

UNIVERZA V LJUBLJANI

Fakulteta za socialno delo

DIPLOMSKA NALOGA

Dnevni center kot odgovor na potrebe starih ljudi v skupnosti

Mentorica: doc. dr. Jana Mali

Karolina Kralj

Ljubljana, marec 2012

PODATKI O DIPLOMSKI NALOGI

IME IN PRIIMEK: Karolina Kralj

NASLOV DIPLOMSKE NALOGE: Dnevni center kot odgovor na potrebe starih ljudi v skupnosti

KRAJ: Mursko Središće LETO: 2012

ŠTEVILO STRANI: 112

ŠTEVILO PRILOG: 1

MENTORICA: doc. dr. Jana Mali

DESKRIPTORIJI: starost, potrebe, prosti čas, predsodki, informiranost, dnevni center, izobraževanje.

POVZETEK: V diplomski nalogi želim predstaviti starost in staranje kot obdobje življenja, ki je, ne glede na psihofizične omejitve, še vedno lahko pestro, izpolnjeno ter ima svoj čar in modrost. Raziskava, ki sem jo izvedla, je deskriptivna in temelji na analizi 93 vprašalnikov. Ljudje, ki so sodelovali v raziskavi, so stari nad 65 let in so stanovalci mesta Mursko Središće ter okoliških vasi (Peklenica, Križovec, Hlapičina, Štrukovec). Z raziskavo sem hotela izvedeti, kakšne so potrebe ljudi v starosti ter kakšno mnenje imajo o obliki socialnega varstva, kot je dnevni center za stare ljudi. Zanimalo me je, kakšne oblike pomoči in aktivnosti si stari ljudje kot obiskovalci dnevnega centra želijo. Iz rezultatov sklepamo, da si mlajši od 75 let želijo še precej aktivno in pestro življenje, starejši od 75 let pa so bolj usmerjeni v raziskovanje smisla svojega obstoja in živijo bolj pasivno življenje. Čeprav sem predpostavljala, da izguba zakonca in osamljenost močno vplivata na potrebo po vključevanju v dnevni center in premagovanje osamljenosti, so rezultati raziskave pokazali, da se neodvisno od tega prav tako radi vključujejo tisti, ki še živijo z zakoncem. Ena od pomembnih ugotovitev je, da so ljudje nasplošno premalo informirani o formalnih oblikah pomoči v lokalni skupnosti, so pa zainteresirani in pripravljeni sodelovati in tako bolj kakovostno izkoristiti čas po upokojitvi.

DESCRIPTORS: Age, needs, spare time, stereotypes, to be informed, day care center, education

SUMMARY: In the thesis I present the old age and aging as a period of life, that, regardless of the physical and mental limitations, can still be rich, and has completed his charm and wisdom. The survey that I conducted was descriptive and based on an analysis of 93 questionnaires. People who participated in the survey are aged over 65 years and the residents of Mura center and surrounding villages (Peklenica, Križovec, Hlapičina, Štrukovec). In the research I wanted to know people's needs in old age, and their opinion about the form of social protection as a day care center for old people. I wonder what type of assistance and activities want older people as visitors of day care center. From the results we assume that people are under 75 years old want to have quite an active and varied life, those older than 75 years are more exploring the meaning of existence and enjoy in a more passive life. Although I felt that the loss of a spouse and loneliness have a major impact on the need to integrate the activity center, and overcoming loneliness, the survey results showed that regardless of this, also those who still live with their spouse like to join in the centre. One important finding is that people are generally not informed well about the formal forms of assistance in local communities, but they are interested and willing to participate and also benefit from more quality time after retirement.

UNIVERZA V LJUBLJANI

Fakulteta za socialno delo

DIPLOMSKA NALOGA

Dnevni center kot odgovor na potrebe starih ljudi v skupnosti

Mentorica: doc. dr. Jana Mali

Karolina Kralj

Ljubljana, marec 2012

"In youth we learn; in age we understand."

Marie Von Ebner-Eschenbach

PREDGOVOR

Staranje je proces, s katerim se sooča vsak posameznik. Človek se stara od rojstva do zadnjega diha. Staranje je normalen fiziološki proces, pri katerem nastopa upadanje sposobnosti organizma in ki s sabo prinaša različne biološke, psihološke in socialne spremembe.

„Ni toliko pomembno, koliko si star, pomembnejše je, kako si star“ (Pečjak 2007: 5).

Pomemben se mi zdi odnos do staranja in doživljanje lastne starosti. Čeprav je vsak posameznik drugačen in je odvisno, v kakšnem okolju je živel, se mi zdi, da je neka naravna notranja potreba, ki je skupna vsem ljudem, da je dokaj zadovoljen s svojim življenjem.

Menim, da ima staranje poseben smisel in skriva v sebi poseben izziv. Pogled navznoter omogoča človeku prepoznavanje smisla v odnosu do sebe in svojega dotedanjega življenja ter do družine in nasplošno odnosov v družbi. Človek se mora vprašati, kako želi preživeti življenje po upokojitvi, kako bo preživel svoj prosti čas, kakšne so njegove potrebe po druženju, spoznavanju novih ljudi, sodelovanju v različnih dejavnostih v lokalni skupnosti, možnem nadaljnjem izobraževanju. Pomembno je, da se človek povpraša po svojih interesih, razvije kakšen hobi in počne tisto, kar ga veseli, krepi in izpolnjuje.

Ključ do uspešne starosti ne leži v nekem konkretnem dogodku ali seriji dogodkov v človekovem življenju, ampak v pogledu nanj in njihovi interpretaciji. Ne glede na različne ovire, s katerimi so se srečali v življenju ali se še vedno srečujejo, nekateri ljudje enostavno imajo pozitiven odnos do življenja. Razvili so različne načine in strategije spoprijemanja s težavami in se še vedno veselijo kakšnega izziva.

Ko o tem razmišljam, se spominjam svojega dedka, ki sicer ni več z nami, ampak je moj najbližji primer človeka, ki je svojo starost preživel kakovostno. Človek, ki je imel vedno kakšno dobro besedico zame, je bil zelo razigranega duha. Že kot otrok sem veliko časa preživljala z babico in dedkom ter v družbi starejših ljudi. Tako sem vzljubila vse tiste zgodbe o življenju in njihovih izkušnjah. Ko je dedek zbolel in se začel zavedati minljivosti življenja, sem še več časa preživljala z njim in uživala v najinih modrostnih pogovorih. Pogovor s takim modrim gospodom zelo obogati človeka.

Ko sem v tretjem letniku opravljala prakso na Centru za socialno delo Lendava, sem imela priložnost sodelovati pri skupini za samopomoč starih ljudi. Seznanila sem se z različnimi metodami dela in oblikami pomoči v skupini, pri čem sem spoznala, da me tovrstno delo veseli, saj sem slišala veliko življenjskih zgodb, prijaznih besed ter izraženega veselja. Spoznala sem, da je včasih dovolj le kakšna prijazna beseda in malo potrpežljivosti za razvoj dobrega odnosa, ki pripomore h kvalitetnem delu v skupini.

Rada bi še naprej delala s starimi ljudmi in odkrivala nove oblike pomoči. Zaradi tega sem se odločila, da bom raziskala potrebe starih ljudi, njihove interese v domačem okolju, ali so zainteresirani za kakšno skupinsko dejavnost, različne delavnice, učenje ali enostavno skupno preživljanje časa in prebijanje osame. Želim spoznati, kakšne so potrebe in želje starih ljudi v situacijah, ko potrebujejo dodatno pomoč. Na podlagi izkušenj v ožjem okolju menim, da so tako starejši kot njihovi sorodniki, ki običajno skrbijo za svojega družinskega člana, premalo obveščeni oz. imajo premalo informacij o raznovrstni ponudbi alternativnih oblik pomoči, da bi starega človeka dlje časa ohranili v primarnem okolju.

Ker bi rada v prihodnosti ustanovila dnevni center za stare ljudi kot center različnih aktivnosti in medgeneracijskega sožitja, sem z raziskavo hotela izvedeti, kakšen je sploh interes ljudi na področju mesta Mursko Središče in okoliških vasi za dnevni center. Zanima me, kakšno mnenje imajo o tovrstni obliki organiziranega druženja in oblikah pomoči, ki bi jih ponujal dnevni center v prihodnosti. Raziskavo delam, ker me zanima, če obstajajo kakšne razlike, v interesu za obisk dnevnega centra, med moško in žensko populacijo. Zanima me tudi, če obstajajo razlike v interesu in pogostosti obiskov med ljudmi, ki živijo s svojim življenjskim partnerjem, in tistimi, ki živijo sami ali z drugimi sorodniki. Pomembno je prisluhniti potrebam ljudi, kakšnih aktivnosti si želijo, da bi sploh organizacija dnevnega centra bila smiselna.

Zahvaljujem se svoji mentorici dr. Jani Mali za nasvete, strokovno pomoč in usmerjanje pri izdelavi moje diplomske naloge. Hvala mojim staršem in prijateljem za spodbudo, potrpežljivost in moralno podporo. Hvala tudi mojemu fantu Matiji, ki mi je vseskozi stal ob strani in mi pomagal po svojih najboljših močeh. Od srca, iskrena hvala vsem!

KAZALO

1	TEORETIČNI UVOD	11
1.1	STAROST IN STARANJE	11
1.2	SOCIALNO VARSTVO STARIH LJUDI V SLOVENIJI	16
1.3	UPOKOJITEV	24
1.4	POTREBE V STAROSTI	27
1.5	SOCIALNA OMREŽJA V STAROSTI IN MEDGENERACIJSKO SOŽITJE	32
1.6	PREDSODKI, TABUIZACIJA STAROSTI IN AGEIZEM	37
1.7	IZOBRAŽEVANJE ODRASLIH	41
1.8	SOCIALNO DELO S STARIMI LJUDMI	44
1.9	INSTITUCIONALNO VARSTVO	52
1.10	DNEVNI CENTER KOT OBLIKA INSTITUCIONALNEGA VARSTVA	56
2	PROBLEM	59
2.1	NAMEN RAZISKOVANJA	59
3	METODOLOGIJA	61
3.1	VRSTA RAZISKAVE	61
3.2	MERSKI INSTRUMENTI	61
3.3	POPULACIJA IN VZOREC	61
3.4	ZBIRANJE PODATKOV	62
3.5	OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV	63

4	REZULTATI.....	64
4.1	SPLOŠNI PODATKI O ANKETIRANCIH.....	64
4.1.1	Anketiranci po spolu in kraju bivanja	64
4.1.2	Starostna struktura anketirancev.....	64
4.1.3	Materialni položaj anketiranih.....	65
4.2	OPIS NAČINA ŽIVLJENJA.....	66
4.2.1	Anketiranci po bivanju v skupnem gospodinjstvu	66
4.2.2	Preživljanje prostega časa.....	67
4.3	INFORMIRANOST O DNEVNEM CENTRU KOT OBLIKI INSTITUCIONALNEGA VARSTVA STARIH LJUDI	68
4.3.1	Informiranost anketirancev o delovanju dnevnega centra za stare.....	68
4.3.2	Vrsta pomoči kot potreba uporabnika dnevnega centra	70
4.3.3	Možne aktivnosti dnevnega centra interesne skupine	71
4.3.4	Mnenje o najbolj primerni lokaciji za DC	72
4.3.5	Potreba uporabnikov po prostoru za kratek počitek	73
	Hipoteza: Večina starih ljudi bi potrebovala prostor za počitek v dnevnem centru. ...	73
4.3.6	Prehrana v dnevnem centru	74
	Hipoteza: Večina starih ljudi si želi organizirano prehrano v dnevnem centru.	74
4.3.7	Mesečno financiranje obiskovanja dnevnega centra	75
4.3.8	Pogostost obiskov čez teden	76

4.3.9	Dolžina dnevnega obiska v dnevnem centru	77
4.3.10	Organizacija prevoza v dnevni center	78
4.3.11	Mnenje o dnevnem centru kot obliki pomoči za stare ljudi	79
4.3.12	Razlogi posameznika za bivanje v dnevnem centru.....	80
4.3.13	Hipoteza: Mlajši stari ljudje izbirajo več aktivnosti kot oblik pomoči.....	82
4.3.14	Hipoteza: Interes starejših starih ljudi je večji za oblike pomoči kot za aktivnosti.	82
4.3.15	Hipoteza: Stari ljudje, ki so ostali brez partnerja (ter živijo sami ali z drugimi sorodniki), so v večji meri zainteresirani za socialne aktivnosti v organizaciji dnevnega centra kot tisti stari ljudje, ki živijo s partnerjem.	83
4.3.16	Hipoteza: Med moškimi in ženskami obstajajo razlike glede na zainteresiranost obiskovanja aktivnosti v dnevnem centru.	84
5	RAZPRAVA	85
6	SKLEPI	94
7	PREDLOGI.....	97
8	LITERATURA.....	99
9	POVZETEK	103
10	PRILOGA.....	105

KAZALO TABEL

Tabela 4.1. 1 Anketiranci po spolu in kraju bivanja.....	64
Tabela 4.1. 2 Starostna struktura anketirancev.....	64
Tabela 4.1. 3 Materialni položaj anketiranih.....	65
Tabela 4.2. 1 Anketiranci po bivanju v skupnem gospodinjstvu.....	66
Tabela 4.2. 2 Preživljanje prostega časa.....	67
Tabela 4.3. 1 Informiranost anketiranih o dnevnem centru za stare ljudi	68
Tabela 4.3. 2 Vrsta pomoči kot potreba uporabnika dnevnega centra za stare ljudi	70
Tabela 4.3. 3 Možne aktivnosti dnevnega centra interesne skupine	71
Tabela 4.3. 4 Mnenje o najbolj primerni lokaciji dnevnega centra za stare ljudi.....	72
Tabela 4.3. 5 Potreba uporabnikov po prostoru za kratek počitek	73
Tabela 4.3. 6 Prehrana v dnevnem centru	74
Tabela 4.3. 7 Mesečno financiranje obiskovanja dnevnega centra	75
Tabela 4.3. 8 Pogostost obiskov dnevnega centra čez teden	76
Tabela 4.3. 9 Dolžina dnevnega obiska v dnevnem centru	77
Tabela 4.3. 10 Organizacija prevoza v dnevni center.....	78
Tabela 4.3. 11 Mnenje o dnevnem centru kot obliki pomoči za stare ljudi	79
Tabela 4.3. 12 Razlogi posameznika za bivanje v dnevnem centru	80
Tabela 4.3. 13 Hipoteza: Mlajši stari ljudje izbirajo več aktivnosti kot oblik pomoči.....	82

Tabela 4.3. 14 Hipoteza: Interes starejših starih ljudi je večji za oblike pomoči kot za aktivnosti 82

Tabela 4.3. 15 Hipoteza: Stari ljudje, ki so ostali brez partnerja (ter živijo sami ali z drugimi sorodniki), so v večji meri zainteresirani za socialne aktivnosti v organizaciji dnevnega centra kot tisti stari ljudje, ki živijo s partnerjem. 83

Tabela 4.3. 16 Hipoteza: Med moškimi in ženskami obstajajo razlike glede na zainteresiranost obiskovanja aktivnosti v dnevnem centru 84

KAZALO GRAFOV

Graf 4.1. 2 Starostna struktura anketirancev	65
Graf 4.2. 1 Anketiranci po bivanju v skupnem gospodinjstvu	66
Graf 4.2. 2 Preživljanje prostega časa	67
Graf 4.3. 1 Viri informacij o dnevnem centru za stare ljudi.....	69
Graf 4.3. 2 Vrsta pomoči kot potreba uporabnika dnevnega centra za stare ljudi.....	70
Graf 4.3. 3 Možne aktivnosti dnevnega centra interesne skupine	71
Graf 4.3. 4 Mnenje o najbolj primerni lokaciji dnevnega centra za stare ljudi	72
Graf 4.3. 5 Potreba uporabnikov po prostoru za kratek počitek.....	73
Graf 4.3. 6 Prehrana v dnevnem centru	74
Graf 4.3. 7 Mesečno financiranje obiskov dnevnega centra	75
Graf 4.3. 8 Pogostost obiskov dnevnega centra čez teden.....	76
Graf 4.3. 9 Dolžina dnevnega obiska v dnevnem centru.....	77
Graf 4.3. 10 Organizacija prevoza v dnevni center	79
Graf 4.3. 11 Mnenje o dnevnem centru kot obliki pomoči za stare ljudi	80
Graf 4.3. 12 Razlogi posameznika za bivanje v dnevnem centru.....	81

1 TEORETIČNI UVOD

1.1 STAROST IN STARANJE

Staranje se začne že pri samem rojstvu in je del življenja ter naše narave. Odkar je človeštvo, so ljudje raziskovali staranje ter iskali načine in različne eliksirje za pomlajevanje. Z vprašanjem starosti in smrti so se najprej začeli ukvarjati filozofi, šele kasneje tudi znanstveniki. Temelje gerontološkim znanostim sta začela postavljati francoski znanstvenik Charcot v 19. stoletju in ameriški znanstvenik Nasher s preloma 19. v 20. stoletje, ki je izdal prvo pragmatično študijo o geriatрії in je tudi dal starostni medicini naziv geriatрія (Accetto 1987: 8, 9).

Pojem eksperimentalna gerontologija („geron“ – starček, „logien“ – veda) je uvedel Verzar, ki ga imamo za prvega eksperimentalnega gerontologa vseh časov. Eksperimentalna gerontologija se ukvarja z dinamiko staranja. Nestor slovenske gerontologije dr. Bojan Accetto (1987: 6) pa gerontologijo deli še na medicinsko in socialno. Medicinska gerontologija proučuje medicinske vidike staranja ter vpliv starosti in staranja prebivalstva na razvoj organizacije zdravstva. Po drugi strani se socialna gerontologija kot veda ukvarja s socialnimi vidiki staranja ter z vplivom stare populacije na razvoj družbe in obratno (op. cit.: 7, 8).

Ramovš (2003: 29) pojasnjuje, da je staranje dogajanje, ki poteka vse življenje, največji pomen pa ima v starosti. V starosti človek dozori do polne človeške uresničitve. Skrb za materialni razvoj prepušča naslednji generaciji, njemu pa se z upokojitvijo pojavi neka kakovost svobode in življenjskih možnosti za dejavno življenje, ki ni manj razgibano in polno kakor v srednjih letih, pač pa bolj sproščeno in v skladu z osebnimi potrebami, sposobnostmi in okoliščinami (op. cit.: 68).

Z daljšanjem življenjske dobe se meja starosti pomika navzgor, spreminja se pojmovanje starosti, čas upokojevanja, da ne omenjamo dolgo trajajoče se vitalnosti in mladostnega videza večine zdravih starih ljudi v razvitem delu sveta (Milošević Arnold 2006: 5).

Raste interes za preučevanje procesa staranja, katerih razloge je Despot Lučanin (2003: 31) razvrstila v tri skupine:

1. Znanstveni razlogi – človeka je vedno zanimalo, kakšen učinek ima vreme na žive organizme.
2. Osebni razlogi – ljudje kažejo vse več zanimanja za razumevanje lastnega življenja, in sicer sprememb, ki jih doživljajo v različnih obdobjih življenja, prav tako tudi v starosti.
3. Družbeni razlogi – število starejših ljudi vedno bolj narašča, zaradi česar se družba mora usmeriti na preučevanje potreb in planiranje skrbi za starejše v skupnosti.

Staranje družbe nasplošno zastavlja nove zahteve za njeno organizacijo glede na specifične potrebe starejših ljudi, še posebej na področju socialne in zdravstvene oskrbe (op. cit.: 14, 15).

Po Mali (2008: 163) družbena konstrukcija starosti močno vpliva na subjektivno doživljanje procesa staranja pri starejših ljudeh. Biti star ima danes pogosto sramotilen, poniževalen pomen, kar pušča hude posledice v čustvenem življenju starih ljudi. Prevladujoči stereotipi o starosti in starih ljudeh v družbi ustvarjajo splošen negativen odnos do starosti, vplivajo tudi na stare ljudi in njihovo lastno doživljanje starosti. Ljudje se zlahka počutijo starejši, kot so v resnici, nesamostojni, odvisni od drugih. Njihova samopodoba je slaba (ibid.).

Biologija govori o procesih znotraj celic, ki med staranjem propadajo in se nezadostno obnavljajo, kar posledično vodi k upadanju telesne zmogljivosti človeka in se konča s smrtjo. Teoretično se staranje začne že ob samem rojstvu, vendar se otrok najprej razvija v mladega človeka, v poznejših letih pa človekova fizična zmogljivost začne upadati. Staranje ima vpliv na zunanji videz, stanje kože, las, oči, zob, na držo, hojo, torej mišice, kosti. Odvisno je od

prehrane človeka, njegovih navad, dela, gibalnih sposobnosti, pa tudi, ali se ukvarja s kakšnim športom (Pečjak 2007: 44).

Iz psihološkega zornega kota prihaja do poudarka na vplivu stresov in frustracij na posameznika, pri čemer slabijo intelektualne funkcije človeka. Psihološka literatura opredeljuje stres kot preobremenjenost, ki ogroža posameznikovo fizično in duševno integriteto. Povzročajo ga fizični dejavniki, npr. neznosna vročina ali hud mraz, biološki, npr. lakota, žeja ali bolezen, psihološki, npr. smrt bližnje osebe, ali socialni, npr. upokojitev (op.cit.: 82).

Stres je odvisen tudi od notranjih dejavnikov, npr. zaznave razmer in njihove interpretacije. Objektivne razmere so lahko zelo nevarne, če pa jih posameznik zazna kot stvarne, je stres manjši, lahko se celo izniči ali preide v evstres, ki posameznika spodbuja k učinkovitejši aktivnosti (op.cit.: 83).

Sociološke teorije govorijo o staranju kot o pojavu, na katerega imajo velik vpliv različne socialne razmere, odnosi z družino, sorodniki in prijatelji. V procesu staranja se človek začne umikati iz dotedanjega aktivnega življenja in postaja vedno bolj odvisen od pomoči drugih. Starejši ljudje so pogosto odrinjeni na rob družbenega dogajanja (op. cit: 76).

Nekateri psihologi menijo, da ima človek čredni nagon oz. nagon po družabnosti, drugi pa, da je njegova družabnost posledica življenja v družbi. Posameznik ne živi sam, temveč v skupinah: družini, šolskem razredu, prijateljski klapi, delovni enoti, interesni skupini in drugih formalnih in neformalnih skupinah. Prav skupine odločilno oblikujejo njegovo osebnost (ibid.).

Starejši ljudje so pogosto izločeni iz skupin. Zato je osamljenost ena od njihovih prevladujočih razpoloženj (ibid.).

Gerontologi so že v sredini prejšnjega stoletja razvili pojmovanje tretjega življenjskega obdobja, ki se začne pri 65. letu starosti. Ker pa ni mogoče primerjati ljudi, stare 65 let, s tistimi, ki so stari 90 let, so gerontologi razčlenili tretje življenjsko obdobje, glede na vitalnost, na tri skupine:

- „mladi stari“ – od 65 do 74 let,
- „srednje stari“ – od 75 do 84 let,
- „stari stari“ – od 85 in več (v Shaie, Willis 1996: 78).

Ker obstajajo razlike tudi med temi skupinami, glede na fizično in psihično stanje, gerontologi govorijo tudi o četrtem življenjskem obdobju, v katero bi se uvrstili samo „stari stari“. Ljudje, ki se uvrščajo v tretje življenjsko obdobje, torej „mladi stari“ in „srednje stari“, so praviloma še vedno zdravi in pripravljeni participirati v družbenem življenju. To je obdobje, ko je posameznik še sposoben sam skrbeti zase. Kasneje pa se pojavlja potreba po občasni in vse pogostejši pomoči drugega (op. cit.: 90).

Zdravstveno stanje, vitalnost in veselje do življenja starih ljudi nikakor niso odvisni samo od let, ki jih je človek že preživel. Na fiziološke in mentalne procese staranja vpliva cela vrsta dejavnikov. Glede na številne spremembe, ki jih prinaša starost, so stari ljudje nekoliko bolj ranjivi in izpostavljeni različnim zdravstvenim in socialnim težavam. Dejstvo je, da prej ali slej staranje vsakomur prinese določene izgube na pomembnih življenjskih področjih. Od posameznika pa je odvisno, kako bo te spremembe sprejel, kar bo posledično v veliki meri vplivalo na to, kakšna bo kvaliteta njegovega življenja v starosti (op. cit: 92).

V četrtem življenjskem obdobju človek praviloma postaja bolj odvisen od tuje pomoči. Seveda so razlike individualne. Vendar starost ni le vprašanje let, temveč tudi vrednot in odnosa do okolja, v katerem človek živi, vključenosti v družbo ter vrednot te družbe.

Pomemben dejavnik je tudi izobraženost posameznika, navade, ter posameznikove psihofizične lastnosti (op. cit.: 93).

Tudi število starih ljudi v populaciji nam je lahko pomemben pokazatelj pri načrtovanju mreže različnih oblik pomoči, ki jih bodo ti ljudje verjetno prej ali slej potrebovali.

Izraz staranje prebivalstva oz. *demografsko staranje* pomeni proces, kjer se spreminja starostna sestava prebivalstva tako, da se povečuje delež starih ljudi (Šircelj 2003, v Hlebec 2009: 15).

Zadnjih nekaj desetletij drastično narašča število starejših ljudi. K temu je pripomogel razvoj medicine, boljše zdravstvo, higiena in primernejša prehrana. Pečjak (2007: 17) po podatkih OZN-a navaja, da je leta 1998 na svetu živelo 580 milijonov ljudi, starejših od 60 let. Zdaj pa Nacionalni inštitut staranja pri OZN predvideva, da bo leta 2025 na svetu 882 milijonov ljudi, starejših od 65 let. Zlasti bo naraslo število starejših starih ljudi. Porast bo največji v severni Evropi (3,9 %), nato v zahodni Evropi (3,8 %) in južni Evropi (3,3 %). Medtem ko je prebivalstvo sveta v zadnjih 30 letih zraslo za 20 % na desetletje, pa je pri starostnikih za več kot 200 %, tako bi jih naj leta 2050 bilo šestkrat toliko kot zdaj. Nekateri demografi napovedujejo, da bo zaradi naraščajočega upokojevanja dohodkovno prizadeta mlajša generacija. Pečjak (op. cit.: 18) govori o naraščajočem številu starih ljudi v domovih za stare, večjih zdravstvenih izdatkih ter bolj raširjenem patronažnem skrbstvu. Po drugi strani čedalje manj držav predpisuje obvezno upokojitev pri določeni starosti in uveljavlja se delno zaposlovanje, kar pomeni, da starejše prebivalstvo pripomore k svojemu vzdrževanju (op. cit.: 19).

Svetovna zdravstvena organizacija WHO je izdala publikacijo *Active ageing* (2002) in v njej predlaga politiko aktivnega staranja in definira aktivno staranje takole: „Aktivno staranje je proces optimaliziranja vseh možnosti za izboljšanje zdravja, sodelovanja in varnosti za

zvišanje kvalitete življenja ljudi, ki se starajo.“ Prav tako predlaga mnoge ukrepe, ki naj bi izboljšali kvaliteto njihovega življenja (Pečjak 2007: 21).

Kot vidimo, število starejših članov družbe povsod po svetu narašča. Ta pojav je odvisen od mnogih dejavnikov, predvsem pa je povezan z dvigom kakovosti življenja in boljše zdravstvene oskrbe. Ker človek skrbi za svoje zdravje in svojo fizično in mentalno aktivnost, ostaja tudi dlje časa aktiven v družbenih dogajanjih, kar nakazuje na to, da se celotna starejša generacija pomlajuje.

1.2 SOCIALNO VARSTVO STARIH LJUDI V SLOVENIJI

Kot odgovor na staranje prebivalstva in na evropske zahteve po skrbi za novo solidarnost med generacijami Republika Slovenija razvija strategijo varstva starejših – solidarnost, sožitje in kakovostno staranje. Osnovni namen *Strategije varstva starejših do leta 2010 – solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva* je uskladiti in povezati delo pristojnih vladnih resorjev z gospodarstvom in civilnim tretjim sektorjem, tako da se povečata solidarnost in kakovost medčloveškega sožitja med tretjo, srednjo in mlado generacijo ter zagotovita kakovostno staranje in oskrba naglo rastočega deleža tretje generacije (http://www.mddsz.gov.si/fileadmin/mddsz.gov.si/pageuploads/dokumenti__pdf/strategija_varstva_starejsih_splet_041006.pdf) (13. 2. 2012).

Slovenija je bila pred 40 leti ena od prvih, ki je ustanovila gerontološki inštitut, sedaj ima novo možnost, da je s strategijo za solidarno sožitje generacij in za kakovostno staranje med vodilnimi v Evropi ter postane izvoznica znanja in izkušenj na tem področju trajnostnega razvoja, ki stopa v ospredje (http://www.mddsz.gov.si/fileadmin/mddsz.gov.si/pageuploads/dokumenti__pdf/strategija_varstva_starejsih_splet_041006.pdf) (13. 2. 2012).

Strategija varstva starejših do leta 2010 – solidarnost sožitje in kakovostno staranje prebivalstva obsega naslednja področja:

- skrb za ustvarjanje pogojev za aktivno vključevanje tretje generacije v proces dela in zaposlovanja,
 - skrb za socialno primerne in fizično vzdržne pokojnine,
 - dejavnost dolgotrajne oskrbe z zavarovanjem za dolgotrajno oskrbo,
 - skrb za delovanje sodobnih programov socialnega varstva na področju staranja in sožitja generacij,
 - skrb za preventivno krepitev zdravja starih ljudi, za njihovo zdravljenje in za stabilnost sistema zdravstvenega zavarovanja,
 - skrb za vzgojo in izobraževanje mlade in srednje generacije za kakovostno sožitje s starimi, ob prehodu v tretje življenjsko obdobje za pripravo na kakovostno staranje in sožitje z mlajšima generacijama ter za primerne pogoje vseživljenjskega učenja in izobraževanja za starejše,
 - usmeritev kulture, zlasti javnih občil, v sodelovanje pri skrbi za rast nove solidarnosti med generacijami in za kakovostno človeško preživetje družbe z velikim deležem starega prebivalstva,
 - usmeritev raziskovanja in znanosti na področje staranja, starosti in sožitja med generacijami,
 - usmerjanje prostorskega planiranja za tako stanovanjsko in javno ureditev, ki bo primerna za življenje in delo starih ljudi,
 - razvoj sodobnih komunikacijskih sredstev po meri starih ljudi in njihovo udeležbo pri vsakdanji rabi teh sredstev,
 - tak razvoj prometa, ki bo omogočal gibljivost in udeležbo starih ljudi, ter skrb za učinkovito zaščito starih ljudi pred nasiljem in zlorabami.
- (http://www.mddsz.gov.si/fileadmin/mddsz.gov.si/pageuploads/dokumenti__pdf/strategija_varstva_starejsih_splet_041006.pdf) (13. 2. 2012).

Med pomembnejšimi dokumenti, ki urejajo varstvo starih ljudi v Sloveniji, so še Resolucija o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2006–2010 (Ur.l. RS, 39/2006) (<http://www.uradni-list.si/1/content?id=72891> – 13. 2. 2012) ter Zakon o socialnem varstvu Ur. l. RS, št. 54/1992, (56/1992 popr.), Ur. l. RS, št. 42/1994, Odl.US: U-I-137/93-24, 1/1999-

ZNIDC, 41/1999, 60/1999, Odl.US: U-I-273/98, 36/2000-ZPDZC, 54/2000-ZUOPP, 26/2001, 110/2002-ZIRD, 2/2004 (7/2004 popr.), 36/2004-UPB1, 21/2006 Odl.US: U-I-116/03-22, 105/2006, 114/2006-ZUTPG, 3/2007-UPB2 (23/2007 popr., 41/2007 popr.), 122/2007 Odl.US: U-I-11/07-45, 61/2010-ZSVarPre, 62/2010-ZUPJS).

Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju (Ur. l. RS, št. 106/1999. Spremembe: Ur. l. RS, št. 72/2000, 81/2000-ZPSV-C, 124/2000, 109/2001, 83/2002 Odl.US: U-I-178/02-14, 108/2002, 110/2002-ZISDU-1, 112/2002 Skl.US: U-I-307/98-38, 26/2003-UPB1, 40/2003 Odl.US: U-I-273/00-13, 63/2003, 63/2003 Odl.US: U-I-57/00-51, 133/2003 Odl.US: U-I-36/00-52, 135/2003, 2/2004-ZDSS-1 (10/2004 popr.), 20/2004-UPB2, 54/2004-ZDoh-1 (56/2004 popr., 62/2004 popr., 63/2004 popr.), 63/2004-ZZRZI, 136/2004 Odl.US: U-I-273/01-21, 68/2005 Odl.US: U-I-29/04-19, 72/2005, 104/2005-UPB3, 69/2006, 109/2006-UPB4, 112/2006 Odl.US: U-I-358/04-13, 114/2006-ZUTPG, 91/2007 Skl.US: U-I-325/05-5, 10/2008-ZVarDod, 98/2009-ZIUZGK, 27/2010 Odl.US: U-I-40/09-15, 38/2010-ZUKN, 61/2010-ZSVarPre, 79/2010-ZPKDPIZ, 94/2010-ZIU, 84/2011 Odl.US: U-I-245/10-13, U-I-181/10-6, Up-1002/10-7, 94/2011 Odl.US: U-I-287/10-11, 105/2011, 110/2011-ZDIU12.) (<http://www.uradni-list.si/1/content?id=76020> (17. 3. 2012)).

Resolucija o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2006–2010 kot temeljno izhodišče politike socialnega varstva države in lokalnih skupnosti navaja predvsem zagotavljanje takih razmer in pogojev, ki bodo posameznikom v povezavi z drugimi osebami v družinskem, delovnem in bivalnem okolju omogočale ustvarjalno sodelovanje in uresničevanje njihovih razvojnih možnosti, da bodo s svojo dejavnostjo dosegali tako raven kakovosti življenja, ki bo primerljiva z drugimi v okolju in bo ustrezala merilom človeškega dostojanstva. Kadar si posamezniki zaradi delovanja zunanjih in notranjih dejavnikov ne morejo sami zagotoviti socialne varnosti in blaginje, so upravičeni do pomoči. Pri izvajanju socialnega varstva morajo strokovne službe in druge ustanove upoštevati naslednja načela: zagotavljanje človekovega dostojanstva, socialno pravičnost, solidarnost in odgovornost posameznika za zagotavljanje lastne socialne varnosti in socialne varnosti njegovih družinskih članov (<http://www.uradni-list.si/1/content?id=72891>) (13. 2. 2012).

Namen teh dveh dokumentov je usmerjanje področja socialnega varstva nasploh, še posebej pa storitev, ki so ustrezne za stare ljudi. Cilj je zagotoviti razvitost služb, ki bo ustrezala potrebam starih ljudi in jim bo zagotavljala kakovostno življenje. Poudarek je na skladnem načrtovanju skupnostnih programov in storitev, ki bodo na voljo starim ljudem tako v bivalnem okolju kot tudi v institucionalnem varstvu (Milošević Arnold 2003: 25).

Zakon o socialnem varstvu (Ur. l. RS, št. 54/1992 (56/1992 popr.) Spremembe: Ur. l. RS, št. 42/1994 Odl.US: U-I-137/93-24, 1/1999-ZNIDC, 41/1999, 60/1999 Odl.US: U-I-273/98, 36/2000-ZPDZC, 54/2000-ZUOPP, 26/2001, 110/2002-ZIRD, 2/2004 (7/2004 popr.), 36/2004-UPB1, 21/2006 Odl.US: U-I-116/03-22, 105/2006, 114/2006-ZUTPG, 3/2007-UPB2 (23/2007 popr., 41/2007 popr.), 122/2007 Odl.US: U-I-11/07-45, 61/2010-ZSVarPre, 62/2010-ZUPJS.) opredeljuje socialno varstveno dejavnost kot preprečevanje in reševanje socialne problematike posameznikov, družin in skupin prebivalstva. Pravice iz socialnega varstva po tem zakonu obsegajo storitve in ukrepe, namenjene preprečevanju in odpravljanju socialnih stisk in težav posameznikov, družin in skupin prebivalstva, ter denarno socialno pomoč, namenjeno tistim posameznikom, ki si sami materialne varnosti ne morejo zagotoviti zaradi okoliščin, na katere ne morejo vplivati. Storitve in oblike pomoči, opredeljene v Zakonu o socialnem varstvu, ki jih lahko nudimo staremu človeku, so:

- prva socialna pomoč,
- osebna pomoč,
- pomoč družini za dom,
- organizirane storitve v bivalnem okolju,
- institucionalno varstvo.

Prva socialna pomoč (PSP)

Prva socialna pomoč je storitev, v kateri se pomaga posamezniku ali družini pri prepoznavanju socialne stiske in pri iskanju uresničljivih oblik pomoči. Prva socialna pomoč je ustrezna stokovna pomoč uporabniku, kadar z določeno težavo prvič pride na center in se mu da možnost, da svojo težavo izrazi, jo v razgovoru s strokovnjakom prepozna in opredeli

ter pridobi vse potrebne informacije in nasvete o vrstah in oblikah socialno varstvenih storitev in dajatev, ki jih lahko uveljavi. Strokovni delavec ga seznani tudi z obveznostmi, ki so povezane z oblikami storitev in pomoči v centru, ter predstavi mrežo in programe izvajalcev v drugih institucijah, med katerimi lahko izbirajo. Uporabniki, ki prihajajo prvič, so pogosto v hudi stiski, zato je pomembno, kako jim pristopamo, jih razbremenimo in jih hkrati okrepimo za pravzemanje lastne iniciative in odgovornosti za rešitev svoje težave.

Star človek išče pomoč šele takrat, ko izgubi vse upanje, da bo probleme rešil sam ali znotraj družine. Socialni delavec mu pomaga pri prepoznavanju njegove stiske in mu posreduje potrebne informacije za reševanje problema. Pomembno je, da mu pomaga premagati predsodke do sprejemanja pomoči in mu razloži o obstoječih možnostih in vrstah storitev (Milošević Arnold 2000: 259).

Osebna pomoč (OS)

Osebna pomoč je socialno varstvena storitev, ki je namenjena odpravljanju socialnih stisk in težav. Osebna pomoč je proces daljšega svetovalnega dela s človekom v stiski, v katerem strokovni delavec spodbuja posameznika, da ohranja, razvija in izboljšuje lastne zmožnosti za reševanje svojih težav. Namenjena je predvsem posameznikom in se izvaja v obliki svetovanja, vodenja in urejanja ter je pogojena s prostovoljnim vstopom posameznika v svetovalni proces, kar se izkazuje skozi sklenitev dogovora.

Od socialnega delavca se pričakuje, da starega človeka posluša z empatijo, in je nujno, da prepozna na zunaj manj vidne stiske človeka. V procesu staranja se človek srečuje z različnimi izgubami in ko ta spregovori o svojih težavah, mu mora biti socialni delavec v oporo in mu dajati občutek varnosti. Socialni delavec pri tej storitvi lahko uporablja profesionalno vlogo svetovalca, usposobljevalca, pogajalca ali učitelja (op. cit.: 260).

Pomoč družini za dom (PDzD)

Pomoč družini za dom je psihosocialna in socialno pedagoška pomoč pri urejanju odnosov med družinskimi člani in pri skrbi za otroke. Zajema svetovanje in pomoč družini ter usposabljanje družine kot skupine za opravljanje njene vloge v vsakdanjem življenju. Družina je pomemben psihološki in instrumentalni dejavnik v življenju starega človeka. Naloga socialnega delavca je izvedeti, kakšen je pomen vzajemnih medgeneracijskih odnosov in do katere stopnje lahko poteka recipročna medgeneracijska pomoč v družini, ne da bi bil ogrožen katerikoli od njenih članov. Rezultati teh storitev se kažejo v izboljšanju kvalitete družinskega življenja (ibid.).

Pomoč družini na domu (PDnD)

Pomoč družini na domu je socialno varstvena storitev, s katero se upravičencem nadomešča in odmika institucionalno varstvo. Pomoč družini na domu obsega varstvo in oskrbo upravičencev v primeru starosti, invalidnosti in bolezni. Socialna oskrba je namenjena uporabnikom, ki imajo zagotovljene bivalne in druge pogoje za življenje in se zaradi starosti ali hude invalidnosti ne morejo oskrbovati in negovati sami, ob nekajurni pomoči na dan pa imajo možnost ostati v domačem okolju. Ko njihovi svojci take oskrbe ali nege ne zmorejo ali zanje nimajo možnosti, se starostnikom nudi pomoč na domu v obliki gospodinjske pomoči, pomoči pri vzdrževanju osebne higiene ter pomoči pri ohranjanju socialnih stikov. Pomembno je izbrati organizirano skrb dobre kvalitete, z možnostjo izbire med različnimi izvajalci, pri čemer je potrebno upoštevati racionalnost stroškov in da bo v skladu z drugimi člani družine. S tako obliko pomoči stari ljudje dlje ohranjajo svojo avtonomijo in zasebnost v svojih domovih. Profesionalne vloge, ki jih socialni delavec lahko uporablja v tem primeru, so: koordinator, svetovalec, usposobljevalec, posrednik, zastopnik, zagovornik, pogajalec, supervizor prostovoljcem (op. cit.: 261).

Institucionalno varstvo

Institucionalno varstvo je socialnovarstvena storitev, ki je namenjena odpravljanju socialnih stisk in težav starih ljudi. To obsega vse oblike pomoči v zavodu, drugi družini ali drugi organizirani obliki, s katerimi se upravičencem nadomeščajo ali dopolnjujejo funkcije doma in lastne družine, zlasti pa bivanje, organizirana prehrana in varstvo ter zdravstveno varstvo.

Vloga socialnega delavca v domu za stare je predvsem povezovanje med stanovalcem in okoljem, iz katerega je ta prišel in v katerega se bo morda vrnil. Socialni delavec mora spoznati socialno mrežo starostnika, da lahko z njimi ohranja stike. Na vzdrževanju in negovanju teh stikov mora socialni delavec ves čas delati, da bi stanovalčeva socialna mreža ostala aktivna. Na ta način se stanovalcem zmanjša občutek ogroženosti i socialne izolacije. V institucionalnem varstvu socialni delavec lahko opravlja vse možne profesionalne vloge, najbolj pomembni pa sta vlogi povezovalca in zagovornika. Kot povezovalec socialni delavec s stanovalcem vzpostavlja stik in mu je dolžan predstaviti vse dejavnosti, ki v domu potekajo, in ga motivirati, da se vanje vključi. Kot zagovornik mora socialni delavec predvsem poudarjati preostale sposobnosti vsakega stanovalca posebej in vztrajati, da se te v domskem sistemu ohranjajo. Zagovorništvo v širšem smislu pomeni skrb za ohranjanje dostojanstva vsakega stanovalca. Tako mora socialni delavec nenehno spremljati dogajanje v domu in neprestano opozarjati na potrebo po celostnem pogledu na stare ljudi kot uporabnike storitev socialne institucije (ibid.).

Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju (Ur. l. RS 106/1999) ureja sistem obveznega pokojninskega in invalidskega zavarovanja na podlagi medgeneracijske solidarnosti, prav tako pa tudi dodatno pokojninsko in invalidsko zavarovanje oseb, ki so vključene v obvezno zavarovanje (<http://www.uradni-list.si/1/content?id=76020> – 17. 3. 2012).

Z obveznim zavarovanjem se zagotavljajo naslednje pravice:

- pravica do pokojnine: starostna, invalidska, vdovska, družinska, delna;

- pravice iz invalidskega zavarovanja: do poklicne rehabilitacije, nadomestila za invalidnost, premestitve in dela s krajšim delovnim časom od polnega, do drugih nadomestil iz invalidskega zavarovanja, do povrnitve potnih stroškov;
- dodatne pravice: do dodatka za pomoč in postrežbo, do invalidnine, varstveni dodatek k pokojnini;
- druge pravice: odpravnina, oskrbnina, pravica do letnega dodatka.

S tem zakonom se ureja tudi pravica do državne pokojnine (www.mdds.gov.si – 13. 2. 2012).

Pomemben podatek za medgeneracijska razmerja ter za pripravo na starost je gibanje razmerja med zaposlenimi in upokojenci. V moderni družbi zaposleni po „medgeneracijski pogodbi“ omogočajo s svojimi prispevki v sklade pokojninskega in invalidskega zavarovanja prejetje pokojnin tretji generaciji (Ramovš 2003: 233–234).

Pomembne naloge pri pripravi civilne družbe na povečan delež starega prebivalstva:

- Razvoj znanosti in strok v številnih disciplinah, ki omogočajo razvoj integralne gerontologije in gerontagogike; torej raziskovanje, objavljane spoznanj, njihova izmenjava na kongresih, izobraževanje o kakovostni starosti ter šolanje strokovnjakov za delo na tem področju, povezovanje strokovnjakov in organizacij na nacionalni in mednarodni ravni.
- Samoorganiziranje ljudi v tretjem življenjskem obdobju v lastne organizacije za delo. Preživljanje prostega časa.
- Organiziranje postmoderne socialne mreže za medgeneracijsko sožitje na osnovi samopomoči in solidarnosti vseh treh generacij.
- Skrb za medsebojno povezanost vseh oblik organizacij in programov, ki delajo za kakovost življenja starih ljudi.
- Skrb in informiranost vsega prebivalstva o kakovostni starosti in nujnosti priprave nanjo.
- Skrb za dobro informiranost starih ljudi o vsem.
- Urejena regulacija pri nastajanju in delovanju zasebnih programov za stare ljudi na tržni osnovi. Tržna ponudba je potrebna na številnih področjih, ampak je zaradi večje

možnosti zlorab starih ljudi odločilnega pomena, da so take ustanove in programi pod zakonsko kontrolo države (ibid.).

V slovenskem prostoru se je doslej razvilo nekaj programov za stare ljudi, ki prispevajo h kakovostnejšemu staranju. Priprava na staranje je nedvomno pomembna preventivna naloga v družbi. Programi priprave na upokojitev so v Sloveniji deloma zaživel kot del dejavnosti univerze za tretje življenjsko obdobje in v programu jih ima tudi Gerontološko društvo Slovenije (Milošević Arnold 2000: 259). Čeprav univerza za tretje življenjsko obdobje ni neposredno povezana s področjem socialnega varstva, se njeni številni programi odvijajo v institucijah, ki delujejo na tem področju. Prav tako številni socialni in drugi socialnovarstveni delavci uspešno sodelujejo v njenih programih.

Socialno preventivni programi na področju socialnega dela s starimi ljudmi imajo nedvomno poslanstvo in skupen cilj – prispevati k temu, da se bomo ljudje zdravo starali. S preventivnimi programi lahko dosežemo, da se potenciali starih ljudi čim dlje ohranijo in maksimalno aktivirajo, da najdejo v življenju ob druženju z ljudmi nov smisel.

1.3 UPOKOJITEV

„Upokojitev je za nekatere ljudi „blagoslov“, posebno za tiste, ki niso marali svojega dela ali pa so delo občutili kot breme. Upokojitev težje prenašajo osebe, ki so rade delale, posebno tisti, ki so „cveteli“ pri svojem delu in našli v njem vsebino in smisel svojega življenja“ (Pečjak 2007: 85). Upokojitev različnim ljudem različno pomeni, vsekakor pa se z upokojitvijo osvobodijo svojih glavnih opravil, kar pa v življenje prinese številne spremembe. Vsak dan ostane osem ur časa, ki ga je potrebno zapolniti z drugimi dejavnostmi. Ker je upokojitev dogodek, ki spremeni dnevni in življenjski ritem, se je smiselno nanjo pripraviti.

Po mnenju mnogih ljudi je opustitev poklica in upokojitev nekakšen mejnik, ko se prične starost v ožjem pomenu besede. Problem upokojitve se je razvil z industrializacijo. Pred tem obdobjem se ljudje niso srečevali s tem problemom, ker so delo in družina bili združeni in je družina hkrati bila tudi ena produkcijska enota. S pojavom industrializacije prihaja do razcepa med družinskim in poklicnim življenjem. Tako starejši človek ni imel v družini kaj početi in je skrb za stare prevzela država. V tem pomenu je pokojninsko-invalidsko zavarovanje eden izmed najbolj pomembnejših dejavnikov socialne varnosti delovnih ljudi. Pokojninski sistem je zgrajen na načelu, da vsakdo, ki dela dovolj dolgo, toliko prispeva delovni organizaciji, stroki ali celotni družbi, da ima pravico do vzdrževanja v starosti.

Z opustitvijo poklica so povezani številni psihološki in socialni problemi. Upokojitev ni le opustitev bolj ali manj cenjenega dela. Upokojitev pomeni tudi novo socialno vlogo, drugačen način vedenja, preoblikovanje dnevnega reda, preoblikovanje odnosov do članov družine, spremembo in premik interesov od dela k dejavnostim v prostem času, spremembo pričakovanj in zahtev zaradi slabših dohodkov. Zdaj pa je odvisno od posameznika, kakšno stališče ima do tega in kako se bo s svojimi težavami spoprijel (Požarnik 1981: 86).

Veliko upokojencev se ob upokojitvi sooča s praznino. Tisto, kar jim manjka, je dnevni ritem. Zato je pomembno, da si ljudje ustvarijo nov ritem. V tem obdobju je čas za opravljanje vseh tistih opravil, ki so nas zadovoljevale že prej, pa zanje ni bilo časa, lahko pa si poiščemo tudi nove ter tako sklenemo tudi nova prijateljstva. Odločitev o tem, ali bomo tudi po upokojitvi dejavni ali ne, je izbira vsakega posameznika.

Posebno vlogo pri upokojitvi ima družina – partner, otroci, vnuki. Družina je po upokojitvi tista, s katero upokojenec ponavadi preživi večino časa. Družina, poleg tega da povezuje starega človeka z mlajšima generacijama, daje občutek biti potreben, kar je po upokojitvi še posebej pomembno. Gabi Čačinović Vogrinčič pravi, da je družinska naloga, da povabimo starega človeka, naj ostane na ta poseben in edinstven način udeležen v družini (Čačinović

Vogrinčič 2000: 287). Tako si otroci, mladina ter srednja generacija pridobijo dobre izkušnje in modrosti, stari ljudje pa ostanejo v živem stiku z mlajšima generacijama.

Raziskave kažejo, da se zaposleni ljudje nekako pet do deset let pred upokojitvijo kar veselijo misli, da jim ne bo treba več hoditi v službo. Ko pa se ta čas približa, postanejo zmedeni. Nasplošno se delavci rajši upokojijo kakor uslužbenci.

Odkvisno je tudi od napora pri delu, kakšnega zdravja so in kako so zadovoljni z delom, ki ga opravljajo. Pomembna je tudi velikost delovne organizacije, kakšna je delovna klima ter kakšen občutek pripadnosti so si delavci razvili. Vpliv na odnos do upokojitve ima tudi izobrazba, pri čemer ljudje z višjo izobrazbo manj pozitivno ocenjujejo upokojitev, saj bi se še naprej radi počutili koristni v družbi. Pomembne so tudi domače razmere, zdravstveno stanje, hobiji, krog znancev ipd. Ljudje, ki imajo doma vrtove ali manjšo posest, se rajši upokojijo. Prav tako, če imajo ljudje jasne načrte za čas po upokojitvi, gledajo nanjo bolj pozitivno (Požarnik 1981: 88).

Priprava na upokojitev je zelo pomembna. Ker so po upokojitvi osebni dohodki praviloma nižji, je pomembno, da ljudje že nekaj časa pred upokojitvijo natančno premislijo, kako bodo usklajevali dohodke in izdatke v obdobju po upokojitvi. Priprava na upokojitev zajema tudi pravočasno skrb za zdravje, okrepitev stikov z znanci in prijatelji ter udejstvovanje zunaj doma (op. cit.: 90).

Ljudje so pri nas tako vzgojeni, da nenehno nekaj ustvarjajo, tako ob upokojitvi za mnoge presahne vir občutkov lastne vrednosti in sposobnosti, s tem pa še samozaupanje in pozitivno doživljanje sebe nasploh.

Z ekonomskega vidika imamo v starosti dva socialna sloja, ki se razlikujeta bolj kot pri srednjeletnikih: tanek sloj upokojencev, ki jim je uspelo pravočasno nagrahiti dovolj

bogatstva, da od njega udobno živijo, in debelejši sloj upokojencev, odvisen samo od navadne pokojnine, ki se po vrhu vsega vsako leto zmanjšuje in je mnogo manjša od nekdanje plače (Pečjak 2007: 86).

Upokojitev tako od človeka zahteva veliko sposobnosti za prilagajanje in preureditev življenja. V starosti je ta sposobnost zelo odvisna od tega, kako jo je človek v prejšnjih letih uril. Pomembno je, da se človek, še preden se upokoji, vpraša, kaj želi početi v času, ko mu ni treba več iti v službo, na kakšen način bo izpolnil svoj prosti čas, kako bo uredil finance, poskrbel za svoje zdravje in notranje počutje, da bo v starosti zadovoljen.

1.4 POTREBE V STAROSTI

Pogoj za kakršnokoli smiselno delo z ljudmi in za ljudi je poznavanje in upoštevanje vseh človekovih potreb. Potrebe so temeljni mehanizem živih bitij in ljudi, da se ohranjajo in napredujejo, potrebe dajejo motivacijsko energijo za doseg in uresničevanje ciljev. Kakovost življenja na stara leta je skupna raven zadovoljevanja vseh potreb na vseh razsežnostih človeškega življenja.

Ramovš (2003: 66–68) poudarja šest razsežnosti človeškega življenja, in sicer:

1. Biofizikalna ali telesna razsežnost je osnova vseh višjih razsežnosti in skupni imenoalec človeka z drugo živo in neživo naravo. Njen energetski potencial so vse organske potrebe, ki jim je podvržen človek – enako kakor vsa druga živa bitja.
2. K psihični ali duševni razsežnosti sodijo zaznavanje okolja in sebe s čutili, intelektualna predelava informacij, spomin, navade, obnašanje – vse to na zavedni in nezavedni ravni. Energetski potencial psihične razsežnosti so vse človekove duševne potrebe.
3. Glavni lastnosti noogene ali duhovne razsežnosti sta svoboda odločanja in odgovornost za svoje odločitve. Njen energetski potencial so človekove duhovne potrebe, zlasti potreba po svobodi.

4. K medčloveško-družbeni razsežnosti spadajo povezave med ljudmi na ravni temeljnih odnosov in parcialnih razmerij v temeljnih človeških skupinah ter vsa razmerja v družbi. Njen energetski potencial je človeška potreba po soljudeh, komunikaciji in sožitju z drugimi.
5. Zgodovinsko-kulturna razsežnost obsega človekov individualni razvoj od spočetja do smrti. V tej razsežnosti temelji tudi delitev človeškega življenja na tri glavna obdobja, to so mladost, srednja leta in starost, in družbe na tri generacije: mlado, srednjo in staro. Njen energetski potencial je človekova potreba po razvoju in napredku, učenju in ustvarjalnosti.
6. Eksistencialna ali bivanjska razsežnost je človekovo spraševanje, kaj je misel posameznega dejanja, trenutka ali situacije, njegovo iskanje smisla večjih obdobj svojega življenja in smisla življenja nasplošno. Njen energetski potencial je človekova volja do smisla (ibid.).

Kakor v mladosti in srednjih letih, tako tudi v starosti prihajajo v ospredje različne potrebe. V starosti izstopajo predvsem tri višje človeške razsežnosti: medčloveško-družbena, zgodovinsko-kulturna in eksistencialna, in sicer s svojimi specifičnimi potrebami po temeljnem ali osebnem medčloveškem odnosu, po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji ter po doživljanju starosti kot enako smiselne obdobja življenja, kakor sta bili mladost in srednja leta (Ramovš 1999: 322).

Kakovost človeškega življenja se meri po tem, v kolikšni meri in kakšni medsebojni skladnosti so zadovoljene vse njegove potrebe. Človek se svojih potreb bolj ali manj zaveda in išče načine, kako jih bo zadovoljil. Nezadovoljene potrebe pri človeku povzročajo bolečino in stisko. Potrebno je poskrbeti za vse človekove potrebe, saj ena vrsta zadovoljene potrebe ne more nadomestiti zanemarjene druge potrebe. Tako je lahko človek materialno preskrbljen, pa je lahko še vedno osamljen (Ramovš 2000: 321).

Abraham Maslow (Pečjak 1998: 153) v svojem hierarhičnem modelu razlikuje več skupin potreb. Najbolj temeljne so fiziološke, sledijo potrebe po varnosti, socialni pripadnosti, spoštovanju in samospoštovanju, na vrhu lestvice pa so potrebe po samoaktualizaciji, kamor

sodijo izpopolnjevanje samega sebe, avtonomnost, uresničitev svojih možnosti in potencialov ter ustvarjalnost.

V tretjem življenjskem obdobju Ramovš (2003: 93) poda sedem pomembnih skupin potreb:

1. Potreba po materialni preskrbljenosti – od človekove materialne preskrbljenosti je odvisno predvsem zadovoljevanje potreb po hrani, obleki, toplem stanovanju, razvedrilu, čistoči, zdravljenju bolezni in podobnih potreb. Vir te preskrbljenosti predstavlja največkrat mesečni denarni dohodek, kot je starostna in/ali invalidska pokojnina. Vir lahko človek črpa tudi iz osebnega premoženja ali prihrankov. Tistim, ki nimajo nikakršnih virov, jim pomaga država. Enega izmed temeljnih virov materialne varnosti predstavlja tudi lastno delo v tretjem življenjskem obdobju (op. cit.: 93-94).
2. Potreba po ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine v starosti – tej potrebi je nujno posvečati pozornost skozi vse življenje, še posebej v starosti. Dejavno življenje je pomembna sestavina mladostne svežine v starosti. Premalo gibanja ter neprimerna prehrana v starosti hitro vodi do občutka oslabelosti ter v bolezni, zaradi česar človek več miruje. Nastane začaran krog poslabševanja – star človek se zanemarija in duševno otopi, vedno manj je aktiven in vedno bolj socialno osamljen. Odljudnost vzvratno pospešuje duševno pešanje in pasivnost, to pa povzroča še hujšo telesno zanemarjanje. V starosti je na voljo veliko aktivnosti, človek pa se mora sam odločiti za najbolj primerne zase. Ramovš pravi, da je „... z vidika kakovostne starosti treba vse življenje uravnovešeno skrbeti za svoje telesno in duševno zdravje, vsaj v poznih srednjih letih pa na novo prisluhniti telesnim potrebam po gibanju, po zmernosti in zdravi prehrani, po ravnotežju med delom, razvedrilom in počitkom, po izbiri dela, ki ga človek opravlja z veseljem in uspehom, ter zadovoljevanje teh potreb zavestno uravnati na svoj osebni ritem prehoda v tretje življenjsko obdobje“ (op. cit: 95–97).
3. Potreba po osebni medčloveškem odnosu – ta potreba je najbolj pereča nematerialna socialna potreba v starosti. Človek potrebuje nekoga, ki ga posluša, da ga jemlje resno, ga sprejme takega, kot je. Star človek potrebuje osebni stik s „svojim“ človekom. Leta je lahko družinski član, sorodnik, mogoče sosed, s katerim je dalj časa prijateljeval. V postmodernem času lahko takega človeka predstavlja tudi oseba iz

medgeneracijskih skupin za kakovostno starost ali oseba iz individualnega prostovoljnega družabništva. Okoli starega človeka je lahko veliko ljudi, vendar če leta nikogar izmed njih ne občuti kot „svojega“, je osamljen. Prav to se večkrat pojavlja v bolnišnicah in domovih za stare. Posledice osamljenosti so lahko zelo hude, od telesne podhranjenosti, bolezni, izguba teka, dremajoče čemenje, padec odpornosti. Zaradi tega poveča tudi smrtnost. Ena izmed oblik, da človek premaga osamljenost, je tudi vključitev v medgeneracijske skupine za kakovostno starost (Ramovš 2003: 98–105).

Osamljenost v starejših letih razlagata dve teoriji: po prvi jih družba izolira, diskriminira in izključuje, po drugi se sami umikajo iz družbenega življenja, ki jih odklanja ali se tako spremeni, da ne najdejo v njem več svojega kotička (Pečjak 2007: 83).

4. Potreba po predajanju življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji – star človek doživlja svoje dotedanje življenje kot vredno in smiselno, še posebej, če mlajši od njega njegove življenjske izkušnje jemljejo resno. Življenjske izkušnje so najbolj osebno in največje bogatstvo, ki daje vrednost vsemu premoženju. V preteklosti so bile bolj pomembne materialne in porabne izkušnje starih ljudi, danes pa vse bolj postajajo pomembne življenjske izkušnje o medčloveškem sožitju in osebnem spoprijemanju z življenjem. Če star človek svojih izkušenj ne more predati mlajšim generacijam, svoje dotedanje življenje doživlja kot nesmiselno, s tem pa se povezuje bivanjska praznота in brezcilnost v doživljanju starosti (Ramovš 2003: 105–110).
5. Potreba po doživljanju smisla starosti – volja do smisla je osnovna človeška potreba in energija. V kolikor star človek ne doživlja smisla svoje starosti, ostane brez energije za opravljanje nalog, ki bi jih drugače zmogel in brez energije za kljubovanje težavam starosti. Ta motnja onemogoča kakovostno starost. Star človek mora videti in spoznati smisel preteklosti, sedanjosti in prihodnosti, drugače je njegovo življenje prazno in brezcilno. Smisel prihodnosti pri starem človeku vključuje tudi smrt. Doseganje tega smisla je najtežja naloga. V starosti je potrebno sprejeti dejstvo, da starost prinaša tudi omejitve. Vendar se je potrebno zavedati, da je kljub temu tudi starost prav tako pomembno obdobje življenja, kot sta mladost in srednja leta (op. cit.: 110–113).

6. Potreba po negi v starostni onemoglosti – zelo je pomembno sprejemanje človeške onemoglosti. Star človek, ki je onemogel, mora sprejeti svojo onemoglost, prav tako pa tudi svojci in negovalci. V kolikor vsi tega ne sprejmejo, lahko to zelo zagreni življenje človeka. Star človek si zelo težko prizna, da potrebuje pomoč drugih, da je oslabeel, nemočen, nebogljen. Zato se lahko zgodi dvojje – ali se dela junaka in zavrača pomoč ali pa se samopomiluje in dela pretirano nemočnega in pomoč izkorišča. Ramovš strni dogajanje v naslednjih besedah: „Negovanje drugega, ki je bil onemogel v starosti ali bolezni, je bilo človeku nekaj vrednega, ko pa govori isti človek v srednjih letih o sebi, noče niti pomisliti, da naj bi ga v njegovi starostni nebogljenosti negovali njegovi bližnji“ (op. cit.: 114).
7. Potreba po nesmrtnosti – je s staranjem vedno bolj živa. Včasih so verjeli v posmrtno življenje skozi različne religije. Sedaj pa je posmrtnost potlačena. Še vedno pa se najbolj kaže v zaverovanosti ljudi v večno mladost. Zdravi načini za zadovoljevanje potrebe po nesmrtnosti so naslednji: Skrb, da bi se človeka po smrti spominjali. To se izraža skozi spomenike na pokopališčih, po urejenosti grobov. Prizadevanje, da bi ostala za človekom njegova dela. Pri tem ni pomembna velikost zapuščine, pomembna so dela za otroke, da bi prišli do kruha in poštenega samostojnega življenja. Vera v življenje po smrti. Najbolj splošna je oblika vere v duhove prednikov in njihova povezanost z živimi. Zahodna kultura, ki jo predstavlja judovsko-krščanska kultura, veruje v enega in edinega Boga. Le-ta je zagotovilo za človekovo osebno življenje po smrti (op.cit.: 120–123).

Uresničitev interesov, stališč in vrednot izpolnjuje življenje z zadovoljstvom in smislom, nedoseganje pa povzroča odtujitev, bivanjsko krizo in izgubo smisla. Da bi življenje v starosti bilo bolj kakovostno, je treba poskrbeti za zadovoljevanje človekovih potreb, ki se pojavijo. Tako človek najde smisel svojega življenja in je v družbi zadovoljen. Čeprav so v starejših letih, kot tudi v mnogih drugih omejujočih razmerah, človekove potence za produktivno dejavnost zmanjšane, človek nikoli ne ostane na ničli. Lahko jih še vedno razvija, skuša obdržati na enaki ravni ali vsaj ohranjati tisto, kar je mogoče.

Ramovš (2000: 328) pravi, da ima socialna stroka veliko vlogo pri strokovni pomoči za samopomoč ljudem srednje generacije v pripravi na kakovostno starost in pri samoorganiziranju postmodernih socialnih mrež za zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb.

1.5 SOCIALNA OMREŽJA V STAROSTI IN MEDGENERACIJSKO SOŽITJE

Ida Hojnik Zupanc (1999: 138) opredeli družino kot osnovno neformalno mrežo. „Po klasični sociološki opredelitvi je družina osnovna družbena celica oz. primarna skupina, ki zagotavlja socialno reprodukcijo. Psihologija opazuje družino z vidika dinamike medosebne interakcije, ki temelji predvsem na emocionalnih in moralnih vrednotah in na tej osnovi tvori osnovno neformalno mrežo.“

Josef Duss-von Werdt (Čačinovič Vogrinčič 1994: 7) pravi, da je človek „družinski človek“, vsi smo hčere in sinovi, vsi imamo mater in očeta. Nihče ni nikogaršnji otrok. /.../ Nihče ne more spremeniti dejstva, da je človek vedno otrok koga, tako kot nič ne more spremeniti dejstva, da je kdo oče, mati.

Ramovš (2003: 190) socialne mreže opredeli v tri skupine:

- naravne, ki jih sestavlja družina, sosedstvo, sorodstvo, prijateljstvo ...;
- umetno oblikovane za krajši čas ali za parcialne vidike življenja, h katerim spadajo skupine za samopomoč, terapevtske skupine ...;
- nadomestne, ki pridejo v poštev ob izpadu kake bistvene socialne funkcije iz naravnih socialnih mrež (domovi za stare, rejniške družine ...).

Pri opredelitvi in krepitvi socialnih mrež je zelo pomembno Lussijevo socialnoekološko načelo, ki govori o tem, da socialna delavka pri pomoči osebi najprej aktivira ter mobilizira

naravne socialne mreže uporabnika, katere predstavniki so družina, prijateljske skupine, delovni tovariši, sosedge ipd. (Čačinovič Vogrinčič 2006: 73–74).

„Staranje vpliva na socialne mreže, na izbiro ljudi, s katerimi se družimo, in na način, kako to počnemo. Socialne mreže vplivajo na staranje – kar pomeni, da ne moremo razumeti socialnih vidikov staranja, če ne poznamo obsega socialnih vezi, njihovih potencialov, kvalitet in učinkov“ (Dragoš 2000: 293).

Morgan in Kunkel (Milošević Arnold 2000: 254) poudarjata, da so socialne mreže starih ljudi na splošno ožje, kot jih imajo mlajši. Tako tudi s smrtjo zakonskega partnerja, prijateljev, znancev imajo starejši ljudje vse manj družbe, saj težje sklepajo nova poznanstva. Vdoveli v tem obdobju poročajo o večjem občutku socialne in emocionalne osamljenosti. Grün Anselm (2010: 35) opozarja, da bo človek, ki se kot otrok ni naučil biti sam, se sam igrati, tudi pozneje težko prenašal osamljenost.

Zaradi prepada, ki je nastal med generacijami, stari in mladi ne vedo, kaj bi počeli drug z drugim. Vse tri generacije so premalo v kontaktu, zato se niti ne znajo obnašati drug do drugega.

Po Ramovšu (2009: 105) pomeni medgeneracijsko sožitje sožitje med mlado, srednjo in staro generacijo. Kakovostno sožitje je dialog, ki predpostavlja od obeh strani razvito sposobnost za dobro sporočanje drugemu in enako razvito sposobnost za dobro poslušanje in opazovanje drugega v sproščeni zavesti medsebojne soodvisnosti in dopolnjevanja.

Odnose tvorijo žive osebe, zato so tudi odnosi živi in spreminjajoči se. Zorenje in življenjska doba prinašata različne interese, prav tako obstajajo tudi zunanji dejavniki, ki povzročajo spremembe v vzajemnih odnosih.

Kristančič (2005: 113) navaja štiri ravni odnosov:

1. Prva raven – intrapersonalna ali znotraj osebna raven odnosa do samega sebe. Vsak od nas ima odnos do sebe; govorimo sami s seboj; si zamišljamo ali vizualiziramo preteklost; lahko smo odtujeni od nas samih.
2. Druga raven – interpersonalni ali medosebni odnosi so povezave z drugimi osebami, s katerimi izmenjujemo svoje misli, čustva, fizične reakcije in dejavnost. V vseh teh odnosih ima vsak človek svoje različne vloge, kot so mož, žena, starši, otroci, direktor, delavec in še vrsta drugih. Namreč, odnos vlog je pod močnim vplivom tradicionalnih pričakovanj načina vedenja.
3. Tretja raven – socialna raven medosebnih odnosov opozarja na to, da se vsi odnosi razvijajo in oblikujejo v socialnem kontekstu. Dva, ki se odločita za skupno življenje, vključita v svoj širši socialni krog svoje družinske člane, prijatelje, kulturo, religijo. Hkrati pa se ti odnosi razvijajo na različnih življenjskih področjih oz. okoljih, kot so šola, delovno mesto, športni klubi ipd.
4. Četrta raven – čustveno-socialni ali občasni odnosi so tisti, ki jih uprizarjamo občasno ob obletnicah, srečanjih s sošolci, spominskih dogodkih. Skratka, srečujemo se s tistimi osebami, s katerimi smo preživeli dober del svojega življenja v mladosti. Za te odnose je značilen čustveni pogled na preteklost, ki v nas vzbuja ambivalentna čustva; na eni strani veselje, na drugi melanholijo za nečem, kar je minilo.

Na preživetvenem, funkcionalnem in rabnem področju se kaže sožitje v obliki sodelovanja ali delovnega razmerja, kjer veljajo merljivi odnosi. Na osebnem bivanjskem področju pa teži sožitje v doživljanje veselja in navdušenja nad lepim, dobrim, skladnim v drugem, v samem človeku pa to doživljanje povzroča več zadovoljstva, boljše zdravlje, uspešnejše učenje in po navadi boljši zaslužek. Na področju osebnega sožitje govorimo o medčloveških odnosih. Človeška družba se razvija s tem, da se med ljudmi stopnjujejo sočutni in solidarni odnosi. Ko mladi ljudje, srednje in tretje generacije spoznavajo zakonitosti mladosti, srednjih let in

starosti, ko te zakonitosti sprejmejo pri sebi in drugih dveh generacijah, ko se veselijo sebe, svoje generacije in obeh drugih, odkrivajo v sebi in drugih dveh generacijah komplementarne zmožnosti in zmožnosti za medsebojno dopolnjevanje za kakovstno medgeneracijsko sožitje (Ramovš 2009: 105).

Skozi vse življenje je kakovost življenja odvisna od dobrega razmerja med osebno samostojnostjo in ustrezno vpetostjo v medčloveške povezave. Človek za svoj razvoj potrebuje družbo drugih ljudi in tudi samoto. Oboje se komplementarno dopolnjuje. V starosti je človek še posebej občutljiv za njemu primerno ravnotežje med tem, da je neodvisno samostojen, ter tem, da je sprejet pri drugih ljudeh, svojcih in ustanovah. To ravnovesje je lahko omajano, ko star človek zboli ali je poškodovan in se mora preseliti iz svojega okolja v institucijo. Takrat se marsikateri stari ljudje kar naprej pritožujejo, da jih otroci zelo malo obiskujejo. Pravzaprav se nočejo naučiti ravnati s svojo samoto, se usmeriti navznoter, da se spomnijo, kako so živeli in kaj je njihova prava vrednost. Zelo velikega pomena je, da se ljudje v starosti obrnejo navznoter, se posvetijo sebi, ljudem, namesto, da od njih kar naprej nekaj pričakujejo (Grün 2010: 68).

Mali (2008: 23) poudarja vpliv modernizacije in urbanizacije na položaj starejših ljudi v družini in v družbi nasploh. Namreč, sodobna ekonomska tehnologija je oblikovala nova delovna mesta glede na potrebe in zmožnosti mladih ljudi in posledično se je postopoma znižal status starih ljudi v družbi. Sodobni delovni pogoji so onemogočili ohranitev tradicionalne družine in zaradi razvoja znanosti in izobraževanja se je zmanjšal pomen znanja, izkušenj in modrosti starih ljudi. Tako star človek izgublja socialno oporo svoje neformalne socialne mreže in postaja vedno bolj osamljen.

Tisto, kar v starosti grobo pretrga vzpostavljeno socialno mrežo, je selitev starega človeka. Do selitve lahko pride zaradi spremenjenega ekonomskega statusa, izgube partnerja, pojava resne bolezni in drugih dejavnikov. Vsaka selitev zahteva prilagoditev na novo okolje, kar povzroča

stres, posebno hud stres pa lahko prestavlja namestitev v dom za ostarele (Russi Zagožen 2001: 16–18).

Stari ljudje, po drugi strani, lahko z leti okrepijo prijateljske vezi z brati in sestrami, ki so se predhodno malo videvali. Za psihično blagostanje in samospoštovanje včasih zadostuje že en sam dolgoletni prijatelj, pa čeprav se stiki ohranjajo le preko telefonskih pogovorov (op. cit.: 17).

Socialne mreže so varovalni dejavnik v povezavi z zdravstvenim stanjem starih ljudi, s kardiovaskularnimi obolenji, z umrljivostjo zaradi raka ter nivojem funkcionalnih zmožnosti. Učinek mrežnih interakcij je bistveno odvisen od dohodka oz. materialnega stanja, fizične kondicije starega človeka in njegovega spola. Najbolj predvidljiv je materialni dejavnik. Tisti z nižjimi dohodki so bolj izpostavljeni zdravstvenim tveganjem, se hitreje vpletejo v kriminal. Kdor je vitalen in ne trpi zaradi funkcionalnih omejitev, je manj odvisen od socialnih mrež. Glede na učinek socialnih mrež pri starejših glede na spol si strokovnjaki niso edini, na kateri spol naj bi imele mreže večji vpliv, na moškega ali žensko (Dragoš 2000: 304).

Od človeka in njegovih navad je odvisno, kako bo doživel svojo starost. Odvisno je tudi od tega, ali je sam ali živi s svojim zakonskim partnerjem, in če ima v njem oporo. Ljudje se v starosti težje prilagajajo in vključujejo v nove aktivnosti, še posebej, če so sami. Pomemben dejavnik je tudi zdravje, telesna in mentalna funkcionalnost.

Človek je družabno bitje in ima svoj socialni položaj in socialni status. Ta dva se spreminjata pod vplivom splošnega razvoja družbe ter razvoja osebnosti. V nekem času življenja se začne ena vloga in konča druga, menja se socialni status in zbuja se neke nove vloge. Osnovni konflikt med socialnim statusom in socialnimi vlogami, ki nastaja v starosti, je spremenjena motivacijska vrednost, ki jih imajo socialni status in vloge v družbi. Socialni status in vloge se

spreminjajo skozi življenje. Krize v življenju starih ljudi nastajajo zaradi prekinitve igranja socialnih vlog v zvezi s končanjem socialnega statusa. Z drugimi besedami, človek se skozi življenje družbeno in psihološko identificira s svojo vlogo, potem se z opustitvijo le-te pojavijo konflikti, dileme in krize identite. Pogosto z izgubo socialnega statusa ljudem ostajajo le socialne vloge, ki so jih imeli v družini. Nekateri pa še vedno radi ostajajo aktivni v družbi in prispevajo v različnih organizacijah ali znotraj dela javnega sektorja (urejanje javne površine v naselju, vključevanje v razna društva ipd.) (Smolić Krković 1974: 56).

Kot vidimo, so socialne mreže in medosebni odnosi še kako pomembni v poznejšem obdobju življenja. Na neki ravni omogočajo ljudem, da odkrivajo smisel in pomen življenja ter srečo in zadovoljstvo. Odnosi z ljudmi se nasplošno spreminjajo skozi vse življenje in se razvijajo na različne načine in na več ravneh. Življenje zahteva spremembe in izzive v odnosih, od posameznika pa je odvisno, ali bodo nekateri odnosi odmrli ali živeli naprej.

1.6 PREDSDOKI, TABUIZACIJA STAROSTI IN AGEIZEM

Veliko ljudi s strahom in potrlostjo spremlja svoje staranje. To je povsem razumljivo, saj je podoba starosti v naši družbi dokaj negativna in polna predsodkov. V družbi so prisotni različni stereotipi o starejših ljudeh, ki jih potem navadno sprejemajo tudi sami stari ljudje. Ti predsodki so posledica več dejavnikov: današnje družbene usmerjenosti, ki visoko vrednoti mladost, moč in razvoj, to pa je tisto, česar stari ljudje nimajo več. Povečane segregacije na podlagi starosti in omejeni medgeneracijski povezanosti, zaradi česar mlajši nimajo dovolj izkušenj s tretjo generacijo. Prihaja do posploševanja lastnosti ene starostne skupine na podlagi ekstremnih pripadnikov te skupine, na lastnosti vseh pripadnikov te starostne skupine. Vzrok za tako vrednotenje je preprost. V storilnostno usmerjeni družbi, v kateri veljajo le uspeh, moč zdravje, zmaga, sposobnost in storilnost, je staranje le še propadanje, starost pa pomeni osamljenost, neogljenost, nemoč in odvisnost (Požarnik 1981: 99–102).

Prilagajanje na staranje zavirajo tudi slabše življenjske razmere starih ljudi. Stari ljudje so socialno prikrajšani in zapostavljeni. Nič čudnega ni, da so nekateri med njimi zagrenjeni, nezadovoljni in jih tarejo občutki nemoči. Vendar teh lastnosti ne moremo posploševati na vse stare ljudi (Russi Zagožen 2001: 12).

Pomemben dejavnik pri prilagajanju na staranje in starost je osebnost posameznika. Razumljivo je, da so osebne razlike izključno posledica različne vzgoje in različnih življenjskih razmer in možnosti. Trditev, da se z leti neprijetno spremeni človekovo obnašanje, da postane človek trmoglav, neuvideven, skopuški, sloni na pomanjkanju razumevanja za zapletenost odnosov. Podpiranje prepričanja, da stare ljudi nič ne zanima, da so prepirljivi, je okolju le izgovor, da jim ni treba razmisliti, ali niso vse to normalne ali celo ustrezne rešitve. Težava je v tem, da so dosedanje raziskave zajemale večinoma le posamezne vidike osebnosti, kakor so dejavnost, interesi, stališča, negotovost v primerjavi z mlajšimi generacijami. Skoraj nikoli pa niso poskušali razumeti celovite osebnosti starega človeka z vidika logike življenja. Poleg tega spremembe osebnosti z leti niso znamenje nazadovanja. Če se star človek več ne peha za uspehom, če ne meri telesne moči ali se ne navdušuje za sodobno glasbo kakor mladi, je to prej znamenje osebne rasti in zrelosti (Požarnik 1981: 72).

Kristančič (2005: 187) opozarja na porast diskriminacije in nasilja nad starejšimi ljudmi v Sloveniji. Ker so stari ljudje manj informirani o svojih pravicah in možnostih ukrepanja pa tudi najmanj zaščiteni, se ne znajo braniti pred negativnimi pojavi. Stari ljudje iz strahu ne prijavijo zlorabe in njihove zgodbe ostanejo zamolčane, hkrati pa s tem zasčitijo storilce.

Dejstvo je, da smo še polni zastarelih pogledov in se niti ne zavedamo, kako in kje človeka prizadanejo pojavi diskriminacije in kako zelo vplivajo na zdravje ter kakovost življenja.

Tabuizacijo starosti si povzročajo vse tri generacije in vse tri imajo škodo zaradi nje. Vanjo so vpletene po logiki začaranega kroga, in sicer:

- stara generacija je v prejšnjih desetletjih – ko je bila v srednjih letih življenja – uveljavila porabniške vrednote in ideale;
- s tem je povzročila tabuizacijo starosti, ki njej sami onemogoča sprejeti svojo starost;
- zaradi tabuizacije starosti srednja in mlada generacija marginalizirata staro generacijo;
- zaradi marginalizacije starih ljudi si srednja in mlada generacija onemogočata pripravo na lastno kakovostno starost, kakor tudi detabuizacijo starosti (Ramovš 2003: 57).

Ker število starih ljudi v družbi narašča, je nujna detabuizacija starosti in vsega, povezanega z njo. Le tako se bomo lahko naučili polno in lepo živeti v tretjem življenjskem obdobju.

Le tako bo medgeneracijska solidarnost zares prišla do svojega pravega izraza in le tako bo družba začela govoriti in se ukvarjati s starostjo in z njo povezanimi spremembami.

Posebna vrsta diskriminacije, ki se v sodobni družbi kaže v odnosu do starih ljudi in pri delu z njimi, je tako imenovani ageizem. Pomeni pa stereotipno obravnavanje in posploševanje značilnosti starih ljudi na osnovi starosti (Barker 1995: 12).

Ageizem je nekaj podobnega kot rasizem ali seksizem. Kakor je rasizem diskriminacija nekaterih rasnih skupin, seksizem spolnih skupin, praviloma žensk, je ageizem diskriminacija starostnih skupin. Žrtve diskriminacije so osebe, ki so na nek način drugačne, v tem primeru starejše. Ageizem izloča starejše osebe iz družbenega življenja, npr. pri prisilnem upokojevanju. Vendar ne iz moralnih, političnih ali ideoloških predsodkov, temveč zaradi koledarske starosti. Starejši ljudje so kljub velikim medsebojnim razlikam nasilno strpani v eno skupino in jim je predpisana enaka družbena vloga.

V glasilu Sivih partnerjev (1996) je ageizem takole opredeljen:

- je diskriminacija, ki temelji na koledarski starosti; je nadzor, da ljudje prenehajo biti individuumi, potem ko preživijo določeno število let;
- je določanje sposobnosti in vlog na podlagi koledarskih let;
- je proces sistematičnega stereotipiziranja in diskriminacije ljudi samo zato, ker so stari (Pečjak 2007: 94–95).

Ageizem je zelo globoko zasidran v človeški kulturi in se ga ageisti niti ne zavedajo. Pojav ageizma je tudi posledica čedalje večje segregacije starejših članov družbe. Manj in manj je družin, v katerih živi več generacij skupaj. Zato je tudi manj priložnosti za stike med njimi. Mlajše generacije imajo manj možnosti, da bi spoznale starejše. V takšni klimi se razraščajo predsodki in miti (op. cit.: 97).

Po Ramovšu (2010: 92) je staromrzlišstvo odpor do starih ljudi, staranja in starosti ter s tem povezano socialno ali psihično zapostavljanje in podcenjevanje starih ljudi zaradi njihove starosti. Pečjak (2007: 97) opominja na razraščanje ageizma v vseh socialnih slojih, čeprav je med neizobraženci pogostejši.

Po Ramovšu (2010: 93) osebni antropološki in družbeni vidik staromrzlišтва ovira ali celo onemogoča kakovostno staranje posameznega človeka, kakovostno starost celotne tretje generacije, zlasti pa sožitje med generacijami v družbi.

Vodilni ameriški Sivi partnerji Butler, Sommers in Gross predlagajo nekaj ukrepov za ustavitev širjenja ageizma:

- Popolnoma prenehati s komplimenti, kot je npr. :“Kako ste videti mladi“.

- Promovirati službe, v katerih sodelujejo osebe različnih generacij, ustvarjati skrajšano delo in prenehati upokojevati in najemati delavce na podlagi koledarske starosti.
- Ne grajati starosti za slabo organizacijo, pozabljivost in utrujenost.
- Kritizirati lokalne medije, kadar sta naslov članka ali slika žaljivi.
- Ne izbirati voščil za rojstni dan z neustreznim humorjem.
- Boriti se proti ageizmu z dvema pomembnima orožjema: znanjem in pripravljenostjo, da se približamo vsaki osebi, ne glede na starost, kot individuumu z edinstvenimi močmi, šibkostmi, možnostmi in priložnostmi (Pečjak 2007: 97–98).

Kot vidimo, diskriminacija na podlagi starosti izhaja iz stereotipnega gledanja na naravo in sposobnosti ljudi v določenih starostnih kategorijah. Zaradi tega so starejši ljudje zapostavljeni na mnogih področjih. Ker smo še polni zastarelih pogledov, se niti ne zavedamo, kako in kje starega človeka prizadanejo pojavi diskriminacije in kako zelo vplivajo na zdravje ter kakovost življenja. K zmanjševanju ageizma lahko pripomorejo vse tri generacije z različnimi ukrepi in prizadevanji v svojem ožjem življenjskem krogu. Odgovornost starejših ljudi ni nič manjša kot odgovornost ostalih generacij.

1.7 IZOBRAŽEVANJE ODRASLIH

Izobraževanje je za starejšega človeka lahko izrednega pomena za vključevanje v družbeno sredino. Kump in Jelenc Krašovec (2010: 37) govorita o „procesu socialnega učenja“, v katerem se oblikujejo individualne in kolektivne identitete. Individualne komponente so identiteta, občutek povezanosti in zavest. Komponente kolektivnega razvoja pa vključujejo kolektivno identiteto, skupinsko zavest, solidarnost in organiziranost. Izobraževanje starejših je tako usmerjeno na krepitev moči posameznika in lokalne skupnosti (ibid.).

Nekateri posamezniki se v izobraževanje, družbena gibanja in organizacije vključujejo skozi svoja socialna omrežja. Člani omrežja starejšim ljudem zagotavljajo socialno, emocionalno, materialno in informacijsko podporo. Velikega pomena je, če so ti člani omrežja nekoliko mlajši. Ti spodbujajo blaginjo starejših ljudi. Campell (op. cit.: 39) ugotavlja, da je skupnostna kohezivnost izredno pomembna, saj nekatere raziskave kažejo, da se npr. vedenje,

povezano z zdravim načinom življenja, bolj oblikuje skozi kolektivno oblikovane socialne identitete, kot pa s pomočjo informacij o tveganjih.

Delež starejših, ki se v razvitih postindustrijskih družbah odeležuje organiziranega izobraževanja, je sorazmerno majhen (op. cit.: 137). Najmočnejši dejavniki med starejšimi učenci v razvitih zahodnoevropskih državah in ZDA so „kognitivni interes“, „želja po učenju“, „osebna rast in zadovoljstvo“ ter „socialni odnosi“. Večino starejših učencev motivirajo in vodijo notranji ekspresivni cilji.

Po Kump in Jelenc Krašovec (2006: 144) poleg antropoloških, andragoških in socialnih raziskavah tudi medicinske raziskave potrjujejo pozitivni vpliv izobraževanja v starosti na zdravje, socialno dejavnost starejše osebe in njene možnosti pridobivanja in ohranjanja moči ter vpliva.

Kump in Jelenc Krašovec (2010: 124-130) sta naredili študijo primerov izobraževanja starejših v različnih bivanjskih okoljih, in sicer v vaškem okolju, primestnih naseljih zasebnih hiš in v mestu v blokovskih naseljih. Primerjava teh treh tipov bivanjskega okolja prikazuje vaško okolje kot najbolj kohezivno in spodbudno, kar je verjetno tudi posledica tradicionalne usmerjenosti. V predmestnem okolju je bolj pomembna samoiniciativnost in motiviranost posameznika. Prav tako pa tudi Dragoš in Leskovšek (2003: 48) ugotavljata, da je zaradi izgube skupnostnih prostorov v primestnih naseljih povezav med ljudmi vedno manj, možnosti za skupne akcije se zmanjšujejo, večata se osamljenost in osebno nezadovoljstvo. Field, Schuller in Baron (Kump, Jelenc Krašovec 2010: 133) ugotavljajo, da močna socialna omrežja in visoka raven zaupanja v omrežjih spodbujajo hiter prenos informacij in znanja, ki poteka pogosto zelo povezano in koordinirano; to hkrati zmanjšuje potrebo po organiziranem izobraževanju. Tako tudi Strawn (ibid.) za Oregon ugotavlja, da ljudje z večjim socialnim kapitalom težijo k vključevanju v neformalno, priložnostno učenje, ki se pojavlja znotraj teh omrežjih, in ne iščejo toliko možnosti v organiziranem izobraževanju odraslih, ki se pojavlja v

skupnosti. S temi raziskavami Strawn dokazuje, da socialno bolj dejavni ljudje pravzaprav ne potrebujejo organiziranega učenja, tega se bolj udeležujejo bolj osamljeni ljudje (ibid.).

V Sloveniji so značilnosti bivanjskega okolja in socialna omrežja povezana z učno dejavnostjo posameznika. V vaškem okolju je bolj pogosto priložnostno učenje, saj do njega prihaja spontano skozi druženje in pogovore. Predmestno okolje je manj spodbudno, Kump in Jelenc Krašovec (2010: 134) sta zaznali zelo majhno pripravljenost na učenje. V mestnem okolju z najbolj ohlapnimi socialnimi mrežami, hkrati pa s pestro ponudbo izobraževalnih možnosti, je v večji meri prisotna želja po vključevanju v organizirane oblike izobraževalnih dejavnosti.

Statistični podatki za Slovenijo kažejo, da udeležba odraslih v izobraževanju upada s starostjo in narašča z izobraženostjo. Po Ličen (2009: 31) starejša doba ni namenjena le nadaljevanju kariere ali zamenjavi prve kariere za drugo, marveč tudi odkrivanju novih področij življenja in nato zaključku življenja. Na izobraževanje starejših članov družbe torej ne moremo gledati kot le na izobraževanje za trg delovne sile. Primarno ni namenjeno poklicnemu usposabljanju, temveč kreativnosti, osebnostnemu razvoju in družbenemu vključevanju. Poudarek je na pomembnosti učenja za boljše, lepše in lažje življenje, ki bo v korist vsem generacijam (op.cit.: 32).

Findeisen (Ličen 2009: 37) opisuje cilje izobraževanja starejših v naslednjih treh skupinah:

- a) izobraževanje spodbuja osebno rast starejših;
- b) izobraževanje razvija razumevanje razmer v družbi, sprememb socialnih vlog, razvija socialno vključenost in ohranja povezave z družbo;
- c) izobraževanje razvija specifične zmožnosti za prostovoljno delo, za samozaposlovanje, sodelovanje v storitvenih službah ipd (ibid.).

Pri izobraževanju starejših stopijo v ospredje vprašanje smisla, učenja za biti. „Learning to be“ se morda tudi v največji meri uresničuje prav pri starejših, ko so ljudje soočeni s končnostjo in razmišljajo o življenju. Ampak edini cilj izobraževanja pri starih ljudeh ni zgolj pridobivanje znanja, marveč tudi druženje in povezovanje med ljudmi (ibid.).

Človek je vse življenje v procesu ustvarjanja sebe, svojega Jaza in svoje samopodobe. Tako človek v starosti tudi z nadaljnjim izobraževanjem še naprej oblikuje svoje življenje in uresničuje svoje cilje. Čeprav so med starejšimi velike razlike v pripravljenosti za izobraževanje, se nekateri vendarle odločajo zanj, ker želijo še naprej živeti polno in zadovoljno življenje.

1.8 SOCIALNO DELO S STARIMI LJUDMI

Gerontološko socialno delo je danes pomembna specialnost socialnega dela. Ob nastanku stroke socialni delavci niso marali delati s starimi ljudmi, ker so povezovali njihove potrebe z revščino, odvisnostjo, dobrodelnostjo in podobnim. Šele v drugi polovici 20. stoletja so se razvile storitve, prilagojene potrebam starih ljudi. Spremenil se je družbeni pogled na staranje in starost. Socialna gerontologija se je vse bolj uveljavljala kot aplikativna veda, pa tudi socialna stroka se je vse bolj razvijala. Socialni delavci so spoznali, da geriatrija, klinična psihologija, delovna terapija, fizioterapija in druge stroke lahko dosežajo izjemno dobre uspehe pri delu s starimi ljudmi (Milošević Arnold 2003: 10).

Po Koskinenu (Mali 2008: 65) socialni delavec starim ljudem pomaga tako, da skupaj z njimi poveča lastne zmožnosti za spopadanje s težavami. Socialni delavci lahko naletijo tu na različne situacije, npr. demenca, osamljenost, samomorilnost med starimi, nasilje in različno spolno usmerjenost.

Finec Simo Koskinen (Mali 2007: 65) je raziskoval razvoj socialnega dela s starimi ljudmi v Veliki Britaniji, ZDA in Nemčiji ter ga razdelil v tri faze, in sicer:

1. zgodnja faza (1920–1940),
2. formativna faza (1950–1960),
3. ekspanzija in stabilizacija (1970–1990).

V zgodnji fazi je bilo socialno delo še v razvoju in se z vprašanji starih ljudi ni posebej ukvarjalo. Začeli so ugotavljati metode socialnega dela s posamezniki za socialno delo s starimi ljudmi. Starost so opredelili kot obdobje številnih življenjskih izgub, ki bi jih bilo mogoče z metodami socialnega dela saj deloma nadomestiti. Leta 1928 je Ameriška nacionalna konferenca za socialno delo organizirala prvi seminar o socialnem delu s starimi in začeli so objavljati članke o socialnem delu s starimi, v katerih so bile že opisane praktične izkušnje na tem področju dela. Opozarjali so na heterogenost populacije starih ljudi ter na pomembnost upoštevanja individualnosti (Mali 2007: 66).

Formativno fazo označuje porast zanimanja socialnih delavcev za delo s starimi ljudmi. V ZDA so pripravili dve pomembni strokovni srečanja in izšel je tudi zbornik „Socialno delo s starimi ljudmi“, ki je vseboval temeljna doktrinarna izhodišča za to delo. V različnih ustanovah (domovih za stare, rehabilitacijskih centrih ...) so socialni delavci poleg metode socialnega dela s posameznikom začeli uporabljati metodo socialnega dela s skupino. Ker so pozitivne izkušnje učvrstile vlogo socialnega dela v takih ustanovah, se je po letu 1960 začela pri delu uporabljati še metoda skupnostnega dela. Z njeno uporabo je poudarjen pomen vpliva okolja na socialne odnose starih ljudi. Metoda je omogočila razumevanje pomena socialnih mrež za stare ljudi in tudi načrtovanje skupnostne skrbi za stare ljudi v določenem okolju (Milošević Arnold 2003: 11). Ker so se socialni delavci zavedali specifičnosti dela s starimi ljudmi, je stroka izoblikovala posebne tehnike in razvila različne pristope za delo z določeno skupino.

V ekspanzijski fazi ali fazi stabilizacije socialni delavci uporabljajo različne pristope pri delu s starimi ljudmi, kot so psihodinamičen, behaviorističen, kognitivni, realitetna terapija in še drugi. To so pristopi, ki so že bili uporabljeni med drugimi skupinami uporabnikov (Mali 2007: 67).

Stari ljudje so skupina, ki ima specifične potrebe za funkcioniranje v lastnem okolju. Tako se je začelo raziskovati, katere so te potrebe in kaj se od socialnega delavca pričakuje pri delu s starostnikom. V tem času se je začelo raziskovanje v socialnem delu, kar je prav tako pripomoglo k razvijanju novih načinov dela.

Z razvojem socialnega dela so nastali specifični modeli socialnega dela s starimi:

- model vključevanja starih ljudi kot pomočnikov (Silverstone, Burack-Weiss leta 1983),
- model medgeneracijske družinske obravnave (Green leta 1986),
- model kliničnega socialnega dela s starimi (Beaver, Miller leta 1992),
- model koordiniranja storitev in pomoči (Challis, Davies leta 1986),
- model socialnega dela z družino starega človeka (Froggatt leta 1990),
- model podpornih mrež za stare (Biegel, Shore, Gordon leta 1984),
- model družinske oskrbe (Baruch leta 1991),
- model suportivnega okolja (Zarp leta 1991),
- model supervizije za gerontološko socialno delo (Burack-Weiss, Brennan leta 1991) (Koskinen 1997, v Mali 2007: 67).

Socialni delavci se vse bolj zavedajo raznolikosti in specifičnosti vsakdanjega življenja starih ljudi ter si prizadevajo mobilizirati vire moči starih ljudi. Pri tem potrebujejo znanje o procesu staranja, socialni politiki starih ljudi ter o različnih praktičnih pristopih in metodah (op. cit.: 68).

Starost s sabo prinaša določene izgube v človekom življenju, bodisi bioloških funkcij ali v psiholoških in socialnih procesih. Ko družina ne more več sama poskrbeti za starega človeka, potrebuje pomoč, vendar pomoč, v kateri je tudi sama udeležena in za katero se dogovorimo skupaj. V jeziku naše stroke ponujamo sodelovanje in tudi učenje za sodelovanje. Pomembna vprašanja so, kakšna pomoč je potrebna, kako jo umestiti in kakšen naj bo delež družine v novih nalogah in oblikah povezanosti (Čačinovič Vogrinčič 2006: 79). Naloga stroke je, da z družino soustvari izvirni delovni projekt pomoči, pa če gre za načrt za življenje starega človeka v družini, kadar je to dober in uresničljiv izid, za raziskovanje pogojev za pomoč na domu ali za pripravo na selitev v dom (ibid.). Socialni delavec pri delu s starimi ljudmi tako išče vire moči v človeku in tudi v njegovem okolju. Njegova naloga je skupaj z uporabnikom v čim večji meri mobilizirati različne razpoložljive vire moči v skupnosti, še prej pa v človeku samemu.

Posebne zahteve socialnega dela kot stroke na področju socialnega dela s starimi ljudmi vključujejo:

- specifična strokovna znanja,
- ustrezen odnos do starih ljudi,
- sposobnost soočanja z nekaterimi etičnimi dilemami.

Področje socialnega dela s starimi ljudmi postaja vedno bolj raznovrstno. Prav tako socialni delavci čedalje bolj razumejo raznovrstnost in heterogenost vsakdanjega življenja starih ljudi ter njihove specifične probleme, ki nastajajo zaradi posebnosti starejšega obdobja življenja kot družbene konstrukcije staranja. Pomembno je, da si socialni delavci prizadevajo poiskati

in mobilizirati moči in vire starih ljudi in niso zgolj usmerjeni na njihovo šibkost (Mali 2007: 67).

Pomembno je, da socialni delavec razume razvojne faze staranja, da upošteva življenjske izkušnje starega človeka ter vloge, ki jih posameznik ima v njegovem okolju. Prav tako je pomembno razumevanje perspektive starega človeka, ugotavljanje funkcionalnih sposobnosti, prepoznavanje potreb na področju duševnega zdravja ter poznavanje dinamike družinskega sistema (Milošević Arnold 1999: 18).

Eksperimentalne raziskave so pokazale, da se je socialno delo dobro umestilo na področju skupnostne skrbi za stare ljudi, pri čemer se ukvarja predvsem s koordiniranjem aktivnosti samega starega človeka, njegovih neformalnih pomočnikov, prostovoljcev in drugih strokovnjakov. Šolani socialni delavci v domovih za stare ali dnevnih centrih pa so še vedno redki. Prav tako sodobne raziskave opozarjajo na premajhno pozornost socialnih delavcev do pojavov ageizma, ki se kaže tako v politiki, kakor tudi v praksi socialnih služb (Milošević Arnold 2003: 12).

Dom za stare je institucija, kjer je ob zdravstveni in telesni oskrbi stanovalcev poskrbljeno tudi za čim večjo možno kvaliteto življenja, optimalno zadovoljevanje socialnih potreb starih ljudi in prizadevanje, da se jih vključi v razne oblike domskega življenja glede na njihove zmožnosti. Namen institucije je, ne samo v domovih za stare, da bi maksimalno zadovoljili potrebe, ki jih posameznik ne more več individualno zagotoviti. Pri institucionalnem varstvu je za posameznike lahko pomembna prostorska povezanost (skupna jedilnica, skupni rekreacija), ki jim pomaga pri prilagajanju na novo življenje in navezovanju socialnih stikov.

Delo socialnega delavca mora biti usmerjeno in organizirano tako, da čim bolj ohranja funkcionalne sposobnosti posameznika. Pri tem je nabolj pomembno upoštevati pravico do

zasebnosti in do neodvisnega življenja starih ljudi. Prav tako pravico posameznika do izbire oblike pomoči, kar pomeni, da se človeku ponudijo storitve, ki si jih on sam želi. Različne storitve, ki jih ponujajo, denimo, domovi, so primerne tedaj, ko človek tudi z zunanjo pomočjo ni več sposoben živeti sam. Za tiste, ki so še vsaj deloma sposobni skrbeti sami zase, pa je njihova ponudba pogosto „preobilna“, saj ljudi pasivizira in jim s tem v bistvu jemlje del njihove avtonomnosti (Milošević Arnold 2006: 15).

Za kvaliteto življenja stanovalcev je pomembna komunikacija in sodelovanje med vsemi, ki se v domovih srečujejo: stanovalci, zaposleni in svojci. To bi privedlo tudi do prijetnejšega vzdušja v domovih, prispevalo k višji kvaliteti življenja stanovalcev in njihovih svojcev, pa tudi k višji kvaliteti življenja zaposlenih. Pri tem ima pomembno vlogo, če ne kar osrednjo, socialna delavka (Milošević Arnold 2003: 42–43).

V povezavi z načinom življenja, ki v institucijah, tudi v domu za stare, poteka po določenem redu, Goffman (Mali 2006: 20) definira pojem „totalna ustanova“. Goffman je pojem totalne ustanove uporabil za tiste ustanove, ki zajemajo tako rekoč vse vidike posameznikova življenjskega kroga. Mali (2008: 134) namreč pravi, da je Goffmanov koncept totalne ustanove pomemben, ker prikazuje moč institucije nad življenjem posameznika in pa po drugi strani opozarja na moč posameznika za preseganje institucionalnih pritiskov. Goffmanov pojem totalne ustanove implicira popolno oskrbo, konkretne aktivnosti, družbeno segregacijo, zaprtost in izolacijo (Mali 2006: 20).

Po Mali (2008: 150) je prisotnost posameznih elementov totalne institucije odvisna od orientacije, usmeritve institucije in obratno. Usmeritev institucije določa obseg, vpliv, pogostost in izrazitost elementov totalne institucije. Nadalje pravi, da dom za stare deluje po zakonitostih totalne institucije, kadar zaposleni v domu bolj poudarjajo elemente medicinske obravnave uporabnikov institucije. Kadar pa so v ospredju elementi socialne usmeritve institucije, ki poudarjajo uporabnika, njegove zahteve, potrebe in aktivno vključevanje v življenje znotraj institucije, je elementov totalne institucije manj.

Milošević Arnold (v Mali 2007: 74) opredeli koncepte, ki so že poznane splošne usmeritve in naj bi veljale za vsa področja socialnega dela. Temeljijo na holističnem razumevanju človeka in njegovih potreb. Gre za najpomembnejša načela socialnega dela s starimi ljudimi:

- partnerstvo – v socialnem delu partnerstvo pomeni, da uporabnik in socialni delavec enakopravno sodelujeta pri definiranju in reševanju problema, da strokovnjak verjame v sposobnost uporabnika za uspešno rešitev problema, za njegovo kompetentost za prevzem odgovornosti in kontole nad svojim življenjem (op.cit: 75);

- perspektiva moči in krepitev moči – od socialnega delavca zahteva, da vidi uporabnike na drugačen način, kar povzroči premik iz usmeritve na posameznikov problem v usmeritev k iskanju novih možnosti in priložnosti (ibid.). Socialni delavec pomaga odkriti, urediti, raziskati in izkoristiti uporabnikovo moč in vire za doseganje ciljev, ki sta jih skupaj v sodelovanju opredelila. Saleebey pravi: „Formula je enostavna: mobiliziraj moč strank s ciljem, da podpreš njihova prizadevanja, da dosežejo svoje cilje in vizije, in stranke bodo imele boljše življenje, ki bo v skladu z njihovimi koncepti kakovosti.“ (Ččinović Vogrinčič 2006: 20);

- zagovorništvo – zagovorništvo poveča občutek moči posameznika; pomaga mu, da pridobi več samozaupanja, postane asertivnejši, dobi več izbire v svojem življenju, izboljša kvaliteto življenja in zmanjša izgube, prikrajšanosti ter izključenosti, zagotavlja spoštovanje in ohranjanje dostojanstva starega človeka (v Mali 2007: 77);

- antidiskriminacijska usmeritev – praksa socialnega dela je usmerjena proti predsodkom, negativnemu odnosu in neustrezni obravnavi ljudi glede na njihove značilnosti, kot so rasa, spol, religija, etična pripadnosti, starost ali kakšna druga; omenjeno načelo nas opozarja, da pri delu s starimi ljudmi ne spregledamo dveh temeljnih etičnih načel – spoštovanja in ohranjanja dostojanstva starih ljudi (op. cit.: 78);

- spodbujanje skupin za samopomoč – gre za skupine, v katerih je povezanih več ljudi, ki se medsebojno povezujejo na podlagi skupne potrebe, težave ali stiske in delujejo kot demokratična in tovariška skupina na temelju energije osnovnega socialnega imunskega vzgiba samopomoči (Ramovš 2003: 428); namen skupin starih ljudi za samopomoč je reševati

osebno osamljenost starih ljudi, zato omenjene skupine prispevajo k zmanjševanju izolacije starih ljudi in medgeneracijske nepovezanosti (v Mali 2007: 79);

- krepitev socialnih mrež – proces staranja in socialne mreže sta recipročno povezana pojava, zato socialni delavec ni osredotočen zgolj na posamezne izgube, s katerimi se sooča star človek, temveč upošteva celoten življenjski kontekst, v katerem se izgube pojavljajo; star človek, ki biva v domu, potrebuje socialno mrežo ljudi, iz katere črpa socialno oporo tako, da se z njimi poveže in ohranja stike – najpomembnejši med njimi so ožji svojci stanovalcev, naslednji najpomembnejši pa so zaposleni v domu (ibid.);

- skupnostna skrb – skupnostna skrb je kolektivno zasnovana in ima za cilj povečanje kvalitete življenja v skupnosti, vzpostavljanje raznih vrst fleksibilnih mrež pomoči, ki so na raspolago različnim potencialnim uporabnikom v njihovem življenjskem okolju (op. cit.: 80).

„Pri oceni situacije, v kateri se je znašel star človek, potrebuje socialni delavec veliko specifičnega znanja, ki se razlikuje od drugih področij socialnega dela. Ocenjuje psihične, emocionalne, kognitivne in socialne zmožnosti starega človeka, preverja možnosti samooskrbe, išče različne vire moči tako v starem človeku, kot v njegovem okolju in možne vire v suportivnem okolju. V tem je socialno delo s starimi ljudmi drugačno od socialnega dela z ljudmi, ki sodijo v druge starostne skupine. Stari ljudje postavljajo zahteve po drugačnih vrednotah, znanju in praktični usposobljenosti socialnih delavcev. Po drugi strani pa lahko socialni delavci zaradi močne družbene konstrukcije starosti in prevladujočih predsodkov do staranja in starih ljudi ravna v nasprotju z etičnimi normami stroke, kar postavlja pred socialno delo etične dileme vprašanja in probleme“ (Mali 2008: 64–54).

Vida Milošević Arnold opozarja na eno izmed temeljnih protislovij socialne stroke, in sicer že samo dejstvo, da se socialno delo ukvarja z nekimi določenimi skupinami ljudi, te ljudi do neke mere diskriminira. To namreč pomeni, da potrebujejo pomoč, ker niso dovolj uspešni in ne dohajajo družbenih pričakovanj, ki so morda prehitre, morda pretežke ali preprosto nesprejemljive. Tako tudi socialni delavci utrjujemo diskriminacijo starih ljudi in tudi mnogih drugih skupin, s katerimi delamo (v Milošević Arnold 2006: 16).

Za socialne delavce je področje socialnega dela s starimi ljudmi nedvomno perspektivno. Milošević Arnold (2000: 261) že sam razvoj različnih oblik dejavnosti in novih storitev, ki se načrtujejo za stare ljudi (dnevni centri, varovana stanovanja), vidi kot priložnost oz. kot izziv za oblikovanje novih profesionalnih vlog socialnih delavcev na tem področju. Prav tako razvoj družbe nasplošno, hitrejši način življenja, preobrazba matrične družine in odnosov v skupnosti nenehno terja vnovično raziskovanje in ugotavljanje potreb starih ljudi v sodobni družbi.

1.9 INSTITUCIONALNO VARSTVO

Bivanje v domačem okolju za starega človeka ni nujno idealno in s tem tudi ne kakovostno. Do tega pride takrat, ko starostnik ne more več skrbeti sam zase in ko neformalno omrežje pomoči ne zadostuje ali odpove. V takem primeru je bolje, da starostnik sprejme eno izmed oblik institucionalnega varstva:

- domsko varstvo,
- dnevno varstvo,
- institucionalno varstvo v drugi družini,
- oskrbna in oskrbovana stanovanja.

Institucionalno bivanje pomeni bivanje v instituciji, pri čemer ima vsaka institucija organiziran sistem napisanih in nenapisanih pravil, ki omogočajo skupinsko povezanost in minimalno stopnjo zasebnosti in samostojnosti (Hojnik - Zupanc 1999: 97) Na splošno imajo vse institucije po definiciji nekaj skupnih značilnosti, kot so: popolna zadovoljitev osnovnih eksistenčnih potreb, predpisan dnevni ritem, racionalizacija dela, skupinske aktivnosti in prevladovanje javnega prostora nad zasebnim (ibid.).

V zgodovini se je pojavilo več vrst zavodov in ustanov, kjer so bivali ljudje, ki so potrebovali pomoč. Prvi primeri dobredelnih zavodov in ustanov se pojavi v začetku 12. stoletja. In sicer v obliki špitalov. Predstavljali so zavetišča za pohabljene, za ljudi, ki so bili prizadeti že od otroštva, ter za reveže. Špitali so se kasneje razvili v bolnišnice, kot jih poznamo danes, na

drugi strani pa so se iz špitalov razvile hiralnice in domovi za stare. V istem obdobju se pojavijo ubožne hiže ali ubožnice. Ljudje, ki si s svojim delom niso mogli priskrbeti osnovnih življenjskih potrebščin, so tukaj dobili primerno oskrbo (Anžič 2002: 45–60).

Po podatkih socialnih zavodov Slovenije je na začetku leta 2012 bilo v Sloveniji na voljo 19.576 mest v 96 domovih in posebnih zavodih na 116 lokacijah. Od tega je v:

- javnih domovih za starejše 13.816 mest v 56 zavodih na 71 lokacijah,
- zasebnih domovih za starejše 4.214 mest pri 36 izvajalcih s koncesijo na 36 lokacijah,
- posebnih zavodih za odrasle 1.546 mest v 5 zavodih na 7 lokacijah (<http://www.ssz-slo.si/slo/main.asp?id=2361E17F> – 18. 2. 2012).

Osnovne storitve, ki jih morajo domovi zagotavljati, obsegajo:

- bivanje oziroma namestitve v eno-, dvo- ali večposteljnih sobah;
- vzdrževanje prostorov in perila;
- organizirano in zdravstvenemu stanju primerno prehrano ter tehnično oskrbo;
- osebno pomoč, socialno oskrbo ter varstvo;
- zdravstveno nego in zdravstveno rehabilitacijo;
- osnovno zdravstveno in specialistično konziliarno dejavnost, ki jo v domovih izvajajo zdravstveni domovi ali zasebni zdravniki.

Dodatne dejavnosti domov lahko obsegajo:

- različne dodatne oskrbne ali druge storitve za stanovalce domov, ki niso zajete v standardiziran obseg posamezne kategorije oskrbe;
- dnevno varstvo za starejše, ki živijo doma in vključuje oskrbne in zdravstvene storitve;
- oskrbne in zdravstvene storitve za stanovalce oskrbovanih stanovanj;
- zagotavljanje ustrezne prehrane in zdravstvene nege ter drugih oblik pomoči posamezniku in družini na domu;
- storitve socialnega servisa na domu za starejše oziroma druge, ki takšno pomoč potrebujejo;

- sodelovanje z drugimi sorodnimi organizacijami, društvi in posamezniki za izvajanje različnih oblik dejavnosti, namenjenih starejšim ljudem zunaj doma;
- opravljanje drugih storitev za starejše v njihovem domačem okolju (<http://www.ssz-slo.si/slo/main.asp?id=2361E17F> 18. 2. 2012).

Dom za stare je zavod, v katerem nekateri stari ljudje preživijo zadnje obdobje svojega življenja. Lahko ga sprejmejo kot veliko breme ali kot najboljšo rešitev za svoje življenje. Od človeka samega, od njegovih svojcev in prijateljev ter od domskega osebja je odvisno, ali bo postal dom za stare zgolj zavod ali tretji dom (Hojnik - Zupanc 1997: 134).

Življenje v domu za stare nedvomno močno vpliva na samopodobo starih ljudi. Mali (2008: 163) pravi, da so tisti stari ljudje, ki živijo v instituciji, dvojno stigmatizirani. Prvič zato, ker so stari, in drugič zato, ker živijo v instituciji, ki v družbi nima ugleda.

Institucijo ustvarjajo posamezniki, vendar ta ni prilagojena celotni posameznikovi osebnosti. Mali (2008: 133) meni, da vsak posameznik v institucijo vstopa s posebnim in edinstvenim delom samega sebe, ki pa je različen od pravil in zapovedi institucije. V povezavi s tem piše, da preveč kontrolirana in zaščitniško usmerjena ideologija v instituciji povzroča pri uporabnikih strah, nemoč, jih utiša in vzbuja neodločno držo, medtem ko poudarjanje individualnosti uporabnikov vzbuja v njih samostojnost, avtonomnost in prevzemanje odgovornosti (ibid.).

Kako pomemben je odnos med stanovalci in zaposlenimi, se pokaže že ob prihodu stanovalca v dom. Zaposleni, ki znajo prisluhniti in videti že začetne težave prilagajanja starostnika na življenje v domu, bodo znali tudi pomagati starostniku. Med njimi se lahko vzpostavi odnos zaupanja, medsebojnega spoštovanja in dobrega sodelovanja, ki zagotavlja prijetno bivanje v instituciji (Mali 2002: 320).

„Raziskave so pokazale, da je vedenje zaposlenih do uporabnikov bolj osebno, toplo in manj kritično, če je praksa ustanove usmerjena k delu z uporabniki in je manj institucionalizirana. V institucijah, kjer si osebje in uporabniki delijo prostor in sodelujejo pri dejavnostih, kar pomeni, da veliko časa preživijo skupaj, je možnosti za socialno distanco malo“ (Mali 2008: 147). Pomembna naloga socialnega dela v domu je zagotavljanje dobrih odnosov med vsemi sistemi, ki se v domovih prepletajo, mesdebojno srečujejo in povezujejo. To so stanovalci, svojci in delavci v domu (op. cit.: 88).

„Zaposleni morajo imeti dovolj razvit čut za starega človeka, srce in dušo na pravem mestu in obilo pravega znanja, da znajo prisluhniti staremu človeku v stiski, ki jo občuti ob prihodu v dom ali pozneje“ (Mali 2004: 105). V odnosu, kjer je prisotno spoštovanje in sprejemanje, se bogatita oba. Tako stanovalci kot tudi zaposleni imajo občutek, da dajejo, hkrati pa tudi prejemajo. „Odkar smo zaposleni v domu, smo se spremenili. Stanovalci so nas spremenili. Sedaj gledamo na stvari drugače. Veliko so nas naučili in mi smo se učili od njih“ (v Mali 2006: 17–27).

Bivanje v instituciji je za starega človeka lahko stresno in obremenjujoče, po drugi strani pa je lahko v veselje, človek se ne počuti več osamljenega in ga življenje z drugimi ljudmi „drži pokonci“. Seveda je to odvisno od tega, kakšen odnos ob prihodu vzpostavi uporabnik z drugimi stanovalci in zaposlenimi v domu. Prav tako je velik faktor tudi temperament človeka in njegova samopodoba. Ljudje se med seboj zelo razlikujejo v svoji čustveni občutljivosti, odzivnosti in izražanju čustev. Skozi rast in razvoj, edukacijo in življenjske izkušnje se oblikuje posameznikova osebnost. Zaradi tega je nujno upoštevati človekovo individualnost ob prihodu starejšega človeka v dom. Prav tako je pomembno, da stanovalci najdejo skupen jezik in so za svoje dobro in dobro vseh pripravljeni sodelovati in se po potrebi prilagoditi življenju v instituciji.

1.10 DNEVNI CENTER KOT OBLIKA INSTITUCIONALNEGA VARSTVA

Dnevni center je namenjen uporabnikom, ki bivajo v svojem domačem okolju in dnevno prihajajo v center, kjer sta jim zagotovljena zdravstveno varstvo in socialna oskrba. Pomeni pomoč družini, kadar zaradi zaposlenosti ali drugih razlogov družinski člani težje preko dneva sami zagotovijo varnost in oskrbo svojim staršem ali sorodnikom. Glede na interes posameznika in njegovo zdravstveno stanje imajo uporabniki v času namestitve možnost vključevanja v skupine in aktivnosti, ki se odvijajo v centru: družabni dogodki, telovadba, bralne ure, knjižnica, ustvarjalne delavnice. Pomembno je, da stari ljudje na nek način sodelujejo v organizaciji aktivnosti, ki so jim namenjene. Izkušnje so pokazale, da oni vedo, kaj najbolj potrebujejo in kaj si želijo. Zato, da bi bili zainteresirani in pripravljeni sodelovati, je potrebno izpolniti njihove želje (Smolić - Krković 1974: 126).

Število storitev, ki so namenjene starim ljudem, od storitev socialne preventive (različni programi za pripravo na čas po upokojitvi, skupine za samopomoč, dejavnost Univerze za tretje življenjsko obdobje) do storitev, ki staremu človeku pomagajo premagovati socialne stiske in težave (storitve prve socialne pomoči, osebne pomoči, pomoči na domu in socialni servisi, institucionalnega varstva), postopoma raste. V mnogih okoljih so že zelo dobro organizirane, ponekod še v povojih, vendar njihov razvoj prerašča zametke, predvsem ko govorimo o socialni preventivi za stare ljudi. V prihodnosti jih bomo potrebovali vedno več, glede na projekcije, ki kažejo na silovito staranje prebivalstva v naslednjih pedesetih letih. Razvijajoče se dejavnosti in nove storitve na tem področju, med katerimi načrtujemo razvoj dnevnih centrov za stare ljudi in izgradnjo varovanih stanovanj, so vsekakor lahko strokovni izziv za oblikovanje novih profesionalnih vlog socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi (Milošević Arnold 2000: 261).

Praksa v evropskih državah je pokazala, da so dnevni centri uspešna oblika socialne skrbi za stare ljudi, predvsem v mestnih okoljih. V tujini so poznani centri za dnevno bivanje s strokovno oskrbo in gerontološki centri, v katerih običajno veliko pomagajo prostovoljci. Dnevni centri so večinoma locirani v domovih za stare, v gerontoloških centrih ali župniščih.

Odperti so nekaj ur dnevno, pet dni v tednu in oskrbujejo 20–22 starih, lahko pa tudi mlajših ljudi, ki potrebujejo tovrstno obliko pomoči. Znane so vsaj štiri osnovne oblike pomoči: prehrana, prevoz, zdravstvena oskrba in nega ter razne oblike svetovanja in posebne terapije. V povprečju je med zaposlenim osebjem vsaj ena oseba prostovoljec (Hojnik - Zupanc 1999: 180).

Kot prostovoljci bi lahko v dnevnem centru delovali sami upokojenci, ki imajo specialno znanje iz svojih poklicev. Prostovoljne oblike dela ali dejavnosti si vsak posameznik izbere glede na svoje sposobnosti in naklonjenosti za določena področja dela. To pomeni, da ni treba usposabljam prostovoljcev za prostovoljno delo, ampak informirati organizacije in civilne družbe, da se zaradi vključevanja prostovoljcev njihovo delo bogati in ne ogroža (Kristančič 2005: 182).

Tako je pri tem socialni delavec lahko kooordinator storitev, kar pomeni, da pomaga staremu človeku in njegovi družini pridobiti pomoč različnih služb, ki obstajajo v danem okolju. Tako na podlagi poznavanja potreb starih ljudi socialni delavec prispeva k razvijanju različnih služb in storitev in k njihovem medsebojnemu povezovanju. Socialni delavec družini lahko da ustrezne informacije in jim pomaga pri reorganiziranju življenja (Mali 2008: 65).

Dnevni centri za stare so organizirani tako, da se v njih pogosto odvija večkratna aktivnost. Organizirana je prehrana, različne rekreativne in kreativne aktivnosti, fizikalna terapija. Brezplačno dajejo nasvete upokojeni pravniki, učitelji organizirajo različne tečaje tujih jezikov. V takšnih centrih je koristno, če imajo pralne stroje, likalnike, šivalne stroje, kar je zelo dobro za samce in jim ženske rade pomagajo pri popravilih obleke. Pomembne so tudi čitalnice in biblioteke, ki jih pogosto podarijo prav uporabniki. Čez poletje se organizirajo različni izleti, hoje, kulturne predstavitve, popotovanja itn. Aktivnosti v takšnih centrih je veliko, kolikor je veliko število ljudi, ki sodelujejo v delovanju, program pa sledi njihovim željam in potrebam. Veliko je centrov, ki so organizirani tako, da je v enem delu vrtec in v drugem delu dnevni center za stare, kar je zelo praktično srednji generaciji. Saj ko gredo iz službe, pridejo po oboje.

Organizacija takšnih ustanov je pokazala odlične rezultate v socializaciji mladih in starih ter za medgeneracijsko sožitje. Izkušnje so pokazale, da so centri za stare pripomogli k zadovoljevanju potreb veliko ljudi na zelo sprejemljiv način. Stari ljudje raje sprejmejo dnevne centre kot kakšno drugo obliko institucionalnega varstva (domovi, varovana stanovanja). Najpomembnejša funkcija centra je socializacija in aktiviranje starejših v zadovoljevanju njihovih potreb in želja. To so postali centri življenja v pravem pomenu besede, odprti za vsakega, čeprav prvotno organizirani za starejše (Smolković - Krković 1974: 127).

Mali (2011: 59) opozarja na problem dostopnosti pomoči starim ljudem in razlike v urbanem in ruralnem področju. Namreč, stari ljudje v ruralnem področju pogosto nimajo na voljo ne institucionalnih oblik pomoči ne skupnostnih oblik pomoči, v urbanin okoljih pa obstaja cela paleta oblik pomoči, ki pa nezadostno odgovarja na potrebe starih ljudi (ibid.). Zato menim, da dnevni center kot oblika institucionalnega varstva še pred ustanovitvijo potrebuje raziskavo o potrebah starih ljudi v lokalni skupnosti. Zelo pomembno je slišati, kaj je tisto, kar bi si ljudje tam želeli početi, kako preživeti čas in kakšne potrebe imajo po zdravstveni in socialni oskrbi.

2 PROBLEM

Zaradi vse hitrejšega načina življenja medčloveški odnosi v sodobni družbi zelo trpijo, še posebej, ko gre za starega človeka kot člana te družbe. Vse manj je časa za sprostitev, za druženje s svojci, prijatelji, za skupno preživljanje prostega časa. Starejši člani družbe tako pogosto ostanejo sami, prepuščeni sami sebi. Še posebej se občutek osamljenosti poveča, ko ljudje izgubijo svojega življenjskega partnerja.

Socialno delo kot stroka ima vlogo poskrbeti za svoje starejše člane družbe v lokalni skupnosti. Center za socialno delo Čakovec nudi različne storitve in oblike socialnega varstva ljudem v lokalni skupnosti. Težava pa je, da ljudje niso dovolj informirani o teh storitvah in oblikah pomoči. V mestu Mursko Središče obstaja le zasebni dom upokojencev, v katerem ni veliko organiziranih aktivnosti. Ob tem dejstvu se poraja vprašanje, kako dopolniti ali bolj organizirati skrb za starejše člane družbe v lokalni skupnosti. Ali bi organizacija dnevnega varstva bila lahko kot dopolnilo obstoječim oblikam socialnih storitev.

Dnevni center je oblika socialnega institucionalnega varstva, namenjena starejšim ljudem, ki še ne potrebujejo zahtevne zdravstvene in socialne oskrbe. Osnovni kriterij za vključevanje oseb v dnevno varstvo je, da se osebe dnevno vračajo domov. Ta dejavnost pomembno dopolnjuje in razbremenjuje družinsko okolje. Prav tako omogoča starim ljudem skupno preživljanje prostega časa, določene aktivnosti, medgeneracijsko družabništvo. Socialni delavci ali drugi strokovnjaki lahko ponujajo svetovanje človeku v stiski, nego, zdravstveno oskrbo in drugo socialno pomoč.

2.1 NAMEN RAZISKOVANJA

V raziskavo želim vključiti prebivalce mesta Mursko Središče in okoliških vasi (Križovec, Peklenica, Štrukovec), starejše od 65 let. Namen raziskovanja je ugotoviti raven vključenosti teh prebivalcev v lokalno socialno mrežo, kakšni so njihovi interesi in aktivnosti v prostem

času. Želim ugotoviti, če poznajo dnevni center kot obliko socialnega varstva za stare ljudi ter stopnjo zainteresiranosti za obiskovanje dnevnega centra in o zaželenih aktivnostih v le-tem.

Z raziskavo želim tudi preveriti naslednje hipoteze:

Stari ljudje najbolj pogosto svoj prosti čas preživljajo pasivno med gledanjem televizije.

Večina starih ljudi pozna dnevni center kot obliko varstva za stare ljudi.

Večina starih ljudi bi potrebovala prostor za počitek v dnevnem centru.

Večina starih ljudi si želi organizirano prehrano v dnevnem centru.

Večina starih ljudi je mnenja, da organizacija prevoza ni nujna za obiskovanje dnevnega centra.

Večina starih ljudi si želi obiskovati dnevni center vsak dan.

Mlajši stari ljudje izbrazo več aktivnosti kot oblik pomoči.

Interes starejših starih ljudi je večji za oblike pomoči kot za aktivnosti.

Stari ljudje, ki so ostali brez partnerja (ter živijo sami ali z drugimi sorodniki), so v večji meri zainteresirani za socialne aktivnosti v organizaciji dnevnega centra kot tisti stari ljudje, ki živijo s partnerjem.

Med moškimi in ženskami obstajajo razlike glede zainteresiranosti obiskovanja aktivnosti v dnevnem centru.

3 METODOLOGIJA

3.1 VRSTA RAZISKAVE

Raziskava je deskriptivna in kvantitativna. Namen deskriptivne raziskave je kvantitativno opredeliti ali oceniti značilnosti proučevanega pojava. Podatki o življenjskih razmerah so zbrani z anketnim vprašalnikom kot standardiziranim merskim instrumentom.

3.2 MERSKI INSTRUMENTI

Kot merski instrument sem uporabila vnaprej sestavljen vprašalnik z 20 vprašanji. Vprašanja so razdeljena po sklopih in so odprtega in zaprtega tipa z vnaprej ponujenimi odgovori. Tematski sklopi, na katere so razdeljena vprašanja, so:

- splošni podatki o starosti, spolu, stanu, načinu preživljanja in kraju bivanja;
- način preživljanja prostega časa, aktivnosti, vključenost v skupnost;
- informiranost o dnevnih centrih za stare, mnenje in interes za takšno obliko varstva in aktivnosti v dnevnem centru.

Vprašalnik je v prilogi št.: 1.

3.3 POPULACIJA IN VZOREC

Populacijo sestavljajo vsi prebivalci naselja Mursko Središče in okoliških vasi Štrukovec, Peklenica, Križovec, stari nad 65 let. Vzorec sem izbrala iz seznama, ki sem ga pridobila v društvu upokojencev. Določila sem, da bom iz mesta Mursko Središče anketirala 40 ljudi in iz vsake vasi po 20 ljudi. Anketirance sem izbrala naključno po njihovih karticah, ki jih imajo kot člani društva. Razmerje med moško in žensko populacijo je 38,71 odstotkov moških in 61,29 odstotkov žensk, ki so sodelovali v anketi.

Področje mesta Mursko Središče z okoliškimi vasi ima 6548 prebivalcev, od tega:

Mursko Središče 3322 prebivalcev,

Križovec 696 prebivalcev,

Hlapičina 765 prebivalcev,

Peklenica ima 1 347 prebivalcev,

Štrukovec ima 418 prebivalcev.

Vzorec, ki sem ga uporabila v raziskavi, je slučajnostni, ker so vsi imeli enake verjetnosti, da pridejo v vzorec.

3.4 ZBIRANJE PODATKOV

Zbiranje podatkov je potekalo v mesecu maju 2011. Anketirance sem obiskala na domu in nekaterim osebno pomagala pri izpolnjevanju vprašalnikov. Anketiranje posameznika je trajalo 20–30 minut, odvisno od tega, če so anketiranci samostojno odgovarjali na vprašanja ali z mojo pomočjo. Prednost takšnega zbiranja podatkov je predvsem v tem, da ni bilo osipa ali „napačnih odgovorov“ zaradi nerazumljivosti vprašanj. Ker sem pri izpolnjevanju vsakega vprašalnika bila zraven, sem tudi imela priložnost obrazložiti vprašanja. Past oziroma pomanjkljivost takšnega anketiranja je v tem, da v anketirancu lahko izzovemo odgovor, ga usmerimo na katerega izmed odgovorov, ki ga sicer ne bi podal, če bi anketo izpolnjeval sam. Nikoli ne moremo biti stoddostno prepričani v posameznikovo objektivnost, ker včasih ljudje nehote izkrivljajo izjave v smeri, ki se jim zdi družbeno bolj sprejemljiva ali pa so zainteresirani za določen izid ankete.

3.5 OBDELAVA IN ANALIZA PODATKOV

Podatke, ki sem jih zbrala pri anketiranju, sem najprej obdelala ročno, s preštevanjem. Pri nadaljnji obdelavi podatkov sem uporabila računalniški program EXCEL in tudi statistični program SPSS.

4 REZULTATI

4.1 SPLOŠNI PODATKI O ANKETIRANCIH

4.1.1 Anketiranci po spolu in kraju bivanja

Tabela 4.1. 1 Anketiranci po spolu in kraju bivanja

Spol	Mursko Središče	Odstotek	Vasi	Odstotek	Skupaj	Odstotek skupaj
Moški	14	15.05 %	22	23.66 %	36	38.71 %
Ženske	24	25.81 %	33	35.48 %	57	61.29 %
Skupaj	38	40.86 %	55	59.14 %	93	100 %

V raziskavi je sodelovalo 93 oseb, starih nad 65 let. Iz tabele je razvidno, da je v raziskavi sodelovalo 36 moških, kar pomeni 38,71 odstotkov, in 57 žensk, kar pomeni 61,29 odstotkov. Kot je razvidno iz tabele 4.1.1., so razlike med številom moških in žensk velike, kar je verjetno posledica večje umrljivosti moških ter daljše življenjske dobe žensk. Od 93 anketiranih je v raziskavi sodelovalo 38 (40,86 %) oseb iz mesta Mursko Središče ter 55 (59,14 %) oseb iz okoliških vasi (Peklenica 21, Križovec 17, Štrukovec 11, Hlapičina 6).

4.1.2 Starostna struktura anketirancev

Tabela 4.1. 2 Starostna struktura anketirancev

Starostna kategorija	Število oseb %
Mladi stari 65–74 let	54 (58,06 %)
Srednje stari 75–84 let	32 (34,41 %)
Stari stari nad 85 let	7 (7,53 %)
Skupaj	93 (100 %)

Od 93 oseb skupini mladi stari pripada 58,06 odstotkov anketirancev, 34,41 odstotkov anketiranih je srednje starih in 7,53 odstotkov se opredeli v kategorijo stari stari.

Graf 4.1. 2 Starostna struktura anketirancev



4.1.3 Materialni položaj anketiranih

Tabela 4.1. 3 Materialni položaj anketiranih

Način preživljanja /dohodki		Število
Pojnina	Starostna	58
	Družinska	5
	Kmečka	3
	Invalidska	14
	Tuja	11
	Državna	0
Iz premoženja (zemlja, najemnina ...)		4
Brez dohodkov		2

Od 93 anketiranih oseb 91 ljudi prejema pojnino, 2 osebi sta brez dohodkov. 58 ljudi ima starostno pojnino, 5 oseb družinsko, 3 anketiranci imajo kmečko pojnino, 14 oseb

prejema invalidsko pokojnino, 11 anketirancev ima tujo pokojnino. Iz tabele je razvidno, da največ ljudi ima starostno pokojnino.

4.2 OPIS NAČINA ŽIVLJENJA

4.2.1 Anketiranci po bivanju v skupnem gospodinjstvu

Tabela 4.2. 1 Anketiranci po bivanju v skupnem gospodinjstvu

S KOM BIVA	Spol				SKUPAJ	
	Moški	Moški odstotek	Ženske	Ženske odstotek		
Z zakoncem	28	30,11 %	33	35,48 %	61	65,59 %
Sam	2	2,15 %	4	4,30 %	6	6,45 %
Z drugimi sorodniki	6	6,45 %	20	21,51 %	26	27,96 %
Skupaj	36	38,71 %	57	61,29 %	93	100 %

Graf 4.2. 1 Anketiranci po bivanju v skupnem gospodinjstvu



Od 93 anketirancev jih z zakoncem živi 65,59 odstotkov, med katerimi je 28 moških in 33 ženskih oseb. Same živijo 4 ženske in 2 moška, kar je skupaj 6,45 odstotkov. Z drugimi sorodniki živi 27,96 odstotkov anketirancev, med katerimi je 6 moških in 20 žensk. Iz tabele je tudi razvidno, da je več vdovelih žensk kot moških. Iz grafa in tabele lahko sklepamo, da največ ljudi še vedno živi s svojim življenjskim partnerjem.

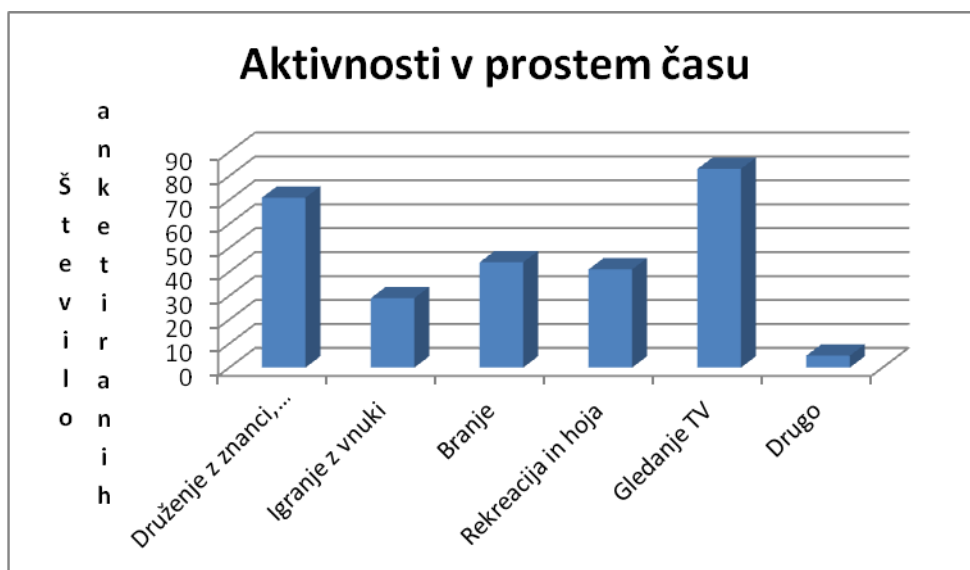
4.2.2 Preživljanje prostega časa

Hipoteza: Stari ljudje najbolj pogosto svoj prosti čas preživljajo pasivno med gledanjem televizije.

Tabela 4.2. 2 Preživljanje prostega časa

PROSTI ČAS	ŠTEVILO ANKETIRANCEV
Druženje z znanci, sosedi prijatelji	71
Igranje z vnuki	29
Branje	44
Rekreacija in hoja	41
Gledanje TV	83
Drugo	5

Graf 4.2. 2 Preživljanje prostega časa



Od 93 anketiranih oseb jih 71 preživlja prosti čas v družbi sosedov in prijateljev, 29 se jih igra z vnuki, 44 anketiranih v prostem času bere, 41 anketirancev se rekreira, 83 pa v prostem času gleda televizijo. Kot je iz tabele in grafa razvidno, je gledanje televizije najbolj pogosto izbrana dejavnost, kar je na nek način pokazatelj, da stari ljudje uživajo bolj umirjeno in pasivno življenje. Radi več počivajo, ker postanejo hitro utrujeni, saj se v starosti pojavijo tudi kakšne bolezni, kot so visok krvni pritisk, bolečine v sklepih, diabetes ipd. Iz grafa je razvidno, da stari ljudje radi preživljajo prosti čas z njim pomembnimi ljudmi. Radi se družijo, saj je pomembno skrbeti za svoje socialno omrežje, biti udeležen v skupnosti. Ker področje mesta Mursko Središče in okoliških vasi ni še toliko urbano razvito in je vse kot ena velika vas, se veliko ljudi med sabo pozna. Še vedno je prisotna „*kultura pozdravljanja*“, ki je v večjih mestih ni več in so ljudje, se mi zdi, bolj odtujeni.

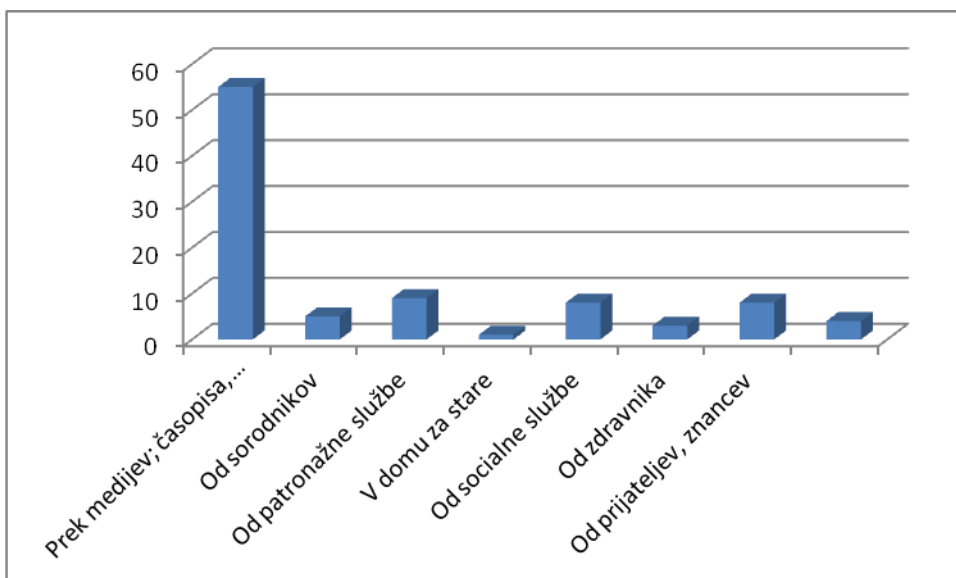
4.3 INFORMIRANOST O DNEVNEM CENTRU KOT OBLIKI INSTITUCIONALNEGA VARSTVA STARIH LJUDI

4.3.1 Informiranost anketirancev o delovanju dnevnega centra za stare

Tabela 4.3. 1 Informiranost anketiranih o dnevnem centru za stare ljudi

VIR INFORMACIJ	ŠTEVILO
Preko medijev – časopis, tv radio	55
Od sorodnikov	5
Od patronažne službe	9
V domu upokojencev	1
V socialni službi	3
Od zdravnika	8
Od prijatelja, znanca	8
Do zdaj nisem vedel za DC	4

Graf 4.3. 1 Viri informacij o dnevnem centru za stare ljudi



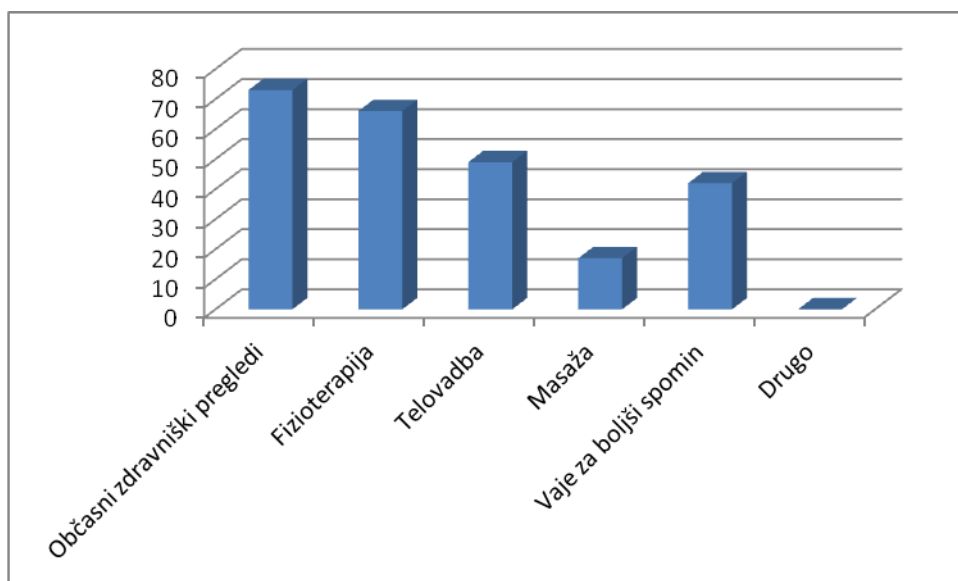
Iz tabele in grafa je razvidno, da je 55 anketiranih oseb prve informacije o dnevnem centru za stare pridobilo preko medijev, televizije, časopisa. 5 anketirancev je za DC slišalo od sorodnikov, 9 oseb preko patronažne službe, 1 oseba v domu upokojencev, 8 anketiranih je informacije pridobilo v socialni službi in trije od zdravnika. Od prijateljev in znancev pa je za DC izvedelo 8 anketirancev. Do sedaj za dnevni center za stare niso vedeli 4 anketiranci. Iz tega grafa lahko sklepamo, da se o dnevnem centru kot obliki pomoči ljudje zelo malo pogovarjajo, ker so vse, kar so ljudje slišali o dnevnem centru, slišali preko različnih medijev, kot da še vedno o tem obstajajo različni predsodki ali kot da se jih tema ne dotika. Čeprav je, sodeč po tem, da veliko prostega časa preživijo pri gledanju televizije, razumljivo, da so za tako obliko varstva starih ljudi izvedeli v medijih.

4.3.2 Vrsta pomoči kot potreba uporabnika dnevnega centra

Tabela 4.3. 2 Vrsta pomoči kot potreba uporabnika dnevnega centra za stare ljudi

VRSTA POMOČI	ŠTEVILO
Občasni zdravniški pregledi	73
Fizioterapija	66
Telovadba	49
Masaža	17
Vaje za boljši spomin	42
Drugo	0

Graf 4.3. 2 Vrsta pomoči kot potreba uporabnika dnevnega centra za stare ljudi



Kot uporabnik DC bi 73 anketiranih potrebovalo občasne zdravniške preglede, 66 oseb bi potrebovalo fizioterapijo. Zaradi telovadbe bi DC obiskovalo 49 anketirancev, 17 oseb bi potrebovalo masažo in 42 anketiranih bi obiskovalo DC zaradi vaj za boljši spomin. Iz grafa je razvidno, da je največ potrebe po zdravniških pregledih in fizioterapiji, kar je razumljivo, saj je raziskava narejena med starejšo populacijo. V obdobju, ko telesna zmogljivost upada, mišice, sklepi in kosti postajajo šibkejši, pojavljajo se razne bolečine. Zdi se mi, da se je za

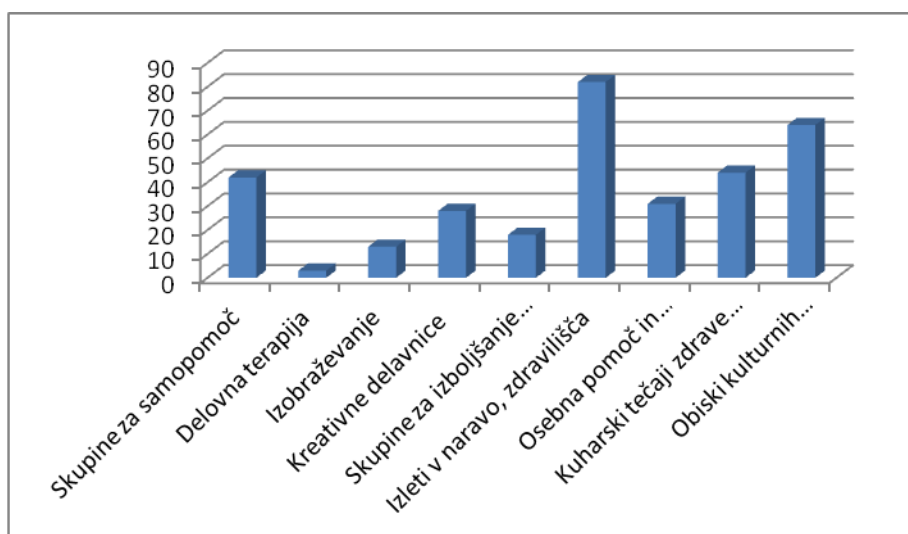
masažo malo ljudi odločilo, ker je pri nas masaža še vedno neka oblika luksuza. Všeč mi je, ker je tudi za vaje za boljši spomin relativno velik interes, saj s starostjo spomin zelo hitro peša in se tega ljudje hitro zavedajo, zdaj pa so pripravljeni poiskati način za urjenje spomina.

4.3.3 Možne aktivnosti dnevnega centra interesne skupine

Tabela 4.3. 3 Možne aktivnosti dnevnega centra interesne skupine

AKTIVNOST	ŠTEVILO
Skupine za samopomoč	42
Delovna terapija	3
Izobraževanje, učenje (tuji jeziki)	13
Kreativne delavnice (likovna, vrtnarjenje)	28
Skupine za izboljšanje socialnih veščin	18
Obiski kulturnih dogodkov, razstav	64
Izleti v naravo, zdravilišča	82
Osebno svetovanje	31
Kuharski tečaji zdrave prehrane	44

Graf 4.3. 3 Možne aktivnosti dnevnega centra interesne skupine



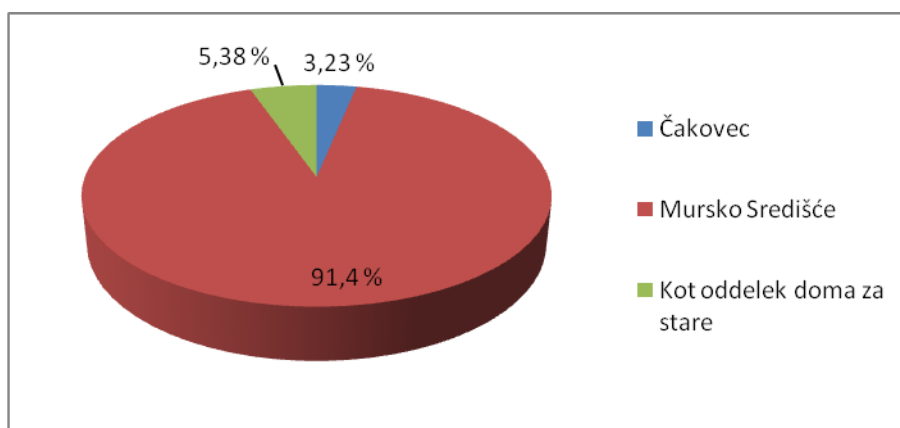
Iz tabele je razvidno, da bi od 93 anketiranih oseb 42 anketiranih obiskovalo skupine za samopomoč, trije bi se udeležili delovne terapije. 13 anketirancev bi se rado izobraževalo in učilo tuje jezike, 28 bi jih sodelovalo v kreativnih delavnicah, 18 oseb pa bi obiskovalo skupine za izboljšanje socialnih veščin. Od 93 anketiranih bi se jih 64 vključilo v DC zaradi obiskov kulturnih dogodkov, 82 anketirancev bi se udeleževalo izletov v naravo in v zdravilišča, 31 anketirancev bi potrebovalo osebno svetovanje. Kuharski tečaj zdrave prehrane bi se udeležilo 44 anketiranih. Največkrat izbrane aktivnosti, ki bi se jih stari ljudje radi udeleževali kot člani dnevnega centra, so različni izleti v naravo in v zdravilišča, kar me ne preseneča, saj jim na nek način pomaga pri vzdrževanju kondicije, ki sicer z leti upada. Zdravilišča pogosto priporočajo tudi zdravniki, ko ljudje imajo artritis, ki je dokaj pogosta bolezen pri starih ljudeh, da se lahko razgibavajo v topli vodi.

4.3.4 Mnenje o najbolj primerni lokaciji za DC

Tabela 4.3. 4 Mnenje o najbolj primerni lokaciji dnevnega centra za stare ljudi

Lokacija	Število
V Čakovcu	3 (3,23 %)
V Murskem Središču	85 (91,40 %)
Kot del doma za upokojence	5 (5,38 %)

Graf 4.3. 4 Mnenje o najbolj primerni lokaciji dnevnega centra za stare ljudi



Od 93 anketiranih 3 osebe menijo, da bi dnevni center za stare lahko bil lociran v Čakovcu. 85 anketirancev za najbolj primerno lokacijo izbira Mursko Središče, kar je razumljivo tako za meščane Murskega Središča kakor tudi za ljudi iz okoliških vasi, saj je relativno blizu vsem. 5 anketiranih oseb je mnenja, da bi dnevni center lahko bil organiziran kot oddelek doma upokojencev.

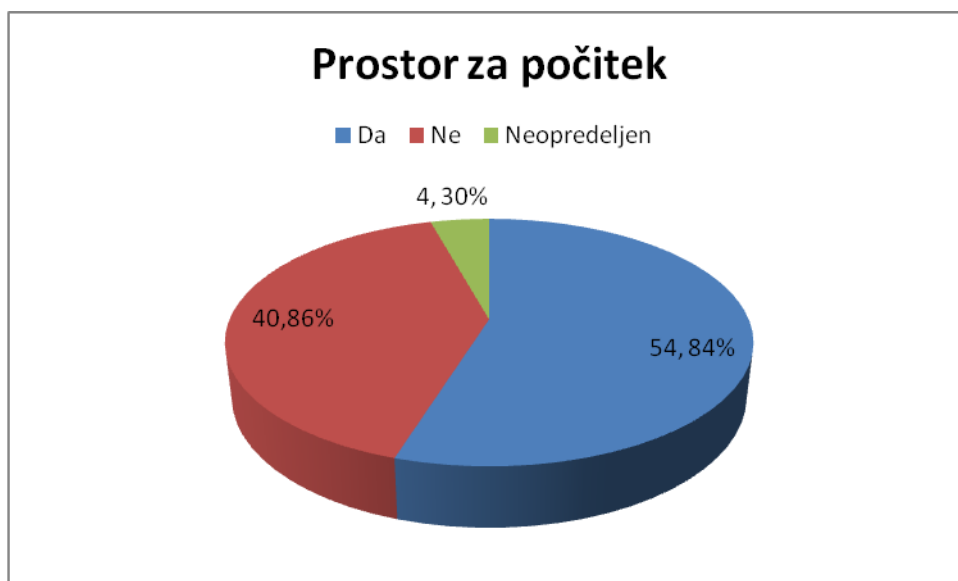
4.3.5 Potreba uporabnikov po prostoru za kratek počitek

Hipoteza: Večina starih ljudi bi potrebovala prostor za počitek v dnevnem centru.

Tabela 4.3. 5 Potreba uporabnikov po prostoru za kratek počitek

Prostor za počitek	Število
Da	51 (54,84 %)
Ne	38 (40,86 %)
Neopredeljen	4 (4,30 %)

Graf 4.3. 5 Potreba uporabnikov po prostoru za kratek počitek



Od 93 oseb, ki so sodelovale v anketi, je 54,84 odstotkov anketiranih mnenja, da v DC mora obstajati prostor za kratek počitek, kar je razumljivo, saj stari ljudje radi počivajo, ker hitreje postanejo utrujeni. Prostor za počitek se ne zdi pomemben 40,86 odstotkov anketirancev, mogoče zaradi tega, ker so navajeni počivati samo v svojem domu ali bi jih to preveč spominjalo na dom upokojencev, saj je v družbi se vedno ustaljeno negativno stališče o tem, neopredeljenih je ostalo 4,30 odstotkov anketirancev.

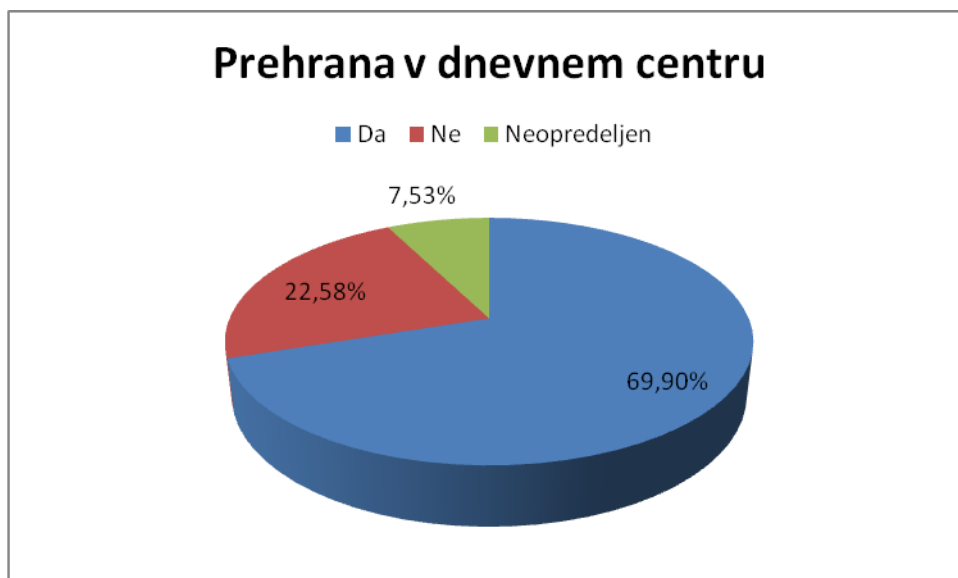
4.3.6 Prehrana v dnevnem centru

Hipoteza: Večina starih ljudi si želi organizirano prehrano v dnevnem centru.

Tabela 4.3. 6 Prehrana v dnevnem centru

Prehrana/topli obrok	Število/odstotek
Da	65 (69,90 %)
Ne	21 (22,58 %)
Neopredeljen	7 (7,53 %)

Graf 4.3. 6 Prehrana v dnevnem centru



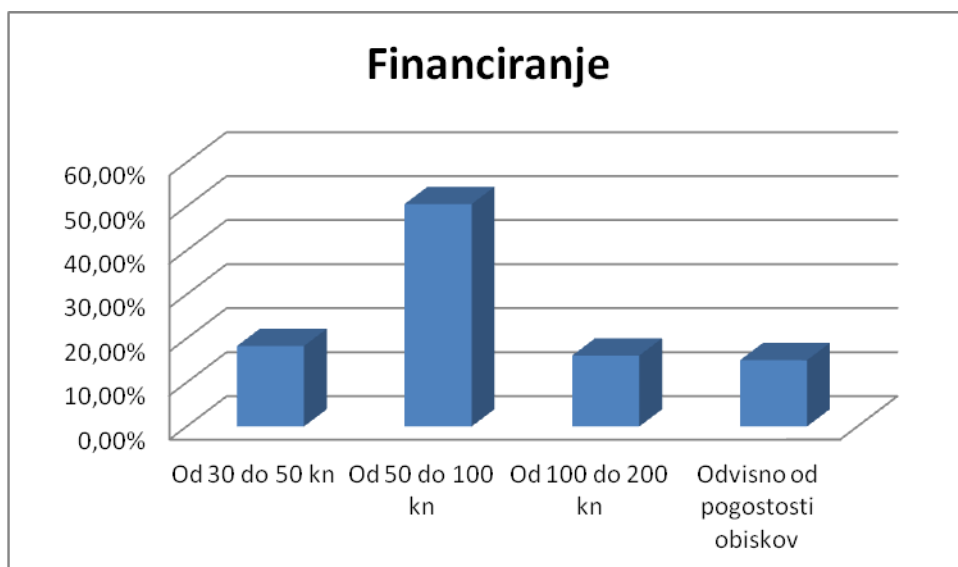
Od 93 anketirancev 69,90 odstotkov ljudi meni, da bi v DC bilo treba organizirati prehrano, 22,58 odstotkov ljudi je mnenja, da to ni potrebno, 7,53 odstotkov je ostalo neopredeljenih. Večina ljudi bi si želela obroka v dnevnem centru, kar je pokazatelj, da se na nek način zavedajo pomembnosti redne prehrane. V starosti je še posebej pomembno, da človek skrbi za svoje prehranjevalne navade, in je nujno, da pazi, da je ta hrana raznolika in zdrava. Pogosto ljudje, če so sami, menijo, da se jim ne splača kuhati samo zase, kar jim zdaj tudi ne bi bilo treba.

4.3.7 Mesečno financiranje obiskovanja dnevnega centra

Tabela 4.3. 7 Mesečno financiranje obiskovanja dnevnega centra

Financiranje	Število
Od 30 do 50 kn	17 (18,28 %)
Od 50 do 100 kn	46 (50,54 %)
Od 100 do 200 kn	15 (16,13 %)
Odvisno od pogostosti obiskov	14 (15,05 %)

Graf 4.3. 7 Mesečno financiranje obiskov dnevnega centra



Za obiskovanje dnevnega centra bi 18,28 odstotkov anketirancev mesečno lahko plačevalo od 30 do 50 kn, 50,54 odstotkov ljudi bi lahko plačevalo od 50 do 100 kn, 16,13 odstotkov anketiranih bi lahko plačevalo tudi do 200 kn, 15,05 odstotkov anketirancev je mnenja, da bi plačevali odvisno od pogostosti obiskov. Iz grafa je razvidno, da bi vsaj polovica obiskovalcev lahko plačevala od 50 do 100 kn, kar je neka srednja cena in bi jo lahko izdvojili od pokojnine. Zdi se mi pomembno poudariti skupino, ki bi plačevala po obisku, kar je tudi nek pokazatelj razporejanja stroškov in varčevanja pri starih ljudeh.

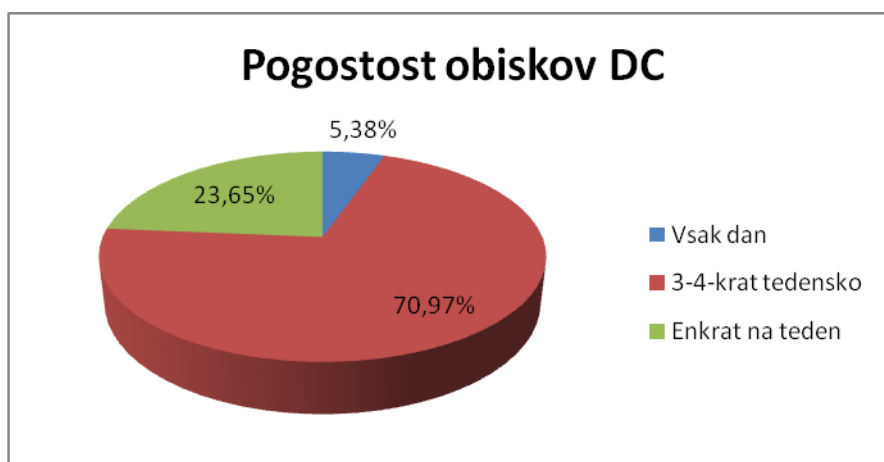
4.3.8 Pogostost obiskov čez teden

Hipoteza: Večina starih ljudi si želi obiskovati dnevni center vsak dan.

Tabela 4.3. 8 Pogostost obiskov dnevnega centra čez teden

Pogostost obiskov	Število
Vsak dan	5 (5,38 %)
3–4-krat tedensko	66 (70,97 %)
Enkrat na teden	22 (23,65 %)

Graf 4.3. 8 Pogostost obiskov dnevnega centra čez teden



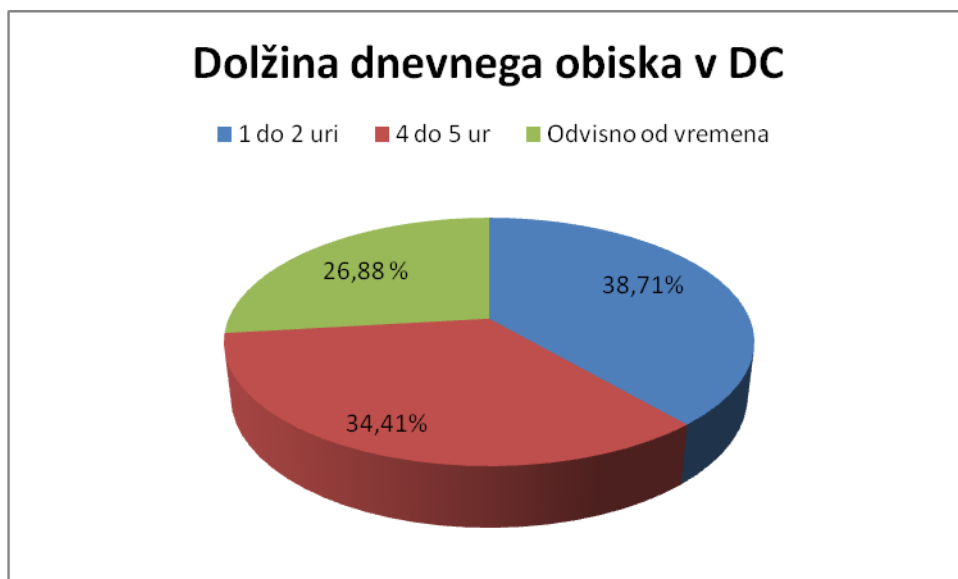
Od 93 oseb, ki so sodelovale v anketi, bi samo 5,38 odstotkov anketirancev DC obiskovalo vsak dan, 70,97 odstotkov ljudi bi ga obiskovalo 3–4-krat tedensko, 23,65 odstotkov bi prišlo v DC samo enkrat na teden. Verjetno se je zaradi drugih obveznosti, opravil ali navad večina odločila za 3–4-kratni tedenski obisk, kar je mogoče tudi odvisno od programa, ki bi ga ponujal dnevni center ob različnih dnevih.

4.3.9 Dolžina dnevnega obiska v dnevnem centru

Tabela 4.3. 9 Dolžina dnevnega obiska v dnevnem centru

Dolžina dnevnega obiska v DC	Število
1 do 2 uri	36 (38,71 %)
4 do 5 ur	32 (34,41 %)
Odvisno od vremena, letnega časa	25 (26,88 %)

Graf 4.3. 9 Dolžina dnevnega obiska v dnevnem centru



Dnevno bi 38,71 odstotkov anketiranih v DC rado preživel 1 do 2 uri. Med 4 in 5 urami pa bi v DC rado preživel 34,41 odstotkov anketirancev. Nekateri, in sicer 26,88 odstotkov anketiranih, menijo, da bi to bilo odvisno od vremena in letnega časa. V tem grafu je razvidno, da bi ljudje čisto različno preživljali čas v dnevnem centru, mogoče zaradi drugih obveznosti ali načina, na kateri so prosti čas preživljali do zdaj, ali zaradi utrujenosti. Tisti, ki so se odločili za večurni obisk, mogoče nimajo kaj drugega početi ali so osamljeni ali si želijo več različnih aktivnosti in preprosto zapolniti čas. Skupino, ki se je odločila, da bi se z obiski prilagodila vremenu ali letnem času, razumem, saj jim je mogoče v zimskem obdobju težje prihajati, ker morajo biti bolj pazljivi, če je spolzko. Po drugi strani verjetno imajo v zimskem obdobju več prostega časa, ker nekateri verjetno imajo v letnem času zunanja opravila okrog hiše, vrta.

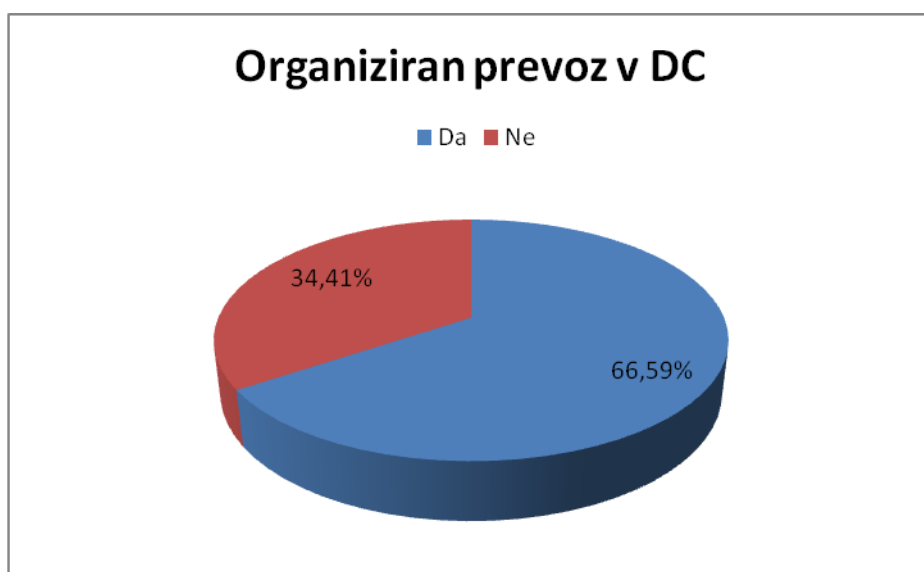
4.3.10 Organizacija prevoza v dnevni center

Hipoteza: Večina starih ljudi je mnenja, da organizacija prevoza ni nujna za obiskovanje dnevnega centra.

Tabela 4.3. 10 Organizacija prevoza v dnevni center

Organiziran prevoz v DC	Število
Da	61 (66,59 %)
Ne	32 (34,41 %)

Graf 4.3. 10 Organizacija prevoza v dnevni center



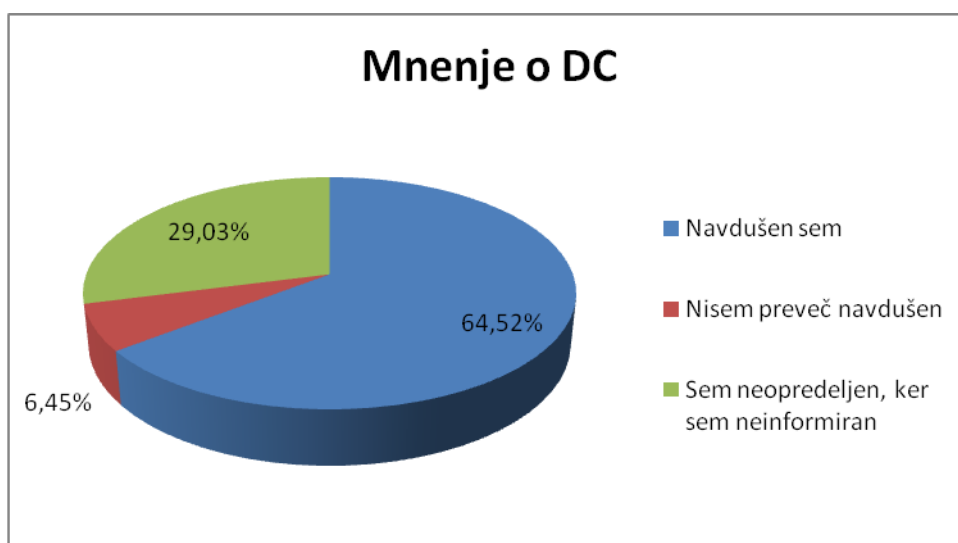
Od 93 anketiranih oseb je 66,59 odstotkov anketirancev mnenja, da je nujna organizacija prevoza. Ostalih 34,41 odstotkov anketiranih misli, da to ni potrebno. Čeprav sem menila, da organizacija prevoza v dnevni center ne bo potrebna, ker ni velika razdalja med vsemi naselji, se večini starih ljudi zdi nujna organizacija prevoza v dnevni center, kar razumem, ker jih večina verjetno ne vozi več ali pa sploh nimajo voznškega dovoljenja, verjetno pa tudi ne bi hoteli obremenjevati svojcev, da jih vozijo. Za negativen odgovor so se verjetno odločili tisti, ki še vedno vozijo ali pa jih lahko pripelje partner ali lahko pridejo peš in se sproti razgibajo.

4.3.11 Mnenje o dnevnem centru kot obliki pomoči za stare ljudi

Tabela 4.3. 11 Mnenje o dnevnem centru kot obliki pomoči za stare ljudi

Mnenje o DC	Število
Navdušen sem	60 (64,52 %)
Nisem navdušen	6 (6,45 %)
Neopredeljen	27 (29,03 %)

Graf 4.3. 11 Mnenje o dnevnem centru kot obliki pomoči za stare ljudi



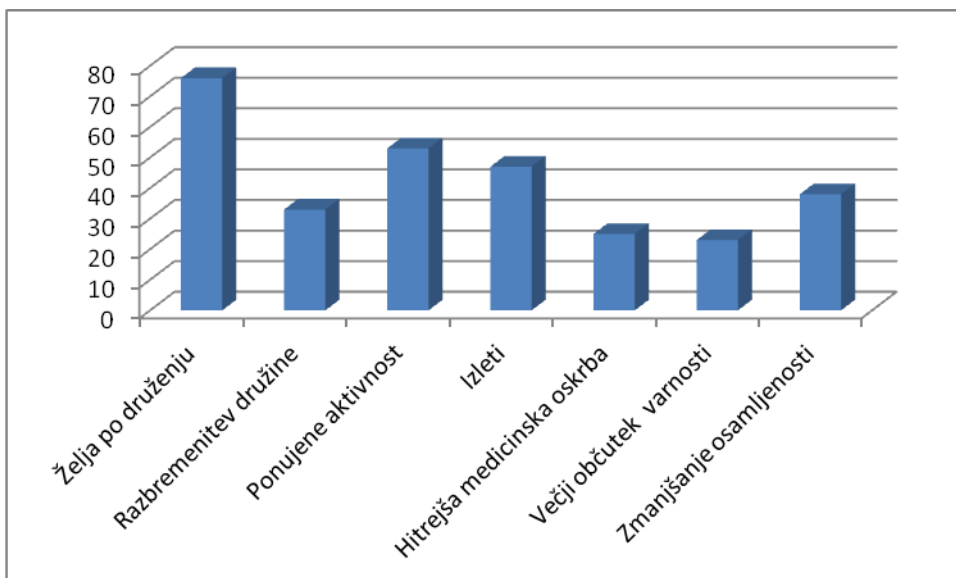
Od 93 anketirancev je 64,52 odstotkov ljudi, ki so sodelovali v anketi, navdušenih nad idejo o dnevnem centru za stare, 6,45 odstotkom ljudi pa to ni všeč. Pri tem vprašanju je 29,03 odstotkov ljudi ostalo neopredeljenih, ker niso o tem dovolj informirani. Iz grafa je razvidno, da je navdušenje nad idejo o snovanju dnevnega centra kar veliko, iz česa lahko sklepamo, da si ljudje želijo aktivnosti, pomoči in so zainteresirani za druženje ter kakovostno preživljanje prostega časa.

4.3.12 Razlogi posameznika za bivanje v dnevnem centru

Tabela 4.3. 12 Razlogi posameznika za bivanje v dnevnem centru

Razlogi za obisk DC	Število
Želja po druženju	76
Razbremenitev družine	33
Ponujene aktivnosti	53
Izleti	47
Hitrejša medicinska oskrba	25
Večji občutek varnosti	23
Zmanjšanje osamljenosti	38

Graf 4.3. 12 Razlogi posameznika za bivanje v dnevnem centru



Od 93 anketiranih oseb bi se za bivanje v DC 76 oseb odločilo zaradi želje po druženju, 33 osebe zaradi razbremenitve družine, 53 anketirancev bi se za obisk DC odločilo zaradi ponujenih aktivnosti in 47 oseb zaradi izletov, 25 oseb je kot razlog obiskovanja DC navedlo hitrejšo medicinsko oskrbo, 23 anketirancev bi prihajalo zaradi večjega občutka varnosti, 38 anketiranih bi obiskovalo DC, da zmanjšajo svojo osamljenost. Razlog za obisk dnevnega centra, ki so ga anketiranci največkrat izbrali, je želja po druženju, se pravi, da si želijo še več socialnih interakcij, kot so jih imeli do zdaj. Kot vidimo iz grafa, ni neke pomembne razlike med ostalimi razlogi in večina ljudi jih je izbrala več, kar je tudi razumljivo, saj so med sabo vezani. Tisti, ki si želijo znanjšati osamljenost, imajo verjetno tudi željo po druženju. Tisti, ki si želijo razbremeniti družino, da ne bi toliko bili odvisni od nje, verjetno potrebujejo tudi medicinsko oskrbo, ali bi se hoteli počutiti bolj varne, vedo pa, da svojci nimajo veliko prostega časa, ki bi ga z njimi preživljali. Nekateri si želijo bolj izpolniti življenje, spoznati nove kraje in si želijo biti bolj aktivni v družbi.

4.3.13 Hipoteza: Mlajši stari ljudje izbirajo več aktivnosti kot oblik pomoči.

Tabela 4.3. 13 Hipoteza: Mlajši stari ljudje izbirajo več aktivnosti kot pomoči.

	N	M	SD	T	P
Aktivnost	54	4,31	1,53	-9,71	0,000
Pomoč	54	2,20	0,71		

Iz tabele je razvidno, da je razlika med potrebami mlade skupine značilna, saj izbirajo statistično pomembno več aktivnosti kot oblik pomoči ($p < 0,05$). Se pravi, da je naša hipoteza potrjena, kar lahko pripišemo letom in še vedno relativno velikemu interesu za različne aktivnosti, kot so različni izleti, kreativne delavnice, skupine za samopomoč, različne oblike izobraževanja. Iz tega lahko sklepamo, da so pri 70-tih letih še vedno dokaj aktivni in si želijo druženja ter kakovostno izpolniti prosti časi, nimajo pa še toliko velike potrebe po pomoči, kot so fizioterapija ali pogostejši zdravniški pregledi.

4.3.14 Hipoteza: Interes starejših starih ljudi je večji za oblike pomoči kot za aktivnosti.

Tabela 4.3. 14 Hipoteza: Interes starejših starih ljudi je večji za oblike pomoči kot za aktivnosti.

	N	M	SD	t	p
Aktivnost	39	2,36	1,01	4,49	0,000
Pomoč	39	3,28	0,76		

Rezultati iz tabele prikazujejo, da so starejši starostniki izbrali statistično pomembno več oblik pomoči kot aktivnosti ($p < 0,05$), kar je bilo tudi pričakovano, saj v poznejših letih ljudje svoj prosti čas pogosteje preživljajo bolj pasivno in umirjeno. Razlogi bi lahko bili tudi

zdravstvene narave, pogosto imajo ljudje težave z hojo, pojavijo se različne bolezni, kot so artritis, visok krvni pritisk ipd.

Za potrebe preverjanja teh dveh hipotez sem razmejila skupine na „mlade stare“ (od 65 do 74 let) in na „stare stare“ (od 75 do 85 ali več). Torej, združila sem „srednje stare“ in „stare stare“, kar se mi ne zdi preveč pomembno, ker ni bilo veliko anketiranih starejših od 85 let.

4.3.15 Hipoteza: Stari ljudje, ki so ostali brez partnerja (ter živijo sami ali z drugimi sorodniki), so v večji meri zainteresirani za socialne aktivnosti v organizaciji dnevnega centra kot tisti stari ljudje, ki živijo s partnerjem.

Tabela 4.3. 15 Hipoteza: Stari ljudje, ki so ostali brez partnerja (ter živijo sami ali z drugimi sorodniki), so v večji meri zainteresirani za socialne aktivnosti v organizaciji dnevnega centra kot tisti stari ljudje, ki živijo s partnerjem.

	N	M	SD	t	p
Brez partnerja	32	3,91	1,92	-1,62	0,112
S partnerjem	61	3,28	1,45		

Iz tabele je razvidno, da so ljudje, ki živijo brez partnerja, v povprečju zbirali več aktivnosti kot tisti, ki še vedno živijo s partnerjem, ampak ne glede na to razlike niso statistično pomembne. Našo hipotezo lahko zavrnemo, saj je $p > 0,05$. Iz rezultatov ne moremo sklepati, da si tisti, ki so ostali brez partnerja, želijo sodelovati v več aktivnostih v dnevnem centru v primerjavi s tistimi, ki še živijo s partnerjem. Hipotezo sem postavila tako, ker sem predvidevala, da bi tisti brez partnerja lahko bili bolj osamljeni, ali tudi če živijo z drugimi člani družine, jim nočejo biti v napoto. Pomembno je tudi, da pri raziskavi upoštevamo razlike v številu tistih, ki živijo s partnerjem, in tistih, ki so ovdoveli.

4.3.16 Hipoteza: Med moškimi in ženskami obstajajo razlike glede na zainteresiranost obiskovanja aktivnosti v dnevnem centru.

Tabela 4.3. 16 Hipoteza: Razlike med moškimi in ženskami v zainteresiranosti po vključevanju v aktivnosti.

	N	M	SD	t	p
Moški	36	3,06	1,55	-2,11	0,038
Ženske	57	3,77	1,66		

Iz tabele je razvidno, da obstajajo razlike med moškimi in ženskami v zainteresiranosti za sodelovanje v aktivnosti dnevnega centra, saj je $p < 0,05$ in je hipoteza potrjena, ampak pri tem je nujno upoštevati razlike med vzorci, saj je moških v raziskavi sodelovalo manj kot žensk, kar lahko pripišemo večji umrljivosti moških in daljši življenjski dobi žensk.

5 RAZPRAVA

Z raziskavo sem želela izvedeti informiranost starih ljudi na področju mesta Mursko Središče in okoliških vasi (Peklenica, Štrukovec, Križovec, Hlapičina) o dnevnem centru kot obliki pomoči za stare ljudi. Namen raziskave je bil ugotoviti osnovne podatke o določeni starostni skupini, način preživljanja, kakšni so interesi in aktivnosti v prostem času, kakšna je njihova vključenost v lokalno socialno mrežo. Zanimalo me je tudi, kakšno je njihovo mnenje o snovanju dnevnega centra, kako bi želeli preživljati svoj čas bivanja v centru, kakšnih pomoči so potrebni ter kakšne aktivnosti si želijo. S hipotezami sem hotela preveriti, če obstajajo večje potrebe po aktivnostih kot po pomoči pri „mladih starih“ (do 75 let), ter če obstajajo pri „srednje starih“ (nad 75 let), h katerim sem pridružila tudi „stare stare“ (nad 85 let), ker jih v raziskavi ni sodelovalo znatno veliko, večje potrebe po oblikah pomoči kot po aktivnostih. Z naslednjo hipotezo predvidevam, da bi lahko obstajale večje potrebe po vključevanju v socialne aktivnosti tistih, ki živijo sami, ali z drugimi sorodniki, kot tistih, ki še vedno živijo s partnerjem.

V raziskavi je sodelovalo 93 oseb, starih nad 65 let, od tega je 38,71 odstotkov moških in 61,29 odstotkov žensk. Ker je vzorec slučajnostni, so razlike med številom moških in žensk velike. Večje število žensk, ki so bile vključene v raziskavo, je verjetno posledica večje umrljivosti moških ter daljše življenjske dobe žensk. Mnogi sociogerontologi menijo, da moški umirajo prej zaradi hujših in pogostejših stresov (nenehno tekmovanje, hlastanje po uspehu), čeprav tudi ženske doživljajo hude strese (nosečnost, porod). Nekateri ugotovitve pa kažejo, da ženske bolje prenašajo strese, npr. v koncentracijskih taboriščih med 2. svetovno vojno jih je preživel več kot moških, tudi med dolgotrajnim obleganjem nekdanjega Leningrada sta lakota in pomanjkanje pobrala več moških (Pečjak 2007:40). Od 93 anketiranih je v raziskavi sodelovalo 40,86 odstotkov ljudi iz mesta Mursko Središče ter 59,14 odstotkov ljudi iz okoliških vasi (Peklenica 21, Križovec 17, Štrukovec 11, Hlapičina 6).

Od 93 oseb skupini „mladi stari“ pripada 58,06 odstotkov anketirancev, 34,41 odstotkov anketiranih je „srednje starih“ in 7,53 odstotkov se opredeli v kategorijo „stari stari“. Ker „starih starih“ ni veliko, sem za potrebe raziskave in preverjanje hipotez združila skupini „srednje stari“ in „stari stari“.

Z zakoncem živi 65,59 odstotkov, med katerimi je 28 moških in 33 ženskih oseb. Same živijo 4 ženske in 2 moška, kar je skupaj 6,45 odstotkov. Z drugimi sorodniki živi 27,96 odstotkov anketirancev, med katerimi je 6 moških in 20 žensk. Iz tabele je tudi razvidno, da je več vdovelih žensk kot moških, kar lahko pripišemo daljši življenjski dobi ženske populacije. Iz grafa in tabele lahko sklepamo, da največ ljudi še vedno živi s svojim življenjskim partnerjem, kar za zakonce niti ni tako lahka naloga po upokojitvi. V času pred upokojitvijo sta zakonca živela vsaka svoj ritem, vsak je imel svoja opravila, delo in nekako različne skrbi. Zdaj pa se oba spet morata navaditi na življenje skupaj. Potrebno je veliko potrpljenja, da drugega sprejmeš takega, kot je. Past za partnerstva je lahko tudi dolgčas, ki prej ni bil prisoten, ko sta oba bila še zaposlena. Posledica tega pa je lahko še prepir. Včasih se s takimi težavami in pritoževanji obremeni tudi mlade družine. Zaradi tega je dobro, če se stari ljudje vključujejo v skupnost, kajti to potem razbremeni mlade družine in ugodno vpliva na stare ljudi (Grün 2010: 69).

Prosti čas stari ljudje radi preživljajo v družbi sosedov in prijateljev, kar prikazuje potrebo po vključevanju. Človek potrebuje nekoga, ki ga posluša, ga jemlje resno, ga sprejme takega, kot je. Star človek potrebuje osebni stik s „svojim“ človekom (Ramovš 2000: 322). Želimo biti del družbe, raje, kot da smo izolirani. Čeprav nekateri ljudje raje preživljajo čas sami, pa v prostem času gledajo televizijo in nimajo tolikšne potrebe, da bi se vključevali v skupnost. Leskovšek (Pečjak 2007: 74) pravi, da s starostjo oslabi osebna poteza „zaupanje vase“, kar vpliva na povečano emocionalno občutljivost, labilnost, depresivnost in psihološko ranjivost in zato neradi hodijo med ljudi. Gledanje televizije je najbolj pogosto izbrana dejavnost, kar je na nek način pokazatelj, da stari ljudje uživajo bolj umirjeno in pasivno življenje. Radi več počivajo, ker postanejo hitro utrujeni, saj se v starosti pojavijo tudi kakšne bolezni, kot so visok krvni pritisk, bolečine v sklepih, diabetes ipd.

Ko izpostavim informiranost o dnevnem centru, sem izvedela, da so anketirane osebe prve informacije o dnevnem centru za stare pridobile preko medijev, televizije, časopisa, kar lahko povezujem s tem, da veliko časa preživijo pred televizijo. Čeprav se mi zdi za potrebe starih ljudi nujno, da se o oblikah pomoči pogovarjajo bolj v družbi. Pomembna oseba, ki jo stari zelo spoštujejo, je njihov zdravnik, zato menim, da bi lahko tudi oni kaj prispevali k boljši informiranosti starih ljudi o dnevnem centru. Družinski člani so prav tako tisti, ki bi lahko

imeli več informacij o oblikah pomoči, saj je staranje, kot pravi Čačinovič Vogrinčič (2007: 76) „skupen družinski projekt“. Mogoče bi tudi socialna stroka, kot preventivne mere, lahko spregovorila več o tem in pomagala pri obveščanju ljudi o različnih oblikah pomoči, ki jih nudi.

Ker stari ljudje z leti postajajo šibkejši, rabijo več pomoči kot prej. Zato sem raziskovala, katere naj bi bile pomoči, ki bi jim bile najbolj potrebne. V veliki meri so izbrali pomoč zdravnika in zdravniški pregled, kar je pokazatelj pojava številnih bolezni v starosti, kot so visok krvni pritisk, diabetes, različne pljučne bolezni. Skoraj neizogibne bolezni so tudi artritis, osteoporoza, zaradi katerih si verjetno tudi želijo fizioterapije in telovadbe, da bi ojačali svoje sklepe in mišice. Stari ljudje se zavedajo, da jim upadajo tudi psihološke funkcije, propadajo možgani in živčni sistem, slabše vidijo, slišijo in pomnijo. Zato je pomembno, da tudi v starih časih z različnimi vajami urijo spomin, berejo in da se duševno ne zanemarijo. Prav zaradi tega, da bi se spodbujalo duševno zdravje starega človeka, z raziskavo poizvedujem, kakšne so aktivnosti, ki bi si jih želeli v dnevnem centru. Zanima me, če so v dnevnem centru zaželjene bolj aktivne dejavnosti (izleti v naravo, zdravilišča, hoja) ali bolj pasivne dejavnosti (kreativne delavnice – likovna, klekljanje, kvačkanje, kuharski tečaji zdrave prehrane, izobraževanje). Rezultati prikazujejo, da jih je veliko zainteresiranih za izlete v naravo, obiske kulturnih dogodkov, kar prikazuje, da so ljudje še vedno aktivni in se radi gibljejo. Ljudje se včasih, ko se upokojijo, odločajo, da nadoknadijo in uresničijo, kar niso mogli prej, ko so bili še zaposleni. Presenetilo me je, da je kar velik interes za kuharske tečaje zdrave prehrane, saj je zaželeno, da ljudje skrbijo za svoje zdravje tudi tako.

Za potrebe preverjanja nekih hipotez, ki so opisane v rezultatih, sem razmejila skupine na „mlade stare“ (od 65 do 74 let) in na „stare stare“ (od 75 do 85 ali več). Torej, združila sem „srednje stare“ in „stare stare“, kar se mi ne zdi preveč pomembno, ker ni bilo veliko anketirancev starejših od 85 let. Obe hipotezi sta potrdili, da so se tisti, ki so mlajši od 75 let, bolj odločali za aktivnosti v dnevnem centru, po drugi strani pa so se tisti, ki so stari nad 75 let, bolj odločali za različne oblike pomoči. Se pravi, v skladu z leti ima vsaka skupina svoje potrebe, svoje želje, kako bi izpolnila svoj prosti čas. Človek v prostem času izpolnjuje svoje

potrebe, interese, razvija in utrjuje sposobnosti. Če ga dobro izkoristi, si v prostem času človek dviguje raven telesnega in duševnega zdravja, vzdržljivost in odpornost. Kot pravi Kristančič (2005: 185), se skozi prosti čas razvijajo številni vidiki človekove osebnosti: telesno-športne, tekmovalne, intelektualne, estetske, tehnično-tehnološke, družbene in moralne.

Predvidevala sem, da bodo stari ljudje, ki so ostali brez partnerja (ter živijo sami ali z drugimi sorodniki), v večji meri zainteresirani za socialne aktivnosti v organizaciji dnevnega centra kot tisti stari ljudje, ki živijo s partnerjem. Hipoteza ni bila potrjena.

Predvidevala sem, da se bo pojavila razlika med tema dvema skupinami, ker je izguba zakonca v starosti zelo velik stres in ljudje pogosto zapadejo v depresijo, ker ostanejo brez moči, ki so jo prej imeli v partnerstvu. Človek takrat sebe doživlja kot nemočnega in si želi samo, da ga nekdo posluša in razume. Zaradi tega sem menila, da bi si želeli taki stari ljudje sodelovati v skupinah za samopomoč. Saj žalujejo potrebuje čas in sočloveka, da se postopoma socialno in emocionalno vključi v vsakdanje življenje. Predvidevala sem, da bi si ovdoveli bolj želeli biti v družbi, se ukvarjati z neko dejavnostjo, da pozabijo na svoje težave. Po drugi strani sem predvidevala, da tisti, ki še živijo s partnerjem, nimajo tako velike potrebe po vključevanju v dnevni center. Iz tabele je razvidno, da so ljudje, ki živijo brez partnerja, v povprečju zbirali več aktivnosti kot tisti, ki še vedno živijo s partnerjem. Ne glede na to razlike niso statistično pomembne in očitno ni odvisno od teh dejavnikov. Tako ovdoveli kot tisti, ki še živijo s partnerjem, imajo različne potrebe po vključevanju in med njimi ni povezav. Pri tej hipotezi je pomembno tudi, da pri raziskavi upoštevamo razlike v številu tistih, ki živijo s partnerjem, in tistih, ki so ovdoveli. Da bi dobili natančnejše rezultate, bi število obeh skupin moralo biti enako.

Hipoteza, da obstajajo razlike med moškimi in ženskami v zainteresiranosti za vključevanje v socialne aktivnosti, je potrjena. Menila sem, da so ženske bolj pripravljene sodelovati v različnih delavnicah kot moški, ki se mi zdijo bolj zaprti, še posebej, če so ostali sami. Čeprav je hipoteza potrjena, so dobljeni rezultati zelo vprašljivi zaradi precejšnje razlike v številu med moškimi in ženskami, saj je v raziskavi sodelovalo več ženske populacije, kar je posledica večje umrljivosti moških in daljše življenjske dobe žensk.

Pri organizaciji dnevnega centra je pomembno prisluhniti potrebam ciljne skupine, da bi obiskovanost centra dosegla raven, ki si jo želimo. Nekateri so mnenja, da v dnevnem centru mora obstajati prostor za kratek počitek, kar je razumljivo, saj je organizem starega človeka hitreje utrujen. Prav tako radi počivajo, ker ponoči malo spijo. Če je v mladosti povprečno trajanje spanja 8 ur, v srednjih letih 7 ur, se v starejšem obdobju spanje skrajša na 6 ali celo manj ur. Na spanje sicer vplivajo tudi zdravstveni (visok krvni pritisk, diabetes, bolečine artritisa), psihološki (razburjenost, depresija, skrbi) ter psihofiziološki (preobilna prehrana, spontani trzljaji udov med spanjem, hude bolečine) dejavniki.

Pogosta bolezen, s katero se srečujejo stari ljudje, je diabetes, še prej pa visok krvni pritisk, na kar ima pomemben vpliv prehrana. Strokovnjaki svetujejo starejšim ljudem uravnoteženo mešano prehrano, tistim s sladkorno boleznijo pa dietalno prehrano. Veliko ljudi bi si želelo obroka v dnevnem centru, kar je pokazatelj, da se na nek način zavedajo pomembnosti rednega prehranjevanja. Pogosto ljudje, če so prepuščeni sami sebi, menijo, da se jim ne splača kuhati samo zase, kar jim zdaj tudi ne bi bilo treba. V dnevnem centru bi bilo poskrbljeno za prehranjevalne potrebe vseh uporabnikov.

Opustitev poklica in upokojitev je po mnenju mnogih ljudi nekakšen mejnik, ko se prične starost v ožjem pomenu besede. Z upokojitvijo so povezani številni psihološki in socialni problemi. Upokojitev pomeni novo socialno vlogo, preoblikovanje dnevnega reda, spremembo pričakovanj in zahtev zaradi manjših dohodkov. Tako mnogi strokovnjaki dajejo tudi praktične napotke za pripravo na upokojitev. Ker so po upokojitvi osebni dohodki praviloma nižji, je pomembno, da si ljudje še pred upokojitvijo natančno premislijo, koliko bodo imeli dohodkov in koliko izdatkov in oboje uskladijo. Kakšne večje izdatke je treba vnaprej načrtovati. Treba se je naučiti varčevati pri nakupu hrane, pri elektriki, vodi ipd. Zaradi nižjih dohodkov in problema z uskladitvijo dohodkov in izdatkov sem povprašala anketirance, koliko denarja bi lahko plačevali za obisk dnevnega centra. Večina se jih je odločila za srednjo ceno (od 50 do 100 kn). So nekateri, ki so pripravljeni dati več, in tisti, ki tega ne zmorejo. Ker sem se tega zavedala še pred raziskavo, iz izkušenj iz ožjega okolja (babice in dedka), se mi zdi pomembno poudariti skupino, ki se je odločila, da bi plačevala po

obisku, kar je tudi nek pokazatelj razporejanja stroškov in varčevanja pri starih ljudeh. Materialna sredstva so na nek način eden od dejavnikov pri ugotavljanju kakovosti življenja starih ljudi in jim omogočajo dostojno življenje v večji ali manjši meri.

Po dobljenih rezultatih ankete sklepam, da si v največji meri ljudje želijo obiskovati dnevni center 3–4 krat tedensko. Verjetno se je večina tako odločila zaradi drugih obveznosti, opravil ali navad, kar je mogoče tudi odvisno od programa, ki bi ga ponujal dnevni center ob različnih dnevih. Zato je potrebno še enkrat poudariti pomembnost poslušanja in raziskovanja sfere življenja starega človega in po tem oblikovati center, tako da bo zadovoljeval potrebe velike večine. Ljudje imajo različne potrebe in bi čisto različno preživljali čas v dnevnem centru, mogoče zaradi drugih obveznosti ali načina, na kateri so prosti čas preživljali do zdaj, ali zaradi utrujenosti. So tisti, ki so se odločili za večurni obisk, ker mogoče nimajo kaj drugega početi, ali so bolj osamljeni ali si želijo več različnih aktivnosti in preprosto izpolniti čas. Ker je okolje, ki ga raziskujem, predmetno in vaško in večina ljudi živi v svoji hiši in ne v stanovanju, imajo verjetno tudi opravila okrog hiše. Tako bi se skupina ljudi z obiski prilagodila vremenu ali letnem času, kar razumem, saj jim je mogoče v zimskem obdobju težje prihajati zaradi vremena. Po drugi strani verjetno nekateri v zimskem obdobju imajo več prostega časa zaradi opravil okrog hiše, vrta, kot sem že omenila.

V starosti zelo hitro propadajo človekove reakcijske sposobnosti, oziroma hitrost reagiranja in reakcijski časi. Hitrost fizičnega reagiranja nevzdržno upada, kar se da opaziti v počasnejšem izpolnjevanju dnevnih nalog (npr. hoja, govor, nakupovanje). Enako pomembni so reakcijski časi, ki minevajo med dražljajem (npr. vidnem ali zvočnem signalom, ukazom) in reakcijo, npr. gibom ali besednim odgovorom (Pečjak 2007: 102). Tako se večini zdi nujna organizacija prevoza v dnevni center, kar razumem, ker jih večina verjetno ne vozi več in se zavedajo svojega počasnejšega reagiranja. Mogoče pa sploh nimajo voznškega dovoljenja, ker „naši generaciji“ starih ljudi takrat to ni bilo pomembno, saj je v mladosti zelo malo ljudi imelo avto in so večinoma vozili samo moški. Nekateri si verjetno ne bi želeli obremenjevati svojcev, da jih vozijo in hodijo po njih ob določenem času. Za negativen odgovor so se

verjetno odločili tisti, ki še vedno vozijo ali pa jih lahko partner pripelje ali lahko pridejo peš in se sproti razgibajo.

Z anketiranjem, in kar sem kasneje z rezultati potrdila, sem dobila pozitiven odgovor in navdušenje nad idejo o snovanju dnevnega centra, iz česar lahko sklepamo, da si ljudje želijo aktivnosti, pomoči in so zainteresirani za druženje ter kakovostno preživljanje prostega časa. Veliko bi se jih odločilo za bivanje v dnevnem centru zaradi želje po druženju in potrebe po socialni interakciji, da zmanjšajo svojo osamljenost. Nekateri bi se pri tem občutili bolj varne in bi bili hvaležni, da nekdo skrbi zanje, saj bi bili zdravstveno in socialno preskrbljeni. Razbremenitev družine je tudi eden od razlogov za vključevanje v dnevni center. Dostim bi se z vključevanjem v dnevni center popestrilo življenje in bi uživali v različnih delavnicah, izletih, obiskih kulturnih dogajanj.

Za stare ljudi je pomembno, da ostanejo čim dlje telesno in družbeno aktivno, samostojni in neodvisni in čim bolj povezani s svojo okolico. Zaradi zdravstvenih težav, krčenja socialne mreže in vse večje odvisnosti od pomoči drugih se pojavi potreba po formalni obliki pomoči. Zato sem v svoji diplomski nalogi želela raziskati, kakšne so možne odločitve starih ljudi za vključevanje v dnevni center kot formalne oblike pomoči. Ker se preko potreb na individualni ravni kreirajo želje, sem raziskovala, kaj ljudje potrebujejo in si želijo, ali bi se vključili v dnevni center, če bi s tem zadovoljili kakšno svojo potrebo. V starosti je veliko dejavnikov, ki vplivajo na pešanje fizičnega in psihičnega zdravja. Pomembno je, da se ne glede na njegove omejitve star človek počuti dobro v okolju, v katerem biva, kar je odvisno tudi od njegove socialne mreže, tako neformalne kot tudi formalne. Ni nujno, da neformalna socialna mreža starega človeka doprinese k njegovemu dobremu počutju, ampak je lahko tudi vir stresa in slabih občutkov. Starim ljudem je namreč zelo pomembno, da jih družinski člani upoštevajo in spoštujejo. Čeprav lahko zaradi razlik med generacijami včasih v medsebojnih odnosih med starimi in njihovimi družinskimi člani pride do nesoglasij in razhajanj želja. V družini otroci na nek način čutijo dolžnost, da poskrbijo za svoje starše, vendar je težko določiti mejo, v kakšni količini naj bi to bilo. Včasih bi si star človek želel pomoči, pa ne ve, kako naj zaprosi zanjo, ker ne želi obremenjevati sorodnikov in biti v breme. Po drugi strani družinski

člani lahko nudijo preveč pomoči in s tem zmanjšujejo občutek samostojnosti pri starem človeku. Govor o pomoči je še vedno na nek način tabu tema med starimi ljudmi, kajti ob tem se v njih pojavlja sram, da niso več sami sposobni narediti določenih stvari. Stari ljudje se zavedajo preobremenjenosti družine in, po mojem mnenju, razmišljajo o formalnih oblikah pomoči, kot so pomoč na domu ali dnevni centri ali celo dom za stare, čeprav o tem glasno ne spregovorijo, saj bi s tem na nek način priznali svojo slabost in potrebo po pomoči. Predvidevam da če bi stari ljudje imeli več informacij in možnosti samega obiska ali enodnevnih izkušenj z dejavnostmi kakšnega dnevnega centra, se ne bi bali in bi še bolj razmišljali v smeri vključevanja v tako obliko pomoči. Večino informacij, ki jih imajo o dnevnem centru kot formalni obliki pomoči, so pridobili preko radia, televizije ali iz časopisov, ne pa v njihovih socialnih omrežjih. Ko se človek upokoji, pusti sodelavce in znance za seboj in pretrga stike z njimi. Psihosocialne potrebe, kot so potreba po varnosti, socialni pripadnosti, ljubezni, samopotrjevanju in spoštovanju pa ostanejo. Tako je za nastajanje novih socialnih odnosov potrebno vključevanje v razna društva, v skupine za samopomoč, dnevni center ipd. Z novo dejavnostjo star človek lahko znova pridobi občutek upoštevanja in spoštovanja.

Manjša informiranost starih ljudi o možnih oblikah pomoči je po mojem mnenju tudi posledica tega, da se institucije in tudi drugi javni kot zasebni ponudniki ne potrudijo, da bi ljudem približali svoje storitve in jim jih prišli predstaviti na dom ali imeli dan odprtih vrat ter povabili stare ljudi, da jih obišejo in sami preko neposredne izkušnje vidijo, kako stvari delujejo.

Moje mnenje je, da naj stari ljudje ne podredijo svoje želje, sposobnosti in potrebe predstavam ljudi v okolju, temveč naj branijo svoje interese in na ta način ohranijo, oziroma pridobijo družbeno moč in živijo polno življenje. Pomembno je, da izrazijo svoje potrebe, so aktivni in samoiniciativni pri pripravi na starost. Zdi se mi, da tisti stari ljudje, ki so še razmeroma zdravi, pozitivno naravnani ter se ne počutijo osamljene, uživajo višjo kakovost življenja.

Čeprav je razvoj sodobne tehnologije in hiter način življenja zelo vplival na odtujenost ljudi v družinah, prijateljskih okoljih in delovnih skupinah, menim, da pri starih ljudeh narašča potreba in interes po vključevanju v razna društva in si želijo spoznati nove ljudi ter sodelovati v raznih aktivnostih. Zato sem z raziskavo tudi hotela izvedeti, kaj si stari ljudje zares želijo v obdobju po upokojitvi, kakšne so njihove potrebe in želje, ki bi z organizacijo dnevnega centra lahko bile izpolnjene. Hiter način življenja nam namreč postavlja nova vprašanja, kako ponovno vzpostaviti harmonijo med ljudmi.

6 SKLEPI

V raziskavi je sodelovalo 93 oseb, starih nad 65 let, in sicer 38,71 odstotkov moških in 61,29 odstotkov žensk. Razlike med številom moških in žensk so velike, kar je verjetno posledica večje umrljivosti moških ter daljše življenjske dobe žensk.

Iz mesta Mursko Središče je v raziskavi sodelovalo 40,86 odstotkov ljudi ter 59,14 odstotkov iz okoliških vasi (Peklenica 21, Križovec 17, Štrukovec 11, Hlapičina 6).

Od vseh anketiranih ljudi skupini „mladi stari“ pripada 58,06 odstotkov ljudi, 34,41 odstotkov anketiranih je „srednje starih“ in 7,53 odstotkov se opredeli v kategorijo stari stari.

Od 93 anketiranih oseb 91 ljudi prejema pokojnino, 2 osebi sta brez dohodkov. 58 ljudi ima starostno pokojnino, 5 oseb družinsko, 3 anketiranci imajo kmečko pokojnino, 14 oseb prejema invalidsko pokojnino, 11 anketirancev ima tujo pokojnino.

Iz dobljenih rezultatov sklepamo, da večina anketiranih ljudi še vedno živi s svojim življenjskim partnerjem. Med tistimi, ki so ovdoveli in živijo sami ali z drugimi sorodniki, je več žensk, kar nakazuje na večjo umrljivost moških in daljšo življenjsko dobo žensk.

Prosti čas stari ljudje najpogosteje zapolnijo z gledanjem televizije ali v družbi sosedov, znancev in prijateljev, veseli jih igranje z vnučki, branje in tudi malo rekreacije v prostem času.

Informiranost o dnevnem centru kot obliki varstva starih ljudi je nasplošno velika, ampak samo iz medijev. V družbi se o tem zelo malo pogovorjajo in formalna pomoč je v tem okolju še vedno tabu tema. Sicer pa je ideja o dnevnem centru med starimi ljudmi zelo dobrodošla.

Za potrebe preverjanja nekaterih hipotez sem razmejila stare ljudi na skupine do 75 let starosti in na starejše od 75 let. Torej, združila sem „srednje stare“ in „stare stare“, kar se mi ne zdi preveč pomembno, ker ni bilo veliko anketirancev starejših od 85 let.

Potrnila se je hipoteza, da mlajši izbirajo več aktivnosti kot oblik pomoči, iz česar še lahko sklepamo, da so še dokaj aktivni in si želijo kakovostno izpolniti prosti čas z različnimi aktivnostmi, kot so kreativne delavnice, izleti, obiski kulturnih prireditev ipd.

Hipoteza, da starejši nad 75 let izbirajo več oblik pomoči kot aktivnosti je potrjena, iz česar še sklepamo, da preživljajo prosti čas bolj pasivno in v večji meri potrebujejo pomoč, kot so fizioterapija ali pogostejši zdravniški pregledi, kar je posledica pojava različnih tegob in bolezni v starosti.

Največkrat izbrane aktivnosti, ki bi se jih stari ljudje radi udeleževali kot člani dnevnega centra, so različni izleti v naravo in zdravilišča, kar pomaga k vzdrževanju kondicije, ki sicer z leti upada.

Hipotezo, da bi ljudje, ki živijo brez partnerja, v povprečju zbirali več aktivnosti kot tisti, ki še vedno živijo s partnerjem, smo zavrnili. Razlike niso statistično pomembne za našo raziskavo. Pri tem je pomembno poudariti, da pri raziskavi upoštevamo razlike v številu tistih, ki živijo s partnerjem, in tistih, ki so ovdoveli, zaradi česar so lahko rezultati še vedno vprašljivi.

Anketirani ljudje so za primerno lokacijo dnevnega centra izbrali Mursko Središče, kar je tudi najbolj optimalna lokacija za vse, tako za meščane Murskega Središča kakor tudi za ljudi iz okoliških vasi, saj je vsem relativno blizu.

Stari ljudje radi počivajo, ker hitreje postanejo utrujeni, tako je mnenje večine anketiranih, da v dnevnem centru mora obstajati prostor za kratek počitek.

Hipoteza, da so ženske bolj zainteresirane za vključitev v različne socialne aktivnosti, je potrjena, ampak obstaja velika možnost, da so dobljeni rezultati popačeni, ker so razlike med moško in žensko populacijo zelo velike.

Veliko ljudi bi si želelo obroka v dnevnem centru, kar je pokazatelj, da se na nek način zavedajo pomembnosti redne prehrane. V starosti je še posebej pomembno, da človek skrbi za svoje prehranjevalne navade in je nujno, da pazi, da je ta hrana raznolika in zdrava. Pogosto ljudje, če so sami, menijo, da se jim ne splača kuhati samo zase, kar jim zdaj tudi ne bi bilo treba.

Za obiskovanje dnevnega centra bi večina obiskovalcev lahko plačevalo od 50 do 100 kn, kar bi lahko ločili od pokojnine. Zdi se mi pomembno poudariti skupino, ki bi plačevala po obisku, kar je tudi nek pokazatelj razporejanja stroškov in varčevanja pri starih ljudeh.

Čeprav sem menila, da si večina starih ljudi želi obiskovati dnevni center vsak dan, so rezultati ankete pokazali drugače. Namreč, večina si želi obiskovati dnevni center 3–4-krat tedensko, pri čemer se mi zdi pomembno poudariti možnost plačevanja po obisku in odvisno od ponujenih aktivnosti in pomoči ob določenih dnevih.

Dnevno bi se stari ljudje najraje zadrževali v centru okrog 3–4 ure, kar je tudi odvisno od letnega časa. Čez zimo so ljudje bolj osamljeni in prisiljeni bivati v zaprtem prostoru, tako da bi takrat obiskovanost verjetno bila večja za tiste, ki si želijo družbe in pogovora. Skozi poletje pa bi obiskovanost mlajših bila pogostejša zaradi različnih aktivnosti in izletov, ki si jih želijo.

Večina anketirancev je mnenja, da je nujna organizacija prevoza v dnevni center, kar bi tudi povečalo število obiskovalcev centra, ker potem z dodatnim prevozom ne obremenjujejo družinske člane in niso od njih odvisni.

Večina anketiranih ljudi je navdušena nad idejo o snovanju dnevnega centra za stare ljudi, iz česar lahko sklepamo, da si želijo bolj kakovostno preživeti svoj prosti čas z različnimi aktivnostmi in oblikami pomoči.

Najpogostejši razlogi za obisk dnevnega centra so želja po druženju in različne aktivnosti, kot so izleti, obiski kulturnih dogodkov in zdravilišč, iz česar sklepamo, da stari ljudje potrebujejo socialne interakcije in pomoč, več aktivnosti in dogajanj, kot so jih imeli do sedaj.

7 PREDLOGI

Potrebno bi bilo bolj informirati stare ljudi v lokalni skupnosti o možnostih za bolj kakovostno in samostojno življenje in jim približati obstoječe formalne oblike pomoči v okolju. Ker veliko časa preživijo pred televizijo ali poslušajo radio, bi bilo potrebno pripraviti radijski material, ki bi bil namenjen starim ljudem. Zdi se mi, da bi stari ljudje bili zelo veseli, če bi na radiu predvajali kakšno oddajo za njih, npr. o zdravi prehrani, različnih boleznih ali težavah, s katerimi se srečujejo v starosti.

S pomočjo Centra za socialno delo Čakovec bi bilo vsaj za začetek potrebno tudi po manjših mestih, kot je Mursko Središče, organizirati skupine za samopomoč in različne aktivnosti, prilagojene starejši populaciji, saj ljudje kažejo potrebo po vključevanju v le-te.

Potrebno bi bilo organizirati medgeneracijska srečanja, saj bi to bila priložnost za stare ljudi, da se družijo tudi z mladimi in ne postanejo res le del zaprte celote. Mladi bi se tako naučili poslušanja, spoštljivosti, potrpežljivosti, staremu človeku pa bi druženje dajalo občutek sprejetosti, spoštljivosti in pomembnosti in mu hkrati omililo občutek osamljenosti in zadovoljevalo potrebo po človeški bližini.

Vključiti prostovoljce, ki bi bili pripravljeni preživeti nekaj časa s starimi ljudmi in organizirati različne kreativne delavnice.

Anketirati večje število ljudi, bolj poglobljeno, oz. narediti tudi kvalitativno raziskavo o potrebah starih ljudi in ponudbi aktivnosti, ki jih nudi društvo upokojencev.

Raziskavo izvesti tudi s svojci, da se ugotovi njihov pogled, mnenja, predlogi in kritike. Tako se naredi primerjava med potrebami starih ljudi in kakšne so možnosti svojcev, v koliki meri lahko staremu človeku pomagajo, npr. če se lahko dogovorijo okoli prevoza, prehrane, higiene (pomoč pri kopanju) ...

Izboljšati vprašalnik in določena vprašanja natančneje opredeliti, dodati stopnjevalne lestvice, dodati odprti tip vprašanj, kjer lahko sami ljudje napišejo svoje želje in potrebe, ker pri tem ne vsiljujemo in ne vplivamo na način razmišljanja anketiranih ljudi.

Dodati še kakšno temo za poglobljeno kvalitativno raziskavo, npr. vpliv odnosov s sorodniki.

Potrebno bi bilo izenačiti ljudi po demografskih značilnostih, spolu, stanu in starosti, da bi nekateri dejavniki bili bolj merljivi. Z natančnejšimi rezultati v razlikah med spoloma, kakšne so moške in kakšne ženske potrebe v dnevnem centru, kreativnih delavnicah in različnih aktivnostih bi znali oblikovati dnevni center in prilagoditi ponudbo aktivnosti interesni skupini.

8 LITERATURA

- Accetto, B. (1987), *Starost in staranje (Osnove medicinske gerontologije)*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Anžič, S. (2002), *Skrb za uboge v deželi Kranjski*: Socialna politika na Kranjskem od srede 18. stoletja do leta 1918. Ljubljana: Zgodovinski arhiv.
- Barker, Robert L. (1995), *The Social work dictionary*. Washington, D.C.: National Association of Social Workers.
- Čačinovič Vogrinčič, G. (1994), Družinski človek. V: Hojnik - Zupanc, I. (ur.), *Star človek in družina*. Brdo pri Kranju: Gerontološko društvo Slovenije (7–11). Čačinovič Vogrinčič, G. (2006), *Socialno delo z družino*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Čačinovič Vogrinčič, G. (2000), Družina in star človek. *Socialno delo* 39, 4–5: 287–292.
- Despot Lučanin, J. (2003), *Iskustvo starenja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Dragoš, S. (2000), Socialne mreže in starost. *Socialno delo* 39, 4–5: 293–314.
- Dragoš, S., Leskovšek, V. (2003), *Družbena neenakost in socialni kapital*. Ljubljana: Mirovni inštitut, Inštitut za sodobne družbene in politične študije.
- Grün, A. (2010), *Visoka umetnost staranja*. Ljubljana-Celje: Celjska Mohorjeva družba.
- Hlebec V. (2009), *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Dialogi – humanistična in družboslovna zbirka; letnik 10. Maribor: Aristej.
- Hojnik Zupanc, I. (1997), *Dodajmo življenje letom: nekaj spoznanj in nasvetov, kako se smiselno in zdravo pripravljati na starost in jo tako tudi živeti*. Ljubljana: Gerontološko društvo Slovenije.
- Hojnik Zupanc, I. (1999), *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Znanstvena knjižnica Fakultete za družbene vede
- Kristančič, A. (2005), *Nova podoba staranja – siva revolucija*. Ljubljana: AA Inserco, svetovalna služba.
- Kump, S., Jelenc Krašovec, S. (2006), Širjenje socialnih mrež starih ljudi s pomočjo izobraževanja. *Socialno delo* 45, 6–9.

- Kump, S., Jelenc Krašovec, S. (2010), *Prestari za učenje?: vzorci izobraževanja in učenja starejših*. Ljubljana: Pedagoški inštitut, Znanstvena založba Filozofske fakultete.
- Ličen, N. (2009), Izobraževanje starejših – spodbuda za razvoj vzgojno – izobraževalnih sistemov. *Kakovostna starost* 12, 4: 30–39.
- Mali, J. (2002), Starost, emocije in emocionalno delo. *Socialno delo* 41, 6: 317–323.
- Mali, J. (2004), Kvaliteta življenja in zadovoljstvo stanovalcev in zaposlenih v domu starejših občanov. *Socialno delo* 43, 2-3: 105–115.
- Mali, J. (2006), Koncept totalne ustanove in domovi za stare. *Socialno delo* 45, 1–2: 17–27.
- Mali, J. (2007), *Vloga in pomen socialnega dela v razvoju institucionalnega varstva starih ljudi v Sloveniji* – doktorska disertacija Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mali, J. (2008), *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo (znanstvena monografija).
- Mali, J. (2009), Izzivi na področju dela s starimi ljudmi. *Socialni izziv* 15, 30: 12–15.
- Mali, J., Milošević Arnold, V. (2006), Nekateri značilnosti razvoja domov za stare ljudi v Slovenij po drugi svetovni vojni. *Socialno delo*, 45, 3–5: 169–181.
- Mali, J., Ovčar, L. (2012), Življenjski svet starejšega kmečkega prebivalstva, *Socialno delo* 49, 4: 229–238.
- Mesec, B. (1997), *Metodologija raziskovanja v socialnem delu*. Ljubljana: Visoka šola za socialno delo (študijsko gradivo).
- Milošević Arnold, V. (1999), Razvoj socialnega dela s starimi. *Kaljenje* 1, 8–24.
- Milošević Arnold, V. (2000) Profesionalne vloge socialnih delavcev pri delu s starimi ljudmi. *Socialno delo* 39, 4/5: 253–262.
- Milošević Arnold, V., Postrak, M. (2003), Uvod v socialno delo Ljubljana: Študentska založba.
- Milošević Arnold, V. (2006), Razvoj domov za stare ljudi. V: Zaviršek, D. (ur.), Leskovšek, V. (ur.), *Zgodovina socialnega dela v Sloveniji*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo (263–279).
- Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve RS. Strategija varstva starejših do leta 2010 – solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva: <http://www.mddsz.gov.si>. (13. 2. 2012).

- Pečjak, V. (1998), *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Ljubljana: Znanstveni inštitut Filozofske fakultete.
- Pečjak, V. (2007), *Psihologija staranja*. Bled: samozaložba.
- Požarnik, H. (1981), *Umetnost staranja. Leta, predsodki in dejstva*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Ramovš, J. (1999), Mreža medgeneracijskih skupin za kakovostno starost v domu za stare ljudi. *Kakovostna starost* 2, 2: 11–38.
- Ramovš, J. (2000), Medgeneracijska povezanosti, samopomoč in kakovostna starosti. *Socialno delo* 39, 4/5: 315–329.
- Ramovš, J. (2003), *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
- Ramovš, J. (2004), Specifika potreb in oskrbe starih ljudi s stališča socialnega dela. *Zdravniški vestnik* 73, 10: 721–730.
- Ramovš, J. (2009). Gerontološko izrazje: Medgeneracijsko sožitje. *Kakovostna starost* 12, 1: 104–105.
- Ramovš, J. (2010), Gerontološko izrazje: Staromrzlišstvo. *Kakovostna starost* 13, 2: 92–93.
- Resolucija o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2006–2010. (2006). Ur. l. RS, št.39/2006. <http://www.uradni-list.si/1/content?id=72891> (13. 2. 2012).
- Russi Zagožen, I. (2001), *Živeti s staranjem in smrtjo-priročnik za voditelje skupin starih za samopomoč*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
- Schaie, K. W., Willis, S. L. (2001), *Psihologija odrasle dobi i starenja*. Jastrebarsko: Naklada Slap.
- Smolković - Krković, N. (1974), *Gerontologija – priručnik za socijalne radnike*. Zagreb: „Zrinski“Čakovec.
- Šircelj, M. (2009), Staranje prebivalstva v Sloveniji. V: Hlebec, V. (ur.), *Starejši ljudje v družbi sprememb*. Maribor: Aristej (15–43).
- Skupnost socialnih zavodov Slovenije. Splošno o domovih in posebnih zavodih: www.ssz-slo.si/slo/main.asp?id=2361E17F (18. 2. 2012).
- Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju. Ur.l. RS, št. 106/1999. Spremembe: Ur.l. RS, št. 72/2000, 81/2000-ZPSV-C, 124/2000, 109/2001, 83/2002

Odl.US: U-I-178/02-14, 108/2002, 110/2002-ZISDU-1, 112/2002 Skl.US: U-I-307/98-38, 26/2003-UPB1, 40/2003 Odl.US: U-I-273/00-13, 63/2003, 63/2003 Odl.US: U-I-57/00-51, 133/2003 Odl.US: U-I-36/00-52, 135/2003, 2/2004-ZDSS-1 (10/2004 popr.), 20/2004-UPB2, 54/2004-ZDoh-1 (56/2004 popr., 62/2004 popr., 63/2004 popr.), 63/2004-ZZRZI, 136/2004 Odl.US: U-I-273/01-21, 68/2005 Odl.US: U-I-29/04-19, 72/2005, 104/2005-UPB3, 69/2006, 109/2006-UPB4, 112/2006 Odl.US: U-I-358/04-13, 114/2006-ZUTPG, 91/2007 Skl.US: U-I-325/05-5, 10/2008-ZVarDod, 98/2009-ZIUZGK, 27/2010 Odl.US: U-I-40/09-15, 38/2010-ZUKN, 61/2010-ZSVarPre, 79/2010-ZPKDPIZ, 94/2010-ZIU, 84/2011 Odl.US: U-I-245/10-13, U-I-181/10-6, Up-1002/10-7, 94/2011 Odl.US: U-I-287/10-11, 105/2011, 110/2011-ZDIU12. <http://www.uradni-list.si/1/content?id=76020> (17. 3. 2012).

- Zakon o socialnem varstvu Ur.l. RS, št. 54/1992 (56/1992 popr.) Spremembe: Ur.l. RS, št. 42/1994 Odl.US: U-I-137/93-24, 1/1999-ZNIDC, 41/1999, 60/1999 Odl.US: U-I-273/98, 36/2000-ZPDZC, 54/2000-ZUOPP, 26/2001, 110/2002-ZIRD, 2/2004 (7/2004 popr.), 36/2004-UPB1, 21/2006 Odl.US: U-I-116/03-22, 105/2006, 114/2006-ZUTPG, 3/2007-UPB2 (23/2007 popr., 41/2007 popr.), 122/2007 Odl.US: U-I-11/07-45, 61/2010-ZSVarPre, 62/2010-ZUPJS. <http://www.uradni-list.si/1/content?id=77822> (17. 3. 2012).

9 POVZETEK

Prebivalstvo sveta se vedno bolj stara in delež starejših se v družbi povečuje. Tukaj se nam porodi vprašanje, kako in na kakšen način lahko v svojem okolju pomagamo ljudem, da bo to staranje lepše in bolj kakovostno. Zaradi hitrega načina življenja in razvoja sodobne tehnologije, ki ima zelo velik vpliv na življenje, se med ljudmi vedno bolj kažejo znaki odtujenosti, izključenosti in osamljenosti. Populacija, ki pri tem najbolj trpi, so stari ljudje. Zato je treba vlagati v ohranjanje neformalnih socialnih omrežij in oblike pomoči starim ljudem, prav tako pa tudi v formalne oblike. Problem, s katerim sem se srečala med raziskavo, je zelo slaba informiranost starih ljudi in njihovih svojcev o različnih oblikah pomoči in aktivnosti za bolj kakovostno staranje v lokalni skupnosti. Čeprav svojci, še posebej otroci, imajo potrebo poskrbeti za starega člana družine, velikokrat ne vedo, kako zadovoljiti njihovih potreb.

S staranjem se pojavljajo različne psihofizične omejitve, kot so oslabei vid, slabšanje sluha, upočasnijo se reakcije, pojavijo se različne bolezni, kot so artritis, diabetes, visok krvni pritisk, tako človeku tudi zdravstveno stanje nalaga, da upočasni. Ko se človek upokoji, dobiva novo socialno vlogo v družbi, ima več prostega časa, ki ga je treba izpolniti. Nekateri to vidijo kot priložnost, da nadoknadijo vse tisto, kar so si že prej želeli, ampak zaradi službe ni bilo časa. Tako si želijo različnih telesnih aktivnosti, izletov, sodelovati v različnih delavnicah, obiskovati kulturne dogodke, se še nekaj novega naučiti. So pa tudi tisti, ki jim morda bolezen ne dovoli, da bi živeli bolj aktivno, zaradi česar se odločajo za različne oblike pomoči, kot so fizioterapija, skupine za samopoč, ker jih je večina osamljenih in potrebujejo nekoga, da jih sliši.

Z raziskavo sem hotela izvedeti, kakšne so potrebe starih ljudi v lokalni skupnosti in v kolikšni meri bi si želeli sodelovati v dnevnem centru kot centru pomoči in aktivnosti. Namen raziskave je bil, na podlagi anketnega vprašalnika, raziskati stanje informiranosti, želja in potreb starih ljudi v mestu Mursko Središče in okoliških vasi. Ljudje, ki so sodelovali v raziskavi, so stari nad 65 let in imajo individualne potrebe in želje, kako si želijo preživeti zadnje obdobje svojega življenja. Presenetilo me je, da so za dnevni center kot obliko socialnega varstva starih ljudi slišali večinoma iz medijev. Kar je na nek način pokazatelj obstoja različnih predsodkov in negativnih predstav o formalnih oblikah pomoči. Pri tem je po mojem mnenju največji dejavnik strah, ki se pojavlja v starih ljudeh zaradi nevednosti.

Zato je naloga stroke in različnih institucij v prihodnosti bolj približati ljudem različne oblike pomoči, ki obstajajo v skupnosti, in s tem prispevati k dvigovanju kakovosti življenja starega človeka.

S svojo raziskavo o starih ljudeh, njihovih potrebah in željah ob vključevanju v dnevni center kot center aktivnosti sem raziskala le površino. Pod njo se skriva še veliko polje neizpolnjenih potreb in želja.

10 PRILOGA

UPITNIK

(za osobe starije od 65 godina)

Centar za socialnu skrb može na neki način biti pokretač i organizator različitih akcija u zadovoljavanju potreba koje su važne u životu ljudi. Socijalni radnik može u svojoj okolini pomoći profesionalno, institucionalno i dobrovoljnim radom. Ovu anketu provodim da bi istražila potrebe starijih građana Murskog Središća i stanovnika u okolnim selima s posebnom usmjerenošću na specifičan oblik institucionalne skrbi. Centar za dnevni boravak za starije osobe je noviji alternativni oblik institucionalnog bivanja. Prikladan je za starije osobe koje nekoliko sati dnevno žele proživjeti u društvu i različitim zajedničkim aktivnostima. Istovremeno se s takvim oblikom socijalne skrbi djelomično može rastereti obitelj koja brine za starije ukućane. Ali ipak najvažnija funkcija centra za dnevni boravak je socijalizacija i aktiviranje starijih u zadovoljavanju njihovih potreba i želja. Zato bi ovim upitnikom htjela istražiti, da li postoji potreba i želja starijih ljudi za ovim oblikom institucionalne skrbi.

1. OSNOVNI PODACI (zaokruži):

1.1. SPOL : a) muški b) ženski

1.2. STATUS:

a) Neoženjen/neudata

b) Oženjen/udata

c) Razveden/a

d) Udovac/ica

1.3. STAROST:

1.4. Na koji način se preživljavate:

a) mirovina – starosna

- obiteljska

- poljoprivredna

- invalidska

- inozemna

- državna

b) iz imovine (zemlja, najamnina...)

c) iz drugih primanja (navedite) _____

d) bez primanja sam

2. OPIS SADAŠNJEG NAČINA ŽIVOTA

2.1. Živite u:

a) Vlastitoj kući

b) Stanu

c) Kao podstanar

d) Drugo? _____

2.2. Živite u zajedničkom domaćinstvu:

a) S mužem/ženom

- b) Sam/a
- c) S obitelji, drugim rođacima
- d) Druge osobe
- e) Drugo? _____

2.3. Okolina u kojoj se krećete:

- a) Središte većeg urbanog centra
- b) Manji gradić
- c) Na selu

2.4. Kako provodite slobodno vrijeme:

- a) Druženje s prijateljima, susjedima, znancima
- b) Igranje s unucima
- c) Čitanje
- d) Šetnja i rekreacija
- e) Gledanje TV
- f) Ništa od navedenog
- g) Drugo? _____

3. INFORMIRANOST/POZNAVANJE CENTRA ZA DNEVNI BORAVAK ZA STARIJE OSOBE

3.1. Da li znate što je Centar za dnevni boravak za starije osobe i što nudi

- a) Da b) Ne

3.2. Da li ste upoznati s djelovanjem Centra za dnevni boravak za starije osobe u Čakovcu:

- a) Da b) Ne

3.3. Gdje i od koga ste dobili prve informacije o djelovanju Centra za dnevni boravak za starije:

- a) Preko medija – časopisa, televizije, radio
- b) Od rođaka
- c) Patronažne službe
- d) U domu za starije i nemoćne
- e) U centru za socijalnu skrb
- f) Od doktora
- g) Od prijatelja, poznanika
- h) Do sad nisam bio/la upoznat/a sa takvom vrstom pomoći

4. Kojom vrstom pomoći i aktivnosti bi se poslužili, ako bi se odlučili za bivanje u Centru za dnevni boravak za starije osobe.

4.1. Ako bi bio/ u Centru za dnevni boravak, htio/la bi primati sljedeću vrstu pomoći:

- a) Povremeni liječnički pregled
- b) Fizioterapija
- c) Tjelovježba
- d) Masaža
- e) Vježbe za bolje pamćenje
- f) Ništa od navedenog
- g) Drugo? _____

4.2. Ako bi boravio/la u Centru za dnevni boravak za starije, htio bi sudjelovati u sljedećim aktivnostima i radionicama (moguće više odgovora)

- a) Skupine za samopomoć (stariji, međugeneracijski)
- b) Radna terapija
- c) Obrazovanje, učenje
- d) Kreativne radionice (likovna, heklanje, kačkanje, vrtlarenje)
- e) Grupe za poboljšanje socijalnih vještina
- f) Posjeti predstavama, muzejima, filmovima (ČČ)
- g) Izleti u prirodu, toplice
- h) Osobno savjetovanje i pomoć
- i) Tjelovježba
- j) Kuharski tečaj zdravije prehrane

5. Gdje bi po vašem mišljenju bila najprimjerenija lokacija za Centar za dnevni boravak za starije:
- a) U Čakovcu
 - b) U Murskom Središću
 - c) Kao dio Doma za starije i nemoćne
6. Da li bi po Vašem mišljenju bilo potrebno u Centru za dnevni boravak organizirati prostor za kratki počinak
- a) Da
 - b) Ne
7. Da li bi po vašem mišljenju u Centru za dnevni boravak za starije bilo potrebno organizirati barem topli obrok
- a) Da
 - b) Ne
8. Koliko bi novaca bili spremni mjesečno izdvojiti kao članarinu/doprinos za boravak u Dnevnom centru:
- a) Od 30 do 50 kn
 - b) Od 50 do 100 kn
 - c) Od 100 do 200 kn
 - d) Ovisno o dolasku
9. Koliko puta tjedno bi voljeli boraviti u Centru za dnevni boravak za starije
- a) Svaki dan

- b) 3-4 puta tjedno
- c) Jedanput na tjedan

10. Koliko vremena dnevno bi voljeli provoditi u aktivnostima Centra za dnevni boravak

- a) 1 do 2 sata
- b) 4 do 5 sati
- c) Ovisno o godišnjem dobu

11. Smatrate li da je nužna organizacija prijevoza za Vaš dolazak u Centar za dnevni boravak, bez obzira na lokaciju

- a) Da
- b) Ne

12. Kakvo mišljenje imate o obliku skrbi u Centru za dnevni boravak , što Vam se sviđa i zašto se ne bi odlučili za takvu vrstu pomoći

12.1. Glede na poznavanje rada Centra za dnevni boravak ste sljedećeg mišljenja:

- a) Oduševljen sam
- b) Nisam baš oduševljen; ne čini mi se primjereno za starije osobe
- c) Ne mogu se odlučiti jer ne znam dovoljno o Centru za dnevni boravak

12.2. Za boravak u Dnevnom centru bi se odlučio/la zbog:

- a) Želje po druženju
- b) Oslobođenja obitelji od brige
- c) Zbog ponuđenih aktivnost

- d) Izleta
- e) Brže medicinske pomoći
- f) Većeg osjećaja sigurnosti
- g) Svladavanja osjećaja usamljenosti

12.3. Za bivanje u Dnevnom centru se ne bi odlučio/la (moguće više odgovora):

- a) Jer si ne mogu priuštiti
- b) Jer imam doma sve što trebam
- c) Prevelike udaljenosti, jer nemam prijevoz
- d) Iako je prijevoz organiziran, nerado se vozim
- e) Jer mi se to ne sviđa
- f) Trebam svoj mir

Hvala za sudjelovanje!