir opore še posebej najbližje sorodstvene povezave starši – otroci, saj zajemajo vse razsežnosti opore, razen druženja (Kogovšek idr., 2008, str. 61).

Sogovornice, ki živijo doma, so poleg družine izpostavile pomembnost formalne oskrbe, saj ta pomoč razbremeni družinske člane. Pomoč rade prejema s strani oskrbovalk, čas, ki jim ga namenijo svojci, pa raje izkoristijo za druženje in pogovor. Tistim starim ljudem, ki nimajo velike socialne mreže, pomeni več, da imajo zadovoljeno emocionalno podporo in druženje – predvsem stanovalki v domu, ki nima veliko obiskov in je pred časom bila v depresiji. Tudi Hlebec in Kogovšek (2006, str. 103) pravita, da sta najpomembnejša emocionalna opora (izkazovanje ljubezni, naklonjenost) in druženje, saj smo ljudje družbena in čustvena bitja. Tistim, ki imajo veliko obiskov in opore s strani svojcev, pa veliko pomeni, da imajo zadovoljene tudi materialne potrebe, saj si morajo same financirati dom oziroma oskrbo na domu.

V raziskavi me je zanimalo tudi, kaj stari ljudje od svojih bližnjih pravzaprav pričakujejo. Kuhar (2007) pravi, da tisti, ki znajo sprejeti svoje zadnje življenjsko obdobje razumsko dovolj stvarno, potrebujejo predvsem obzirnost do svojih spreminjajočih se in tudi že spremenjenih potreb in navad, za katere omenimo le nekaj najpogostejših primerov, pri katerih rado pride do

težav. Razveselijo jih krajši obiski njim ljubih oseb, droben znak pozornosti, iskreno ponujena pomoč.

Zgornjo trditev bi lahko povezala z izjavami mojih sogovornic, saj so skoraj vse povedale, da zaradi zasedenosti in pomanjkanja časa družinskih članov od njih nimajo posebnih pričakovanj, predvsem jim ne želijo biti v breme. Pravijo, da so vesele vsake pomoči s strani domačih, in že tako naredijo vse, kar je treba, predvsem pa jim je zelo pomemben čas, ko so z družino in ga rade izkoristijo za druženje in pogovor.

4. V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

Za stare ljudi je vpetost v medosebna omrežja pomemben vidik socialne vključenosti. Raziskave kažejo, da so socialna omrežja starih ljudi manjša od drugih skupin prebivalstva, vendar je skupina starih, ki so socialno izolirani, zelo majhna. Med raziskavo sem ugotovila, da so socialne mreže starih ljudi (v ospredju so ožji družinski člani, nato prijatelji, sosedje, prostovoljci itd.) pomemben dejavnik, ki vpliva na počutje in kakovost pomoči ljudi, ki živijo v domu oziroma koristijo oskrbo na domu. Na podlagi rezultatov raziskave lahko trdim, da sogovornice prejmejo največjo oporo od najbližjih družinskih članov, predvsem so to otroci, bratje in svačinja ali pa družinski člani, s katerimi živijo, na primer sin z družino. Dve sogovornici sta izpostavili oporo, ki jo poleg domačih prejemata s strani formalne oskrbe. Tudi Mali (2008, str. 75–76) govori o potrebi po povezovanju s formalnimi izvajalci, saj stari ljudje, ki bivajo izven svojega domačega okolja, recimo v domu za starejše, potrebujejo socialno mrežo ljudi, iz katere črpajo socialno oporo tako, da se z njimi povežejo in ohranjajo stike. Najpomembnejši med njimi so prav gotovo ožji svojci stanovalcev (otroci, partnerji, vnuki), naslednji pomemben člen socialne mreže za starega človeka pa je osebje v domu. Odnos stanovalcev z njimi sicer ni intimen – tako kot s sorodniki, pa vendar jih potrebujejo, da se po potrebi zatečejo k njim po pomoč. Lahko potrdim, da ima večina vprašanih veliko socialno mrežo, saj so navedle, da jih poleg otrok ali zakoncev obiskuje in oskrbuje tudi širša družina. Izpostavila bi tudi pomemben obisk prostovoljca, ki enkrat tedensko prihaja k stanovalki doma upokojencev na druženje in pogovor. Stanovalki ta obisk ogromno pomeni, saj je v pogovoru to večkrat omenila. Prostovoljci se ne žrtvujejo za druge, ampak so poplačani s tem, ko drugega osrečijo; in tisti, ki v tem ne zna najti zadovoljstva in osebne sreče, tudi nikoli ne more biti prostovoljec (Naša pot, 2003, str. 3). Izjavo lahko potrdim tudi z besedami intervjuvanke, ki je rekla: *»Se je sam (op. prostovoljec) odločil, je rekel, da more še nekaj zase narediti.«*

Sogovornice, ki živijo doma, s strani formalnih izvajalcev prejemajo največ opore pri osebni higieni in negi ter v obliki prinašanja kosila, stanovalke v domu upokojencev pa so odgovorile, da večinoma prejemajo instrumentalno (materialno) oporo. V literaturi sem prebrala, da je Hvalič Touzery (2007a) v svoji raziskavi družinskih oskrbovalcev ugotovila, da so bili otroci glavni oskrbovalci starih ljudi. Večinoma, kar 87 %, so oskrbovalke hčerke, sledijo partnerji in nato snahe. V mojem primeru je bil pri intervjuvankah, ki koristijo pomoč na domu, glavni oskrbovalec mož, pri ostalih dveh pa socialna oskrbovalka, saj so družinski člani prezaposleni.

Ramovš (2003, str. 103) pravi: »Star človek potrebuje reden osebni stik z nekom, ki ga ima za svojega.« V raziskavi me je tako zanimalo, kako pogosto imajo stari ljudje socialne stike, kolikokrat jih obiščejo, ali jim bolj pomagajo svojci ali socialne oskrbovalke. Ugotovila sem, da imajo večinoma vse intervjuvanke redne stike predvsem z ožjimi družinskimi člani (sin, hčerka, brat, partner, svakinja, vnuki). Vse intervjuvanke, ki živijo v domačem okolju, imajo vsakodnevni stik s svojimi otroki, kar lahko povežem s tem, da živijo v isti hiši ali istem gospodinjstvu. Vse, razen ene stanovalke doma upokojencev, so prav tako vsakodnevno obiskane s strani svojih otrok ali brata. Pogosti obiski so povezani predvsem z bližino doma starejših občanov, saj svojci bivajo v istem kraju. Pri večini sogovornic sem opazila, kako pomemben jim je obisk vnukov in nečakov. Tudi Spance in Radunovich (2007) dajeta velik pomen povezovanju med otroki in starejšimi odraslimi oziroma starejšimi družinskimi člani ter pravita, da bi morali starši te odnose vzpodbujati, Erenda idr. (2014, str. 45) pa pravijo, da je »bistvo sodelovanja med mlajšo in starejšo generacijo v tem, da starejši prenašajo izkušnje na mlade, mladi pa prinašajo radost in veselje starejšim. Tu gre za obnavljanje in negovanje temeljnega odnosa med ljudmi.« Sogovornice imajo s prijatelji, sosedi in nekaterimi sorodniki, ki so bolj oddaljeni, stike na mesečni ravni ali po telefonu. Menim, da je telefon vse bolj priljubljeno komunikacijsko sredstvo med starimi, saj jim omogoča vzdrževati stalne stike z bližnjimi. Požarnik (1981) meni, da je telefon za starega pomemben, saj se tako lahko večkrat pogovarjajo s svojci in prijatelji, poleg tega pa staremu človeku daje občutek varnosti, ko lahko v primeru pomoči pokliče. Tudi Hojnik-Zupanc (1997, str. 120) pravi, da »če so telefonski stiki med starši in otroki redni (vsakodnevni ali nekajkrat tedensko), starši čutijo bdenje svojih otrok in se počutijo bolj varne. Telefonski stiki so lahko močna čustvena vez med starši in otroki predvsem takrat, če so med njimi večje prostorske razdalje, ki preprečujejo pogosto obiskovanje.« To lahko potrdim tudi pri svojih sogovornicah, saj lahko ena zaradi telefonskih pogovorov vzdržuje redne stike s sestro, ki je zaradi onemoglosti ne more obiskati, druga sogovornica pa s sinom, ki živi v tujini.

Kot največjo slabost formalne oskrbe sogovornice opisujejo pomanjkanje kadra, zaradi česar je obseg dela zaposlenih prevelik ter jim primanjkuje časa za druženje in pogovor. Lucas (1993, v Mali, 2004) pravi, da je naloga profesionalca, da posveti več časa posamezniku, da prisluhne njegovim željam in najde način za posredovanje informacij, ki mu bodo pomagale pri vključevanju v načrtovane dejavnosti. Iz tega sklepam, da si stanovalci v domu želijo, da bi imeli zaposleni več časa za pogovor, da bi se jim lahko bolj posvetili. Tudi intervjuvanke si želijo, da bi v domu imele osebo, na katero bi se lahko obrnile v vsakem trenutku in bi bila zanje tam zato, da jih posluša, sprejema, spodbuja in jim je v oporo.

Prav tako kot slabost neformalne oskrbe opisujejo pomanjkanje časa in preobremenjenost svojcev. »Dejstvo je, da srednja generacija živi zelo hitro in v večini primerov ne more zagotoviti redne in pogoste pomoči staršem« (Hojnik-Zupanc, 1997, str. 120).

Kot prednost neformalne oskrbe bi želela izpostaviti večjo povezanost med člani družine, kot je povedala tudi intervjuvanka, ki koristi pomoč na domu: *»Predvsem sva se z možem še bolj povezala ... Družina je le družina, to je duša. Socialne oskrbovalke pa imajo že v sebi ta socialni čut«*. Tudi Hvalič Touzery (2009: 113, 114) je ugotovila, da se je po mnenju tretjine oskrbovalcev zaradi nudenja pomoči povečala medsebojna povezanost družinskih članov. Nadalje sogovornice opisujejo tudi hvaležnost in trud s strani družinskih članov, poleg tega pa je zelo pomembno, da se zaradi bližine domačih počutijo bolj samostojne in varne. Prednost formalne oskrbe se je pokazala predvsem v dobrem odnosu socialnih oskrbovalk in zaposlenih v domu, njihovi strokovnosti in neizmerni prijaznosti do starih ljudi. Intervjuvanke, ki prejemajo pomoč na domu, niso mogle prehvaliti dela socialnih oskrbovalk, njihove čutnosti, prizadevanja za napredek in kakovostno opravljenega dela, poleg tega so povedale, da imajo z zaposlenimi dober odnos, da dobro in rade opravljajo svoje delo, se trudijo in na delo prihajajo točno.

Star človek z umikom iz družbenega življenja pogosto postane pasiven, vdan v usodo in osamljen. Ker s starostjo izgublja njemu pomembne osebe, stiki pa posledično postajajo vse bolj redki, družba povezuje osamljenost s staranjem in starim človekom (Mali, 2002: 318–319). Ker imajo intervjuvane osebe veliko socialnih stikov, se ne počutijo osamljene, jim pa ogromno pomeni vsak obisk, ki jim ga svojci, prijatelji in druge pomembne osebe namenijo.

6. SKLEPI

- Večina intervjuvank prejeto pomoč sprejema in doživlja kot dobrodošlo in pozitivno ne glede na to, ali je prejeta s strani zaposlenih v domu ali socialnih oskrbovalk. Pomoč jih razbremeni in jim veliko pomeni. Razlog, da vprašane pozitivno doživljajo pomoč drugih, je tudi dobro medsebojno razumevanje tako med zaposlenimi kot tudi družinskimi člani.
- Veliko intervjuvank je izpostavilo nujnost po pomoči, saj to vrednotijo skozi onemoglost, ki prinaša večjo odvisnost od drugih ljudi. Nekaj intervjuvank na začetku ni imelo pozitivne izkušnje, saj sta se morali na onemoglost in odvisnost od pomoči drugih navaditi. Vse pa se strinjajo, da so pomoč morale sprejeti, saj niso imele druge izbire.
- Intervjuvanke si ne predstavljajo življenja brez pomoči drugih, saj jim pomoč zelo koristi in jim ni odveč. Prav tako se vse zavedajo, da so brez pomoči nezmožne za samostojno življenje, kljub temu pa imajo vseeno željo po samostojnosti.
- Nekatero intervjuvanke pozitivno sprejemajo svojo »hendikepiranost« in se s tem ne obremenjujejo več, druge pa se zaradi tega ne počutijo najbolje, saj kot pravijo, jih pri mizi drugi stanovalci opazujejo.
- Tistim intervjuvankam, ki stanujejo v domu upokojencev, je bilo najtežje sprejeti dejstvo, da morajo zapustiti svoj dom.
- Največ vprašanih potrebuje pomoč pri vsakodnevni osnovni opravi, kot so osebna higiena, oblačenje in slačenje, pomoč pri umivanju, tiste osebe, ki so na vozičku, pa potrebujejo pomoč tudi pri posedanju na voziček. Nekaj manj intervjuvank potrebuje pomoč pri instrumentalni vsakodnevni opravi, in sicer v obliki prinašanja kosila in pospravljanja sobe ter preoblačenja postelje v domu.
- Zaradi prejete pomoči so intervjuvanke lahko bolj samostojne, in kot pravijo, lahko sedaj naredijo več stvari, kot bi jih sicer brez pomoči drugih. Prejeta pomoč jim je zelo dobrodošla, saj so tako vsak dan urejene, imajo skuhano kosilo, se lahko sprehodijo in se jim počasneje slabša zdravstveno stanje. Pomoč jim je obogatila življenje.
- Velik pomen pripisujejo pomoči intervjuvanke, ki prejemajo oskrbo na domu, saj lahko zaradi te pomoči ostanejo v domačem okolju.
- Nekaj manj intervjuvank je omenilo, da so imele na začetku zaradi prejete pomoči občutek odvečnosti in so se zaradi tega počutile nemočno.

- Pri opisovanju razlik med življenjem pred in po pomoči so vse povedale, da so bile pred boleznijo bolj aktivne (lahko so urejale vrt, kuhale, pazile na vnuke), predvsem so bile bolj samostojne. Izpostavila pa bi tudi pozitivne spremembe, ki jih je prinesla bolezen, in sicer kaže se večja povezanost z družino, pomoč formalne oskrbe pa lahko razbremeni družinske člane.
- Intervjuvankam pomoč s strani domačih pomeni veliko, zato jo od njih tudi rade prejemajo. Večini se zdi bolj pomembno, da domači tisti čas, ko so z njimi, raje izkoristijo za druženje in pogovor, saj so izpostavile pomen in željo po druženju. Oskrbo raje prepustijo formalnim izvajalcem, saj s tem tudi razbremenijo družino.
- Nekaj intervjuvank je poudarilo tudi željo po obojestranski pomoči, saj se s tem, ko same pomagajo, počutijo bolj koristne in samostojne.
- Večina intervjuvank je glede zadovoljevanja potreb odgovorila, da jim največ pomeni družabništvo, tistim, ki pa si morajo same financirati oskrbo, pa veliko pomeni tudi materialna preskrbljenost.
- Intervjuvanke od družinskih članov nimajo posebnih pričakovanj, saj so ti preobremenjeni in nimajo veliko časa oziroma jim ne želijo biti v breme. Na splošno pa imajo sogovornice s strani svojcev pozitivna pričakovanja.
- Stari ljudje se tako kot mlajša populacija za socialno oporo v veliki meri obračajo na neformalna socialna omrežja, predvsem ožje družinske člane.
- S strani formalne oskrbe intervjuvanke prejmejo predvsem oporo pri osebni higieni in negi ter pomoč v obliki prinašanja kosila, kot neformalno instrumentalno podporo pa so navedle, da jim družinski člani pomagajo pri hišnih opravilih, kot so čiščenje stanovanja, kuhanje, pri higieni in skrbi za zdravje. Tudi vse stanovalke doma upokojencev so odgovorile, da prejemajo instrumentalno (materialno) oporo, veliko pa jim pomeni opora v obliki neformalnega druženja, predvsem kot obisk in pogovor z najbližjimi družinskimi člani. Pomemben člen neformalne opore so tudi prostovoljci.
- Večina vprašanih ima veliko socialno mrežo, saj so navedle, da jih poleg otrok ali zakoncev obiskuje in oskrbuje tudi širša družina. Pri intervjuvankah, ki živijo v domačem okolju, predstavlja pomemben del socialne mreže tudi socialna oskrbovalka, ki jih vsakodnevno obišče na domu. Vsem intervjuvankam veliko pomeni tudi obisk vnukov in nečakov.

- Vse intervjuvanke imajo redne stike, predvsem z ožjimi družinskimi člani (sin, hčerka, brat, partner). Tiste, ki živijo v domačem okolju, imajo vsakodnevni stik s svojimi otroki, kar lahko povežem s tem, da živijo v isti hiši ali istem gospodinjstvu. Vse, razen ene stanovalke doma upokojencev, prav tako vsakodnevno obiskujejo njihovi otroci ali brat.
- Slabost formalne oskrbe se kaže v pomanjkanju časa zaposlenih, prevelikem obsegu dela in prenizkem plačilu. Razlog za vse to pa je predvsem premalo kadra. Tiste, ki stanujejo v domu upokojencev, vidijo slabost tudi v tem, da ne prejemajo materialnih stvari in v domu ne občutijo domačnosti.
- Slabost neformalne oskrbe je v preobremenjenosti svojcev, zato posledično tudi nimajo časa za oskrbo.
- Intervjuvanke so naštele ogromno pozitivnih stvari in prednosti, ki jih vidijo v formalni oskrbi: niso mogle prehvaliti dela socialnih oskrbovalk, njihove čutnosti, prijaznosti, strokovnosti, prizadevanja za napredek in kakovostno opravljenega dela. Z zaposlenimi imajo dober odnos, dobro in rade opravljajo svoje delo, se trudijo in na delo prihajajo točno.
- Prednosti neformalne oskrbe večina intervjuvank vidi v obiskih in druženju z domačimi.
- Intervjuvanke imajo veliko socialnih stikov, zato se ne počutijo osamljene, jim pa ogromno pomeni vsak obisk, ki jim ga svojci, prijatelji in druge pomembne osebe namenijo.

7. PREDLOGI

- Rešitev za socialno izolacijo in osamljenost starih ljudi vidim v spletnih tehnologijah, ki bi zagotavljale mreže za socialno podporo in občutek pripadnosti starih ljudi. Posegi bi lahko vključevali pogoste telefonske stike s pomembnimi člani uporabnikove socialne mreže, prostovoljci, zdravstvenimi delavci ipd. Poleg tega bi lahko kognitivno-vedenjske terapije »ponujali« po spletu in s tem izboljšali duševno počutje in zmanjšali osamljenost starih ljudi.
- Z raziskavo sem ugotovila, kako pomembni so prostovoljci pri povezovanju s starimi ljudmi, predvsem tistimi, ki bivajo v domu za stare. Predlagala bi, da bi študenti 1. in 2. letnika Fakultete za socialno delo v obvezno prakso vključili tudi nekaj ur prostovoljstva v domu za stare, pa naj gre bodisi samo za pogovor bodisi skupne dejavnosti in družabne igre.
- Predlagala bi povezovanje starejše in mlajše generacije na način, da bi povezali vrtec z dnevnim varstvom starih ljudi in bi tako skupaj preživeli tri dni in sodelovali v istih dejavnostih (skupno petje, risanje, poslušanje glasbe, pripovedovanje zgodbic ipd.).
- Menim, da bi bili lahko stanovalci v domu za stare bolj »zaposleni«, zato predlagam, da delavci v domu vključijo stanovalce, seveda glede na zmožnosti in voljo, v dnevne naloge, kot so na primer: zalivanje rož, odpiranje dnevne pošte, priprava večerje, organiziranje aktivnosti, zlaganje perila ipd.

8. LITERATURA

- Ambrožič, M. & Mohar, Š. (2015). *Metode socialnega dela s starimi ljudmi in njihova uporaba pri delu z ljudmi z demenco*. Socialno delo, 54 (1), 53–62.
- Armitage, R. & Nellums, L. (2020). *Covid-19 and the consequences of isolating the elderly*. 5(5), str. 256. Pridobljeno: 4. 4. 2021 s [https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667\(20\)30061-X/fulltext](https://www.thelancet.com/journals/lanpub/article/PIIS2468-2667(20)30061-X/fulltext).
- Beauvoir, S. (2018). *Starost. I, Stališče zunanosti*. Ljubljana: OPRO, zavod za aplikativne študije.
- Baker, M. (2002). *Logoterapija kot sredstvo za premagovanje krize smisla, povezane z odvisnostjo in izgubo avtonomije v starosti*. Kakovostna starost, 5 (3), 2–12.
- Barle, M. (2000). *Tu je moj dom: življenje v domu upokojencev*. Ljubljana: Naša žena.
- Birsa, M. (1992). *Življenje po šestdesetem križu*. Murska Sobota: Pomurska založba.
- Bukovec, M. (2015). *Ugotavljanje vpliva stanovalcev na kakovost storitev v domu starejših občanov*. Socialno delo, 54 (1), 21–30.
- Cijan, V. & Cijan, R. (2003). *Zdravstveni, socialni in pravni vidiki starostnikov*. Maribor: Visoka zdravstvena šola.
- Coif, T. (2017). *Prilagajanje spremembam socialne mreže po upokojitvi*. Mednarodna znanstvena konferenca *Za človeka gre: Interdisciplinarnost, transnacionalnost in gradnja mostov*. Maribor: Alma mater europea.
- Colombo, F., Llana-Nozal, A., Mercier, J. & Tjadens, F. (2011). *Help wanted? Providing and paying for long-term care*. OECD health Policy Studies, OECD Publishing. Pridobljeno 5. 4. 2021 s https://read.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/help-wanted_9789264097759-en#page1.
- Čačinovič Vogrinčič, G., Kobal, L., Mešl, N. & Možina, M. (2008). *Vzpostavljanje delovnega odnosa in osebnega stika*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Čačinovič Vogrinčič, G. (2006). *Socialno delo z družino*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Dremelj, P., Kogovšek, T. & Hlebec, V. (2004). Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije. V Novak, M. (ur.), *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.

Drole, J. & Lebar, L. (ur.) (2014). *Podpora samostojnemu bivanju v domačem okolju in dolgotrajna oskrba*. Analitično poročilo DPS projekta AHA.SI. Pridobljeno 1. 4. 2021 s http://www.staranje.si/files/upload/images/aha.si_dolgotrajna_oskrba_porocilo_v1.pdf.

Družboslovne razprave, XIX (2003), 43, str. 171–182.

Erenda, I., Suklan, J., Roblek, V. & Meško, M. (2014). *Sodelovanje med mlajšo in starejšo generacijo v celjski regiji*. Socialno delo, 53 (1), 43–50.

Filipovič Hrast, M., Kogovšek, T. & Hlebec, V. (2005). *Starostniki in njihova vpetost v sosedska omrežja*. Družboslovne razprave, 21 (49/50), 205–221.

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

Filipovič Hrast, M., Hlebec, V., Hočevar Knežević D., Černič Istenič, M., Kavčič, M., Jelenc-Krašovec, S, Kump & Mali, J. (2014). *Oskrba starejših v skupnosti: Dejavnosti, akterji in predstave*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.

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.

Flaker, V. (2015). *Prispevki k taksonomiji socialnega dela in varstva*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

Froland, C. (1980). *Formal and Informal Care: Discontinuities in a Continuum*. Social Service Review, 54 (4), 572–587. Pridobljeno 10. 4. 2021 s <http://www.jstor.org/stable/30015873>.

Gilleard, C. & Higgs, P. (2009). *The Power of Silver: Age and Identity Politics in the 21st Century*, Journal of Aging & Social Policy, 21 (3), 277–295. Pridobljeno 10. 4. 2021 s <https://www.tandfonline.com/doi/abs/10.1080/08959420902955917>.

Grdiša R. (2010). *Priročnik za načrtovanje sodobnih oblik bivanja starih ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za arhitekturo.

Groen, H. (2016). *Skrivni dnevnik Hendrika Groena, starega 83 let in ¼. Kako z življenjem narediti še kaj*. Mladinska knjiga: Kapučino.

- Hlebec, V. (2004). Socialna omrežja starostnikov. V Novak, M. (ur.). 2004. *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*. Ljubljana: Inštitut RS za socialno varstvo.
- Hlebec, V. & Kogovšek, T. (2003). *Konceptualizacija socialne opore*. Ljubljana: Družboslovne razprave, 19 (43), 103–125.
- Hlebec, V. & Kogovšek, T. (2004). Konceptualizacija socialne opore. V Novak, M. (ur.). 2004. *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*. Ljubljana: Inštitut RS za socialno varstvo.
- Hlebec, V., Kogovšek, T., Domajnko, B. & Pahor, M. (2008). Kako misliti, opazovati in razumeti omrežja starejših ljudi v Sloveniji. V Hlebec, V. (ur.). 2008. *Starejši ljudje v družbi sprememb* (153–167). Maribor: Aristej.
- Hlebec, V. & Mali, J. (2013). *Tipologija razvoja institucionalne oskrbe starejših ljudi v Sloveniji*. Socialno delo, 52, 1: 29–41.
- Hojnik-Zupanc, I. (1997). *Dodajmo življenje letom*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- Hojnik-Zupanc, I. (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Znanstvena knjižnica FDV.
- Hvalič Touzery, S. (2003). *Stereotipi in dejstva o staranju in starih ljudeh*. *Kakovostna starost*, 6, 3: 52–56.
- Hvalič Touzery, S. (2007). »*Tukaj smo! Opazite naše delo! Pomagajte nam!*« – Raziskava o oskrbi starega človeka v družini. *Kakovostna starost*, 10, (3), 4–27.
- Hvalič Touzery, S., (2007b). *Družinska oskrba starih družinskih članov*. Doktorska disertacija.
- Imperl, F. (2012). *Kakovost oskrbe starejših – izziv za prihodnost*. Logatec: Firis Imperl & CO. d.n.o.
- Ivajnsič, S. (2000). *Socialni delavec in starostnik*. Socialno delo, 39 (6), 433–439.
- Jensen, P. & Principi, A. (2014). *Introduction: Enhancing volunteering in later life in Europe*. In Jensen P., Principi A., & Lamura G. (Eds.), *Active ageing: Voluntary work by older people in Europe* (pp. 3–20). Bristol, UK; Chicago, IL, USA: Bristol University Press. Pridobljeno 4. 4. 2021 s: <https://www.jstor.org/stable/j.ctt1ggjk6v>.
- Kastenbaum, R. (1985). *Staranje*. Murska Sobota: Pomurska založba.
- Klevišar, M. (2016). *V dom – zakaj pa ne?* Celje: Društvo Mohorjeva založba.

- Kodeks etičnih načel v socialnem varstvu (2002). Uradni list RS, št. 59/2002: 6181.
- Kogovšek, T., Hlebec, V., Dremelj, P. & Ferligoj, A. (2008). Omrežja socialne opore Ljubljancev. V Hlebec, V. (ur.). (2008). *Starejši ljudje v družbi sprememb* (61–70). Maribor: Aristej.
- Kornhauser, A. & Mali, J. (2013). *Priprava starega človeka na življenje v domu za stare ljudi*. Socialno delo, 52 (5), 321–350.
- Kovač, A., 2013. *Kakovost življenja starostnika v domu starejših občanov*: diplomsko delo. Celje: Visoka zdravstvena šola v Celju, str. 9.
- Lah, L., Svetin, I. & Razpotnik, B. (2013), *Starejši na trgu dela*. Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije. Pridobljeno 15. 3. 2021 s <https://www.stat.si/doc/pub/starejsi.pdf>.
- Kavšek, M. & Bogataj, D. (2015). Smernice kakovosti dolgotrajne oskrbe. V L. B. R. McDonnel, D. Bogataj in M. Kavšek (ur.), *Dolgotrajna oskrba: izzivi in priložnosti* (1–27). Ljubljana: MEDIFAS in Skupnost socialnih zavodov Slovenije.
- Kovač, N., Orehek, Š. & Černič, M. (2020). *Izvajanje pomoči na domu – analiza stanja za leto 2014*. Ljubljana. Inštitut RS za socialno varnost.
- Lah, M. (2012). *Prilagojenost stanovanj za samostojno življenje starih ljudi*: diplomska naloga. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo.
- Majerle S. (2007). *Zasnova in implementacija sistema kakovosti v Domu starejših občanov Novo mesto* (diplomsko delo). Kranj: Univerza v Mariboru.
- Mali, J. (2002). *Starost, emocije in emocionalno delo*, Socialno delo, 41 (6), 317–323.
- Mali, J. (2006). *Koncept totalne ustanove in domovi za stare*. Socialno delo, 45 (1/2), 17–27.
- Mali, J. (2007). *Vloga in pomen socialnega dela v razvoju institucionalnega varstva starih ljudi v Sloveniji* – doktorska disertacija. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mali, J. (2008). *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mali, J. (2008). *Raziskovanje značilnosti totalne institucije v domovih za stare*. Dialogi, 44 (10), 181–197.
- Mali, J. (2013a). *Socialno delo s starimi ljudmi kot specializacija stroke*. Socialno delo, 52 (1), 57–65.

- Mali, J. (2013b). *Dolgotrajna oskrba v Mestni občini Ljubljana*. Socialno delo, 54 (1), 67–69.
- Mali, J. (2015). *Magistrski študij socialnega dela s starimi ljudmi kot odziv na demografske spremembe v družbi*. Socialno delo, 54(1), 3–10.
- Mali, J. & Stritih, B. (2008). *Socialno delo kot odgovor na tveganja, ki so povezana s starostjo*. Pogled, 4 (1–2), 59–74.
- Mali, J., Flaker, V., Urek & M., Rafaelič, A. (2018). *Inovacije v dolgotrajni oskrbi. Primer domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Milošević Arnold, V. (2000). *Profesionalne vloge socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi*. Socialno delo, 39 (4/5), 253–262.
- Milošević Arnold, V. (2003). *Socialno varstvene storitve za stare ljudi v Sloveniji. Nega starejših in bolnih: zbornik referatov*. Škofja Loka: Ljudska univerza Škofja Loka.
- Milošević Arnold, V. (2003). *Socialno delo s starimi ljudmi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Moral-Fernández, L., Frías-Osuna, A., Moreno-Cámara, S., Palomino-Moral, P. A. & Del-Pino-Casado, R. (2018). *The start of caring for an elderly dependent family member: a qualitative metasynthesis*. BMC geriatrics, 18(1), 228. Pridobljeno 4. 4. 2021 s: <https://bmcgeriatr.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12877-018-0922-0>.
- Nagode, M. (2009). Organizirana pomoč za stare ljudi, ki živijo na domu. V Hlebec, V. (ur). 2008. *Starejši ljudje v družbi sprememb* (153–167). Maribor: Aristej.
- Nagode, M., Kovač, N. & Lebar, L. (2013). *Socialna oskrba na domu v mreži javne službe in zunaj nje*. Socialno delo, 52, (6), 361–371.
- Nagode M. & Srakar A. (2015). Neformalni oskrbovalci: kdo izvaja neformalno oskrbo, v kolikšnem obsegu in za koga. V: Majcen Boris (ur.). *Značilnosti starejšega prebivalstva v Sloveniji – prvi rezultati raziskave SHARE*. Ljubljana: Inštitut za ekonomska raziskovanja, str. 232–242.
- Nastran Ule, M. (2000). *Temelji socialne psihologije*, 3. izd. Znanstveno in publicistično središče. Ljubljana.
- Novak, M. (ur.). 2004. *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije*. Ljubljana: Inštitut RS za socialno varstvo.

Novljan, E. & Jelenc, D. (2002). *Odraslost osebe z motnjami v duševnem razvoju. Starostnik z motnjami v duševnem razvoju*. Ljubljana: Zveza Sožitje – zveza društev za pomoč duševno prizadetim Slovenije.

OECD (2011): *Help wanted? Providing and paying for long-term care*. Pridobljeno 10. 4. 2021 s https://read.oecd-ilibrary.org/social-issues-migration-health/help-wanted_9789264097759-en#page1.

Rant, M. (2012). *Samostojnost in pomoč starim ljudem pri vsakodnevni opravi*. *Kakovostna starost*, 15 (3), 33–42.

Ramovš, J., Kladnik, T. & Knific, B. (1992). *Skupine starih za samopomoč: metodični priročnik*. Ljubljana: Inštitut za socialno medicino in sodno varstvo.

Ramovš, J. (1999). *Mreža medgeneracijskih skupin za kakovostno starost v domu za stare ljudi*. *Kakovostna starost*, 2(2), 11–38.

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

Ramovš, J. (2010). Onemoglost. *Kakovostna starost*, 13 (1), 83–84.

Ramovš, J. (2014). Socialna mreža. *Kakovostna starost*, 17(1), 50–54.

Ramovš, J., Rant, M., Ramovš, M., Grebenšek, T. & Ramovš, A. (2018). Družinski in drugi neformalni oskrbovalci v Sloveniji. *Kakovostna starost*, 21 (2), 3–34.

Rapoša Tajnšek, P. (1993), *Skupnostno socialno delo in skupnostna usmeritev v praksi socialnega dela v Sloveniji*. Časopis za teorijo in prakso, 32, 5/6, 139–151.

Resolucija nacionalnega plana zdravstvenega varstva 2016–2025 "Skupaj za družbo zdravja" (ReNPZV16–25), (Uradni list RS, št. 25/2016 z dne 6. 4. 2016, str. 30).

Roljić, S. & Kobentar, R. (2017). *Starost kot izziv: zdravje in oskrba*. Javni zavod Cene Štupar – center za izobraževanje. Pridobljeno 2. 4. 2021 s <https://www.zlus.si/wp-content/uploads/2019/11/Starost-kot-izziv-zdravje-in-oskrba-cip.pdf>.

Santini Z., Jose P., Cornwell E., Koyanagi, A., Nielsen, L., Hinrichsen, C., Meilstrup, C. & Madsen, K. (2020). *Social disconnectedness, perceived isolation, and symptoms of depression*

and anxiety among older Americans (NSHAP): a longitudinal mediation analysis. Lancet Public Health, 5, 62–70.

Spence, L., & Radunovich, H. (2008). *Developing Intergenerational Relationships*. EDIS, (1). Pridobljeno 15. 4. 2021 s <https://journals.flvc.org/edis/article/view/117097>.

Swartz, K., Miake, N., & Farag, N. (2012). *Long-Term Care: Common Issues and Unknowns.* Journal of Policy Analysis and Management, 31(1), 139–152. Pridobljeno 10. 4. 2021 s <http://www.jstor.org/stable/41429263>.

Šiplič, V. & Kadiš, D. (2002). *Psihosocialni vidik staranja*, Socialno delo, 41 (5), 296.

Škerjanc, J. (2006). *Individualno načrtovanje z udejanjanjem ciljev. Pomen uporabniškega vpliva pri zagotavljanju socialno-varstvene storitve.* Ljubljana: Center za poklicno izobraževanje in usposabljanje.

Štepic, M. (2007). Tveganja za stare ljudi v odročni, ruralni skupnosti Javor in njihove rešitve. *Kakovostna starost*, 10 (1), 26–37.

Toth, M. (2015). *Financiranje dolgotrajne oskrbe*. Delovna verzija 1. Analitsko poročilo DPS projekta AHA.SI. Pridobljeno 10. 4. 2021 s http://www.staranje.si/files/upload/images/financiranje_do-aha.si_final.pdf.

Vertot, N. (2010). *Starejše prebivalstvo v Sloveniji*. Statistični urad RS. Ljubljana. Pridobljeno 2. 4. 2021 s <https://www.stat.si/doc/StarejsePrebivalstvo.pdf>.

Zakon o socialnem varstvu (2007). Ur. l. RS 3/2017 – uradno prečiščeno besedilo 2, 23/2007 – popr., 114/2006 – ZUTPG, 57/2012.

Zdovc, A. (1998). *Izgorelost strokovnjakov na Centrih za socialno delo*. Fakulteta za socialno delo, 37, (3/5), 319–327.

Žnidarec, D. (2004). *Uvod v razumevanje skupnostnega socialnega dela*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo (Študijsko gradivo).

9. PRILOGE

9.1. Smernice za intervju

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

1. SPOL

- a) M
- b) Ž

2. STAROST UPORABNIKA

- a) manj od 65 let
- b) med 66 in 70 let
- c) med 71 in 80 let
- d) med 81 in 90 let
- e) nad 90 let

3. ZAKONSKI STAN

- a) poročen-a
- b) izvenzakonska skupnost
- c) ločen-a
- d) vdovec, vdova
- e) samski, samska
- e) drugo: _____

R1: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost?

1. Kako v tem obdobju (ko imate bolezen) doživljate, da imate pomoč drugega?
2. Kako si predstavljate, da ta pomoč, ki jo sedaj prejimate ne bi bila več potrebna?
3. Kako ste sprejeli dejstvo, da ne zmorete več sami (samostojno) opravljati vsakodnevni opravil?
4. Kako je sprejeti pomoč drugega?

R2: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti?

1. Koliko ste samostojni pri vsakodnevni opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)?

2. Kako doživljate pomoč drugih glede na spremembo vašega zdravstvenega stanja?
3. Kako bi se počutili, če bi bili sedaj popolnoma brez pomoči in zakaj?
4. Kako se vam zdi, ko je ob vas nekdo, ki vam pomaga in nudi pomoč?
5. Kako doživljate vaše življenje sedaj, ko prejimate pomoč in kakšno je bilo prej? V čem se razlikuje?
6. Kaj vam pomeni izraz pomoči (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost,...)?

R3: Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

1. Kakšne so vaše želje po prejemanju pomoči?
2. Kaj vam bolj pomeni, da imate zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo?
3. Kakšna so vaša pričakovanja do svojcev? Koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?

R4: V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

1. Kdo vam je v stiskah v največjo oporo?
2. Kdo predstavlja vašo neformalno mrežo pomoči?
3. Kdo in na kakšen način vam najbolj pomaga?
4. Kako pogosto vam nudijo pomoč/imate stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami?
5. Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe?
6. S kakšnimi težavami se spopadate pri formalni in neformalni oskrbi?
7. Kdo po vašem mnenju bolj kvalitetno opravi svoje delo? Je to družina ali socialne oskrbovalke?
8. Se kdaj počutite osamljene?

9.2. Intervjuji

1. INTERVJU DA

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

1. SPOL

a) M

b) Ž

2. STAROST UPORABNIKA

a) manj od 65 let

b) med 66 in 70 let

c) med 71 in 80 let

d) med 81 in 90 let

e) nad 90 let

3. ZAKONSKI STAN

a) poročen-a

b) izvenzakonska skupnost

c) ločen-a

d) vdovec, vdova

e) samski, samska

e) drugo: živim s sinom

R1: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost?

1. Kako v tem obdobju (ko imate bolezen) doživljate, da imate pomoč drugega?

Ja saj moraš, nimaš kej...pred 3 leti (pred možgansko kapjo) pomoči nisem potrebovala. Zdaj pa moraš prositi za pomoč, nebi se mogla sama obleči pa tut umiti ne.

To doživljam kot pomoč, ne kot neko nemoč.

2. Kako si predstavljate, da ta pomoč, ki jo sedaj prejimate ne bi bila več potrebna?

Ja, fajn bi bilo da bi se lahko še sama štimala, sam z mojo roko ni nič, roka je čist zanič, cela leva stran, z berglo pa lahko še hodim. So mi pa v toplicah dali opornico, prej pa nisem mogla stopiti na nogo, zdaj pa lahko hodim. Potrebujem to pomoč.

3. Kako ste sprejeli dejstvo, da ne zmorete več sami (samostojno) opravljati vsakodnevnih opravil?

Ja nič, sej pol moraš sprejeti to pa naprej iti...to moraš sprejeti pa naprej iti, nimaš kej. Pozitivno sprejemam svojo »invalidnost«. Pomoč drugega pa moraš sprejeti. Na začetku niti nisem vedela, potem sem pa v Laškem (v toplicah) videla eno žensko, ki je rekla, da ji je čisto vseeno, če hodi z berglo, zdaj se pa tut jaz čist nič več ne sekiram. Če je Matilda koso zlomila, nimaš kej, moraš it naprej. Humorja je pa zmeraj dovolj.

4. Kako je sprejeti pomoč drugega?

Ja kar moraš sprejeti, sej so vse tako uredi punce, nimam kej reči. Mi je že zaradi tega lažje, ker v moj dom prihajajo tako prijazne oskrbovalke. Eno uro je zjutraj pa pol ure popoldne.

R2: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti?

1. Koliko ste samostojni pri vsakodnevnih opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)?

Ja samostojna sem lahko zaradi punc, ki me negujejo. Sama, brez njihove pomoči se ne bi mogla umiti pa urediti. Tudi kuham ne več, mi nosijo kosilo. Jem pa še lahko sama.

2. Kako doživljate pomoč drugih glede na spremembo vašega zdravstvenega stanja?

Kot dobrodošlo, tako sem lahko urejena pa skuhamo imam vsak dan. Samo prej sem več hodila kot sedaj, sem šla v gmajno vsak dan, enih 10 kilometrov naredila, zdaj pa tega ne morem več. Grem v trgovino pa mal tukaj okoli, tok kot sem pa včasih hodila pa ne morem več.

3. Kako bi se počutili, če bi bili sedaj popolnoma brez pomoči in zakaj?

Ja fletno bi bilo, če bi se lahko sam uredil, sam težko je. Želela bi si biti brez pomoči predvsem zaradi tega, da bi se sama uredila, ampak glavno, da grem lahko še sama na stranišče a veš, to je še najhuje.

4. Kako se vam zdi, ko je ob vas nekdo, ki vam pomaga in nudi pomoč?

Ja tako je, sprejeti moraš pa naprej moraš pozitivno it. Ja najbolj bi bilo, da bi se lahko sama uredila. Se mi zdi pa uredu, da imam lahko pomoč. Zaradi tega pa nimam nič občutka nemoči, ker mi nekdo pomaga.

5. Kako doživljate vaše življenje sedaj, ko prejemate pomoč in kakšno je bilo prej? V čem se razlikuje?

Jah prej sem lahko šla mal okoli na kakšen izlet, zdaj pa ne morem več. Noben me ne bo čakal, da bom jaz z berglo hodila počasi. Da mi imela pa kakšne druge aktivnosti (recimo v domu) pa tut ne, mi nikoli ni dolgčas, imam dosti dela doma. Saj pravim pa tut dosti družčine imam, pridejo na obisk prijatelji. Prej sem šla v kakšne toplice tudi, zdaj ne morem več. Prej sem si lahko tudi sama kuhala, zdaj pa iz doma dobivam vsak dan kosilo, z roko nič ne morem. Včasih me je še vnukinja v mest peljala, sva šle mal naokoli.

6. Kaj vam pomeni izraz pomoči (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost,...)?

To že mora biti v starosti, neka nuja. Samo ne smeš se sam sebi smilit, to je najslabše..

R3: Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

1. Kakšne so vaše želje po prejemanju pomoči?

Sin nima časa, je v službi in mi ne more toliko pomagati, bratje imajo pa tudi svoje družine, tako da ne moreš veliko pričakovati. Socialna oskrbovalka je tista glavna. Od sosedov pa ne moraš kej dosti zahtevati, lih če kaj rečem pa mi prinesejo, no pa ena soseda pride tko mal na klepet, drugače pa ne hodimo tako po stanovanjih tukaj. Se včasih tudi s kakšno družčino dobimo pa gremo.

2. Kaj vam bolj pomeni, da imate zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo?

Jah materialno moraš imet, vse si sama financiram, kar pridem skozi. Mi je lih danes rekla oskrbovalka, da v Ljubljani več dajejo za oskrbo na domu. Jankovič več da kot pa kranjska občina.

3. Kakšna so vaša pričakovanja do svojcev? Koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?

Ja ne morem kaj dosti pričakovat pa zahtevati od njih. Sin je cele dneve v službi, po službi gre pa v hribe. Mu je to v veselje, ne morem mu tega vzeti. Vnukinja ima tudi veliko obveznosti v šoli. Nočem biti nobenemu v breme. Od sosedov pa tut ne moraš kej dosti zahtevati, saj jih kdaj kej prosim pa mi prinesejo.

R4: V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

1. Kdo vam je v stiskah v največjo oporo?

Ja glede oskrbe je socialna oskrbovalka tista glavna. Me stušira pa obleče, popoldne mi pa kosilo prinese, sem tudi zadovoljna s hrano. Pride k meni 2x na dan. Od domačih mi pa največkrat sin kaj uredi. O, sin zelo dobro kuha, je zelo dober kuhar...nimam žal besede za reči.

2. Kdo predstavlja vašo neformalno mrežo pomoči?

Ta domači so sin, bratje in sestra. Pa moja vnukinja, 13 bo stara. Imam kar veliko socialno omrežje. Moja neformalna mreža so še prijatelji, sosedje...

3. Kdo in na kakšen način vam najbolj pomaga?

Ja sej pravim, da me socialna oskrbovalka uredi pa obleče pa vsak dan mi kosilo prinese. Sem z vsemi tako zadovoljna, so vse tako prijazne, nimam žal besede za reči čez njih. Sin je v službi, pride pozno domov, po službi gre še v hribe.

No od sina tut ne moram pričakovati, on gre ob 6h v službo potem pa pride ob 8h domov, ker gre pol po hribih. Ja nimaš kej, če ma tak veselje.

4. Kako pogosto vam nudijo pomoč/imate stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami?

Z brati se slišimo ali pa pridejo, če imajo čas. So pa tudi še zaposleni pa imajo svoje družine, tako da ne moram neki pričakovati. Parkrat na mesec pridejo ali se slišimo. Formalno oskrbo pa pride sam tukaj iz doma vsak dan, oskrbovalka. Pa od sina hčerka pride kdaj pa kdaj na obisk, no skoraj vsak teden. 13 let je stara, je tako pridna, občasno mi tut okna pomije. Je pripravna za vsako delo. Je tudi učiteljica v šoli rekla, da je tako odgovorna punca, je mal takih. Bi jo tko rada stisnila pa se ne pusti več stisniti, jo imam tako rada. Slika majhna, mi tako polepša dan.

5. Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe?

Ja socialna oskrbovalka me pride vsak dnu urediti pa kosilo imam kuhano. Se zelo dobro razumemo, so vse tako prijazne. Od domačih pomoči in obiska sem pa zmeraj vesela, še posebej vnukinje.

6. S kakšnimi težavami se spopadate pri formalni in neformalni oskrbi?

Ne vidim nobene težave, mi res veliko pomeni ta pomoč. Sin je pa tako ali tako v službi, potem ima pa še svoje stvari, ki ga veselijo. Pride šele okoli 8h domov, gre po hribih po službi, tako da nima veliko časa.

7. Kdo po vašem mnenju bolj kvalitetno opravi svoje delo? Je to družina ali socialne oskrbovalke?

Socialna oskrbovalka je tista, ki mi najbolj pomaga pri urejanju, pa zjutraj vstati. Družina ni za to. Sin mi kdaj skuha kosilo.

8. Se kdaj počutite osamljene?

Ne to pa nikoli, nikoli mi ni dolgčas. Malo pospravljam pa ven grem. Pa je dopoldne kuj ukraj. Mal televizijo pogledam, kaj pa. Imam veliko ljudi s katerimi se lahko družim in me pridejo pogledati.

2. INTERVJU UB

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

1. SPOL

a) M

b) Ž

2. STAROST UPORABNIKA

a) manj od 65 let

b) med 66 in 70 let

c) med 71 in 80 let

d) med 81 in 90 let

e) nad 90 let

3. ZAKONSKI STAN

a) poročen-a

b) izvenzakonska skupnost

c) ločen-a

d) vdovec, vdova

e) samski, samska

e) drugo: _____

R1: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost?

1. Kako v tem obdobju (ko imate bolezen) doživljate, da imate pomoč drugega?

Ja seveda, pozitivno. Sama ne vem kako bi, peljem se z vozkom. Tole hojico pa imam do jedilnice, grem lahko sama. Sej pravijo, da moram hoditi, vsaj toliko. Zato sem pa tudi šla v Dom, nič slabo ne jemljem te pomoči.

2. Kako si predstavljate, da ta pomoč, ki jo sedaj prejimate ne bi bila več potrebna?

Pomoč jaz moram imeti. Stranišče pa to, grem še vse sama. Kopajo me pa oni. Pridejo pome, se ne morem spustiti pa stati, da bi se namilila pa stuširala.

3. Kako ste sprejeli dejstvo, da ne zmorete več sami (samostojno) opravljati vsakodnevnih opravil?

Težko sem to sprejela, že doma se nisem mogla recimo sama umivati, me je svakinja. Ona je višja medicinska sestra. Se pa moraš potem sprijazniti s tem, pa smiliti se ne smeš. To je starost, veste. Mene hočejo obuti, pa pravim, pustite, hočem sama. Pa potem pravijo, da je edino tako prav. Moram biti čim bolj samostojna veste.

4. Kako je sprejeti pomoč drugega?

Ja tako kot sem rekla, težko je sprejeti to, da nisi več sam za vse. Jaz imam srečo, da imam krasno družino, ki mi je že doma ogromno pomagala. Je takoj lažje sprejeti tako pomoč.

R2: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti?

1. Koliko ste samostojni pri vsakodnevnih opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)?

Oblačim se lahko še sama, hranim se tudi. Grem sama do jedilnice, s hojico. Pri umivanju pa potrebujem pomoč.

2. **Kako doživljate pomoč drugih glede na spremembo vašega zdravstvenega stanja?**
Sedaj ko imam pomoč mi je boljše! Ja oni me zdaj tuširajo. Oh seveda, da je boljše. Določenih stvari pa ne morem sama narediti. Tuširati se že ne morem sama. Mi je pomoč obogatila življenje, seveda!
3. **Kako bi se počutili, če bi bili sedaj popolnoma brez pomoči in zakaj?**
Ne želim, ker nebi šlo. Sploh ne razmišljam kako bi bilo brez pomoči, ker jo potrebujem.
4. **Kako se vam zdi, ko je ob vas nekdo, ki vam pomaga in nudi pomoč?**
Nikakor ne, da bi imela občutek nemoči zaradi pomoči, sej ne morem. Zelo rada sprejemam vsako pomoč. Se dobro razumemo tukaj. Ta pravo pomoč imam, veste. Želiš si biti zdrav, brez pomoči, ampak to ne gre...to so želje. Jaz sem bila celo življenje zdrava, sej to je tisto. Najprej me je ena noga izdala, pa je bila operirana, potem druga...potem pa nisem mogla kuhat, nisem mogla pospravljati. Smo vse sorte že kot otroci doživel, smo kar navajeni. Jaz sem se kar vživela v vse, vdala...Je treba kar pozitivno razmišljati, mende. Zdaj, ko sem pomoči potrebna, je bolj kvalitetno. Že doma mi je morala svakinja pomagati, veste. Je bila upokojena in mi je lahko pomagala. Brez nje bi bilo težko. Sedaj pa vse kar rabim, mi prinese. Brat je bil pa zdravnik. Sva zelo povezana veste.
Doma sem bila jaz bolj zapečkar, sem rada gospodinjala. Starši so mi umrli pri 13 letih, sem morala hitro odrasti. Sem bila celo življenje gospodinjala, skos sem kuhala. Smo sami skrbeli zase. Drugače sem bila pa prej zelo samostojna! Dokler me niso kolena izdala.
5. **Kako doživljate vaše življenje sedaj, ko prejemate pomoč in kakšno je bilo prej? V čem se razlikuje?**
Velika razlika je ja. Vse sem lahko še sama naredila. Vendar je zmeraj lahko še slabše. Umivam se zmer še lahko, jaz pravim po mačje, to lahko ampak, kopajo pa tuširajo nas pa oni 1x na teden. Ampak v Gornjem gradu je bilo pa tega še manj.
Jaz sem potem sama ostala, jaz ne vem kako bi bilo drugače, če nebi Doma dobila. Mene je kar bolnica postala. Seveda sem zadovoljna da sem lahko tukaj, sej drugače nebi šlo, če nebi bila tukaj. Zdaj bi bila sama doma, mož je umrl 10 let nazaj. Ampak jaz sem bila takrat še zdrava. Mož je imel pa astmo, to je huda zadeva, veste. Včasih so še kadil, hrane ni bilo, potem so pa kadil, kadil..2x je nehal kadit, ko je bil boljše je pa spet začel. To ni navada, hrane ni bilo, ko je bila vojna.
6. **Kaj vam pomeni izraz pomoči (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost,...)?**
Ja sigurno neko večjo samostojnost, brez pomoči ne bi bila tako urejena in ne bi toliko stvari delala kot sedaj v Domu.

R3: Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

1. **Kakšne so vaše želje po prejemanju pomoči?**
Ja sigurno bi si želela raje prejemati pomoč od svojih, sploh pomoč svakinje in brata je res dobrodošla. Res se dobro razumemo, že prej smo se, sedaj sta mi pa res v pomoč.
2. **Kaj vam bolj pomeni, da imate zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo?**
Vse, vse mora biti. Tako materialne dobrine, da si lahko Dom plačam, kot tudi družba, da nisem osamljena.
3. **Kakšna so vaša pričakovanja do svojcev? Koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?**
Jaz mislim, da imam super, zelo vredno. Samo mi smo se že prej razumeli, veste. Oh še pa še smo bili povezani. Uglavnem imam svojce, je čisto dovolj. Mi smo se vedno dobro razumeli, pa vedno so radi k nam prišli. Verjetno tudi zaradi tega, še vedno radi k meni v Dom pridejo. Vedno sem jih vesela, sej to vedo. Tamalim (op. vnukom) zmeraj povem, da sem jih zelo vesela. Pa tudi oni pravijo, tudi mi tebe. Naši imajo sploh take poklice in so preobremenjeni, otroci so pa v šoli. Pri nas imamo 3 v medicini, en je zdravnik, urgentna medicina, žena isto, drug je pa zobar. Imajo delo, imajo delo. Sej naši ne zahtevajo, da bi bili otroci odličnjaki, se pa radi učijo.

R4: V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

1. **Kdo vam je v stiskah v največjo oporo?**
Predvsem svakinja in brat, ki prideta vsak dan, z majhnimi izjemami, me kdaj ne obiščeta. Nista več mlada, tako da me popoldan obiščeta. Po kosilu imata tudi rada mir. Drugače pa vse kar rabim mi onedva prineseta, tukaj na primer ne dobiš niti robcev za nos.
2. **Kdo predstavlja vašo neformalno mrežo pomoči?**
Največ mi pomeni moja družina in nečaki. S temi v domu se sploh ne poznamo, se ne družimo. Imamo te krožke, samo jaz na to ne hodim. Hodim na fizioterapijo, vsak dan. Jo imam že ob pol 8 zjutraj. Imam pa tudi prijateljice, samo one imajo družine pa čisto vsaka svoj problem. Pa 3 nečake imam, me res radi pridejo obiskat. 12, 13 pa 14 let so stari. Veste da imam res kar veliko obiskov. Že prej so radi hodili k meni domov, smo bili zelo navezani en na drugega.
3. **Kdo in na kakšen način vam najbolj pomaga?**
Sej so zadolžene tukaj sestre za to, da mi pomagajo. Domači me pridejo pa obiskati. Težko je reči, kdo mi bolj pomaga. Vsak je za svoje delo zadolžen.

4. Kako pogosto vam nudijo pomoč/imate stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami?

Skoraj vsak dan prideta na obisk brat in svakinja. V naši družini so vsi v medicinski stroki. Nečaki tut velikokrat pridejo. Če bi me zob bolel sem rekla, ima nečak svojo ordinacijo tukaj blizu. Bi me sigurno ke odpeljal pa zrihtal. Zadnjič je bil zelo topel dan, sta me brat pa svakinja z vozkom peljala ven, smo šli na kranjsko pokopališče. Naslednjič smo pa rekli, da bomo večkrat šli na kavo, tukaj zraven v Qlandijo.

5. Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe?

Jaz imam dobre odnose, a veste. Uredu, jaz že tako rešim, da je zame uredu. Drugače se pa sam kregaš. Sestre so pa tudi prijazne, jih je pa še pa še premalo. Pa boh ve, koliko so plačane. Ko se zbudim je sestra že tukaj, ob 2h je pa še vedno tukaj. Preveč delajo.

6. S kakšnimi težavami se spopadate pri formalni in neformalni oskrbi?

Veste kako je, premalo osebja je tukaj in se pogovarjati nimajo časa. Premalo jih je, premalo jih je. Jaz res svoje dobim, ostali pa kej več potrebujejo. Pa povsod manjka osebja. Joj tukaj v domu so eni tako čudni. Ne boste verjeli, kaj se mi je danes zgodilo. Pri zajtrku je ena soseda vzela mojo belo kavo in jo probala. Sem rekla, ja kaj pa delaš! Je dejala, sem želela samo poskusiti, če je tvoja kava tudi tako vroča kot moja. Veste, pa se nisem želela kregati pa drugim jamrati. To moraš sam rešiti. Se pa naslednji dan ne bom zraven nje usedla. Tukaj imajo zaposleni drug del, sam moraš gledat pa rešiti take zadeve. Sem mogla biti kar iznajdljiva.

Nečaki imajo vsi ogromno dela, so v medicini pa tut dežurajo. Preobremenjeni so.

7. Kdo po vašem mnenju bolj kvalitetno opravi svoje delo? Je to družina ali socialne oskrbovalke?

Uredu, uredu. So kar strokovne tele sestre. Moram reči, da so prijazne. Tisti, ki se rad krega se z vsakim veste, mu nič ni všeč. Denar pa povsod vlogo igra, so premalo plačane.

Z domačimi se pa sploh pogovarjamo. Uglavnem se od vnukov pogovarjamo. Me velikokrat pridejo pogledat, se dostikrat pohecem, če so spet jokali, ko so mogli k men priti. Pa radi pridejo, veste.

8. Se kdaj počutite osamljene?

Ne to pa sploh ne. Imam kar nekaj domačih, ki me redno obiskujejo.

3. INTERVJU UC

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

1. SPOL

a) M

b) Ž

2. STAROST UPORABNIKA

a) manj od 65 let

b) med 66 in 70 let

c) med 71 in 80 let

d) med 81 in 90 let

e) nad 90 let

3. ZAKONSKI STAN

a) poročen-a

b) izvenzakonska skupnost

c) ločen-a

d) vdovec, vdova

e) samski, samska

e) drugo: _____

R1: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost?

1. Kako v tem obdobju (ko imate bolezen) doživljate, da imate pomoč drugega?

Ja dobro, včasih je malo bolje, včasih je malo slabše. Pomagajo mi kot imajo čas, časa je pa premalo. Noben ne more da bi 2 besedi spregovoril, vsak samo hitro leti, ti bi pa rad malo, da bi se s kom pogovarjal. Je premalo oseb tukaj.

2. Kako si predstavljate, da ta pomoč, ki jo sedaj prejimate ne bi bila več potrebna?

Ja to pa ne morem, da mi ne bo noben več pomagal. Sej vidite, jaz ne morem več sama ostati, pa ležati ne, rabim nekoga, da mi pomaga.

3. Kako ste sprejeli dejstvo, da ne zmorete več sami (samostojno) opravljati vsakodnevnih opravil?

Ja moram sprejeti, na začetku se je težko navaditi, da nisi več samostojen in ne moreš opravljati vseh stvari sam. Zdaj me pa dajo za 3 ure na voz, da mal sedim. Prej, ko nisem imela pomoči sem pa skoz ležala. Tako, da vsaj majhno vstaneš. No, pa televizijo tudi veliko gledam, mi jo je vnuk s punco kupil za božič. Najbolj mi je bilo pa težko, ker nisem mogla več hoditi. Prej sem s hujico hodila, pol me je pa tako zanašal na desno, da sem tokrat padla. Potem sem pa še roko zlomila pa nisem mogla operirati, zdaj se je pa kar tako zrasla. Zdaj me pa še druga roka tako boli. Juho si kar v šalico nalijem a veste...Ni fajn pri mizi takole, ko te vsi gledajo, ampak sej smo vse sorte tukaj. En gospod pri mizi pa tako fajn je, da si mu kar fouš! Ta si pa misli, kako tale ženska je, ampak ne moraš drugače...mogoče imam pa samo jaz tak občutek. Pogovarjamo se pa ne veliko, ostali bolj samo govorijo kako je bilo včasih a veste..

4. Kako je sprejeti pomoč drugega?

Sprejela sem, ker vem da morem. Ker drugače brez pomoči nisem mogla več, kaj pa boš.

R2: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti?

1. Koliko ste samostojni pri vsakodnevnih opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)?

Pri oblačenju mi pomagajo pa na voziček me dajo. Jem lahko še sama, samo me toliko roke bolijo, da si potem juho kar v šalčko nalijem. Osebno higieno se še sama zaenkrat.

2. Kako doživljate pomoč drugih glede na spremembo vašega zdravstvenega stanja?

Ja, pomoč mi je obogatila življenje. Jaz prej, ko sem bila sama doma, sem bila tako taka, preden sem prišla, še aktivna, sem še vse sorte delala. Na delovni terapiji smo šivale, vse na roko. Take punčke smo delali za Unicef. Zdaj pa nič več ne šivam, ne morem več. Še klekljala sem včasih, zdaj pa ni več moči. Vse ti iz rok leti. Tukaj me pa napravijo, pol me pa posedejo na voz, pol se pa znajdi.

3. Kako bi se počutili, če bi bili sedaj popolnoma brez pomoči in zakaj?

Ja to pa ne morem, da nebi nič pomoči imela. Ja to je pa v redu, da mi pomagajo. Hčerka pa pride, da mi kej naštima, kej za pojediti....kakšno sadje prinese. Če jo kaj prosim, mi prinese, kej domačega za pojed. Dobro kuha.

4. Kako se vam zdi, ko je ob vas nekdo, ki vam pomaga in nudi pomoč?

Ja ja, je dobro, da mi tukaj pomagajo. Lahko malo več stvari delam. Mi je sedaj bolje. Zato ker sem bolj samostojna. Sej ne potrebujem spet veliko, če kej ležim pa se ne morem obrniti, pozvonim, pa mi pridejo pomagat. Ja sej drugače ne more biti kot tako, da imam pomoč. Seveda si vsak želi, da bi bil doma, ampak doma pa tut če nobenega nimaš...pa vsak ima svoj del, sej nimajo časa pol se pa čutiš tako odveč. Nemogoče je brez pomoči...sej sem hodila tako domov iz dnevnega varstva (k hčerki), pol je imela pa toliko dela, da se ni imela časa z mano ukvarjati. Me je tudi bolj samo pustila.

5. Kako doživljate vaše življenje sedaj, ko prejimate pomoč in kakšno je bilo prej? V čem se razlikuje?

Prej sem še delala, sem bila aktivna. Pa delala sem tukaj dol v tekstilni. Tam je bilo pa dobro, je bila fejest družba, kljub temu, da smo mogli fejest delati. Potem smo se pa med pavzo kar precej pogovarjali, med dolom se niso mogli, veste.

Jaz nisem imela prav lepo v življenju, pri hčerki sem bila pa zelo srečna, me ima zelo rada. Ona je velik meni pomagala. Jaz sem pa tut njej pomaga, sem ji 3 otroke varovala. Sedaj pa edino televizijo rada gledam. Zdaj ko jo imam v sobi, sem najraje tukaj, sama. Po televiziji kej domačega rada pogledam, sploh šport.

6. Kaj vam pomeni izraz pomoči (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost,...)?

Ja seveda da sem bolj vesela, če lahko kaj naredim in sem bolj samostojna zaradi nekoga, ki mi pomaga.

R3: Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

1. Kakšne so vaše želje po prejemanju pomoči?

Nisem tako zahtevna, tukaj v domu kar veliko naredijo zame. Od hčerke pa tudi ne zahtevam preveč, ima službo...je že tako preobremenjena. Si pa želim več družbe.

2. Kaj vam bolj pomeni, da imate zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo?

Ja, družabnost najbolj. Sem imela depresijo, nisem nič mogla. Dolgčas mi je bilo tako, pogovarjat se nisem mogla z ljudmi, zapirala sem se...potem pa ni bilo drugega izbora. Mal življenje je prineslo to, vse vrste stvari.

3. Kakšna so vaša pričakovanja do svojcev? Koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?

Ja sej sem rekla, da ne morem zahtevati preveč. Ta mladi imajo dosti svojega dela. Kot lahko pa naredijo. Je pa lepo da me pride hčerka vsak dan pogledati.

R4: V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

1. Kdo vam je v stiskah v največjo oporo?

Ja, to pa sigurno moja hčerka. Najbolj mi pomaga tako, da pride, pa se malo pogovoriva.

2. Kdo predstavlja vašo neformalno mrežo pomoči?

Sem imela tut enega prijatelja tukaj v domu, takrat je bilo dobro. Sem še kavo lahko kuhala, za njega pa še za druge. Enih 5 kav sem skuhala vsako jutro, pa še popoldan. Zdaj pa še zase ne morem več ane...Zdaj ob delavnikih jo pa dobimo ob zajtrku, jo kar plačamo za kakšen mesec naprej. En moški pride vsak četrtek, da se mal pogovarjava. Potem se pa vse sorte mal pogovarjava, pa sem mu rekla, če bi malo pisal, da bi jaz mal knjige napisala, svoj življenjepis. Od doma pride ta gospod, je prostovoljec. Se je sam odločil, je rekel, da more še nekaj zase narediti. Je tako prijazen. Sej pravim, moram začeti malo pisati, da ne bom spet padla v to bolezen (op. depresija). Takrat pa tako trpim. Je čudna bolezen. Se kar bojim, da me nebo spet pobasal.

Vnuki me pridejo tudi pogledat, sem jim tudi svojo hišo pustila v Predosljah. Ima vnukinja zdaj sama celo hišo. Prijatelji pa rečejo, da bodo prišli, pa nikoli ne pridejo. Po telefonu me pa ne kličejo, ker ne znam telefonirat, ker zmeri nekaj zamešam. Včasih bi kej naročila pa poklicala, pa ne morem. Tukaj v domu pa nimaš enega, da bi se lahko kej pogovoril, so še slabši od mene. Dve sta zboleli, s katerimi smo se prej pogovarjali, zdaj pa nobenega ni, s katerimi bi se pogovarjal.

3. Kdo in na kakšen način vam najbolj pomaga?

Največ pomoči prejmem tukaj v domu, od hčerke pa nič tako ne rabim. Bolj tako, da se pogovarjava. Sej mi tukaj vse naredijo, kar rabim. 3x na dan me previjejo, pa na voziček me dajo. Hčerka me ima pa res rada, je skoraj vsak dan pri meni. Zdaj je že 2 dni ni bilo, me kar malo skrbi, da ni kaj narobe.

Včeraj je bil tudi zgodovinski krožek, enkrat na mesec. Tako rada poslušam, pride en profesor.

Pogovarjamo se, pol pa pripoveduje, ker potuje veliko okoli. Zanimiv je poslušat, mi zelo pomagajo take reči kot so te krožki pa tisti fant (op. prostovoljec) ko pride k meni. Res mi veliko pomeni to.

4. Kako pogosto vam nudijo pomoč/imate stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami?

Hčerka pride skoraj vsak dan, drug pa ne. Vnuk včasih, sam bolj malo. Sej veste, mladi imajo tako malo časa. Hčerka je pa iz tukaj blizu, iz Predoselj. Hčerka me je potem k sebi vzela in vsak dan vozila v dnevno varstvo. Pol je pa tako prišlo, da tudi to nisem mogla več, sem šla pa v dom.

Sej pravim, vnuk pa zelo po redko. Kar parkrat na mesec, ne na teden bi lahko rekla. Vsi so tako zaposleni, zato pa jaz zastopim in ne morem zahtevati, da bi me skozi hodili gledat. Potem pa še tisti prostovoljec, ki pride enkrat na teden. Ta mi pa veliko pomeni, ga kar težko že čakam. Vse sorte se pogovarjava, jaz njemu velik pripovedujem o starih časih. Kako smo včasih, o svojem otroštvu, se vse še spomnim. Jaz nisem v šolo hodila, samo 3 razrede. Pol sem bila pa 13 let stara, sem šla pa že po svetu. Sem šla v Ljubljano služiti.

5. Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe?

Tukaj v domu se dobro počutim. To je veliko vredno, da imam svojo sobo. Ene oskrbovalke so zelo vredne, ene pa mal bolj tako...kot je res ane. Če si ti prijazen do njih so tudi one do tebe.

Ja od družine pa predvsem to, da mi delajo družbo, kar mi največ pomeni.

6. S kakšnimi težavami se spopadate pri formalni in neformalni oskrbi?

Najbolj težko mi je, ker me takoj ne dvignejo zjutraj. Do 10h zjutraj vsakemu rečem, nega je pa tut takrat, da te dajo na voz. Pol pa nisem, je pa težko, če me ne dajo, sem v postelji do takrat. S sestram se pa nič ne pogovarjam, edin ena mal starejša je, z njo se včasih kaj pogovarjam. Če bi mela več časa, veste, bi se lahko pogovarjale. Premalo jih je, premalo. Pa premalo so plačane, potem grejo pa drugam. Ja pri družini pa tut to, ker so vsi tako zasedeni. Sam sej ne morem od njih več zahtevati, ker imajo službo pa svojo družino.

7. Kdo po vašem mnenju bolj kvalitetno opravi svoje delo? Je to družina ali socialne oskrbovalke?

Ja ja sestre, sej večinoma me one rihtajo.

8. Se kdaj počutite osamljene?

Ja jaz bi rada imela tako, da bi se malo več pogovarjala. Kuj je prišla ena v dom, je tudi iz Britofa, je bila čisto tako uredno, zdaj je pa taka, da se ni več sposobna pogovarjat. Je verjetno kej padla pa dobila kakšne poškodbe možganov, ne vem no. Sej pride vsak dan v čajno, sam ona skoz spi. Ne vem, ali ima kakšne take tablete. Na začetku sva se pa še domine igrale. Sem rekla, kok je to fajn...zdaj pa nič več. Jaz sem bila vesela, ker sva lahko domine igrale.

4. INTERVJU UD

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

1. SPOL

- a) M
- b) Ž

2. STAROST UPORABNIKA

- a) manj od 65 let
- b) med 66 in 70 let
- c) med 71 in 80 let
- d) med 81 in 90 let
- e) nad 90 let

3. ZAKONSKI STAN

- a) poročen-a
- b) izvenzakonska skupnost
- c) ločen-a
- d) vdovec, vdova
- e) samski, samska
- e) drugo: _____

R1: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost?

1. **Kako v tem obdobju (ko imate bolezen) doživljate, da imate pomoč drugega?**
En čas je bilo grozno, take bolečine sem imela, pol se pa to vse skupi mal umiri ane... Zdaj pa zame ni noben problem. Se tut dobro zastopimo z delavkami v domu, me imajo kar rade. Mal se pohecamo, je kar obojestransko. Mislim, da me kar rade rihtajo. Pa leva roka me kar boli, sam sem se kar navadila.
2. **Kako si predstavljate, da ta pomoč, ki jo sedaj prejimate ne bi bila več potrebna?**
Ne morem to jaz tega (brez pomoči), ne morem se sama napraviti, ne morem nič sama. Brez pomoči sem jaz v postelji, jaz sem tetraplegik. Zato sem šla tudi v dom.
3. **Kako ste sprejeli dejstvo, da ne zmorete več sami (samostojno) opravljati vsakodnevnih opravil?**
Na začetku je bilo tako hudo, jaz sem pol leta sam jokala. Potem pa to preboliš, pol je pa dobro. Sej pravim, da je bilo pol leta grozno, pol se pa nekak navadiš. Pol sem pa sama tut srečo imela, smo bili vsi tako radi na Soči (rehabilitaciji). To so bile take družčine, da sem jaz rekla, jaz domov ne grem. Dr. Turk je bil krasen človek, mi smo mu kar rekli ata. Potem sem mu pa jokala: Samo zaradi tega me domov pošiljate, ker me ne marate. Tako da sem jokala kot solza, ko sem morala domov.
4. **Kako je sprejeti pomoč drugega?**
Ne, ni mi bilo težko sprejeti pomoč drugega. Jaz pravim, to se pohecamo pa nasmejemo včasih, da men ni čisto nič hudo. Verjetno je bilo zaradi zdravstvenega osebja toliko lažje, res so mi pomagali in mi olajšali bivanje tam.

R2: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti?

1. **Koliko ste samostojni pri vsakodnevnih opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)?**
Brez pomoči sem priklenjena na posteljo. Nič ne morem sama, socialne oskrbovalke mi pomagajo pri oblačenju, na voziček mi pomagajo, kosilo mi pripeljejo, jem pa lahko sama še z desno roko.
2. **Kako doživljate pomoč drugih glede na spremembo vašega zdravstvenega stanja?**
Ko se tega navadiš, pol ni težko. Kar je mus, ni težko. Če ne, bi bila pa v postelji. Sej mi ne ostane drugega. Ali pa sem v postelji cel dan, sam dve možnosti sta, vmes je ni. Moraš biti pozitiven. Seveda lahko zaradi tega sedaj kaj več naredim.
3. **Kako bi se počutili, če bi bili sedaj popolnoma brez pomoči in zakaj?**

Ja k vem, da ne morem biti, moraš to sprejeti, da potrebuješ pomoč drugega. Sej kar nekaj lahko sama naredim, jem lahko sama, pa se z vozičkom peljem. Tukaj v Domu res ni nobenega problema, vse naredijo kar rečem. Pa tudi imam občutek, da me imajo radi. Prav fletno se imamo. Pa tudi nisem tisti tip, da bi skozi težila. Se moraš sam potruditi. Ker to je užitek, če sam narediš. Če je samo volja je drek, trma more biti, da vztrajaš. Pol pa prav tisto trmo dobiš, pozitivno trmo.

4. Kako se vam zdi, ko je ob vas nekdo, ki vam pomaga in nudi pomoč?

Bolj kot je ne more biti. Kaj mi pa morejo drugega, jem še lahko sama, na voziček me dajo sestre, pa steznik me dajo, da lahko sedim na vozičku. Grem vsak dan na voziček. Če pa sam v postelji ležiš, ni pa nič. Sem tok notri v tem, da odpade, da bi se zaradi tega počutila manj močno ali vredno. Sam pozitivno trmo moraš imeti. Gledaš na stvari tako kot je.

5. Kako doživljate vaše življenje sedaj, ko prejemate pomoč in kakšno je bilo prej? V čem se razlikuje?

Tako kot je bilo nekoč ne more več biti, nimaš kaj. Če bi lahko, bi pa še bolj trmasta bila, če bi lahko! Me je en zdravnik v Ljubljani tako pohvalil, je rekel: "Gospa, kako vi sedite! Tega ne bom nikoli zastopil, pa že 30 let pa še zmeraj sedite. Kako vi sedite, meni ne bo nikoli jasno." Je bil primari v Soči, tam sem bila pa najraje. Se mi zdi, da je bilo včasih še bolj fajn v Soči, ker je bilo bolj utesnjeno pa bolj domače. Zdaj je pa tako široko, ni nobene intimne. V tisti konec, kjer je bil včasih bi še šla, tako kot je danes pa ne več. Se pa sedaj razlikuje v vsem, prej sem lahko vse sama naredila, sedaj pa nič. Jaz sem bila včasih zelo delavna, mi nobeno delo ni bilo odveč. Sej pravim, pol leta je bilo grozno, potem pa mora to človek preboleti. Lih tako kot en umre, je vsak mesec huje, potem se pa obrne. Moraš tisto skozi dat.

6. Kaj vam pomeni izraz pomoči (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost,...)?

Ja to sploh ne premišljujem. To se pomaga, pa sploh ne premišljujem zakaj pa kako. K v to notri padeš, sploh ne gruntaš (op. premišljuješ). Gotovo pa lahko kaj več zaradi tega naredim. Jaz moram res potrkati čez te ženske tukaj, čez eno nimam žal besede za reči.

R3: Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

1. Kakšne so vaše želje po prejemanju pomoči?

Glede na to, da sem tetraplegik, rabim kar veliko pomoči. Od vseh sem zelo zadovoljna in hvaležna. Kar naredijo je dobro. Jaz sem skromna in res sem z vsem zadovoljna, kar mi pomagajo.

2. Kaj vam bolj pomeni, da imate zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo?

Sej mi nobene reči ne manjka! Imam vsega dovolj. V to se sploh ne poglobljam, ker imam vsega dovolj.

3. Kakšna so vaša pričakovanja do svojcev? Koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?

Saj vse naredijo kar je treba, sej ne vem več kaj bi morali še narediti. Mi vse prinesejo kar naročim. Imam res enkratno družino, sploh sin, ker živi tukaj. Hčerka pa živi v Ljubljani, pa tut ne more tokrat priti na obisk. Sin včasih spotoma pride iz službe pa med vikendi.

R4: V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

1. Kdo vam je v stiskah v največjo oporo?

Kdo mi je v stiskah v največjo oporo, pa skoraj ne morem opredeliti. Poleg družine so tut sestre tako fejest, se tako dobro razumemo. Kregat se nimam za kej, hvaliti pa tut ne smeš, najbolje da pustiš tako, kot je. Pa sestra me tut pokliče po telefonu. Samo zdaj težko pride sem, ker je že stara pa se težko s kolesom pelje, nima pa izpita za avto. Hvala bogu mam pa zaenkrat še tko narejen, da ne potrebujem finančne pomoči od družine, imam svoj dohodek. Glede druženja ti bom pa tako rekla, imam tut naših kdaj čez glavo dovolj. Enkrat si sigurno vesel, ko grejo domov.

2. Kdo predstavlja vašo neformalno mrežo pomoči?

Hčerko pa sina imam, poba je star 50, hčera pa ne vem kok je stara, par let manj. Me vsi merkajo, se domači bolj bojijo zame, k ne vem za katerega. Pa tamale dve (op. vnukinji), sploh tamala. Je enkrat napisala, da prvo ima mene rada, potem pa mamico. Je rekla, mami je tako sitna, sam da ji ne boš tega povedala. Me pridejo dostikrat pogledat, čeprav sem tukaj v domu. Danes ali pa jutri sigurno pridejo. Ena medicinska sestra (iz Soče), me pride še sedaj obiskat. 40 let nazaj me je rihtala, vsako leto ene 2x pride za praznike. Pa na morje me je peljala enkrat, še pa še no. Pa ena kolegica me je hodila vsa leta obiskovat, sam zdaj ima tut sama doma šmorn. Ima demenco, jo dve gospe cele dneve negujeta. Ena 14 dni, druga pa ostalih 14 dni.

3. Kdo in na kakšen način vam najbolj pomaga?

Domači mi nimajo kaj pomagati, oni me pridejo obiskati, gremo na kakšno kavo pa kakšno bleknemo. Domači nimajo kaj delat. Najbolj me negujejo negovalke, s tem se pravzaprav največ družim. Drugače ne more bit, tako kot je.

4. Kako pogosto vam nudijo pomoč/imate stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami?

Ja negovalke največ, domači pa tut kot lahko. Največkrat pridejo med vikendi, med tednom imajo vsi službe pa otroke za zrihtat.

5. Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe?

Negovalke mi vse naredijo, kar je treba. Nimam žal besede za reči. Točno vejo kaj imajo za narediti. Se tako trudijo, res so tako pridne, da klobuk dol. Jaz naredim tako kot lahko, pa da one čim manj trpijo zraven mene. Domači pa seveda, da pridejo na obisk, da skupaj spijemo kavo in se podružimo.

6. S kakšnimi težavami se spopadate pri formalni in neformalni oskrbi?

So pa tukaj ostale zaposlene rekle, da je težava, ker se oskrbovalke menjavajo. Je pa tut drug pogled, da se preveč ne navežeš na njih. Jaz se nikdar ne pritožim, če je kdaj kej narobe. Bi se lahko, če bi se želela, pa se nebom. Zakaj pa bi pojamrala, sej me več kot narediti ne morejo.

7. Kdo po vašem mnenju bolj kvalitetno opravi svoje delo? Je to družina ali socialne oskrbovalke?

Sej domači nič ne delajo ane. Oni nimajo kej, jaz na vozičku sem, jem tudi sama. Me pa pokličejo, pa obiščejo. Socialne oskrbovalke pa zelo kvalitetno opravijo delo, se ne pritožujem.

8. Se kdaj počutite osamljene?

Ne, ne. Imam dovolj ljudi, čisto tok kot hočem. Če mi pa kej ne paše pa adijo. Z veseljem to rečem, pa mi noben nič ne zameri. Sej pravim, rade me imajo.

5. INTERVJU DE

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

1. SPOL

a) M

b) Ž

2. STAROST UPORABNIKA

a) manj od 65 let

b) med 66 in 70 let

c) med 71 in 80 let

d) med 81 in 90 let

e) nad 90 let

3. ZAKONSKI STAN

a) poročen-a

b) izvenzakonska skupnost

c) ločen-a

d) vdovec, vdova

e) samski, samska

e) drugo: _____

R1: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost?

1. Kako v tem obdobju (ko imate bolezen) doživljate, da imate pomoč drugega?

Po možganski kapi sem zelo pogrešala tole mojo levo roko. Še zdaj ne morem verjeti, da leva roka daje tako pomoč desni roki. Brez te pomoči na samem začetku ne veš, kaj početi. Ko pa sem dobila pomoč je pa začel tako laufat, tok je šlo. Tudi sama sem bila zelo pripravljena pomagati in sodelovati.

2. Kako si predstavljate, da ta pomoč, ki jo sedaj prejimate ne bi bila več potrebna?

Brez te pomoči bi bil hudir. Ta pomoč mi ni nič v napoto, vse samo dobro.

3. Kako ste sprejeli dejstvo, da ne zmorete več sami (samostojno) opravljati vsakodnevnih opravil?

Jaz sem si na začetku samo želela umreti, brez te pomoči nebi bila tukaj, kjer sem sedaj. Imela sem možgansko kap, posledice so bile grozne. Leva roka ne dela, bila sem popolnoma nepokretna, čisto nič nisem mogla narediti sama, ne na stranišče, vse sem bila odvisna od drugih. Bilo je težko sprejeti to, sedaj sem pa tako hvaležna, da prihajajo te punce (op. socialne oskrbovalke) k meni.

4. Kako je sprejeti pomoč drugega?

Na začetku sem lahko še čisto vse sama delala, po kapi sem bila pa čisto nepokretna. Tako da nisem mogla čisto nič sama, ne na stranišče, ne skopat,... Sploh mi ni bilo težko sprejeti pomoči, vse te punce so res enkratne. Marina je vsako jutro prišla tako nasmejana, je rekla, pejva mal hodit. Sem rekla, da ne morem. Pa tega sploh ni želela slišat, pa sem s pomočjo Marine vsako jutro hodila.

R2: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti?

- 1. Koliko ste samostojni pri vsakodnevnih opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)?**
Ja sedaj sem se toliko rehabilitirala, da lahko skoraj vse sama delam. Oblačim se sama, hranim, umijem s pomočjo moža, na stranišče grem sama. Edino kuham pa ne. To nama pa prinesejo.
- 2. Kako doživljate pomoč drugih glede na spremembo vašega zdravstvenega stanja?**
Pomoč mi je obogatila življenje, mi je. Absolutno, ni dvoma. Brez tega pravim jaz, ne bi bila tako samostojna, kot sem sedaj. Enkratno res. Ko je prišla Lucija (op. socialna oskrbovalka), je rekla, da greva danes na balkon. Sem rekla, poglej me, saj ne morem. Je rekla, saj te lahko nesem tja. Že zaradi teh punc (op. socialnih oskrbovalk) sem bila pripravljena toliko sama narediti, da lahko sedaj kolikor toliko samostojno živim.
- 3. Kako bi se počutili, če bi bili sedaj popolnoma brez pomoči in zakaj?**
Ne ne, je ta pomoč zelo potrebna. Brez pomoči drugih, nebi mogla nič sama narediti. Sedaj pa s pomočjo moža že žgance skuham.
- 4. Kako se vam zdi, ko je ob vas nekdo, ki vam pomaga in nudi pomoč?**
Na začetku sem se počutila nemočno ja... zakaj moram jaz imeti pomoč, sem se čutila tako. Jaz sem v tistem trenutku hotela umreti, sem veliko jokala. Pa sem možu rekla, jaz sem tvoja nadloga, pa je reku kakšna nadloga, ti si moja žena! Sem pa ogromno sama pomagala pri vsem. Punce so me zmeraj hvalile, so rekle kok si ti dobra in da imajo samo še mene in še eno, da hoče tut sama pomagat in sem se probala obračat kolikor se je dal. Življenje tako kot je zdaj, je lepo, ampak naporno za moža (op. mož je povedal, da ona tako misli). Je pa res, da imam zatega moža. Sedaj čisto vse naredi, kar so prej socialne oskrbovalke naredile, še skopati mi pomaga.
- 5. Kako doživljate vaše življenje sedaj, ko prejimate pomoč in kakšno je bilo prej? V čem se razlikuje?**
Moje življenje je bilo pred prejetjem pomoči zelo kvalitetno, to je bilo še pred možgansko kapjo. Jaz sem bila aktivna, sem vrt rihtala. Sedaj sem srečna, zadovoljna sem, spremenila bi pa to, da bi mi leva roka delala. Samo na to pa ne morem vplivati. Sej vsi pravijo, saj si čisto dobra. Predvsem sva se pa z možem še bolj povezala. Prej sem nonstop hitela, nikoli se nisem ustavila. Po 5x na dan sem kuhala kosilo za svoje domače. Sej vnukinja mi je rekla, da se mi je moglo nekaj takega narediti, da sem se ustavila. Zdaj pa znam v miru kosilo pojesti, pa bolj cenim trenutke.
- 6. Kaj vam pomeni izraz pomoči (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost,...)?**
Pomoč mi pomeni, da sem očiščena, da sem čista, da mi dajo tisto, kar je potrebno, da sem sita, vse tiste življenjske potrebe...to mi zadošča.

R3: Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

- 1. Kakšne so vaše želje po prejemanju pomoči?**
Od vseh, ki mi nudijo pomoč sem zelo hvaležna! Od domačih pomoč sem res vesela. Od vseh imam rada pomoč, sploh mož, ki se res trudi. Sedaj že skupaj kuhava žgance. Tut socialnih oskrbovalk sem zelo vesela, ker so vse tako srčne.
- 2. Kaj vam bolj pomeni, da imate zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo?**
Denarja jaz nobenega ne rabim, imam raje, da imam ljudi okoli sebe. Sej imava vsak dan polno hišo domačih! Kaj bi si sploh lahko še želela...
- 3. Kakšna so vaša pričakovanja do svojcev? Koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?**
Kar mi zdele pomagajo, je več kot odlično. Vse naredijo, pa še mnogo več kar jaz pričakujem. Je pa seveda vedno manj treba, ker sama toliko sodelujem. Sedaj grem že na wc lahko sama, se malo umijem, pomagam pri kuhanju,...Ko je bilo pa najbolj hudo, so mi res več kot pomagali.

R4: V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

- 1. Kdo vam je v stiskah v največjo oporo?**
Prav gotovo sin, ki ima še pa še energije, njegova žena, ki je imela tudi enake primere doma s strani babic, pa vnučki! To ni bilo enega dneva, da nebi imela obiska. Danes sva jih mogla odpovedati, ker sva računala, da vas dobiva na obisk.
Prav gotovo mi je bil pa v največjo oporo mož. Tudi pri osebni higieni ni imel ne mož ne sin nobenega pomisleka proti meni.

2. Kdo predstavlja vašo neformalno mrežo pomoči?

Ja predvsem družina (mož, sin, snaha, vnuki,...). Prijateljice me tudi velikokrat pokličejo, pa ena sodelavka se tudi velikokrat oglasi, ko gre v mesto. Pravi, samo toliko, da te vidim. Zmeraj imava nekoga na obisku.

3. Kdo in na kakšen način vam najbolj pomaga?

Ja vsak na svoj način. Socialne oskrbovalke so mi pomagale predvsem takrat, ko je bilo to zaradi kapi najbolj potrebno, da so me spravile k sebi (umivanje, preoblačenje,...), družina pa poleg teh osnovnih stvari mi stoji ob strani, mož se pa res trudi, da veliko stvari še skupaj delava, na primer kuhava žgance. Če pa sama nebi bila toliko trmasta in si prizadevala, da čim več stvari poskušam sama narediti, bi pa še vedno bila čisto odvisna od drugih.

4. Kako pogosto vam nudijo pomoč/imate stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami?

Takoj po kapi sem imela pomoč vsak dan, razen ob vikendi sem mogoče kakšen termin prestavila, ker so bili domači doma. Od družine pa tudi vsak dan.

5. Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe?

Veste kaj, družina je le družina, to je duša. Sin mi je na začetku nudil tudi osebno higieno. Ni imel nobenega pomisleka napram meni, da me ne bi želel skopati. Socialne oskrbovalke pa imajo že v sebi ta socialni čut. Tukaj res za eno nebi mogla reči kaj slabega. Jaz imam rada ljudi, sem na vse navezana. Vse socialne oskrbovalke so prišle s tako pozitivno energijo, ko je prišla ena z Loke (op. Škofje Loke), sem mislila, da je angel. O eni nimamo kaj slabega za reči.

6. S kakšnimi težavami se spopadate pri formalni in neformalni oskrbi?

Oboji so čudoviti, o enem res nimam kaj slabega za reči. Lahko pa doma bolj »pokomandiraš«, ko ti kaj ni všeč. Sej tut socialne oskrbovalke te takoj v dobro voljo spravijo, tudi če zjutraj z levo nogo vstaneš.

7. Kdo po vašem mnenju bolj kvalitetno opravi svoje delo? Je to družina ali socialne oskrbovalke?

Oboji, prej sem toliko več lahko sama naredila, potem so pa socialne oskrbovalke. Seveda so one tudi bolj strokovne, pa spodbujale so me. Zjutraj me je Milena tut našminkala, je rekla, da moram biti lepa. Moram pa pohvaliti moža, se je ogromno stvari sam naučil, da mi sedaj lahko on pomaga.

8. Se kdaj počutite osamljene?

Osamljeno se nisem nikoli počutila, sem pa vedno imela občutek, zakaj moram biti v napoto. Pa je mož vedno rekel, kakšno napoto! Sej se bolj v to smer prepričujem, da nisem v napoto. Pa tko sem rekla, da če bi bila zdrava, bi imela jaz vnuka, pa mu nebi bilo treba v vrtec hoditi, pa bi se igrala...no sej po eni strani morajo pa otroci tudi v vrtec hoditi, imajo tam svojo družbo.

6. INTERVJU DF

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

1. SPOL

a) M

b) Ž

2. STAROST UPORABNIKA

a) manj od 65 let

b) med 66 in 70 let

c) med 71 in 80 let

d) med 81 in 90 let

e) nad 90 let

3. ZAKONSKI STAN

a) poročen-a

b) izvenzakonska skupnost

c) ločen-a

d) vdovec, vdova

e) samski, samska

e) drugo: _____

R1: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost?

1. Kako v tem obdobju (ko imate bolezen) doživljate, da imate pomoč drugega?

Ja, meni je ljubo. Seveda mi je dobro, da imam še pomoč drugega. Že zaradi starosti potrebujem pomoč, sem zaradi amputacije noge tudi na vozičku.

2. Kako si predstavljate, da ta pomoč, ki jo sedaj prejimate ne bi bila več potrebna?

Mislím, da mi pomoč nič ni v napoto, zelo prav pride. Socialna oskrbovalka mi nudi predvsem jutranjo nego, da potem s strani domačih ni potrebna. Če nebi imela pomoči bi bila priklenjena na posteljo.

3. Kako ste sprejeli dejstvo, da ne zmorete več sami (samostojno) opravljati vsakodnevnih opravil?

Ni mi bilo težko sprejeti to. Moraš sprejeti, se prepričat, da zaradi tega ni vsega konec.

4. Kako je sprejeti pomoč drugega?

Ja, moraš sprejeti. Saj se iz dneva v dan kaj dodatno dogodi, sem le toliko stara. Ko si enkrat na vozičku, si prikrajšan za dosti stvari, nisi več tako samostojen.

R2: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti?

1. Koliko ste samostojni pri vsakodnevnih opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)?

Ja nisem samostojna, sem vezana uglavnom na posteljo brez pomoči. Socialna oskrbovalka me zjutraj pomaga dati na voziček in da jutranjo nego. Delno mi pomaga oskrbovalka, drugače pa domači. Sem tako vsekakor lahko bolj samostojna. Zajtrk si še sama pripravim.

2. Kako doživljate pomoč drugih glede na spremembo vašega zdravstvenega stanja?

Ob pomoči se počasneje slabša moje zdravstveno stanje. Težav je zmeraj več, če tega ne sprejmeš, ti tudi drugačna pomoč ne more dati zadovoljstva.

No a veste kako bi človek rekel. Ne morem reči, da je sedaj boljše...kako bi rekla. Je pa res, da mi je zaradi te pomoči omogočeno tudi, da se vsak dan s pomočjo hojice in socialne oskrbovalke lahko malo sprehodim, vsaj do mize. Drugače se nebi mogla. Imam pa poleg te pomoči tudi enkrat tedensko fizioterapevta in ena gospa pride drenažo narest. Je pa pomoč oskrbovalke velika pomoč predvsem za moje domače, jih razbremení.

3. Kako bi se počutili, če bi bili sedaj popolnoma brez pomoči in zakaj?

Po pravici povedano, nebi nič spreminjala. Takole mi je čisto uredu. Prejemam dovolj pomoči tako z ene kot z druge strani.

4. Kako se vam zdi, ko je ob vas nekdo, ki vam pomaga in nudi pomoč?

Ja, uglavnom nimam nobenega minimalnega odpora do te ureditve pri nas, nimam. Ker marsikateremu je odveč tak način življenja, da nekdo drug vstopa v njegovo življenje. Jaz zelo pozitivno gledam na to. Sigurno mi pa pomení, da lahko ostanem doma.

5. Kako doživljate vaše življenje sedaj, ko prejimate pomoč in kakšno je bilo prej? V čem se razlikuje?

Po pravici povedano, ne delam nikoli primerjav, nebi mogla reči. Pred prejetjem pomoči je bilo tako hudo, da smo morali najti neko pomoč. Če nebi takrat našli pomoči na domu, bi odšla takoj v dom upokojencev. 10 let sem bila brez noge in razmeroma samostojna, dobila sem malo pomoči od domačih (povili so mi noge) in pomagali pri vstajanju, pa še to sem večinoma sama. Pred 5 leti je bilo pa res hudo in sem potrebovala več pomoči, res tega nebi preživela. Če pogledam prej ali sedaj, ne morem reči...nekako vzdržujem isto stanje, brez te pomoči pa nebi mogla. Tudi razbremenim družino s pomočjo socialne oskrbovalke. Dokler se le da, je bolj fletno biti doma, kot pa dom. Res je bila velika sprememba, mene je hrbtenica izdala, sej me še zdaj mal tepe. Edino s pomočjo smo preživeli, res smo imeli srečo, da smo hitro prišlo do storitve. Kot sem dejala, neke velike razlike ni, predvsem mi je ta pomoč v veliko korist. Predvsem zato, da lahko ostanem doma.

6. Kaj vam pomeni izraz pomoč (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost,...)?

Kot dejstvo. Pomoč mora biti in nimaš kej. In posledično kot večja samostojnost. Si pa želim, da je pomoč tudi obojestranska, zato tudi pomagam pri pripravi kosila za domače, pripravim zelenjavo. Tako se počutim še koristna. Pomoč meni veliko pomení, da imam nekoga ob sebi, ki mi pomaga, da lahko opravljam tudi vsakodnevne stvari.

R3: Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

1. Kakšne so vaše želje po prejemanju pomoči?

Ja, da bi čim dlje hodile socialne oskrbovalke k meni, da razbremenim sina in družino. Tukaj je predvsem za to, da mi zjutraj da osebno higieno, zvečer mi pomaga v posteljo. So pa vse zelo prijazne in vam ne moram povedati kako sem zadovoljna z njimi. Jih je okoli 40 in vse poznam po imenu!

2. **Kaj vam bolj pomeni, da imate zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo?**
To ta drugo, družabništvo. Tudi brez hrane bi preživela, samo da je kdo za družbo. Pa tudi to ne pretirano. Moj kolega je rekel, da moramo imeti nedeljo za svoj mir, je rekel, pogovoriti se moramo sami s sabo. Pa se strinjam z njemu.
3. **Kakšna so vaša pričakovanja do svojcev? Koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?**
Od svojih domačih nič ne pričakujem, ne želim si nekega povečanega angažmaja, je že ta kar velik. Tako da, sej pravim, nimam pričakovanj in sem zadovoljna s tem kar mi dajejo in mi pomagajo. Oni imajo še vsi svojo službo.

R4: V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

1. **Kdo vam je v stiskah v največjo oporo?**
Ja družina, seveda. Hči je 25 km oddaljena sicer, ampak imam tako urejeno, da sem en teden doma, en teden pa pri njej. Hči se zelo angažira okoli prebave. Doma pri sinu ohranjam svoj način življenja in dobro jem, pri hčeri jem pa veliko zelenjave, ima veliko potrpljenja in se veliko ukvarja z mojim zdravjem.
2. **Kdo predstavlja vašo neformalno mrežo pomoči?**
Ja predvsem sin in hčerka največ skrbita zame. Veliko pomoči dobim tudi od snahe in vnuka, ki živita tukaj. Vnučinja mi pride vsako jutro na hitro zamenjati plenico in tablete mi da. Imam veliko družino, to je največje bogastvo.
3. **Kdo in na kakšen način vam najbolj pomaga?**
Ja sigurno je to moja družina, ki je ves čas ob meni. Se pa nimam kaj za pritoževati čez socialne oskrbovalke, ki so vse zelo prijazne. Jim lahko popolnoma zaupam in se tudi veliko pogovarjamo. Socialna oskrbovalka mi nudi še nego, osebno higieno,...
4. **Kako pogosto vam nudijo pomoč/imate stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami?**
Delno mi pomoč nudi socialna oskrbovalka, tisto uro in pol dnevno, sin mi je pa skoraj ves dan na razpolago, saj imam to srečo, da ima delo od doma in kadarkoli ga rabim, ga lahko pokličem. Sem pa vsak drug teden pri hčeri, ki je pa doma in ima tako veliko časa zame.
5. **Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe?**
Prednost domače oskrbe je predvsem to, da imaš vsak trenutek na razpolago tisto, kar rabiš. Pomoč meni veliko pomeni, da imam nekoga ob sebi, ki mi pomaga, da se lahko vsedem na sobni wc. Jaz za tovrstne potrebe, če bi si želela en vrstni red narediti, ne morem splanirati toliko časa, da sem tako svobodna, kot pri tem, če je nekdo doma, kot moj sin. Dobre strani formalne oskrbe pa mi vsaka pomoč oskrbovalke pomeni, da domačim ni potrebno toliko narediti. Super je tudi to, da lahko pridejo celo 3x na dan. Socialna oskrbovalka prihaja vedno ob uri, ko smo dogovorjeni. Ja, ene 3x na leto mi pa socialna oskrbovalka pomaga narediti štrudelj, sem ji zelo hvaležna za to pomoč. Takrat se mi dvigne samozavest, ko vidim, da lahko še naredim štrudelj.
6. **S kakšnimi težavami se spopadate pri formalni in neformalni oskrbi?**
Pri socialnih oskrbovalkah je delo toliko omejen, kot je omejen čas. Edino pri protezi (nogi), je kakšna socialna oskrbovalka svoje glava in želi po svoje narediti...ampak na koncu se že dogovoriva.
7. **Kdo po vašem mnenju bolj kvalitetno opravi svoje delo? Je to družina ali socialne oskrbovalke?**
Da po pravici povem, nebi mogla reči razlike. Vsak ima svoje delo. Z vsemi sem zadovoljna. Jaz mislim da, kako bi rekla...kakšna od negovalk imam občutek, da bi želela še kaj narediti pa še sprašujejo. Ji rečem, pa saj je vse narejeno, zakaj neki pretirano skrbeti. Bolje, da še kakšno besedo spregovorimo.
8. **Se kdaj počutite osamljene?**
Ne nikoli. Imam toliko ljudi okoli sebe, mogoče je prednost v tem, da sem ostala doma in nisem šla v Dom.

7. INTERVJU UG

Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega?

1. SPOL

- a) M
- b) Ž

2. STAROST UPORABNIKA

- a) manj od 65 let

- b) med 66 in 70 let
- c) med 71 in 80 let
- d) med 81 in 90 let**
- e) nad 90 let

3. ZAKONSKI STAN

- a) poročen-a
- b) izvenzakonska skupnost
- c) ločen-a
- d) vdovec, vdova**
- e) samski, samska
- e) drugo: _____

4. KOLIKO ČASA ŽE KORISTITE STORITVE SOCIALNE OSKRBE NA DOMU/INSTITUCIONALNO VARSTVO?

- a) manj kot 6 mesecev v DOMU**
- b) manj kot 1 leto
- c) več kot 1 leto
- d) več kot 2 leti

5. SOCIALNO OSKRBO NA DOMU/INSTITUCIONALNO VARSTVO POTREBUJEM ZARADI:

- a) starosti
- b) invalidnosti, zlom medenice**
- c) druge invalidne osebe
- d) kronične bolezni
- e) dolgotrajne okvare zdravja
- f) otroka s posebnimi potrebami

R1: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot lastno nemoč in osebno šibkost?

- 1. Kako v tem obdobju (ko imate bolezen) doživljate, da imate pomoč drugega?**
Tukaj se kar sama rihtam, nič ne rabim pomoči. Mi medicinske sestre ne rabijo nič pomagati. Doma mi je pa vnukinja pomagala sleči in obleči ali pa hčerka. Zelo veliko mi pomeni, da mi pomagajo. Se zelo matram, da se oblečem in slečem. Ta pomoč je zelo dobrodošla. Prej, ko sem bila še doma, so mi iz Doma še kosilo nosili, mi je tudi takrat prišla pomoč zelo prav.
- 2. Kako si predstavljate, da ta pomoč, ki jo sedaj prejimate ne bi bila več potrebna?**
Ne, ta pomoč zdaj mi ni nič v napoto. Saj veliko stvari še sama naredim, sam se matram pri nekaterih stvareh, nebi zmogla čisto sama. Samo tukaj v domu se mi zdi, da se mora vse plačati. Položnice so že tako velike, sama pa nimam tako velike pokojnine...mi mora hčerka pomagati. Zdaj pa obljublajo, da bo še draži.
- 3. Kako ste sprejeli dejstvo, da ne zmorete več sami (samostojno) opravljati vsakodnevnih opravil?**
Zelo hudo je bilo, ampak sem morala sprejeti. Težko je bilo tudi zapustiti domače okolje in priti v dom. Težko mi je bilo sprejeti pomoč drugega. Hvala bogu sem za osebno higieno še sama zaenkrat. Čimprej moram sprejeti pa pozitivno gledat na to.
- 4. Kako je sprejeti pomoč drugega?**
Zelo hudo je bilo, ampak sem morala sprejeti. Čim prej moram sprejeti pa pozitivno gledati na to. Res mi je bilo težko sprejeti pomoč drugega. Dokler je bila hčerka doma, sem bila pri njej. Ampak je težko njej v službo hodit pa še mene rihtat, otroci so zaposleni.

R2: Kako stari ljudje doživljajo pomoč drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti?

1. **Koliko ste samostojni pri vsakodnevnih opravilih (kot na primer oblačenje in hranjenje)?**
Ja sej tko kot sem rekla, doma sta mi hčerka pa vnukinja pomagale obleči pa sleči, tukaj mi pa medicinske sestre pomagajo. Drugače se pa še kar sama rihitam, mi ne pomagajo dosti, posteljo mi preoblečejo, pospravijo in po tleh pomijejo. Sej nimam niti orodja (pripomočkov) za to. Jem tudi še lahko sama, ko sem bila še doma, so mi samo kosilo nosili. Tudi inzulin si sama dajem, trikrat na dan.
2. **Kako doživljate pomoč drugih glede na spremembo vašega zdravstvenega stanja?**
Ne vem...ja boljše je, če ti eden pomaga ane. Se ne matraš, pa hitreje narediš ane. Sedaj lahko več stvari naredim.
3. **Kako bi se počutili, če bi bili sedaj popolnoma brez pomoči in zakaj?**
Ja pomoč mi je zelo dobrodošla, samo, če so domači, da mi oni pomagajo. Drugače pa ne. Ah seveda mi je bolj dobrodošla domača pomoč, jih bolje poznam.
4. **Kako se vam zdi, ko je ob vas nekdo, ki vam pomaga in nudi pomoč?**
Zaradi tega se ne počutim nemočne. Tako pač je, si tudi tako zamislim, da drugače ne mora biti. Moraš sprejeti to dejstvo, da ne zmoreš vsega sam. Seveda bi bila raje doma. Prej ko sem bila doma in ko sem še lahko kuhala in imela vnuke, so hodili k meni na obisk. So tako radi hodili k meni. Potem pa kar naenkrat nisem več mogla, mi je bilo zelo hudo.
5. **Kako doživljate vaše življenje sedaj, ko prejemate pomoč in kakšno je bilo prej? V čem se razlikuje?**
Ne mislim, da je zaradi te pomoči bolj kvalitetno. Tako sem bila celo življenje navajena, da sem sama zase poskrbela. Če bi lahko spremenila, bi takoj spremenila zdravje, bolezen pa na splošno stanje. Da bi bila bolj samostojna. Imam tudi sladkorno. Pa najraje bi bila doma, v domačem okolju. V tem se razlikuje, da se počutiš manjvrednega. To ne pride tako hitro ven iz tebe. Drugače je, prej sem lahko še hodila sem pa tja recimo, zdaj pa nikamor več ne morem. Za vnuke ne morem skrbeti, otroci morajo zame doplačevati pomoč drugih. Pa 35 let si delal, sedaj pa nimam toliko pokojnine, da bi si sama dom plačevala. Ko sem bila doma, je bilo moje življenje bolj kvalitetno.
6. **Kaj vam pomeni izraz pomoč (občutek varnosti, samostojnosti, sinonim za neodvisnost,...)?**
Ne vem, kako bi rekla. Ko si v Domu jo kar sprejmeš, lahko še več stvari sama naredim, ker mi pomagajo te sestre tukaj.

R3: Kakšna pričakovanja in želje imajo stari ljudje po prejemanju pomoči?

1. **Kakšne so vaše želje po prejemanju pomoči?**
Ja želim si prejemati pomoč od domačih, od svoje hčerke pa vnukinje. Da mi domači pomagajo, drugače pa ne.
2. **Kaj vam bolj pomeni, da imate zadovoljene materialne potrebe ali emocionalno oporo in družabništvo?**
Saj od materialnih stvari nič ne potrebujem, sem bolj vesela obiska vnukov in hčerke.
3. **Kakšna so vaša pričakovanja do svojcev? Koliko bi morali narediti in koliko dejansko naredijo?**
Svojci dovolj naredijo, nimam nobenih posebnih pričakovanj. Še to preveč naredijo. Tukaj v domu mi nič ne pomagajo. Edino kosilo mi pripeljejo na oddelek, posteljo mi preobleče, po tleh pospravi in umije. Saj sama nebi mogla tega, tut orodja nimam za to.
Kar vsi kvalitetno opravijo svoje delo. Tako naredijo kot je treba.

R4: V kakšno oporo so formalne in neformalne mreže starim ljudem?

1. **Kdo vam je v stiskah v največjo oporo?**
Hčerka mi je v največjo oporo. Me tudi vsako nedeljo odpelje domov na kosilo. Z zaposlenimi v Domu se tudi dobro razumem, samo nimajo toliko časa za pogovor.
2. **Kdo predstavlja vašo neformalno mrežo pomoči?**
Ja moji domači, predvsem hčerka in vnukinja. Imam obiske, samo to pridejo za pol ure ali eno uro. Največkrat me obiščejo vnuki, so stari 20, 24 in 30 let. Oni še študirajo, so zelo pridni. Sin živi pa na Kanarskih otokih, se pa bolj po telefonu slišiva, kdaj se še vidimo preko telefona. Z ostalimi v domu se pa ne družim, se mi ne da. Ni nobenega takega, da bi bil tako kot jaz, da bi se pogovarjala. Tudi na krožke in delavnice ne hodim, raje spim namesto tega. Ostalim prijateljem pa ne povem kje sem.
3. **Kdo in na kakšen način vam najbolj pomaga?**
Najbolj hčerka skrbi zame. Vnukinja mi tudi velikokrat pomaga, ostala dva sta pa fanta. Punce so vse drugače, kot fantje, so bolj skrbne. Ja ko sem bila še doma, sta mi pomagale sleči pa obleči. Zdaj prideta pa k meni na obisk pa se pogovarjamo.
4. **Kako pogosto vam nudijo pomoč/imate stike s svojci in socialnimi oskrbovalkami?**

Vnukinja skoraj vsak dan pride, ker je tukaj blizu doma. Hčerka pa tudi skoraj vsak dan, ima službo tukaj blizu. Sin je v tujini, se slišiva 1x na teden. Pa vnuka me prideta parkrat na mesec tudi pogledati.

5. Katere so dobre strani formalne in neformalne oskrbe?

Ne vem, kako bi rekla. Dobro je vse, kdor koli kaj naredi, sem vse pomoči vesela. Ja, tukaj so take prednosti, da te lahko oni skopajo, če se sam ne moreš. Pa da ti zjutraj pomagajo obleči in zjutraj sleči, pa tako naprej. Kuhat ti ni treba, dobiš hrano. Jaz s hrano nisem zadovoljna, vse je po enem kopitu, vse isto. Slabost je pa to, da je drugače kot doma, se ne počutim tako dobro kot doma.

6. S kakšnimi težavami se spopadate pri formalni in neformalni oskrbi?

Zaposleni v domu nimajo veliko časa. Bi se rada kdaj pogovarjala pa imajo preveč dela in morajo pohiteti. Ne počutim se dobro, nisem rada v domu, je bilo bolje doma. Ko grem kdaj za 3 dni domov, se zelo težko vrnem nazaj v dom. Je čisto drugačno okolje, grem lahko ven sedet na sončka, pa sosede poznam, pridejo na kavo.

7. Kdo po vašem mnenju bolj kvalitetno opravi svoje delo? Je to družina ali socialne oskrbovalke?

Ja moja hčerka. Mi je tudi doma pomagala pri kopanju, pa vse nohte postriže pa glavo umije. Tukaj pa nič. Enkrat sem šla tukaj v domu nohte postriči, pa nisem bila zadovoljna. Pa tako naprej, take stvari. Ko sem bila doma, je bilo moje življenje bolj kvalitetno.

8. Se kdaj počutite osamljene?

Ne, imam dovolj obiskov.

9.3. Kodiranje intervjujev

9.3. 1. Tabela 1: Kodiranje intervjuja DA

Št. Izjave	Enota kodiranja	Pojem	Kategorija	Nadkategorija	Tema
DA1	Ja saj moraš, nimaš kej...	Nima izbire	Nujnost pomoči	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost
DA2	Zdaj pa moraš prositi za pomoč	Mora prositi za pomoč	Prošnja po pomoči	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	
DA3	To doživljam kot pomoč, ne kot neko nemoč	Kot pomoč ne kot nemoč	Pomoč kot dodatna moč	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	
DA4	Fajn bi bilo, da bi se lahko še sama štimala	Rada bi se sama urejala	Želja po samostojnosti	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
DA5	Z mojo roko ni nič, roka je čist zanič	Poškodba roke	Zavedanje nezmožnosti za samostojno življenje	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
DA6	Potrebujem to pomoč	Potrebuje to pomoč	Potreba po pomoči	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
DA7	To moraš sprejeti pa naprej iti, nimaš kej	Moraš sprejeti in iti naprej	Nujnost sprejeti dejstvo	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
DA8	Pozitivno sprejemam svojo »invalidnost«	Pozitivno sprejema "invalidnost"	Pozitivno sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
DA9	Videla eno žensko, ki je rekla, da ji je čisto vseeno, če hodi z berglo, zdaj se pa tut jaz čist nič več ne sekiram	Ne sekira se več	Brez obremenjevanja	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
DA10	Ja kar moraš sprejeti, z mojo roko ni nič.	Moraš sprejeti	Nujnost sprejeti pomoč	Sprejetje pomoči drugega	
DA11	Mi je že zaradi tega lažje, ker v moj dom prihajajo tako prijazne oskrbovalke	Lažje sprejeti zaradi prijaznosti oskrbovalk	Dobro sprejetje	Sprejetje pomoči drugega	
DA12	Sama, brez njihove pomoči se ne bi mogla umiti pa urediti	Osebna higiena ob pomoči socialnih oskrbovalk	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	Doživljanje pomoči drugega kot pomemben

DA13	Jem pa še lahko sama	Samostojno prehranjevanje	Samostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	doprinos k občutku samostojnosti
DA14	Kot dobrodošlo, tako sem lahko urejena pa skuhano imam vsak dan	Dobrodošla pomoč zaradi urejenosti in kosila	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
DA15	Želela bi si biti brez pomoči predvsem zaradi tega, da bi se sama uredila	Želja biti brez pomoči zaradi samostojnosti	Želja po samostojnosti	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
DA16	Sprejeti moraš pa naprej moraš pozitivno it	Sprejeti pomoč in pozitivno naprej	Sprejetje pomoči in pozitivnost	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
DA17	Zaradi tega pa nimam nič občutka nemoči, ker mi nekdo pomaga.	Ni občutka nemoči zaradi pomoči	Občutek moči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
DA18	Jah prej sem lahko šla mal okoli na kakšen izlet, zdaj pa ne morem več.	Prej je hodila na izlete, zdaj ne več	Spremembe	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DA19	Mi nikoli ni dolgčas, imam dosti dela doma	Nikoli ni dolgčas, doma je dosti dela	Življenje po bolezni	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DA20	Saj pravim pa tut dosti družčine imam, pridejo na obisk prijatelji	Ima veliko prijateljev in obiskov	Življenje po bolezni	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DA21	Prej sem si lahko tudi sama kuhala, zdaj pa iz doma dobivam vsak dan kosilo	Prej kuhanje, sedaj ne več	Spremembe pri samostojnosti	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DA22	To že mora biti v starosti, neka nuja	Mora biti v starosti	Nujnost v starosti	Pomen izraza pomoč	
DA23	Socialna oskrbovalka je tista glavna	S strani socialne oskrbovalke	Formalna oskrba	Želja po prejemanju pomoči	Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči
DA24	ena soseda pride tko mal na klepet, drugače pa ne hodimo tako po stanovanjih tukaj.	Pogovor s sosedo	Druženje	Želja po prejemanju pomoči	
DA25	Se včasih tudi s kakšno družčino dobimo pa gremo	Druženje s prijatelji	Druženje	Želja po prejemanju pomoči	
DA26	Jah materialno moraš imet, vse si sama financiram, kar pridem skozi	Urejene materialne potrebe zaradi samostojnega financiranja	Materialne potrebe	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
DA27	Ja ne morem kaj dosti pričakovat pa zahtevati od njih. Sin je cele dneve v službi	Ni velikih pričakovanj zaradi	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	

		zasedenosti svojcev			
DA28	Nočem biti nobenemu v breme. Od sosedov pa tut ne moraš kej dosti zahtevati, saj jih kdaj kej prosim pa mi prinesejo	Ne želi biti v breme	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	
DA29	Ja glede oskrbe je socialna oskrbovalka tista glavna	Oskrba socialne oskrbovalke	Formalna opora	Največja opora	
DA30	Od domačih mi pa največkrat sin kaj uredi	Urejanje stvari s strani sina	Neformalna opora	Največja opora	
DA31	sin zelo dobro kuha	Sin kuha	Neformalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
DA32	Ta domači so sin, bratje in sestra. Pa moja vnukinja...prijatelji, sosedje	Sin, bratje, sestra, vnukinja, prijatelji, sosedje	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
DA33	socialna oskrbovalka uredi pa obleče pa vsak dan mi kosilo prinese	Socialna oskrbovalka jo uredi in prinese kosilo	Formalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
DA34	so vse tako prijazne, nimam žal besede za reči čez njih	Prijaznost socialnih oskrbovalk	Formalni odnosi z zaposlenimi	Značilnosti socialnega omrežja	
DA35	Se včasih tudi s kakšno družino dobimo pa gremo	Druženje s prijatelji	Neformalno druženje	Največja opora	
DA36	Z brati se slišimo ali pa pridejo, če imajo čas. Parkrat na mesec pridejo ali se slišimo	Obisk bratov parkrat na mesec	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
DA37	Pa od sina hčerka pride kdaj pa kdaj na obisk, no skoraj vsak teden	Obisk vnukinje skoraj vsak teden	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
DA38	je tako pridna, občasno mi tut okna pomije	Vnukinja občasno pomije okna	Neformalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
DA39	Slika majhna, mi tako polepša dan	Obisk vnukinje ji polepša dan	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DA40	Ja socialna oskrbovalka me pride vsak dnu urediti pa kosilo imam kuhano	Urejenost s strani socialne oskrbovalke in prinašanje kosila	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DA41	Od domačih pomoči in obiska sem pa zmeraj vesela, še posebej vnukinje	Vesetje ob obisku domačih	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DA42	Sin je pa tako ali tako v službi, potem ima pa še svoje stvari, ki ga veselijo. Pride šele okoli 8h domov, gre po hribih po službi, tako da nima veliko časa	Sin nima časa, dela in ima svoje aktivnosti	Slabosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DA43	Socialna oskrbovalka je tista, ki mi najbolj	Socialna oskrbovalka nudi največjo	Prednost formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	

Formalna in neformalna opora starih ljudi

	pomaga pri urejanju, pa zjutraj vstati	pomoč pri urejanju			
DA44	Družina ni za to	Družina ne opravlja oskrbe	Slabosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DA45	Ne to pa nikoli, nikoli mi ni dolgčas	Nikoli ni dolgčas	Doživljanje osamljenosti	Osamljenost	
DA46	Malo pospravljam pa ven grem. Mal televizijo pogledam.	Pospravljanje, gledanje televizije	Premagovanje osamljenosti	Osamljenost	
DA47	Imam veliko ljudi s katerimi se lahko družim in me pridejo pogledati	Velika socialna mreža in druženje	Odsotnost stikov/pogrešanje	Osamljenost	

9.3. 2 Tabela 2: Kodiranje intervjuja UB

Št. Izjave	Enota kodiranja	Pojem	Kategorija	Nadkategorija	Tema
UB1	Ja seveda, pozitivno. Nič slabo ne jemljem te pomoči.	Ne jemlje slabo te pomoči	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost
UB2	Sama ne vem kako bi	Sama ne bi zmogla	Nujnost pomoči	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	
UB3	Pomoč jaz moram imeti	Potrebuje to pomoč	Potreba po pomoči	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
UB4	Pridejo pome, se ne morem spustiti pa stati, da bi se namilila pa stuširala	Nezmožnost samostojnega tuširanja	Zavedanje nezmožnosti za samostojno življenje	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
UB5	Težko sem to sprejela	Težko je sprejeti dejstvo	Težko sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnikih opravil	
UB6	Se pa moraš potem sprijazniti s tem, pa smiliti se ne smeš	Kasneje se moraš sprijazniti in ne smeš se smiliti sam sebi	Pozitivno sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnikih opravil	
UB7	To je starost, veste	To je starost	Pomoč povezana s starostjo	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnikih opravil	
UB8	Težko je sprejeti to, da nisi več sam za vse	Težko je sprejeti, da nisi več sam za vse	Težko sprejetje	Sprejetje pomoči drugega	
UB9	Imam krasno družino, ki mi je že doma ogromno pomagala. Je takoj lažje sprejeti tako pomoč	Lažje sprejetje pomoči zaradi družine, ki ji pomaga	Dobro sprejetje	Sprejetje pomoči drugega	
UB10	Obláčim se lahko še sama, hranim se tudi.	Samostojnost pri oblačenju in hranjenju, hoja do	Samostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	Doživljanje pomoči drugega

	Grem sama do jedilnice, s hojico	jedilnice s pomočjo hojice			kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti
UB11	Pri umivanju pa potrebujem pomoč	Pomoč pri umivanju	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
UB12	Sedaj ko imam pomoč mi je boljše	Boljše je sedaj, ko prejema pomoč	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UB13	Mi je pomoč obogatila življenje, seveda!	Pomoč je obogatila življenje	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UB14	Ne želim, ker nebi šlo. Sploh ne razmišljam kako bi bilo brez pomoči, ker jo potrebujem	Ne želi si biti brez pomoči in o tem ne razmišlja, ker jo potrebuje	Nujnost pomoči	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
UB15	Nikakor ne, da bi imela občutek nemoči zaradi pomoči	Ni občutka nemoči zaradi prejemanja pomoči	Občutek moči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UB16	Želiš si biti zdrav, brez pomoči, ampak to ne gre...to so želje.	Želja biti zdrav in brez pomoči	Želja po samostojnosti in zdravju	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
UB17	Zdaj, ko sem pomoči potrebna, je bolj kvalitetno	Boljša kvaliteta življenja ob prejemanju pomoči	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UB18	Je treba kar pozitivno razmišljati, mende	Potrebno je pozitivno razmišljati	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UB19	Drugače sem bila pa prej zelo samostojna! Dokler me niso kolena izdala...Vse sem lahko še sama naredila	Predno ni imela okvare kolena je bila zelo samostojna	Življenje pred boleznijo	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UB20	Seveda sem zadovoljna da sem lahko tukaj, sej drugače nebi šlo, če nebi bila tukaj	Zadovoljstvo, da je lahko v Domu in prejema pomoč	Zadovoljstvo ob prejemanju pomoči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UB21	Umivam se zmer še lahko, jaz pravim po mačje, to lahko ampak, kopajo pa tuširajo nas pa oni 1x na teden	Samostojnost pri umivanju in pomoč pri kopanju, tuširanju	Spremembe pri samostojnosti	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UB22	Ja sigurno neko večjo samostojnost, brez pomoči ne bi bila tako	Večja samostojnost ob pomoči	Samostojnost	Pomen izraza pomoč	

	urejena in ne bi toliko stvari delala kot sedaj v Domu				
UB23	Ja sigurno bi si želela raje prejemati pomoč od svojih, sploh pomoč svakinje in brata je res dobrodošla.	Prejemanje pomoči s strani svojcev	Neformalna oskrba	Želja po prejemanju pomoči	Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči
UB24	Vse, vse mora biti	Vse potrebe morajo biti v življenju	Vse potrebe	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
UB25	Tako materialne dobrine, da si lahko Dom plačam	Urejene materialne potrebe zaradi samostojnega financiranja	Materialne potrebe	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
UB26	tudi družba, da nisem osamljena	Družabništvo, da ni osamljenosti	Družabništvo	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
UB27	Uglavnem imam svojce, je čisto dovolj. Mi smo se vedno dobro razumeli, pa vedno so radi k nam prišli. Verjetno tudi zaradi tega, še vedno radi k meni v Dom pridejo.	Zadovoljstvo, da ima svojce s katerimi se dobro razume in radi pridejo na obisk	Druženje	Pričakovanja do svojcev	
UB28	Predvsem svakinja in brat, ki prideta vsak dan	Vsakodnevni obisk brata in svakinje	Neformalna opora	Največja opora	Formalna in neformalna opora starih ljudi
UB29	Največ mi pomeni moja družina in nečaki	Družina in nečaki	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
UB30	S temi v domu se sploh ne poznamo, se ne družimo	V Domu ni druženja z ostalimi stanovalci	Neformalno druženje	Značilnosti socialnega omrežja	
UB31	Imam pa tudi prijateljice, samo one imajo družine pa čisto vsaka svoj problem	Prijateljice, s katerimi ni veliko stika	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
UB32	Pa 3 nečake imam, me res radi pridejo obiskat	Nečaki radi pridejo na obisk	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
UB33	Veste da imam res kar veliko obiskov. Že prej so radi hodili k meni domov, smo bili zelo	Pogosti obiski in navezanost družine	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	

	navezani en na drugega				
UB34	Sej so zadolžene tukaj sestre za to, da mi pomagajo	Zadolženost zaposlenih v Domu za pomoč in oskrbo	Formalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
UB35	Domači me pridejo pa obiskati	Obiski družine	Neformalno druženje	Največja opora	
UB36	Skoraj vsak dan prideta na obisk brat in svakinja	Vsakodnevni obisk brata in svakinje	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
UB37	Nečaki tut velikokrat pridejo. Me velikokrat pridejo pogledat, se dostikrat pohecam, če so spet jokali, ko so mogli k men priti. Pa radi pridejo, veste	Pogosti obiski nečakov	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
UB38	Vedno sem jih vesela, sej to vedo	Vesetje ob obisku domačih	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB39	Naši imajo sploh take poklice in so preobremenjeni, otroci so pa v šoli...Nečaki imajo vsi ogromno dela, so v medicini pa tut dežurajo. Preobremenjeni so	Preobremenjenost domačih	Slabosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB40	Drugače pa vse kar rabim mi onedva prineseta	Prinašanje stvari v dom	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB41	Tukaj na primer ne dobiš niti robcev za nos	V Domu ne prejmeš materialnih stvari (robčki,...)	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB42	Sestre so pa tudi prijazne	Prijaznost zaposlenih	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB43	Jih je pa še pa še premalo...Pa povsod manjka osebja	Premalo zaposlenih	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB44	Ko se zbudim je sestra že tukaj, ob 2h je pa še vedno tukaj. Preveč delajo	Preobremenjenost zaposlenih	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB45	Se pogovarjati nimajo časa	Zaposleni nimajo časa za pogovor	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB46	So kar strokovne tele sestre	Strokovnost zaposlenih	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB47	Denar pa povsod vlogo igra, so premalo plačane	Zaposleni so premalo plačani za svoje delo	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UB48	Ne to pa sploh ne	Ni občutka osamljenosti	Doživljanje osamljenosti	Osamljenost	
UB49	Imam kar nekaj domačih, ki me redno obiskujejo	Obiski družine	Premagovanje osamljenosti	Osamljenost	

9.3. 3 Tabela 3: Kodiranje intervjuja UC

Št. Izjave	Enota kodiranja	Pojem	Kategorija	Nadkategorija	Tema
UC1	Ja dobro, včasih je malo bolje, včasih je malo slabše	Dobro, včasih je bolje, včasih je slabše	Neodločenost	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost
UC2	Pomagajo mi kot imajo čas, časa je pa premalo...vsak samo hitro leti, ti bi pa rad malo, da bi se s kom pogovarjal	Zaposleni pomagajo ko imajo čas, časa je pa premalo. Želja po pogovoru	Pomanjkanje časa za pomoč in pogovor	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	
UC3	Ja to pa ne morem, da mi ne bo noben več pomagal	Ne more biti brez pomoči	Potreba po pomoči	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
UC4	Jaz ne morem več sama ostati, pa ležati ne, rabim nekoga, da mi pomaga	Ne more sama vstati iz postelje. Potrebuje nekoga, da pomaga	Zavedanje nezmožnosti za samostojno življenje	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
UC5	Ja moraš sprejeti, na začetku se je težko navaditi, da nisi več samostojen in ne moreš opravljati vseh stvari sam	Moraš sprejeti in se navaditi, da nisi več samostojen	Nujnost sprejeti dejstvo	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
UC6	Najbolj mi je bilo pa težko, ker nisem mogla več hoditi	Težko sprejeti, da ni mogla več hoditi	Težko sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
UC7	Ni fajn pri mizi takole, ko te vsi gledajo, ampak sej smo vse sorte tukaj	Ni dober občutek, ko te pri mizi gledajo, da nisi več samostojen pri jedi	Sramežljivost	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
UC8	Sprejela sem, ker vem da morem. Ker drugače brez pomoči nisem mogla več, kaj pa boš	Brez pomoči ni mogla več, je morala sprejeti pomoč	Nujnost sprejeti pomoč	Sprejetje pomoči drugega	
UC9	Pri oblačenju mi pomagajo pa na voziček me dajo	Pomoč pri oblačenju in posedanju	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	Doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti
UC10	Jem lahko še sama...Osebnostno higieno se še sama zaenkrat	Samostojnost pri hranjenju in osebni higieni	Samostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
UC11	Ja, pomoč mi je obogatila življenje	Pomoč je obogatila življenje	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UC12	Tukaj me pa napravijo, pol me pa posedejo na voz, pol se pa znajdi	Dobrodošla pomoč zaradi urejenosti in posedanja na voz	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na	

				spremembo zdravstvenega stanja	
UC13	Ja to pa ne morem, da nebi nič pomoči imela	Ne morem, da ne bi imela pomoči	Nujnost pomoči	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
UC14	Ja ja, je dobro, da mi tukaj pomagajo...Mi je sedaj bolje	Zadovoljstvo, da je lahko v Domu in prejema pomoč	Zadovoljstvo ob prejemanju pomoči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UC15	Lahko malo več stvari delam...Zato ker sem bolj samostojna	Lahko več stvari dela in večja samostojnost	Samostojnost	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UC16	Pa vsak ima svoj del, sej nimajo časa pol se pa čutiš tako odveč	Doma ima vsak svoj del in se počutiš odveč	Občutek odvečnosti ob neformalni podpori	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UC17	Prej sem še delala, sem bila aktivna	Aktivnost in delo pred boleznijo	Življenje pred boleznijo	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UC18	Jaz sem pa tut njej pomaga, sem ji 3 otroke varovala	Pomoč hčerki, varstvo otrok	Življenje pred boleznijo	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UC19	Sedaj pa edino televizijo rada gledam	Gledanje televizije	Življenje po bolezni	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UC20	Zdaj ko jo imam v sobi, sem najraje tukaj, sama	Najraje je sama	Življenje po bolezni	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UC21	Še klekljala sem včasih, zdaj pa ni več moči	Včasih je klekljala sedaj nima več moči	Spremembe pri samostojnosti	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UC22	Ja seveda da sem bolj vesela, če lahko kaj naredim in sem bolj samostojna zaradi nekoga, ki mi pomaga	Vesetje in samostojnost ob pomoči	Samostojnost	Pomen izraza pomoč	
UC23	Nisem tako zahtevna, tukaj v domu kar veliko naredijo zame	V Domu zaposleni lepo poskrbijo zanje	Formalna oskrba	Želja po prejemanju pomoči	Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči
UC24	Od hčerke pa tudi ne zahtevam preveč, ima službo...je že tako preobremenjena.	Hčerka ima službo in ne more zahtevati preveč pomoči	Ni želja	Želja po prejemanju pomoči	
UC25	Si pa želim več družbe	Želja po več družbe	Druženje	Želja po prejemanju pomoči	
UC26	Ja, družabnost najbolj. Sem imela depresijo, nisem nič mogla. Dolgčas mi je bilo tako, pogovarjat se	Družabništvo zaradi depresije v preteklosti	Družabništvo	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne	

	nisem mogla z ljudmi, zapirala sem se..			opore in družabništva	
UC27	Ja sej sem rekla, da ne morem zahtevati preveč. Ta mladi imajo dosti svojega dela	Ni velikih zahtev zaradi zasedenosti svojcev	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	
UC28	Je pa lepo da me pride hčerka vsak dan pogledati	Vesetje ob vsakodnevem obisku hčerke	Druženje	Pričakovanja do svojcev	
UC29	Ja, to pa sigurno moja hčerka. Najbolj mi pomaga tako, da pride, pa se malo pogovoriva	Obiski hčerke	Neformalna opora	Največja opora	Formalna in neformalna opora starih ljudi
UC30	Sem imela tut enega prijatelja tukaj v domu	Prijatelj v domu	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
UC31	En moški pride vsak četrtek, da se mal pogovarjava...Od doma pride ta gospod, je prostovoljec	Enkrat tedenski obisk prostovoljca	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
UC32	Vnuki me pridejo tudi pogledat	Obisk vnukov	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
UC33	Prijatelji pa rečejo, da bodo prišli, pa nikoli ne pridejo	Ni obiskov prijateljev	Neformalno druženje	Značilnosti socialnega omrežja	
UC34	Tukaj v domu pa nimaš enega, da bi se lahko kej pogovoril, so še slabši od mene	V Domu ni druženja med stanovalci	Neformalno druženje	Značilnosti socialnega omrežja	
UC35	Največ pomoči prejmem tukaj v domu. 3x na dan me previjejo, pa na voziček me dajo	Pomoč s strani zaposlenih pri previjanju in posedanju na voziček	Formalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
UC36	Od hčerke pa nič tako ne rabim. Bolj tako, da se pogovarjava	Pogovor s hčerko	Neformalno druženje	Največja opora	
UC37	Sej mi tukaj vse naredijo kar rabim.	Zadostno prejemanje pomoči s strani zaposlenih	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC38	Hčerka me ima pa res rada, je skoraj vsak dan pri meni	Vsakodnevni obiski hčerke	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
UC39	Včeraj je bil tudi zgodovinski krožek, enkrat na mesec. Tako rada poslušam, pride en profesor	Rada hodi na zgodovinski krožek v Domu	Neformalno druženje	Največja opora	
UC40	Mi zelo pomagajo take reči kot so te krožki pa tisti fant (op. prostovoljec) ko pride k meni. Res mi veliko pomeni to.	Velika pomoč in pomen s strani prostovoljca in zgodovinskega krožka	Neformalno druženje	Največja opora	

UC41	Sej pravim, vnuk pa zelo po redko. Kar parkrat na mesec, ne na teden bi lahko rekla	Obisk vnuka nekajkrat mesečno	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
UC42	Vsi so tako zaposleni, zato pa jaz zastopim in ne morem zahtevati, da bi me skozi hodili gledat.	Preobremenjenost domačih	Slabosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC43	Potem pa še tisti prostovoljec, ki pride enkrat na teden.	Obisk prostovoljca enkrat na teden	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
UC44	Ta mi pa veliko pomeni, ga kar težko že čakam	Obisk prostovoljca ji veliko pomeni	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC45	To je veliko vredno, da imam svojo sobo	Veliko ji pomeni, da ima v Domu svojo sobo	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC46	Ene oskrbovalke so zelo vredne, ene pa mal bolj tako...kot je res ane	Prijaznost zaposlenih	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC47	Najbolj težko mi je, ker me takoj ne dvignejo zjutraj.	Zjutraj je ne dvignejo takoj iz postelje	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC48	S sestram se pa nič ne pogovarjam, edin ena mal starejša je, z njo se včasih kaj pogovarjam.	Z zaposlenimi se ne pogovarjajo	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC49	Če bi mela več časa, veste, bi se lahko pogovarjale. Premalo jih je, premalo.	Zaposleni nimajo časa za pogovor	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC50	Pa premalo so plačane	Zaposleni so premalo plačani za svoje delo	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC51	Ja ja sestre, sej večinoma me one rihtajo	Večino dela opravijo zaposleni (sestre)	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UC52	Ja jaz bi rada imela tako, da bi se malo več pogovarjala	Želela bi si več pogovora	Doživljanje osamljenosti	Osamljenost	
UC53	Na začetku sva se pa še domine igrale. Sem rekla, kok je to fajn...zdaj pa nič več.	Pogreša družbo, igranje domin	Odsotnost stikov/druženje	Osamljenost	

9.3. 4 Tabela 4: Kodiranje intervjuja UD

Št. Izjave	Enota kodiranja	Pojem	Kategorija	Nadkategorija	Tema
UD1	En čas je bilo grozno, take bolečine sem imela, pol se pa to vse skupi mal umiri ane...Zdaj pa zame ni noben problem	Na začetku je bilo grozno zaradi bolečin, sedaj pa ni nobenega problema	Spremembe v doživljanju	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost
UD2	Se tut dobro zastopimo z delavkami v domu, me imajo kar rade. Mal se pohecamo, je kar obojestransko.	Dobro medsebojno razumevanje z zaposlenimi	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	
UD3	Ne morem to jaz tega (brez pomoči)	Ne more biti brez pomoči	Potreba po pomoči	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
UD4	Ne morem se sama napraviti, ne morem nič sama. Brez pomoči sem jaz v postelji, jaz sem tetraplegik	Ne more se sama napraviti, brez pomoči je samo v postelji	Zavedanje nezmožnosti za samostojno življenje	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
UD5	Na začetku je bilo tako hudo, jaz sem pol leta sam jokala.	Na začetku je bilo težko sprejeti, pol leta je jokala	Težko sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevni opravil	
UD6	Potem pa to preboliš, pol je pa dobro...pol se pa nekaj navadiš.	Ko preboliš to, je pa dobro in se navadiš	Nujnost sprejeti dejstvo	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevni opravil	
UD7	Pol sem pa sama tut srečo imela, smo bili vsi tako radi na Soči (rehabilitaciji). To so bile take družčine, da sem jaz rekla, jaz domov ne grem.	Zaradi zaposlenih na rehabilitaciji je lažje sprejela to dejstvo	Pozitivno sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevni opravil	
UD8	Ne, ni mi bilo težko sprejeti pomoč drugega.	Ni bilo težko sprejeti pomoči	Dobro sprejetje	Sprejetje pomoči drugega	
UD9	Verjetno je bilo zaradi zdravstvenega osebja toliko lažje, res so mi pomagali in mi olajšali bivanje tam	Lažje je sprejela pomoč zaradi razumevanja zaposlenih na rehabilitaciji	Dobro sprejetje	Sprejetje pomoči drugega	
UD10	Brez pomoči sem priklenjena na posteljo	Brez pomoči ni samostojna	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	Doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k
UD11	Socialne oskrbovalke mi pomagajo pri oblačenju, na voziček	Pomoč pri oblačenju, posedanju na	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	

	mi pomagajo, kosilo mi pripeljejo	voziček, pri kosilu			občutku samostojnosti
UD12	Jem pa lahko sama še z desno roko	Samostojno prehranjevanje	Samostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
UD13	Moraš biti pozitiven.	Moraš biti pozitiven	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UD14	Seveda lahko zaradi tega sedaj kaj več naredim	Večja samostojnost zaradi pomoči	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UD15	Ja k vem, da ne morem biti, moraš to sprejeti, da potrebuješ pomoč drugega	Moraš sprejeti dejstvo, da potrebuješ pomoč drugega	Nujnost pomoči	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
UD16	Se moraš sam potruditi. Ker to je užitek, če sam narediš.	Moraš se sam potruditi biti čimbolj samostojen	Samostojnost	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UD17	Če je samo volja je drek, trma more biti, da vztrajaš.	Imeti trmo in vztrajati	Samostojnost	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UD18	Bolj kot je ne more biti.	Bolj kot je ne more biti.	Sprejetje pomoči in pozitivnost	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UD19	Sem tok notri v tem, da odpade, da bi se zaradi tega počutila manj močno ali vredno.	Ne počuti se manj vredno ali manj močno zaradi prejemanja pomoči	Občutek moči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UD20	Se pa sedaj razlikuje v vsem, prej sem lahko vse sama naredila, sedaj pa nič.	Prej je bila samostojna, sedaj ne more biti brez pomoči	Spremembe pri samostojnosti	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UD21	Jaz sem bila včasih zelo delavna, mi nobeno delo ni bilo odveč.	Aktivnost in delo pred boleznijo	Življenje pred boleznijo	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UD22	To se pomaga, pa sploh ne premišljujem zakaj pa kako.	Ljudem se pomaga brez premišljevanja zakaj in kako	Samoumevnost	Pomen izraza pomoč	
UD23	Gotovo pa lahko kaj več zaradi tega naredim.	Večja samostojnost ob pomoči	Samostojnost	Pomen izraza pomoč	
UD24	Od vseh sem zelo zadovoljna in hvaležna. Kar naredijo je dobro. Jaz sem skromna in res sem z vsem	Zadovoljstvo z vso pomočjo, ki jo nudijo in hvaležnost	Ni želja	Želja po prejemanju pomoči	Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči

	zadovoljna, kar mi pomagajo.				
UD25	Sej mi nobene reči ne manjka! Imam vsega dovolj	Vse potrebe morajo biti v življenju	Vse potrebe	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
UD26	Hvala bogu mam pa zaenkrat še tko narejen, da ne potrebujem finančne pomoči od družine, imam svoj dohodek.	Ima svoj dohodek, finančna neodvisnost	Materialne potrebe	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
UD27	Glede druženja ti bom pa tako rekla, imam tut naših kdaj čez glavo dovolj. Enkrat si sigurno vesel, ko grejo domov	Vesetje ob odhodu obiskov	Družabništvo	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
UD28	Saj vse naredijo kar je treba, sej ne vem več kaj bi morali še narediti. Mi vse prinesejo kar naročim	Naredijo vse, kar je potrebno	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	
UD29	Poleg družine so tut sestre tako fejest, se tako dobro razumemo.	Poleg družine tudi sestre v Domu	Formalna in neformalna opora	Največja opora	Formalna in neformalna opora starih ljudi
UD30	Pa sestra me tut pokliče po telefonu	Povezanost s sestro preko telefona	Neformalno druženje	Največja opora	
UD31	Pa tamale dve (op. vnukinji), sploh tamala. Je enkrat napisala, da prvo ima mene rada, potem pa mamico	Hčerka, sin, vnukinja	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
UD32	Ena medicinska sestra (iz Soče), me pride še sedaj obiskat. 40 let nazaj me je rihtala	Obisk medicinske sestre iz Soče	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
UD33	Domači mi nimajo kaj pomagati, oni me pridejo obiskati, gremo na kakšno kavo pa kakšno bleknemo	Obisk družine	Neformalno druženje	Največja opora	
UD34	Najbolj me negujejo negovalke, s tem se pravzaprav največ družim.	Zadolženost zaposlenih v Domu za pomoč in oskrbo	Formalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
UD35	Ja negovalke največ, domači pa tut kot lahko. Največkrat pridejo med vikendi, med tednom imajo vsi službe pa otroke za zrihtat	Obisk družine med vikendi	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	

UD36	vsako leto ene 2x pride za praznike. Pa na morje me je peljala enkrat, še pa še no.	Obisk medicinske sestre iz Soče 2x na leto	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
UD37	Negovalke mi vse naredijo, kar je treba. Nimam žal besede za reči.	Kvalitetno opravljeno delo s strani oskrbovalk	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UD38	Se tako trudijo, res so tako pridne, da klobuk dol.	Trud s strani oskrbovalk	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UD39	Domači pa seveda, da pridejo na obisk, da skupaj spijemo kavo in se podružimo.	Druženje in obiski domačih	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UD40	So pa tut tukaj ostale zaposlene rekle, da je težava, ker se oskrbovalke menjavajo.	Menjavanje oskrbovalk	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UD41	Je pa tut drug pogled, da se preveč ne navežeš na njih.	Navezanost na oskrbovalke	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UD42	Socialne oskrbovalke pa zelo kvalitetno opravijo delo, se ne pritožujem.	Kvalitetno opravljeno delo s strani oskrbovalk	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
UD43	Ni občutka osamljenosti	Ni občutka osamljenosti, ker	Doživljanje osamljenosti	Osamljenost	
UD44	Imam dovolj ljudi, čisto tok kot hočem	Ima veliko ljudi okoli sebe	Odsotnost stikov/pogrešanje	Osamljenost	

9.3. 5 Tabela 5: Kodiranje intervjuja DE

Št. Izjave	Enota kodiranja	Pojem	Kategorija	Nadkategorija	Tema
DE1	Brez te pomoči na samem začetku ne veš, kaj početi	Brez pomoči ne veš, kaj početi	Nujnost pomoči	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost
DE2	Ko pa sem dobila pomoč je pa začel tako laufat, tok je šlo	Pozitivno sprejetje in spremembe ob prejetju pomoči	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	
DE3	Brez te pomoči bi bil hudir.	Ne more biti brez pomoči	Potreba po pomoči	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
DE4	Ta pomoč mi ni nič v napoto, vse samo dobro.	Pomoč ji ni v napoto	Pozitivno sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
DE5	Jaz sem si na začetku samo želela umreti, brez te pomoči nebi bila tukaj, kjer sem sedaj	Ko ni bilo pomoči si je želela umreti, pomoč je	Težko sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja	

		obogatila življenje		vsakodnevnih opravil	
DE6	Bilo je težko sprejeti to, sedaj sem pa tako hvaležna, da prihajajo te punce (op. socialne oskrbovalke) k meni.	Na začetku je bilo težko sprejeti, sedaj je hvaležna za pomoč	Težko sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
DE7	Sploh mi ni bilo težko sprejeti pomoči, vse te punce so res enkratne.	Ni bilo težko sprejeti pomoči zaradi oskrbovalk	Dobro sprejetje	Sprejetje pomoči drugega	
DE8	Ja sedaj sem se toliko rehabilitirala, da lahko skoraj vse sama delam.	Po rehabilitaciji lahko skoraj vse dela sama	Samostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
DE9	Oblacim se sama, hranim, umijem s pomočjo moža, na stranišče grem sama.	Samostojnost pri hranjenju in osebni higieni	Samostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
DE10	Edino kuham pa ne. To nama pa prinesejo.	Prinašanje kosila	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
DE11	Pomoč mi je obogatila življenje, mi je	Pomoč je obogatila življenje	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
DE12	Brez tega pravim jaz, ne bi bila tako samostojna, kot sem sedaj.	Večja samostojnost zaradi pomoči	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
DE13	Ne ne, je ta pomoč zelo potrebna.	Pomoč je zelo potrebna	Nujnost pomoči	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
DE14	Brez pomoči drugih, nebi mogla nič sama narediti.	Ne morem, da ne bi imela pomoči	Nujnost pomoči	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
DE15	Na začetku sem se počutila nemočno ja...zakaj moram jaz imeti pomoč, sem se čutila tako	Na začetku se je počutila nemočno	Občutek nemoči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
DE16	Pa sem možu rekla, jaz sem tvoja nadloga, pa je reku kakšna nadloga, ti si moja žena!	Imela je občutek, da je možu nadloga	Občutek odvečnosti ob neformalni podpori	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
DE17	Sem pa ogromno sama pomagala pri vsem.	Sama pomagala pri pomoči	Samoiniciativnost	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
DE18	Je pa res, da imam zlatega moža.	Hvaležnost možu	Hvaležnost	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	

Doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti

DE19	Moje življenje je bilo pred prejemanjem pomoči zelo kvalitetno	Kvalitetno življenje	Življenje pred boleznijo	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DE20	Jaz sem bila aktivna, sem vrt rihtala.	Aktivnost, urejanje vrta	Spremembe pri samostojnosti	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DE21	Predvsem sva se pa z možem še bolj povezala	Večja povezanost z možem	Življenje po bolezni	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DE22	Prej sem nonstop hitela, nikoli se nisem ustavila. Po 5x na dan sem kuhala kosilo za svoje domače.	Hitenje, 5x na dan kuhala kosilo	Življenje pred boleznijo	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DE23	Zdaj pa znam v miru kosilo jesti, pa bolj cenim trenutke.	Ni hitenja, zna ceniti trenutke	Življenje po bolezni	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DE24	Pomoč mi pomeni, da sem očiščena, da sem čista, da mi dajo tisto, kar je potrebno, da sem sita, vse tiste življenjske potrebe	Čistoča, urejenost, hranjenje	Zadovoljevanje življenjskih potreb	Pomen izraza pomoč	Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči
DE25	Od domačih pomoč sem res vesela.	Veseli ob pomoči domačih	Neformalna oskrba	Želja po prejemanju pomoči	
DE26	Tut socialnih oskrbovalk sem zelo vesela, ker so vse tako srčne.	Veseli ob pomoči socialnih oskrbovalk	Formalna oskrba	Želja po prejemanju pomoči	
DE27	Denarja jaz nobenega ne rabim	Denarja ne potrebujem	Materialne potrebe	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
DE28	imam raje, da imam ljudi okoli sebe. Sej imava vsak dan polno hišo domačih! Kaj bi si sploh lahko še želela...	Rada ima ljudi okoli sebe	Družabništvo	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
DE29	Kar mi zdele pomagajo, je več kot odlično. Vse naredijo, pa še mnogo več kar jaz pričakujem	Naredijo vse, kar je potrebno	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	
DE30	Je pa seveda vedno manj treba, ker sama	Manjša pričakovanja,	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	

	toliko sodelujem. Sedaj grem že na wc lahko sama, se malo umijem, pomagam pri kuhanju,...	ker lahko več stvari sedaj naredi sama			
DE31	Prav gotovo sin, ki ima še pa še energije, njegova žena, ki je imela tudi enake primere doma s strani babic, pa vnučki	Sin, snaha in vnučki	Neformalna opora	Največja opora	Formalna in neformalna opora starih ljudi
DE32	Prav gotovo mi je bil pa v največjo oporo mož. Tudi pri osebni higieni ni imel ne mož ne sin nobenega pomisleka proti meni.	Mož	Neformalna opora	Največja opora	
DE33	Ja predvsem družina (mož, sin, snaha, vnuki,...)/	Družina: mož, sin, snaha in vnuki	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
DE34	Prijateljice me tudi velikokrat pokličejo, pa ena sodelavka se tudi velikokrat oglasi, ko gre v mesto.	Prijateljice (telefonski pogovor) in obisk sodelavke	Neformalno druženje	Značilnosti socialnega omrežja	
DE35	Socialne oskrbovalke so mi pomagale predvsem takrat, ko je bilo to zaradi kapi najbolj potrebno, da so me spravile k sebi (umivanje, preoblačenje,...)	Pomoč socialnih oskrbovalk pri osebni higieni in negi	Formalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
DE36	Družina pa poleg teh osnovnih stvari mi stoji ob strani	Družina ji stoji ob strani	Neformalna emocionalna opora	Največja opora	
DE37	Takoj po kapi sem imela pomoč vsak dan, razen ob vikendi sem mogoče kakšen termin predstavila	Vsakodnevna pomoč socialnih oskrbovalk	Formalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
DE38	Od družine pa tudi vsak dan.	Vsakodnevni obiski družine	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
DE39	Sin mi je na začetku nudil tudi osebno higieno.	Sin je nudil osebno higieno	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DE40	Socialne oskrbovalke pa imajo že v sebi ta socialni čut.	Socialne oskrbovalke imajo socialni čut	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DE41	Vse socialne oskrbovalke so prišle s tako pozitivno energijo	Pozitivna energija socialnih oskrbovalk	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DE42	Pa tega sploh ni želela slišat, pa sem s pomočjo	Prizadevanje za napredek s	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	

	Marine vsako jutro hodila	strani socialnih oskrbovalk			
DE43	Že zaradi teh punc (op. socialnih oskrbovalk) sem bila pripravljena toliko sama narediti, da lahko sedaj kolikor toliko samostojno živim	Zaradi socialnih oskrbovalk lahko sedaj bolj samostojno živi	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DE44	Sedaj čisto vse naredi, kar so prej socialne oskrbovalke naredile, še skopati mi pomaga	Mož sedaj opravlja delo namesto socialnih oskrbovalk	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DE45	Lahko pa doma bolj »pokomandiraš«, ko ti kaj ni všeč.	Doma lahko bolj "komandiraš"	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DE46	Seveda so one tudi bolj strokovne, pa spodbujale so me	Kvalitetno opravljeno delo s strani oskrbovalk	Prednosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DE47	Osamljeno se nisem nikoli počutila, sem pa vedno imela občutek, zakaj moram biti v napoto.	Nikoli ni bilo občutka osamljenosti, bolj občutek odvečnosti	Doživljanje osamljenosti	Osamljenost	

9.3. 6 Tabela 6: Kodiranje intervjuja DF

Št. Izjave	Enota kodiranja	Pojem	Kategorija	Nadkategorija	Tema
DF1	Seveda mi je dobro, da imam še pomoč drugega.	Pomoč drugega je dobra	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost
DF2	Že zaradi starosti potrebujem pomoč	Pomoč zaradi starosti	Potreba po pomoči	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
DF3	Mislim, da mi pomoč nič ni v napoto, zelo prav pride.	Pomoč pride zelo prav, ni v napoto	Potreba po pomoči	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
DF4	Če nebi imela pomoči bi bila priklenjena na posteljo.	Brez pomoči bi bila priklenjena na posteljo	Zavedanje nezmožnosti za samostojno življenje	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
DF5	Ni mi bilo težko sprejeti to	Ni bilo težko sprejeti	Pozitivno sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
DF6	Moraš sprejeti, se prepričati, da zaradi tega ni vsega konec.	Prepričanje, da zaradi nesamostojnosti ni vsega konec	Pozitivno sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	

DF7	Ja, moraš sprejeti. Ko si enkrat na vozičku, si prikrajšan za dosti stvari, nisi več tako samostojen.	Sprejetje zaradi starosti in invalidnosti	Nujnost sprejeti pomoč	Sprejetje pomoči drugega	Doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti
DF8	Ja nisem samostojna, sem vezana uglavnom na posteljo brez pomoči	Brez pomoči ni samostojna	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
DF9	Socialna oskrbovalka me jutraj pomaga dati na voziček in da jutranjo nego.	Pomoč pri posedanju na voziček, jutranji negi	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
DF10	Zajtrk si še sama pripravim.	Priprava zajtrka	Samostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
DF11	Ob pomoči se počasneje slabša moje zdravstveno stanje	Zaradi pomoči se počasneje slabša zdravstveno stanje	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
DF12	Zaradi te pomoči omogočeno tudi, da se vsak dan s pomočjo hojice in socialne oskrbovalke lahko malo sprehodim	Večja samostojnost (ob pomoči vsak dan hodi)	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
DF13	Po pravici povedano, nebi nič spreminjala. Tako pomoč kot sedaj prejemam nujno potrebujem.	Pomoč je zelo potrebna	Nujnost pomoči	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
DF14	Ja, uglavnom nimam nobenega minimalnega odpora do te ureditve pri nas, nimam.	Nima odpora do pomoči	Sprejetje pomoči in pozitivnost	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
DF15	Jaz zelo pozitivno gledam na to	Pozitivno gleda na pomoč	Zadovoljstvo ob prejemanju pomoči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
DF16	Sigurno mi pa pomeni, da lahko ostanem doma.	Razlog, da lahko ostane doma	Zadovoljstvo ob prejemanju pomoči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
DF17	Če nebi takrat našli pomoči na domu, bi odšla takoj v dom upokojencev.	Če ne bi našli pomoči bi odšla v dom upokojencev	Pomen pomoči	Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih	
DF18	10 let sem bila brez noge in razmeroma samostojna	Razmeroma samostojna	Življenje pred boleznijo	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DF19	Tudi razbremenim družino s pomočjo socialne oskrbovalke.	Pomoč socialnih oskrbovalk razbremeni družino	Življenje po bolezni	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
DF20	Neke velike razlike ni, predvsem mi je ta pomoč v veliko korist.	Lahko ostane v domačem okolju	Spremembe	Razlikovanje življenja pred in	

	Predvsem zato, da lahko ostanem doma.			po prejemanju pomoči	
DF21	Pomoč mora biti in nimaš kej.	Mora biti v starosti	Nujnost v starosti	Pomen izraza pomoč	
DF22	In posledično kot večja samostojnost.	Večja samostojnost ob pomoči	Samostojnost	Pomen izraza pomoč	
DF23	Pomoč meni veliko pomeni, da imam nekoga ob sebi, ki mi pomaga, da lahko opravljam tudi vsakodnevne stvari.	Imeti nekoga ob sebi, da lahko sama opravlja vsakodnevne stvari	Samostojnost	Pomen izraza pomoč	
DF24	Si pa želim, da je pomoč tudi obojestranska, zato tudi pomagam pri pripravi kosila za domače, pripravim zelenjavo. Tako se počutim še koristna.	Želja po obojestranski pomoči (priprava kosila)	o Obojestranska pomoč	Želja po prejemanju pomoči	Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči
DF25	Ja, da bi čim dlje hodile socialne oskrbovalke k meni, da razbremenim sina in družino	Oskrba socialnih oskrbovalk zaradi razbremenitve družine	Formalna oskrba	Želja po prejemanju pomoči	
DF26	Tudi brez hrane bi preživela, samo da je kdo za družbo.	Družabništvo, da ni osamljenosti	Družabništvo	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
DF27	Od svojih domačih nič ne pričakujem	Nič ne pričakuje	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	
DF28	ne želim si nekega povečanega angažmaja, je že ta kar velik. Tako da, sej pravim, nimam pričakovanj in sem zadovoljna s tem kar mi dajejo in mi pomagajo. Oni imajo še vsi svojo službo.	Ni velikih pričakovanj zaradi zasedenosti svojcev	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	
DF29	Ja družina, seveda. Hči je 25 km oddaljena sicer, ampak imam tako urejeno, da sem en teden doma pri sinu, en teden pa pri njej.	Družina	Neformalna opora	Največja opora	Formalna in neformalna opora starih ljudi
DF30	Hči se zelo angažira okoli prebave.	Angažiranost hčerke pri njeni prebavi	Neformalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
DF31	Ja predvsem sin in hčerka največ skrbita zame	Skrb sina in hčerke	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	

DF32	Veliko pomoči dobim tudi od snahe in vnuka, ki živita tukaj.	Pomoč snahe in vnukinje	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
DF33	Vnukinja mi pride vsako jutro na hitro zamenjati plenico in tablete mi da.	Vnukinja vsakodnevno zamenja plenico in da tablete	Neformalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
DF34	Ja sigurno je to moja družina, ki je ves čas ob meni	Družina ji stoji ob strani	Neformalna emocionalna opora	Največja opora	
DF35	Socialna oskrbovalka mi nudi še nego, osebno higieno,...	Pomoč socialnih oskrbovalk pri osebni higieni in negi	Formalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora	
DF36	Delno mi pomoč nudi socialna oskrbovalka, tisto uro in pol dnevno.	Vsakodnevna pomoč socialnih oskrbovalk	Formalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
DF37	Sin mi je pa skoraj ves dan na razpolago	Sin je ves dan na voljo	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
DF38	Sem pa vsak drug teden pri hčeri	Vsak drugi teden je pri hčerki	Neformalna pogostost stikov	Značilnosti socialnega omrežja	
DF39	Je pa pomoč oskrbovalke velika pomoč predvsem za moje domače, jih razbremeni	Razbremenitev družine	Prednost formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DF40	Prednost domače oskrbe je predvsem to, da imaš vsak trenutek na razpolago tisto, kar rabiš.	Družina je vedno na voljo	Prednost neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DF41	...ne morem splanirati toliko časa, da sem tako svobodna, kot pri tem, če je nekdo doma, kot moj sin.	Večja svoboda zaradi stalne prisotnosti sina	Prednost neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DF42	Super je tudi to, da lahko pridejo celo 3x na dan.	Socialne oskrbovalke pridejo večkrat na dan	Prednost formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DF43	Socialna oskrbovalka prihaja vedno ob uri, ko smo dogovorjeni.	Točnost socialnih oskrbovalk	Prednost formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DF44	socialna oskrbovalka pomaga narediti štrudelj, sem ji zelo hvaležna za to pomoč. Takrat se mi dvigne samozavest, ko vidim, da lahko še naredim štrudelj	Pomoč socialne oskrbovalke pri peki štrudlja	Prednost formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DF45	Pri socialnih oskrbovalkah je delo toliko omejen, kot je omejen čas.	Omejen čas socialnih oskrbovalk	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	

DF46	...je kakšna socialna oskrbovalka svojeglava in želi po svoje narediti	Svoje glavost socialnih oskrbovalk	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DF47	...kakšna od negovalk imam občutek, da bi želela še kaj narediti pa še sprašujejo.	Delavnost socialnih oskrbovalk	Prednost formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe	
DF48	Ne nikoli	Ni občutka osamljenosti	Doživljanje osamljenosti	Osamljenost	
DF49	Imam toliko ljudi okoli sebe, mogoče je prednost v tem, da sem ostala doma in nisem šla v Dom	Ima veliko ljudi okoli sebe	Odsotnost stikov/pogrešanje	Osamljenost	

9.3. 7 Tabela 7: Kodiranje intervjuja UG

Št. Izjave	Enota kodiranja	Pojem	Kategorija	Nadkategorija	Tema
UG1	Zelo veliko mi pomeni, da mi pomagajo.	Pomoč ji veliko pomeni	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	Doživljanje pomoči drugega kot lastna nemoč in osebna šibkost
UG2	Ta pomoč je zelo dobrodošla.	Pomoč je dobrodošla	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugega v času bolezni	
UG3	Ne, ta pomoč zdaj mi ni nič v napoto	Pomoč ni v napoto	Nujnost pomoči	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
UG4	Saj veliko stvari še sama naredim, sam se matram pri nekaterih stvareh, nebi zmogla čisto sama	Nekaterih stvari ne bi zmogla sama, brez pomoči	Zavedanje nezmožnosti za samostojno življenje	Predstavljanje življenja brez pomoči drugih	
UG5	Zelo hudo je bilo, ampak sem morala sprejeti.	Bilo je hudo, ampak je morala sprejeti	Nujnost sprejeti dejstvo	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
UG6	Težko je bilo tudi zapustiti domače okolje in priti v dom.	Težko je bilo zapustiti dom	Težko sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
UG7	Težko mi je bilo sprejeti pomoč drugega	Težko sprejeti pomoč drugega	Težko sprejetje	Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil	
UG8	Res mi je bilo težko sprejeti pomoč drugega.	Težko je bilo sprejeti pomoč drugega	Težko sprejetje	Sprejetje pomoči drugega	

UG9	Ja sej tko kot sem rekla, doma sta mi hčerka pa vnukinja pomagale obleči pa sleči, tukaj mi pa medicinske sestre pomagajo	Pomoč pri oblačenju in slačenju	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	Doživljanje pomoči drugega kot pomemben doprinos k občutku samostojnosti
UG10	...posteljo mi preoblečejo, pospravijo in po tleh pomijejo	Pomoč pri preoblačenju postelje, pospravljanju sobe	Nesamostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
UG11	Jem tudi še lahko sama	Samostojno prehranjevanje	Samostojnost	Stopnja samostojne skrbi zase	
UG12	...ja boljše je, če ti eden pomaga ane	Boljše je sedaj, ko prejema pomoč	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UG13	Se ne matraš, pa hitreje narediš ane. Sedaj lahko več stvari naredim.	Večja samostojnost zaradi pomoči	Pozitivno doživljanje	Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja	
UG14	Ja pomoč mi je zelo dobrodošla, samo, če so domači, da mi oni pomagajo.	Dobrodošla samo pomoč s strani domačih	Zadovoljstvo ob prejemanju pomoči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UG15	Zaradi tega se ne počutim nemočne	Zaradi pomoči se ne počuti nemočne	Občutek moči	Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga	
UG16	Prej ko sem bila doma in ko sem še lahko kuhala in imela vnuke, so hodili k meni na obisk	Kuhanje, obisk vnukov	Življenje pred boleznijo	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UG17	Ne mislim, da je zaradi te pomoči bolj kvalitetno. Ko sem bila doma, je bilo moje življenje bolj kvalitetno.	Bolj kvalitetno življenje v domačem okolju	Spremembe	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UG18	Če bi lahko spremenila, bi takoj spremenila zdravje, bolezen pa na splošno stanje. Da bi bila bolj samostojna	Želela bi biti bolj samostojna in imeti zdravje	Spremembe pri samostojnosti	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UG19	Pa najraje bi bila doma, v domačem okolju	Želela bi biti v domačem okolju	Življenje po bolezni	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	
UG20	V tem se razlikuje, da se počutiš manjvrednega.	Počutiš se manjvrednega	Spremembe	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	

UG21	Drugače je, prej sem lahko še hodila sem pa tja recimo, zdaj pa nikamor več ne morem. Za vnuke ne morem skrbeti, otroci morajo zame doplačevati pomoč drugih.	Prej je lahko hodila, skrbela za vnuke, bila finančno neodvisna, sedaj ne več	Spremembe	Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči	Pričakovanja in želje starih ljudi po prejemanju pomoči
UG22	Ko si v Domu jo kar sprejmeš, lahko še več stvari sama naredim, ker mi pomagajo te sestre tukaj.	Večja samostojnost ob pomoči	Samostojnost	Pomen izraza pomoč	
UG23	Ja želim si prejemati pomoč od domačih, od svoje hčerke pa vnukinje. Da mi domači pomagajo, drugače pa ne.	Prejemanje pomoči s strani svojcev	Neformalna oskrba	Želja po prejemanju pomoči	
UG24	Saj od materialnih stvari nič ne potrebujem	Ne potrebuje	Materialne potrebe	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
UG25	...sem bolj vesela obiska vnukov in hčerke.	Obiski domačih	Družabništvo	Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva	
UG26	Svojci dovolj naredijo, nimam nobenih posebnih pričakovanj.	Naredijo vse, kar je potrebno	Ni pričakovanj	Pričakovanja do svojcev	Formalna in neformalna opora starih ljudi
UG27	Hčerka mi je v največjo oporo.	Hči	Neformalna opora	Največja opora	
UG28	Ja moji domači, predvsem hčerka in vnukinja	Hči in vnuki	Neformalna omrežja	Značilnosti socialnega omrežja	
UG29	Sin živi pa na Kanarskih otokih, se pa bolj po telefonu slišiva, kdaj se še vidimo preko telefona	Povezanost s sinom preko telefona	Neformalno druženje	Značilnosti socialnega omrežja	
UG30	Z ostalimi v domu se pa ne družim, se mi ne da.	V Domu se ne družim s sostanovalci	Neformalno druženje	Značilnosti socialnega omrežja	
UG31	Ostali prijatelji pa ne povem kje sem.	Prijateljem ne povem kje je	Neformalno druženje	Značilnosti socialnega omrežja	
UG32	Najbolj hčerka skrbi zame.	Skrb hčerke	Neformalna emocionalna opora	Največja opora	

UG33	Vnukinja mi tudi velikokrat pomaga	Pomoč vnukinje	Neformalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora
UG34	Zdaj prideta pa k meni na obisk pa se pogovarjamo.	Obiski hčerke in vnukov	Neformalno druženje	Največja opora
UG35	Položnice so že tako velike, sama pa nimam tako velike pokojnine...mi mora hčerka pomagati	Pomoč hčerke pri financiranju Doma	Neformalna instrumentalna (materialna) opora	Največja opora
UG36	Vnukinja skoraj vsak dan pride, ker je tukaj blizu doma. Hčerka pa tudi skoraj vsak dan	Vsakodnevni obisk hčerke in vnukinje	Neformalna pogostost obiskov	Značilnosti socialnega omrežja
UG37	Sin je v tujini, se slišiva 1x na teden	1x tedenski telefonski pogovor s sinom	Neformalna pogostost obiskov	Značilnosti socialnega omrežja
UG38	Pa vnuka me prideta parkrat na mesec tudi pogledati.	Obisk vnuka nekajkrat mesečno	Neformalna pogostost obiskov	Značilnosti socialnega omrežja
UG39	Ja, tukaj so take prednosti, da te lahko oni skopajo...pomagajo obleči in zjutraj sleči, pa tako naprej	V Domu ji nudijo pomoč pri urejanju in osebni higieni	Prednosti formalna oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe
UG40	Kuhati ti ni treba, dobiš hrano.	Ni potrebno kuhati	Prednosti formalna oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe
UG41	Slabost je pa to, da je drugače kot doma, se ne počutim tako dobro kot doma	V Domu ni domačnosti	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe
UG42	Me tudi vsako nedeljo odpelje domov na kosilo.	Nedeljska kosila pri hčerki doma	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe
UG43	Zaposleni v domu nimajo veliko časa. Bi se rada kdaj pogovarjala pa imajo preveč dela in morajo pohiteti.	Zaposleni nimajo veliko časa za pogovor, hitijo in imajo preveč dela	Slabosti formalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe
UG44	Mi je tudi doma pomagala pri kopanju, pa vse nohte postrizje pa glavo umije	Hči ji pomaga pri kopanju in postrizje nohte	Prednosti neformalne oskrbe	Prednosti in slabosti oskrbe
UG45	Ne	Ni občutka osamljenosti	Doživljanje osamljenosti	Osamljenost
UG46	...imam dovolj obiskov	Veliko obiskov v Domu	Odsotnost stikov/pogrešanje	Osamljenost

9.4. Osno kodiranje

TEMA: DOŽIVLJANJE POMOČI DRUGEGA KOT LASTNA NEMOČ IN OSEBNA ŠIBKOST

- **Doživljanje pomoči drugega v času bolezni**
 - Nujnost pomoči:
 - Nima izbire (DA1)
 - Sama ne bi zmogla (UB2)
 - Brez pomoči ne veš, kaj početi (DE1)
 - Prošnja po pomoči:
 - Mora prositi za pomoč (DA2)
 - Pomoč kot dodatna moč:
 - Kot pomoč ne kot nemoč (DA3)
 - Pozitivno doživljanje:
 - Ne jemlje slabo te pomoči (UB1)
 - Dobro medsebojno razumevanje z zaposlenimi (UD2)
 - Pozitivno sprejetje in spremembe ob prejetju pomoči (DE2)
 - Pomoč drugega je dobra (DF1)
 - Pomoč ji veliko pomeni (UG1)
 - Pomoč je dobrodošla (UG2)
 - Neodločenost:
 - Dobro, včasih je bolje, včasih je slabše (UC1)
 - Pomankanje časa za pomoč in pogovor:
 - Zaposleni pomagajo ko imajo čas, časa je pa premalo. Želja po pogovoru. (UC2)
 - Spremembe v doživljanju:
 - Na začetku je bilo grozno zaradi bolečin, sedaj pa ni nobenega problema (UD1)
- **Predstavljanje življenja brez pomoči drugih**
 - Želja po samostojnosti:
 - Rada bi se sama urejala (DA4)
 - Zavedanje nezmožnosti za samostojno življenje:
 - Poškodba roke (DA5)
 - Nezmožnost samostojnega tuširanja (UB4)
 - Ne more sama vstati iz postelje. Potrebuje nekoga, da pomaga (UC4)
 - Ne more se sama napraviti, brez pomoči je samo v postelji (UD4), (DF4)
 - Nekaterih stvari ne bi zmogla sama, brez pomoči (UG4)
 - Potreba po pomoči:
 - Potrebuje to pomoč (DA6), (UB3)
 - Ne more biti brez pomoči (UC3), (UD3), (DE3)
 - Pomoč zaradi starosti (DF2)
 - Pomoč pride zelo prav, ni v napoto (DF3)
 - Pomoč ni v napoto (UG3)
- **Sprejetje dejstva o nezmožnosti samostojnega opravljanja vsakodnevnih opravil**
 - Nujnost sprejeti dejstvo:
 - Moraš sprejeti in iti naprej (DA7)
 - Moraš sprejeti in se navaditi, da nisi več samostojen (UC5)
 - Ko preboliš to, je pa dobro in se navadiš (UD6)
 - Bilo je hudo, ampak je morala sprejeti (UG5)
 - Pozitivno sprejetje:
 - Pozitivno sprejema "invalidnost" (DA8)
 - Kasneje se moraš sprijazniti in ne smeš se smiliti sam sebi (UB6)
 - Zaradi zaposlenih na rehabilitaciji je lažje sprejela to dejstvo (UD7)
 - Pomoč ji ni v napoto (DE4)
 - Ni bilo težko sprejeti (DF5)
 - Prepričanje, da zaradi nesamostojnosti ni vsega konec (DF6)
 - Brez obremenjevanja:

- Ne sekira se več (DA9)
- Težko sprejetje:
- Težko je sprejeti dejstvo (UB5)
- Težko sprejeti, da ni mogla več hoditi (UC6)
- Na začetku je bilo težko sprejeti, pol leta je jokala (UD5)
- Na začetku je bilo težko sprejeti, sedaj je hvaležna za pomoč (DE6)
- Ko ni bilo pomoči si je želela umreti, pomoč je obogatila življenje (DE5)
- Težko je bilo zapustiti dom (UG6)
- Težko sprejeti pomoč drugega (UG7)
- Pomoč povezana s starostjo:
- To je starost (UB7)
- Sramežljivost:
- Ni dober občutek, ko te pri mizi gledajo, da nisi več samostojen pri jedi (UC7)
- **Sprejetje pomoči drugega**
 - Nujnost sprejeti pomoč:
 - Moraš sprejeti (DA10)
 - Brez pomoči ni mogla več, je morala sprejeti pomoč (UB8)
 - Sprejetje zaradi starosti in invalidnosti (DF7)
 - Dobro sprejetje:
 - Lažje sprejeti zaradi prijaznosti oskrbovalk (DA11), (DE7)
 - Lažje sprejetje pomoči zaradi družine, ki ji pomaga (UB9)
 - Ni bilo težko sprejeti pomoči (UD8)
 - Lažje je sprejela pomoč zaradi razumevanja zaposlenih na rehabilitaciji (UD9)
 - Težko sprejetje:
 - Težko je sprejeti, da nisi več sam za vse (UB8)
 - Težko je bilo sprejeti pomoč drugega (UG8)

TEMA: DOŽIVLJANJE POMOČI DRUGEGA KOT POMEMBEN DOPRINOS K OBČUTKU SAMOSTOJNOSTI

- **Stopnja samostojne skrbi zase**
 - Nesamostojnost:
 - Osebna higiena ob pomoči socialnih oskrbovalk (DA12)
 - Pomoč pri umivanju (UB11)
 - Pomoč pri oblačenju in posedanju (UC9)
 - Pomoč pri oblačenju, posedanju na voziček, pri kosilu (UD10)
 - Pomoč pri posedanju na voziček, jutranji negi (DF9)
 - Pomoč pri oblačenju in slačenju (UG9)
 - Prinašanje kosila (DE10)
 - Pomoč pri preoblačenju postelje, pospravljanju sobe (UG10)
 - Brez pomoči ni samostojna (UD10), (DF8)
 - Samostojnost:
 - Samostojno prehranjevanje (DA13), (UD12), (UG11)
 - Priprava zajtrka (DF10)
 - Samostojnost pri oblačenju in hranjenju, hoja do jedilnice s pomočjo hojice (UB)
 - Samostojnost pri hranjenju in osebni higieni (UC10), (DE9)
 - Po rehabilitaciji lahko skoraj vse dela sama (DE8)
- **Doživljanje pomoči drugih glede na spremembo zdravstvenega stanja**
 - Pozitivno doživljanje:
 - Dobrodošla pomoč zaradi urejenosti in kosila (DA14)
 - Dobrodošla pomoč zaradi urejenosti in posedanja na voz (UC12)
 - Boljše je sedaj, ko prejema pomoč (UB12), (UG12)
 - Pomoč je obogatila življenje (UB13), (UC11), (DE11)
 - Moraš biti pozitiven (UD13)
 - Večja samostojnost zaradi pomoči (UD14), (DE12), (DF12), (UG13)

- Zaradi pomoči se počasneje slabša zdravstveno stanje (DF11)
- **Počutje starih ljudi v primeru, da ne bi imeli pomoči drugih:**
 - Želja po samostojnosti:
 - Želja biti brez pomoči zaradi samostojnosti (DA15)
 - Nujnost pomoči:
 - Ne želi si biti brez pomoči in o tem ne razmišlja, ker jo potrebuje (UB14)
 - Ne morem, da ne bi imela pomoči (UC13), (DE14)
 - Moraš sprejeti dejstvo, da potrebuješ pomoč drugega (UD15)
 - Pomoč je zelo potrebna (DE13), (DF13)
 - Pomen pomoči:
 - Če ne bi našli pomoči bi odšla v dom upokojencev (DF17)
- **Počutje starih ljudi, ko imajo ob sebi nekoga, ki mu pomaga**
 - Sprejetje pomoči in pozitivnost:
 - Sprejeti pomoč in pozitivno naprej (DA16)
 - Nima odpora do pomoči (DF14)
 - Bolj kot je ne more biti (UD18)
 - Občutek moči:
 - Ni občutka nemoči zaradi pomoči (DA17), (UB15), (UG15)
 - Ne počuti se manj vredno ali manj močno zaradi prejemanja pomoči
 - Zadovoljstvo ob prejemanju pomoči:
 - Zadovoljstvo, da je lahko v Domu in prejema pomoč (UB20), (UC14)
 - Pozitivno gleda na pomoč (DF15)
 - Razlog, da lahko ostane doma (DF16)
 - Dobrodošla samo pomoč s strani domačih (UG14)
 - Samostojnost:
 - Lahko več stvari dela in večja samostojnost (UC15)
 - Moraš se sam potruditi biti čimbolj samostojen (UD16)
 - Imeti trmo in vztrajati (UD17)
 - Občutek odvečnosti ob neformalni podpori:
 - Doma ima vsak svoj del in se počutiš odveč (UC16)
 - Imela je občutek, da je možu nadloga (DE16)
 - Občutek nemoči:
 - Na začetku se je počutila nemočno (DE15)
 - Samoiniciativnost:
 - Sama pomagala pri pomoči (DE17)
 - Hvaležnost:
 - Hvaležnost možu (DE18)
- **Razlikovanje življenja pred in po prejemanju pomoči**
 - Spremembe:
 - Prej je hodila na izlete, zdaj ne več (DA18)
 - Počutiš se manjvrednega (UG20)
 - Prej je lahko hodila, skrbela za vnuke, bila finančno neodvisna, sedaj ne več (UG21)
 - Lahko ostane v domačem okolju (DF20)
 - Bolj kvalitetno življenje v domačem okolju (UG17)
 - Življenje po bolezni:
 - Nikoli ni dolgočas, doma je dosti dela (DA19)
 - Večja povezanost z možem (DE21)
 - Ima veliko prijateljev in obiskov (DA20)
 - Gledanje televizije (UC19)
 - Najraje je sama (UC20)
 - Ni hitenja, zna ceniti trenutke (DE23)
 - Pomoč socialnih oskrbovalk razbremeni družino (DF19)
 - Želela bi biti v domačem okolju (UG19)

- Spremembe pri samostojnosti:
- Prej kuhanje, sedaj ne več (DA21)
- Prej je bila samostojna, sedaj ne more biti brez pomoči (UD20)
- Včasih je klekljala sedaj nima več moči (UC21)
- Samostojnost pri umivanju in pomoč pri kopanju, tuširanju (UB21)
- Aktivnost, urejanje vrta (DE20)
- Želela bi biti bolj samostojna in imeti zdravje (UG18)
- Življenje pred boleznijo:
- Predno ni imela okvare kolena je bila zelo samostojna (UB19)
- Aktivnost in delo pred boleznijo (UC17), (UD21)
- Pomoč hčerki, varstvo otrok (UC18)
- Kuhanje, obisk vnukov (UG16)
- Hitenje, 5x na dan kuhala kosilo (DE22)
- Razmeroma samostojna (DF18)
- Kvalitetno življenje (DE19)
- **Pomen izraza pomoč**
 - Nujnost v starosti:
 - Mora biti v starosti (DA22), (DF21)
 - Samostojnost:
 - Večja samostojnost ob pomoči (UB22), (UD23), (DF22), (UG22)
 - Veselje in samostojnost ob pomoči (UC22)
 - Imeti nekoga ob sebi, da lahko sama opravlja vsakodnevne stvari (DF23)
 - Samoumevnost:
 - Ljudem se pomaga brez premišljevanja zakaj in kako (UD22)
 - Zadovoljevanje življenjskih potreb:
 - Čistoča, urejenost, hranjenje (DE24)

TEMA: PRIČAKOVANJA IN ŽELJE STARIH LJUDI PO PREJEMANJU POMOČI

- **Želja po prejemanju pomoči**
 - Formalna oskrba:
 - S strani socialne oskrbovalke (DA23)
 - Veselje ob pomoči socialnih oskrbovalk (DE26)
 - Oskrba socialnih oskrbovalk zaradi razbremenitve družine (DF25)
 - V Domu zaposleni lepo poskrbijo zanje (UC23)
 - Druženje:
 - Pogovor s sosedo (DA24)
 - Druženje s prijatelji (DA25)
 - Želja po več družbe (UC25)
 - Neformalna oskrba:
 - Prejemanje pomoči s strani svojcev (UB23), (UG23)
 - Veselje ob pomoči domačih (DE25)
 - Ni želja:
 - Hčerka ima službo in ne more zahtevati preveč pomoči (UC24)
 - Zadovoljstvo z vso pomočjo, ki jo nudijo in hvaležnost (UD24)
 - Obojestranska pomoč:
 - Želja po obojestranski pomoči (priprava kosila) (DF24)
- **Pomen zadovoljevanja materialnih potreb, emocionalne opore in družabništva**
 - Materialne potrebe:
 - Urejene materialne potrebe zaradi samostojnega financiranja (DA26), (UB25)
 - Ima svoj dohodek, finančna neodvisnost (UD26)
 - Denarja ne potrebujem (DE27), (UG24)
 - Vse potrebe:
 - Vse potrebe morajo biti v življenju (UB24), (UD25)
 - Družabništvo:

- Družabništvo, da ni osamljenosti (UB26), (DF26)
- Družabništvo zaradi depresije v preteklosti (UC26)
- Veselje ob odhodu obiskov (UD27)
- Rada ima ljudi okoli sebe (DE28)
- Obiski domačih (UG25)
- **Pričakovanja do svojcev**
 - Ni pričakovanj:
 - Ni velikih pričakovanj zaradi zasedenosti svojcev (DA27), (UC27), (DF28)
 - Ne želi biti v breme (DA28)
 - Naredijo vse, kar je potrebno (UD28), (DE29), (UG26)
 - Manjša pričakovanja, ker lahko več stvari sedaj naredi sama (DE30)
 - Nič ne pričakuje (DF27)
 - Druženje:
 - Zadovoljstvo, da ima svojce s katerimi se dobro razume in radi pridejo na obisk (UB27)
 - Veselje ob vsakodnevnem obisku hčerke (UC28)

TEMA: FORMALNA IN NEFORMALNA OPORA STARIH LJUDI

- **Največja opora**
 - Formalna opora:
 - Oskrba socialne oskrbovalke (DA29)
 - Sestre v Domu (UD29)
 - Neformalna opora:
 - Družina (UD29), (DF29)
 - Sin, snaha in vnučki (DE31)
 - Mož (DE32)
 - Urejanje stvari s strani sina (DA30)
 - Vsakodnevni obisk brata in svakinje (UB28)
 - Obiski hčerke (UC29), (UG27)
 - Neformalna instrumentalna (materialna) opora:
 - Sin kuha (DA31)
 - Vnukinja občasno pomije okna (DA38)
 - Angažiranost hčerke pri njeni prebavi (DF30)
 - Vnukinja vsakodnevno zamenja plenico in da tablete (DF33)
 - Pomoč vnukinje (UG33)
 - Pomoč hčerke pri financiranju Doma (UG35)
 - Formalna instrumentalna (materialna) opora:
 - Socialna oskrbovalka jo uredi in prinese kosilo (DA33)
 - Pomoč socialnih oskrbovalk pri osebni higieni in negi (DE35), (DF35)
 - Zadolženost zaposlenih v Domu za pomoč in oskrbo (UB34), (UD34)
 - Pomoč s strani zaposlenih pri previjanju in posedanju na voziček (UC35)
 - Neformalno druženje:
 - Druženje s prijatelji (DA35)
 - Obiski družine (UB35), (UD33)
 - Pogovor s hčerko (UC36)
 - Velika pomoč in pomen s strani prostovoljca in zgodovinskega krožka (UC40)
 - Povezanost s sestro preko telefona (UD30)
 - Obiski hčerke in vnukov (UG34)
 - Neformalna emocionalna opora:
 - Družina ji stoji ob strani (DE36), (DF34)
 - Skrb hčerke (UG32)

- **Značilnosti socialnega omrežja**

- Neformalna omrežja:
 - Sin, bratje, sestra, vnukinja, prijatelji, sosedje (DA32)
 - Družina in nečaki (UB29)
 - Prijateljice, s katerimi ni veliko stika (UB31)
 - Nečaki radi pridejo na obisk (UB32)
 - Pogosti obiski in navezanost družine (UB33)
 - Prijatelj v domu (UC30)
 - Obisk vnukov (UC32)
 - Hčerka, sin, vnukinja (UD31)
 - Družina: mož, sin, snaha in vnuki (DE33)
 - Skrb sina in hčerke (DF31)
 - Pomoč snahe in vnukinje (DF32)
 - Hči in vnuki (UG28)
 - Obisk medicinske sestre iz Soče (UD32)
- Formalni odnosi z zaposlenimi:
 - Prijaznost socialnih oskrbovalk (DA34)
- Neformalna omrežja - pogostost stikov:
 - Vsakodnevni obiski hčerke (UC38)
 - Vsakodnevni obiski družine (DE38)
 - Vsakodnevni obisk sina (DF37)
 - Vsakodnevni obisk hčerke in vnukinje (UG36)
 - Vsakodnevni obisk brata in svakinje (UB36)
 - Pogosti obiski nečakov (UB37)
 - Nekajkrat tedenski obisk družine (UD35)
 - Enkrat tedenski obisk vnukinje (DA37)
 - Enkrat tedenski obisk prostovoljca (UC31)
 - Enkrat tedenski telefonski pogovor s sinom (UG37)
 - Vsak drugi teden je pri hčerki (DF38)
 - Nekajkrat mesečni obisk bratov (DA36)
 - Nekajkrat mesečni obisk vnuka (UC41), (UG38)
 - Enkrat letni obisk medicinske sestre iz Soče (UD36)
- Formalna omrežja - pogostost stikov:
 - Vsakodnevna pomoč socialnih oskrbovalk (DE37), (DF36)
- Neformalno druženje:
 - Povezanost s sinom preko telefona (UG29)
 - Prijateljice (telefonski pogovor) in obisk sodelavke (DE34)
 - Rada hodi na zgodovinski krožek v Domu (UC39)
 - V Domu ni druženja z ostalimi stanovalci (UB30), (UC34), (UG30)
 - Ni obiskov prijateljev (UC33)
 - Prijateljem ne pove kje je (UG31)

- **Prednosti in slabosti oskrbe**

- Prednosti neformalne oskrbe:
 - Obisk vnukinje ji polepša dan (DA39)
 - Veselje ob obisku domačih (DA41), (UB38)
 - Prinašanje stvari v dom (UB40)
 - Obisk prostovoljca ji veliko pomeni (UC44)
 - Druženje in obiski domačih (UD39)
 - Sin je nudil osebno higieno (DE39)
 - Mož sedaj opravlja delo namesto socialnih oskrbovalk (DE44)
 - Doma lahko bolj "komandiraš" (DE45)
 - Družina je vedno na voljo (DF40)
 - Večja svoboda zaradi stalne prisotnosti sina (DF41)
 - Nedeljska kosila pri hčerki doma (UG42)
 - Hči ji pomaga pri kopanju in postrizhe nohte (UG44)

- Prednosti formalne oskrbe:
 - Urejenost s strani socialne oskrbovalke in prinašanje kosila (DA40)
 - Socialna oskrbovalka nudi največjo pomoč pri urejanju (DA43)
 - Kvalitetno opravljeno delo s strani oskrbovalk (UD37), (UD42), (DE46)
 - Trud s strani oskrbovalk (UD38)
 - Socialne oskrbovalke imajo socialni čut (DE40)
 - Pozitivna energija socialnih oskrbovalk (DE41)
 - Prizadevanje za napredek s strani socialnih oskrbovalk (DE42)
 - Zaradi socialnih oskrbovalk lahko sedaj bolj samostojno živi (DE43)
 - Razbremenitev družine (DF39)
 - Socialne oskrbovalke pridejo večkrat na dan (DF42)
 - Točnost socialnih oskrbovalk (DF43)
 - Pomoč socialne oskrbovalke pri peki štrudlja (DF44)
 - Delavnost socialnih oskrbovalk (DF47)
 - Prijaznost zaposlenih (UB43), (UC46)
 - Strokovnost zaposlenih (UB46)
 - Zadostno prejemanje pomoči s strani zaposlenih (UC37)
 - Veliko ji pomeni, da ima v Domu svojo sobo (UC45)
 - Večino dela opravijo zaposleni (sestre) (UC51)
 - V Domu ji nudijo pomoč pri urejanju in osebni higieni (UG39)
 - Ni potrebno kuhati (UG40)
- Slabosti neformalne oskrbe:
 - Sin nima časa, dela in ima svoje aktivnosti (DA42)
 - Preobremenjenost domačih (UB39), (UC42)
 - Družina ne opravlja oskrbe (DA44)
- Slabosti formalne oskrbe:
 - V Domu ne prejmeš materialnih stvari (robčki,...) (UB41)
 - Premalo zaposlenih (UB43)
 - Preobremenjenost zaposlenih (UB44), (UG43)
 - Zaposleni nimajo časa za pogovor (UB45), (UC49), (UG43)
 - Zaposleni so premalo plačani za svoje delo (UB47), (UC50)
 - Z zaposlenimi se ne pogovarjajo (UC48)
 - V Domu ni domačnosti (UG41)
 - Menjavanje oskrbovalk (UD40)
 - Navezanost na oskrbovalke (UD41)
 - Omejen čas socialnih oskrbovalk (DF45)
 - Svoje glavost socialnih oskrbovalk (DF46)
- **Osamljenost**
 - Doživljanje osamljenosti:
 - Nikoli ni dolgčas (DA45)
 - Ni občutka osamljenosti (UB48), (DF48), (UD43), (UG45)
 - Želela bi si več pogovora (UC52)
 - Nikoli ni bilo občutka osamljenosti, bolj občutek odvečnosti (DE47)
 - Premagovanje osamljenosti:
 - Pospravljanje, gledanje televizije (DA46)
 - Obiski družine (UB49)
 - Odsotnost stikov/pogrešanje:
 - Velika socialna mreža in druženje (DA47)
 - Pogreša družbo, igranje domin (UC53)
 - Ima veliko ljudi okoli sebe (UD44), (DF49)
 - Veliko obiskov v Domu (UG46)