

**Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo**

Maja Drolc

**Značilnosti in spremembe v socialnih mrežah starih ljudi v
času korona virusa**

Magistrsko delo

Študijski program: Dolgotrajna oskrba starih ljudi

Kamnik, 2021

**Univerza v Ljubljani
Fakulteta za socialno delo**

Maja Drolc

**Značilnosti in spremembe v socialnih mrežah starih ljudi v
času korona virusa**

Magistrsko delo

Študijski program: Dolgotrajna oskrba starih ljudi

Mentor: doc. dr. Srečo Dragoš

Kamnik, 2021

*Zahvaljujem se mentorju, doc. dr. Sreču Dragošu, za vso pomoč in napotke pri pisanju
mojega magistrskega dela in vsem sogovornicam, ki so sodelovale v izvedeni raziskavi in brez
katerih delo ne bi bilo mogoče.*

*Za vso podporo in pomoč se zahvaljujem tudi socialni delavki Ireni Štrus in pa seveda moji
družini, ki me je ves čas pisanja spodbujala, mi potrpežljivo stala ob strani in verjela vame.*

PODATKI O MAGISTRSKEM DELU

Ime in priimek: Maja Drolc

Naslov: Značilnosti in spremembe v socialnih mrežah starih ljudi v času korona virusa

Mentor: doc. dr. Srečo Dragoš

Kraj: Kamnik

Leto: 2021

Št. strani: 141

Št. prilog: 4

Število slik: 1

Ključne besede: staranje, stari ljudje, socialna omrežja, socialna opora, družina, sosedska omrežja, skupnostno socialno delo, koronavirus

Povzetek:

V magistrskem delu obravnavam in raziskujem značilnosti ter spremembe v socialnih omrežjih starih ljudi v obdobju koronavirusa. Starost in staranje sta socialna konstrukta, o katerih imamo ljudje obilo tako pozitivnih kot tudi negativnih, kontradiktornih, dvoumnih in mešanih predstav. Zaradi podaljševanja pričakovane življenjske dobe pa počasi prihajata v ospredje raziskovanih tem ter področij.

Hkrati se v Sloveniji kljub temu, da je za nas značilna močna institucionalna naravnost, srečujemo z vse pogostejšimi željami po preživljanju tretjega življenjskega obdobja v domačem okolju, v krogu svojih najbližjih družinskih članov. Obdobje starosti je že samo po sebi polno izzivov, prilagajanj in učenja novih strategij, s katerimi se ljudje različno soočamo, v zadnjem letu pa nam dodatne izzive prinaša še epidemija koronavirusa.

Nova realnost, ki jo kroji koronavirus, je v življenja starih ljudi prinesla dodatne spremembe in dodala številne druge izzive, ki so vidni predvsem na področju socialnega življenja in socialnih stikov, vendar so se z njimi primorani spopasti na svojevrstne in najrazličnejše načine. V prvem delu najprej predstavim teoretični okvir, opredelim starost in staranje, socialna omrežja, socialno oporo, pomen družine za starega človeka, vpetost starih ljudi v medsosedske odnose ter skupnostno socialno delo. Nadaljujem z opredelitvijo metodologije in raziskave, ki je kvalitativna in empirična, v njej pa sem z namenom, da bi čim bolje lahko definirala spremembe in vplive, ki jih je epidemija vnesla v življenja starih ljudi, intervjuvala 8 žensk, različnih starosti, izobrazb in različnih družbenih položajev. Najprej sem se osredotočila na raziskovanje njihovega socialnega življenja in socialnih mrež pred samim pojavom virusa. Raziskala sem pomen, ki ga intervjuvanke pripisujejo socialnim interakcijam na splošno, družinske odnose, medsosedsko povezanost ter se nato usmerila še v raziskovanje vplivov in posledičnih sprememb, ki so jih sogovornice deležne v njihovem vsakdanjiku. Raziskala sem tudi načine soočanja s trenutno situacijo in ugotovila, da največji del njihovih socialnih omrežij predstavljajo prav družinski člani, v nekaj primerih so intervjuvane omenjale tudi prijatelje, vendar pa večinoma socialna omrežja nimajo več kot 10 alterjev. Glede pomoči in opore se prav tako najpogosteje zanašajo na ožje družinske člane. Velika večina sogovornic največ sprememb izpostavlja na področju omejevanja druženj, kar posledično vzbuja občutke osamljenosti in zaprtosti v lasten dom.

MASTER'S THESIS DATA

Name and Surname: Maja Drolc

Title: Characteristics and changes in social networks of elderly during the Corona virus period

Mentor: Doc. Dr. Srečo Dragoš

City: Kamnik

Year: 2021

No. of Pages: 141

No. of Appendices: 4

Key Words: ageing, elderly, social networks, social support, neighbourhood networks, community social work, coronavirus

Abstract:

Age and ageing are social constructs which are bringing enormous amounts of positive and contradictive associations, but at the same time are becoming one of the leading exploratory themes.

Despite that Slovenia is known by its strong institutional attitude, we commonly came across an wishes of elderly to stay in their home environment as long as possible, surrounded by their loved ones.

At the beginning of my Master's thesis you can find theoretical part which consists of different significant themes. First I present age and aging, which is as a matter of course, the period filled with different challenges and numerous adjustments that are tackled by people differently. Furthermore I continue with the chapter named Family and elderly people, where I expose the importance of family relations. The chapter is followed by explanation of social networks, social support, neighbourhood networks, community social work and finally the chapter about the Corona virus influence. In previous year we have been obliged to cope with Corona virus epidemic. The new reality has brought additional changes, which are most apparent in the social life area.

In the following chapter, methodology and my research are described, namely I have used qualitative research, which's main aim was to explore and compare the meaning and characteristics of social networks of elderly in the period of Corona virus.

Firstly I have focused on the exploring of so-speakers social life and their social networks before the epidemic. I have explored the meaning of social interactions, neighbourhood networks, social support and the changes in their everyday life which appeared simultaneously with Covid-19. Secondly I have explored ways of coping with measures.

The research showed that the major part of social networks of my co-speakers is consisted of family members, which are also the ones most frequently provide help and support.

It was also stressed that major changes and challenges are seen in the area of socialising, which brings feelings of loneliness.

Kazalo vsebine

1. TEORETIČNI DEL	1
1.1. Starost in staranje.....	1
1.2. Star človek in družina.....	5
1.3. Socialna omrežja in socialna opora starejših	11
1.3.1. Socialna omrežja	11
1.3.2. Socialna opora.....	15
1.4. Stari ljudje in vpetost v sosedska omrežja	19
1.5. Skupnostno socialno delo.....	21
1.6. Vpliv koronavirusa na življenje starih ljudi	24
2. FORMULACIJA PROBLEMA.....	26
3. METODOLOGIJA	27
3.1. Vrsta raziskave	27
3.2. Teme raziskovanja.....	27
3.3. Merski instrument	27
3.4. Populacija in vzorčenje.....	28
3.5. Zbiranje podatkov	28
3.6. Analiza pridobljenih podatkov	29
4. REZULTATI IN RAZPRAVA	31
5. SKLEPI IN PREDLOGI.....	46
6. LITERATURA.....	49
7. PRILOGE.....	56
PRILOGA 1: Teme raziskovanja.....	56
PRILOGA 2: Označevanje relevantnih delov besedila	56
PRILOGA 3: Odprto kodiranje.....	75
PRILOGA 4: Osno kodiranje	115

KAZALO SLIK

Slika 1: Diagram koncentričnih krogov (Kahn in Antonnuci, 1980)	12
---	----

PREDGOVOR

Raziskovanje in preučevanje tematike staranja je močno aktualno, saj se pričakovana življenjska doba v vseh evropskih državah povišuje, posledično pa narašča število starih ljudi, ki jih v literaturi še vedno različno definiramo (Lipar, 2014).

Tekom prakse v vseh letih študija sem delovala na področju starih ljudi in spoznavala njihove potrebe in želje. Mnogokrat sem opazila, kako veliko starim ljudem pomenijo druženje, obiski in osebni stiki, kar pa je v trenutnih razmerah precej oteženo.

Na izbor teme magistrskega dela je močno vplivalo trenutno stanje s Covid-19, saj se zavedam, da so ukrepi za zaježitev širjenja virusa močno posegli v življenje mnogih družbenih skupin, med katerimi so tudi stari, hkrati pa so v življenja ljudi prinesli nove težave in stiske, katerim je potrebno posvetiti pozornost in jih uspešno reševati oziroma tem ljudem v ključnih trenutkih ponuditi vsaj oporo, ki jo potrebujejo na svoji poti.

Menim, da lahko z raziskavo osvetlim problematiko, ki jo prinašajo razmere s koronavirusom in opozorim na ranljive skupine, ki so mnogokrat spregledane. Stari ljudje kljub vsemu potrebujejo bližino in druženje. Rada bi ugotovila, kako trenutne razmere vplivajo na socialne stike starih ljudi, kaj to za njih pomeni, kaj vsi ti ukrepi in prepovedi prinašajo njim, s kakšnimi težavami se spopadajo, prav tako pa bi želela odkriti, kje so možnosti za pomoč in podporo, kje in kako bi jih lahko druge generacije podprle in jim pomagale, da bi se s situacijo lažje spopadali. Pomembno je namreč, da se zavedamo pomembnosti rednih osebnih stikov starih ljudi z drugimi, naj bodo to prijatelji, sorodniki ali sosedje, saj gre za raznovrstna razmerja, ki jih ljudje potrebujemo za preživetje, obstoj in rast. Potreba po osebnih odnosih se v starosti namreč še izostri, vendar na žalost prepogosto ostane tudi nezadovoljena (Ramovš, 2003).

Covid-19 je zagotovo vplival na možnosti druženja in ohranjanja neposrednih stikov med starejšo populacijo, zato bo glavni namen mojega magistrskega dela ugotoviti, kako je virus vplival na socialne mreže starih ljudi. Podatke bom pridobila s pomočjo individualnih intervjujev, torej bo izvedena raziskava kvalitativna, gradivo pa bom kvalitativno analizirala.

1. TEORETIČNI DEL

1.1. Starost in staranje

Življenjska doba se tako v svetu kot tudi v Sloveniji vidno podaljšuje, posledično Slovenija postaja »stara država«, saj delež starega prebivalstva strmo narašča (Šiplič in Kadiš, 2002, str. 295). Leta 1995 je v Sloveniji živel 249.046 ljudi starih 65 let ali več, kar predstavlja 12,5 % celotnega prebivalstva, do leta 2008 je delež starejšega prebivalstva znašal 16,1 % (Statistični urad Republike Slovenije, 2014), medtem ko lahko v letu 2020 zasledimo že bistveno višji delež starejšega prebivalstva in sicer 20,2 % (Statistični urad Republike Slovenije, 2020), kar lahko interpretiramo kot velik dosežek in hkrati tudi kot velik izziv za našo družbo (Šiplič in Kadiš, 2002, str. 295).

Starost je socialni konstrukt, o katerem imamo ljudje obilo tako pozitivnih kot tudi negativnih, kontradiktornih, dvoumnih in tudi mešanih predstav ter idej (Achenbaum, 2005, str. 21). Staranje populacije in posameznika je bilo dolga leta raziskovano zgolj zaradi akademske radovednosti in želje po iskanju znanstvenih razlag, s katerimi bi lahko jasno razložili socialne, zdravstvene in ekonomske posledice ter našli rešitve za vse izide (Johnson, 2005, str. 17).

Gerontologija, ki je veda o staranju, starosti in starih ljudeh ter obravnava tako socialne kot tudi medicinske vidike staranja, je v svojem začetnem razvoju poudarjala predvsem medicinske vidike staranja, kar je posledično močno vplivalo na splošno družbeno razumevanje starosti in na odnos do starosti na splošno, ki pa je prisoten še danes (Mali in Hrovatič, 2015, str. 11).

Predstavniki različnih znanosti so starost velikokrat povezovali z biološkimi, psihološkimi in patološkimi znamenji staranja, medtem ko so jo utemeljevali z analiziranjem strukture telesa, procesov v telesu in njihovih produktov (Kontos, 2000, str. 256).

Prevelika povezanost medicine in gerontologije je povzročila njihov razkroj na dve samostojni znanosti (Katz, 1996, str. 29) in na podlagi tega je gerontologija lahko razširila svoje področje raziskovanja ter vključila spoznanja o starosti iz sociologije, psihologije in demografije (Mali in Hrovatič, 2015, str. 12).

Dragoš (2000, str. 293) staranje opredeli tudi kot kompleksen pojav, ki ga lahko razumemo kot kulturni, ekonomski, socialni, biološki in fenomenološki pojav. Najlažje razumljiv nam

je biološki vidik, kjer biološko starost merimo s časovnimi enotami in pomembnejšimi prelomnimi dogodki, kot je na primer upokožitev. Ko gledamo na starost s kulturnega vidika, ugotavljamo, da je starost odvisna od vrednot, navad in simbolov. Starost je tako fenomen »generacijskih razlik«, od številnih dejavnikov pa je odvisno, kakšno bo razvrščanje ljudi v eno ali drugo generacijo, kako je generacija razumljena s strani druge in kakšen je odnos med njimi.

Po Accettu (1968 str. 20) je starost čas, ki je pretekel od človekovega rojstva do smrti. Podobno navajajo tudi Bajec in drugi (Bajec idr., 1997, str. 1304), ki s terminom starost poimenujejo dobo od zrelih let pa do smrti.

Imperl (2012, str.28) pa opozarja, da je starost življenjsko obdobje, ki ga posamezniki različno doživljajo, kar pa vpliva tudi na oceno lastnega stanja, odnos do okolja in na strategije, ki jih ljudje izbirajo za svoje življenje. Pozitiven vidik starosti je občutek zadovoljstva ob izpolnjenih življenjskih pričakovanjih, medtem ko negativni vidik predstavljajo številne izgube, kamor uvrščamo upad kognitivnih funkcij, zmanjšanje podpornih vezi, izgubo partnerja in podobno.

Danes o staranju poznamo več različnih teorij, med bolj znanimi pa so psihološka, biološka ter sociološka. Proces staranja biološke teorije povezujejo z upadanjem aktivnosti (Šiplič in Kadiš, 2002, str. 295), proučevanja procesa staranja pa se lotevajo v samem organizmu ter na celični in molekularni ravni. Biološka teorija se je od leta 1991 dalje močno povzpela in spada med vidnejših razlag starosti in staranja (Bengtson, Putney in Johnson, 2005, str. 11). Proučujejo vpliv časa na fiziologijo in tako na staranje gledajo kot na normalen, univerzalen in progresiven proces (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 19).

Psihološke teorije staranja so uvrščene med kompleksnejše, saj vsebujejo še ogromno drugih področij (Bengtson, Putney in Johnson, 2005, str. 11), kot so teorije osebnosti in razvojne teorije (Šiplič in Kadiš, 2002, str. 295). Stremijo k razlagi številnih sprememb v obnašanju posameznika tekom življenja. Kot nasprotje biološki in psihološki teoriji pa se uveljavlja še sociološka teorija staranja (Bengtson, Putney in Johnson, 2005, str. 8–13), ki staranje proučujejo tako na družbeni kot tudi individualni ravni (Victor, 2005, str. 1–6).

Potrebno se je zavedati, kako zelo pomembne so pravzaprav teorije o staranju. »Pomagajo nam pri sistematiziranju že znanega in pri spreminjanju obstoječega reda, z namenom reševanja problemskih situacij povezanih s starostjo, kot so na primer motnje spomina in ovire. Na drugi strani pa poznamo tudi perspektive, ki zatrjujejo, da teorije staranja ne le

niso potrebne in pomembne, temveč tudi, da jih sploh ni mogoče postaviti. Eden izmed argumentov te trditve je, da sta znanost in pozitivizem precej omejujoča, morda celo neprimerna, ko gre za razumevanje aspektov staranja, medtem ko socialni gerontologi predlagajo mnogih drugih pogledov, interpretacij in razvijanj znanja o starosti in staranju, ki ne sledijo znanstvenim teorijam. Drugi argument, ki ga podpirajo predvsem izvajalci, advokati in politiki, pa zatrjuje, da je raziskav in teorij dovolj, na kar bi se morali osredotočati je pomoč starim ljudem in njihovim družinam pri obvladanju problemov povezanih s starostjo« (Bengtson, Putney in Johnson, 2005, str. 3).

Uporabi izrazov kot »star«, »starostnik« se danes močno izogibamo, saj v ospredje priključijo lastnosti, ki niso pomembne in ne definirajo človeka, medtem ko zanemari tiste pomembnejše (Dragoš, 2000, str. 296). Termina starost se dandanes izogibamo zaradi njegovega negativnega prizvoka, nadomeščamo pa ga z izrazom tretje oziroma četrto življenjsko obdobje (Macuh, 2019, str. 26).

Hojnik Zupanc (1997) opisuje tri vrste starosti: biološko, kronološko in psihološko. Kronološka starost je določena z rojstnim datumom in ne pomeni posameznikove dejanske psihološke ali biološke zrelosti. Ramovš (2003) zapisuje še, da »kronološko staranje poteka pri vseh ljudeh in v vsakem življenjskem obdobju enako hitro, posameznik pa nanj nima vpliva.«

Biološko starost razlagamo glede na delovanje osnovnih telesnih funkcij in celičnih procesov (Hojnik Zupanc, 1997), je najbolj vidna vrsta staranja, saj je pogojena z morfološkimi spremembami (Macuh, 2019, str. 34), prav tako pa je tudi najtežje izmerljiva (Hojnik Zupanc, 1997).

Psihološko starost razumemo kot doživljajsko, torej stari smo toliko, kolikor se počutimo (Goriup in Šoba, 2015). Vezana je na podobo, ki jo ima posameznik izoblikovano o samem sebi in na podlagi katere se tudi sooča s staranjem (Macuh, 2019, str. 35).

Ne glede na to današnja družba ustvarja podobo starega človeka po svojih merilih in v skladu z lastnim interesom. Ljudje v tretjem življenjskem obdobju so tako zaradi povzdigovanja mlajših generacij mnogokrat stigmatizirani. »Enostranska stigmatizacija starosti in staranja je usmerjena k posploševanju in ju ustvarja kot grožnjo vsakdanjemu življenju ter stalno opozarja na nemoč, odvisnost in nesamostojnost starih ljudi« (Goriup in Šoba, 2015).

Ramovš (2003) in Milavec Kapun (2011) pa poleg zgoraj navedenih vrst starosti navajata še funkcionalno starost, ki nam pove, v kolikšni meri je posameznik sposoben samostojno opravljati svoja življenjska opravila in pa socialno starost. »V procesu staranja se spreminjajo družbene vloge in odnosi glede na sam potek staranja, torej se socialna starost nanaša na spremembo posameznikovih vlog, na odnos do družine in prijateljev ter na odnos znotraj različnih organizacij. Pri tej vrsti starosti so ohranjeni socialni stiki, sposobnost ohranjanja in širitve socialne mreže, ki kaže vrednost posameznika in njegove vloge v ožjem in širšem socialnem okolju« (Ramovš, 2003, str. 69; Milavec Kapun, 2011, str. 9).

Ljudje v tretjem življenjskem obdobju predstavljajo individualizirano starostno skupino (Zadworna-Cieślak idr., 2015). Danes, v postmodernej družbi namreč ne moremo več govoriti o tipičnem starem človeku, kot posledica življenja človek postaja z leti vse bolj zrel in raznolik ter poln svojih izkušenj. Ima pa tudi vsak svoje potrebe in specifične pogoje, ki so rezultati socialnih, gospodarskih, družinskih in čustvenih situacij (Macuh, 2019, str. 32). Med značilnosti staranja Poljšak (2011, str. 11) uvršča tudi postopno pešanje telesnih funkcij, odpovedovanje ravnovesja, propadanje telesne zgradbe in poškodbo celic našega organizma. K vsem že zapisanim značilnostim Milavec Kapun (2011) dodaja še problematiko, na katero ne smemo pozabiti, saj je še izrazitejša v tretjem življenjskem obdobju. V tem času se pojavijo socialne spremembe, kot so izguba prijateljev, partnerjev (vdovstvo), pojavi se potreba po oskrbi, pogoste pa so tudi spremembe v primarni družini ter odhodi v institucije, kar od starih ljudi zahteva resocializacijo. Spremenijo se življenjske vloge, ekonomski in posledično tudi družbeni položaj, kar vpliva na samopodobo, uspešno socialno vključevanje in neodvisnost starih ljudi.

Seveda zgoraj navedene značilnosti staranja variirajo od posameznika do posameznika, nekateri so bolj zdravi kot drugi, eni preživijo starost skupaj s svojimi partnerji, nekateri pa v okviru sprememb tako socialne mreže kot tudi na splošno najdejo nove začetke (Macuh, 2019, str. 33).

Staranje s seboj poleg sprememb prinese tudi nekaj težav in posledic, ki jih vidimo in občutimo vsi (Macuh, 2019, str. 34). Najpogostejše so zdravstvene težave, katerih vzrok je oksidacijska škoda v celicah, ki povzroča upadanje funkcij organov. Zmanjša se maksimalno delovanje ledvic, srca in pljuč, upočasnijo se telesni in umski odzivi, spremeni se struktura krvnih žil in opornih tkiv, pojavi se izguba sposobnosti očesne leče za izostritev

vida, lahko se pojavi osteoporoza in artritične spremembe, upadejo pa tudi spolne funkcije in izločanje hormonov (Starc, 1999).

Poleg fizioloških posledic oziroma sprememb staranja je potrebno opozoriti tudi na psihološke spremembe. Pogoste so čustvene, kognitivne in osebnostne spremembe (Cijan in Cijan, 2003, str. 85) ter soočanje z raznimi stresnimi situacijami, kot so upokožitev, smrt bližnjega, razne bolezni in stigmatizacija, kar spremljajo močna negativna čustva, ki vodijo do kasnejšega poslabšanja tako telesnega kot tudi duševnega zdravja starih ljudi (Pečjak, 2007, str. 148). Stari ljudje se pogosto soočajo z ovdovelost in občutkom osamljenosti. Izguba partnerja ljudem v tretjem življenjskem obdobju predstavlja težko spremembo, čustvena osamljenost pa jih pogosto pripelje tako daleč, da ne vidijo poti naprej, zato se vdajo alkoholizmu ali celo samomoru (Cijan, 2003, str. 28).

Spremembe pa so vsekakor vidne tudi na ravni družbe kot celote, ta namreč preko svojih sistemov in mehanizmov ločuje stare ljudi od družbe ter jih potiska v pasivni položaj (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 24). Starim ljudem moramo torej pokazati, kako zelo pomembni so, kako močno jih potrebujemo in kako pomembno mesto v naši družbi jim pripada.

1.2. Star človek in družina

Položaj starih ljudi v državah Evropske unije je odvisen od hitrosti in smeri sprememb tako v družbi kot v družini, kjer se spreminjajo vzorci obnašanja in pa medsebojni odnosi (Wraber, 1994, str. 13).

Skozi zgodovino je družina doživela številne spremembe, predvsem so bile vidne v strukturi in medsebojnih odnosih članov. V preteklosti so bili namreč člani družine neločljivo povezani s družinsko skupnost, ki je nudila predvsem zaščito pred zunanjimi krizami (Dremelj, 2003, str. 152).

V preteklosti je bila družina torej videna kot ključna za posameznika in družbo. Kot primarna skupina je namreč predstavljala prostor, kjer se vrši socializacija posameznika, ki med seboj povezuje različne generacije (Giddens, 1993, str. 60). Družina je osnovna institucija zasebnega življenja, kjer se oblikujejo pomembni družinski odnosi in se od ostalih družbenih skupin loči po stalnem pozivanju k odzivanju nanjo in na potrebe članov. Je tudi socialna skupina, ki sloni na prostorski in časovni povezanosti in pripadnosti članov ter primarna skupina, katere člani so sorodstveno, solidarnostno in čustveno povezani, na

drugi strani pa je tudi socialna institucija z določenimi normami in pričakovanji glede vedenja in življenja svojih članov (Ule, Renner in Jogan, 1991).

Tudi znanosti se raziskovanja in razumevanja družine lotevajo različno. Psihologija opazuje družino z vidika dinamike medsebojne interakcije, ki temelji predvsem na emocionalnih ter moralnih vrednotah in glede na to tvori osnovno neformalno mrežo, ki predstavlja enega najpomembnejših vidikov pomoči v starosti. Sociološka teorija izhaja predvsem iz pomena, ki jo ima družina kot družbena skupina, ki zagotavlja reprodukcijo, pomembno pa je tudi upoštevanje funkcionalističnega pristopa k družinskim odnosom med mlajšo in starejšo generacijo, kjer smo pozorni na vloge, ki jih družina opravlja v odnosu s starimi družinskimi člani (Hojnik Zupanc, 1999, str. 138).

Pomembni vplivi staranja prebivalstva se torej kažejo tudi na ravni gospodinjstev in družin. Gospodinjstva so danes vse manjša, v njih pa živi tudi vse več starih ljudi (Šircelj, 2011, str. 27-39), kljub temu pa družina ostaja pomembna postavka v življenju starega človeka (Hojnik Zupanc, 1994, str. 5). Družinski člani so že od nekdaj eni poglobitvenih akterjev. Ko pride do obrambe in varovanja starega človeka v najrazličnejših situacijah (Achenbaum, 2005, str. 25), lahko celo rečemo, da se življenje posameznika začne in konča v družinski skupnosti in je usmerjeno v interakcijo s partnerjem in otroci (Hojnik Zupanc, 1994, str. 5). Sorodniki so pomembni pomočniki starim družinskim članom, ki nudijo emocionalno in instrumentalno oporo, hkrati pa so posredniki med strokovnimi službami in starimi ljudmi (Hojnik Zupanc, 1999, str. 138).

»Tudi v kontekstu družinskega življenja ima staranje prebivalstva pomembno posledico in sicer vprašanje skrbi za stare ljudi. Tu gre predvsem za razmerje med družino in državo ter njuno delitev odgovornosti. Neformalna družinska oskrba starih ljudi je torej pomemben vidik družinskega življenja, kjer pa še vedno izstopa vprašanje spolne delitve dela, saj so v vlogah oskrbovalcev družinskih članov še vedno pogostejše ženske« (Hvalič Touzery, 2009, str. 109–110).

Tudi Čačinovič Vogrinčič (2007, str. 75) piše o soočanju družin s starostjo in opozarja, da se s staranjem vsaka družina sooča na svoj, edinstven način. V večini družin kljub temu starost in staranje še vedno nista »delovna tema«, vendar pa opozarja, da skupaj s tem življenjskim obdobjem potrebujemo tudi novo razumevanje, dogovarjanje in skupno ustvarjanje zelenih sprememb, več razvidnosti ter nove, drugačne odgovornosti.

Harel in drugi (1984) ugotavljajo, da so partnerji, otroci in prijatelji pomemben potencial za starega človeka. Družina je izjemnega pomena za človekovo samorazumevanje in pridobitev občutka lastne vrednosti, medtem ko v starosti potrebujejo pomoč pri tem, da ostajajo gospodarji svoje družinske resničnosti. Potrebujejo predvsem izkušnjo avtonomije, s katero odkrivajo lastno enkratnost in izkušnjo povezanosti ter odvisnosti, s čimer se učimo skrbeti za druge. Ravno to ravnotežje med skrbjo zase in za druge je potem tisto, ki ga vzdržujemo celo življenje (Čačinovič Vogrinčič, 1994, str. 7–10).

Pomembni so tudi medsebojni odnosi. Medgeneracijski odnosi temeljijo na vzajemni pomoči, vzorec družinske povezanosti pa je odvisen od življenjskega stila, torej tisti, ki so razvili vzorec družinske povezanosti in medsebojne pomoči ga ohranjajo tudi v starosti, medtem ko drugi prej posežejo po formalnih oblikah pomoči (Hojnik Zupanc, 1999, str. 142).

Brandt in drugi (2008) izpostavijo, da na medgeneracijske odnose v družini vplivajo procesi vzajemnosti – starši svojim otrokom nudijo oporo, materialno podporo in varnost, hkrati pa tudi otroci dajejo njim pomembno oporo. V družini se srečamo tudi z več načini in smermi toka blaginje od ene generacije k drugi, značilno pa je tudi, da stari ljudje dajejo več kot prejemalec (Mandič, 2009, str. 140).

Silverstein in Bengston (1997) govorita o več vrstah odnosov, in sicer o:

1. **tesno povezanih odnosih**, za katere je značilna močna medgeneracijska solidarnost, najpogostejši pa so v tradicionalnih razširjenih družinah,
2. **izoliranih odnosih**, kjer ni močne solidarnosti in so značilni za izolirane razširjene družine,
3. **družabnih odnosih**, torej za mešani tip, kjer je solidarnost različno intenzivna glede na posamezne razsežnosti (strukturna, emocionalna, konsenzualna solidarnost in povezanost), funkcionalne solidarnosti v teh odnosih ni, značilni pa so za spremenjene razširjene družine,
4. **intimnih in oddaljenih odnosih**, solidarnost je tu različno intenzivna glede po posameznih razsežnostih, značilna je močna emocionalna in konsenzualna solidarnost, ni pa pogostih stikov, prejetja in nudenja pomoči ter geografske bližine.
5. in pa o **odnosih dolžnosti**, kjer je pogosta praktična pomoč in strukturna solidarnost (bližina in stiki), ni pa emocionalne bližine oz. pozitivnih čustev in konsenzualne solidarnosti.

Medsebojna soodvisnost in odvisnost od narave sta po besedah Ramovša (2010) nujne za sožitje generacij, kar pa je tudi antropološka osnova za razvoj in krepitev človeške solidarnosti pri vseh (Macuh, 2019, str. 108). Mlada, srednja in tretja generacija namreč tvorijo nedeljivo družbeno celoto, za družbeno stabilnost, razvoj in obstoj družbe pa je temeljna medgeneracijska solidarnost, za slednje je pomembno učenje starih ljudi, za katerega Goriup in Lahe (2018, str. 111) zapišeta, da stari ljudje svoje že osvojeno znanje in izkušnje kompenzirajo z novimi vsebinami, ko zaznajo upad svojih kognitivnih sposobnosti (spomin, psihomotorične sposobnosti). Medgeneracijsko solidarnost tako opredelimo kot socialno povezanost med generacijami (Bengston in Oyama, 2007), kjer se solidarnost navezuje na pozitivne vidike povezovanja med ljudmi (interakcija, naklonjenost, toplina) (Filipovič Hrast, 2020). Lahko pa generacije in medgeneracijsko solidarnost razumemo na dva načina, in sicer najprej kot skupino v družbi, ki je definirana s starostjo, drugo razumevanje solidarnosti pa opisuje odnose med družinskimi člani (Filipovič Hrast, 2020).

Medgeneracijsko sožitje je torej temelj družbe, ki omogoča njen obstoj in razvoj, zato ga je treba krepiti in povezovati generacije, da bodo znale in zmogle skupaj kakovostno živeti (Mali, 2009, str. 73). Socialne, kulturne, politične, gospodarske in demografske spremembe namreč vplivajo na tradicionalno družino, družbene strukture ter tudi na tako pomembne medgeneracijske odnose, zato so potrebne prilagoditvene politike, ki upoštevajo novo nastale razmere in, ki hkrati dajejo poudarek razvoju novim družbenim in gospodarskim priložnostim, ohranjanju vzajemnih podpornih struktur, krepitvi vzorcev vzajemnosti ter izmenjavi. Pomembna in potrebna so pogajanja za medgeneracijsko pogodbo, ki bi zajela medgeneracijsko razsežnost in podprla prispevke ter možnosti za krepitev povezanosti in soodvisnosti med starostnimi skupinami, saj je solidarnost med generacijami na vseh ravneh (v družinah, skupnostih in med narodi) bistvenega pomena za doseganje enakopravne družbe za vse starosti (Ramovš, 2013, str. 6).

Tudi socialno delo si prizadeva za krepitev medgeneracijskega sožitja na vseh treh ravneh. Na mikro ravni se socialni delavci usmerjajo na delo s posameznikom in družino, pri tem pa se opirajo na koncept perspektive moči, ki v starem človeku odkriva sposobnosti in spretnosti, človeku skušajo omogočiti bivanje v okolju, ki ga ne bi omejevalo, star človek pa je tudi partner in soustvarja rešitve v procesu pomoči. Na mezzo ravni socialni delavci pomagajo staremu človeku in družini izkoristiti vire v skupnosti tako, da človeka vključijo v različne organizacije v lokalnem okolju. Socialni delavec koordinira storitve, povezuje

različne organizacije in glede na potrebe uporabnikov skuša vzpostaviti nove storitve v skupnosti. Hkrati lahko v organizaciji, v kateri dela, spodbuja mlade prostovoljce k medgeneracijskemu druženju. Makro raven pa se nanaša na celotno družbo, socialno delo na tej ravni skuša krepiti medgeneracijsko sožitje s spodbujanjem sprememb zakonodaje ter uresničevanjem dokumentov, katerih namen je povečati medgeneracijsko sodelovanje. Naloga socialnih delavcev je tako krepitev populacije starih ljudi za pridobivanje njihovih socialnih, ekonomskih in političnih pravic ter spreminjanje odnosa družbe do starih ljudi ter posledično zmanjševanje predsodkov do te populacije (Mali, 2009, str. 73–74).

Staranje prebivalstva pa prinaša pomembne spremembe tudi v strukturi družin. Vse več je večgeneracijskih družin, vzrok za sobivanje treh ali več generacij pa je daljša življenjska doba (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 11). Brennen (2003) te družine poimenuje »beanpole family«, kjer gre za družine z več zaporednimi generacijami živečih istočasno, temeljnega pomena pa so medgeneracijski odnosi. Slednji postajajo vse pomembnejši del življenja in hkrati pomemben vir opore znotraj družin (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 12). Podaljševanja življenjske dobe ob enem spreminja tudi skrbstvene vzorce družine, vse daljše je obdobje skrbi za starejše člane družine, skrbstvena vloga starih staršev pa postaja tudi vse bolj raznolika. Poseben segment družinske pluralizacije je tudi spreminjanje družinskih vrednot, simbolno spreminjanje življenjskega sveta družine in pluralizacija družinskih vlog (Švab, 2001, str. 79–174).

Prav tako prihaja tudi do razlik v pomoči, ki jo starim ljudem nudi družina, in sicer se ta razlikuje glede na interakcijske vzorce, ekonomski status in potreben čas, družinska oskrba pa je zagotovljena, če so dobri odnosi med generacijami obstajali že pred upadanjem funkcij starega človeka (Hojnik Zupanc, 1999, str. 143).

Pomembna tema je tudi medgeneracijsko zavezništvo, ki vključuje prevzemanje odgovornosti in skrbi za druge generacije, kar je močno pomembno, saj brez njega družba ne bi mogla obstajati. Vendar pa ravno problematika staranja prebivalstva pod vprašaj postavlja do sedaj že ustavljene oblike medgeneracijske izmenjave virov blaginje. Poleg močnega in življenjsko pomembnega medgeneracijskega pretoka virov v okviru družine in sorodstva, ki predstavlja prvi steber medgeneracijskega zavezništva, pa velja opozoriti tudi na javni steber, ki ga predstavlja država blaginje s svojimi programi (Mandič, 2009, str. 139–153).

Eden prvih psihologov, ki je opredelil socialni razvoj, Erik Erikson zapisuje, da človek po 60. letu starosti doživi zadnjo fazo čustvenega razvoja. V tem obdobju iščejo smisel sveta in utemeljujejo smisel preživelega življenja, s povezovanjem z mlajšimi generacijami si tako stari ljudje zapolnijo svoje življenje. Povezovanje pa je koristno za vse, saj ponuja možnosti učenja novih veščin, zmanjšuje se osamljenost starih ljudi, zmanjšujejo se možnosti depresije, mlajši tudi krepijo stare ljudi in njim dajejo energijo, tako otroku kot odraslemu pa povezave dajejo smisel, ob enem pa otroku pomagajo razumeti starost in staranje ter pomagajo ohranjati družinske zgodbe in celotno zgodovino (Spence & Radunovich, 2007, str. 2).

Tesen stik stare in mlade generacije je tako življenjsko pomemben za vse. Vezi so izjemnega pomena v boju proti premagovanju sodobnih tabujev o starosti in v oblikovanju pozitivnega odnosa mladih do starosti in starih ljudi. Stik pa je še toliko bolj pomemben, ker se vse razvite družbe soočajo z gerontoloških »bumom« oziroma demografsko eksplozijo starega prebivalstva (Ramovš, 2003).

Vendar pa so že po drugi svetovni vojni sociologi, ki so preučevali družine intenzivno razpravljali o položaju in prihodnosti družine v sodobnih družbah. Do sredine šestdesetih let je bila v središču njihovih razprav »kriza družine«, pojavljale so se dileme o tem, v kolikšni meri je družina še funkcionalna za sodobnega človeka, kar je temeljilo na dejstvu, da je vse več obveznosti družine prehajalo na ostale družbene institucije in organizacije. Tu se pojavi osnovna ideja »države blaginje«, ki temelji na tem, da s svojimi storitvami in servisi razbremeni družino in posameznike v njej, predvsem ženske (Dremelj, 2003, str. 154), kar je po mnenju Stannarda (1979), ki ga navaja Dremelj (2003, str. 155), tudi glavni razlog za krizo družine. Meni namreč, da je v tej situaciji izključno zato, ker se je odpovedala odgovornostim in jih prenesla na institucije in profesionalce. Nasprotno Dremelj (2003, str. 155) navaja Demosa (1979), ki trdi, da družina še vedno ohranja svoj pomen, vendar ima dandanes veliko težjo in zahtevnejšo vlogo, kakor jo je imela v preteklosti.

Kasnejše ugotovitve prav tako govorijo v prid prejšnji trditvi, saj kažejo na to, da državne in druge organizacije niso nadomestile vloge družine predvsem v smislu socialne opore, temveč se je opora le-te celo povečala. Predvsem na področju zdravstvenega varstva je opaziti, da največ aktivne opore bolnim izhaja iz neformalnih virov, najpogosteje iz družine in drugih, ki živijo v istem gospodinjstvu (Graham, 1999, str. 279).

1.3. Socialna omrežja in socialna opora starejših

1.3.1. Socialna omrežja

Človek za svoj razvoj potrebuje družbo drugih ljudi ne glede na starost. Predvsem v tretjem življenjskem obdobju pa postanejo socialne mreže pomemben dejavnik, ki na življenje vplivajo na več načinov, med drugim na duševno počutje, zmanjševanje osamljenosti, kakovost življenja in tudi aktivno staranje. Z vidika teh dejavnikov so najstarejši ljudje zelo ranljiva skupina, kajti velikost socialne mreže se s starostjo zmanjšuje, prav tako tudi njena kakovost in pogostost stikov (Hvalič Touzery, 2014, str. 13).

»Pojem socialna mreža tako 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 razmerjih« (Ramovš, 2014), poleg tega pa so učinki socialnih mrež močno povezani tudi z zdravstvenim stanjem starih ljudi, saj predstavljajo neke vrste varovalni dejavnik (Dragoš, 2000, str. 304). Predvsem socialno oporo, ki jo nudijo omrežja, Svetovne zdravstvene organizacije uvrščajo med trdna dejstva o družbenih determinantah zdravja, pripadnost socialnim omrežjem, kjer poteka komunikacija in medsebojna opora namreč ljudem da občutek cenjenosti in sprejetosti, kar ima pozitiven učinek na zdravje (Pahor, Domajnko in Hlebec, 2009, str. 222). Socialna omrežja tako vplivajo na zdravju koristna ali škodljiva ravnanja (prehrana, kajenje, alkohol) (Trieber idr., 1991, str. 742) in na intelektualna ter čustvena stanja (Uchino, Cacioppo, in Kiecolt Glaser, 1996).

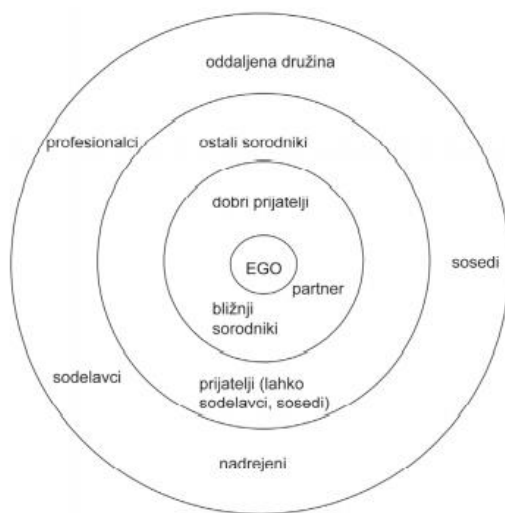
Medčloveška razmerja in odnosi so torej za človeka v resnici kot mreža, v katerih živi vse življenje in v njih prevzema najrazličnejše vloge, pri čemer socialne mreže pomagajo človeku, da mu uspeva zadovoljevati svoje potrebe, postavljajo pravila igre za družbeno sožitje ter mu pomagajo v težavah (Ramovš, 2014).

Za stare ljudi so tako neformalna omrežja pomemben vir pomoči (Hlebec, 2004), ki temelji na medosebnih odnosih in solidarnosti ter je v večji meri recipročna kot formalna mreža (Hojnik Zupanc, 1999, str. 133). Sestava neformalnih socialnih omrežij je tako ključnega pomena za zadovoljevanje potreb starih ljudi na različnih razsežnostih socialne opore (Hlebec, 2004, str. 111), vanj pa štejemo ljudi, ki so kakorkoli pomembni za starega človeka, v večini primerov gre tu za ožjo ali širšo družino, prijatelje in sosede (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 60). Ta omrežja socialne opore so v večini primerov tudi stabilna in trajna, z manjšimi izjemami ob večjih življenjskih prehodih, kot so poroke, izgube partnerjev, upokojitve (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 60), so varna zaradi osebnega

odnosa in moralne obveznosti, prostorske bližine in domačnosti odnosov med člani. Prav tako je zaradi socialnega odnosa med člani mreže in podobnih vzorcev komuniciranja sociabilnost na visoki ravni, mreža je ekonomična, saj je hitro dosegljiva, moralne vrednote pa so med člani bistvenega pomena (Hojnik Zupanc, 1999, str. 133). Poleg pozitivnih vidikov neformalnih omrežij pa Hojnik Zupančeva (1999, str. 134) opozarja tudi na nekatere pomanjkljivosti neformalnih omrežij, in sicer imajo lahko zaradi ranljivosti ključnih oseb, na katerih temeljijo mreže, nizek prag varnosti in so nestalne, zaradi neredne pomoči obremenjenih članov mreže in zaradi pomanjkanja tehničnih pripomočkov pa je lahko mreža tudi neučinkovita.

Poznamo dve vrsti socialnih omrežij, in sicer egocentrična (osebna) omrežja, za katera je značilna sestava iz ene enote imenovane ego in članov njegovega omrežja – alterjev, in pa popolna omrežja, ki so sestavljena iz skupine enot, ki jih povezujejo relacije več vrst (Dremelj idr., 2004, str. 48).

Omrežja lahko ponazorimo z diagramom treh koncentričnih krogov, kjer je v središču posameznik ali ego okoli njega pa socialno okolje. Člane osebnega omrežja posameznik izbira sam, njihova pomembnost pa se znižuje od znotraj proti zunanjem krogu (Hlebec in Kogovšek, 2006, str. 13).



Slika 1: Diagram koncentričnih krogov (Kahn in Antonucci, 1980)

Prvi krog lahko poimenujemo emocionalno, intimno ali prvo omrežje, znotraj katerega so značilne tesne in stabilne vezi. Med člane najpogosteje štejemo partnerje, tesne prijatelje in najbližjo družino. Člani se pri odraslem človeku tudi redko zamenjajo, imajo pa več vlog in

nudijo več vrst opore hkrati. Drugi krog imenujemo omrežje socialne opore, kjer se ljudje pogosteje zamenjajo, še vedno imajo posamezniki lahko več vlog, med člane pa štejemo razširjeno družino, sosede in sodelavce. Povsem zunanji krog pa imenujemo informacijsko omrežje, kamor spada oddaljena družina, profesionalci in sosedge (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 62).

Tudi lokalna skupnost ima v vsakdanjem življenju starih ljudi pomembno vlogo, saj predstavlja poznano okolje in ljudi med katerimi se počutijo varno in sprejeto (Henning in Lieberg, 1996), obenem pa je lokalno okolje potencialni vir pomoči starim ljudem (Filipovič Hrast, 2009, str. 170). Pomemben vir socialne opore so predvsem sosedge in tisti akterji, ki lahko skrbijo za starejše znotraj skupnosti. Izrednega pomena so za posameznike, ki ostajajo samostojni, torej za tiste, ki živijo sami v domačem okolju (Filipovič Hrast, 2009, str. 171).

Med dejavnike, ki vplivajo na oblikovanje in vzdrževanje socialnega omrežja Wengerjeva (1994) izpostavi tri dejavnike:

1. Prvi dejavnik je odvisen od družinskih značilnosti, kot so na primer poroke, ki razširijo krog ljudi, h katerim se lahko posameznik obrne po socialno oporo, je pa tudi neodvisen od posameznika.
2. K drugemu dejavniku avtorica vključuje selitve, ki povzročijo večjo možnost izbire.
3. Tretji dejavnik pa predstavlja posameznikova osebnost in temperament.

Neformalna omrežja lahko razdelimo tudi v 5 skupin ali tipov, ki jih Wengerjeva (1994, str. 3) prikaže glede na oddaljenost najbližjih sorodnikov, stopnjo sodelovanja z družino, sosedi in prijatelji ter vključenostjo v lokalno skupnost kot:

1. Sorodstveno oziroma družinsko omrežje

Glavne alterje v tem omrežju predstavljajo družinski člani, ki živijo v bližini ali istem gospodinjstvu (Hojnik Zupanc, 1999, str. 134), družina tako skrbi za večino potreb starega človeka, vključuje pa se tudi manjše število prijateljev in sosedov, ki prevzemajo obrobne vloge. Omrežja so torej manjša in štejejo do 4 člane, v večini primerov pa gre za ovdovele ljudi, starejše od 80 let, ki so v slabšem zdravstvenem stanju (Hlebec, 2004, str. 111). Pri družinskem omrežju moramo biti pozorni, da neodvisnosti starih ljudi ne omejujemo s

pretirano skrbjo in prekomerno pomočjo, temveč jim omogočamo, da stvari, ki jih zmorejo opravljajo sami (Hojnik Zupanc, 1999, str. 134).

2. Integrirano omrežje v bivalnem okolju

Integriran tip omrežja temelji na pomoči prijateljev, sosedov in družine, bistvenega pomena pa je njihova tesna povezanost (Hojnik Zupanc, 1999, str. 134). » Razvoj takšnega omrežja temelji na dolgotrajnem bivanju v isti skupnosti in aktivnem vključevanju v to skupnost« (Hlebec, 2004, str. 111). Značilna je tudi visoka stopnja avtonomije, omrežja pri tem tipu pa so nekoliko večja in štejejo do 8 članov, pogostejša pa so pri ljudeh starih manj kot 80 let (Hojnik Zupanc, 1999, str. 134).

3. Samostojno, samozadostno omrežje

Tip omrežja je značilen za ljudi, ki živijo sami, pogosto pa tudi nimajo otrok. Nekaj stikov navezujejo s sosedi, vendar tudi te v najmanjši možni meri, saj je njihovo življenje prvenstveno obrnjeno v gospodinjstvo in je precej izolirano. Omrežja so tako zelo majhna, življenje pa poteka v stanovanju, tako da je edina alternativa v takšnih primerih institucionalno varstvo (Hojnik Zupanc, 1999, str. 134).

4. Oporno omrežje širšega bivalnega okolja

Omrežja so v tem primeru precej obsežnejša, saj vključujejo tako sosede kot prijatelje pa tudi sorodnike. Značilno je, da so vključeni ljudje, ki so tudi geografsko bolj oddaljeni, medtem ko tistih v bližini ne vključujejo, tip omrežja pa je pogostejši pri ljudeh srednjega sloja. Oporno omrežje širšega bivalnega okolja se najpogosteje razvije ob selitvah, predvsem je to pogosto ob upokojitvah, posamezniki s tem tipom podporne mreže pa si tudi samostojno izbirajo vrste storitev, ki jih potrebujejo (Hlebec, 2004, str. 111).

5. Omrežja pri osebah z zaprto zasebnostjo

Pri tem tipu omrežja, gre za izoliranost človeka, v velikem številu primerov pa tudi parov, ki so neodvisni, geografsko oddaljeni, stikov s sosedi nimajo, imajo pa manjše število prijateljev (Hlebec, 2004, str. 112). Mreže so majhne, prav tako pa tudi možnosti za recipročno izmenjavo, tako da edino rešitev ob potrebi po pomoči in ob nezmožnosti samostojnega življenja kasneje predstavlja institucionalno varstvo (Hojnik Zupanc, 1999, str. 135).

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

1. **Omrežje širšega urbanega bivalnega okolja** – to omrežje je v ospredju orientirano k prijateljem, sledijo sorodniki, kjer so enakomerno zastopani tudi otroci. Gre za omrežje ki je geografsko najbolj razpršeno in tudi večje.
2. **Heterogeno družinsko omrežje** – večinoma gre za poročene pare, kjer je sorodstvo najpomembnejši vir socialne opore. Omrežja so srednje velika in tesno povezana.
3. **Omrežje integrirano v bivalno okolje** – omrežja so večja kot pri kateremkoli drugem tipu socialnih omrežij, največji delež predstavljajo sorodniki, vendar tu otroci nimajo bistvenega pomena. Pomembno vlogo imajo tudi sosedje, vendar ne v velikem obsegu.
4. **Heterogeno družinsko omrežje z razširjenim gospodinjstvom** – najmočnejši vir socialne opore so v tem primeru sorodniki, ki živijo v istem gospodinjstvu omrežja pa so večja.
5. **Omrežje integrirano v bivalno okolje** – večinoma pri tem tipu omrežja govorimo o samskih ženskah, torej o enočlanskih gospodinjstvih, posledično so omrežja manjša, bistvenega pomena pa je povezava s prijatelji in sosedmi.
6. **Homogeno družinsko omrežje** – ključna je usmerjenost na otroke, s katerimi potekajo redni in pogosti stiki, večinoma pa gre za bivanje v istem gospodinjstvu.

1.3.2. Socialna opora

Raziskovanje socialne opore ima več zgodovinskih virov, med teoretike, ki so močno vplivali na kasnejše raziskovanje opore v kontekstu socialnih odnosov, pa uvrščamo tudi Durkheima, ki je na pomembnost socialnih odnosov opozarjal že v svoji študiji o samomoru (Sarsons, Sarsons in Pierce, 1990, str. 10-11). Sicer se je sistematično raziskovanje socialne opore začelo šele v sedemdesetih letih 20. stoletja, je pa že takrat izhajalo iz predpostavke o pozitivnih učinkih povezanosti v omrežja socialnih odnosov na psihično in fizično zdravje posameznika. Raziskovalci Cassel, Caplan in Cobb, ki jih predstavim tudi v nadaljevanju, so izhajali predvsem iz klinične medicine in epidemoloških raziskav, s čimer so postavili osnove modernemu interdisciplinarnemu raziskovanju socialne opore. Pomembni vir za raziskovanje pa je bila tudi psihologija skupnosti, v okviru katere so raziskovali, kako lahko storitve pomoči na ravni lokalne skupnosti pomagajo in pozitivno učinkujejo na zdravje ljudi, ki sami nimajo »naravnega« opornega sistema. Pomemben prispevek je doprineslo

tudi raziskovanje razvoja otroka, navezanost otroka na starše je bila namreč pomembna podlaga za raziskovanje socialne opore v kontekstu osebnostnih značilnosti, ki imajo svoje izvore v najzgodnejših odnosih z bližnjimi (Hlebec in Kogovšek, 2003, str. 107).

Pri postavitvi definicije socialne opore je Cassel (1976) zagovarjal predpostavko, da je pri raziskovanju psihosocialnih procesov pomembno razumevanje bolezenskih stanj, medtem ko socialna opora tu igra ključno vlogo, ko pride do bolezni povezanih s stresom. Ko človek vstopi v stresno obdobje, se namreč rahljajo pomembne socialne vezi, kar posledično lahko vodi do neustreznih povratnih informacij, ki so po njegovem mnenju ključni element socialne opore. Te porušijo notranje ravnotežje posameznika in povečajo dovzetnost za bolezni. Glede na te trditve je torej temeljna naloga socialne opore zaščita posameznika pred stresnimi vplivi okolja.

Tudi Caplan (1974) je izhajal tudi iz podobnega prepričanja, da socialne vezi pomembno vplivajo na poteke in izide življenjskih prehodov ter kriz, pri čemer je pomemben pomen pripisoval vzajemnosti in trajnosti odnosov ter sistem socialne opore razdelil na emocionalno, materialni in informacijsko oporo.

»Kasnejši raziskovalci, kljub priznavanju socialne opore kot kompleksnega več razsežnostnega pojma še vedno poudarjajo primarni pomen emocionalne opore najpomembnejših drugih kot najmočnejšega pojasnjevalnega dejavnika za zmanjševanje stresa in njegovih posledic za zdravje in dobro počutje. Ključni pomen socialne opore, ki je v skladu z omenjenimi opredelitvami socialne opore, je torej v njegovih pozitivnih emocionalnih funkcijah« (Hlebec in Kogovšek, 2003, str. 104).

Med opredelitvami socialne opore pogosto naletimo tudi na Vauxovo opredelitev (1988), ki opredeljuje socialno oporo kot kompleksen pojem, sestavljen iz treh osnovnih elementov, ki jih povezuje kompleksna dinamika procesov izmenjave in komuniciranja med posameznikom in socialnim okoljem. Osnovni elementi te klasifikacije so tako:

- vir socialne opore, torej omrežja socialne opore, na katere se človek lahko opre in za katere se predpostavlja, da so relativno stabilna tako v velikosti kot sestavi, njegove značilnosti pa vplivajo na dostopnost, zmožnost in občutljivost vira opore,
- oblike socialne opore, kar so konkretna oporna vedenja z namenom pomoči posamezniku,

- in pa vrednotenja kakovosti socialne opore, kar pomeni posameznikovo opredeljevanje prisotnosti, zadostnosti in kakovosti opornih dejanj. Gre za neke vrste evalvacijo in je pokazatelj učinkovitosti ter uspešnosti socialne opore (Vaux, 1988).

Socialno oporo tako danes definiramo kot pomoč v najrazličnejših oblikah, ki jo star človek izmenjuje s svojim lokalnim omrežjem (omrežjem socialne opore), opredelimo jo lahko tudi kot občutek pripadnosti in skrbi s strani pomembnih drugih, gre pa tudi za interakcijski in komunikacijski proces med ljudmi (Hlebec in Kogovšek, 2003. str. 103), ki ni pomemben le na individualni ravni, ampak tudi na družbeni, saj preprečuje socialno izključenost in izolacijo in posledično prispeva k nižji stopnji prezgodnje smrti (Pahor, Domajnko in Hlebec, 2009, str. 222).

Glede na vrsto klasifikacij socialne opore, se v empiričnih raziskavah najpogosteje pojavljajo naslednje vrste socialne opore:

- instrumentalna opora, ki se nanaša na pomoč v materialnem smislu (posojanje denarja, pomoč pri opravilih),
- informacijska opora, kar predstavljajo informacije, ki jih človek potrebuje ob večjih življenjskih spremembah (selitev, iskanje nove službe),
- emocionalna opora, kar pomeni pomoč ob večjih ali manjših življenjskih krizah (smrt bližnjega, ločitev),
- druženje (izleti, kino) (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 61).

Se pa v raziskavah pojavljajo tudi modeli socialne opore, in sicer:

1. Model percipirane in model dobljene opore

Pri definiranju opore znotraj teh dveh modelov so poudarjena konkretna dejanja drugih ljudi ter poročilo prejemnika o prejeti opori, pri čemer je dobljena opora odvisna od več dejavnikov, kot so razpoložljivost, veščine posameznika, da se spopade s stresnimi situacijami in tudi tega, kako potenciali dajalci pomoči zaznavajo težave drugega (Sarason, Sarason in Pierce, 1992). Težave, ki se pri teh modelih pojavijo, so, da je dobljena opora v bistvu odvisna od posameznikove percepcije opore, ki pa se lahko razlikuje od človeka do človeka, hkrati pa se pojavlja še problem nenatančnosti poročanja in nezanesljivosti človeškega spomina, ko gre za pretekle dogodke, hkrati pa je potrebna previdnost in osmišljanje ostalih vrst pristranosti (Hlebec in Kogovšek, 2003, str. 110).

2. Model socialne integriranosti

Model socialne integriranosti se osredotoča na raziskovanje socialne opore s pomočjo raziskovanja socialnih omrežij, ki nudijo socialno oporo. Osredotoča se na integriranost posameznika v skupino in stopnjo povezanosti znotraj skupine (Sarason, Sarason in Pierce, 1990). Vključuje tako širše posameznikovo okolje kot tudi intimnejše odnose z najbližjimi, saj so vse vezi izrednega pomena pri socialni opori v najrazličnejših situacijah (Hlebec in Kogovšek, 2003, str. 112-114).

3. Model socialne opore kot transakcijskega procesa

Ta model socialno oporo obravnava kot »stalen, kompleksen, transakcijski proces med posameznikom in njegovim socialnim omrežjem, kjer izmenjave potekajo znotraj spreminjajočega se ekološkega konteksta« (Hlebec in Kogovšek, 2003, str. 114). Opazimo lahko povezavo z opredelitvijo, ki so jo zapisali Sarsons, Sarsons in Pierce (1992), tudi oni namreč opozarjajo na številne dejavnike, ki vplivajo na proces socialne opore, in sicer na osebnostne značilnosti, stresne okoliščine, značilnosti omrežja ipd., ki jih poimenujejo kar kontekst znotraj katerega se socialna opora dogaja. » Kakršno koli dejanje opore in njegov učinek sta tako odvisna od motivacij in pričakovanj tako prejemnika kot dajalca opore ter narave odnosa in konkretne situacije, v kateri se izmenjava opore dogaja« (Hlebec in Kogovšek, 2003, str. 114).

4. Model splošnih učinkov in model opore kot zaščite

Gre za dva zgodnejših ampak kljub temu še vedno aktualnih pristopov v raziskovanju socialne opore, ki ima nekatere osnove, ki so jih raziskovali že Cobb, Cassel in Caplan. Socialno oporo namreč opredeljujeta bodisi v smislu splošnih učinkov opore bodisi socialne opore kot zaščite pred vplivi stresnih situacij. Izhajata iz podobnih izhodišč in imata skupno predpostavko o pozitivnem učinku socialne opore na posameznika, vendar se razlikujeta v svojem poudarku. Model splošnih učinkov se ukvarja se z učinki, ki jih ima socialna opora neposredno na dobro počutje ljudi in na njihovo zdravje ter socialno oporo definira kot dejavnik zaščite pred stresnimi življenjskimi situacijami. Drugi model pa je izšel iz modela socialne opore kot zaščite in izhaja iz predpostavke, da socialna opora na splošno pozitivno učinkuje na fizično in psihično zdravje ter dobro počutje, vendar se tu pojavi tudi problem, saj ne upošteva možnosti, da ima socialna opora lahko tudi negativne učinke (Hlebec in Kogovšek, 2003, str. 107–109).

Flaker (2003, str. 56–57) med postopki in metodami socialnega dela opozarja na pomen življenjskega sveta uporabnika ter njegove socialne mreže, saj je lahko ta pomemben vir moči, tudi Mali in Nagode (2009, str. 218) zapisujeta, da podpora socialnega omrežja pozitivno vpliva na starega človeka in pogosto so ravno družina in sorodniki tisti, ki lahko pripomorejo k večji kakovosti življenja v starosti, če se zavedajo pomena, ki ga imajo socialna omrežja in omrežja opore (Breznik, 2015, str. 41–52).

1.4. Stari ljudje in vpetost v sosedska omrežja

Vprašanje kakovosti življenja v tretjem življenjskem obdobju vse bolj poudarja tudi samostojno in polno življenje starih ljudi (Filipovič, Kogovšek in Hlebec, 2005, str. 205), ki ga Dwyer, Gray in Renwick (2000) povezujejo s stopnjo aktivnosti starega človeka znotraj njegove skupnosti. Kljub temu, da so najpomembnejši vir socialne opore starih ljudi njihovi družinski člani, pomembno vlogo vseeno nosijo tudi sosedje in sosedske vezi, ki omogočajo posamezniku, da ostanejo samostojni (Filipovič, Kogovšek in Hlebec, 2005, str. 205-206). Tudi Campbell in Lee (1992) poudarjata, da so sosedska omrežja pomemben del osebnih omrežij, mnogi raziskovalci pa so ugotovili tudi, da so sosedje v posebnih primerih tudi primarna opora staremu človeku, sploh ko gre za pomanjkanje družinskih virov pomoči (Filipovič, Hlebec in Kogovšek, 2005, str. 209).

»Pristop socialne integracije predvideva, da status posameznika specifično vpliva na to, kako je ta integriran v svoje lokalno okolje, tj. kakšna so njegova sosedska omrežja« (Filipovič, Kogovšek in Hlebec, 2005, str. 207). Tako se predvideva, da se s starostjo posameznik počasi umika iz družbe, kar pomeni, da se njegovo omrežje manjša (Campbell in Lee 1992).

Glede na to, da omrežja sestavljajo posamezniki, ki so nam blizu in nam nudijo določene vrste opore, je pomembno tudi, da so z različnimi odnosi povezane tudi različne kulturno določene odgovornosti in pričakovanja, kar imenujemo tudi hierarhija odnosov (Filipovič, Kogovšek in Hlebec, 2005, str. 209).

Wegner (1994) pri vzpostavljanju odnosov opisuje tudi naslednje opredelitve:

- osnova odnosa je geografska bližina;
- pričakuje se predvsem, da so na razpolago, izkazujejo določeno mero skrbi, izvajajo nadzor ter pomagajo pri nujnih primerih;

- pričakovanja so lahko presežena, kadar odnos preide v prijateljstvo;
- do razpada odnosa lahko pride, kadar zahteve starega človeka presežejo normativna pričakovanja ali ko je v soseski velik odstotek odvisnih starih ljudi;
- pomembne intervenirajoče spremenljivke naj bi bile predvsem starost sosedov in starostnika ter osebnostne značilnosti.

Razločimo lahko tudi štiri tipe odnosov med starimi ljudmi in nesorodniki, in sicer jih Barkerjeva (2002) opredeli kot:

1. **površinski odnos**, za katerega je značilno, da traja krajše časovno obdobje in ni intimen, pomoč je bila nudena predvsem v smislu druženja ter pri neosebni instrumentalni nalogah;
2. drugi tip je **zamejen odnos**, ki je v primerjavi s površinskim odnosom bolj emocionalen, kljub temu pa opora ostaja instrumentalna;
3. tretji je **zavezan odnos**, kjer je značilna večja intimnost in traja dlje časa, prav tako je opora ki je nudena v tem odnosu kompleksnejša, saj jo sestavljajo različne materialne izmenjave in instrumentalna pomoč;
4. zadnji pa je **vkjučevalni odnos**, kjer je intimnost največja, dolžina trajanja odnosa je najdaljša in vključuje tudi osebno skrb.

»Sosedske vezi kot vir socialne opore starostnikov torej predstavljajo pomemben potencial, ki ni vedno realiziran, saj je odvisen od mnogih dejavnikov (Filipovič, Hlebec in Kogovšek, 2005, str. 210), glede na predhodne raziskave pa se je izkazalo, da je vloga sosedov bistvena predvsem, ko pride do pomoči pri raznih opravilih ter pri druženju (Filipovič, Hlebec in Kogovšek, 2005, str. 218).

1.5. Skupnostno socialno delo

Začetki skupnostnega socialnega dela segajo v okvire dobrodelnih gibanj v 70. leta 19. stoletja (Milošević Arnold in Poštrak, 2003, str. 108), ko se je v času množičnih civilnih gibanj hkrati tudi najbolj uveljavilo (Oelschlagel, 1991).

Sprva je potekalo pod različnimi imeni, kot so razvijanje skupnosti, skupnostno planiranje in skupnostna akcija (Oelschlagel, 1991), termin skupnostno socialno delo pa je prišel v rabo ob začetku prve svetovne vojne (Milošević Arnold in Poštrak, 2003, str. 108), medtem ko je skupno vsem predhodnim oblikam in tudi današnji ostal njegov koncept, ki ga predstavlja okolje, v katerem živimo (Oelschlagel, 1991).

Tudi pojem skupnosti se je skozi zgodovino spreminjal in označeval različne skupine. V preteklosti je označeval skupino ljudi, ki živi na določenem območju oziroma v določenem kraju. Skupnost je nudila svojim članom oporo in poskrbela za njihove potrebe, s čimer je prispevala k ohranjanju zdravja in nižanju socialnih problemov. Danes pa s pojmom skupnost označujemo ljudi, ki živijo na nekem določenem ozemlju, imajo vzpostavljene tesne medsebojne odnose ter čutijo pripadnost (Jeriček, 2009, str. 40), najpogosteje pa se uporablja v naslednjih družbenih okvirjih:

- skupnost kot skupina ljudi, ki živijo na geografski lokaciji in se do neke mere identificirajo s skupnim bivanjem, med njimi obstajajo različne vezi, tako neformalne kot formalne, osebne in neosebne, pripadnost temu prostoru pa pomembno vpliva na življenje posameznikov, medsebojne odnose in odnos skupnosti do zunanjega okolja;
- kot skupina ljudi, ki jih povezuje kultura, religija ali druge značilnosti, ki določajo skupno identiteto družbene skupine in posameznikov znotraj nje;
- skupnost v ožjem smislu male skupnosti, ki je tesno povezana;
- skupnost v najširšem pomenu besede;
- skupnost v splošni rabi;
- kot institucija ali organizacija s formalno strukturo;
- virtualne skupnosti;
- in skupnosti, ki se razvijejo iz skupin parcialnega interesa (Bahovec, 2005, str. 10–11).

Tönnies (1999, str. 63–65) loči še tri ravni skupnosti in pripadajoče različne vrste odnosov in medsebojnih vezi, in sicer osnovno raven skupnosti poimenuje družinsko življenje oziroma skupnost krvi, zaradi sobivanja z drugimi ljudmi se ta skupnost razširi na skupnost ozemlja, najvišjo skupnost pa poimenuje skupnost duha.

Žnidarec Demšar (2004, str. 34) ugotavlja, da se znotraj vseh skupnosti prepletata mreža neformalnih odnosov in mreža formalnih organizacij, ki omogočajo zadovoljevanje potreb na lokalni ravni. Država torej zagotavlja osnovno socialno varnost, medtem ko je vse drugo prepuščeno lokalnim dejavnikom, ki s fleksibilnejšim pristopom uresničujejo specifične programe, ki so prilagojeni potrebam interesnih skupin. Kot že zapisano gre za prepletanje formalnih in neformalnih mrež pomoči ter dobrodelnosti, kjer se uresničuje skupnostno socialno delo, kot profesionalna aktivnost, ki je usmerjena v preprečevanje in urejanje socialnih problemov v življenjskem okolju (Rapoša Tajnšek, 1993, str. 139), ki jih Ramovš (1991) opredeljuje tudi kot temeljne socialne imunske mehanizme. Torej na točki, kjer se prepletejo formalno in neformalno organizirane pomoči in dobrodelnosti ter delo strokovnih ustanov, lahko govorimo o skupnostnem socialnem delu kot o profesionalni aktivnosti, ki je usmerjena v preprečevanje socialnih težav v življenjskem okolju uporabnikov, ki se pojavljajo v življenju ljudi v mestih in na podeželnih ter zaradi neobvladljivosti preraščajo v množične socialne probleme. Pogosto se pojavlja revščina, osamljenost, nezadostna pomoč starim ljudem, brezposelnosti in druge težave, ki te ljudi oziroma skupine postavljajo pred zahtevno nalogo in sicer se srečujejo z dvomi in dilemami kako težave reševati z lastnimi močmi in kako naj zahtevajo večjo pomoč države in strokovnih institucij (Rapoša Tajnšek, 1993, str. 139-140).

Da bi socialno delo lahko delovalo v skupnosti, mora najprej razumeti to skupnost in jo tudi jasno definirati. Prepoznavamo med dvema oblikama tega pojma, in sicer lahko izhajamo iz strukturnih značilnosti skupnosti v povezavi s prostorom, strukturo in njihovo politično identiteto kot entiteto države ali pa iz socialno psihološke predpostavke, ki poudarja pomen skupnega bivanja, identitete, odnosov in načinov povezovanja (Žnidarec Demšar, 2004, str. 31). Skupnostno socialno delo zato danes definiramo kot proces pomoči ljudem in organizacijam, ki organizirajo kolektivno akcijo, s katero želijo izboljšati kakovost življenja in odnosov v skupnosti (Twelvetrees, 1991), Milošević Arnold in Poštrak (2003, str. 108) pa dodajata še, da gre za metodo intervencije, s pomočjo katere ljudje vplivajo na socialne probleme.

Žnidarec Demšar (2004, str. 42) poudarja še pomembne elemente, ki sestavljajo skupnostno socialno delo, in sicer skupnostno skrb za ljudi, da bi lahko živeli v skupnosti, organizacijo skupnosti, ki temelji na koordinaciji služb socialnega varstva, razvijanje skupnosti in socialno akcijo, ki omogoča diskriminiranim, da bi lahko povečali svojo moč.

Pomoč v okviru skupnostnega socialnega dela ponujajo socialni delavci ali strokovnjaki sorodnih profilov, lahko pa tudi prostovoljci, zato skupnostno delo ni izključno vezano na prakso socialnega dela (Rapoša Tajnšek, 1993, str. 142). Skupnostno orientirana praksa socialnega dela je tako zasnovana na ideji, da je skrb za ljudi skupna naloga profesionalcev in članov samih (Žnidarec Demšar, 2004, str. 35).

Skupnostno socialno delo namreč podpira obstoječe skupine in organizacije za samopomoč, hkrati pa spodbuja in promovira nove skupine ter organizacije (Rapoša Tajnšek, 1993, str. 139). Njegov namen je ljudi povezati v skupnost in razviti medsebojno solidarnost, hkrati pa tudi spodbuja ljudi, da se odločajo o lastnih težavah in da sami ustvarijo želene izide (Rapoša Tajnšek, 1990, str. 67). Milošević Arnold in Poštrak (2003, str. 108) k ciljem skupnostnega socialnega dela vključujeta še izboljšanje kakovosti življenja v skupnosti, kjer med najobetavnejši metodi spoznavanja življenjskega sveta uporabnika spadata akcijsko raziskovanje (Ramovš, 2003) in terensko delo (Milošević Arnold, 2009).

Temelj skupnostnega pristopa je prizadevanje, da bi družine, posameznike in skupine, ki iščejo pomoč pri socialnih delavcih, povezali z vsemi obstoječimi viri medsebojne pomoči v skupnosti ter zagotavljali uspešno, usklajeno in kontinuirano izvajanje pomoči v vsakem primeru. Skupnostno delo tako teži k razvijanju novih oblik ali spreminjanju že obstoječih organizacijskih oblik, ki zagotavljajo samopomoč in dobrodelnost v skupnosti. Poudarek skupnostnega socialnega dela je torej na kolektivnih akcijah, ki omogočajo uspešno reševanje problemov in hkrati prispevajo k večji kakovosti življenja vseh članov skupnosti (Rapoša Tajnšek, 1993, str. 141–142).

Tudi sam model razvijanja skupnosti je izrednega pomena, saj omogoča sodelovanje uporabnikov, osvetlitev skupnosti ali uporabnika, njihovega pojmovanja problema ter lastno odločitev uporabnika in akcijo (Žnidarec Demšar, 2004, str. 47–48). Drugi temeljni model skupnostnega socialnega dela je skupnostno planiranje, kjer gre za delovanje »z vrha«, kjer izhodišče dela predstavlja spoznanje, da skupnost pomeni skupek nerešenih problemov, ki zahtevajo racionalne rešitve in spremembe. Cilj procesov je tako izboljšanje ali dopolnjevanje obstoječih programov in storitev ter načrtovanje novih, ki koristijo prebivalcem interesne skupine (Rapoša Tajnšek, 1993, str. 143). Tretji model pa je socialna akcija, kjer je primarni cilj pomoč pri zastopanju in uveljavljanju interesov diskriminiranih skupin v neposrednem življenjskem okolju. Socialna akcija je usmerjena v pridobivanje pravic, ozaveščanje in v zavzemanje za spremembo zakonodaje. Velikokrat temelji na samopomoči in socialnem

planiranju, lahko je avtonomna ali pa poteka kot del družbenega gibanja za večje pravice in boljši položaj diskriminiranih skupin (Rapoša Tajnšek, 1993, str. 144).

1.6. Vpliv koronavirusa na življenje starih ljudi

Koronavirus¹ (SARS-CoV-2) je decembra 2019 izbruhnil na Kitajskem v mestu Vuhan, kjer so zaznali več primerov pljučnic, za katere se je izkazalo, da je možno izključiti običajne povzročitelje respiratornih okužb. Nov koronavirus so tako poimenovali SARS-CoV-2, bolezen, ki jo virus povzroča pa COVID-19 (NIJZ, 2020).

Virus se je širil zelo hitro, zato je bila v marcu razglašena pandemija, ki pa je močno vpliva na ljudi po celem svetu, med ranljivejše skupine pa spadajo prav stari ljudje (Coalition to Transform advanced care, 2020). Bolezen pri njih pogosteje poteka v težjih oblikah, ob kombinaciji z kroničnimi boleznimi pa je nevarnost zapletov še večja (NIJZ, 2020).

Z namenom zajezitve širjenja virusa so v veljavo stopili številni ukrepi in omejitve. Pojavila se je obvezna uporaba mask, omejitev druženja, sledila je policijska ura, zaprtje javnih mest in šol ter omejitev javnega prometa (GOV, 2020), kar pa je posledično večalo tudi tveganja za socialno izolacijo. Ljudje smo namreč socialna bitja, potrebujemo bližino in stike s pomembnimi drugimi, v času razglasitve svetovne pandemije pa smo bili primorani ostati doma daljše časovno obdobje, kar je v številnih primerih vodilo do občutkov izoliranosti in osamljenosti. Omejevanje socialnih stikov, učinki socialne izoliranosti in osamljenost tako danes postajajo vse večja skrb (Coalition to transform advanced care, 2020), prav tako tudi pa dodaten pritisk predstavljajo tudi prizadevanja, da bi starejše družinske člane uspešno podprli in za njih čim bolj poskrbeli.

Nova nepričakovana resničnost, ki jo kroji koronavirus, je namreč mnoge družine prisilila, da ostanejo ločene ali pa se z namenom, da bi za svoje dobro poskrbeli, na nek način podredijo situaciji in se preselijo skupaj s starim družinskim članom (International Journal of Psychology and Behavioral Sciences, 2020). Po podatkih Svetovne zdravstvene organizacije (2020) je pandemija od mnogih oskrbovalcev zahtevala tudi prevelike prilagoditve, saj so morali številni, da bi lahko zagotavljali potrebno oskrbo svojim družinskim članom, pustiti službo in se povsem posvetiti oskrbi. Glavni vzrok za takšne odločitve so predvsem izogibanja stikom s tujimi

¹ koronavirus so poimenovali SARS-CoV-2, bolezen, ki jo virus povzroča pa COVID-19. Bolezen se kaže z vročino, kašljem in občutkom pomanjkanja zraka, kar je običajno za pljučnico.

ljudmi in posledično večjim tveganjem za okužbo starih družinskih članov. Na podlagi tega je Schlaudeker (2020) zapisal, da je potrebno družinske člane obravnavati kot pomembne partnerje pri zagotavljanju oskrbe v kriznih časih in jim posvetiti dodatno pozornost.

Glede na to, da sta v trenutni situaciji samoizolacija in izogibanje stikom najboljši način, da se izognemo okužbi s koronavirusom, Armitage in Nellums (2020) opozarjata na psihološka tveganja med starimi ljudmi, ki jih s seboj prinese socialno distanciranje ter poudarjata, da je večgeneracijsko povezovanje in v tem primeru tudi sobivanje več generacij ključnega pomena pri zmanjševanju depresije, anksioznosti in občutkov osamljenosti, ki so v starosti na sploh pogostejši, v trenutnih razmerah pa še toliko bolj.

Na Društvu Spominčica so na primer v ta namen v času epidemije podaljšali delovanje svetovalnega telefona, kamor lahko tako ljudje z demenco kot njihovi svojci pokličejo, ko potrebujejo nasvet, podporo, razumevanje, ideje za aktivnosti doma ali ko potrebujejo pomoč pri razrešitvi drugih dilem, s katerimi se soočajo v vsakdanjem življenju (Alzheimer Spominčica, 2020).

Ker stari ljudje spadajo v eno izmed ranljivejših skupin, ki jih koronavirus najbolj ogroža in ker strokovnjaki priporočajo zadrževanje znotraj svojih domov ter izogibanje stikov z drugimi, to povzroča mnoge stiske, s katerimi se sami težko spopadajo. Reševanja in premagovanja osamljenosti so se tako lotili tudi na Zavodu za oskrbo na domu Ljubljana. Zavod za oskrbo na domu Ljubljana ima namreč široko mrežo prostovoljcev in v času epidemije so se v sodelovanju z Mestno občino Ljubljana in mestnimi kulturnimi inštitucijami povezali v mrežo prostovoljk in prostovoljcev, ki želijo starim ljudem olajšati njihov vsakdan in vsakodnevne stiske ter težave. Prostovoljsko mrežo sestavljajo sodelavke in sodelavci ter prostovoljke in prostovoljci Zavoda za oskrbo na domu Ljubljana ter ljubljanski kulturni javni zavodi, skupaj kar 13 organizacij, kot so Mestno gledališče Ljubljana, Lutkovno gledališča Ljubljana, Slovensko mladinsko gledališče, Pionirski dom, Kino Šiška, Mestna knjižnica Ljubljana, Mladi zmaji, Kinodvor in drugi. Prostovoljci stike s starimi ljudmi vzdržujejo preko telefonskih klicev, kjer jim preko pogovora nudijo oporo in minimalno mero interakcije z drugimi ljudmi, ki v večini primerov pomeni več kot bi si lahko predstavljali (Zavod za oskrbo na domu Ljubljana, 2020).

2. FORMULACIJA PROBLEMA

»Človek je po svojem bistvu družbeno bitje. Medčloveške povezave so za nas nekaj temeljnega, kar nujno potrebujemo za preživetje« (Ramovš, 2003, str. 189). Predvsem v tretjem življenjskem obdobju postanejo socialne mreže pomemben dejavnik, ki vpliva tako na duševno počutje, zmanjševanje osamljenosti, kakovost življenja in tudi aktivno staranje. Z vidika teh dejavnikov so najstarejši ljudje zelo ranljiva skupina, kajti velikost socialne mreže se s starostjo zmanjšuje, prav tako njena kakovost in pogostost stikov (Hvalič Touzery, 2014, str. 13), vse to je po mojem mnenju dandanes še bistveno bolj ogroženo.

K določitvi teme magistrskega dela je močno vplivalo trenutno stanje epidemije koronavirusa. Ogromno sem razmišljala o stiskah, ki jih v vsakdanjem življenju doživljajo ljudje, saj so po mojem mnenju ukrepi za zajezitev širjenja virusa, močno posegli v življenje mnogih družbenih skupin, med katerimi so tudi stari ljudje, ki poleg vsega drugega spadajo tudi med ranljivejšo populacijo. Ukrepi so v življenja vseh ljudi prinesli nove težave in stiske, s katerimi se soočajo vsak dan in za katere je nujno, da jih ubesedimo in jim posvetimo pozornost ter jih začnemo uspešno reševati oziroma ljudem v ključnih trenutkih ponudimo oporo, ki jo potrebujejo na svoji poti, da se lahko spopadejo s situacijo.

Epidemija je med drugim močno posegla v socialno življenje posameznikov, tu imam v mislih predvsem osebne stike in druženje. Pomembno je, da se zavedamo pomembnosti rednih osebnih stikov starih ljudi z drugimi, naj bodo to prijatelji, sorodniki ali sosedje, saj gre za raznovrstna razmerja, ki jih ljudje potrebujemo za preživetje, obstoj in rast. Potreba po osebnih odnosih se v starosti še izostri, vendar na žalost prepogosto ostane tudi nezadovoljena (Ramovš, 2003, str. 191). Koronavirus je zagotovo vplival na možnosti druženja in ohranjanja neposrednih stikov med starejšo populacijo, zato je glavni namen mojega magistrskega dela ugotoviti, kako je virus vplival na socialne mreže starih ljudi, s kakšnimi stiskami se srečujejo, kaj to pomeni za njih ter kako se soočajo z nastalo situacijo in omejitvami.

Raziskovalna vprašanja

1. Kakšen pomen imajo za stare ljudi socialne interakcije z drugimi in druženje?
2. Kakšna so njihova socialna omrežja (velikost, akterji) in kakšna vrsta opore jim je ponujena?
3. Kako je korona virus vplival na socialne mreže starih ljudi, kakšne so posledice in kako se z njimi soočajo?
4. Kakšno vlogo imajo v socialnih omrežjih starih ljudi sosedje?

3. METODOLOGIJA

3.1. Vrsta raziskave

Magistrsko delo temelji na kvalitativni raziskavi, saj sem zbirala besedne opise, ki se nanašajo na raziskovani pojav. Glavno izkustveno gradivo predstavljajo besedni opisi ljudi v tretjem življenjskem obdobju, ki sem jih obdelala in analizirala na besedni način, brez uporabe merskih postopkov, ki nam dajejo števila (Mesec, 2017, str. 11). S kvalitativno obliko raziskave sem prišla do celovitega in vsebinsko bogatega razumevanja, ki me lahko usmerja pri praktičnem delu (Mesec, 1998, str. 29).

Raziskava je tudi empirična, saj sem podatke zbirala na novo, neposredno z intervjuvanjem ljudi na terenu oziroma preko telefonskega klica.

3.2. Teme raziskovanja

Teme, na katere sem se osredotočila pri sami raziskavi, so:

1. Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja.
2. Primerjava socialnih interakcij in socialnih mrež pred in med epidemijo oziroma vpliv koronavirusa na življenje ter soočanje s posledicami.
3. Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore.
4. Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore.
5. Družina in star človek v času pred in med epidemijo.

3.3. Merski instrument

Merski instrument v moji raziskavi predstavlja delno standardiziran vprašalnik. Vnaprej sem si zastavila teme raziskovanja in potem pripravila bistvena vprašanja, ki sem jih kasneje po potrebi podkrepila z dodatnimi podvprašanji oziroma jih formulirala drugače in jih razčlenila, s čimer sem si zagotovila razumevanje sogovornika. Intervjuji so bili anonimni in prostovoljni, vprašanja pa odprtega tipa, torej sogovornikov pri obliki odgovora nisem omejevala in so govorili prosto.

Vprašalnik sestavlja trinajstih vprašanj. Prvi sklop vprašanj se nanaša na raziskovanje že vzpostavljenih socialnih mrež intervjuvancev. Raziskovala sem velikost in pomen, ki ga imajo sociale mreže za ljudi v tretjem življenjskem obdobju, možnosti za druženje, ki jih ponuja njihovo okolje ter odnose med posameznimi akterji. V drugem sklopu vprašanj pa sem se osredotočila in raziskala vpliv epidemije koronavirusa na socialno življenje starih ljudi.

Zanimale so me tudi spremembe, ki jih je koronavirus prinesel v življenje intervjuvancev, omejitve, s katerimi se spopadajo, raziskala pa se tudi njihov pogled na situacijo ter njihov položaj in poskušala najti možnosti za izboljšavo ali vsaj oporo v teh kriznih časih. Poleg tega pa me je zanimala tudi vloga sosedov v socialnih omrežjih starih ljudi, kakšno obliko pomoči in podpore nudijo ter kako stari ljudje menijo, da so v soseski med seboj povezani.

3.4. Populacija in vzorčenje

Populacijo v moji raziskavi sestavljajo ljudje, ki so v obdobju opravljanja intervjujev torej med 26. 11. 2020 in 28. 1. 2021 stari 65 let ali več. Vzorec je neslučajnostni, saj enote populacije niso imele enake možnosti, da so izbrane, je pa tudi priročni, saj sem vključila ljudi, ki so mi bili najbolj dostopni in do katerih bom lahko dostopala preko poznanstev, saj je zaradi izolacije in celotne situacije s koronavirusom dostopanje do nepoznanih, tretjih oseb močno oteženo in praktično skoraj nemogoče. Vzorec vključuje 8 oseb ženskega spola različnih socialnih statusov, kar pomeni, da imajo različen aktivnosti položaj (zaposlitev), različno višino dohodkov, različen življenjski standard, stopnjo izobrazbe prav tako pa imajo različno velike že ustvarjene socialne mreže, kajti te razlike lahko pri isti dobrini pomenijo različne odzive.

3.5. Zbiranje podatkov

Podatke sem zbirala na terenu z metodo ustnega spraševanja. Intervjuje sem izvedla v različnih krajih, in sicer v okolici Kamnika in Višnje Gore. V stik z intervjuvanci sem prišla s pomočjo znancev, nato pa sem se po predhodni privolitvi in seznaitvi z namenom raziskave z vsakim posameznikom dogovorila za izvedbo intervjuja. Če srečanje zaradi epidemije in ukrepov ni bilo mogoče, sem intervjuje izvedla preko telefonskega pogovora. Zbiranje podatkov je potekalo med 26. 11. 2020 in 29. 1. 2021. Uporabila sem delno standardiziran intervju, z vprašanji pa sem bila tudi v neposrednem stiku, kar je omogočilo sporazumevanje o pomenu sporočil (Mesec, 1998, str. 81–82). Tekom pogovora sem si zapisovala odgovore intervjuvanih, saj sem s pomočjo teh beleženj kasneje lahko zapisala celoten pogovor. Ker se gradiva zbranega na terenu drži »terenska nesnaga«, kot so nepomembni podatki, podvajanja in podobno (Mesec, 1998, str. 87), sem gradivo transkribirala in zapisala le pomembne podatke.

3.6. Analiza pridobljenih podatkov

Postopek kvalitativne analize lahko razdelimo na šest korakov (Mesec, 1998, str. 103).

Najprej sem pridobljene podatke uredila in jih označila s črkami od A do H, kar predstavlja izhodišče za analizo, sledila je določitev enot kodiranja. Naslednji korak je bilo odprto kodiranje, kjer sem oblikovala pojme, kategorizirala in razvrščala podatke ter posameznim delom besedila pripisala pojme. Nato sem združila sorodne pojme v kategorije in analizirala značilnosti pojmov in kategorij. Sledilo je odnosno kodiranje in oblikovanje končne teoretične formulacije. Tako zapisane intervjuje kot kvalitativno analizo podatkov najdete v Prilogi 2.

3.6.1. PODČRTOVANJE IN IZPIS POMEMBNIH DELOV BESEDILA

Dele stavkov, ki so pomembni za mojo raziskavo, sem podčrtala oziroma obarvala in jih označila s črko intervjuja ter številko izjave.

Primer: Del intervjuja A

A: S kom pa se najraje družite in vam predstavlja največjo oporo? Kakšno oporo, pomoč vam nudijo?

B: Trenutno mi druženje in pomoč ponuja predvsem dekle, ki nudi pomoč na domu(A34) in je njena pomoč in družba zelo dragocena(A35). Pomoč na domu mi zelo veliko pomeni(A36), ker sama nisem več sposobna, da bi kaj več hodila (A37), trenutno tudi karantena tega ne dopušča (A38), še prej ko je bilo dovoljeno, da so bili v trgovini rezervirani časi za upokojence tega sama nisem koristila (A39), so mi pomagali družinski člani (A40), bila pa je tudi v našem kraju organizirana nabava po trgovinah (A41). Bili so fantje, ki si jih poklical in so potem prinesli kar sem potrebovala iz trgovine, sem jim dala denar in so mi potem dostavili (A42). Zelo rada pa se seveda družim tudi s svojimi otroci (A43), zdaj sem z njimi samo v stiku preko telefona (A44), prej pa so me obiskovali (A45), ko jim je čas dopuščal, saj majo vsak svojo službo, vsak svojo družino (A46) in tako, tudi jaz pa sem velikokrat obiskala njih, so me prišli iskat in me odpeljali potem do svojih družin (A47).

3.6.2. ODPRTO KODIRANJE

V naslednjem koraku sem enotam pripisala pojme, jih združila v kategorije ter določila teme.

Primer odprtega kodiranja: Tabela G

G41	ko mi je lepo se skupaj smejemo	Smeh	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrsta prejete opore
G42	tako res smo povezani	Povezanost družine	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G43	sploh pa me velikokrat v dobro voljo spravita pravnukinji	pravnukinji	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež
G44	Veš otroci so nekaj posebnega, še tako slab dan ti vsaj za trenutek polepšajo, tako da sem zelo vesela ko jih pripeljejo pokazat	Majhni otroci prinašajo veselje	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež
G45	Ja to pa morem poudariti, da imam super sosede	Odlični odnosi s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost

3.6.3. OSNO KODIRANJE

Pojme in izjave sem nato razporedila ter uredila znotraj kategorij in tem.

Primer: Del osnega kodiranja

OHRANJANJE STIKOV

OHRANJANJE STIKOV Z DRUŽINSKIMI ČLANI

- Pogosti telefonski pogovori (A13, A44)
- Pogosti telefonski pogovori nadomeščajo druženje (B70)
- Ima stike z vnuki (A18)
- Telefonski klici nadomeščajo druženje (A32, A115, F48)
- Stike z družinskimi člani ohranja s pomočjo telefonskih klicev (G76)
- Vsakodnevni telefonski klici (C59)
- Pogosti stiki s hčerko preko telefona (A114)
- Neozaveščenost o uporabi socialnih omrežij (A116, G77)
- Seznanjenost z uporabo video klica (B85)
- Neozaveščenost o uporabi računalnika (F47)

OHRANJANJE STIKOV S PRIJATELJI

- Občasni telefonski pogovori s prijatelji iz mladosti (A54)
- Telefonski pogovori predstavljajo edin način ohranjanja stikov (A94)
- Pogosti telefonski pogovori (B38, B83)
- Telefonski klici nadomeščajo druženje (A122, E46)
- Pošiljanje sporočil, da ohranja stike (E47)
- Telefonski klici (D53)

4. REZULTATI IN RAZPRAVA

Delež starejšega prebivalstva tako v Sloveniji kot drugod po svetu strmo narašča, posledično naraščajo tudi potrebe po skrbi za starejšo populacijo, vse bolj pa se poudarja tudi naloge socialne politike (Cafuta, 1998, str. 141). V zadnjem letu se poleg vsakdanjih izzivov, ki jih prinaša starost, stari ljudje soočajo še s koronavirusom in pridruženimi ukrepi ter vplivi le-teh na njihovo življenje in socialne mreže. Raziskava in osvetlitev značilnosti ter sprememb v socialnih mrežah starih ljudi v obdobju koronavirusa je bil tudi poglobitni namen izvedene raziskave.

V nadaljevanju predstavljam pridobljene podatke. Rezultati so predstavljeni po temah, ki sem jih določila z raziskovalnimi vprašanji. V raziskavi je bilo vseh osem sogovornic ženskega spola, starih od 65 do 91 let. Vse imajo končano osnovnošolsko izobraževanje, štiri so zaključile tudi srednješolsko izobraževanje, medtem ko ima ena narejen tudi absolutorij iz medicine, vendar ni diplomirala. Pet sogovornic živi samih in tri z družino, vse pa stanujejo v lastnih hišah.

1. POMEN SOCIALNIH MREŽ, INTERAKCIJ, DRUŽENJA

Socialne mreže imajo številne pomembne vloge na različnih življenjskih področjih. Huxhold, Fiori in Windsor (2013) opredeljujejo, da imajo socialne mreže neposreden vpliv na kvaliteto življenja, skozi socialno vključenost in zadovoljstvo z življenjem, drugi avtorji poudarjajo neposreden vpliv na fizično zdravje (Lunsland, Smith in Layton, 2010), medtem ko nekateri govorijo tudi o vplivih na kognitivno zdravje (Shankar, Hamer, McMunn in Steptoe, 2013).

Pomen medosebnih interakcij in druženja za stare ljudi sem raziskala tudi sama. Znotraj teme sem se osredotočila predvsem na pomen in vrednost, ki jo stari ljudje pripisujejo druženju. Pet od osmih intervjuvank je izpostavilo, da druženje predstavlja neko obliko zaposlitve (... *nekaj da se zamotim* (C2), *zaposlim kako drugače kot z delom*. (C3)). Na splošno jim druženje veliko pomeni in zapolni njihov dan, prav tako pa druženje označujejo kot dobro izkoriščen prosti čas, v katerem se sprostijo, delijo skrbi z drugimi, hkrati pa ga opisujejo tudi kot čas, ki ga lahko preživijo z drugimi, torej se ne počutijo same. Druženje jim prinaša predvsem pozitivne občutke, med katerimi so bili izpostavljeni predvsem veselje, zadovoljstvo in sreča, torej sogovornice na nek način potrjujejo zgoraj zapisano trditev o vplivu socialnih mrež in stikov na zadovoljstvo z življenjem ter posledično tudi na njegovo kvaliteto.

Glavni pomen druženja vse intervjuvanke opisujejo v smislu, da jim prinaša raznolikost in pestrost. Povedo, da gre za neko obliko spremembe, ki hkrati za njih pomeni tudi razbremenitev, saj na primer svoje probleme, težave in misli podelijo z drugimi, medtem ko pa je ena izmed intervjuvanih, druženje označila tudi kot način, ki ji pomaga pri ohranjanju rutine (*Druženje mi prinaša veselje* (F4), *sprostitev* (F5) *in rutino* (F6)). Druženje vidijo tudi kot način, s katerim ohranjajo dobre medsebojne odnose, ob čemer se počutijo povezane z ostalimi akterji njihovih socialnih mrež. O podobnem vidiku govori tudi Cobb (1976), ki takšno vrsto socialne opore opredeljuje kot oporo posamezniku, ki mu omogoča zavedanje, da je ljubljen, sprejet in spoštovan.

Ena izmed sogovornic je izpostavila tudi odvisnost pomena druženja od tega, s kom se družijo, pri čemer lahko opazimo razvrščanje akterjev svojih socialnih mrež, v različne kroge diagrama koncentričnega koga, ki najbolje ponazarja socialna omrežja posameznikov. Sogovornice so v večini primerov največjo vrednost pripisovale druženju z družinskimi člani (1. krog, ki je najbližje posamezniku), pri čemer poudarjajo predvsem druženja z otroci, vnuki in pravnuki. Druženje z mlajšimi opišejo tudi kot druženje, ki v njihov vsakdan prinaša ogromno veselja in vedrine.

V nasprotju z druženjem z družinskimi člani, ki mu pripisujejo veliko vrednost, pa občasna druženja sogovornice označujejo kot manj pomembna oziroma ena izmed njih celo kot nepomembna (*Če je tako, da je vsake toliko časa kakšno druženje, mi niti ne pomeni toliko* (H18)).

Sodelujoča je za razliko od ostalih izpostavila tudi, da je zaradi moževe službe že vse življenje vajena biti sama in družbe ter druženj niti ne potrebuje oziroma ji ne manjkajo, kar se precej razlikuje od želja in preferenc ostalih sogovornic (*V življenju sem bila veliko sama* (H20a), *mož je bil cele dneve v službi, dežuren, sva bila že tako veliko narazen* (H20b), *sem vajena biti sama* (H21)), kar pa lahko povežem z besedami Wengerjeve (1994), ki poudarja vpliv posameznikove osebnosti in temperamenta tako na oblikovanje kot tudi na vzdrževanje socialnega omrežja.

2. ZNAČILNOSTI SOCIALNIH MREŽ IN VRSTE PREJETE OPORE

Socialne mreže vključenih v raziskavo pretežno sestavljajo družinski člani, kar je v skladu s trditvijo Giddensa (1993, str. 60), da je družina kljub številnim spremembam, ki jih je bila skozi zgodovino deležna, še vedno ena izmed ključnih akterjev, tako v življenju posameznika kot tudi družbe na splošno. Govorimo lahko o že prej omenjenem prvem krogu v diagramu koncentričnih krogov, ki služi kot prikaz socialnih omrežij posameznika. To območje oziroma

ta krog imenujemo emocionalno, intimno ali prvo omrežje, za katerega so značilne stabilne in tesne vezi. Člani se redko zamenjajo, imajo pa več vlog hkrati in nudijo več vrst opore (Filipovič Hrast in Hlebec, 2015, str. 62), s čimer sovpadajo tudi ugotovitve moje raziskave. V drugi krog (omrežje socialne opore) sogovornice umeščajo predvsem prijatelje, vendar manj pogosto in v manjšem številu.

Socialne mreže sogovornic se kljub vsemu med seboj precej razlikujejo, ne glede na to, da so pretežno sestavljene iz sorodnikov in družinskih članov. Veliko manj je tistih, ki v svoje neformalno omrežje vključujejo tudi več prijateljev, samo ena intervjuvanka je izpostavila, da ima več kot dvajset prijateljev, medtem ko druge med prijatelje uvrščajo največ 8 ljudi, ena izmed vprašanih pa je govorila o eni sami pravi prijateljici. Večinoma torej lahko govorim o sorodstvenih oziroma družinskih omrežjih ali pa o integriranih omrežjih v bivalnem okolju, kjer glavne alterje predstavljajo družinski člani in manjše število bližnjih prijateljev, med katerimi je značilna tesna povezanost (Hlebec, 2004, str. 111).

Kljub podobnostim pa so se kot omenjeno v nekaterih pogledih njihovi odgovori razlikovali in sicer je manjši delež sogovornic povedal, da se s prijatelji družijo pogosto oziroma skoraj redno (*Veliko se družim s kolegi in prijatelji* (B18)), medtem ko so druge najpogosteje med ljudi, s katerimi preživljajo svoj prosti čas, umeščale le družino in družinske člane (*... držim se svojega doma, družine* (C33)). Dve sogovornici sta poudarili tudi močno povezanost z vnukinjama (*Zelo tesno pa sem povezana tudi z vnukinjo* (C25)), kar lahko označim tudi kot zelo pomemben vidik pri premagovanju sodobnih tabujev o starosti in kot pomemben korak v oblikovanju pozitivnega odnosa do starosti in starih ljudi, kot ga označuje tudi Ramovš (2003), ki pravi, da je tesen stik mlade in stare generacije življenjsko pomemben za vse.

Druge udeleženke raziskave so na tem mestu, torej kot redno družbo, izpostavljale predvsem svoje otroke, izjema je bila sogovornica, ki je kot pomembnega akterja svoje socialne mreže označila sestro.

Pri sklopu vprašanj glede socialnih mrež je le manjšina sogovornic poudarila pomen prijateljstev, zato se lahko navežem na ugotovitev Kristančiča (2005), ki je zapisal, da se z leti število prijateljskih odnosov zmanjšuje. Poročale so le o občasnem druženju s prijatelji v lokalnem okolju, druženju s člani gasilskega društva in vendar kljub temu o dobrih odnosih s prijatelji (*Gasilsko društvo mi veliko pomeni* (E24), *ker se družimo* (E25), *smejimo* (E26) *in ogromno pogovarjamo* (E27a), *hkrati pa tudi vadimo za tekmovanja* (E27b)). Povedale so, da se rade družijo tudi z drugimi ljudmi, ki niso člani družine. Ena izmed vprašanih je poudarila

vrednoto pravega prijateljstva, druga pa dodaja še, da druženje s prijatelji v njeno življenje prinaša veselje in pozitivno energijo (... *hkrati pa mi je v veselje, ko sem lahko z njimi in rada preživljam čas z njimi* (D3)).

Se pa tudi na tej točki opazijo razlike med sogovornicami in njihovimi osebnimi značilnostmi, namreč na drugi strani poleg vprašanih, ki so zelo družabne, imam soudeleženke, ki izpostavljajo in opisujejo svojo samotarsko plat ter posledično zelo redko druženje s prijatelji. Kot razlog za to na eni strani navajajo zdravstveno stanje, ki jim onemogoča oziroma otežuje druženje, na drugi strani pa kot razlog za to izpostavljajo svoj način življenja in svoje navade. Sogovornica izpostavlja vaje na to, da je sama, pravi, da se sama zaposli in družbe niti ne potrebuje (*V življenju sem bila veliko sama* (H20a), *mož je bil cele dneve v službi, dežuren, sva bila že tako veliko narazen* (H20b) *tako, da sem vajena biti sama* (H21)).

Socialno oporo lahko definiramo na več načinov, med drugim tudi kot občutek pripadnosti in skrbi s strani drugih (Hlebec in Kogovšek, 2003, str. 103).

Glede na vrsto klasifikacij socialne opore se v empiričnih raziskavah najpogosteje pojavljajo:

- **Druženje**, sogovornice so to vrsto socialne opore najpogosteje izpostavile, ob tem pa omenile še skupno preživljanje prostega časa, kjer so izpostavljale predvsem skupne izlete (*Bila sem zelo vesela* (A72), *ko smo se udeležili kakšnih izletov* (A73)) s prijatelji in znanci, ki so se jih zelo veselile in hkrati rade udeleževale iz različnih razlogov. Ene izpostavljajo izlete kot možnost oziroma način menjave okolja, druge kot način spoznavanja novih ljudi, stvari in način srečevanja s sovrstniki (... *izleti so bili edina možnost, da sem šla malo med ljudi* (C51), *da sem zamenjala okolje* (C52) *in videla kaj* (C53)). Tri so poudarile druženja s člani različnih društev, od tega dve s člani gasilskega društva (*Gasilsko društvo mi veliko pomeni* (E24), *ker se družimo* (E25)) in ena s člani balinarskega kluba, nekaj drugih pa je izpostavilo tudi društvo upokojencev.
- Medtem ko so pri druženju kot obliki opore večinoma izpostavljale prijatelje, sosede in člane društev, se pri **instrumentalni vrsti opore** sogovornice zanašajo predvsem na bližnje družinske člane. Druženje z družinskimi člani v nekaterih primerih pojmujejo kot obliko pomoči, obenem pa se pomoči in obračanja na bližnje sogovornice tudi največkrat poslužujejo (*Če sem potrebovala kakšno pomoč, so mi pomagali predvsem otroci* (A65)). Pripovedovale so predvsem o pomoči pri opravilih, ki jih same ne zmorejo, izpostavljajo pa tudi delitev dela in pomoč pri težjih opravilih (*Ja, če kaj ne morem mi pomagajo sorodniki* (H55a)). Instrumentalno obliko opore sogovornice

definirajo tudi v smislu prinašanja stvari iz trgovine (*Pa tudi v trgovino gredo zame* (G36)), prevažanja na različne preglede (*pa k zdravniku me peljeta ker sama nimam izpita* (G38)), pomoč pri delu na kmetiji, ob čimer tudi izpostavljajo in poudarjajo vrednost in dragocenost te pomoči. Ena izmed sogovornic v tem sklopu vprašanj poudari tudi pomoč in podporo gospodinjske pomočnice na domu, ki ji pomaga pri čiščenju, kuhanju, nabavi živil in drugih opravilih, ki jih sama ne zmore in ob tem poudarja pomen, ki ga pripisuje tej vrsti pomoči.

- Pogosto so pripovedovale o pogovorih in podpori, ki jim jih nudijo akterji njihovih socialnih mrež, govorile so o predvsem o vidiku **pomoči pri premagovanju težkih situacij** (*ko mi je hudo se pogovorimo* (G40)), saj jim druženje v življenje vnaša pozitivno energijo (*Druženje zame pomeni neko mero pozitivne* (B9)), raznolikost in za druge pa ima pomen sproščanja pa tudi zaposlitve (*da mi hitreje mine čas* (D5)). Veliko jim pomeni možnost skupnega druženja ob kavi (*greva na kavo oziroma sedaj v tem času pride ona do mene ali jaz do nje, saj živiva v isti vasi* (B23)), igranja družabnih iger in klepetanja, saj to v njihov vsakdan vnaša dobro voljo, hkrati pa na to gledajo tudi kot na podporo v lepih trenutkih. Prav te pogovore Hlebec in Filipovič Hrast (2015, str. 61), umeščata med oblike **emocionalne opore**. Tu se bili odgovori precej raznovrstni, saj so intervjuvanke omenjale tako prijatelje kot družinske člane in tudi formalne oskrbovalce. Ena izmed vprašanih je povedala, da ji pogovori s prijateljico pomagajo pri razreševanju vsakodnevnih stvari in premagovanju težkih trenutkov, hkrati pa jo pogovor razvedi. Druga sogovornica je na tej točki izpostavila vnukinjo, ki za njo predstavlja posebno vrsto opore. Vnukinja skrbi za njeno počutje in jo podpira ter ji pomaga, ko se znajde v stiski (*... tako, torej lahko rečem da mi nudi podporo v časih ko mi je težko, ko se ne počutim dobro* (C30)). V primerih, ko se znajdejo v težavah ali ob težkih trenutkih, omenjajo tudi podporo sosedov (*... tudi ko sem slabe volje, me posluša* (G53)). Vendar pa veliko vlogo pri tej vrsti opore vseeno prevzemajo družinski člani, sogovornice namreč opisujejo način dajanja emocionalne opore predvsem v smislu raznovrstnih pogovorov, ki imajo na njih blagodejni učinek in lajšajo njihove stiske. Poleg vsega naštetega je ena izmed sogovornic poudarila tudi pomen, ki ga pri emocionalni vrsti opori pripisuje hišnemu ljubljenceku (*Mi pa neko vrsto opore nudi tudi hišni ljubljencek (mucek), s katerim se včasih pogovarjam* (D19)).

Ker so glavni alterji v neformalnih omrežjih sogovornic večinoma družinski člani in bližji, lahko njihova omrežja večinsko opredelim kot sorodstvena ali družinska, kot ga poimenuje

Wengerjeva (1994, str. 3), trem sogovornicam lahko pripišem integrirana omrežja v bivalnem okolju, kjer pomembno vlogo poleg družine, nosijo tudi prijatelji in sosedge, ter za katerega je značilna visoka stopnja avtonomije (Hojnik Zupanc, 1999, str. 134).

Nobene od vključenih v raziskavo ne morem uvrstiti v samozadostno omrežje, pri eni lahko govorim o opornem omrežju širšega bivalnega okolja, saj tako kot Hlebec (2004, str. 111) opisuje vključenost prijateljev, sosedov in sorodnikov, pri eni sogovornici pa opažam tudi zametke omrežja z zaprto zasebnostjo, saj gospa izpostavlja neodvisnost, geografsko oddaljenost s hčerko in zelo redke stike s sosedi.

Človek za svoj razvoj potrebuje družbo drugih ljudi, ne glede na starost. Predvsem v tretjem življenjskem obdobju pa postanejo socialne mreže pomemben dejavnik, ki na življenje vpliva na več načinov, med drugim na duševno počutje, zmanjševanje osamljenosti, kakovost življenja in tudi aktivno staranje. Z vidika teh dejavnikov so starejši ljudje zelo ranljiva skupina, kajti velikost socialne mreže se s starostjo zmanjšuje, prav tako tudi njena kakovost in pogostost stikov (Hvalič Touzery, 2014, str. 13). Upadanje socialnih stikov in manjšanje števila prijateljev je izpostavila tudi ena od sogovornic, in sicer je govorila o umiranju njenih prijateljev oziroma sovrstnikov (*Ta družba bi lahko rekla, da se počasi zelo reči* (A61), *vsi, s katerimi sem se družila, umirajo* (A62)), kar pa so v nadaljevanju povezale tudi s vse pogostejšim pojavljanjem občutka osamljenosti. Stari ljudje so vajeni določenih oseb v njihovem življenju in so pogosto bolj zadržani pri ustvarjanju novih socialnih interakcij in pri vzpostavljanju odnosov z novimi ljudmi.

3. MEDSOSEDSKA POVEZANOST TER OBLIKE POMOČI IN PODPORE

Pomembno vlogo v življenju starih ljudi pa ima tudi lokalna skupnost, saj predstavlja poznano okolje in ljudi, med katerimi se počutijo varno in sprejeto (Henning in Lieberg, 1996), ob enem pa je lokalno okolje potencialni vir pomoči starim ljudem (Filipovič Hrast, 2009, str. 170).

Kot že omenjeno so nekatere sogovornice pri pomoči izpostavile tudi sosede, vendar pa so večinoma odnose s sosedi opisovale kot površinske in ohlapne. Po pomoč in podporo se na sosede večinoma ne obračajo, razen če nimajo druge izbire (*Pri sosedih opore nisem nikoli iskala* (A63), *saj sem bila vedno dokaj samostojna* (A64)). Le ena izmed intervjuvank je izpostavila pomoč soseda, ki ji nudi prevoz, pomoč pri težjih opravilih in pri oskrbi z živili, le ena pa je odnos s sosedi naslovila kot povezanost in medsebojno pomoč (*... vem, da se lahko zanesem na njih, če slučajno mojih ni doma in če karkoli potrebujem* (G57)). Ti dve sogovornici tudi pojmujeta odnose med sosedi kot neke vrste medsosedske povezanost in sodelovanje (Če

kdo potrebuje pomoč, si vedno pomagamo (F27)), medtem ko v drugih primerih o medsosedski povezanosti ne morem govoriti, saj sogovornice izpostavljajo ohranjanje samostojnosti in nesodelovanje. Kljub temu pa intervjuvanke poudarjajo, da so s sosedi v dobrih odnosih, se občasno družijo (...gremo vsake toliko časa drug k drugemu na obisk ...(C40)) in pogovarjajo. Le ena izmed vprašanih izpostavi, da sosedov ne pozna in ima z njimi zelo ohlapne odnose, zato jo tudi vsakršna podpora ali pomoč z njihove strani na nek način preseneti (... presenečena sem bila, ko je umrl mož, jih je ogromno prišlo na pogreb v Ljubljano, kar me je zelo presenetilo (H62)). Na splošno torej intervjuvanke opisujejo dobre odnose s sosedi, vendar le občasne stike in pomoč ob izjemah. Ena izmed njih pa izpostavi tudi nesoglasja in nekompatibilnost z enim od sosedov, zaradi česar se vsakršnih stikov z njim izogiba.

4. VPLIV KORONAVIRUSA NA ŽIVLJENJE TER SOOČANJE S POSLEDICAMI

Pri tem sklopu vprašanj sem raziskovala vplive koronavirusa na vsakdanje življenje starih ljudi ter spremembe, ki jih je le-ta prinesel. Z namenom, da bi lahko primerjala socialne interakcije in socialna omrežja pred in med epidemijo, sem najprej raziskala njihovo socialno vključenost pred vsemi ukrepi in omejitvami. Nadaljevala sem s spremembami in vplivi, ki jih je COVID-19 prinesel v njihova življenja, raziskala pa sem tudi načine spopadanja s spremembami, ki jih situacija prinaša ter načine ohranjanja medsebojnih stikov in odnosov, glede na to, da je druženje povsem prepovedano. Na koncu me je zanimala še širša slika, in sicer sem želela dobiti vpogled v njihovo doživljanje položaja starih ljudi v času epidemije.

Socialna vključenost

Za kakovostno življenje vsakega posameznika sta zelo pomembna njegova socialna mreža, ki je lahko vir socialne opore in družbeno omrežje, ki predstavlja kanal za njegovo vključenost in participacijo v družbi (UMAR, 2020, str. 3).

Pet sogovornic od skupno osmih je vključenih v društvo upokojencev, kjer nekatere izmed njih opravljajo oziroma so opravljale tudi različne funkcije npr. računovodja. Poleg tega dve intervjuvani tudi aktivno sodelujeta v gasilskem društvu, dve sta včlanjeni v društvo Rdeči križ, ena v balinarsko društvo, ena v planinsko društvo in ena v Društvo invalidov. Samo dve intervjuvanki nista vključeni v nobeno izmed društev.

Vključene društvom in organizacijam pripisujejo velik pomen, bodisi v smislu pozitivne obveznosti, zabave, razvedrila bodisi vključenost opišejo kot način prekinitve vsakdanje rutine, menjavo okolja (... *saj sem tako malo zamenjala okolje ...* (G63)), možnost za druženje, medsebojno sodelovanje in povezovanje ter obiskovanje izletov. Ena izmed sogovornic opredeli vlogo društva tudi v smislu ohranjanja njene aktivne vloge v družbi na splošno in hkrati ohranjanja aktivnega vsakdanjika zaradi številnih obvez, ki jih z veseljem opravlja (... *saj me na nek način zaposluje* (B61) *in ohranja aktivno tudi v družbi* (B62)).

Vpliv koronavirusa na življenje

V trenutni situaciji, ko je samoizolacija in izogibanje stikom najboljši način, da se izognemo okužbi s koronavirusom, Armitage in Nellums (2020) opozarjata na psihološka tveganja za stare ljudi, ki jih s seboj prinaša socialno distanciranje.

S sogovornicami sem se osredotočila na raziskovanje njihovega življenja pred in med epidemijo. Pred koronavirusom so večinoma opisovale svoje socialno življenje. Intervjuvanke so izpostavljale predvsem obiskovanje otrok (... *prej so me obiskovali* (A45)), skupne izlete, sprehode, pitje kave s prijatelji, igranje družabnih iger kot je na primer kartanje (... *pred koronavirusom smo se dobivali vsak konec tedna in skupaj kartali ...* (D46)). Ena izmed sogovornic, katere hčerka, kot že prej omenjeno, živi v Nemčiji, je izpostavila tudi, da je pred zaprtjem države in omejitvami hči pogosto prihajala v Slovenijo oziroma so bili skupaj vsaj ob praznikih. Izpostavijo tudi, da so prej dokaj pogosto klepetali s sosedi, se družili zunaj na vrtu, medtem ko se sedaj zadržujejo notri in vsak zase ter se izogibajo stikov zaradi strahu pred okužbo. Podobno kot Milošević Arnold (2003, str. 32) poudarja, da si kvalitetnega življenja posameznika nikakor ne moremo predstavljati brez pristnih odnosov z drugimi ljudmi, opisujejo tudi intervjuvanke. Epidemija je v življenje sogovornic vnesla kar nekaj sprememb in omejitev s katerimi so se morale kot pravijo same sprijazniti. Povedo, da so se njihovi socialni stiki precej zmanjšali (... *stike sem imela predvsem pred korono ...* (A20)), zdi se jim da je sedaj njihovo socialno življenje precej slabše. Omejitve opisujejo tudi kot prepoved obiskovanj, ki so jim pred tem ogromno pomenila, zato te omejitve dojemajo kot velike spremembe. Kot zapisuje Mali (2004, str. 112), so ravno stiki z okoljem in pomembnimi alterji tisti, ki dajejo starim ljudem občutek pomembnosti, omogočajo veselje do življenja in predvsem zmanjšujejo osamljenost.

Druga sogovornica omejitev ne doživlja v takšni meri, pove, da ob tem ne doživlja stiske in ji le-te ne predstavljajo posebnih težav, saj se organizira drugače.

Med značilnosti ljudi lahko umestimo težnjo po predvidljivih dogodkih in rutinah, saj nam dajejo občutek nadzora nad življenjem. Vendar pa smo se v starosti primorani soočiti z mnogimi negotovostmi in ovirami (Grebenc, 2008, str. 92–95), v času epidemije Covid-19 pa je slednjih še veliko več.

Dve sodelujoči v raziskavi tako izpostavljata tudi omejitve, ki se navezujejo na njune aktivnosti in njuno tedensko rutino, saj sta se udeleževali različnih pohodov (*Sedaj zaradi omejitev gibanja sicer ne smemo na pohode, tako da mi to zelo manjka ...* (B63)) in balinjanja. Ena izmed njiju spremembe opiše kot privezanost na dom, omejeno gibanje, sprehajanje in omejitve druženja. Izpostavlja tudi manj pogosto druženje s hčerko, medtem ko druga poudari tudi pozitiven vidik oziroma način kako se kljub omejitvam znajde in zapusti svojo občino.

Ramovš (2009, str. 22–23) pravi, da so odnosi med ljudmi ter njihovo sodelovanje temeljnega pomena in jih je potrebno vzdrževati, saj gre za enega glavnih dejavnikov kakovostnega staranja. Intervjuvana pove, da se ne glede na omejitve odnosi med njo in pomembnimi drugimi niso spremenili, omeni pa da so opazne razlike, ker se veliko manj družijo. Izpostavi tudi problem okrnjenih načinov preživljanja prostega časa in možnosti za aktivno preživljanje prostega časa (*... sedaj sem kar naenkrat brez vseh možnosti ...* (E42)), podobno druga sogovornica poudarja spremembo njene vsakdanje rutine (*Ker se ne morem družiti, se je spremenila moja dnevna rutina* (F33)).

Sogovornica pove, da ne glede na omejitve ni prikrajšana za nič in da omejitve za njo pravzaprav ne predstavljajo posebnih omejevanj (*... že prej nisem veliko hodila okoli, niti na obiske niti na kave ali podobno, tako da prikrajšana ravno nisem ...* (C55)), razen tega da ima tako kot ostale sogovornice manj pogoste stike z družinskimi člani, saj obstaja bojazen za okužbo. Sogovornica F izpostavi tudi opuščanje aktivnosti oziroma stvari, ki so ji pred epidemijo ogromno pomenile, predvsem omenja obiskovanje cerkve in cerkvenih obredov (*Prav tko ne morem k maši, kar mi je prej veliko pomenilo ...* (F58)).

Omenile so tudi prepoved prehajanja med občinami, kar posledično pomeni izgubljanje stikov in manj pogosto druženje ter tudi krčenje socialnih omrežij, kar pogosto vodi do občutkov osamljenosti.

Ohranjanje stikov

Vse intervjuvane z namenom ohranjanja medsebojnih stikov tako s prijatelji kot s sorodniki razvijajo druge načine in tehnike, pri čemer pa si pomagajo tudi z uporabo različnih komunikacijskih sredstev. Sodobna informacijsko komunikacijska tehnologija je lahko pripomoček, ki starim ljudem izboljša kakovost življenja, saj je na primer internetno komuniciranje zelo uspešno pri premagovanju časovne nedosegljivosti ter fizičnih razdalj (Peteh, 2012). Informacijsko komunikacijska tehnologija ponuja možnost izboljšanja komunikacije s svetom in kakovosti življenja nasploh. Razumemo pa jo lahko tudi kot vir socialne opore, saj omogoča vzpostavljanje in vzdrževanje stikov s prijatelji in sorodniki ter na ta način zmanjšuje osamljenost ter povečuje socialno vključenost (Selwyn, 2005, str. 503). Vse sogovornice so kot sredstvo ohranjanja stikov s pomembnimi akterji njihovih socialnih mrež, izpostavile telefone in telefonske pogovore. Nekatere sogovornice so izpostavile svojo nezaveščenost o uporabi socialnih omrežij, tako da telefon ostaja edini način komunikacije, medtem ko bolj ozaveščene omenjajo tudi pisanje sporočil in uporabo aplikacij, kot so Viber, Messenger in uporabo video klica. S pomočjo tega sogovornice opredeljujejo, da ohranjane stikov ni oteženo ter da jim kljub distanci uspeva ohranjati dobre medsebojne odnose (*... smo sicer vsi še vedno v dobrih medsebojnih odnosih ...* (F31)).

Položaj starih ljudi v času epidemije

Lotila sem se tudi raziskovanja položaja starih ljudi v času epidemije, kot ga doživljajo in vidijo sogovornice. Predvsem me je zanimalo, ali menijo, da se je njihov položaj in položaj starih ljudi na splošno kaj spremenil ter če se je, v kakšnem smislu.

Prva sogovornica je izpostavila, da so stari ljudje v današnjih časih prikrajšani za marsikatero stvar, zaradi česar se povečujejo tudi njihove stiske (*... stari ljudje so v smislu svoje starosti trenutno ... kako naj rečem prizadeti* (A126), *za marsikaj prikrajšani* (A127)).

Na splošno meni, da se je v času koronavirusa stiska starih ljudi močno povečala ter da so se mnogi znašli v položaju brezizhodnosti. Zase pravi, da večjih sprememb in tisk sicer ne doživlja, je pa na nek način ujeta v lasten dom. S trditvijo o spremembah v položaju starih se je strinjala tudi druga intervjuvanka, ki je svojo utemeljitev navezovala predvsem na

brezskrbno druženje (*Danes recimo ne moremo priti do normalne kavice, sproščenega pogovora ob njej, do tega da bi se lahko brezskrbno družili, za veliko ljudi je to izjemnega pomena* (B88)). Povedala je, da se zaradi omejevanja druženj in vseh ostalih ukrepov, ki omejujejo socialno življenje, stari ljudje pogosto počutijo osamljene. Povečano osamljenost je omenila kar polovica sogovornic. Zelo pomembno spremembo izpostavi še tretja sogovornica, ki omenja prikrajšanost za ustrezno obliko oskrbe. Njeno mnenje je, da se predvsem stari ljudje zaradi strahu pred okužbo sedaj zatekajo k domači oskrbi in pomoči bližnjih, ki pa ni vedno najbolj ustrezna in zadostna. Kot primer izpostavlja oskrbo na domu in meni, da je uporabnike strah in ne radi odpirajo vrata drugim, ki so v stiku še z množico drugih ljudi (*Prav tako pa se mi zdi, da je veliko starih ljudi zdaj brez oskrbe, ki bi jo potrebovali, recimo ljudje, ki imajo oskrbo na domu, se mi zdi, da se izogibajo stikom s tretjo osebo, ravno zaradi strahu* (C67)).

Sogovornice so govorile tudi o tem, da potrebe starih ljudi zaradi koronavirusa niso zadoščene na primer, da ne morejo opravljati in obiskovati aktivnosti, ki so jih izpopolnjevale, kar v njihova življenja vnaša velik primanjkljaj in stisko (*Prav tako ne morem k maši, kar mi je prej veliko pomenilo* (F58) *in menim, da imamo stari ogromno nezadoščenih potreb sploh sedaj* (F59)).

Soočanje z omejitvami in njihovimi posledicami

Soočanje z omejitvami in posledicami, ki jih le-ta prinaša, intervjuvane večinoma opisujejo kot obremenjujoče (*To je zelo težko...* (A93)). Kot že omenjeno izpostavljajo in opisujejo občutke stiske, vendar se kljub temu trudijo ostati pozitivno naravnane. Predvsem si želijo razbiti monotonost vsakdanjika, ki ga kroji epidemija, zato se trudijo zaposliti na številne druge načine, ki pa so drugačni od tistih, ki so jih bile sicer vajene. Pripovedovale so o zaposlitvi z gospodinjskimi opravili, poslušanju radia, krajših sprehodih, reševanju križank in igranju družabnih iger z družinskimi člani ter prilagajanju aktivnosti (*pač kavo skuham doma ali pa se oglasim pri prijateljici* (B78)). Dve izmed sogovornic sta omenili branje in štrikanje, dvema pa veliko pomeni tudi bližina hišnih ljubljencev, ki blagodejno vpliva na njihovo počutje in jim pomaga pri preživljanju njihovega novega vsakdanjika (*... imam tudi psa, s katerim se vsak dan odpraviva na sprehod* (B81) *in je tudi neke vrste pozitivna obveznosti, ki mi popestri in polepša dan* (B82)).

Pri raziskovanju področja soočanj z omejitvami in njihovimi posledicami so se pojavili tudi odgovori, ki nakazujejo na to, da sogovornicam kljub vsemu ni tako težko, da se s situacijo še kar uspešno spopadajo ter da imajo, kot pravijo same, vse nujno kar potrebujejo (*... mi ni bistveno spremenilo življenja* (C61)). Ena izmed vprašanih je poudarila tudi pozitivno plat življenja izven mestnih središč, kjer imajo kljub ukrepom vseeno več svobode in možnosti za preživljanje prostega časa.

Vendar pa sogovornice omenjajo, da se kljub želji po ohranjanju pozitivnosti in dobrim dnevom še vseeno pogosto znajdejo v premlevanju. Velikokrat privrejo na plano negativni občutki in čustva. Pripovedujejo o obupu, stresu (*... kar mi je na začetku povzročalo velik stres* (F34)), strahu, zaskrbljenosti in tudi žalosti, ker ne morejo izkoristiti dni tako kot bi si želele. Ena izmed intervjuvanih omenja prilagajanje na trenutne razmere in izpostavi, da ima sedaj še več prostega časa, ki ga mora drugače organizirati. Izpostavljajo spremembe v dnevnih rutinah, ki so jih bile pred epidemijo vajene (*... ker sem vajena neke rutine* (E40), *nekih obveznosti, ki mi zapolnijo dan* (E41) *sedaj pa sem kar naenkrat brez vseh možnosti* (E42)) in hkrati opisujejo svoje želje po različnih aktivnostih. Sogovornice povedo, da se kljub težkemu privajanju na nov stil življenja vseeno skušajo sprijazniti s situacijo in jo razumeti (*... ampak sedaj sem se sprijaznila* (G17)).

Nenamenoma smo se z nekaterimi intervjuvankami dotaknile tudi dožemanj in razmišljanj o epidemiji in koronavirusu na splošno. In sicer je ena izmed njih pojasnila dvom v dejanski obstoj COVID-19 in povedala, da kljub vsem podatkom na virus gleda kot na laž. Druga sogovornica je poročala o zmedenosti glede poročanja medijev in dvoma o resničnosti predstavljenih podatkov (*Po televiziji pa vsak dan govorijo drugače* (F56)).

5. DRUŽINA IN STAR ČLOVEK V ČASU PRED IN MED EPIDEMIJO

Medgeneracijsko sožitje je temelj družbe, ki omogoča njen obstoj in razvoj, zato ga je treba krepiti in povezovati generacije, da bodo znale in zmogle skupaj kakovostno živeti (Mali, 2009, str.73). Kot navajam že zgoraj, so sogovornice vloge pomoči in opore najpogosteje pripisovale družinskim članom, zato sem raziskala tudi družinske odnose in vpliv, ki ga ima na njih epidemija.

Bližina ali oddaljenost družine

Odnosi z otroci in vnuki so po študiji Hopfingerja (2008) eni najpomembnejših, poleg odnosov s partnerji in sorojenci. Sogovornice živijo različno oddaljene od svojih sorodnikov, večina jih živi v isti hiši, pri treh gre za drugo občino, medtem ko je ena sogovornica omenila tudi razpršenost družinskih članov po svetu. Pripovedovala je o vnuku, ki živi v Franciji, ter o hčerki, ki je ostala v Nemčiji, medtem ko se je gospa pred 20. leti vrnila nazaj v Slovenijo. Gospa je z menoj podelila tudi posebno stisko, v kateri se vrti že dlje časa. Namreč, ko sta z možem živela v Nemčiji je bila ločena od sina in njegove družine, ki je že takrat bival v Sloveniji (*Ko smo živeli v Nemčiji smo bili brez sina, ker je živel tukaj v Sloveniji* (H69)). Zaradi bolezni moža sta se kasneje odločila, da se v domovino vrneta tudi onadva, vendar je sedaj v podobni situaciji, saj je ločena od hčerke (*... zdaj smo brez hčere in njene družine* (H70)). Glede na razmere in trenutno situacijo s koronavirusom je njena stiska še toliko večja, saj si kljub temu, da razume omejitve in težave, ki jih prinaša tolikšna geografska oddaljenost, vseeno želi, da bi lahko videla hčerko in družinske člane iz tujine (*Si želim, da bi jih lahko še videla, včasih kar rečem, da ne vem, če bom dočkala še to, da se ponovno srečamo* (H14)).

Medsebojni odnosi

Medsebojni odnosi so pomembni v vseh življenjskih obdobjih, saj mlada, srednja in tretja generacija tvorijo nedeljivo družbeno celoto. Koselj (2013) meni, da so medsebojni odnosi in stiki z drugimi zelo pomembni, saj se na osnovi le-teh učimo solidarnosti, ki je bistvenega pomena za bivanje tako v obdobju otroštva kot tudi v obdobju starosti in se ob tem tudi razvijamo.

Sogovornice odnose v svojih družinah opisujejo kot pristne (*Odnosi so pristni ...* (A14)) in zaželeni, tako s strani otrok kot tudi njih samih. Vse so z bližnjimi sorodniki v odličnih medsebojnih odnosih (*Se zelo dobro razumemo* (E7)), opisujejo jih tudi kot tesne odnose, polne empatije, veselja, kar tri pa člane označijo kot medsebojno zelo povezane (*... tako res smo*

povezani ... (G42)). Ena izmed sogovornic poudarja druženje z vnuki in pozitivne vidike le tega, pravi namreč, da otroci v njeno življenje in njen vsakdan prinašajo vedrino. Druga sogovornica pa poseben poudarek nameni odnosu, ki ga ima z vnukinjo in ga opiše kot močno povezanost, kljub temu da stiki niso vsakodnevni (*Zelo tesno pa sem povezana tudi z vnukinjo (C25), s katero se vidiva manjkrat (C26)).*

Dve sogovornici izpostavita tudi občasne konflikte (*Seveda pride včasih do konfliktov ... (D9)*) in željo po uveljavljanju lastne volje, ki je največkrat vzrok teh konfliktov, poleg različnih stališč in mnenj. Konflikte si sicer prizadevajo reševati in se o njih pogovarjati, saj jih, kot izpostavlja ena izmed njih, povezuje neizmerna ljubezen (*ne moremo biti skregani se imamo preveč radi (G31)*) in skrb enega za drugega.

Pomoč

Polovica sogovornic se po pomoč najpogosteje obrača na družinske člane (*... če ne pa se obrnem na otroke (A69)*), v času koronavirusa pa se je potreba po tej pomoči še povečala zaradi strahu pred okužbo. Predvsem omenjajo pomoč pri nakupovanju (*Tudi v trgovino trenutno ne hodim sama (G72), mi vedno prinesejo sorodniki (G73)*), skrbi za prehrano ter pomoč pri težjih opravilih. Štiri sogovornice so pri tem omenile sinove in njihove družine, ena pa je izpostavila tudi vnuka.

Emocionalna opora

Hlebec, Kogovšek, Domajnko in Pahor emocionalno oporo opredeljujejo kot pomoč ob življenjskih krizah (2009, str. 155) in zelo pogosto so intervjuvanke pri vprašanjih glede pomoči in družine tudi omenjale s tega vidika. Najpogosteje v smislu obiskovanj in pogovorov z družinskimi člani. Ena izmed sogovornic je pogovor opisala tudi kot pomoč pri tem, da se ne počuti osamljeno in kot utrjevanje občutka vrednosti (*... pa tudi veliko pogovarjamo (B34), tako da se recimo ne počutim samo ali osamljeno (B35)*). Omenjajo tudi skrb glede njihovega počutja in zdravstvenega stanja (*... me pride vsak dan pogledat, če sem v redu (H23)*), kar jim veliko pomeni ter jih na nek način krepi in motivira k pozitivnejšemu življenju in vztrajanju pri skrbi za svoje počutje.

Soočanje z omejitvami znotraj družine

Ta raziskovani sklop je močno povezan s splošnimi omejitvami, ki jih je prinesel korona virus, s to razliko, da sem se tu osredotočala predvsem na omejitve, ki jih je epidemija korona virusa

prinesla v življenja starih ljudi in njihovih družin. Zanimalo me je, za kakšne vrste omejitev gre in če so le-te na kakršenkoli način vplivale na odnose med bližnjimi.

»Ljudje so v času epidemije namreč omejeni na osebne stike s člani gospodinjstva, kar lahko pozitivno vpliva na družinsko dinamiko in medsebojno povezanost, lahko pa poslabša že pred epidemijo neurejene družinske odnose. Na dodatno poslabšanje odnosov lahko vplivajo dalj časa trajajoči omejitveni ukrepi, negotovost glede zaposlitve in morebitne izgube dohodka ali usklajevanje poklicnega in družinskega življenja« (UMAR, 2020, str. 3). Sogovornice so pri tem vprašanju izpostavljale predvsem omejitve obiskovanj. Vajene so bile obiskov s strani otrok in vnukov, pa tudi druženj s prijatelji, tako da jih kar nekaj pogošča pogostejše stike z družinskimi člani, ki živijo v bolj oddaljenih občinah. Izpostavljajo predvsem obiske ob vikendih, ki so bili prej rezervirani za družinska srečanja, kosila in podobno. Ena izmed sogovornic pove tudi, da je težje živeti sam oziroma da čisto drugače dojemaš omejitve kot če živiš skupaj s sorodniki (*Ko živiš sam je to sigurno drugače kot pa če živiš z družino* (A29)). O spremembah v medsebojnih odnosih na tej točki niso govorile. Podobno zapisujejo v kratki analizi vplivov Covid- 19 na nekatere vidike kakovosti življenja in družbene blaginje na Uradu Republike Slovenije za makroekonomske analize in razvoj (2020, str. 3), in sicer pravijo, da »omejitveni ukrepi vplivajo tudi na prepoved obiskovanja družinskih članov ali prijateljev izven gospodinjstva, kar so večinsko izpostavljale tudi sodelujoče v raziskavi. Poudarjajo še, da je za vzdrževanje družbenih in socialnih stikov je v obdobju omejitve gibanja in druženja priporočena uporaba informacijsko-komunikacijskih tehnologij, ki zmanjšuje občutek osamljenosti, čemur so še posebej izpostavljeni starejši ljudje. Občutki socialne opore so med starejšimi ljudmi na splošno nižji, saj starejši trikrat pogosteje kot mlajši poročajo o tem, da nimajo družinskega člana ali prijatelja na katerega bi se lahko zanesli, poleg tega mnogi živijo sami, predvsem ženske, kar pa je večinsko sovpadalo tudi z mojo raziskavo, le da so v mojem primeru intervjuvanke poudarjale bližino družinskih članov in občutek varnosti in zaupljivosti, ki ga prejemajo od svoje družine.

5. SKLEPI IN PREDLOGI

Človek za svoj razvoj potrebuje družbo drugih ljudi, ne glede na starost. Predvsem v tretjem življenjskem obdobju pa postanejo socialne mreže pomemben dejavnik, ki na življenje vpliva na več načinov med drugim na duševno počutje, zmanjševanje osamljenosti, kakovost življenja in tudi aktivno staranje. Z vidika teh dejavnikov so starejši ljudje zelo ranljiva skupina, kajti velikost socialne mreže se s starostjo zmanjšuje, prav tako tudi njena kakovost in pogostost stikov (Hvalič Touzery, 2014, str. 13).

Glede na rezultate povzemam naslednje sklepe in predlagam:

- ker gre večinoma za sorodstvena oziroma družinska omrežjih ali pa v bivalnem okolju integrirana omrežja, ki jih v največji meri sestavljajo najbližji sorodniki, torej otroci in vnuki, je z namenom krepitev medsebojnih odnosov in vzajemnosti potrebno spodbujanje in ozaveščanje o medgeneracijski solidarnosti in njenem pomenu, tako v življenju posameznikov kot tudi v družbe na splošno, saj gre za pomemben korak pri premagovanju stereotipov in diskriminacije starih ljudi,
- ker največji delež socialnih mrež starih ljudi predstavljajo sorodniki in bližnji družinski člani in ker stiki z njimi udeleženi v raziskavi pomenijo največ, kot možnost ohranjanja osebnih stikov za tiste svojce, ki živijo blizu in imajo možnost »obiskati« svoje sorodnike, vidim tudi v spodbujanju alternativnih obiskovanj na daljavo npr. prihod svojcev pod balkon, na ta način bi se vseeno lahko v živo srečali in poklepetali, brez strahu pred okužbami,
- najpogosteje stari ljudje od alterjev njihovih socialnih mrež prejemajo instrumentalno in emocionalno oporo, predlagam krepitev moči in podporo tudi svojcem, na način da lahko pridobijo potrebne informacije in oporo, tako s strani socialnih delavcev kot tudi s strani drugih strokovnjakov, ki lahko pomagajo pri omogočanju čim daljšega življenja v domačem okolju,
- ker večina starih ljudi (razen telefonov) ne pozna sodobne telekomunikacijske tehnologije, ki bi jim omogočila stike z njimi pomembnimi osebami. Stare ljudi je zato potrebno ozaveščati in jim pomagati pri učenju uporabe sodobne komunikacijske tehnologije, ki bi jim kljub prepovedim in ukrepom omogočila stik in »srečanje« s pomembnimi alterji njihovih socialnih omrežij npr. preko video klica. Večkrat bi bila potrebna organizacija tečajev uporabe računalnika in pametnega telefona v sklopu Univerze za tretje življenjsko obdobje, s pomočjo medgeneracijskega sodelovanja, prostovoljstva,

- prevečkrat pozabljamo na pomen socialnih stikov in druženj v starosti, zato je potrebno ozaveščanje (s pomočjo izobraževanj) o pomenu socialnih mrež in socialnih interakcij v starosti, ter izobraževanja o krepitvi socialnih mrež starih ljudi,
- nekateri stari ljudje se zaradi omejitve druženja in stikov s tretjimi osebami soočajo s samoto in osamljenostjo, v ta namen se mi zdi pomembno razvijanje storitve pomoči na domu in njena decentralizacija iz večjih mestnih središč v ruralna in bolj oddaljena naselja, saj storitev poleg pomoči pri osnovnih dnevnih opravilih in aktivnostih zagotavlja tudi pomoč pri ohranjanju socialnih stikov,
- znova se je pokazala potreba po spodbujanju in krepitvi področja prostovoljstva, saj bi na ta način starim ljudem pomagali pri premagovanju osamljenosti, pri raznih (težjih) opravilih in jim pomagali pri uporabi telekomunikacijskih sredstev ter jim na ta način omogočili ohranjanje stikov. Hkrati predlagam tudi večjo mero ozaveščanja svojcev o bazah prostovoljcev, o možnostih, ki jih to področje ponuja, saj bi na ta način lahko pridobili na zaupanju starih ljudi, ker bi bila v to sodelovanje vključena tudi družina,
- ker obdobje starosti v življenjski vsakdanjik tako starih ljudi kot tudi družine prinaša številne izzive, kjer je pogosto potrebna pomoč strokovnjakov oziroma vsaj usmeritve, predlagam vzpostavitev točk (podobnih kot so npr. demenci prijazne točke), kjer bi posamezniki in svojci lahko na enem mestu pridobili vse potrebne informacije, podporo, napotitve k ustreznim strokovnjakom in institucijam, ki lahko zagotavljajo pomoč in podporo v ključnem trenutku. Na ta način bi razbremenili svojce in jih podprli pri oskrbi starih ljudi, prav tako pa bi le tem omogočili polno in aktivno življenje, hkrati pa bi lahko ohranili njihovo vključenost v družbo,
- pozitivne spremembe pri ohranjanju socialnih interakcij in vzdrževanju socialnih mrež starih ljudi bi lahko dosegli tudi z spodbujanjem in vzpostavitvijo skupnostnih oblik življenja na način npr. vasic medgeneracijskega povezovanja, kjer bi sobivali tako mladi, srednja generacija in stari ljudje. Mlajša generacija bi bila vključena kot npr. pripravljavci obrokov in podobno, pri čemer bi se vključevali tudi stari ljudje. Na ta način bi krepili tudi povezanost generacij, medgeneracijsko sožitje ter skrb za sočloveka,
- predlagam tudi več organiziranih oblik skupin za samopomoč, tako v urbanih kot tudi ruralnih okoljih in sodelovanje z Zvezo društev za socialno gerontologijo Slovenije, ki je nosilec različnih projektov namenjenih pripravam na aktivno starost, preprečevanju poglobljanja krhkosti pri starejših odraslih in spodbujanju aktivne starosti,

- predlagam tudi vzpostavitev projekta »botrstva« za stare ljudi, kjer bi si stari ljudje lahko sami izbrali, koga želijo ob sebi, s kom se bodo družili ipd., na ta način bi spodbujali njihovo avtonomnost in samostojnost, hkrati pa jim zagotovili socialno oporo in pomoč v trenutkih, ko bi to potrebovali,
- pomemben poudarek pa vidim tudi na individualiziranem delu strokovnjakov, na osredotočanju na vsakega posameznika posebej, na krepitvi njegovih virov moči in vključevanju širšega lokalnega okolja.

6. LITERATURA

- Accetto, B. (1968). *Staranje, starost in starostno varstvo*. Ljubljana: Republiški odbor Rdečega križa.
- Achenbaum, W.A. (2005). Ageing and Changing International Historical Perspectives on Ageing. V: Johnson, L. M. (ur.). *The Cambridge Handbook of Age and Ageing* (str. 21-29). United Kingdom: Cambridge University Press.
- Alzheimer Spominčica. (2020). *Kako poskrbeti za dobro počutje oseb z demenco in njihovih svojcev v času epidemije Covid-19*. Pridobljeno 22.11.2020 s <https://www.spomincica.si/?p=99006>
- Armitage, R. & Nellums, L. (2020). *COVID-19 and the consequences of isolating the elderly*. Pridobljeno 23.11.2020 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)
- Bahovec, I. (2005). *Skupnosti: teorije, oblike, pomeni*. Ljubljana: Sophia.
- Bajec, A., Jurančič, J., Klopčič, M., Legiša, L., Suhadolnik, S. & Tomšič, F. (1997). *Slovar slovenskega knjižnega jezika*. Znanstvenoraziskovalni center Slovenske akademije znanosti in umetnosti, Inštitut za slovenski jezik Frana Ramovša. Ljubljana: DZS.
- Barker, J.C. (2002). Neighbours, Friends and other non-kin caregivers of community-living dependent elders. *Journal of gerontology*, 57b (3).
- Bengston, L.V. & Oyama, S.P. (2007). *Intergenerational Solidarity: Strengthening Economic and Social Ties*. New York: United Nations Headquarters.
- Brandt, M., Haberkern, K. & Szydlik, M. (2008). *Soziale Dienste und Hilfe zwischen Generationen in Europa*. V: Zeitschrift und Geriatrie 37 (4), 301-320.
- Brennen, J. 2003. Towards a Typology of Intergenerational Relations: Continuities and Change in Families. *Sociological Research Online*, 8 (2).
- Cafuta, J. (1997). Starost in starostniki v domovih za stare. *Socialno delo*, 36(2), 141-146.
- Caplan, G. (1974). *Support Systems and Community Mental Health: Lectures on Concept Development*. New York: Behavioural Publications.
- Cassel, J. (1976). The Contribution of the Social Environment to Host-Resistance. *American Journal of Epidemiology*, 104, 107-122.

- Campbell, K. E. & Lee, B. A. (1992). Sources of personal neighbour networks: social integration need or time? *Social Forces*, 70 (4).
- Cijan, R. & Cijan, V. (2003). *Zdravstveni, socialni in pravni vidiki starostnikov*. Maribor: Visoka zdravstvena šola.
- Coalition to transform advanced care. (2020). *Older Adults, Social Isolation and Technology during COVID-19 Pandemic*. Pridobljeno 11.11.2020 z <https://www.thectac.org/2020/05/older-adults-social-isolation-and-technology-during-covid-19-pandemic/>
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*. 38, 300–314.
- Čačinovič Vogrinčič, G. (1994). Družinski človek. V Gerontološko društvo Slovenije. *Star človek in družina* (str. 7-11). Ljubljana.
- Čačinovič Vogrinčič, G. (2007). *Socialno delo z družino*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Dragoš, S. (2000). Socialne mreže in starost. *Socialno delo*, 39 (4-5), 293-312.
- Dremelj, P. (2003). Sorodstvene vezi kot vir socialne opore posameznikov. *Družboslovne razprave*, 19 (43), 149–170.
- Dwyer, M., Gray, A. & Renwick, M. (2000). *Factors affecting the ability of older people to live independently*. New Zealand: Ministry of social policy.
- Filipovič, M., Hlebec, V. & Kogovšek, T. (2005). *Starostniki in njihova vpetost v sosedstva omrežja*. Pridobljeno 22.11.2020 s https://www.druzboslovne-razprave.org/pdf/clanki/DR49_50-filipovic-hlebec-kogovsek.pdf
- Filipovič Hrast, M. (2009). Pomen lokalne skupnosti in sosedov v življenju starejših: spremembe v zadnjih 20 letih. V Hlebec, V. (ur.). *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 169-182). Maribor: Založba Aristej.
- Filipovič Hrast, M. & Hlebec, V. (2015). *Staranje prebivalstva: oskrba, blaginja in solidarnost*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Filipovič Hrast, M. (2020). *Medgeneracijska solidarnost*. Zapiski pri predmetu Skrbstveni režimi in omrežja opor, UL, Fakulteta za socialno delo.
- Flaker, V., Mali, J., Kodele, T., Grebenc, V., Škerjanc, J. & Urek, M. (2008). *Dolgotrajna oskrba: očrt potreb in odgovorov nanje*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Giddens, A. (1993). *Sociology*. Cambridge: Polity Press.

- Goriup, J. & Šoba, V. A. (2015). Knowledge Management for Knowledge Society and Intergenerational Education. *International Journal of Management, Knowledge and Learning*. Celje: Mednarodna fakulteta za družbene in poslovne študije. 4 (1), 109-126.
- Goriup, J. & Lahne, D. (2018). *Poglavja iz socialne gerontologije*. Maribor: Alma Mater Press.
- Graham, A. (1999). *The Sociology of the Family: a reader*. Oxford: Blackwell Publishers Ltd.
- Henning, C. & Lieberg, M. (1996). Strong or weak ties? Neighbourhood networks in new perspective. *Scandinavian Housing and planning research*, 13, 3-26.
- Hlebec, V. & Kogovšek, T. (2003). Konceptualizacija socialne opore. *Družboslovne razprave*, 19 (43), 103-125.
- Hlebec, V. (2004). Socialna omrežja starostnikov. V Novak, M., Sadar Černigoj, N., Dragoš, S., Dremelj, P., Ferligoj, A., Hlebec, V., Kogovšek, T. & Nagode, M. *Omrežja socialne opore prebivalstva Slovenije* (str. 111- 121). Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za socialno varstvo.
- Höpflinger, F. (2008). *Sozialbeziehungen im höheren Lebensalter*. Pridobljeno 15.6. 2021 s <http://www.hoepflinger.com/fhtop/Soziale-Kontakte.pdf>
- Hojnik Zupanc, I. (1994). Predgovor. V Hojnik Zupanc, I. (ur.). *Star človek in družina* (str. 5-6). Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- Hojnik Zupanc, I. (1997). *Dodajmo življenje letom: nekaj spoznanj in nasvetov, kako se smiselno in zdravo pripraviti na starost in kako jo živeti*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- Hojnik Zupanc, I. (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno- prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Huxhold, O., Fiori, L. K. & Windsor, T.D. (2013). The dynamic interplay of social network characteristics, subjective well-being, and health: the costs and benefits of socio-emotional selectivity. *Psychology and Ageing*, 28 (1), 3-16.
- Hvalič Touzery, S. (2009). Družinska oskrba bolnih starih družinskih članov. V Hlebec, V. (ur.). *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 109 - 125). Maribor: Založba Aristej.
- Hvalič Touzery, S. (2014). Tradicionalne socialne mreže najstarejših ljudi v Sloveniji. *Kakovostna starost*, 17 (1), 3-15.
- Imperl, F. (2012). *Kakovost oskrbe starejših-izziv za prihodnost*. Logatec: Firis Imerl in CO. d. n. o.

- Jeriček, H. (2009). Značilnosti in vrste skupnosti. V Košir, M. (ur.). *Preventiva za družinske patologije: grajenje skupnosti*. Zaključno poročilo. Ljubljana: Inštitut Jožef Štefan, Center za informatiko in zunajšolsko izobraževanje in Fakulteta za socialno delo.
- Johnson, M. L. (2005). *The Cambridge Handbook of age and aging*. Cambridge University Press, UK.
- Katz, S. (1996). *Disciplining old age: the formation of gerontological knowledge*. Charlottesville, London: University Press of Virginia.
- Kontos, P. C. (2000). Resisting institutionalization: constructing old age and negotiating home. V Gubrium, J. F., Holstein, J. A. (ur.). *Ageing and everyday Life* (str. 255 - 273). Oxford: Blackwell Publishers.
- Koselj, V. (2013). *Medgeneracijsko sodelovanje osnovnošolcev s starejšimi. Turizem, izobraževanje in management*. Pridobljeno 15.6.2021 s <http://www.hippocampus.si/ISBN/ISBN%20978-961-6832-53-3.pdf>
- Kristančič, A. (2005). *Nova podoba staranja- siva revolucija*. Ljubljana: AA Inserco.
- Lipar, T. (2014). *Indeks aktivnega staranja 2012*. Pridobljeno 23.11.2020 s <http://www.inst-antonatrstenjaka.si/tisk/kakovostna-starost/clanek.html?ID=1441>
- Lunstad, J., Smith, T.B. & Layton, J.B. (2010). Social relationships and mortality risk: Meta-analytic review. *PLOS Medicine*, 7.
- Macuh, B. (2019). *Medgeneracijsko sodelovanje*. Maribor: Kulturni center.
- Mali, J. (2004). Kvaliteta življenja in zadovoljstvo stanovalcev in zaposlenih v domu starejših občanov. *Socialno delo*, 43(2/3), 105-115.
- Mali, J. (2009). Sožitje med generacijami, kot ga razumemo v socialnem delu: sožitje generacij. V Bezjak, S. (ur.). *Vloga starejših v sodobni slovenski družbi: zbornik* (str. 70-76). Ljubljana: Inštitut Hevrek.
- Mali, J. & Hrovatič, D. (2015). Razvoj gerontologije in gerontološke dejavnosti v Sloveniji nekdanj in danes. *Socialno delo*, 54 (1), 11-20.
- Mandič, S. (2009). Medgeneracijsko zavezništvo, izmenjava virov blaginje in sodobne dileme. V Hlebec, V. *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 139-153). Maribor: Založba Aristej.
- Mesec, B. (1998). *Uvod v kvalitativno raziskovanje v socialnem delu*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo.
- Milavec Kapun, M. (2011). *Starost in staranje*. Ljubljana: Zavod IRC.

- Milošević Arnold, V., & Poštrak, M. (2003). Uvod v socialno delo. Ljubljana: Študentska založba.
- Nagode, M., Dremelj, P., & Hlebec, V. (2006). Ponudniki socialne opore starostnikom v ruralnem in urbanem okolju. *Teorija in praksa*, 43 (5–6), 814–827.
- NIJZ. (2020). *Napotki starejšim*. Pridobljeno 11.11.2020 z <https://www.nijz.si/sl/napotki-starejsim>
- NIJZ. (2020). *Koronavirus (SARS-CoV-2)- ključne informacije*. Pridobljeno 11.11.2020 z <https://www.nijz.si/sl/koronavirus-2019-ncov>
- Oelschlagel, D. (1991). *Between Responsibility and Restriction: Community Work as a professional Strategy in the Social Field*. Hague.
- Pahor, M., Domajnko, B. & Hlebec, V. (2009). Spleti zdravja in bolezni: socialna omrežja starejših kot dejavnik zdravja. V Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 221–236). Maribor: Aristej.
- Pečjak, V. (2007). *Psihologija staranja*. Bled.
- Peteh, M. (2012). *Starostniki in učenje računalniških veščin* (Diplomsko delo). Pridobljeno 15.6.2021 z <https://egradiva.fsd.uni-lj.si/search/show/915>
- Pierce, G. R., Sarason, B. R. & Sarason, I. G. (1992). General and Specific Support Expectations and Stress as Predictors of Perceived Supportiveness: An Experimental Study. *Journal of Personality and Social Psychology*, 63, 297-307.
- Poljšak, B. & Lampe, T. (2011). *Proces staranja: vzroki, posledice in ukrepi*. Posvetovanje: Aktivno in zdravo staranje. Ljubljana: Zdravstvena fakulteta.
- Ramovš, J. (1991). *Slovenska, sociala med včeraj in jutri*. Univerzitetni zavod za zdravstveno in socialno varstvo. Ljubljana: Inštitut za socialno medicino in socialno varstvo.
- Ramovš, J. (2003). *Kakovostna starost in socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
- Ramovš, J. (2014). Socialna mreža. *Kakovostna starost*, 17 (1), 50-54. <http://www.inst-antontrstenjaka.si/tisk/kakovostna-starost/clanek.html?ID=1422>
- Ramovš, K. (2013). Medgeneracijsko sožitje in solidarnost. *Kakovostna starost*, 16 (4), 3-33.
- Rapoša Tajnšek, P. (1990). Skupnostni pristop kot osnovni princip socialnega dela. *Socialno delo*, 29 (1/3), 63-68.
- Rapoša Tanjšek, P. (1993). Skupnostno socialno delo in skupnostna usmeritev v praksi socialnega dela v Sloveniji. *Socialno delo*, 32 (5/6), 139-142.

- Sarason, B.R., Sarason, I. G., & Pierce, G.R. (1990). Traditional Views of Social Support and Their Impact on Assessment. V Sarason, B. R., Sarason, I. G. & Pierce, G. R. (ur.). *Social Support: An Interactional View* (str. 9-25). New York: Wiley.
- Sarason, B.R., Sarason, I. G. & Pierce, G.R. (1992). *Three Contexts of Social Support*. New York.
- Schlaudecker, J. (2020). *Essential Family Caregivers in Long-Term Care During the COVID-19 Pandemic*. Pridobljeno 23.11.2020 s [https://www.jamda.com/article/S1525-8610\(20\)30430-8/fulltext](https://www.jamda.com/article/S1525-8610(20)30430-8/fulltext)
- Selwyn, N., Gorard, S. & Furlong, J. (2005). »Whose internet is it anyway? Exploring adults' (non)use of the internet in everyday life«. *European Journal of Communication*, 20(1), 5-26. Pridobljeno 15.6.2021
https://www.researchgate.net/publication/237442798_Whose_Internet_is_it_Anyway_Exploring_Adults'_NonUse_of_the_Internet_in_Everyday_Life
- Shankar, A., Hamer, M., McMunn, A. & Steptoe, A. (2013). Social Isolation and Loneliness: Relationships with Cognitive Function during 4 Years of Follow-Up in the English Longitudinal Study of Ageing. *Psychosomatic Medicine*, 75, 161-170.
- Silverstein, M., & Bengtson, V. L. (1997). Intergenerational solidarity and the structure of adult child-parent relationships in American families. *American Journal of Sociology*, 103(2), 429–460.
- Spence, L. & Radunovich, L. H. (2007). *Developing Intergenerational Relationships*. University of Florida: IFAS Extension. Pridobljeno 19.11.2020 s <https://journals.flvc.org/edis/article/view/117097/115235>
- Starc, V. (1999). Novejši pogledi na biologijo staranja. *Zdrav vestnik*, 68, 655-672.
- Statistični urad Republike Slovenije. (2014). *Indeks staranja prebivalstva*. Pridobljeno 25.1.2021 s <http://www.stat.si/statweb>
- Statistični urad Republike Slovenije. (2021). *Število in sestava prebivalstva*. Pridobljeno 25.1.2021 s <https://www.stat.si/StatWeb/Field/Index/17/104?fbclid=IwAR0J9OBNx6KvAiToK177OSlCxByLnU2NZv6J8Juz2cjZawJ5H9KqpxKyIj0>
- Šadl, Z., & Hlebec, V. (2007). Emocionalna opora v omrežjih srednje in starejše generacije v časovni perspektivi. *Teorija in praksa*, 44 (1/2), 226–253
- Šiplič, V. & Kadiš, D. (2002). Psihosocialni vidik staranja. *Socialno delo*, 41 (5), 295-300.

- Šircelj, M. (2009). Staranje prebivalstva v Sloveniji. V Hlebec, V. *Starejši ljudje v družbi sprememb* (str. 15-43). Maribor: Založba Aristej.
- Švab, A. (2001). *Družina: od modernosti k postmodernosti*. Ljubljana: Znanstveno in publicistično središče.
- Tönnies, F. (1999). *Skupnost in družba*. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Trieber, F., Betanowski, T., Broden, D., Strong, W., Levy, M. & Knox, W. (1991). Social support for exercise: relationship to physical activity in young adults. *American Journal of Preventive Medicine*, 20, 737-750.
- Twelvetrees, A. (1991). *Community Work: Practical Social Work*. London: MacMillan.
- Uchino, B. N., Cacioppo, J. T. & Kiecolt Glaser, J. K. (1996). The relationship between social support and physiological processes: a review with emphasis on underlying mechanisms and implications for health. *Psychological Bulletin*, 119 (3), 488-531.
- Ule, M., Jogan, M. & Renner, T. (1991). *Družina, intergeneracijski odnosi in odnosi med spoloma: poročilo o delu za leto 1991*. Ljubljana: RSS.
- Vaux, A. (1988). *Social Support: Theory, Research, and Intervention*. New York: Praeger.
- Wenger, C.G. (1994). *Support Networks of Older People: A Guide for Practitioners*. Bangor: University of Wales.
- Wenger, C. (1994). *Support networks of older people: a guide for practitioners*. University college of Wales: Centre for social policy research and development.
- Wraber, B. (1994). Družina in njeni stari v Evropski uniji. V Hojnik Zupanc, I. (ur.). *Star človek in družina* (str. 12-16). Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- Zadworna Cieślak, M., Firth, H., Lindquist, K. & Łapioska, I. (2015). *Metodologija učenja starejših. Projekt Bridge*.
- Zavod za oskrbo na domu Ljubljana. *Prostovoljstvo in medgeneracijsko sodelovanje*. Pridobljeno 22.11.2020 s <https://www.zod-lj.si/index.php/prostovoljstvo-in-medgeneracijsko-sodelovanje>
- Žnidarec Demšar, S. (2004). *Skupnostno socialno delo*. Študijsko gradivo. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.

7. PRILOGE

PRILOGA 1: Teme raziskovanja

- Pomen socialnih mrež
- Socialne mreže pred epidemijo
- Medsosedska povezanost
- Družina in star človek
- Socialne mreže med epidemijo
- Vpliv koronavirusa na življenje

PRILOGA 2: Označevanje relevantnih delov besedila

INTERVJU A

A: Lepo pozdravljeni, kot sva se že prej dogovorili, bova sedaj začeli z nekaterimi splošnimi vprašanji potem pa se bova počasi pomikali proti naslednjim, ki se bodo navezovala na vaše socialno življenje, stike in spremembe, ki jih je na tem področju povzročila epidemija koronavirusa.

B: Pozdravljeni, v redu, se strinjam. Kar začniva.

A: Torej, najprej bi vas prosila, da mi zaupate vašo starost.

B: Sem ženska(A1) že starejše generacije (A2a), trenutno sem v 86. letu, prihodnje leto bo zaokroženih 86 let (A2b). Kar se zdravlja tiče se ne bi mogla ravno pohvalit (A3a), predvsem bi rada omenila, da sem diabetik (A3b), prizadete imam tudi oči (A3c), ki mi onemogočajo da bi normalno skrbela zase(A4).

A: Mi lahko zaupate še vašo doseženo izobrazbo prosim?

B: Poleg osnovne šole torej petih razredov(A5) sem naredila še tri gimnazije(A6), ki sem jih obiskovala v Postojni, kaj več pa na žalost zaradi finančnega stanja staršev ni bilo mogoče. Bivala sem pri svoji teti. Hodila sem tudi nekaj časa v glasbeno šolo (A7a), več pa ne. Profesor, ki me je poučeval ni bil po godu staršev, ker naj bi zlorabljal mladoletne, tako da sem z glasbeno šolo hitro zaključila (A7b).

A: Aha, v redu.. Kje pa živite? Živite v lastnem gospodinjstvu?

B: Živim v Višnji Gori (A8) v lastni hiši, ki sva jo zgradila z možem(A9).

A: Pa živite sami ali skupaj z ostalimi družinskimi člani?

B: Živim sama(A10a), saj so šli otroci vsak po svoji poti, nobeden od njih se ni odločil, da bi ostal doma (A10b), tako da sem na stara leta praktično ostala sama v veliki hiši(A11).

A: Aha, ja na žalost je velikokrat tako, vendar ste verjetno kljub temu pogosto v stikih z ostalimi družinskimi člani? Kdo so to?

B: Moji družinski člani so moji otroci (A12a), dva sinova in hčerka(A12b). Po starosti sta starejša sinova, Marko je trenutno že v 62. letu, Rajko je bil že 57. let star, hčerka pa bo prihodnje leto stara 47. let. Fanta sta torej v razliki 4 let, dočim Tatjana je bila rojena po 13. letih. Se pa slišimo po telefonu(A13) ja..

A: Kako pa bi opisali vaše odnose z otroci?

B: Moji otroci so,... Kako bi to rekla..? Odnosi so pristni(A14), zaželeni z obeh strani(A15), tako da čutimo tisto pravo družinsko življenje (A16). Še več je pa tudi to, da imajo oni tudi svoje družine in svoje otroke, ki jih imam nadvse rada (A17a). Vsega skupaj imam 10 vnukov (A17b), od tega je 5 fantov in 5 deklet (A17c).

A: Uuu, to pa potem zna biti kar naporna vloga babice kaj ne? Kako pa se razumete z vnuki, v kakšni so tu odnosi?

B: Ja z vsemi imam stike(A18) in lepe odnose (A19), stike sem imela predvsem pred korono(A20), zdaj je slabše (A21). Vnuki so ravno toliko vredni kot otroci (A22a), jih imam nadvse rada(A22b).

A: Kaj pa bi mi odgovorili če vas vprašam, kaj za vas pomeni možnost do druženja? Torej ta možnost, da ste lahko s sosedi, prijatelji, družino?

B: Družim se s prijatelji, ki sem jih našla v svojem kraju(A23). Prej v mlajših letih smo velikokrat naredil skupne izlete (A24), dokler se nismo vpisali v društvo upokojencev(A25). Nato smo pa se družili z drugimi, ki so bili vključeni oziroma včlanjeni v to društvo (A26a) in smo potem skupaj hodili okoli po izletih(A26b). Trenutno mi veliko pomeni, če se lahko družim (A27), če pridejo otroci domov (A28). Ko živiš sam je to sigurno drugače kot pa če živiš z družino (A29).

A: Kaj pa druženje prinaša v vaš vsakdan?

B: Trenutno je to druženje bolj v obliki pomoči(A30) oziroma krajšanje dolgega časa(A31), vsaj preko telefonov(A32) saj po obiskih tako ali tako ne smemo(A33).

A: S kom pa se najraje družite in vam predstavlja največjo oporo? Kakšno oporo, pomoč vam nudijo?

B: Trenutno mi druženje in pomoč ponuja predvsem dekle, ki nudi pomoč na domu(A34) in je njena pomoč in družba zelo dragocena(A35). Pomoč na domu mi zelo veliko pomeni(A36), ker sama nisem več sposobna, da bi kaj več hodila (A37), trenutno tudi karantena tega ne dopušča (A38), še prej ko je bilo dovoljeno, da so bili v trgovini rezervirani časi za upokojence tega sama nisem koristila (A39), so mi pomagali družinski člani (A40), bila pa je tudi v našem kraju organizirana nabava po trgovinah (A41). Bili so fantje, ki si jih poklical in so potem prinesli kar sem potrebovala iz trgovine, sem jim dala denar in so mi potem dostavili (A42). Zelo rada pa se seveda družim tudi s svojimi otroci (A43), zdaj sem z njimi samo v stiku preko telefona (A44), prej pa so me obiskovali (A45), ko jim je čas dopuščal, saj majo vsak svojo službo, vsak svojo družino (A46) in tako, tudi jaz pa sem velikokrat obiskala njih, so me prišli iskat in me odpeljali potem do svojih družin (A47).

A: Koliko pa imate bližnjih prijateljev na katere se lahko obrnete po pomoč/podporo/ se z njimi pogovorite, ko imate slab dan?

B: Nekaj je bilo takšnih, s katerimi smo imeli še prej stike in smo se družili (A48), recimo enih 5 (A49), potem smo sčasoma ostareli (A50), pojavljati so se začele zdravstvene težave (A51a) zaradi česar nismo mogli več drug do drugega (A51b). Predvsem jaz sem bila zaradi svojih revmatičnih obolenj precej kmalu odrezana od te družbe (A52), tako da sem postala precej osamljena(A53) in edino kar me je še vezalo z njimi so bili telefonski klici(A54). Dočim so nekateri še vedno lahko hodili na kavo in tako, sicer dokler sem lahko sama še vozila je šlo(A55a), potem pa sem kmalu mogla nehat zaradi vida(A55b).

A: Koliko pa bi rekli, da imate teh prijateljev na katere se lahko zanesete?

B: Bližnjih prijateljev bi lahko rekla, da nimam (A56) in nimam nikogar, ki bi mi recimo priskočil na pomoč (A57). Predvsem zato, ker so tudi ostali zdravstveno prizadeti (A58) in zato nezmožni za dajanje kakšne pomoči (A59), so pa dostopni preko telefona vsaj za pogovor (A60). Ta družba bi lahko rekla, da se počasi zelo reči (A61), vsi s katerimi sem se družila umirajo (A62).

A: Kakšni pa so vaši odnosi s sosedi? Kako ste povezani v soseski? Kakšno pomoč/oporo vam nudijo oni, če jo?

B: Pri sosedih opore nisem nikoli iskala(A63), saj sem bila vedno dokaj samostojna(A64). Če sem potrebovala kakšno pomoč so mi pomagali predvsem otroci (A65). Edino enkrat se spomnim, sem se prevrnila na vrtu in me je prišel sosed dvigniti, ker se sama nisem mogla (A66). Lahko bi rekla, da takrat, ko je nujno mi priskočijo na pomoč predvsem zgornji sosedje (A67), vendar nisem pa nikoli iskala posebne pomoči (A68), sem bila precej samostojna dokler je bilo le mogoče, če ne pa se obrnem na otroke (A69).

A: Ste včlanjeni v kakšno društvo ali pa skupino? Kaj to društvo/organizacija/skupnost predstavlja za vas?

B: Jaz sem vključena v društvo upokojencev že od prvega leta odkar sem se upokojila (A70) in že odkar sem se vključila, od prvega leta, se je blagajničarka spomnila, da sem delala v računovodstvu in mi je prinesla

računovodsko knjigo in je rekla Majda zdaj boš pa ti naprej vodila (A71a).. Samo papirje denarja itak ni bilo nič ha ha ha. To delo sem vodila sigurno 10-12 let (A71b), dokler sem videla (A71c). Bila sem zelo vesela (A72), ko smo se udeležili kakšnih izletov(A73) ali pa ko smo imeli razna srečanja(A74), ali pa ko je bilo potrebno pomagat to sem bila vedno pripravljena sodelovati povsod (A75). Veliko mi je pomenilo, da sem se lahko družila (A76), pogovarjala (A77) in kvalitetno preživljala čas (A78).

A: Kaj se je zaradi situacije s Covid-19 spremenilo, če gledamo odnose z drugimi ljudmi, če se je kaj?

B: Seveda se je ogromno spremenilo(A79), ker ne smemo eni do drugih(A80), nimaš več nobenega stika(A81). Jaz imam še to smolo da ne prepoznam ljudi na cesti(A82a), če mi potem pove kdo je, se predstavi potem vem (A82b), ampak ja lahko bi rekla, da sem na nek način zaradi tega zelo prizadeta (A83) in osamljena (A84), ker sem konstantno sama (A85). Hvala bogu imam pomoč na domu(A86), da se z oskrbovalko vsaj malo pogovorim (A87) in imam ta pristen osebni stik (A88).

A: Kaj to pomeni za vas? Kaj bi si morda želeli pa zaradi omejitev to ni mogoče?

B: Omejitev je v tem ker ne moreš nikamor(A89), že zaradi zdravstvenega stanja recimo ne moreš nikamor(A90). Drugače prej dokler nisem imela takšnih zdravstvenih problemov sem veliko hodila na sprehode s psom(A91a), sem bila zelo aktivna(A91b). Najbolj pogrešam to, da ne moreš do prijateljev, ki jih imaš rad (A92). To je zelo težko (A93), pa lahko so sorodniki, prijatelji sosedje, edina povezava so telefoni (A94). Sorodnike, ki bi jih rada obiskala jih ne morem, recimo vnuke, ki jih že dolgo nisem videla (A95) in to predstavlja veliko tegobo(A96a) in žalost (A96b).

A: Kakšne občutke to priključ? Doživljate zaradi omejitev kakšne stiske?

B: Jah kaj jaz vem... Prav stisko, da bi obupavala nad tem ne (A97). Občutki pa so čudni(A98), ker bi rad kam šel pa ne moreš (A99), ker je vse prepovedano (A100). Pa ne samo peš (A101), tudi to, da bi te lahko kdo kam zapeljal, pogrešam to (A102).

A: Torej lahko rečeva, da vam to priključ predvsem negativne občutke?

B: Ja seveda, predvsem negativna čustva in občutke (A103a), žalost (A103b), ujetost (A103c), osamljenost(A103d)...

A: Kako pa se spopadate s trenutnimi omejitvami glede druženja? Vam je težko/ se zaposlite drugače?

B: Jaz zdaj postorim še te manjše gospodinjske opravke(A104a), veliko jih tako ali tako ne morem (A104b), ker mi zdravje in vid tega ne dopuščata (A104c), tako, da se dostikrat počutim osamljeno (A105), vendar si ne morem čisto nič pomagat (A106). Bi šla kam do koga, pa ne morem zaradi omejitev (A107), pa še ven iz občine zdaj ne moreš(A108), sej ne moreš nikamor (A109). Še prej, ko je bil od Tatjane tast živ, smo se velikokrat dogovarjali, da bomo šli v Šentvid nad Cerknico, tja kjer sem bila rojena(A110a), vendar je zdaj žal umrl tako, da sva se ravno pred karanteno dogovarjali z njegovo ženo, da greva (A110b), vendar nama očitno tudi to ne bo uspelo zaradi vsega tega(A110c).

A: Mi opišete vaš dan, kaj počnete, kako se zaposlite?

B: Ves dan imam prižgan radio(A111), opravi v kuhinji kar še lahko (A112a), recimo pomijem posodo(A112b), ko je lepo vreme grem malo okoli hiše (A113), pokličem hči, ki živi v Kranju pa je sedaj ne morem videti (A114).

A: Torej kakor razumem ohranjate stike preko telefona, kajne?

B: Jah sej to je pa zdaj čisto jasno, drugače kakor preko telefonskih omrežij, po telefonu drugače ne gre (A115)... Eni imajo sicer še druge možnosti recimo imajo računalnike pa se povezujejo po teh linijah ne (A116).. Tudi vidijo se lahko tam (A117), ampak mi smo pa tko kot smo, ne znamo uporabljati tega (A118).

A: Kaj bi vam pomagalo, da bi se s situacijo lažje spopadali če ob trenutni situaciji doživljate stisko? Kakšno pomoč bi potrebovali? Od koga?

B: Ne morem ravno reči, da doživljam stisko (A119), ampak če se poskušam postaviti v to vlogo, trenutno ne vem kako bi si lahko iz te stiske pomagala (A120), nikamor ne moreš (A121) tako, da ostane samo še to da koga pokličeš (A122), da ti kaj pomaga (A123), kaj postori (A124), to je pa vse drugače se mi zdi, da je brezizhodno (A125).

A: Kako gledate na položaj starih ljudi v času epidemije? Menite, da se je kako spremenil?

B: Amm.. stari ljudje so v smislu svoje starosti trenutno... kako naj rečem prizadeti (A126), za marsikaj prikrajšani (A127). Življenjska doba se je podaljšala (A128a), tako da je velikokrat betežnost še bolj prisotna kot je bila včasih (A128b), je pa res da so življenjski pogoji danes drugačni, boljši (A129) vendar se pa tudi stiska starih še povečuje (A130). Stiska je sigurno občutena (A131), ne vidiš pravega izhoda (A132).

A: Kaj pa če primerjate položaj starejših pred epidemijo in sedaj? Bi rekli, da se je kaj spremenilo?

B: Nebi rekla, da se je kaj zelo spremenilo (A133), sigurno pa je bilo boljše prej (A134a) vsaj to, da smo lahko kam šli (A134b), sedaj smo ne glede na svojo osamljenost (A135) primorani živeti doma (A136), tam kjer smo, sami in tako kot nam življenje dopušča (A137).

A: Super, jaz bi se vam sedaj na tej točki rada zahvalila za vaše izčrpne odgovore in za vaš čas, upam seveda, da se situacija hitro izboljša in se bomo kmalu lahko spet družili in obiskovali.

B: Ja, upam da bo vsaj kakšna moja izjava koristna in vam bo pomagala.

A: Seveda, prav zagotovo. Še enkrat hvala.

B: Hvala tudi vam.

INTERVJU B

A: Kaj za vas pomeni možnost do druženja, preživljanje časa s prijatelji/sosedi/družino?

B: Preživljanje časa z družino in prijatelji mi ogromno pomeni (B1), saj to prinaša neko sprostitve (B2), razbremenitev (B3), pozabim tisto kar ni pomembno (B4) in se nekako zamotim (B5), prav tako pa to pomeni da nisem sama (B6), saj v druženju zelo uživam (B7). S sosedi se sicer ne družim veliko, le tisto kar je nujno (B8).

A: Kaj druženje prinaša v vaš vsakdan?

B: Druženje zame pomeni neko mero pozitivne (B9), spremembo (B10), prav tako pa tudi sprostitve (B11), pogovorimo se če me kaj teži in mi je potem lažje (B12), če kaj potrebujem pa mi tudi pomagajo postoriti sicer še skoraj vse opravim sama (B13).

A: Sklepam torej, glede na prejšnje odgovore, da ste z družino v dobrih odnosih, imam prav?

B: Ja, imaš prav, z vsemi se super razumem (B14), lahko bi rekla kar fenomenalno (B15). Tudi z dekleti mojih vnukov se odlično razumem (B16), tako da sem zelo vesela (B17).

A: S kom se najraje družite in vam predstavlja največjo oporo? Kakšno oporo, pomoč vam nudijo?

B: Veliko se družim s kolegi in prijatelji (B18), čeprav vedno rečem, da imam pravo prijateljico le eno (B19). Z njo se lahko pogovorim res o čisto vsem (B20), ji popolnoma zaupam (B21) in tudi skupaj preživim največ časa (B22), greva na kavo oziroma sedaj v tem času pride ona do mene ali jaz do nje, saj živiva v isti vasi (B23) in tako omejitve ne predstavljajo nobenih posebnih težav (B24). Če potrebujem kakršnokoli pomoč recimo pri kakšnem gospodinskem opravilu (B25) ali pa zgolj, da me nekdo posluša ko mi je težko se vedno lahko obrnem na njo (B26). Drugače pa mi največjo oporo in pomoč sigurno predstavljajo družinski člani (B27), največkrat se obrnem na sina, ki živi v isti hiši (B28). Pomagata mi tudi vnuk in snaha (B29), predvsem kar se tiče dela, si ga razdelimo (B30) in je potem vsem lažje, da ni vse breme na enem članu (B31). Gredo tudi namesto mene v trgovino recimo, kadar sama nimam volje, mi kaj prinesejo (B32), pomagajo pri težjih stvareh, ki jih same ne zmorem (B33), se pa tudi veliko pogovarjamo (B34), tako da se recimo ne počutim samo ali osamljeno (B35).

A: Koliko pa bi rekli, da imate bližnjih prijateljev na katere se lahko obrnete po pomoč, podporo, se z njimi pogovorite, ko imate slab dan?

B: Kot sem že rekla, sama verjamem, da imaš lahko le enega res pravega prijatelja (B36). Imam prijateljico s katero druživa skoraj vsak dan (B37), če ne drugače se vsaj slišiva po telefonu (B38). Prej sva šli tudi na krajše sprehode (B39) in do bližnje kavarne na kavo (B40), sedaj sva vse to malce prilagodili (B41). Sicer pa imam kar nekaj kolegov in znancev s katerimi se družim (B42) in tako zapolnim in popestrim svoj dan (B43).

A: Kako se razumete s sosedi? Kako ste povezani v soseski? Kakšno pomoč/oporo vam nudijo oni, če jo?

B: S sosedi sem v stikih le toliko kot je potrebno(B44), sicer smo v dobrih odnosih(B45), se normalno pozdravljamo in pogovarjamo(B46) vendar posebne pomoči ali podpore pri njih ne iščem(B47), se najprej obrnem na svoje družinske člane(B48) in prijatelje, če res ne gre drugače potem na kakšnega od sosedov (B49), sicer pa imamo tako bolj ohlapne odnose(B50) in ni ravno velike povezanosti (B51).

A: Ste včlanjeni v kakšno društvo, skupino ali kaj podobnega?

B: Ja, glede tega sem kar aktivna(B52), včlanjena sem v Društvo upokojencev (B53), Društvo invalidov (B54), Planinsko društvo (B55a), kjer sem tudi vodja sekcije pohodništvo upokojencev(B55b) in pa včlanjena sem tudi v Gasilsko društvo (B56).

A: O ja to pa je kar nekaj obveznosti si predstavljam.. Kaj pa pomeni to članstvo za vas?

B: Ja po eni strani je sigurno obveznost (B57), predvsem pohodništvo ker vsak torek organiziram pohode z drugimi upokojenci (B58), ampak moram poudariti, da me ta obveza ne moti (B59), jo z veseljem opravljam (B60), saj me na nek način zaposluje (B61) in ohranja aktivno tudi v družbi (B62). Sedaj zaradi omejitev gibanja sicer ne smemo na pohode, tako da mi to zelo manjka (B63) in tudi ostali moji pohodniki pravijo, da zelo pogrešajo druženja in vsi komaj čakamo, da se bomo lahko spet združili in skupaj krenili v hrib (B64).

A: Kaj pa gasilsko društvo, ste tam tudi tam aktivna ali zgolj včlanjena?

B: Ja v gasilskem društvu sem vključena tudi v skupino za tekmovanje (B65). Sem desetar v ekipi in vsako leto se tudi udeležim priprav in tekmovanja (B66).

A: Oh odlično, glede na vašo starost ste zelo aktivna.

B: Ja to mi vsi pravijo, zaenkrat sem res še v dobri formi ha ha ha.

A: Super ste, čim dlje jo vzdržujete. No moje naslednje vprašanje se sedaj navezuje na koronavirus in sicer me zanima kaj se je po vašem mnenju zaradi situacije s kronavirusom spremenilo, če gledamo odnose z drugimi ljudmi, če se je kaj?

B: Spremenilo se je predvsem to, da smo ljudje privezani na naš dom(B67), ne moremo se prosto sprehajati in družiti tako kot smo se prej (B68). Sama spoštujem ukrepe, če grem slučajno na sprehod s prijateljico vedno drživa razdaljo(B69) sicer pa se družimo predvsem preko telefona (B70). Pri meni se sicer ukrepi in omejitve ne poznajo tako močno (B71), saj sem z vsemi bližnjimi v isti občini, tako da se lahko normalno vidimo in vzdržujemo stike (B72), je pa res da so predvsem s hčerko in vnukinjo obiski in druženja manj pogosta kot so bila prej pred epidemijo (B73).

A: Predstavlja to za vas kakšno posebno stisko ali pa negativne občutke ali se dobro spopadate z omejitvami?

B: Ne, zaenkrat mi to ne predstavlja nobene stiske(B74), mi ni odvzeto ničesar brez česar ne bi mogla živeti (B75). Je res, da mi manjka to, da grem lahko eden krog po vasi (B76) in se vmes ustavim na kavi v kavarni ampak, se da ni tako hudo (B77), si pač kavo skuham doma ali pa se oglasim pri prijateljici (B78).

A: Se zaposlite kako drugače kot ste se recimo prej preden so bile vse te omejitve?

B: Ja zagotovo, je sedaj kar naenkrat še malce več prostega časa kot ga je bilo prej (B79), ampak jaz si kar dobro zapolnim dan z raznimi gospodinjskimi obveznostmi (B80), imam tudi psa s katerim se vsak dan odpraviva na sprehod (B81) in je tudi neke vrste pozitivna obveznosti, ki mi popestri in polepša dan (B82).

A: O lepo. Kako pa ohranjate stike z drugimi mogoče tistimi, ki vam niso tako blizu, da bi se lahko srečali?

B: Večinoma govorimo po telefonu(B83) pa tudi facebooku (B84), s hčerko pa se pogosto slišiva tudi preko video klica (B85).

A: Mhm super!

A: No pa sva prišli še do zadnjega vprašanja, in sicer če vas vprašam kako gledate na položaj starih ljudi v času epidemije? Menite, da se je le ta kako spremenil, kaj bi mi odgovorili?

B: Menim, da se je življenje oziroma položaj za marsikoga zelo spremenil (B86) in zaradi tega doživlja velike stiske (B87). Danes recimo ne moremo priti do normalne kavice, sproščenega pogovora ob njej, do tega da bi se lahko brezskrbno družili, za veliko ljudi je to izjemnega pomena (B88), veliko starih ljudi živi samih in verjamem, da se je v teh časih, ko obiskovanja niso mogoča, sploh pa še sedaj v času praznikov, osamljenost močno povečala (B89).

A: Ja, se strinjam.... Tako prišli sva do konca mojih vprašanj, tako, da se vam zahvaljujem za vaše odgovore.

B: Malenkost in uspešno pisanje naloge!

Spol: moški ženska (B90)

Starost: 71 (B91)

Dosežena izobrazba: a) osnovna šola b) srednja šola (B92) c) poklicna šola č) višja šola d) fakulteta

Živi: sam/-a z družino (B93) drugo: _____

INTERVJU C

A: Kaj za vas pomeni možnost do druženja, preživljanje časa s prijatelji/sosedi/družino?

B: Druženje zame pomeni predvsem neko spremembo (C1), nekaj da se zamotim (C2), zaposlim kako drugače kot z delom (C3) in pa tudi malce odmislim stvari o katerih razmišljam vsak dan, ko sem sama s seboj (C4).

A: Kaj druženje prinaša v vaš vsakdan?

B: Lahko bi rekla, da druženje prinaša neko raznolikost (C5), pestrost (C6) in pozitivne občutke (C7), ne počutim se osamljeno (C8).

A: V kakšnih odnosih ste z družinskimi člani?

B: Z družinskimi člani sem v zelo dobrih odnosih (C9). Živim skupaj s snaho in vnukinjo, saj je sin pred leti umrl zaradi bolezni (C10). Imam še enega sina, ki živi ne daleč stran in mi res ogromno pomaga (C11). Ker imam kmetijo je potrebno ogromno delati, da je vse tako kot mora biti in da je poskrbljeno za živali (C12). Sin mi pri tem zares veliko naredi, praktično vse (C13), pomagajo pa mu tudi njegova žena torej moja druga snaha, vnuk in pa vnukinja (C14), s katerimi se prav tako super razumem (C15). Tudi hči mi pomaga, me pelje kam ko ni druge možnosti ali pa nihče drug ne more (C16), vendar se vidi, da živi dlje stran tako, da nismo tako pogosto skupaj (C17).

A: S kom se najraje družite in vam predstavlja največjo oporo? Kakšno oporo/pomoč vam nudijo?

B: Najraje se družim z družinskimi člani (C18), kot sem že rekla smo pogosto skupaj zaradi dela na kmetiji (C19). Vsi pomagajo pri delu, ki ga sama ne morem opraviti (C20), me podpirajo pri stvareh, ki jih še zmorem (C21), s snaho in vnukinjo, s katerima živim si razdelimo delo, tako, da mi je potem malce lažje (C22). Kot sem že omenila mi velik del dela odnese sin in njegova družina (C23), sedaj njemu in tudi meni zelo pomaga vnuk, ki je dopolnil 15. let in že lahko postori veliko lažjih del (C24). Zelo tesno pa sem povezana tudi z vnukinjo (C25), s katero se vidiva manjkrat (C26) ampak se veliko pogovarjava, kar pomaga pri mojem psihičnem počutju (C27), vedno me sprašuje o mojem počutju (C28), zdravstvenem stanju (C29) in tako, torej lahko rečem da mi nudi podporo v časih ko mi je težko, ko se ne počutim dobro (C30).

A: Koliko imate bližnjih prijateljev na katere se lahko obrnete po pomoč/podporo/ se z njimi pogovorite, ko imate slab dan?

B: S prijatelji se ne družim veliko (C31), glede tega lahko rečem, da sem precej samotarska (C32), držim se svojega doma, družine (C33). Lahko pa rečem, da imam recimo tri prijatelje (C34), na katere se lahko obrnem, da malce poklepetamo (C35), predvsem je to sedaj preko telefonov (C36), ne hodimo ven po kavah in tako, nikoli mi ni bilo kaj dosti za to (C37).

A: Kako se razumete s sosedi? Kako ste povezani v soseski? Kakšno pomoč/oporo vam nudijo oni, če jo?

B: S sosedi se dobro razumemo (C38), govorimo (C39), gremo vsake toliko časa drug k drugemu na obisk (C40) in si pomagamo, če ne gre drugače (C41). Nikoli ne iščem podpore in pomoči najprej pri njih (C42), vedno se najprej obrnem na moje bližnje (C43), potem pa če ni druge na njih (C44). Tako da lahko rečem da nimamo nekih tesnih odnosov in stikov, smo bolj vsak zase (C45).

A: Ste včlanjeni v kakšno društvo/skupino?

B: Ja, včlanjena sem v Društvo upokojencev (C46) in pa na Rdeči križ (C47).

A: Kaj te organizacije predstavljajo za vas, kaj vam pomenijo?

B: Včlanjena sem predvsem zaradi druženj in srečanj (C48). Z Rdečim križem smo prej veliko hodili po izletih (C49), kar mi je bilo super, saj sama nikoli nisem hodila ne vem koliko okoli (C50), in ti izleti so bili edina možnost, da sem šla malo med ljudi (C51), da sem zamenjala okolje (C52) in videla kaj (C53).

A: Sedaj pa se bova osredotočili na drugi sklop vprašanj, ki se navezujejo na posledice epidemije. Zanima me kaj menite, da se je zaradi situacije s koronavirusom spremenilo, če gledamo odnose z drugimi ljudmi, če se je kaj?

B: Amm, kar se mene tiče, se stvari niti niso bistveno spremenile (C54), že prej nisem veliko hodila okoli, niti na obiske niti na kave ali podobno, tako da prikrajšana ravno nisem (C55). Sigurno pa se pozna to da so stiki z družinskimi člani manj pogosti (C56), saj se bojijo, da bi zaradi svojih služb prinesli virus in podobno (C57). Manj se vidim predvsem s hčerko, ki živi v drugi občini (C58).

A: Joj, ja kar se tega tiče je težko, ker se ne morete videti tako kot bi želeli, ampak saj verjetno ohranjate stike kako drugače preko telefona recimo kajne?

B: Ja tako, se slišimo preko telefona skoraj vsak dan tako, da vemo da smo vsi v redu (C59).

A: Mhm, no vsaj to, je takoj malce lažje kajne. Kakšne občutke pa to priključuje? Doživljate zaradi omejitev kakšne stiske?

B: Ne, da bi doživljala prav stisko je ne (C60), kot sem že rekla sem bolj samotarka, tako da mi ni bistveno spremenilo življenja (C61). Ker živim na vasi, grem lahko ven, na sprehod brez maske, ker sem sama (C62), medtem ko ljudje v mestih verjetno doživljajo večjo stisko (C63).

A: Pa menite, da se je položaj starih ljudi v času epidemije kaj spremenil?

B: Ja sigurno se je spremenilo, se mi zdi, da veliko ljudi živi v strahu, ker smo stari ranljiva skupina (C64) in jih je strah, da bi se okužili (C65). Prav tako menim, da je težko za tiste, ki so bili vajeni razgibanega življenja, ki so veliko potovali in hodili okoli, tisti zagotovo čutijo veliko stisko ker so primorani biti doma (C66). Prav tako pa se mi zdi, da je veliko starih ljudi zdaj brez oskrbe, ki bi jo potrebovali, recimo ljudje, ki imajo oskrbo na domu, se mi zdi, da se izogibajo stikom s tretjo osebo, ravno zaradi strahu. (C67)

A: Mhm razumem kaj imate v mislih ja in se popolnoma strinjam z vami. Upam, da se stvari čimprej normalizirajo kajne in da se življenj vrne nazaj v normalne tire.

B: Ja tako je ja, tudi jaz.. Lahko bi bilo že konec vsega tega.

A: Tako ja... Nič gospa, to je bilo to z moje strani, zahvaljujem se vam za sodelovanje in vaše odgovore.

B: Ja malenkost, hvala vam in uspešno.

A: Najlepša hvala!

Spol: moški ženska (C68)

Starost: 76 (C69)

Dosežena izobrazba: a) osnovna šola (C70) b) srednja šola c) poklicna šola č) višja šola d) fakulteta

Živi: sam/-a z družino (C71) drugo: _____

INTERVJU D

A: Kaj za vas pomeni možnost do druženja, preživljanje časa s prijatelji/sosedi/družino?

B: Zame druženje pomeni veselje (D1). Veselje ker imam dobre prijatelje in se dobro razumemo (D2) hkrati pa mi je v veselje ko sem lahko z njimi in rada preživljam čas z njimi (D3).

A: Kaj druženje prinaša v vaš vsakdan?

B: Druženje mi predstavlja predvsem obliko zaposlitve (D4), da mi hitreje mine čas (D5) in da zvečer lažje zaspi (D6). Zelo dobro se počutim po tem ko se družimo (D7).

A: V kakšnih odnosih pa ste z družinskimi člani?

B: Odnosi z družinskimi člani so odlični (D8a), se zelo dobro razumemo (D8b). Seveda pride včasih do konfliktov (D9), ko želim tudi sama uveljavljat svojo voljo (D10) in želim imeti prav (D11) ampak načeloma smo res v dobrih odnosih (D12).

A: S kom se najraje družite in vam predstavlja največjo oporo? Kakšno oporo/pomoč vam nudijo?

B: Najraje se družim z vnukinjo (D13) in hčerko (D14), z njima sem tudi največ v stikih (D15). poleg tega pa se rada družim tudi s prijatelji (D16), s katerimi skupaj kartamo (D17).

A: Pa vam družinski člani nudijo kakšno vrsto opore? Jim zaupate svoje težave in podobno?

B: Ne o svojih težavah ravno ne govorim z njimi, ker sem mnenja da imajo že tako dovolj svojih težav, tako da jih večinoma zadržim zase in jih skušam prebroditi sama (D18). Mi pa neko vrsto opore nudi tudi hišni ljubljencek (muček) s katerim se včasih pogovarjam (D19) ha ha ha.

A: Koliko imate bližnjih prijateljev na katere se lahko obrnete po pomoč/podporo/ se z njimi pogovorite, ko imate slab dan?

B: Oh prijateljev imam ogromno, jih ne morem prešteti na prste obeh rok (D20).. Po mojem mnenju kar enih dvajset če ne več (D21), oziroma kadar se družimo ob balinanju nas je še več (D22) in vsi se med seboj zelo dobro razumemo in podpiramo (D23).

A: Kako se razumete s sosedi? Kako ste povezani v soseski?

B: Amm.. soseda s katerim se razumem in mi je mar zanj imam le enega (D24), medtem ko pa imam tudi enega s katerim nikakor ne najdeva skupnega jezika in se sploh ne razumeva, se sploh ne zna obnašati (D25).

A: Vam ta sosed s katerim se razumete nudi kakšno vrsto pomoči ali podpore, se obrnete nanj če kaj potrebujete?

B: Ne, mi ne rabi pomagati pri ničemer (D26), če kaj potrebujem se obrnem na hčerko in vnukinjo (D27).

A: Ste včlanjeni v kakšno društvo/skupino?

B: Ja včlanjena sem v Društvo upokojencev (D28) in Balinarsko društvo (D29).

A: Kaj to skupnost predstavlja za vas?

B: Am, predvsem to da se lahko družim z njimi (D30), nekatere lahko pokličem kadar želim, se malce pogovarjamo o vsakdanjih stvareh (D31) in se vidimo, ko čas dopušča (D32). Spet nek način zaposlitve, da mi mine čas (D33).

A: Aha v redu, kaj pa balinarsko društvo?

B: Ja balinarsko društvo pa mi sploh predstavlja neko aktivnost, ki mi zapolni teden (D34), sicer je zdaj vse odpovedano zaradi koronavirusa (D35), ampak upam da se bo kmalu uredilo in se bomo lahko spet zbirali in igrali (D36).

A: Bi rekli, da se je zaradi situacije s koronavirusom kaj spremenilo, če gledamo odnose z drugimi ljudmi?

B: Ne ne bi rekla, da se je kaj korenito spremenilo (D37), pazim se upoštevam ukrepe (D38), vendar še vseeno pravim, da je vse skupaj »larifari«, ne vem kje dobijo vse te številke (D39).

A: Kaj to pomeni za vas? Kaj bi si morda želeli pa zaradi omejitev to ni mogoče?

B: Rada bi šla balinati pa ni mogoče (D40), poleg tega hodim tudi v trgovino Tuš, ker imam tam dodaten popust pa tudi tega zdaj ne morem ker je le ta v drugi občini (D41).

A: Kakšne občutke to priključuje? Doživljate zaradi omejitev kakšne stiske?

B: Jah ne stiske ravno ne (D42), sem pa žalostna ker ne morem dneva organizirati in izkoristiti tako kot bi rada (D43). Hkrati pa sem tudi zelo jezna (D44).

A: Kako se spopadate s trenutnimi omejitvami glede druženja?

B: Ja zelo mi je težko, ker ne morem iti s prijatelji tudi kartati (D45), smo se pred koronavirusom dobivali vsak konec tedna in skupaj kartali (D46), sedaj tega žal ne morem. Jih pa vsaj pokličem (D47), se pogovorimo (D48), preverimo če smo vsi v redu (D49) in se potem takoj malce bolje počutim.

A: Se zaposlite potem kako drugače?

B: Ja veliko več igram igrice na računalniku (D50), gledam televizijo (D51) in pa ogromno rešujem križanke (D52).

A: Kako pa ohranjate stike z drugimi?

B: Preko telefona, se pokličemo (D53) ali pa si napišemo kakšno sporočilo (D54).

A: Uporabljate tudi video klice mogoče?

B: Ne, uporabe video klica me pa še niso naučili (D55) ha ha.

A: Kaj bi vam pomagalo, da bi se s situacijo lažje spopadali če ob trenutni situaciji doživljate stisko? Kakšno pomoč bi potrebovali? Od koga?

B: Trenutno znam sama rešit stisko (D56), vzamem si kakšno takšno stvar za početi, ki me razveseljuje (D57).

A: Mhm, super. No pa še zadnje vprašanje kako gledate na položaj starih ljudi v času epidemije? Menite, da se je kako spremenil?

B: Sigurno se je spremenilo to, da tisti ki so recimo v domovih za stare nimajo stikov s svojimi družinami, ne morejo ven (D58), jaz še vseeno lahko grem kam sama, sem malce bolj svobodna, medtem ko nekateri tega sedaj ne morejo (D59).

Spol: moški ženska (D60)

Starost: 71 (D61)

Dosežena izobrazba: a) osnovna šola b) srednja šola c) poklicna šola (D62) č) višja šola d) fakulteta

Živi: sam/-a (D63) z družino drugo: _____

INTERVJU E

A: Pozdravljeni, kot sva se predhodno dogovorili bova sedaj odgovorili na nekaj vprašanj, ki se navezujejo na socialne mreže, stike in druženje, ter na pomen, ki ga imajo le ti za vas. Začeli bova z vprašanjem kaj za vas pomeni možnost do druženja, preživljanje časa s prijatelji, sosedi, družino?

B: Živijo, v redu se strinjam. Ja stiki in druženje mi pomenijo ogromno, saj me razvedrijo (E1).

A: Torej lahko rečeva, da druženje prinaša v vaš vsakdan veselje, radost, bi še kaj dodali?

B: Ja prinaša predvsem dobro voljo (E2), možnost do pogovora (E3) in pa ogromno smeha (E4).

A: Odlično. V kakšnih odnosih pa ste z družinskimi člani, glede na to, da ste mi prej že povedali, da živite z družino.

B: Z družino sem v zelo dobrih (E5) in tesnih odnosih (E6). Se zelo dobro razumemo (E7). Veliko se pogovarjamo (E8) in družimo (E9).

A: S kom se najraje družite in vam predstavlja največjo oporo?

B: Najraje se družim z mojo prijateljico Dašo (E10). Predstavlja veliko oporo (E11a), saj se na njo lahko vedno zanesem pa ni važno kaj potrebujem (E11b). Veliko pa se družim tudi s sosedi (E13).

A: Kakšno oporo, pomoč pa lahko rečeva, da vam nudijo?

B: Prijateljica mi nudi predvsem možnost za pogovor, pogovoriva se o vseh stvareh, ki me težijo, če imam slab dan je vedno tu zame in me spravi v dobro voljo (E13). Mi pa tudi pomaga pri kakšnih opravilih, kot je zlaganje drv recimo (E14).

A: Kaj pa sosede? Vam tudi oni pomagajo pri čem specifičnem ali gre za obliko druženja?

B: Ne, pri sosedah gre večinoma zgolj za druženje (E15) in krajšanje časa (E16), no včasih pa si tudi priskočimo na pomoč če je kaj posebnega (E17).

A: Mhm razumem.. Odlično tudi druženje je izjemnega pomena. Koliko pa bi rekli, da imate bližnjih prijateljev na katere se lahko obrnete po pomoč/podporo ali se z njimi pogovorite, ko imate slab dan?

B: Lahko rečem, da imam takšne prijatelje na katere se res lahko zanesem le tri (E18). Ampak saj veš če so pravi je to dovolj, ne potrebujem več (E19).

A: Kako se razumete s sosedi? Kako ste povezani v soseski?

B: S sosedi se dobro razumemo (E20a) in si pomagamo med sabo predvsem pri opravilih, ki potekajo zunaj (E20b).

A: Super, lepo. Tudi to je pomembno in verjetno pozitivno vpliva na vaše počutje.

B: Ja seveda, če si v negativnih odnosih s sosedi to sigurno predstavlja nek dodaten stres in nejevoljo (E21).

A: Mhm razumem. Ste včlanjeni tudi v kakšno društvo ali skupino?

B: Ja včlanjena sem v Gasilsko društvo (E22) in Društvo upokojencev (E23).

A: Kaj pa ta društva predstavljajo za vas?

B: Gasilsko društvo mi veliko pomeni (E24), ker se družimo (E25), smejimo (E26) in ogromno pogovarjamo (E27a), hkrati pa tudi vadimo za tekmovanja (E27b). Z društvom upokojencev pa hodimo na izlete (E28) in se na ta način povezujemo med seboj (E29).

A: Se je sedaj zaradi situacije s koronavirusom spremenilo, če gledamo odnose z drugimi ljudmi?

B: Glede odnosov ne (E30), ampak se pa pozna da se veliko manj družimo (E31), ne hodimo na izlete (E32).

A: Kaj to pomeni za vas? Kaj bi si morda želeli pa zaradi omejitev to ni mogoče?

B: Ja želela bi si imeti vaje z gasilci, kjer bi se lahko družili (E33). S tem bi vnesla v moj teden nekaj aktivnosti (E34) in pozitivite (E35).

A: Kakšne občutke to priključa? Doživljate zaradi omejitev kakšne stiske?

B: Ne zaenkrat ne doživljam nobenih stisk (E36), saj imam vse svoje bližnje in ljudi, ki mi veliko pomenijo v bližini (E37), tako, da se zaposlim in nekako prebrodim dan (E38).

A: Kako se spopadate s trenutnimi omejitvami glede druženja? Vam je težko?

B: Ja zagotovo je težko (E39), ker sem vajena neke rutine (E40), nekih obveznosti, ki mi zapolnijo dan (E41) sedaj pa sem kar naenkrat brez vseh možnosti (E42).

A: Mhm razumem, se mi zdi da se je težko odvaditi neke rutine, pa vendar vam uspe, da se zaposlite kako drugače?

B: Ja zaposlim se predvsem z reševanjem križank (E43), pogovori z družinskimi člani (E44) in pa tudi veliko več sedaj kartam z družino (E45).

A: Kako pa vam uspe ohraniti stike s tistimi s katerimi se ne morete družiti?

B: Uporabljam telefon, torej običajne klice (E46), sporočila (E47), pa tudi Viber (E48) in Messenger (E49)

A: Uuu, ste pa spretna, super!

B: Ja sem se kar naučila in mi je v veselje, da se lahko tudi gledamo in tako (E50).

A: Ja zagotovo.

A: Kako pa gledate na položaj starih ljudi v času epidemije? Menite, da se je kako spremenil?

B: Držim pesti za vse starejše, da v tem času ostanejo živi in zdravi, da virus čim prej izgine in da se bomo lahko družili. Menim, da veliko starejših sedaj še bolj rabi pomoč in jaz se trudim, če jim lahko kako pomagam, da jim (E51).

A: Super ste gospa!

B: Verjetno bom tudi sama enkrat potrebovala pomoč. Sem mnenja, da kar daš to dobiš tako, da mi ni problem in verjamem da se vse poplača, če ne tako pa drugače.

A: Se strinjam!

A: Nič, prišli sva do konca mojih vprašanj, zahvaljujem se vam za vaše sodelovanje in vaš čas.

B: Malenkost, veliko uspeha!

Spol: moški ženska (E52)

Starost: 65 (E53)

Dosežena izobrazba: a) osnovna šola (E54) b) srednja šola c) poklicna šola č) višja šola d) fakulteta

Živi: sam/-a z družino (E55) drugo: _____

INTERVJU F

A: Kaj za vas pomeni možnost do druženja, preživljanje časa s prijatelji/sosedi/družino?

B: Zame druženje pomeni socialni stik, saj živim sama (F1), mož je namreč pred 10 leti umrl. Je način krajšanja dopoldanskega časa (F2) in tako ohranjam dobre odnose s sosedi (F3).

A: Kaj bi rekli, da druženje prinaša v vaš vsakdan?

B: Druženje mi prinaša veselje (F4), sprostitve (F5) in rutino (F6). Vsak dan sem hodila do sosede na kavo (F7), kjer sva klepetali (F8) in se družili (F9), za vikende me je po navadi obiskala družina, saj imam 3 sinove in 1 hči, tako da je bila hiša ob vikendih vedno polna in napolnjena s smehom in radostjo (F10).

A: Predvidevam, da se z družino potem odlično razumete in pogosto družite?

B: Ja z družino sem v zelo dobrih odnosih (F11). Imam 3 sinove in 1 hči. Sin, ki živi najbližje mi vozi hrano že več let saj grem sama težko v trgovino (F12). Vsi se dobro razumemo in se velikokrat slišimo (F13). Če bi se mi kaj zgodilo bo vedno nekdo poskrbel zame (F14).

A: S kom se najraje družite in vam predstavlja največjo oporo?

B: Najraje se družim z otroci (F15) in vnuki (F16), saj mi prinašajo največ veselja (F17). Rada pa grem tudi na kavo z mojimi prijateljicami, ker se dobro razumemo (F18) in se ogromno pogovarjamo (F19).

A: Koliko bi rekli, da imate bližnjih prijateljev na katere se lahko obrnete po pomoč/podporo/ se z njimi pogovorite, ko imate slab dan?

B: Lahko rečem, da jih je enih 8 (F20). Zraven štejem družino se pravi vse štiri otroke (F21), dve sosedi (F22) in pa dve prijateljice (F23).

A: Torej se tudi s sosedi odlično razumete kajne?

B: S sosedi se zelo dobro razumemo že vsa leta (F24).

A: Pa si med seboj tudi kaj pomagata, ste v pomoč in podporo drug drugemu?

B: Pomagamo si s pridelki si med seboj podelimo jajca in zelenjavo (F25), sosed mi tudi vedno skida sneg, saj ga sama ne morem (F26). Če kdo potrebuje pomoč si vedno pomagamo (F27). Me je pa sosed pred epidemijo tudi vsako nedeljo peljal k sveti maši, da mi ni bilo treba iti peš (F28).

A: Super, lepo. Verjetno vam ogromno pomeni to da se tako dobro razumete.

B: Ja, prav zagotovo. Sem vesela, da je tako.

A: Ste morda včlanjeni tudi v kakšno društvo ali skupino?

B: Ne nisem včlanjena v nobeno društvo ali karkoli drugega (F29).

A: Bi rekli, da se je zaradi situacije s koronavirusom kaj spremenilo, če gledamo odnose z drugimi ljudmi?

B: Zaradi covida, se ne morem več z nikomer družiti (F30), smo sicer vsi še vedno v dobrih odnosih (F31), vendar se bolj držimo vsak zase (F32).

A: Kaj to pomeni za vas? Bi si morda česa želeli pa zaradi omejitev to ni mogoče?

B: Ker se ne morem več družiti se je spremenila moja rutina (F33), kar mi je na začetku povzročalo velik stres (F34). Si pa najbolj želim osebni stik z družinskimi člani (F35).

A: Razumem in si predstavljam, da je bilo izjemno težko se privaditi na trenutne razmere.

B: Ja res je, ampak sedaj je že malce lažje, čeprav pogrešam svoje otroke (F36).

A: Ravno na vaše občutke se navezuje tudi moje naslednje vprašanje in sicer me zanima kakšne občutke priključijo vse te omejitve? Doživljate zaradi omejitev kakšne stiske?

B: Ja, ves čas živim v strahu, da bi se okužila (F37), vsak dan gledam poročila in situacija je zaskrbljujoča (F38). Prav tako se počutim zelo osamljeno (F39) in žalostno (F40). Vem, da tudi ves čas preveč razmišljam o stvareh in da to vse skupaj še poslabša, ampak kaj pa naj ko sem cele dneve sama s seboj (F41).

A: Mhm razumem. Pa se poskušate zaposliti še kako drugače, da se lažje spopadate s trenutnimi omejitvami?

B: Ja imam mačka, ki mi krajša čas (F42), več tudi kuham (F43) in pospravljam (F44), gledam televizijo (F45) in berem (F46). Tako mi najhitreje mine dan.

A: Kako pa ohranjate stike z drugimi? Se slišite po telefonu, uporabljate računalnik?

B: Ne računalnika ne znam uporabljati (F47), tako da se slišimo samo preko telefona (F48).

A: Kaj pa bi vam pomagalo, da bi se s situacijo lažje spopadali? Bi potrebovali kakšno pomoč?

B: Pomagalo bi mi to, da bi se lahko vsaj enkrat na teden videla z družino (F49), ki so mi največja opora (F50). Zaradi strahu pred okužbo si nihče ne upa ostati dalj časa (F51), recimo živila iz trgovine mi sin pusti samo pred vrati in se nič ne vidiva (F52).

A: Kako pa gledate na položaj starih ljudi v času epidemije? Menite, da se je kako spremenil? B: Zelo se je spremenilo (F53). Vsi smo osamljeni (F54) in živimo v strahu (F55). Po televiziji pa vsak dan govorijo drugače (F56). Ves čas premišljujem o stvareh (F57). Prav tako ne morem k maši, kar mi je prej veliko pomenilo (F58) in menim, da imamo stari ogromno nezadoščenih potreb sploh sedaj (F59).

Spol: moški ženska (F60)

Starost: 79 (F61)

Dosežena izobrazba: a) osnovna šola (F62) b) srednja šola c) poklicna šola č) višja šola d) fakulteta

Živi: sam/-a (F63) z družino drugo: _____

INTERVJU G

Spol: moški ženska (G1)

Starost: 81 (G2)

Dosežena izobrazba: a) osnovna šola (G3) b) srednja šola c) poklicna šola č) višja šola d) fakulteta

Živi: sam/-a (G4) z družino drugo: _____

A: Pozdravljeni, najprej se vam zahvaljujem ker ste privolili v intervju.

B: Živijo, ja malenkost mi je v veselje, da ti lahko pomagam in si prišla malce na obisk.

A: Ja kajne bova združili malce druženja in dela. Torej intervju bo potekal tako, da vam bom zastavila vprašanje ali pa temo in vas potem pozvala k odgovoru, boste videli ne bo nič strašnega. Če česa ne boste razumeli, vprašajte vam razložim.

B: Dogovorjeno.

A: Torej lahko začneva?

B: Dajva.

A: Najprej me zanimajo vaši odnosi z drugimi ljudmi, kako pogosto se družite, imate prijatelje s katerimi se družite in tako. Malo mi povejte o tem.

B: Ja, imam enega prijatelja, ki živi v bližini (G5) torej je tudi sosed s katerim sva približno istih let (G6) in se tudi pogosto druživa (G7). Velikokrat pride k meni na obisk (G8) in klepetava o vsakdanjih stvareh (G9). Velikokrat pride na obisk tudi sestra (G10) in njen obisk mi veliko pomeni (G11a), saj skupaj obujava spomine (G11b). K meni pride tudi hčerka (G12), vendar zdaj zaradi koronavirusa žal ne more (G13), sem ji rekla, da je škoda 400€, ker toliko denarja pa spet nima, da bi ga dajala za kazni.

A: Mhm razumem, pa vam je zaradi tega kaj težko? Kako se počutite ob tem ko ne morete videti hčerke takrat ko želite in tako pogosto kakor želite?

B: Ja na začetku mi je bilo zelo hudo (G14), manjka mi raznolikost dni (G15), to da me nekdo malce zaposli (G16) ampak sedaj sem se sprijaznila (G17). Jih tudi razumem, da jih je strah da če bi že prišli k meni da bi me kaj okužili ker so v stiku tudi z drugimi ljudmi (G18).

A: Pa se sedaj zaposlite kako drugače? Kaj počnete, da vam mine dan?

B: Veliko gledam televizijo (G19), berem časopis (G20) in pa štrikam (G21). Sedaj ravno delam nogavice za mojega sina, ki živi v hiši zraven moje. Mi jih je naročil.

A: O lepo, verjamem da štrikanje ni ravno lahko in vas kar za nekaj časa zaposli preden pridejo nogavice ven.

B: Ja res je, štrikanje je kar se tega tiče super. Dan hitro mine. Vendar pa veliko tudi ne morem štrikati v kosu ker me začnejo boleti roke (G22).

A: Mhm mhm, no saj malo po malo. Ko ste ravno omenili sina, ki živi v sosednji hiši, me zanima kakšni so odnosi med družinskimi člani? Torej kako se razumete z družino, kdo vam je najbližje?

B: Ja s sinom in snaho se razumem odlično (G23), res sta srčna človeka (G24) in vedno mi pomagata (G25). Ravno včeraj sta prišla in mi postavila tale drevesček in jaslice, ker sama ne zmorem (G26). Lani sem tako postavila, da se mi je vse prevrnilo na tla ha ha ha.

A: O lepo, verjamem da vam tole ogromno pomeni kajne.

B: Ja res. Zelo sem vesela, da se tako dobro razumemo (G27). Saj se včasih tudi skregamo (G28), ko težim kakšno stvar po svoje (G29) ampak se potem tudi pogovorimo (G30) in je vse vredno.

A: Aha ja pa saj mislim, da so takšni konflikti povsod. Važno je, da jih rešimo in da so stvari urejene potem kajne?

B: Ja to pa jih vedno, ne moremo biti skregani se imamo preveč radi (G31).

A: Lepo.. Kaj pa vnuki? Imate tudi kaj vnukov? Kako se z njimi razumete?

B: Ja imam šest vnukov (G32). Najbolje se razumem s temi, ki so doma tukaj (G33). Velikokrat pridejo k meni, preverit kako sem (G34), malce poklepetamo (G35) in tako. Pa tudi v trgovino gredo zame (G36), no saj to gre tudi sin ali pa snaha (G37), pa k zdravniku me peljeta ker sama nimam izpita (G38).

A: Mhm super, torej rečeva lahko da vam pomagajo tako pri raznih opravilih, ki jih sama ne zmorete več, so vam v oporo ko ste slabe volje in vam tudi zapolnijo dan.

B: Ja tako, vedno so mi v oporo (G39), ko mi je hudo se pogovorimo (G40), ko mi je lepo se skupaj smejemo (G41) tako res smo povezani (G42). Sploh pa me velikokrat v dobro voljo spravita pravnukinji (G43). Veš otroci so nekaj posebnega, še tako slab dan ti vsaj za trenutek polepšajo, tako da sem zelo vesela ko jih pripeljejo pokazat (G44).

A: O ja verjamem, otroci imajo poseben čar in moč.

B: Ja res je ja.

A: Če se sedaj posvetiva še malo sosedom. Kako ste povezani s sosedi? Se dobro razumete?

B: Ja to pa morem poudariti, da imam super sosede (G45). Odlično se razumemo z vsemi (G46), vedno ko se srečamo poklepetamo (G47). Posebej pa se dobro razumem z zgornjo sosedo (G48), s katero grem velikokrat v cerkev (G49), prinese mi tudi sveža jajca ko jih potrebujem, saj ima kokoši (G50), ko pa ji dopušča čas pa tudi pride k meni na čaj (G51) in da malo poklepetava (G52), tudi ko sem slabe volje me posluša (G53), res zna z ljudmi. Vsa njena družina je super (G54), tudi njen mož vedno pomaga pri kakšnih opravilih (G55) ali pa kaj takega. Super so.

A: Odlično, to veliko pomeni kajne?

B: Ja res meni to, da se dobro razumem s sosedi ogromno pomeni (G56), vem da se lahko zanesem na njih če slučajno mojih ni doma in če karkoli potrebujem (G57).

A: Super me veseli, da ste v tako dobrih odnosih. Sedaj pa me zanima ali ste morda včlanjeni tudi v kakšno društvo ali pa skupino?

B: Ne, nisem več (G58). Bila sem prej včlanjena v Rdeči križ (G59), ko sem še lahko hodila na izlete sedaj pa zaradi zdravja ne morem več (G60).

A: Mhm, kaj pa je to društvo predstavljalo za vas? Kako ste se počutili takrat?

B: Ja bilo mi je super ko smo kam šli (G61), ko smo se družili (G62) saj sem tako malo zamenjala okolje (G63), videla ljudi, ki jih prej dlje časa nisem (G64). Lahko sem celo pot klepetala (G65). Tako, da je bilo zelo lepo, vedno smo se zelo zabavali (G66), plesali, peli. Lahko rečem, da so me ti izleti na nek način razvedrili (G67), saj so prekinili mojo vsakdanjo rutino in enoličnost dni (G68).

A: Mhm super, torej je vključenost prinašala neko pestrost?

B: Ja tako tako.

A: Dobro. Sedaj pa se bova posvetili še malce trenutni situaciji s koronavirusom, in sicer me zanima kaj bi rekli, da se je glede na odnose z drugimi v tem času spremenilo?

B: Am kako mislite odnose, z vsemi se še vseeno dobro razumem.

A: V mislih imam predvsem to ali so omejitve gibanja in druženja na vas kako vplivale? Morda zaradi tega ne morete biti v neposrednem stiku s kom pa bi si to želeli, morda ne morete kam ali pa kaj podobnega?

B: Ajaa ja, ja to pa sigurno je epidemija zelo vplivala na to kako pogosto dobivam obiske (G69). Recimo prej sem skoraj vsako nedeljo dobila koga na obisk (G70), sedaj žal tega ni. Tudi vnuki, ki hodijo v službo se izogibajo bližnjih srečanj z mano, ker jih je strah da me ne bi slučajno okužili (G71). Tudi v trgovino trenutno ne hodim sama (G72), mi vedno prinesejo sorodniki (G73).

A: Kako pa se ob teh omejitvah počutite? Vam je kaj hudo ali se dobro spopadate s tem?

B: Ja imam dneve, ko mi je hudo ker ne morem videti hčerke (G74), drugih stvari niti ne pogrešam (G75).

A: Kako pa potem ohranjate stike s hčerko in drugimi, ki jih ne morete videti?

B: Večinoma preko telefona, jih pokličem ali pa oni mene (G76). Drugih stvari ne znam uporabljat (G77).

A: Mhm, dobro pa saj važno je da se lahko vsaj slišite, da veste da ste vsi dobro.

B: Ja to imaš pa tudi prav ja.

A: Kako pa gledate na položaj starih ljudi v času epidemije? Menite, da se je kako spremenil?

B: Ja mislim, da se je osamljenost starih zelo povečala, sploh če živijo stran od svojih bližnjih (G78). Ne morejo se obiskovati med sabo (G79), prav tako se mi smilijo ljudje v domu, ki ves ta čas niso mogli biti v stiku s svojimi drugače kot preko telefona (G80), kar se mi zdi da je v mnogih prebudilo ogromno stisko (G81). Še bolj kot prej smo privezani na naš dom (G82) in živimo v strahu, da se ne bi okužili (G83).

A: Tako prišli sva do konca. Hvala za vaše odgovore.

B: Malenkost!

INTERVJU H

Spol: moški ženska (H1)

Starost: 91 let (H2)

A: Pozdravljeni. Najprej vas prosim, da mi zaupate vašo izobrazbo oziroma stopnjo dosežene izobrazbe, katero šolo ste končali?

B: Živjo, ja imam absolutorij na medicini (H3a) ampak nisem pa diplomirala (H3b), tako da vzamemo vedno zaključeno srednjo šolo (H3c).

A: Okej, sedaj me zanima ali živite sami v hiši ali živite še s kom?

B: Ja, živim pa sama odkar je mož umrl (H4), otroci so se odselili (H5), hči je v Nemčiji (H6) recimo.

A: Mhm uu v Nemčiji to je pa potem kar daleč se verjetno ne vidite pogosto, sploh zdaj v teh razmerah?

B: Ja res je ja, prej smo se videli dokaj pogosto je prišla dol (H7), ko sem recimo potrebovala kakšno zdravilo, ki jih tukaj nisem dobila (H8) ali pa tudi za praznike recimo (H9). Zdaj se pa nismo videli že od lanskega leta, torej vse odkar je korona (H10).

A: Joj to pa verjetno ni lahko za vas kajne? Kako se spopadate s tem?

B: Ja seveda ne, pogrešam jo (H11). Pogrešam vnuke, ki prav tako živijo v Nemčiji (H12) oziroma eden je zdaj na izmenjavi v Franciji (H13). Si želim, da bi jih lahko še videla, včasih kar rečem da ne vem če bom dočkala še to, da se ponovno srečamo (H14).

A: Joj razumem, grozno..

B: Ja ampak nimamo kaj..

A: Res je ja.. Čez ukrepe se žal ne da..

A: No sedaj bi se jaz osredotočila kar na prvi sklop vprašanj če ste za, in sicer me zanima kaj za vas pomeni druženje, kaj to prinaša v vaš vsakdan, vam to pri čem pomaga, kako se ob tem počutite? Malo mi opišite.

B: Ja to je pa odvisno od tega s kom se družim (H15).. Amm ja.. recimo če se družim iz temi sorodniki, ki jih imam zelo rada (H16) je potem cel dan lepši (H17). Če je tako, da je vsake toliko časa kakšno druženje mi niti ne pomeni toliko (H18) in tega tudi ne pogrešam (H19).. V življenju sem bila veliko sama (H20a), mož je bil cele dneve v službi, dežuren, sva bila že tako veliko narazen (H20b) tako, da sem vajena biti sama (H21)... Sicer pa v sosednji hiši stanuje sin (H22), ki me pride vsak dan pogledati če sem v redu (H23), včasih malo podebatirava (H24) ampak nisva istega mnenja in potem hitro zaključiva (H25). Zdajle pa je sploh kar nekaj vprašanj, ob katerih se naša mnenja krešejo (H26)..

tudi s hčerko se ob njih razideva (H27), recimo eni so za ukrepe, eni so bolj levo, jaz sem bolj konservativna ...

A: Mhmm.. ampak to so takšni čisto vsakdanji konflikti, ki jih hitro razrešite kajne?

B: Ja res je ja oziroma se po navadi skušamo potem izogibati temam o katerih vemo, da se ne strinjamo (H28).

A: Mhm mhm, ja saj tudi to je ena od strategij kajne..

B: V glavnem, da se vrnem na temo, mi veliko pomeni, da se družimo (H29). Predvsem pogrešam zdaj ker hčerka ne more priti, ker živi v Nemčiji (H30), pa vnuki (H31). Sicer sem ravno danes govorila z vnukom, ki je v Franciji (H32) sem mu rekla, da naj bo pameten in naj se pazi (H33).

A: Mhm je potrebno malo poudariti kajne v teh časih pa še posebej..

B: Ja, pa saj vem, da je pameten in premisli stvari (H34a) ampak vem pa tudi, da ga ukrepi precej omejujejo in ne more nikamor (H34b). Zdaj majo policijsko uro že ob šestih zvečer (H35) ane, sicer malo grešijo ampak ja... Se mi zdi, da vas mlajše te ukrepi bistveno bolj omejujejo in živcirajo kakor nas starejše (H36), ki smo vajeni biti doma, nimamo nekih ogromnih opravil (H37) in tako.. Meni bi bilo čisto vseeno če nas za 3 mesece popolnoma zaprejo, le da se potem stanje izboljša (H38)...

A: Ja verjetno res, sicer so še vedno izjeme ampak sigurno smo pa se življenjski stili mlajših in starejših v marsičemu razlikujejo..

B: Ja tako ja.. No kako bi rekla torej za druženja, so druženja predvsem to kar sem sedaj govorila, se pravi s sorodniki, ki bi jih čisto pogrešala če jih ne bi bilo (H39).

A: Kaj pa kakšna druženja s prijatelji, sosedi? Se kdaj srečate, obiskujete?

B: Ja s sosedi tukaj se skoraj nič ne družimo (H40), dobro ja poklepetamo ko smo zunaj (H41), oziroma smo prej zdaj tako ali tako nismo nič zunaj (H42). Ali pa če sem na vrtu delala smo se pogovarjali (H43), sicer imam stik samo s temi tukaj zraven (H44), ostalih v vasi niti ne poznam (H45). Drugače mojih sodobnikov takole je pa vedno manj (H46)...

A: Pa kakšne prijateljice, kolegice? Se kaj pokličete, si pišete kaj takšnega?

B: Ja ja to pa se, se pokličemo (H47). No saj to pravim, zdajle v kratkem sta dve prijateljici umrli (H48) tako, da sva se ravno z eno pogovarjali da sva ostali samo še midve (H49).

A: Koliko pa bi rekli, da imate prijateljev ali pa znancev za katere bi rekli, da se na njih lahko obrnete po podporo?

B: Amm.. kaj pa vem 2 kolegici pa potem sin, snaha, hči pa vnuki (H50).

A: Oziroma mogoče boljše da vas najprej vprašam na koga se najprej obrnete po pomoč ali podporo?

B: Ja primarno so seveda družinski člani (H51), pravzaprav je še vedno tako, da se zelo nerada obračam po pomoč ali usluge (H52). Rada sama zase skrbim (H53), najbolj me je groza, da bi komu padla v breme (H54).

A: Mhm razumem. Kaj pa v primeru težjih opravil, ki jih vendarle ne zmorete več sama? Kdo vam pa takrat pomaga?

B: Ja, če kaj ne morem mi pomagajo sorodniki (H55a) večinoma sin (H55b). Pravzaprav mi sin zdaj velikokrat reče saj sem jaz tukaj, povej kaj rabiš ti bom šel jaz iskat oziroma ti bom jaz pomagal (H56).

A: Mhm mhm..

B: Ampak ja tako kot sem rekla, zelo nerada nadlegujem (H57).

A: Torej lahko potem rečeva kar se tiče družinskih odnosov kaj? Se dobro razumete..?

B: Ja to pa, zelo dobro se razumemo(H58), se med sabo podpiramo (H59). Tudi z vnuki (H60).

A: Kaj pa kakšne izjeme, so vam kdaj vendarle pomagali sosedje recimo ali pa drugi, ne le družinski člani?

B: Ja enkrat je bila poplava tukaj, so mi pomagali (H61)... tudi presenečena sem bila, ko je umrl mož, jih je ogromno prišlo na pogreb v Ljubljano, kar me je zelo presenetilo(H62). Se pogovarjamo kot sem že rekla, ampak v tako dobrih odnosih pa tudi nismo bili (H63).

A: Kaj pa bi lahko rekli potem glede medsoseseke povezanosti?

B: Jah, prej bi rekla da povezanosti ni (H64), da smo bolj vsak zase (H65), gre zgolj za hitre bežne stike takšne vsakdanje ne pa za kakšno vrsto pomoči ali opore (H66).

A: Mhm razumem. Okej. No sedaj pa mi še povejte ali ste včlanjeni v kakšen klub, društvo ali kaj podobnega?

B: Ne ne to pa nisem, sem kar precej samotar (H67).

A: Mhm, saj se mi zdi da je kar veliko starih tako, čeprav vsekakor obstajajo tudi izjeme tako kot povsod.

B: Ja res je ja. Jaz sem res vajena biti sama (H68). Ko smo živeli v Nemčiji smo bili brez sina, ker je živel tukaj v Sloveniji (H69), zdaj smo brez hčere in njene družine (H70). Ampak tako je (H71)..

A: No, ko ravno govoriva o tem, bi lahko rekli da so se sedaj zaradi koronavirusa ker se ne morete videti s hčerko pa tudi z drugimi, odnosi med vami kaj spremenili? Je to kaj vplivalo nanje?

B: Ja jaz bi rekla, da so se odnosi skoraj spremenili na boljše (H72). Se mi zdijo vsi moji bližnji še veliko bolj pozorni (H73). Tako se bojijo, da bi me okužili (H74), še prej so pravniki velikokrat prileteli sem na obisk, ko so prišli k sinu (H75), sedaj jih ni se kar izogibamo eden drugega (H76)..

A: Kaj pa to pomeni potem sedaj za vas, vam ugaja vsa ta pozornost, vas kdaj moti?

B: Ja seveda mi kar godi, se nimam kaj pritoževati (H77).

A: Kako pa gledate na celotno situacijo s koronavirusom, kakšne občutke to vzbuja v vas?

B: Jaz vedno povem, da so bile v zgodovini še dosti hujše stvari ne (H78).. No mogoče je to tudi zato, da se meni in nam starim to ne zdi tako hudo ker smo bili vojne vajeni, ker smo preživeli dosti hujše kot je tole (H79). Ne veste kako je bilo to hudo. Tukaj ostaneš živ, če se še malo paziš sigurno (H80), v času vojne pa so bili alarmi ponoči, podnevi (H81a) vedno nas je bilo strah za življenje (H81b), nikoli nismo vedeli kdaj koga od naših bližnjih ne bo domov (H81c). To pa je bilo grozno, ne pa sedaj tole, ko so samo omejili pa ni zabav pa počitnic pa tega (H82). Veliko hujše stvari so se dogajale, pa smo prav tako preživeli (H83). Se mi tole sploh ne zdi tako hudo (H84).

A: Ja seveda, ste dali že dosti hujše stvari skozi.

B: Ja tako je ja.

A: Kakšni pa so vaši občutki ob tem ko pomislite na koronavirus? Je v ospredju strah, na kaj pomislite ko zaslišite to besedo?

B: Ne strah me ni (H85), sem grozno pozitivna do cepljenja, sploh nimam pomislekov (H86). Bolj me je strah posledic, ki prihajajo (H87).

A: Aha aha.. Kaj pa glede preživljanja vašega vsakdana, se mogoče zaposlite sedaj v teh časih kako drugače kot bi se prej?

B: Ne tako kot prej (H88), malo igram klavir (H89), ogromno berem (H90). Pogrešam pa recimo to, da bi lahko šla v trgovino sama, malo pogledat (H91)... zdaj namreč sploh ne vem več kaj prodajajo ha ha ha. Ampak jaz pravim, da mi nič ne manjka (H92a), na toplem sem, za jesti imam (H92b). No

seveda ne pravim, da bi bila takole celo življenje (H93) si seveda želim, da bi kdo lahko prišel (H94), ampak se da preživeti (H95).

A: Kako pa ohranjate stike z drugimi? Recimo s hčerko in pa prej ste omenili vnuke?

B: Se pokličemo (H96), tu pa tam če mi uspe vzpostaviti zvezo se vidimo preko video klica (H97) ampak tam me moti ker večinoma vidim sebe.

A: Mhm super potem obvladate tudi računalnik kaj?

B: Ja malo, ravno toliko da nekaj znam (H98). Ampak večinoma uporabljam samo telefon in se samo slišimo (H99).

A: Super odlično, vse je boljše kot nič kajne.

B: Ja ja to pa je res.

A: No moje zadnje vprašanje pa se nanaša še na vaše dojemanje položaja starih ljudi. Kaj bi rekli za položaj starih ljudi na splošno, menite da se je v času epidemije kaj spremenil?

B: Ja mislim, da se gleda drugače na stare ljudi(H100) ampak ne vem če je vedno ta pogled iskren (H101). Zdi se mi, da se pri nekaterih drugih lahko pojavlja večja stiska(H102), da morda nimajo ustrezne oskrbe(H103), še vedno primanjkuje kadra (H104), ljudi je strah da bi se okužili (H105). Mi je pa tudi grozno ker vsi izpostavljajo recimo to, da nimajo obiskov v domovih za stare, tega ne razumem zakaj delajo takšno dramo iz tega (H106).

A: Mhm mhm, v redu gospa to bi bilo z moje strani vse. Zahvaljujem se vam za vaš čas in odgovore.

B: Ja malenkost, veliko uspeha.

PRILOGA 3: Odprto kodiranje

ODPRTO KODIRANJE INTERVJU A				
Oznaka RDB	Besedilo	Pojem	Kategorija	Tema
A1	...ženska...	Ženski spol	Spol	Demografski podatki
A2	a)starejše generacije	85. let	starost	Demografski podatki
	b) ...v 86. letu, prihodnje leto bo zaokroženih 86 let			
A3	a) Kar se zdravja tiče se ne bi mogla ravno pohvalit...	Okvara vida, slabo zdravstveno stanje	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
	b) ...sem diabetik...			
	c) ...prizadete imam tudi oči...			
A4	...onemogočajo da bi normalno skrbela zase	Omejitve zaradi zdravstvenega stanja	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
A5	..osnovne šole, torej petih razredov...	Osnovna šola	Izobrazba	Demografski podatki
A6	Sem naredila še tri gimnazije...	Gimnazija	Izobrazba	Demografski podatki
A7	a)...hodila sem še v glasbeno šolo...	Obiskovanje glasbene šole	Glasbena šola	Izobrazba
	b)... glasbeno šolo hitro zaključila			
A8	Živim v Višnji Gori...	Višnja Gora	Bivanje	Demografski podatki
A9	... v lastni hiši, ki sva jo zgradila z možem.	Lastna hiša	Bivanje	Demografski podatki
A10	a)živim sama...	Živi sama	Bivanje	Demografski podatki
	b) so šli otroci vsak po svoji poti, nobeden od njih se ni odločil, da bi ostal doma			
A11	na stara leta praktično ostala sama v veliki hiši	Ostala sama	Bivanje	Demografski podatki
A12	a)moji družinski člani so moji otroci...	hči in dva sinova	Bližina ali oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
	b)dva sinova in hčerka	hči in dva sinova		
A13	Se pa slišimo po telefonu...	Telefonski pogovori	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
A14	Odnosi so pristni...	Pristni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A15	...zaželeni z obeh strani...	Zaželeni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A16	...čutimo tisto pravo družinsko življenje...	Povezana družina	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A17	a) Še več je pa tudi to, da imajo oni tudi svoje družine in svoje otroke, ki jih imam nadvse rada	Družine njenih otrok	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
	b)... skupaj imam 10 vnukov...			
	c) ... je 5 fantov in 5 deklet			
A18	...z vsemi imam stike..	Ima stike z vnuki	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje

A19	...lepe odnose...	Lepi odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A20	...stike sem imela predvsem pred korono...	Več stikov pred epidemijo	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A21	...zdaj je slabše...	Izgubljanje stikov	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A22	a)Vnuki so ravno toliko kot otroci...	Ljubezen do vnukov	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
	b)... jih imam nadvse rada			
A23	Družim se s prijatelji, ki sem jih našla v svojem kraju	Druženje s prijatelji v lokalnem okolju	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A24	v mlajših letih smo velikokrat naredil skupne izlete...	Skupni izleti	druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A25	...dokler se nismo vpisali v društvo upokojencev	Vpis v društvo upokojencev	Društva	Socialna vključenost
A26	a)Nato smo pa se družili z drugimi, ki so bili vključeni oziroma včlanjeni v to društvo...	Druženje s člani društva	druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
	b)...smo potem skupaj hodili okoli po izletih	Skupni izleti		
A27	Trenutno mi veliko pomeni, če se lahko družim...	Veliko pomeni druženje	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
A28	...če pridejo otroci domov...	Obiskovanje otrok	Emocionalna opora	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A29	Ko živiš sam je to sigurno drugače kot pa če živiš z družino	Doživljanje samostojnega življenja	Soočanje z omejitvami	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A30	Trenutno je to druženje bolj v obliki pomoči...	Druženje v obliki pomoči	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A31	...krajšanje dolgega časa...	Zapolnitev dneva	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
A32	...vsaj preko telefonov...	Telefonski klici	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
A33	...po obiskih tako ali tako ne smemo	Ni možnosti obiskovanj	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A34	Trenutno mi druženje in pomoč ponuja predvsem dekle, ki nudi pomoč na domu...	Pomoč in podpora gospodinjske pomočnice na domu	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A35	... njena pomoč in družba je zelo dragocena..	Dragocenost pomoči	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A36	Pomoč na domu mi zelo veliko pomeni...	Velik pomen pomoči na domu	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A37	...ker sama nisem več sposobna, da bi kaj več hodila...	Nezmožnost daljših aktivnosti	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje

A38	trenutno tudi karantena tega ne dopušča	Omejitve karantene	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A39	še prej ko je bilo dovoljeno, da so bili v trgovini rezervirani časi za upokojece tega sama nisem koristila	Ne koriščenje terminov rezerviranih za upokojene ljudi	Pomoč starim ljudem	Vpliv koronavirusa na življenje
A40	so mi pomagali družinski člani	Pomoč družinskih članov pri nakupovanju	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A41	bila pa je tudi v našem kraju organizirana nabava po trgovinah	Organizirana pomoč pri nakupovanju	Pomoč starim ljudem	Vpliv koronavirusa na življenje
A42	Bili so fantje, ki si jih poklical in so potem prinesli kar sem potrebovala iz trgovine, sem jim dala denar in so mi potem dostavili	Pomoč fantov pri nakupovanju	Pomoč starim ljudem	Vpliv koronavirusa na življenje
A43	Zelo rada pa se seveda družim tudi s svojimi otroci...	Želja po druženju z otroci	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A44	... zdaj sem z njimi samo v stiku preko telefona...	Telefonski pogovori	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
A45	... prej pa so me obiskovali...	Obiskovanje	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
A46	... ko jim je čas dopuščal, saj majo vsak svojo službo, vsak svojo družino...	Obiskovanje ko je čas dopuščal	Soočanje z omejitvami	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A47	... tudi jaz pa sem velikokrat obiskala njih, so me prišli iskat in me odpeljali potem do svojih družin	Obiskovanje otrok na njihovem domu	Soočanje z omejitvami	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A48	Nekaj je bilo takšnih, s katerimi smo imeli še prej stike in smo se družili...	Stiki in druženje s prijatelji iz mladosti	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A49	recimo enih 5	5 bližnjih prijateljev	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A50	Sčasoma ostareli	Manjšanje socialnih mrež zaradi staranja	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A51	a)Pojavljati so se začele zdravstvene težave...	Pojavljanje zdravstvenih težav	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
	b)nismo mogli več drug do drugega			
A52	...jaz sem bila zaradi svojih revmatičnih obolenj precej kmalu odrezana od te družbe...	Posledica revmatičnih obolenj	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
A53	...postala precej osamljena...	Pojavljanje občutka osamljenosti	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A54	... edino kar me je še vezalo z njimi so bili telefonski klici	Telefonski pogovori	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
A55	a) dokler sem lahko sama še vozila je šlo	Izgubljanje vida	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje

	b) potem pa sem kmalu mogla nehat zaradi vida			
A56	Bližnjih prijateljev bi lahko rekla, da nimam	Ni prijateljev	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A57	nimam nikogar, ki bi mi recimo priskočil na pomoč	Ni pomoči s strani prijateljev	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A58	Predvsem zato, ker so tudi ostali zdravstveno prizadeti	Zdravstveno stanje kot ovira	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A59	nezmožni za dajanje kakšne pomoči	Nezmožnost nudenja pomoči	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
A60	so pa dostopni preko telefona vsaj za pogovor	Telefonski pogovori	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A61	družba bi lahko rekla, da se počasi zelo reči	Umiranje prijateljev	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A62	vsi s katerimi sem se družila umirajo	Umiranje prijateljev	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A63	Pri sosedih opore nisem nikoli iskala	Ne išče opore pri sosedih	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
A64	vedno dokaj samostojna	Ohranja samostojnost	Nizka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
A65	Če sem potrebovala kakšno pomoč so mi pomagali predvsem otroci	Pomoč otrok	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A66	sem se prevrnila na vrtu in me je prišel sosed dvigniti, ker se sama nisem mogla	Pomoč soseda	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
A67	takrat, ko je nujno mi priskočijo na pomoč predvsem zgornji sosedje	Pomoč soseda	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
A68	nisem pa nikoli iskala posebne pomoči	Ne išče pomoči sosedov	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
A69	če ne pa se obrnem na otroke	Obračanje na družinske člane	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
A70	sem vključena v društvo upokojencev že od prvega leta odkar sem se upokojila	Včlanjenost v Društvo upokojencev	Društva	Socialna vključenost
A71	a)boš pa ti naprej vodila	Vloga računovodje	Društva	Socialna vključenost
	b) To delo sem vodila sigurno 10-12 let			
	c) dokler sem videla			
A72	Bila sem zelo vesela	veselje	Društva	Socialna vključenost

A73	ko smo se udeležili kakšnih izletov	Udeležba izletov	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A74	ko smo imeli razna srečanja	srečanja	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A75	ko je bilo potrebno pomagat to sem bila vedno pripravljena sodelovati povsod	Aktivno sodelovanje	Pomoč	Socialna vključenost
A76	Veliko mi je pomenilo, da sem se lahko družila	Želja po druženju	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A77	pogovarjala	pogovor	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A78	kvalitetno preživljala čas	Izkoriščen prosti čas	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
A79	Seveda se je ogromno spremenilo	spmembe	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A80	ne smemo eni do drugih	Prepoved obiskov	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A81	nimaš več nobenega stika	Izgubljanje stikov	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A82	a) Jaz imam še to smolo da ne prepoznam ljudi na cesti b) če mi potem pove kdo je, se predstavi potem vem	Ne prepoznavanje ljudi	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
A83	ampak ja lahko bi rekla, da sem na nek način zaradi tega zelo prizadeta	prizadetost posledica bolezni	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
A84	osamljena	osamljenost	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
A85	sem konstantno sama	Osamljenost zaradi majhne socialne mreže	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A86	Hvala bogu imam pomoč na domu	Pomoč na domu	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A87	da se z oskrbovalko vsaj malo pogovorim	Pogovor z oskrbovalko	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A88	imam ta pristen osebni stik	Ohranjanje osebnega stika z oskrbovalko pomoči na domu	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A89	Omejitev je v tem ker ne moreš nikamor	Prepoved gibanja	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A90	že zaradi zdravstvenega stanja recimo ne moreš nikamor	Omejitve zaradi zdravstvenega stanja	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
A91	a) prej dokler nisem imela takšnih zdravstvenih problemov sem veliko hodila na sprehode s psom	Zdravstvene težave	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje

	b) sem bila zelo aktivna			
A92	Najbolj pogrešam to, da ne moreš do prijateljev, ki jih imaš rad	Prepoved druženja	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A93	je zelo težko	obremenjujoče	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A94	edina povezava so telefoni	Telefonski pogovori	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
A95	Sorodnike, ki bi jih rada obiskala jih ne morem	Želja po obisku	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A96	a) to predstavlja veliko tegobo	stiska	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
	b) žalost			
A97	Prav stisko, da bi obupavala nad tem ne	Ohranjanje optimizma	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A98	Občutki pa so čudni	Ohranjanje optimizma	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A99	ker bi rad kam šel pa ne moreš	Prepoved gibanja	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A100	je vse prepovedano	Prepovedi in omejitve	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A101	Pa ne samo peš	Prepovedi in omejitve	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A102	tudi to, da bi te lahko kdo kam zapeljal, pogrešam to	Želja po dogajanju	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A103	a) predvsem negativna čustva in občutke	Negativni občutki in čustva	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
	b) žalost			
	c) ujetost			
	d) osamljenost			
A104	a) postorim še te manjše gospodinjske opravke	Zaposlitev z gospodinjskimi opravili	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
	b) veliko jih tako ali tako ne morem			
	c) mi zdravje in vid tega ne dopuščata			
A105	se dostikrat počutim osamljeno	osamljenost	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A106	si ne morem čisto nič pomagat	obup	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A107	Bi šla kam do koga, pa ne morem zaradi omejitev	Želja po obisku	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A108	še ven iz občine zdaj ne moreš	Omejitev gibanja na občine	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje

A109	ne moreš nikamor	omejitev	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A110	a) se velikokrat dogovarjali, da bomo šli v Šentvid nad Cerknico, tja kjer sem bila rojena	izleti	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
	b) ... sva se ravno pred karanteno dogovarjali..., da greva			
	c) ...vendar nama očitno tudi to ne bo uspelo zaradi vsega tega			
A111	Ves dan imam prižgan radio...	Uporaba radia	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A112	a)... opravi v kuhinji kar še lahko	Zaposlitev z gospodinjskimi opravili	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
	b) pomijem posodo			
A113	ko je lepo vreme grem malo okoli hiše	Krajši sprehod	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A114	pokličem hči, ki živi v Kranju pa je sedaj ne morem videti	Stiki s hčerko preko telefona	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
A115	drugače kakor preko telefonskih omrežij, po telefonu drugače ne gre	Telefonski klici	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
A116	Eni imajo sicer še druge možnosti recimo imajo računalnike pa se povezujejo po teh linijah ne	Neozaveščenost o uporabi socialnih omrežij	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
A117	Tudi vidijo se lahko tam	Neozaveščenost o uporabi socialnih omrežij	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
A118	ampak mi smo pa tko kot smo, ne znamo uporabljati tega	Neozaveščenost o uporabi socialnih omrežij	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
A119	Ne morem ravno reči, da doživljam stisko	Ne doživlja stiske	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A120	če se poskušam postaviti v to vlogo, trenutno ne vem kako bi si lahko iz te stiske pomagala	Občutek brezizhodnosti če bi se znašla v stiski	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
A121	nikamor ne moreš	Prepoved gibanja	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A122	ostane samo še to da koga pokličeš	Telefonski klici	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
A123	da ti kaj pomaga	Pomoč pri opravilih, ki jih sama ne zmore	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A124	kaj postori	Pomoč pri opravilih, ki jih sama ne zmore	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
A125	to je pa vse drugače se mi zdi, da je brezizhodno	Občutek brezizhodnosti	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje

A126	stari ljudje so v smislu svoje starosti trenutno,.. kako naj rečem prizadeti	Prizadetost starih ljudi	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A127	za marsikaj prikrajšani	Prikrajšanost starih ljudi	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A128	a) Življenjska doba se je podaljšala	Podaljševanje življenjske dobe	/	Staranje
A129	b) tako da je velikokrat betežnost še bolj prisotna kot je bila včasih	Slabšanje zdravstvenega stanja	/	Staranje
A130	so življenjski pogoji danes drugačni, boljši	Izboljševanje življenjskih pogojev	/	Staranje
A131	vendar se pa tudi stiska starih še povečuje	Povečevanje stiske starih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A132	Stiska je sigurno občutena	Občutek stiske	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A133	ne vidiš pravega izhoda	brezizhodnost	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A134	Nebi rekla, da se je kaj zelo spremenilo	Drugih velikih sprememb ne vidi	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A135	je bilo boljše prej	Boljše stanje pred epidemijo	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
A136	saj to, da smo lahko kam šli	Možnosti druženja in gibanja	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
A137	sedaj smo ne glede na svojo osamljenost	Povečana osamljenost	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A138	primorani živeti doma	Ujetost	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
A139	tam kjer smo, sami in tako kot nam življenje dopušča	Ujetost v lasten dom	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje

ODPRTO KODIRANJE INTERVJU B				
Oznaka RDB	Besedilo	Pojem	Kategorija	Tema
B1	Preživljanje časa z družino in prijatelji mi ogromno pomeni	Veliko pomeni druženje	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
B2	prinaša neko sprostitev	sproščanje	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
B3	razbremenitev	Deljenje skrbi z drugimi	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
B4	pozabim tisto kar ni pomembno	zaposlitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
B5	se nekako zamotim	zaposlitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
B6	prav tako pa to pomeni da nisem sama	Ni sama	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
B7	saj v druženju zelo uživam	Uživanje v druženju	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B8	S sosedi se sicer ne družim veliko, le tisto kar je nujno	Ni druženja s sosedi	Nizka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
B9	Druženje zame pomeni neko mero pozitivne	Druženje prinaša pozitivno	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B10	spremembo	raznolikost	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B11	prav tako pa tudi sprostitev	Sproščanje	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B12	pogovorimo se če me kaj teži in mi je potem lažje	Pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B13	če kaj potrebujem pa mi tudi pomagajo postorit sicer še skoraj vse opravi sama	Pomoč pri opravilih, ki jih sama ne zmore	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B14	z vsemi se super razumem	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B15	lahko bi rekla kar fenomenalno	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B16	Tudi z dekleti mojih vnukov se odlično razumem	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B17	tako da sem zelo vesela	veselje	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B18	Veliko se družim s kolegi in prijatelji	Druženje s prijatelji	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore

B19	vedno rečem, da imam pravo prijateljico le eno	Ena prava prijateljica	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B20	Z njo se lahko pogovorim res o čisto vsem	Pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B21	Ji popolnoma zaupam	Zaupanje	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B22	tudi skupaj preživiva največ časa	Skupni čas	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B23	greva na kavo oziroma sedaj v tem času pride ona do mene ali jaz do nje, saj živiva v isti vasi	Skupno pitje kave	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B24	tako omejitve ne predstavljajo nobenih posebnih težav	Omejitve ne ovirajo	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B25	Če potrebujem kakršnokoli pomoč recimo pri kakšnem gospodinjskem opravilu	Pomoč pri gospodinjskih opravilih	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B26	zgolj, da me nekdo posluša ko mi je težko se vedno lahko obrnem na njo	Pogovor ob težkih trenutkih	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B27	Drugače pa mi največjo oporo in pomoč sigurno predstavljajo družinski člani	Pomoč in podpora družinskih članov	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B28	največkrat se obrnem na sina, ki živi v isti hiši	Obračanje na sina	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B29	Pomagata mi tudi vnuk in snaha	Pomoč vnuka in snahe	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B30	predvsem kar se tiče dela, si ga razdelimo	Delitev dela	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B31	je potem vsem lažje, da ni vse breme na enem članu	razbremenitev	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B32	Gredo tudi namesto mene v trgovino recimo, kadar sama nimam volje, mi kaj prinesejo	Prinašanje stvari iz trgovine	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B33	pomagajo pri težjih stvareh, ki jih same ne zmorem	Pomoč pri težjih opravilih	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B34	pa tudi veliko pogovarjamo	pogovor	Emocionalna opora	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B35	tako da se recimo ne počutim samo ali osamljeno	Pogovor pomaga da se ne počuti osamljene	Emocionalna opora	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B36	sama verjamem, da imaš lahko le enega res pravega prijatelja	Le en pravi prijatelj	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B37	Imam prijateljico s katero druživa skoraj vsak dan	Pogosto druženje s prijateljico	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B38	če ne drugače se vsaj slišiva po telefonu	Telefonski pogovori	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje

B39	Prej sva šli tudi na krajše sprehode	Skupni sprehodi	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
B40	do bližnje kavarne na kavo	Skupno pitje kave	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
B41	sedaj sva vse to malce prilagodili	prilagajanje	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B42	imam kar nekaj kolegov in znancev s katerimi se družim	Druženje z več prijatelji	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
B43	tako zapolnim in popestrim svoj dan	Zaposlitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
B44	S sosedi sem v stikih le toliko kot je potrebno	Redki stiki s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
B45	sicer smo v dobrih odnosih	Dobri odnosi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
B46	se normalno pozdravljamo in pogovarjamo	Pogovor s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
B47	posebne pomoči ali podpore pri njih ne iščem	Ne išče pomoči sosedov	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
B48	se najprej obrnem na svoje družinske člane	Obračanje na družinske člane	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
B49	res ne gre drugače potem na kakšnega od sosedov	Izjemoma obrne na sosede po pomoč	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
B50	sicer pa imamo tako bolj ohlapne odnose	Površinski odnosi s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
B51	ni ravno velike povezanosti	Povezanosti med sosedi ni	Nizka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
B52	glede tega sem kar aktivna	Aktivna včlanjenost	Društva	Socialna vključenost
B53	včlanjena sem v Društvo upokojencev	Včlanjenost v Društvo upokojencev	Društva	Socialna vključenost
B54	Društvo invalidov	Včlanjenost v Društvo invalidov	Društva	Socialna vključenost
B55	a) Planinsko društvo	Včlanjenost v Planinsko društvo	Društva	Socialna vključenost
	b) kjer sem tudi vodja sekcije pohodništvo upokojencev	Vodja sekcije		
B56	in pa včlanjena sem tudi v Gasilsko društvo	Včlanjenost v Gasilsko društvo	Društva	Socialna vključenost
B57	Ja po eni strani je sigurno obveznost	obveznost	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost

B58	predvsem pohodništvo ker vsak torek organiziram pohode z drugimi upokojenci	Organiziranje pohodov	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
B59	ampak moram poudariti, da me ta obveza ne moti	Z veseljem opravlja delo	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
B60	jo z veseljem opravljam	Prinaša veselje	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
B61	saj me na nek način zaposluje	Obveznost jo ohranja aktivno	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
B62	ohranja aktivno tudi v družbi	Obveznosti ohranjajo aktivno vlogo v družbi	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
B63	Sedaj zaradi omejitev gibanja sicer ne smemo na pohode, tako da mi to zelo manjka	Omejitve preprečujejo možnost organiziranja pohodov	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B64	tudi ostali moji pohodniki pravijo, da zelo pogrešajo druženja in vsi komaj čakamo, da se bomo lahko spet združili in skupaj krenili v hrib	Vsi pogrešajo možnost druženja	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B65	Ja v gasilskem društvu sem vključena tudi v skupino za tekmovanje	Vključenost v gasilsko tekmovalno skupino	Društva	Socialna vključenost
B66	Sem desetar v ekipi in vsako leto se tudi udeležim priprav in tekmovanja	Vloga desetarja skupine	Društva	Vpliv koronavirusa na življenje
B67	Spremenilo se je predvsem to, da smo ljudje privezani na naš dom	Ostajanje doma	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B68	ne moremo se prosto sprehajati in družiti tako kot smo se prej	Prepoved druženja	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B69	Sama spoštujem ukrepe, če grem slučajno na sprehod s prijateljico vedno drživa razdaljo	Ohranjanje varnostne razdalje	Upoštevanje ukrepov	Vpliv koronavirusa na življenje
B70	sicer pa se družimo predvsem preko telefona	Telefonski pogovori	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
B71	Pri meni se sicer ukrepi in omejitve ne poznajo tako močno	Ni velikih sprememb zaradi epidemije	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B72	sem z vsemi bližnjimi v isti občini, tako da se lahko normalno vidimo in vzdržujemo stike	Ohranjanje stikov ni oteženo	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
B73	pa res da so predvsem s hčerko in vnukinjo obiski in druženja manj pogosta kot so bila prej pred epidemijo	Manj pogosto druženje s hčerko in vnukinjo	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B74	Ne, zaenkrat mi to ne predstavlja nobene stiske	Ne doživlja stiske	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B75	mi ni odvzeto ničesar brez česar ne bi mogla živeti	Ima vse potrebo	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje

B76	Je res, da mi manjka to, da grem lahko eden krog po vasi	Želja po brezskrbnem sprehodu	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B77	se vmes ustavim na kavi v kavarni ampak, se da ni tako hudo	Želja po brezskrbnem druženju v kavarni	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B78	pač kavo skuham doma ali pa se oglasim pri prijateljici	prilagajanje	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B79	Ja zagotovo, je sedaj kar naenkrat še malce več prostega časa kot ga je bilo prej	Še več prostega časa	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B80	ampak jaz si kar dobro zapolnim dan z raznimi gospodinjskimi obveznostmi	Zaposlitev z gospodinjskimi opravili	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B81	imam tudi psa s katerim se vsak dan odpraviva na sprehod	Zaposlitev s psom	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B82	je tudi neke vrste pozitivna obveznosti, ki mi popestri in polepša dan	Zaposlitev s psom pozitivna obveznost	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
B83	Večinoma govorimo po telefonu	Telefonski pogovori	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
B84	tudi facebooku	Uporaba socialnih omrežij	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
B85	s hčerko pa se pogosto slišiva tudi preko video klica	Seznajenost z uporabo video klica	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
B86	Menim, da se je življenje oziroma položaj za marsikoga zelo spremenil	položaj starih ljudi zelo spremenil	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B87	zaradi tega doživlja velike stiske	Povečevanje stiske starih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B88	Danes recimo ne moremo priti do normalne kave, sproščenega pogovora ob njej, do tega da bi se lahko brezskrbno družili, za veliko ljudi je to izjemnega pomena	Izpostavljanje pomena brezskrbnega druženja	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
B89	veliko starih ljudi živi samih in verjamem, da se je v teh časih, ko obiskovanja niso mogoča, sploh pa še sedaj v času praznikov, osamljenost močno povečala	Povečana osamljenost	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
B90	ženska	Ženski spol	Spol	Demografski podatki
B91	71	71 let	Starost	Demografski podatki
B92	Srednja šola	Končana srednja šola	Izobrazba	Demografski podatki
B93	Z družino	Živi z družino	Bivanje	Demografski podatki

ODPRTO KODIRANJE INTERVJU C				
Oznaka RDB	Besedilo	Pojem	Kategorija	Tema
C1	Druženje zame pomeni predvsem neko spremembo	Druženje prinaša spremembo	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
C2	nekaj da se zamotim	zaposlitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
C3	zaposlim kako drugače kot z delom	zaposlitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
C4	pa tudi malce odmislim stvari o katerih razmišljam vsak dan, ko sem sama s seboj	razbremenitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
C5	Lahko bi rekla, da druženje prinaša neko raznolikost	Raznolikost	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
C6	pestrost	pestrost	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
C7	pozitivne občutke	Dobri občutki	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
C8	ne počutim se osamljeno	Občutek povezanosti	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
C9	Z družinskimi člani sem v zelo dobrih odnosih	Dobro medsebojno razumevanje	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C10	Živim skupaj s snaho in vnukinjo, saj je sin pred leti umrl zaradi bolezni	Bivanje s snaho in vnukinjo	Bivanje	Demografski podatki
C11	Imam še enega sina, ki živi ne daleč stran in mi res ogromno pomaga	Pomoč sina	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C12	Ker imam kmetijo je potrebno ogromno delati, da je vse tako kot mora biti in da je poskrbljeno za živali	Delo na kmetiji	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C13	Sin mi pri tem zares veliko naredi, praktično vse	Pomoč sina	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C14	pomagajo pa mu tudi njegova žena torej moja druga snaha, vnuk in pa vnukinja	Pomoč druge snahe, vnuka in vnukinje	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C15	katerimi se prav tako super razumem	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C16	a)Tudi hči mi pomaga,	Pomoč hčerke	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
	b) me pelje kam ko ni druge možnosti ali pa nihče drug ne more	prevoz		
C17	vendar se vidi, da živi dlje stran tako, da nismo tako pogosto skupaj	Oddaljenost hčerke	Soočanje z omejitvami	Družina in star človek v času pred in med epidemijo

C18	Najraje se družim z družinskimi člani	Druženje z družinskimi člani	Družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C19	kot sem že rekla smo pogosto skupaj zaradi dela na kmetiji	Delo na kmetiji	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C20	Vsi pomagajo pri delu, ki ga sama ne morem opraviti	Pomoč pri težjih opravilih	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C21	me podpirajo pri stvareh, ki jih še zmorem	Podpora staremu človeku	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C22	snaho in vnukinjo, s katerima živim si razdelimo delo, tako, da mi je potem malce lažje	Delitev dela	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C23	Kot sem že omenila mi velik del dela odnese sin in njegova družina	Pomoč sina in njegove družine	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C24	sedaj njemu in tudi meni zelo pomaga vnuk, ki je dopolnil 15. let in že lahko postori veliko lažjih del	Pomoč vnuka	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C25	Zelo tesno pa sem povezana tudi z vnukinjo	Močna povezanost z vnukinjo	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C26	s katero se vidiva manjkrat	Redkejši stiki z vnukinjo	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C27	ampak se veliko pogovarjava, kar pomaga pri mojem psihičnem počutju	pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C28	vedno me sprašuje o mojem počutju	Skrb za počutje	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C29	zdravstvenem stanju	Skrb za počutje	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C30	tako, torej lahko rečem da mi nudi podporo v časih ko mi je težko, ko se ne počutim dobro	Opora v kriznih situacijah	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C31	S prijatelji se ne družim veliko	Redko druženje	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C32	glede tega lahko rečem, da sem precej samotarska	samotarka	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C33	držim se svojega doma, družine	Najpogostejše druženje z družino	Družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C34	Lahko pa rečem, da imam recimo tri prijatelje	3 bližnji prijatelji	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C35	na katere se lahko obrnem, da malce poklepetamo	Pogovor	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C36	predvsem je to sedaj preko telefonov	Telefonski klici	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje

C37	ne hodimo ven po kavah in tako, nikoli mi ni bilo kaj dosti za to	Redko druženje	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C38	S sosedi se dobro razumemo	Dobri odnosi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
C39	govorimo	Pogovor s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
C40	gremo vsake toliko časa drug k drugemu na obisk	druženje	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
C41	si pomagamo, če ne gre drugače	Pomoč ob izjemah	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
C42	Nikoli ne iščem podpore in pomoči najprej pri njih	Ne išče pomoči sosedov	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
C43	vedno se najprej obrnem na moje bližnje	Obračanje na družinske člane	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
C44	potem pa če ni druge na njih	Površinski odnosi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
C45	Tako da lahko rečem da nimamo nekih tesnih odnosov in stikov, smo bolj vsak zase	Površinski odnosi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
C46	včlanjena sem v Društvo upokojencev	Včlanjenost v Društvo upokojencev	Društva	Socialna vključenost
C47	in pa na Rdeči križ	Včlanjenost v Rdeči križ	Društva	Socialna vključenost
C48	Včlanjena sem predvsem zaradi druženj in srečanj	Druženje s člani društva	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C49	Z Rdečim križem smo prej veliko hodili po izletih	Udeležba izletov	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C50	kar mi je bilo super, saj sama nikoli nisem hodila ne vem koliko okoli	Ni hodila veliko okoli	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
C51	ti izleti so bili edina možnost, da sem šla malo med ljudi	Izleti	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
C52	da sem zamenjala okolje	Udeležba izletov zaradi menjave okolja	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C53	videla kaj	Udeležba izletov zaradi želje po spoznavanju novih stvari	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
C54	kar se mene tiče, se stvari niti niso bistveno spremenile	Ni velikih sprememb zaradi epidemije	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje

C55	že prej nisem veliko hodila okoli, niti na obiske niti na kave ali podobno, tako da prikrajšana ravno nisem	Ni prikrajšanosti	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
C56	Sigurno pa se pozna to da so stiki z družinskimi člani manj pogosti	Manj pogosti stiki z družinskimi člani	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
C57	saj se bojijo, da bi zaradi svojih služb prinesli virus in podobno	Bojazen zaradi okužb	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
C58	Manj se vidim predvsem s hčerko, ki živi v drugi občini	Manj pogosti stiki s hčerko	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
C59	se slišimo preko telefona skoraj vsak dan tako, da vemo da smo vsi v redu	Telefonski klici	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
C60	Ne, da bi doživljala prav stisko je ne	Stiske ne doživlja	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
C61	mi ni bistveno spremenilo življenja	Ima vse potrebno	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
C62	Ker živim na vasi, grem lahko ven, na sprehod brez maske, ker sem sama	Prednost življenja na vasi	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
C63	medtem ko ljudje v mestih verjetno doživljajo večjo stisko	Zavedanje stisk ljudi ki živijo v mestih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
C64	Ja sigurno se je spremenilo, se mi zdi, da veliko ljudi živi v strahu, ker smo stari ranljiva skupina	Strah pred okužbo	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
C65	jih je strah, da bi se okužili	Strah pred okužbo	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
C66	menim, da je težko za tiste, ki so bili vajeni razgibanega življenja, ki so veliko potovali in hodili okoli, tisti zagotovo čutijo veliko stisko ker so primorani biti doma	Občutek stiske	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
C67	Prav tako pa se mi zdi, da je veliko starih ljudi zdaj brez oskrbe, ki bi jo potrebovali, recimo ljudje, ki imajo oskrbo na domu, se mi zdi, da se izogibajo stikom s tretjo osebo, ravno zaradi strahu	Prikrajšanost za ustrezno oskrbo zaradi strahu pred okužbo	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
C68	Ženska	Ženski spol	Spol	Demografski podatki
C69	76	76 let	Starost	Demografski podatki
C70	Osnovna šola	Končana osnovna šola	Izobrazba	Demografski podatki
C71	Z družino	Živi z družino	Bivanje	Demografski podatki

ODPRTO KODIRANJE INTERVJU D				
Oznaka RDB	Besedilo	Pojem	Kategorija	Tema
D1	Zame druženje pomeni veselje	Druženje prinaša veselje	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
D2	Veselje ker imam dobre prijatelje in se dobro razumemo	Dobri odnosi s prijatelji	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D3	hkrati pa mi je v veselje ko sem lahko z njimi in rada preživljam čas z njimi	Druženje s prijatelji	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D4	Druženje mi predstavlja predvsem obliko zaposlitve	Druženje kot zaposlitev	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D5	da mi hitreje mine čas	Druženje kot zaposlitev	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D6	in da zvečer lažje zaspim	Dobro počutje	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D7	Zelo dobro se počutim po tem ko se družimo	Dobro počutje	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D8	a) Odnosi z družinskimi člani so odlični	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
	b) se zelo dobro razumemo			
D9	Seveda pride včasih do konfliktov	Občasni konflikti	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
D10	ko želim tudi sama uveljavljat svojo voljo	Uveljavljanje lastne volje	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
D11	in želim imeti prav	Uveljavljanje lastne volje	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
D12	ampak načeloma smo res v dobrih odnosih	Dobro medsebojno razumevanje	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
D13	Najraje se družim z vnukinjo	Druženje z vnukinjo	Družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D14	in hčerko	Druženje s hčerko	Družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D15	njima sem tudi največ v stikih	Najpogostejši stiki	Družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D16	poleg tega pa se rada družim tudi s prijatelji	Druženje s prijatelji	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D17	katerimi skupaj kartamo	kartanje	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore

D18	Ne o svojih težavah ravno ne govorim z njimi, ker sem mnenja da imajo že tako dovolj svojih težav, tako da jih večinoma zadržim zase in jih skušam prebroditi sama	Samostojno soočanje s težavami	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
D19	Mi pa neko vrsto opore nudi tudi hišni ljubljencek (muček) s katerim se včasih pogovarjam	Hišni ljubljencek	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D20	Oh prijateljev imam ogromno, jih ne morem prešteti na prste obeh rok	Veliko prijateljev	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D21	Po mojem mnenju kar enih dvajset če ne več	Veliko prijateljev	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D22	oziroma kadar se družimo ob balinanju nas je še več	Veliko prijateljev	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D23	in vsi se med seboj zelo dobro razumemo in podpiramo	Razumevanje in podpora	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D24	soseda s katerim se razumem in mi je mar zanj imam le enega	Razume se z enim sosedom	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
D25	medtem ko pa imam tudi enega s katerim nikakor ne najdeva skupnega jezika in se sploh ne razumeva, se sploh ne zna obnašati	Nerazumevanje z enim sosedom	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
D26	Ne, mi ne rabi pomagati pri ničemer	Ne išče pomoči sosedov	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
D27	če kaj potrebujem se obrnem na hčerko in vnukinjo	Obračanje na družinske člane	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
D28	Ja včlanjena sem v Društvo upokojencev	Včlanjenost v Društvo upokojencev	Društva	Socialna vključenost
D29	Balinarsko društvo	Včlanjenost v Balinarsko društvo	Društva	Socialna vključenost
D30	predvsem to da se lahko družim z njimi	Druženje z balinarskimi kolegi	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D31	nekatero lahko pokličem kadar želim, se malce pogovarjamo o vsakdanjih stvareh	Pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D32	se vidimo, ko čas dopušča	druženje	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
D33	Spet nek način zaposlitve, da mi mine čas	zaposlitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
D34	Ja balinarsko društvo pa mi sploh predstavlja neko aktivnost, ki mi zapolni teden	Balinarsko društvo predstavlja aktivnost	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
D35	sicer je zdaj vse odpovedano zaradi koronavirusa	Odpoved balinarskih aktivnosti	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje

D36	ampak upam da se bo kmalu uredilo in se bomo lahko spet zbirali in igrali	Želja po druženju	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D37	Ne ne bi rekla, da se je kaj korenito spremenilo	Ima vse potrebo	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D38	pazim se upoštevam ukrepe	Se drži ukrepov	Upoštevanje ukrepov	Vpliv koronavirusa na življenje
D39	vendar še vseeno pravim, da je vse skupaj »larifari«, ne vem kje dobijo vse te številke	Dojemanje koronavirusa kot laž	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D40	Rada bi šla balinati pa ni mogoče	Želja po balinanju	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
D41	poleg tega hodim tudi v trgovino Tuš, ker imam tam dodaten popust pa tudi tega zdaj ne morem ker je le ta v drugi občini	Ugodnosti za stare ljudi	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
D42	Jah ne stiske ravno ne	Ne doživlja stiske	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D43	sem pa žalostna ker ne morem dneva organizirati in izkoristiti tako kot bi rada	žalost	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D44	Hkrati pa sem tudi zelo jezna	jeza	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D45	Ja zelo mi je težko, ker ne morem iti s prijatelji tudi kartati	Prepoved druženja	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D46	smo se pred koronavirusom dobivali vsak konec tedna in skupaj kartali	Skupno kartanje	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
D47	Jih pa vsaj pokličem	Telefonski pogovori	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
D48	se pogovorimo	Pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D49	preverimo če smo vsi v redu	Pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
D50	Ja veliko več igram igrice na računalniku	Igranje računalniških igrice	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D51	gledam televizijo	Gledanje televizije	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D52	pa ogromno rešujem križanke	Reševanje križank	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D53	Preko telefona, se pokličemo	Telefonski klici	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
D54	ali pa si napišemo kakšno sporočilo	sporočila	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
D55	uporabe video klica me pa še niso naučili	Neozaveščenost o uporabi video klica	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
D56	Trenutno znam sama rešit stisko	Se znajde v trenutni situaciji	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D57	vzamem si kakšno takšno stvar za početi, ki me razveseljuje	Zaposlitev s stvarmi ki prinašajo pozitivno	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
D58	Sigurno se je spremenilo to, da tisti ki so recimo v domovih za stare nimajo stikov s svojimi družinami, ne morejo ven	Zavedanje stisk drugih ljudi	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje

D59	jaz še vseeno lahko grem kam sama, sem malce bolj svobodna, medtem ko nekateri tega sedaj ne morejo	Zavedanje stisk drugih ljudi	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
D60	ženska	ženska	Spol	Demografski podatki
D61	71	71 let	Starost	Demografski podatki
D62	Poklicna šola	Končana poklicna šola	Izobrazba	Demografski podatki
D63	sama	Živi sama	Bivanje	Demografski podatki

ODPRTO KODIRANJE INTERVJU E				
Oznaka RDB	Besedilo	Pojem	Kategorija	Tema
E1	Ja stiki in druženje mi pomenijo ogromno, saj me razvedrijo	Razvedrilo	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
E2	Ja prinaša predvsem dobro voljo	Dobra volja	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
E3	možnost do pogovora	pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E4	in pa ogromno smeha	smeh	Vpliv socialnih stikov	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
E5	Z družino sem v zelo dobrih	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
E6	in tesnih odnosih	Tesni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
E7	Se zelo dobro razumemo	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
E8	Veliko se pogovarjamo	Pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E9	družimo	Druženje	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E10	Najraje se družim z mojo prijateljico Dašo	Ena prava prijateljica	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E11	a) Predstavlja veliko oporo	zaupanje	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
	b) saj se na njo lahko vedno zanesem pa ni važno kaj potrebujem			
E12	Veliko pa se družim tudi s sosedi	Druženje s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
E13	Prijateljica mi nudi predvsem možnost za pogovor, pogovoriva se o vseh stvareh, ki me težijo, če imam slab dan je vedno tu zame in me spravi v dobro voljo	Pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E14	Mi pa tudi pomaga pri kakšnih opravilih, kot je zlaganje drv recimo	Pomoč pri opravilih	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E15	Ne, pri sosedih gre večinoma zgolj za druženje	Druženje s sosedi	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E16	in krajšanje časa	Oblika zaposlitve	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
E17	no včasih pa si tudi priskočimo na pomoč če je kaj posebnega	Občasna pomoč sosedov	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore

E18	Lahko rečem, da imam takšne prijatelje na katere se res lahko zanesem le tri	3 prave prijateljice	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E19	Ampak saj veš če so pravi je to dovolj, ne potrebujem več	Pravo prijateljstvo	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E20	a) sosedi se dobro razumemo	Dobro razumejo s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
	b) si pomagamo med sabo predvsem pri opravilih, ki potekajo zunaj	Pomoč pri opravilih	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
E21	seveda, če si v negativnih odnosih s sosedi to sigurno predstavlja nek dodaten stres in nejevoljo	Zavedanje problematike slabih odnosov s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
E22	včlanjena sem v Gasilsko društvo	Včlanjenost v Gasilsko društvo	Društva	Socialna vključenost
E23	Društvo upokojencev	Včlanjenost v Društvo upokojencev	Društva	Socialna vključenost
E24	Gasilsko društvo mi veliko pomeni	Gasilsko društvo veliko pomeni	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
E25	ker se družimo	Druženje z gasilci	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E26	smejimo	Dobra volja	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
E27	a)in ogromno pogovarjamo	Pogovor	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
	b) hkrati pa tudi vadimo za tekmovanja	Vaje za tekmovanje		
E28	Z društvom upokojencev pa hodimo na izlete	Izleti z društvom upokojencev	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
E29	in se na ta način povezujemo med seboj	Medsebojno povezovanje	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
E30	Glede odnosov ne	Ni sprememb v odnosih	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
E31	ampak se pa pozna da se veliko manj družimo	Manj pogosto druženje	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
E32	ne hodimo na izlete	Odpoved izletov	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
E33	Ja želela bi si imeti vaje z gasilci, kjer bi se lahko družili	Želja po vajah z gasilci	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E34	s tem bi vnesla v moj teden nekaj aktivnosti	Vaje z gasilci zaposlijo	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E35	in pozitivne	Manjka pozitivnosti ki jo prinesejo njene aktivnosti	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E36	Ne zaenkrat ne doživljam nobenih stisk	Ni stiske	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje

E37	saj imam vse svoje bližnje in ljudi, ki mi veliko pomenijo v bližini	Ima bližino pomembnih drugih	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E38	tako, da se zaposlim in nekako prebrodim dan	Zaposlitev s stvarmi ki prinašajo pozitivno	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E39	Ja zagotovo je težko	Težavnost omejitev	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E40	ker sem vajena neke rutine	Epidemija vpliva na njeno rutino	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E41	nekih obveznosti, ki mi zapolnijo dan	Epidemija vpliva na njeno rutino	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E42	sedaj pa sem kar naenkrat brez vseh možnosti	Zmanjšane možnosti	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
E43	Ja zaposlim se predvsem z reševanjem križank	Reševanje križank	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E44	pogovori z družinskimi člani	Pogovor z družinskimi člani	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E45	in pa tudi veliko več sedaj kartam z družino	Kartanje z družinskimi člani	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
E46	Uporabljam telefon, torej običajne klice	Telefonski klici	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
E47	sporočila	Sporočila	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
E48	pa tudi Viber	Uporaba Viber-a	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
E49	in Messengere	Uporaba Messenger-ja	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
E50	Ja sem se kar naučila in mi je v veselje, da se lahko tudi gledamo in tako	Uporaba socialnih omrežij	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
E51	Držim pesti za vse starejše, da v tem času ostanejo živi in zdravi, da virus čim prej izgine in da se bomo lahko družili. Menim, da veliko starejših sedaj še bolj rabi pomoč in jaz se trudim, če jim lahko kako pomagam, da jim	Zavedanje stisk drugih ljudi	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
E52	ženska	Ženska	Spol	Demografski podatki
E53	65	65l et	Starost	Demografski podatki
E54	osnovna šola	Končana osnovna šola	Izobrazba	Demografski podatki
E55	z družino	Živi z družino	bivanje	Demografski podatki

ODPRTO KODIRANJE INTERVJU F				
Oznaka RDB	Besedilo	Pojem	Kategorija	Tema
F1	Zame druženje pomeni socialni stik, saj živim sama	Ohranjanje socialnega stika	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
F2	Je način krajšanja dopoldanskega časa	zaposlitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
F3	tako ohranjam dobre odnose s sosedi	Način ohranjanja dobrih odnosov	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
F4	Druženje mi prinaša veselje	Dobra volja	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
F5	sprostitutev	Druženje sprošča	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
F6	in rutino	Druženje omogoča rutino	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
F7	Vsak dan sem hodila do sosede na kavo	Druženje s sosedo	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F8	kjer sva klepetali	Klepet s sosedo	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F9	in se družili	Druženje s sosedo	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F10	za vikende me je po navadi obiskala družina, saj imam 3sinove in 1 hči, tako da je bila hiša ob vikendih vedno polna in napolnjena s smehom in radostjo	Obisk družinskih članov ob vikendih	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F11	Ja z družino sem v zelo dobrih odnosih	Povezanost z družino	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
F12	Imam 3 sinove in 1 hči. Sin, ki živi najbližje mi vozi hrano že več let saj grem sama težko v trgovino	Sinova skrb za prehrano	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
F13	Vsi se dobro razumemo in se velikokrat slišimo	Dobri medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
F14	Če bi se mi kaj zgodilo bo vedno nekdo poskrbel zame	Zavedanje skrbi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
F15	Najraje se družim z otroci	Druženje z otroci	Družina	Socialne mreže
F16	in vnuki	Druženje z vnuki	Družina	Socialne mreže
F17	saj mi prinašajo največ veselja	Dobra volja	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
F18	Rada pa grem tudi na kavo z mojimi prijateljicami, ker se dobro razumemo	Kava s prijateljicami	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore

F19	in se ogromno pogovarjamo	pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F20	Lahko rečem, da jih je enih 8	8 prijateljev	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F21	Zraven štejem družino se pravi vse štiri otroke	4 otroci	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F22	dve sosedi	2 sosedi	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F23	in pa dve prijateljice	2 prijateljici	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F24	S sosedi se zelo dobro razumemo že vsa leta	Dobri odnosi s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
F25	Pomagamo si s pridelki si med seboj podelimo jajca in zelenjavo	Pomoč pri oskrbi s hrano	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
F26	sosed mi tudi vedno skida sneg, saj ga sama ne morem	Pomoč pri kidanju snega	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
F27	Če kdo potrebuje pomoč si vedno pomagamo	Medsebojno sodelovanje	Visoka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
F28	Me je pa sosed pred epidemijo tudi vsako nedeljo peljal k sveti maši, da mi ni bilo treba iti peš	prevoz	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
F29	Ne nisem včlanjena v nobeno društvo ali karkoli drugega	Ni včlanjena	Društva	Socialna vključenost
F30	Zaradi covida, se ne morem več z nikomer družiti	Prepoved druženja	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F31	smo sicer vsi še vedno v dobrih odnosih	Ohranjanje dobrih medsebojnih odnosov	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
F32	vendar se bolj držimo vsak zase	Ohranjanje distance	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F33	Ker se ne morem več družiti se je spremenila moja rutina	Sprememba rutine	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F34	kar mi je na začetku povzročalo velik stres	Vzrok stresa	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F35	Si pa najbolj želim osebni stik z družinskimi člani	Želja po osebnem stiku z družino	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F36	res je, ampak sedaj je že malce lažje, čeprav pogrešam svoje otroke	Pogreša otroke	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F37	ves čas živim v strahu, da bi se okužila	Strah	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F38	vsak dan gledam poročila in situacija je zaskrbljujoča	Zaskrbljenost	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F39	Prav tako se počutim zelo osamljeno	Osamljenost	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje

F40	žalostno	žalost	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F41	Vem, da tudi ves čas preveč razmišljam o stvareh in da to vse skupaj še poslabša, ampak kaj pa naj ko sem cele dneve sama s seboj	razmišljanje	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F42	Ja imam mačka, ki mi krajša čas	Hišni ljubljencek pomaga pri soočanju	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F43	več tudi kuham	Gospodinjska opravila	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F44	pospravljam	Gospodinjska opravila	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F45	gledam televizijo	Televizija	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F46	berem	branje	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F47	Ne računalnika ne znam uporabljati	Neozaveščenost o uporabi računalnika	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
F48	tako da se slišimo samo preko telefona	Telefonski klici	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
F49	Pomagalo bi mi to, da bi se lahko vsaj enkrat na teden videla z družino	Želja po druženju	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F50	ki so mi največja opora	Družina velika opora	emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
F51	Zaradi strahu pred okužbo si nihče ne upa ostati dalj časa	Strah pred okužbo	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F52	recimo živila iz trgovine mi sin pusti samo pred vrati in se nič ne vidiva	Izogibanje stika zaradi strahu pred okužbo	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F53	Zelo se je spremenilo	spmembe	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F54	Vsi smo osamljeni	osamljenost	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F55	živimo v strahu	strah	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F56	Po televiziji pa vsak dan govorijo drugače	Zmedenost glede poročanja medijev	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F57	Ves čas preišlujem o stvareh	Razmišljanje	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
F58	Prav tako ne morem k maši, kar mi je prej veliko pomenilo	Pomembnost obiskovanja cerkve, zdaj prepovedano	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F59	in menim, da imamo stari ogromno nezadoščenih potreb sploh sedaj	Nezadoščene potrebe starih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
F60	ženska	Ženska	Spol	Demografski podatki
F61	79	79 let	Starost	Demografski podatki
F62	osnovna šola	Končana osnovna šola	izobrazba	Demografski podatki
F63	sama	Živi sama	Bivanje	Demografski podatki

ODPRTO KODIRANJE INTERVJU G				
Oznaka RDB	Besedilo	Pojem	Kategorija	Tema
G1	Ženska	Ženska	Spol	Demografski podatki
G2	81	81 let	Starost	Demografski podatki
G3	Osnovna šola	Končana osnovna šola	izobrazba	Demografski podatki
G4	Sama	Živi sama	Bivanje	Demografski podatki
G5	Imam enega prijatelja, ki živi v bližini	1 prijatelj	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G6	torej je tudi sosed s katerim sva približno istih let	Prijatelj tudi sosed	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G7	in se tudi pogosto druživa	Druženje s sosedom	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G8	Velikokrat pride k meni na obisk	Obiskovanje	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G9	klepetava o vsakdanjih stvareh	pogovor	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G10	Velikokrat pride na obisk tudi sestra	Obiskovanje sestre	družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G11	a)njen obisk mi veliko pomeni	Obujanje spominov	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
	b) saj skupaj obujava spomine			
G12	K meni pride tudi hčerka	Obisk hčerke	družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G13	vendar zdaj zaradi koronavirusa žal ne more	Prepoved prehajanja med občinami	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G14	na začetku mi je bilo zelo hudo	Težko spopadanje s omejitvami	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
G15	manjka mi raznolikost dni	Stiki prinašajo raznolikost	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
G16	to da me nekdo malce zaposli	zaposlitev	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
G17	ampak sedaj sem se sprijaznila	Sprijaznjenje	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
G18	Jih tudi razumem, da jih je strah da če bi že prišli k meni da bi me kaj okužili ker so v stiku tudi z drugimi ljudmi	razumevanje	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
G19	Veliko gledam televizijo	Zaposlitev z gledanjem TV	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
G20	berem časopis	Zaposlitev z branjem	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje

G21	in pa štrikam	Zaposlitev s štrikanjem	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
G22	Vendar pa veliko tudi ne morem štrikati v kosu ker me začnejo boleti roke	Omejitve zaradi zdravstvenega stanja	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
G23	Ja s sinom in snaho se razumem odlično	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G24	res sta srčna človeka	Odlični medsebojni odnosi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G25	vedno mi pomagata	Pomoč sina in njegove družine	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G26	Ravno včeraj sta prišla in mi postavila tale drevešček in jaslice, ker sama ne zmorem	Postavitev smrekice	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G27	Zelo sem vesela, da se tako dobro razumemo	veselje	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G28	Saj se včasih tudi skregamo	konflikt	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G29	ko težim kakšno stvar po svoje	Uveljavljanje lastne volje	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G30	ampak se potem tudi pogovorimo	Reševanje konfliktov	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G31	Ja to pa jih vedno, ne moremo biti skregani se imamo preveč radi	ljubezen	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G32	Ja imam šest vnukov	6 vnukov	Družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G33	Najbolje se razumem s temi, ki so doma tukaj	Dobri odnosi z vnuki	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G34	Velikokrat pridejo k meni, preverit kako sem	Skrb za starega človeka	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G35	malce poklepetamo	Klepet	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G36	Pa tudi v trgovino gredo zame	Opravljanje obveznosti namesto starega človeka	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G37	no saj to gre tudi sin ali pa snaha	Opravljanje obveznosti namesto starega človeka	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G38	pa k zdravniku me peljeta ker sama nimam izpita	Prevoz do zdravnika	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G39	Ja tako, vedno so mi v oporo	Družina nudi oporo	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G40	ko mi je hudo se pogovorimo	Pogovor	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore

G41	ko mi je lepo se skupaj smejemo	Smeh	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G42	tako res smo povezani	Povezanost družine	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G43	sploh pa me velikokrat v dobro voljo spravita pravnukinji	Pravnukinji razveselita	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
G44	Veš otroci so nekaj posebnega, še tako slab dan ti vsaj za trenutek polepšajo, tako da sem zelo vesela ko jih pripeljejo pokazat	Majhni otroci prinašajo veselje	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
G45	Ja to pa morem poudariti, da imam super sosede	Odlični odnosi s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
G46	Odlično se razumemo z vsemi	Odlični odnosi s sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
G47	vedno ko se srečamo poklepetamo	Pogovor s sosedi	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G48	Posebej pa se dobro razumem z zgornjo sosedo	Dobri odnosi s sosedo	sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
G49	s katero grem velikokrat v cerkev	Prevoz v cerkev	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
G50	prinese mi tudi sveža jajca ko jih potrebujem, saj ima kokoši	Pomoč pri oskrbi s hrano	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
G51	ko pa ji dopušča čas pa tudi pride k meni na čaj	Druženje s sosedo	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G52	in da malo poklepetava	Druženje s sosedo	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G53	tudi ko sem slabe volje me posluša	Podpora sosede v težkih trenutkih	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
G54	Vsa njena družina je super	Super sosedje	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
G55	tudi njen mož vedno pomaga pri kakšnih opravilih	Pomoč soseda pri opravilih	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
G56	Ja res meni to, da se dobro razumem s sosedi ogromno pomeni	velik pomen povezanosti s sosedi	Visoka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore

G57	vem da se lahko zanesem na njih če slučajno mojih ni doma in če karkoli potrebujem	Močna povezanost s sosedi	Visoka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
G58	Ne, nisem več	Ni včlanjena v društva	Društva	Socialna vključenost
G59	Bila sem prej včlanjena v Rdeči križ	Včlanjenost v Rdeči križ	Društva	Socialna vključenost
G60	ko sem še lahko hodila na izlete sedaj pa zaradi zdravja ne morem več	Omejitve zaradi zdravstvenega stanja	Bolezni, prizadetosti	Zdravstveno stanje
G61	Ja bilo mi je super ko smo kam šli	Izleti	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
G62	ko smo se družili	druženje	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
G63	saj sem tako malo zamenjala okolje	Menjava okolja	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
G64	videla ljudi, ki jih prej dlje časa nisem	Medsebojno povezovanje	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
G65	Lahko sem celo pot klepetala	Klepetanje	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
G66	Tako, da je bilo zelo lepo, vedno smo se zelo zabavali	Zabava	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
G67	Lahko rečem, da so me ti izleti na nek način razvedrili	Razvedrilo	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
G68	saj so prekinili mojo vsakdanjo rutino in enoličnost dni	Prekinitev rutine	Pomen vključenosti v društva, organizacije	Socialna vključenost
G69	Ajaa ja, ja to pa sigurno je epidemija zelo vplivala na to kako pogosto dobivam obiske	Manj pogosti obiski	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G70	Recimo prej sem skoraj vsako nedeljo dobila koga na obisk	Obiski ob nedeljah	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
G71	sedaj žal tega ni. Tudi vnuki, ki hodijo v službo se izogibajo bližnjih srečanj z mano, ker jih je strah da me ne bi slučajno okužili	Izogibanje stikov	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G72	Tudi v trgovino trenutno ne hodim sama	Izogibanje stikom z drugim ljudmi	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G73	mi vedno prinesejo sorodniki	Pomoč pri opravkih	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
G74	Ja imam dneve, ko mi je hudo ker ne morem videti hčerke	Pogreša hčerko	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
G75	drugih stvari niti ne pogrešam	Ne manjka nič	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
G76	Večinoma preko telefona, jih pokličem ali pa oni mene	Telefonski klici	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
G77	Drugih stvari ne znam uporabljat	Neozaveščenost o uporabi drugih socialnih omrežij	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje

G78	Ja mislim, da se je osamljenost starih zelo povečala, sploh če živijo stran od svojih bližnjih	Povečana osamljenost	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G79	Ne morejo se obiskovati med sabo	Prepoved obiskov povzroča stisko	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G80	prav tako se mi smilijo ljudje v domu, ki ves ta čas niso mogli biti v stiku s svojimi drugače kot preko telefona	Zavedanje stisk drugih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G81	kar se mi zdi da je v mnogih prebudilo ogromno stisko	Povečevanje stiske starih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G82	Še bolj kot prej smo privezani na naš dom	Ostajanje v lastnih domovih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
G83	živimo v strahu, da se ne bi okužili	Strah pred okužbo	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje

ODPRTO KODIRANJE INTERVJU H				
Oznaka RDB	Besedilo	Pojem	Kategorija	Tema
H1	Ženska	Ženski spol	Spol	Demografski podatki
H2	91	91. let	starost	Demografski podatki
H3	imam absolutorij na medicini	Ima narejen absolutorij iz medicine	Izobrazba	Demografski podatki
	nisem pa diplomirala	Ni diplomirala		
	vzamemo vedno zaključeno srednjo šolo	Zaključila je srednjo šolo		
H4	živim pa sama odkar je mož umrl	Živi sama	Bivanje	Demografski podatki
H5	otroci so se odselili	Otroci živijo na svojem	Bivanje	Demografski podatki
H6	hči je v Nemčiji	Hči se je preselila v Nemčijo	Bližina ali oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H7	prej smo se videli dokaj pogosto je prišla dol	Pogosti stiki s hčerko pred epidemijo	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
H8	Sem potrebovala kakšna zdravila, ki jih tukaj nisem dobila	Hči ji je prinesla zdravila iz Nemčije	Bližina ali oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H9	tudi za praznike recimo	Hči jo je obiskala ob praznikih	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
H10	Zdaj se pa nismo videli že od lanskega leta, torej vse odkar je korona	Ni videla hčerke že skoraj eno leto	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H11	Ja seveda ne, pogrešam jo	Pogreša hči	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H12	Pogrešam vnuke, ki prav tako živijo v Nemčiji	Pogreša vnuke iz Nemčije	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H13	eden je zdaj na izmenjavi v Franciji	Vnuk trenutno na izmenjavi v Franciji	Bližina/oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H14	Si želim, da bi jih lahko še videla, včasih kar rečem da ne vem če bom dočkala še to, da se ponovno srečamo	Želi si da bi spet videla družino iz Nemčije	Bližina/oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H15	to je pa odvisno od tega s kom se družim	Pomen druženja odvisen od tega s kom se družim	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
H16	recimo če se družim iz temi sorodniki, ki jih imam zelo rada	Zelo rada ima sorodnike	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H17	je potem cel dan lepši	Druženje ji polepša dan	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
H18	Če je tako, da je vsake toliko časa kakšno druženje mi niti ne pomeni toliko	Občasna druženja zanjo nimajo velikega pomena	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja

H19	tega tudi ne pogrešam	Ne pogreša občasnih druženj	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
H20H20	a) V življenju sem bila veliko sama	Skozi življenje bila pogosto sama zaradi moževe službe, tako da je tega vajena in ji družba ne manjka	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
	b) mož je bil cele dneve v službi, dežuren, sva bila že tako veliko narazen			
H21	sem vajena biti sama	Vajena je biti sama	Vpliv socialnih stikov	Pomen socialnih mrež, interakcij, druženja
H22	Sicer pa v sosednji hiši stanuje sin	Sin stanuje v bližini	Bližina/oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H23	me pride vsak dan pogledati če sem v redu	Vsakodnevni obisk sina in skrb za počutje	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H24	včasih malo podebatirava	Občasni pogovori s sinom	Emocionalna opora	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H25	nisva istega mnenja in potem hitro zaključiva	Spori zaradi različnih mišljenj	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H26	Zdajle pa je sploh kar nekaj vprašanj, ob katerih se naša mnenja krešejo	V tem obdobju se pojavlja veliko tem, o katerih se z družinskimi člani ne strinjajo	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H27	tudi s hčerko se ob njih razideva	Od njenega se razlikuje tudi hčerkino mišljenje	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H28	se po navadi skušamo potem izogibati temam o katerih vemo, da se ne strinjamo	Konfliktom se izognejo tako da se izogibajo tem na katere imajo različna mnenja	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H29	mi veliko pomeni, da se družimo	Veliko ji pomeni druženje z družino	Družina	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H30	Predvsem pogrešam zdaj ker hčerka ne more priti, ker živi v Nemčiji	Pogreša druženje s hčerko	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H31	pa vnuki	Pogreša druženje z vnuki	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H32	Sicer sem ravno danes govorila z vnukom, ki je v Franciji	Občasni telefonski pogovori z vnukom, ki živi v Franciji	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
H33	sem mu rekla, da naj bo pameten in naj se pazi	Skrbi in svetuje vnuku	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H34	a) saj vem, da je pameten in premisli stvari	Verjame v vnuka in razume njegovo stisko	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
	b) ampak vem pa tudi, da ga okrepi precej omejujejo in ne more nikamor			

H35	Zdaj majo policijsko uro že ob šestih zvečer	Policijska ura v Franciji, kjer trenutno biva njen vnuk	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H36	Se mi zdi, da vas mlajše te ukrepi bistveno bolj omejujejo in živcirajo kakor nas starejše	Ukrepi po njenem mnenju bolj omejujejo mlajše kot starejše	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H37	smo vajeni biti doma, nimamo nekih ogromnih opravil	Starejši po njenem mnenju vajeni biti doma	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H38	Meni bi bilo čisto vseeno če nas za 3 mesece popolnoma zaprejo, le da se potem stanje izboljša	Karantena ji ne predstavlja stiske	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H39	so druženja... se pravi s sorodniki, ki bi jih čisto pogrešala če jih ne bi bilo	Pogrešala bi druženja z družinskimi člani	druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H40	s sosedi tukaj se skoraj nič ne družimo	Redko druženje s sosedi	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H41	dobro ja poklepetamo ko smo zunaj	Občasni klepeti s sosedi ko je bila zunaj	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H42	smo prej zdaj tako ali tako nismo nič zunaj	V času epidemije se zadržuje notri	Življenje pred epidemijo	Vpliv koronavirusa na življenje
H43	Ali pa če sem na vrtu delala smo se pogovarjali	Če je bila na vrtu je klepetala s sosedi	Druženje	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H44	sicer imam stik samo s temi tukaj zraven	Stik ima le z enim sosedi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
H45	ostalih v vasi niti ne poznam	Ne pozna ostalih ljudi v vasi	Sosedje	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
H46	Drugače mojih sodobnikov takole je pa vedno manj	Število prijateljev se zmanjšuje	Prijatelji	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H47	se pokličemo	Občasni telefonski pogovori s prijateljicami	Ohranjanje stikov s prijatelji	Vpliv koronavirusa na življenje
H48	saj to pravim, zdajle v kratkem sta dve prijateljici umrli	Smrt dveh prijateljic v krajšem časovnem obdobju	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H49	sva se ravno z eno pogovarjali da sva ostali samo še midve	Pogovor s prijateljico o smrti drugih dveh prijateljic	Emocionalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H50	kaj pa vem 2 kolegici pa potem sin, snaha, hči pa vnuki	Majhna socialna mreža, ki jo sestavljata 2 prijateljici in družinski člani	Velikost socialne mreže	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore

H51	primarno so seveda družinski člani	Pomoč in oporo ji primarno zagotavljajo družinski člani	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H52	pravzaprav je še vedno tako, da se zelo nerada obračam po pomoč ali usluge	Želi ohraniti samostojnost	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H53	Rada sama zase skrbim	Rada je samostojna	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H54	najbolj me je groza, da bi komu padla v breme	Strah pred odvisnostjo od drugih	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H55	a) Ja, če kaj ne morem mi pomagajo sorodniki	Pomoč sina pri težjih opravilih, ki jih sama ne zmore	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
	b) večinoma sin			
H56	pravzaprav mi sin zdaj velikokrat reče saj sem jaz tukaj, povej kaj rabiš ti bom šel jaz iskat oziroma ti bom jaz pomagal	Pogostejša pomoč sina	Instrumentalna opora	Značilnosti socialnih mrež in vrste prejete opore
H57	zelo nerada nadlegujem	Želi ostati samostojna	Pomoč	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H58	Ja to pa, zelo dobro se razumemo	Dobri medsebojni odnosi v družini	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H59	se med sabo podpiramo	Podpora v družini	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H60	Tudi z vnuki	Dobri odnosi z vnuki	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H61	Ja enkrat je bila poplava tukaj, so mi pomagali	Izjemoma so ji sosedge pomagali, ko je bila poplava	Pomoč	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
H62	presenečena sem bila, ko je umrl mož, jih je ogromno prišlo na pogreb v Ljubljano, kar me je zelo presenetilo	Presenečenje nad podporo sosedov ob smrti moža	Sosedge	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
H63	Se pogovarjamo kot sem že rekla, ampak v tako dobrih odnosih pa tudi nismo bili	Ohlapni odnosi s sosedi	sosedge	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
H64	prej bi rekla da povezanosti ni	Ni medsosedske povezanosti	Nizka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
H65	smo bolj vsak zase	V vasi se držijo bolj vsak zase	Nizka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore
H66	gre zgolj za hitre bežne stike takšne vsakdanje ne pa za kakšno vrsto pomoči ali opore	Bežni stiki s sosedi, ni podpore in medsebojnega sodelovanja	Nizka medsosedska povezanost	Medsosedska povezanost ter oblike pomoči in podpore

H67	Ne ne to pa nisem, sem kar precej samotar	Ni vključena v nobeno društvo, organizacijo	Društva	Socialna vključenost
H68	Jaz sem res vajena biti sama	Vajena biti sama	Društva	Socialna vključenost
H69	Ko smo živeli v Nemčiji smo bili brez sina, ker je živel tukaj v Sloveniji	Odsotnost sina, ko so živeli v Nemčiji	Bližina/oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H70	zdaj smo brez hčere in njene družine	Odsotnost hčerke sedaj ko živi v Sloveniji	Bližina/oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H71	Ampak tako je	Sprijaznjena s situacijo, da živijo geografsko oddaljeno	Bližina/oddaljenost družine	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H72	Ja jaz bi rekla, da so se odnosi skoraj spremenili na boljše	Odnosi med družinskimi člani so se v času epidemije spremenili na boljše	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H73	mi zdijo vsi moji bližnji še veliko bolj pozorni	Bližji ji namenjajo bistveno več pozornosti	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H74	Tako se bojijo, da bi me okužili	Strah bližnjih, da bi jo okužili	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H75	še prej so pravnuki velikokrat prileteli sem na obisk, ko so prišli k sinu	Izogibanje pravnukov, da je ne bi okužili	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H76	sedaj jih ni se kar izogibamo eden drugega	Izogibanje medsebojnih stikov v družini	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H77	seveda mi kar godi, se nimam kaj pritoževati	Večja pozornost družinskih članov ji godi	Medsebojni odnosi	Družina in star človek v času pred in med epidemijo
H78	vedno povem, da so bile v zgodovini še dosti hujše stvari ne	Opozarja na hujše stvari kot je epidemija	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H79	No mogoče je to tudi zato, da se meni in nam starim to ne zdi tako hudo ker smo bili vojne vajeni, ker smo preživeli dosti hujše kot je tole	Predvideva da je starejšim lažje ker so preživeli hujše stvari kot je npr. vojna	Dojemanje in razmišljanje o koronavirusu	Vpliv koronavirusa na življenje
H80	Tukaj ostaneš živ, če se še malo paziš sigurno	Poudarja preventivo	Dojemanje in razmišljanje o koronavirusu	Vpliv koronavirusa na življenje
H81	a) v času vojne pa so bili alarmi ponoči, podnevi b) vedno nas je bilo strah za življenje c) nikoli nismo vedeli kdaj koga od naših bližnjih ne bo domov	Primerja vojno in epidemijo, pri čemer izpostavi bistveno večji strah za življenje v času vojne	Dojemanje in razmišljanje o koronavirusu	Vpliv koronavirusa na življenje
H82	To pa je bilo grozno, ne pa sedaj tole, ko so samo omejili pa ni zabav pa počitnic pa tega	Omejitve se ji ne zdijo grozne, ji ne povzročajo nobene stiske	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje

H83	Veliko hujše stvari so se dogajale, pa smo prav tako preživeli	Spominja se hujših izkušenj iz preteklosti	Dojemanje in razmišljanje o koronavirusu	Vpliv koronavirusa na življenje
H84	Se mi tole sploh ne zdi tako hudo	Epidemije in omejitve ne jemlje kot neko posebej hudo obdobje	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H85	Ne strah me ni	Ni je strah okužbe	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H86	sem grozno pozitivna do cepljenja, sploh nimam pomislekov	Pozitivna glede cepljenja	Dojemanje in razmišljanje o koronavirusu	Vpliv koronavirusa na življenje
H87	Bolj me je strah posledic, ki prihajajo	Strah pred posledicami epidemije, ki še prihajajo	Dojemanje in razmišljanje o koronavirusu	Vpliv koronavirusa na življenje
H88	Ne tako kot prej	Se ne zaposli nič drugače kakor se je pred epidemijo	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H89	malo igram klavir	Občasno igranje klavirja	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H90	ogromno berem	Pogosto branje knjig	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H91	Pogrešam pa recimo to, da bi lahko šla v trgovino sama, malo pogledat	Manjka ji edino to, da bi lahko šla brez skrbi v trgovino	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H92	a) Ampak jaz pravim, da mi nič ne manjka b) na toplem sem, za jesti imam	Pove da ima vse kar potrebuje in ne doživlja stiske	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H93	No seveda ne pravim, da bi bila takole celo življenje	Vseeno si želi da bi epidemija hitro minila in se življenje vrnilo na stare tire	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H94	si seveda želim, da bi kdo lahko prišel	Želi si obiskov	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H95	ampak se da preživeti	Situacija je vzdržna	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H96	Se pokličemo	Stike z družinskimi člani ohranja preko telefona	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
H97	tu pa tam če mi uspe vzpostaviti zvezo se vidimo preko video klica	Stike z družinskimi člani v tujini ohranja preko video klica vendar manj pogosto	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
H98	malo, ravno toliko da nekaj znam	Vešča uporabe računalnika	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje

H99	večinoma uporabljam samo telefon in se samo slišimo	Večinoma uporablja telefon za ohranjanje stikov	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
H100	mislim, da se gleda drugače na stare ljudi	Mnenje da se je pogled na stare ljudi spremenil	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H101	ampak ne vem če je vedno ta pogled iskren	Skeptičnost glede iskrenosti skrbi za stare ljudi	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H102	Zdi se mi, da se pri nekaterih drugih lahko pojavlja večja stiska	Zavedanje stisk drugih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H103	morda nimajo ustrezne oskrbe	Izpostavi problematiko pomanjkanja ustrezne oskrbe	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H104	še vedno primanjkuje kadra	Izpostavi problematiko pomanjkanja kadra	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H105	ljudi je strah da bi se okužili	Zaveda se strahu, ki ga imajo drugi stari ljudje	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H106	Mi je pa tudi grozno ker vsi izpostavljajo recimo to, da nimajo obiskov v domovih za stare, tega ne razumem zakaj delajo takšno dramo iz tega	Ne razume problema s katerim se soočajo v DSO zaradi prepovedi obiskovanj	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H107	Ne tako kot prej	Se ne zaposli nič drugače kakor se je pred epidemijo	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H108	malo igram klavir	Občasno igranje klavirja	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H109	ogromno berem	Pogosto branje knjig	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H110	Pogrešam pa recimo to, da bi lahko šla v trgovino sama, malo pogledat	Manjka ji edino to, da bi lahko šla brez skrbi v trgovino	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H111	a) Ampak jaz pravim, da mi nič ne manjka	Pove da ima vse kar potrebuje in ne doživlja stiske	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
	b) na toplem sem, za jesti imam			
H112	No seveda ne pravim, da bi bila takole celo življenje	Vseeno si želi da bi epidemija hitro minila in se življenje vrnilo na stare tire	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje
H113	si seveda želim, da bi kdo lahko prišel	Želi si obiskov	Omejitve zaradi epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H114	ampak se da preživeti	Situacija je vzdržna	Soočanje z omejitvami	Vpliv koronavirusa na življenje

H115	Se pokličemo	Stike z družinskimi člani ohranja preko telefona	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
H116	tu pa tam če mi uspe vzpostaviti zvezo se vidimo preko video klica	Stike z družinskimi člani v tujini ohranja preko video klica vendar manj pogosto	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
H117	malo, ravno toliko da nekaj znam	Vešča uporabe računalnika	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
H118	večinoma uporabljam samo telefon in se samo slišimo	Večinoma uporablja telefon za ohranjanje stikov	Ohranjanje stikov z družinskimi člani	Vpliv koronavirusa na življenje
H119	mislim, da se gleda drugače na stare ljudi	Mnenje da se je pogled na stare ljudi spremenil	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa na življenje
H120	ampak ne vem če je vedno ta pogled iskren	Skeptičnost glede iskrenosti skrbi za stare ljudi	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
H121	Zdi se mi, da se pri nekaterih drugih lahko pojavlja večja stiska	Zavedanje stisk drugih	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
H122	morda nimajo ustrezne oskrbe	Izpostavi problematiko pomanjkanja ustrezne oskrbe	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
H123	še vedno primanjkuje kadra	Izpostavi problematiko pomanjkanja kadra	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
H124	ljudi je strah da bi se okužili	Zaveda se strahu, ki ga imajo drugi stari ljudje	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje
H125	Mi je pa tudi grozno ker vsi izpostavljajo recimo to, da nimajo obiskov v domovih za stare, tega ne razumem zakaj delajo takšno dramo iz tega	Ne razume problema s katerim se soočajo v DSO zaradi prepovedi obiskovanj	Položaj starih ljudi v času epidemije	Vpliv koronavirusa življenje

PRILOGA 4: Osnovno kodiranje

DEMOGRAFSKI PODATKI

SPOL

- Ženski spol (A1, B90, C68, D60, E52, F60, G1, H1)

STAROST

- 85. let (A2a, A2b)
- 71 let (B91, D61)
- 76 let (C69)
- 65 let (E53)
- 79 let (F61)
- 81 let (G2)
- 91. let (H2)

IZOBRAZBA

- Osnovna šola (A5, C70, E54, F62, G3)
- Gimnazija (A6)
- Končana srednja šola (B92)
- Končana poklicna šola (D62)
- Ima narejen absolutorij iz medicine (H3a)
- Ni diplomirala (H3b)
- Zaključila je srednjo šolo (H3c)

BIVANJE

- Višnja Gora (A8)
- Lastna hiša (A9)
- Živi sama (A10a, A10b, D63, F63, G4, H4)
- Živi z družino (B93, C71, E55)
- ostala sama (A11)
- Bivanje s snaho in vnukinjo (C10)
- Otroci živijo na svojem (H5)

STARANJE

- Podaljševanje življenjske dobe (A128a)
- Slabšanje zdravstvenega stanja (A128b)
- Izboljševanje življenjskih pogojev (A130)

ZDRAVSTVENO STANJE

BOLEZNI, PRIZADETOSTI

- Okvara vida, slabo zdravstveno stanje (A3a, A3b, A3c),
- Nezmožnost daljših aktivnosti (A37)
- Pojavljanje zdravstvenih težav (A51a, A51b)
- Posledica revmatičnih obolenj (A52)
- Izgubljanje vida (A55a, A55b)
- Nezmožnost nudenja pomoči zaradi starosti (A59)
- Ne prepoznavanje ljudi zaradi slabšanja zdravstvenega stanja (A82a, A82b)
- prizadetost posledica bolezni (A83)
- osamljenost posledica bolezni (A84)
- Omejitve zaradi zdravstvenega stanja (A4, A90, G22, G60)
- Zdravstvene težave zmanjšale njeno aktivnost in vključenost v družbo (A91a, A91b)

IZOBRAZBA

GLASBENA ŠOLA

- Obiskovanje glasbene šole (A7a, A7b)

POMEN SOCIALNIH MREŽ, INTERAKCIJ, DRUŽENJA

VPLIV SOCIALNIH STIKOV

- Veliko pomeni druženje (A27, B1)
- Zapolnitev dneva (A31)
- Izkoriščen prosti čas (A78)
- Druženje pomeni sproščanje (B2)
- Sproščanje (F5)
- Deljenje skrbi z drugimi (B3)
- Druženje oblika zaposlitve (B4, B5, C2, C3, D33, G16)
- Druženje zaposli in popestri dan (B43)
- Druženje s sosedi oblika zaposlitve (E16)
- Druženje pomeni, da ni sama (B6)
- Druženje prinaša spremembo (C1)
- Druženje razbremeni (C4)
- Raznolikost (C5, G15)
- Pestrost (C6)
- Dobri občutki (C7)
- Občutek povezanosti (C8)
- Druženje prinaša veselje (D1)
- Socialni stiki razvedrijo (E1)
- Druženje prinaša dobro voljo (E2)
- Dobra volja ob druženju z otroci (F17)
- Dobra volja ob druženju (F4)
- Druženje prinaša smeh (E4)
- Druženje način zaposlitve (F2)
- Druženje pomeni način ohranjanje socialnega stika (F1)
- Način ohranjanja dobrih odnosov (F3)
- Druženje omogoča rutino (F6)
- Obujanje spominov (G11a, G11b)
- Pravnukinji razveselita (G43)
- Majhni otroci prinašajo veselje (G44)
- Pomen druženja odvisen od tega s kom se družijo (H15)
- Druženje ji polepša dan (H17)
- Občasna druženja zanjo nimajo velikega pomena (H18)
- Ne pogreša občasnih druženj (H19)
- Skozi življenje bila pogosto sama zaradi mozeve službe, tako da je tega vajena in ji družba ne manjka (H20a, H20b)
- Vajena biti sama (H21)

VPLIV KORONAVIRUSA NA ŽIVLJENJE

POLOŽAJ STARIH LJUDI V ČASU EPIDEMIJE

- Prizadetost starih ljudi (A126)
- Prikrajšanost starih ljudi (A127)
- Povečevanje stiske starih (A131, B87, G81)
- Občutek stiske (A132, C66)
- Brezizhodnost (A133)
- Drugih velikih sprememb ne vidi (A134)

- Ujetost (A138)
- Ujetost v lasten dom (A139)
- položaj starih ljudi zelo spremenil (B86)
- Izpostavljanje pomena brezskrbnega druženja (B88)
- Povečana osamljenost (A137, B89, F54, G78)
- Zavedanje stisk ljudi ki živijo v mestih (C63)
- Strah pred okužbo (C64, C65, G83)
- Življenje v strahu (F55)
- Prikrajanost za ustrezno oskrbo zaradi strahu pred okužbo (C67)
- Zavedanje stisk drugih ljudi (D58, D59, E51, G80)
- Opazi spremembe, ki jih je povzročil koronavirus (F53)
- Nezadoščene potrebe starih (F59)
- Prepoved obiskov povzroča stisko (G79)
- Ostajanje v lastnih domovih (G82)
- Mnenje da se je pogled na stare ljudi spremenil (H100)
- Skeptičnost glede iskrenosti skrbi za stare ljudi (H101)
- Zavedanje stisk drugih (H102)
- Izpostavi problematiko pomanjkanja ustrezne oskrbe (H103)
- Izpostavi problematiko pomanjkanja kadra (H104)
- Zaveda se strahu, ki ga imajo drugi stari ljudje (H105)
- Ne razume problema s katerim se soočajo v DSO zaradi prepovedi obiskovanj (H106)

ŽIVLJENJE PRED EPIDEMIJO

- Dogovarjanje za izlete pred epidemijo (A110a, A110b, A110c)
- Izleti možnost za druženje (C51)
- Obiskovanje otrok pred epidemijo (A45)
- Boljše stanje pred epidemijo (A135)
- Možnosti druženja in gibanja (A136)
- Skupni sprehodi (B39)
- Skupno pitje kave (B40)
- Ni hodila veliko okoli (C50)
- Druženje (D32)
- Skupno kartanje pred prepovedmi in omejitvami (D46)
- Obiski ob nedeljah (G70)
- Pogosti stiki s hčerko pred epidemijo (H7)
- Hči jo je pred epidemijo obiskala ob praznikih (H9)

OMEJITVE ZARADI EPIDEMIJE

- Več stikov pred epidemijo (A20)
- Izgubljanje stikov (A21, G71)
- Izgubljanje stikov zaradi koronavirusa (A81)
- Ni možnosti obiskovanj (A33)
- Omejitve karantene ne dopuščajo sprehodov, druženj (A38)
- Spremembe zaradi koronavirusa (A79)
- Prepoved obiskov (A80)
- Prepoved gibanja (A89, A121)
- Prepoved druženja povzroča stisko (A92)
- Prepoved druženja (B68)
- Prepoved druženja jo omejuje (F30)
- Težko se spopada s prepovedjo druženja (D45)
- Želja po obisku (A95, A107)
- Omejitve gibanja na občine (A108)
- Omejitve (A109)

- Ne doživlja stiske (A119)
- Občutek brezizhodnosti če bi se znašla v stiski (A120)
- Omejitve ne ovirajo (B24)
- Ostajanje doma posledica koronavirusa (B67)
- Ni velikih sprememb zaradi epidemije (B71, C54)
- Ohranjanje stikov ni oteženo (B72)
- Manj pogosto druženje s hčerko in vnukinjo (B73)
- Ni prikrajšanosti (C55)
- Manj pogosti stiki z družinskimi člani (C56)
- Bojazen zaradi okužb (C57)
- Manj pogosti stiki s hčerko (C58)
- Odpoved balinarskih aktivnosti (D35)
- Želja po balinanju (D40)
- Koriščenje ugodnosti za stare ljudi (D41)
- Žalost ker ne more uživati v dnevu kakor bi rada (D43)
- Jeza zaradi omejitev (D44)
- Ni sprememb v odnosih (E30)
- Manj pogosto druženje (G69)
- Manj pogosto druženje zaradi epidemije (E31)
- Odpoved izletov zaradi epidemije (E32)
- Zmanjšane možnosti (E42)
- Ohranjanje distance (F32)
- Izogibanje stika zaradi strahu pred okužbo (F52, G72)
- Prepoved prehajanja med občinami onemogoča stike s hčerko (G13)
- Ni videla hčerke že skoraj eno leto (H10)
- Policijska ura v Franciji, kjer trenutno biva njen vnuk (H35)
- V času epidemije se zadržuje notri (H42)
- Želi si obiskov (H94)
- Prepoved gibanja (A99)
- Prepovedi in omejitve (A100, A101)
- Pomembnost obiskovanja cerkve, zdaj prepovedano (F58)

SOOČANJE Z OMEJITVAMI

- Čuti obremenitev zaradi vseh prepovedi (A93)
- Stiska zaradi prepovedi obiskovanj (A96a, A96b)
- Ohranjanje optimizma (A97, A98)
- Želja po dogajanju (A102)
- Prisotni negativni občutki in čustva (A103a, A103b, A103c, A103d)
- Zaposlitev z gospodinjskimi opravili (A104a, A104b, A104c)
- Osamljenost zaradi pomanjkanja dogajanja (A105)
- Pogosteje se počuti osamljeno (F39)
- Obup (A106)
- Uporaba radia, da se zamoti (A111)
- Zaposlitev z gospodinjskimi opravili (A112a, A112b, B80)
- Krajši sprehod (A113)
- Občutek brezizhodnosti (A125)
- Prilagajanje aktivnosti razmeram s koronavirusom (B41, B78)
- Ne doživlja stiske (B74, C60, D42)
- Ne doživlja stiske zaradi omejitev (E36)
- Ima vse potrebno (B75, C61, D37)
- Želja po brezskrbnem sprehodu (B76)
- Želja po brezskrbnem druženju v kavarni (B77)
- Prednost življenja na vasi lahko se sprehaja (C62)
- Še več prostega časa (B79)
- Zaposlitev s psom (B81)

- Zaposlitev s psom pozitivna obveznost (B82)
- Želja po druženju (D36, F49)
- Dojemanje koronavirusa kot laži (D39)
- Pogostejše igranje računalniških igrice (D50)
- Zaposlitev z gledanjem televizije (D51)
- Pogosto reševanje križank (D52)
- Se znajde v trenutni situaciji (D56)
- Zaposlitev s stvarmi ki prinašajo pozitivno (D57, E38)
- Želja po vajah z gasilci (E33)
- Vaje z gasilci zaposlijo (E34)
- Manjka pozitivnosti ki jo prinesejo njene aktivnosti (E35)
- Ima bližino pomembnih drugih (E37)
- Težavnost omejitev (E39)
- Epidemija vpliva na njeno rutino (E40, E41)
- Sprememba rutine posledica epidemije (F33)
- Pogostejše reševanje križank (E43)
- Pogostejši pogovori z družinskimi člani (E44)
- Kartanje z družinskimi člani (E45)
- Prepovedi so vzrok stresa (F34)
- Želja po osebnem stiku z družino (F35)
- Pogreša otroke (F36)
- Strah pred okužbo (F37, F51)
- Zaskrbljenost ker spremlja situacijo (F38)
- Večkrat je žalostna (F40)
- Veliko razmišlja (F41, F57)
- Hišni ljubljencek pomaga pri soočanju (F42)
- Gospodinjska opravila jo zaposlijo (F43, F44)
- Več gleda televizijo (F45)
- Televizija (G19)
- Veliko bere (F46)
- Branje (G20)
- Zmedenost glede poročanja medijev (F56)
- Težko spopadanje s omejitvami (G14)
- Sprijaznjenje z omejitvami (G17)
- Razume vzroke za manj pogosto srečevanje z družinskimi člani (G18)
- Zaposlitev s štrikanjem (G21)
- Pogreša hčerko (G74)
- Ne manjka nič (G75)
- Pogreša hči (H11)
- Pogreša vnuko iz Nemčije (H12)
- Pogreša druženje s hčerko (H30)
- Pogreša druženje z vnuki (H31)
- Ukrepi po njenem mnenju bolj omejujejo mlajše kot starejše (H36)
- Starejši po njenem mnenju vajeni biti doma (H37)
- Karantena ji ne predstavlja stiske (H38)
- Opozarja na hujše stvari kot je epidemija (H78)
- Omejitve se ji ne zdijo grozne, ji ne povzročajo nobene stiske (H82)
- Epidemije in omejitve ne jemlje kot neko posebej hudo obdobje (H84)
- Ni je strah okužbe (H85)
- Se ne zaposli nič drugače kakor se je pred epidemijo (H88)
- Občasno igranje klavirja (H89)
- Pogosto branje knjig (H90)
- Manjka ji edino to, da bi lahko šla brez skrbi v trgovino (H91)
- Pove da ima vse kar potrebuje in ne doživlja stiske (H92)
- Vseeno si želi da bi epidemija hitro minila in se življenje vrnilo na stare tire (H93)
- Situacija je vzdržna (H95)

OHRANJANJE STIKOV S PRIJATELJI

- Občasni telefonski pogovori s prijatelji iz mladosti (A54)
- Telefonski pogovori predstavljajo edin način ohranjanja stikov (A94)
- Pogosti telefonski pogovori (B38, B83)
- Telefonski klici nadomeščajo druženje (A122, E46)
- Pošiljanje sporočil, da ohranja stike (E47)
- Telefonski klici (D53)
- Občasni telefonski pogovori (D47)
- Občasni telefonski klici (C36)
- Uporaba socialnih omrežij (B84, E50)
- Pogovor preko telefonskih sporočil (D54)
- Neozaveščenost o uporabi video klica (D55)
- Uporaba Viber-a (E48)
- Uporaba Messenger-ja (E49)
- Ohranjanje dobrih medsebojnih odnosov (F31)
- Občasni telefonski pogovori s prijateljicami (H47)

OHRANJANJE STIKOV Z DRUŽINSKIMI ČLANI

- Pogosti telefonski pogovori (A13, A44)
- Pogosti telefonski pogovori nadomeščajo druženje (B70)
- Ima stike z vnuki (A18)
- Telefonski klici nadomeščajo druženje (A32, A115, F48)
- Stike z družinskimi člani ohranja s pomočjo telefonskih klicev (G76)
- Vsakodnevni telefonski klici (C59)
- Pogosti stiki s hčerko preko telefona (A114)
- Neozaveščenost o uporabi socialnih omrežij (A116, G77)
- Seznanjenost z uporabo video klica (B85)
- Neozaveščenost o uporabi računalnika (F47)
- Občasni telefonski pogovori z vnukom, ki živi v Franciji (H32)
- Stike z družinskimi člani ohranja preko telefona (H96)
- Stike z družinskimi člani v tujini ohranja preko video klica vendar manj pogosto (H97)
- Vešča uporabe računalnika (H98)
- Večinoma uporablja telefon za ohranjanje stikov (H99)

POMOČ STARIM LJUDEM

- Ne koriščenje terminov rezerviranih za upokojene ljudi (A39)
- Organizirana pomoč pri nakupovanju (A41)
- Pomoč fantov pri nakupovanju (A42)

UPOŠTEVANJE UKREPOV

- Ohranjanje varnostne razdalje (B69)

DOJEMANJE IN RAZMIŠLJANJE O KORONAVIRUSU

- Predvideva da je starejšim lažje ker so preživeli hujše stvari kot je npr. vojna (H79)
- Poudarja preventivo (H80)
- Primerja vojno in epidemijo, pri čemer izpostavi bistveno večji strah za življenje v času vojne (H81a,b,c)
- Spominja se hujših izkušenj iz preteklosti (H83)
- Pozitivna glede cepljenja (H86)

Strah pred posledicami epidemije, ki še prihajajo (H87)

ZNAČILNOSTI SOCIALNIH MREŽ IN VRSTE PREJETE OPORE

PRIJATELJI

- Druženje s prijatelji v lokalnem okolju (A23)
- Nima bližnjih prijateljev (A56)
- Ni pomoči s strani prijateljev (A57)
- Zdravstveno stanje kot ovira (A58)
- Pogosto druženje s prijatelji (B18)
- Druženje s prijatelji (D3)
- Rada se druži s prijatelji (D16)
- Ena prava prijateljica (B19, E10)
- Povsem zaupa prijateljici (B21)
- Le en pravi prijatelj (B36)
- Pogosto druženje s prijateljico (B37)
- Redko druženje s prijatelji (C31, C37)
- Samotarka (C32)
- Dobri odnosi s prijatelji (D2)
- Druženje s prijatelji prinaša veselje (D3)
- Ceni pravo prijateljstvo (E19)
- Pogosti pogovori s člani gasilskega društva (E27a)
- Udeleževanje vaj za tekmovanja (E27b)
- 1 prijatelj (G5)
- Prijatelj tudi sosed (G6)
- Število prijateljev se zmanjšuje (H46)

VELIKOST SOCIALNE MREŽE

- 5 bližnjih prijateljev (A49)
- Manjšanje socialnih mrež zaradi staranja (A50)
- Pojavljanje občutka osamljenosti (A53)
- Umiranje prijateljev (A61, A62)
- Osamljenost zaradi majhne socialne mreže (A85)
- Pogosto druženje z več prijatelji (B42)
- 3 bližnji prijatelji (C34)
- Ima veliko prijateljev (D20, D22)
- Več kot 20 prijateljev (D21)
- 3 prave prijateljice (E18)
- 8 prijateljev (F20)
- 4 otroci (F21)
- 2 sosedi (F22)
- 2 prijateljici (F23)
- Smrt dveh prijateljic v krajšem časovnem obdobju (H48)
- Majhna socialna mreža, ki jo sestavljata 2 prijateljici in družinski člani (H50)

DRUŽINA

- Druženje z družinskimi člani (C18)
- Najpogostejše druženje z družino (C33)
- Druženje z vnukinjo (D13)
- Druženje s hčerko (D14)
- Najpogostejši stiki z vnukinjo in hčerko (D15)
- Pogosto druženje z otroci (F15)
- Pogosto druženje z vnuki (F16)
- Pogosto obiskovanje sestre (G10)
- Obisk hčerke (G12)
- 6 vnukov (G32)
- Veliko ji pomeni druženje z družino (H29)

DRUŽENJE

- Skupni izleti so preteklost (A24, A26b)
- Druženje s člani društva (A26a, C48)
- Želja po druženju z otroci (A43)
- Stiki in druženje s prijatelji iz mladosti (A48)
- Navdušena nad udeležbo izletov (A73)
- Pogosta udeležba izletov (C49)
- Veselila se je srečanj (A74)
- Želja po druženju (A76)
- Želja po pogovoru (A77)
- Pogovor (C35, G35)
- Pogovor ob težkih trenutkih (G40)
- Pogovor o vsakdanjih temah (G9)
- Uživanje v druženju (B7)
- Druženje prinaša pozitivno (B9)
- Druženje prinaša raznolikost (B10)
- Druženje pomeni sproščanje (B11)
- Skupno preživljanje prostega časa (B22)
- Skupno pitje kave (B23)
- Občasna kava s prijateljicami (F18)
- Udeležba izletov zaradi menjave okolja (C52)
- Udeležba izletov zaradi želje po spoznavanju novih stvari (C53)
- Druženje kot zaposlitev (D4, D5)
- Dobro počutje po druženju (D6, D7)
- Kartanje s prijatelji (D17)
- Razumevanje in medsebojna podpora (D23)
- Druženje z balinarskimi kolegi (D30)
- Pogosto druženje z družinskimi člani (E9)
- Druženje s sosedi (G47)
- Pogosto druženje s sosedom (G7)
- Občasno druženje s sosedi (E15)
- Druženje z gasilci (E25)
- Dobra volja (E26)
- Podpora v lepih trenutkih (G41)
- Vsakodnevno druženje s sosedom (F7)
- Pogosto druženje s sosedom (F9)
- Občasno druženje s sosedom (G51, G52)
- Obisk družinskih članov ob vikendih (F10)
- Pogosto obiskovanje soseda (G8)
- Pogrešala bi druženja z družinskimi člani (H39)
- Redko druženje s sosedi (H40)
- Občasni klepeti s sosedi ko je bila zunaj (H41)
- Če je bila na vrtu je klepetala s sosedi (H43)

INSTRUMENTALNA OPORA

- Druženje v obliki pomoči (A30)
- Pomoč in podpora gospodinjske pomočnice na domu (A34)
- Dragocenost pomoči (A35)
- Pripisuje velik pomen pomoči na domu (A36)
- Obračanje po pomoč k otrokom (A65)
- Pomoč na domu (A86)
- Pomoč pri opravilih, ki jih sama ne zmore (A123, A124, B13, G36)
- Pomoč prijateljice pri opravilih (E14)
- Pomoč pri gospodinjskih opravilih (B25)

- Delitev dela (C22)
- Delitev dela z družinskimi člani (B30)
- Prinašanje stvari iz trgovine (B32, G37)
- Pomoč pri težjih opravilih (B33, C20)
- Delo na kmetiji (C12, C19)
- Pomoč hčerke (C16a)
- Prevoz (C16b, G40)
- Pomoč sina pri težjih opravilih, ki jih sama ne zmore (H55a, H55b)
- Pogostejša pomoč sina (H56)

EMOCIONALNA OPORA

- Telefonski pogovori (A60)
- Pogovor z oskrbovalko ima velik pomen (A87)
- Ohranjane osebnega stika z oskrbovalko pomoči na domu (A88)
- Pogovor (D48)
- Dolgi pogovori s prijateljicami (F19)
- Prijateljica nudi možnost pogovora o vsem, jo razvedri (E13)
- Pogosto pogovarjanje z družinskimi člani (E8)
- Druženje predstavlja možnost za pogovor (E3)
- Pogovor o vsakdanjih stvareh (D31)
- Pogovor ob težkih trenutkih (B12, B26)
- Pogovor o vseh stvareh (B20)
- Podpora staremu človeku (C21)
- Pogovor z vnukinjo (C27)
- Pogovor o počutju (D49)
- Skrb vnukinje za njeno počutje (C28, C29)
- Opora vnukinje v kriznih situacijah (C30)
- Hišni ljubljencek predstavlja oporo (D19)
- Zaupanje v prijateljico (E11a, E11b)
- Vsakodnevni klepet s sosedo (F8)
- Družina velika opora (F50)
- Podpora sosede v težkih trenutkih (G53)
- Pogovor s prijateljico o smrti drugih dveh prijateljic (H49)

DRUŽINA IN STAR ČLOVEK V ČASU PRED IN MED EPIDEMIJO

MEDSEBOJNI ODNOSI

- Pristni odnosi (A14)
- Zaželeni odnosi (A15)
- Povezana družina (A16, F11, G42)
- Povezanost z vnuki in svojimi otorci (A17a, A17b, A17c)
- Lepi odnosi (A19)
- Ljubezen do vnukov (A22a, A22b)
- Odlični medsebojni odnosi (B14, B15, B16, C15, D8a, D8b, E5, E7, G23, G24)
- Veselje zaradi dobrih medsebojnih odnosov v družini (B17)
- Veselje zaradi dobrih odnosov z družinskimi člani (G27)
- Dobro medsebojno razumevanje (C9, D12, F13)
- Močna povezanost z vnukinjo (C25)
- Redkejši stiki z vnukinjo (C26)
- Občasni konflikti (D9)
- Občasna prisotnost konfliktov (G28)
- Uveljavljanje lastne volje (D10, D11, G29)
- Samostojno soočanje s težavami (D18)
- Tesni odnosi z družinskimi člani (E6)
- Zavedanje skrbi otrok (F14)
- Reševanje konfliktov (G30)

- Ljubezen premaga konflikte (G31)
- Dobri odnosi z vnuki (G33)
- Skrb vnukov za starega človeka (G34)
- Zelo rada ima sorodnike (H16)
- Spori zaradi različnih mišljenj (H25)
- V tem obdobju se pojavlja veliko tem, o katerih se z družinskimi člani ne strinjajo (H26)
- Od njenega se razlikuje tudi hčerkino mišljenje (H27)
- Konfliktom se izognejo tako da se izogibajo tem na katere imajo različna mnenja (H28)
- Skrbi in svetuje vnuku (H33)
- Verjame v vnuka in razume njegovo stisko (H34a, H34b)
- Strah pred odvisnostjo od drugih (H54)
- Dobri medsebojni odnosi v družini (H58)
- Podpora v družini (H59)
- Dobri odnosi z vnuki (H60)
- Odnosi med družinskimi člani so se v času epidemije spremenili na boljše (H72)
- Bližji ji namenja več pozornosti (H73)
- Strah bližnjih, da bi jo okužili (H74)
- Izogibanje pravnukov, da je ne bi okužili (H75)
- Izogibanje medsebojnih stikov v družini (H76)
- Večja pozornost družinskih članov ji godi (H77)

EMOCIONALNA OPORA

- obiskovanje otrok (A28)
- pogosti pogovori z družinskimi člani (B34)
- Pogovor pomaga da se ne počuti osamljeno (B35)
- Vsakodnevni obisk sina in skrb za počutje (H23)
- Občasni pogovori s sinom (H24)

SOOČANJE Z OMEJITVAMI

- Živeti sam je težje (A29)
- Obiskovanje ko je čas dopuščal (A46)
- Obiskovanje otrok na njihovem domu (A47)
- Oddaljenost hčerke (C17)

POMOČ

- Pomoč družinskih članov pri nakupovanju (A40)
- Obračanje na družinske člane (A69, B48, C43, D27)
- Pomoč in podpora družinskih članov (B27)
- Obračanje na sina (B28)
- Pomoč vnuka in snahe (B29)
- Razbremenitev zaradi delitve dela (B31)
- Pomoč sina (C11, C13)
- Pomoč druge snahe, vnuka in vnukinje (C14)
- Pomoč sina in njegove družine (C23, G25)
- Pomoč vnuka (C24)
- Sinova skrb za prehrano (F12)
- Postavitev smrekice (G26)
- Pomoč pri opravkih (G73)
- Hči ji je prinesla zdravila iz Nemčije (H8)
- Pomoč in oporo ji primarno zagotavljajo družinski člani (H51)
- Želi ohraniti samostojnost (H52)
- Rada je samostojna (H53)

- Želi ostati samostojna (H57)

BLIŽINA ALI ODDALJENOST DRUŽINE

- hči in dva sinova (A12a, A12b)
- Hči se je preselila v Nemčijo (H6)
- Vnuk trenutno na izmenjavi v Franciji (H13)
- Želi si da bi spet videla družino iz Nemčije (H14)
- Sin stanuje v bližini (H22)
- Odsotnost sina, ko so živeli v Nemčiji (H69)
- Odsotnost hčerke sedaj ko živi v Sloveniji (H70)
- Sprijaznjena s situacijo, da živijo geografsko oddaljeno (H71)

SOCIALNA VKLJUČENOST

DRUŠTVA

- Vpis v društvo upokojencev (A25, B53, C46, D28, E23)
- Vloga računovodje (A71a, A71b, A71c)
- Veselje ob sodelovanju in druženju (A72)
- Aktivna včlanjenost (B52)
- Včlanjenost v Društvo invalidov (B54)
- Včlanjenost v Planinsko društvo (B55a)
- Vodja sekcije (B55b)
- Včlanjenost v Gasilsko društvo (B56, E22))
- Včlanjenost v Rdeči križ (C47)
- V preteklosti včlanjenega v Rdeči križ (G59)
- Včlanjenost v Balinarsko društvo (D29)
- Ni včlanjena v nobeno društvo, organizacijo (F29, G58)
- Ni vključena v nobeno društvo, organizacijo (H67)
- Vajena biti sama (H68)

POMOČ

- Aktivno sodelovanje (A75)

POMEN VKLJUČENOSTI V DRUŠTVA, ORGANIZACIJE

- Včlanjenost v društvo je obveznost (B57)
- Organiziranje pohodov (B58)
- Z veseljem opravlja delo (B59)
- Obveza, ki prinaša veselje (B60)
- Obveznost jo ohranja aktivno (B61)
- Obveznosti ohranjajo aktivno vlogo v družbi (B62)
- Balinarsko društvo predstavlja aktivnost (D34)
- Gasilsko društvo veliko pomeni (E24)
- Občasni izleti z društvom upokojencev (E28)
- Medsebojno povezovanje vključenih v društvo (G64)
- Medsebojno povezovanje znotraj Društva upokojencev (E29)
- Udeleževala se je izletov (G61)
- Včlanjenost pomenila možnost za druženje (G62)
- Včlanjenost v društvo omogočila menjavo okolja (G63)
- Klepetanje (G65)
- Zabava (G66)
- Razvedrilo (G67)
- Prekinitev rutine (G68)

MEDSOSEDSKA POVEZANOST TER OBLIKE POMOČI IN PODPORE

SOSEDJE

- Redki stiki s sosedi (B44)
- Dobri odnosi (B45, C38, F24, G48)
- Skromni pogovori s sosedi (B46)
- Pogovor s sosedi (C39)
- Občasno druženje s sosedi (C40)
- Pogosto druženje s sosedi (E12)
- Pomoč ob izjemah (C41)
- Površinski odnosi (C44, C45)
- Razume se z enim sosedom (D24)
- Nerazumevanje z enim sosedom (D25)
- Dobro razumejo s sosedi (E20a)
- Zavedanje problematike slabih odnosov s sosedi (E21)
- Odlični odnosi s sosedi (G45, G46)
- Super sosedje (G54)
- Stik ima le z enim sosedom (H44)
- Ne pozna ostalih ljudi v vasi (H45)
- Presenečenje nad podporo sosedov ob smrti moža (H62)
- Ohlapni odnosi s sosedi (H63)

POMOČ

- Ne išče opore pri sosedih (A63)
- Pomoč sosedu ob padcu (A66, A67)
- Ne išče pomoči sosedov (A68, B47, C42, D26)
- Izjemoma obrne na sosede po pomoč (B49)
- Površinski odnosi s sosedi (B50)
- Občasna pomoč sosedov (E17)
- Medsebojna pomoč sosedov pri opravilih (E20b)

- Pogosta pomoč pri oskrbi s hrano (F25)
- Pomoč pri oskrbi s hrano (G50)
- Pomoč pri kidanju snega (F26)
- Nudjenje prevoza (F28)
- Prevoz (G49)
- Pomoč soseda pri opravilih (G55)
- Izjemoma so ji sosedje pomagali, ko je bila poplava (H61)

Nizka medsosedska povezanost

- Ohranja samostojnost (A64)
- Ni druženja s sosedi (B8)
- Povezanosti med sosedi ni (B51)
- Ni medsosedske povezanosti (H64)
- V vasi se držijo bolj vsak zase (H65)
- Bežni stiki s sosedi, ni podpore in medsebojnega sodelovanja (H66)

Visoka medsosedska povezanost

- Medsebojno sodelovanje (F27)
- velik pomen povezanosti s sosedi (G56)
- Močna povezanost s sosedi (G57)