



9. Festival za tretje življenjsko obdobje

Cankarjev dom, Ljubljana

ZBORNIK

Vloga starejših v sodobni slovenski družbi

UVODNIK

Odnos do starosti in staranja se v zadnjih letih vse bolj spreminja. Sodobne družbe se zavedajo, da povečan delež starejšega prebivalstva prinaša številne spremembe in izzive, za katere še nismo našli prave rešitve. Vse bolj se uveljavlja stališče, da morajo odgovore skupaj poiskati vse generacije in da mora njihovo iskanje temeljiti na dialogu in medsebojnem sodelovanju.

Festival za tretje življenjsko obdobje vedno bolj postaja priložnost za ustvarjalna srečanja vseh, ki želijo najti konkretne odgovore na izzive dolgožive družbe.

Letošnji festival je v tej smeri naredil velik kakovosten preskok, saj je bila prvič v okviru tridnevnega festivalskega dogajanja organizirana konferenca, ki je bila namenjena razpravam o vsebinah, ki zadevajo področje ekonomskega vidika participacije starejših v družbi, solidarnosti in prostovoljstva med ljudmi v recesiji in sožitja generacij. Med najpomembnejšimi sklepi konference so ugotovitve, da morajo vse generacije dati svoj prispevek za učinkovit in trajnosten razvoj družbe, saj sodobni razvoj in spremembe v gospodarstvu zahtevajo znanja in spretnosti vseh generacij, tudi starejših, da se ljudje upokojujejo prezgodaj oziroma pred zakonsko določeno polno upokojitveno starostjo, da imamo premalo fleksibilen sistem delne zaposlitve upokojencev, zato je pogosta siva ekonomija, da je sodobna družba vse bolj socialno razslojena in da smo priče čedalje večji socialnih neenakosti, zato je potrebna lokalna interdisciplinarna koordinacija in ukrepi države, da so socialni transferji, ki jih zagotavlja država premalo učinkoviti ter da je treba zagotoviti pogoje za boljše sožitje generacij, pri čemer imajo pomembno vlogo lahko tudi medgeneracijski centri in središča.

Skupna ugotovitev teh razprav je bila, da so normativne podlage, ki urejajo različna področja življenja in dela starejših že zdavnaj presežena in da je skrajni čas, da poleg formalnih pogojev začnemo zagotavljati tudi dejanske možnosti za uresničevanje novih konceptov oziroma pogojev za večjo družbeno participacijo, socialno vključenost in kakovost življenja starejših.

V številnih razpravah v času konference so sodelovali številni eminentni strokovnjaki, predstavniki izvajalskih organizacij, nevladnih društev, aktivisti na terenu in številni drugi, ki jih posamezna področja neposredno zadevajo. Odziv je presegel naša pričakovanja in potrdil pravilnost izbranih tem.

Vsi, ki smo sodelovali pri pripravi letošnjega festivala in prispevali besedila v pričujoči zbornik si želimo, da bi naša prizadevanja razumeli kot konkreten prispevek k uresnitvi vizije družbe, v kateri se ljudje ne bodo ločevali po starosti, ampak predvsem po svojih pričakovanjih, ciljih, usmeritvah in delu, viziji za družbo brez starostnega ločevanja.

Davor Dominkuš

Predsednik programskega sveta Festivala za tretje življenjsko obdobje

KAZALO VSEBINE

EKONOMSKI VIDIK PARTICIPACIJE STAREJŠIH V SLOVENSKI DRUŽBI	1
Samo ZUPANČIČ: <i>Ekonomska participacija starejših v Sloveniji</i>	2
Dušan KIDRIČ: <i>Starejši strokovnjaki: priložnost, ki je ne bi smeli zavreči</i>	3
Primož ZUPAN: <i>Možnosti in priložnosti intelektualnega dela starejših</i>	4
Gregor VIRANT: <i>Zaposlovanje starejših strokovnjakov v javni upravi</i>	5
Milan PAVLIHA: <i>(Ne)podpiranje aktivnega staranja v Sloveniji</i>	6
Mitja GASPARI: <i>Ekonomski pomen pokojnin v nacionalni ekonomiji</i>	7
Bernard BRŠČIČ: <i>Slovenski pokojninski sistem med modernizacijo in reformo</i>	8
Silvana ŠONC in Tanja GRZETIČ-ROMČEVIČ: <i>Vpliv socialnoekonomskih razmer na zdravje prebivalstva - posebej starostnikov</i>	9
Mojca JEVŠNIK, Martin BAUER in Andrej OVCA: <i>Ravnanje za živili doma je lahko dejavnik tveganja za zdravje</i>	10
Vojko STROJNIK: <i>Vadba za starejše osebe</i>	11
SOLIDARNOST IN PROSTOVOLJSTVO MED LJUDMI V RECESIJI	12
Janja ROMIH: <i>Aktivnosti države za pomoč posamezniku in družini v času recesije</i>	12
Dušana FINDEISEN: <i>Z izobraževanjem in kulturo v (kriznih) časih graditi dostojanstvo in družbene vezi</i>	13
Ana OSTRMAN: <i>Lokalna interdisciplinarna koordinacija v lokalni skupnosti</i>	14
Janja ROMIH: <i>Lokalna interdisciplinarna koordinacija - potreba ali fikcija?</i>	15
Janez PEZELJ: <i>Pogrezanje v revščino in molčečnost</i>	16
Majda HORVAT: <i>Sodelovanje nevladnih organizacij v času recesije</i>	17
SOŽITJE GENERACIJ	18
Jana MALI: <i>Sožitje med generacijami kot ga razumemo v socialnem delu</i>	18
Nina ŽITEK: <i>Nova zgodba v stari zgodbi življenja</i>	19
Janja ROMIH: <i>Medgeneracijski centri, kaj je to?</i>	20
Jože RAMOVŠ: <i>Krajevno medgeneracijsko središče</i>	21
Zmaga PROŠT: <i>Hiša pravih srečanj - krajevno medgeneracijsko središče v Renčah</i>	22
Alojz KOBAL: <i>Medgeneracijsko sodelovanje v izžanski občini</i>	23
Zoltan KORNFEIND: <i>Prostovoljstvo kot pomoč proti osamljenosti</i>	24
Nevenka BOGATAJ: <i>V čem je moč prezrtih? Prispevek k celovitejšemu razumevanju starih ljudi v Sloveniji</i>	25
Tilka JAMNIK: <i>Branje in starejši ljudje</i>	26
Metka ZVER: <i>Knjižne čajanke</i>	27
RAZISKOVALNE NALOGE DIJAKOV IN ŠTUDENTOV	28
Povzetki dijaških raziskovalnih nalog	28
Študentske raziskovalne naloge	29
Anita CELAREC: <i>Živeti kakovostno življenje: osebne lastnosti kot dejavnik življenjskega zadovoljstva starostnikov</i>	30
Katarina LOGAR: <i>Prilagoditev na upokožitev z vidika aktivnosti in zadovoljstva z življenjem</i>	31
Erna STRUNA: <i>Starejši na trgu delovne sile: med možnostmi in realnostjo</i>	32
Povzetki študentskih raziskovalnih nalog	33

EKONOMSKA PARTICIPACIJA STAREJŠIH V SLOVENIJI

doc. dr. SAMO ZUPANČIČ

Zveza društev upokojencev Slovenije, Ekonomska fakulteta v Ljubljani

POVZETEK

V Sloveniji je uzakonjena prepoved delne zaposlitve upokojencem ob ohranitvi vsaj dela pokojnine. Večina držav v svetu, delo upokojencev dovoljuje in celo stimulira. Prepoved dela upokojencev je zaradi več razlogov neustrezna: družba se po nepotrebnem odpoveduje znanju in izkušnjam upokojencev, povečuje se pomanjkanje delovne sile, zlasti strokovnjakov, istočasno pa se daje upokojencem utemeljeno prepričanje, da se jim je družba odpovedala. Prepričanje, da bo s prepovedmi delne zaposlitve upokojencev ostalo več prostih delovnih mest mladim iskalcem zaposlitve, se je pokazalo za neustrezno. Vendar pa le spremembe pokojninskega zakona, diskriminacije upokojencev ne bodo odpravile, saj upokojencem zelo otežuje ali celo onemogoča vključevanje v poslovno delovanje vrsta različnih administrativnih ovir. Pri tem Slovenija občasnega dela na splošno, pa tudi občasnega dela upokojencev, ni sposobna urejati in davčno zajemati. Ljudje se za sivo ekonomijo odločajo predvsem zaradi previsokih davkov in prispevkov ter birokratskih ovir, zato je z visokimi kaznimi ni mogoče izkoreniniti. Siva ekonomija pa pri večini intelektualnih storitev ni izvedljiva, zato prepovedi zadevajo predvsem intelektualce.

Ključne besede: staranje prebivalstva, pokojninski sistem, ekonomska diskriminacija upokojencev, pomanjkanje delovne sile v bližnji bodočnosti, analize življenja starejših, omejitve upokojencem v raziskovanju in visokem šolstvu.

1. Uvod

Problematika staranja prebivalstva se zadnja leta intenzivno proučuje tako v Združenih narodih, v OECD in v Evropski uniji. Glavni razlog za to so prenizka rodnost za obnavljanje prebivalstva in hitro povečevanje starejšega in starega prebivalstva, posledično pa pomanjkanje delovne sile ob hitrem odhodu srednje generacije iz delovnega procesa. Dejstvo je, da otroci "baby booma" postopno odhajajo v pokoj. V zadnjih desetletjih sta bila rast prebivalstva in upokojitev usklajena, vsaj naslednjih 25 let pa bo to gibanje neusklajeno. Razkorak bo največji okrog leta 2027. Pri tem je stopnja zaposlenosti starejših zelo nizka. Slovenija je po zaposlenosti starejših na nezavidljivem 24. mestu znotraj EU. Le 13% moških med 65.-69. letom je še zaposlenih, žensk le 7%, večina s skrajšanim delovnim časom.

Ne spuščam se v izbiro pokojninskega sistema ali na velikost pokojnin, saj je to predmet zadnjega predloga pokojninske reforme, ki je potreben širokega razmisleka in razprav, temveč me zanima neupravičena ekonomska diskriminacija upokojencev, ki pa jo ta predlog površno in nepopolno obravnava. V Sloveniji ima upokojenec že zaradi svojega statusa drugačne pravice in obveznosti od drugih državljanov. Problematično je tako opravljanje storitev fizičnih oseb, zlasti raziskovanje in pedagoško delo univerzitetnih profesorjev in drugo. *Zaradi svojega statusa je torej upokojenec ekonomsko diskriminiran.*

Kaj so starejše osebe? Po materialu AGE Concern (The Economy and Older People) in drugih, se starost začne z upokojitvijo, kar je bilo doslej pri povprečno 60 letih, z daljšanjem življenjskega obdobja in večanjem deleža tretje generacije pa se pomika navzgor.

Tretje življenjsko obdobje se glede na funkcionalno staranje deli v:

- zgodnje starostno obdobje do 75. leta, ko je večina ljudi zelo samostojnih,
- srednje starostno obdobje od 76. do 85. leta, ko nastopa večja potreba po socialni pomoči, in
- pozno starostno obdobje po 86. letu do smrti, ko tako imenovani najstarejši stari ljudje potrebujejo praviloma zelo veliko pomoči ali celo popolno socialno oskrbo in nego.

O starejših osebah, tudi o upokojencih, je v Sloveniji le malo ustreznih in dovolj strukturiranih podatkov. Mnogo jih je neprimerljivih z drugimi (npr. primerljivost podatkov o prejemkih zaposlenih in upokojencev), ne prikazujejo se realni podatki o višini in obremenitvi pokojnin za družbo, po drugi strani pa so nekateri makroekonomski in statistični agregati preveč poudarjeni. Najbolj se poudarja oceno, da se bo projekcija izdatkov za pokojnine, ki je bila leta 2004 11%, sedaj je le 9,74 % BDP, ob nespremenjenih pogojih upokojevanja in spreminjanja pokojnin v letu 2050 po ocenah povečala na 18,3% BDP. Julija 2009 je ZPIZ nakazoval pokojnine 560.104 upokojencem, od tega 353.566 starostnim upokojencem, 92.126 invalidskim, 60.135 družinskim in 32.384 vdovskim, 3.534 vojaškim, 2.054 kmečkim in 16.129 državnim upokojencem.

Nujna je odprava neupravičenih diskriminacij in prepovedi upokojencem: družba se po nepotrebnem odpoveduje znanju in izkušnjam upokojencev, povečuje se pomanjkanje delovne sile, zlasti strokovnjakov, istočasno pa se daje upokojencem utemeljeno prepričanje, da se jim je družba odpovedala in le čakajo na Matildo.

2. Evropska unija in staranje prebivalstva

Po ocenah se bo v Evropski Uniji med letoma 1995 in 2015 delež prebivalstva v starosti med 20 in 29 let zmanjšal za 20%, pri tem pa bo delež prebivalstva med 50 in 64 let povečal za 25%. Zelo se bo povečalo tudi število oseb, starejših od 80 let. Skupno število prebivalstva se bo zmanjšalo. Slovenske demografske napovedi so podobne, mogoče še manj ugodne.

Med prvimi dokumenti o staranju je potrebno omeniti Svetovno skupščino o staranju na Dunaju leta 1982 in Ministrska konferenca UNECE o staranju leta 2007 posebej poudarja aktivno staranje (active ageing)*. V Politični deklaraciji druge svetovne skupščine o staranju iz leta 2002 se ugotavlja, da so *sposobnosti starejših ljudi trdna podlaga za bodoči razvoj*. To omogoča družbi, da se vse bolj naslanja na sposobnosti, izkušnje in modrost starejših, ne samo zato, da sami skrbijo za izboljševanje svojega življenja, temveč da tudi aktivno sodelujejo pri izboljševanju življenja in družbe kot celote.

EU se že od leta 1999 bori proti diskriminaciji starejših oseb. V zadnjem času se posebej poudarja "flexicurity"* sistemvi. Vse ocene izhajajo iz hitrega staranja prebivalstva in nujnosti podaljšanja aktivne dobe prebivalstva. Amsterdamska pogodba^{vii} v 13. členu zahteva med drugim borbo proti diskriminaciji na podlagi starosti. To načelo je konkretizirala direktiva 2000/78 o ustanovitvi splošnega okvira za enako obravnavo zaposlenosti in poklica. Postavljen je bil tudi rok za implementacijo direktive konec leta 2003.

Posredno o diskriminaciji starejših oseb v EU govori Listina o človekovih pravicah (Listina o temeljnih pravicah), ki je bila sprejeta leta 2000, decembra 2007 pa je bila svečano sprejeta v Evropskem parlamentu viii. Za nas najpomembnejši deli listine so:

- Vsakdo ima pravico do dela in do opravljanja prosto izbranega ali sprejetega poklica,
- Vsak državljan Unije lahko v katerikoli državi članici svobodno išče zaposlitev, dela ter uresničuje pravico do ustanavljanja ali opravljanja storitev.

* Aktivno staranje je proces optimalnih možnosti za zdravje, soudeležbo in varnost, to v cilju povečevanja kvalitete življenja starejših ljudi.

Pravice starejših poudarja tudi Lizbonska strategija (v vseh verzijah), na katero se tako radi pozivamo. Vsi ti dokumenti pa sami po sebi še ne pomenijo ureditve položaja starejših, zlasti upokojencev. *Pomemben element enakosti upokojencev z drugimi je tudi pravica do dela, ta pa je v Sloveniji kršena.*

Material Komisije EU "Renewed Social Agenda" iz leta 2009^{ix} ugotavlja, da sta v zadnji dekadi v EU obseg populacije v delovni dobi (20 - 59 let) in populacije nad 60 let rasla usklajeno od 1 do 1,5 milijona oseb, sedaj pa smo v začetku šestletnega obdobja, v katerem se bo upokojila večina oseb, rojenih v času "baby booma". V naslednjih 25 letih bo po ocenah število starejših od 60 let naraščalo po 2 milijona letno, število oseb v delovni starosti pa se bo zmanjševalo od 1 do 1,5 milijona letno. Prišlo bo do velikega primanjkljaja delovne sile, njenega uvoza iz držav v razvoju ali pa do gospodarskega nazadovanja.

Organizacija AGE (The European Older People's Platform) je, na podlagi ugotovitev, da nekatere članice EU omejujejo pokojnino ob preseženih določenih zaslužkih upokojencev, julija 2009 izdala posebno priporočilo članicam EU, da odpravijo diskriminacijo do upokojencev, ki še želijo delati.

"AGE priporoča oblastem, da odstranijo vse ukrepe, ki so v nasprotju z načeli aktivnega staranja, ki jih podpira Evropska unija in ki ustvarjajo nepravilne ovire upokojencem, da nadaljujejo z delom in prejemajo istočasno pokojnino. Za bolj učinkovito obvladovanje demografskega izziva in za zagotavljanje dolgoročnega vzdržnega pokojninskega sistema, morajo Evropske vlade ne le podpirati ukrepe za mehak prehod iz aktivnega življenja v upokojitev, ampak tudi uvajati spodbude za tiste, ki želijo delati preko predvidene starosti za upokojitev in/ali morajo to početi, da s tem povečajo svoje prihodke v starosti.x"

Vrsta evropskih držav se intenzivno ukvarja s problematiko staranja prebivalstva. V Veliki Britaniji so npr. ugotovili, da ni nujno, da ima staranje prebivalstva negativne posledice. Že skromno povečanje starejših oseb v aktivnem prebivalstvu jim lahko zagotovi zadrževanje ustreznega razvoja vse do ciljnega leta 2021. V kolikor želijo zagotoviti normalno rast britanskega gospodarstva v bodočih 15 do 20 letih, morajo desetino starejših med 50 in 69 leti, zadržati zaposlene. Potrebno pa je rešiti dva izziva: ustvariti okolje, v katerem relativno zaposljivi delavci lahko najdejo in zadržijo službo ter izboljšati zdravje in sposobnosti oseb, ki želijo delati. Britanska vlada že podpira aktivnosti starejših: odpravlja zakonodajo, ki starejšim ovira njihove aktivnosti, dopolnjuje pokojninski sistem, zagotavlja delovne programe za starejše in invalidne delavce, nove možnosti za izobraževanje kot tudi izboljšuje podporo negovalcem.

Zelo zanimive so tudi raziskave drugih strokovnih institucij, npr. European Forum on Population Ageing Research, Four Pillars organizacije SWI in drugih. Zanimiv pristop, ki stimulira nataliteto mladih družin in istočasno pomaga preživetje starejšim, je ukrep, ki ga je z letom 2009 uveljavila Bolgarija. Stari starši, ki bodo varovali svoje vnuke do njihovega tretjega leta starosti, bodo prejeli mesečno plačilo 120 evrov^{xii}.

3. Upokojenci v Sloveniji

Osnovne pravice in omejitve upokojencem v Sloveniji določa Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju^{xiii}, vendar ne vseh. Za delo sposobne upokojence boli ekonomska diskriminacija, ki so je deležni na vsakem koraku. Družba jim omejuje ali celo prepoveduje vsako ekonomsko aktivnost, čeprav bi jo opravljali le občasno ali v skrajšanem času v svojo in skupno korist.

Pri nas se, mogoče celo nezavedno, pozablja na omejeno razpoložljivost delovne sile v bodočnosti. Slovenija ima eno od najnižjih stopenj rodnosti, le 1,3 otroka na eno žensko, torej je novo delovno silo, poleg Balkana, možno dobiti le v državah v razvoju, kar pa ustvarja vrsto kulturnih, socialnih in drugih posledic. Ocene bodočega števila razpoložljive delovne sile kažejo na to, da je bo najkasneje do leta 2020 začelo resno primanjkovati. To pri absolutnem zmanjšanju števila prebivalcev v Sloveniji. Dodatno vedno

* Pojem flexicurity je sestavljenka fleksibilnosti (flexibility) in varnosti (security), uporablja pa se za organiziranost trga dela, kjer imamo na eni strani prosto zaposlovanje in odpušcanje delovne sile ter na drugi strani visok nivo različnih finančnih podpor za brezposelne.

večji delež študentov pomeni zmanjševanje razpoložljive delovne sile. Uvedba Bolonjske reforme bo kljub drugačnim pričakovanjem dodatno podaljšala čas študija vsaj za dve leti, to pomeni kasnejši vstop mladih v aktivno življenje. Postavlja se torej vprašanje, kje bo Slovenija pridobila manjkajočo delovno silo v ne tako oddaljeni bodočnosti. Podaljšanje časa zaposlitve, kot to predvideva predlog modernizacije pokojninskega sistema, je ena od možnosti za omilitev grozečega pomanjkanja delovne sile.

Osnovni prigovor obstoječemu zakonu je torej prepoved delne zaposlitve starostnim upokojemcem ob ohranitvi cele ali vsaj delne pokojnine. Večina držav v svetu to dovoljuje, večina pa celo stimulira. Ta prepoved je zaradi več razlogov neustrezna: družba se po nepotrebnem odpoveduje znanju in izkušnjam upokojemcev, v bližnji bodočnosti bo manjkalo delovne sile, istočasno pa se daje upokojemcem utemeljeno prepričanje, da se jim je družba odpovedala in le čaka, da prenehajo trošiti državni denar (čakanje na Matildo). Pri tem je le del starejših upokojemcev, predvsem v zgodnjem starostnem obdobju, zainteresiran za delno zaposlitev po upokojitvi.

Vendar pa *le spremembe pokojninskega zakona, diskriminacije upokojemcev ne bodo odpravile*. Vključevanje v poslovno delovanje je starejšim zaradi administrativnih ovir, ki so vključene v različne druge zakone, zelo oteženo. Posamezne oblike samostojnega podjetništva so v Sloveniji upokojemcem dovoljene (npr. "d.o.o."), druge ne (npr. "s.p.", ki ni pravna oseba). Urejen ni niti prenos podjetij na naslednike družinskih podjetij.

Prepričanje, da bo s prepovedmi delne zaposlitve upokojemcev ostalo več prostih delovnih mest mladim iskalcem zaposlitve, se je pokazalo za napačno. Iskalci prve zaposlitve niso zamenjava za starejše izkušene delavce, najprej morajo dobiti znanja in delovne izkušnje. Dodatno je v dosedanjem času pred finančno krizo velik uvoz tuje delovne sile predstavljal skoraj izključno nekvalificirano delovno silo, kar starejši delavci praviloma niso.

Raziskovalni in univerzitetni standardi v Sloveniji so se tudi pri reševanju problema staranja prebivalstva pokazali kot neustrezni. Študije v slovenščini so za raziskovalce in pedagoge nezanimive, saj jim ne prinašajo točk za napredovanje, večina institutov je za poglobljene raziskave nezainteresiranih, niti nima ustreznih raziskovalcev, nekaj posameznih resnejših študij v angleščini pa ostaja večini nepoznana.

Analize življenja starejših oseb po starostnih skupinah brez izvedbe ustreznih ciljnih anket niso izvedljive. To so npr. podatki o poklicu upokojemcev, o preteklih zaposlitvah, o stanovanjskih pogojih, o velikosti gospodinjstev, o številu otrok in vnukov ter o njihovem varovanju, podatki o pomoči staršev pri nakupu stanovanja/hiše otrok, o mesečni pomoči mladim družinam, o pomoči pri gospodinjstvu, podatki o porabi starejših gospodinjstev, o potovanjih starejših, o honorarnem delu (podjemne pogodbe) ali delu na sivem trgu, o pomoči na domu, podatki o prostovoljnem delu starejših, o uporabi interneta, o načinu prevoza do zdravnika in državnih organov, o plačilih zdravniku ali zobozdravniku in drugo.

Tudi Zveza društev upokojemcev Slovenije (ZDUS) se je aktivno vključila v raziskave ekonomske participacije starejših. Da omenimo le referat na Državnem svetu RS leta 2007^{xiv} in na Statističnih dnevih v Radencih leta 2008^{xv}. Pripravljeno je bilo tudi nekaj raziskav, tako v začetku leta 2008^{xvi} in leta 2009^{xvii}. Ugotovitve so zelo zanimive, čeprav bazirajo na podatkih lastnih anket in avtorji zaradi formalnih omejitev niso priznani kot raziskovalci. Zadnja študija iz leta 2009 vključuje analizo zanimive ankete ZDUS o prispevkih starejših oseb k razvoju družbe. Vprašalnik z 12 vprašanji je izpolnilo 866 upokojemcev na Festivalu za tretje življenjsko obdobje leta 2008. Groba ocena ekonomske participacije starejših med 65 in 84 leti je kljub nekaterim metodološkim dilemam preko 7,6 milijard EUR. Več o tej anketi je na Festivalu leta 2009 prikazala dr. Mateja Kožuh Novak.

OECD ima resne prigovore k slovenskemu pokojninskemu sistemuxviii. V publikaciji Ekonomski pregled Slovenije julija 2009, je navedla, da pokojninski sistem v Sloveniji zaradi staranja prebivalstva dolgoročno

ni vzdržen, ni dovolj transparenten in ne spodbuja zaposlenih, da bi dlje časa vztrajali v delovnem razmerju. V Sloveniji se to demagoško tolmači kot zahtevo OECD po zniževanju pokojnin.

Pri tem Slovenija občasnega dela na splošno, pa tudi občasnega dela upokoјencev niti ni sposobna spremljati, še manj urejevati ali davčno zajemati. Nestimulativna davčna politika jih peha v "sivo ekonomijo" (popravila gospodinjskih aparatov, dela v stanovanju, oddajanje stanovanj, sob ali občasno počitniških hišic, male osebne in obrtne storitve, nabiranje gozdnih sadežev in drugo), to pa ne velja za večino intelektualnih storitev. Izjeme so redke, npr. nekateri zdravstveni, zobozdravniški in tehnični poklici, ki jih je možno izvajati v sivi ekonomiji. Tudi za Slovenijo velja splošno pravilo, da visoki in neživiljenjski davki pospešujejo sivo ekonomijo.

Iz navedenega odnosa do upokoјencev mogoče niti ni presenetljivo, da po Eurobarometru kar četrtina anketiranih oseb v Sloveniji meni, da so starostniki breme za družbo.

4. Najbolj kritični primeri diskriminacije upokoјencev v Sloveniji

4.1 Splošen pregled diskriminacij upokoјencev

Najbolj kritično je občasno opravljanje storitev fizičnih oseb po WTO in EU, zlasti za upokoјene formalno priznane strokovnjake. Po "acquis" EU je opravljanje storitev poslovna aktivnost, v Sloveniji pa je kot ostanek starega pojmovanja še vedno negospodarska aktivnost, ki jo je treba čim bolj omejevati. Pri tem pa država minimalno obdavčuje dividende in kapitalske dobičke. Celo obdavčitev prejemkov iz iger na srečo je proti obdavčitvi opravljanja storitev neznatna. Slovenija se je že leta 1995 v Marakeškem sporazumu (Ur. l. RS, MP, št. 10/95) obvezala za priznavanje poslovnega delovanja posameznih strokovnjakov, to je prisotnost fizične osebe kot poslovne aktivnosti, saj to spada pod sporazum GATS znotraj WTO, vendar dejansko tega ni uresničila. Isto obvezo je sprejela kasneje z vključitvijo v EU. Do konca leta 2009 ima čas, da izpolni obveze iz Direktive o storitvah na notranjem trgu, sprejete že leta 2006^{xix}, vendar do sedaj še ni bilo ničesar narejenega.

V starem sistemu je država želela nadzorovati intelektualno delo, torej ga je omejevala. V osnovi se to še ni spremenilo. Obdavčitev honorarnega dela strokovnjakov je skrajno nestimulativna in bistveno višja od obdavčitve poslovnih subjektov. Morali bi priznavati dejanske stroške za opravljanje storitev in uvesti celularno obdavčitev opravljanja storitev.

Prav občasno opravljanje storitev bi predvsem zdravim in sposobnim upokoјencem v zgodnjem starostnem obdobju omogočilo poleg pokojnine ugodnejše in kvalitetnejše življenje. Istočasno bi to prineslo družbi boljše zadovoljevanje vrste sedaj slabo urejenih storitev, državi pa več prihodkov. Pri tem ponovno ne omenjam nove problematike, ki je nastala s finančno in gospodarsko krizo.

Problematika staranja pokriva tudi vrsto tem, ki na prvi pogled niso povezane s staranjem, npr. problematika lastninskih pravic različnih generacij, študentsko delo, nepregledna množica oblik dela (po nekih ocenah kar 23) in upokoјevanja, siva ekonomija, medgeneracijska solidarnost, stanovanjska politika in drugo. Vključuje vrsto diskriminacij, ki se jih redko javno priznava, še bolj redko pa analizira. Popolnoma odprto vprašanje je omejevanje pridobitniške uporabe nepremičnin posameznikov. V Sloveniji je posameznikom, torej tudi upokoјencem, prepovedana ali pa zelo omejena uporaba lastnih nepremičnin v pridobitne namene. Sistem študentskega dela je ostanek ureditve iz stare države in sistema. Na videz nudi ugodnosti dijakom in študentom, dejansko pa pomeni ventil za neustrezno in togo delovno zakonodajo ter pretirano obdavčitev rednega dela, s katerim se udeležencem odlaga polnopraven vstop v aktivno poslovno in družinsko življenje. Posebej pa otežuje uporabnikom študentskega dela kasneje odhod v pokoj.

4.2 Nekaj konkretnih primerov diskriminacije upokoјencev

Med najbolj poznana omejevanja opravljanja intelektualnih storitev upokoјencem v Sloveniji sodita raziskovanje in visoko šolstvo, čeprav je še veliko drugih.

4.2.1 Raziskovanje

Strategija razvoja Slovenije proklamira olajševanje mobilnosti in delo tujih raziskovalcev, ni pa govora o domačih raziskovalcih. Raziskovalec je lahko le zaposleni na inštitutu, drugim so vrata za raziskovanje zaprta. Ne morejo se prijavljati na javne razpise. Celo akademik z odhodom v pokoj izgubi status raziskovalca.

Omejevanje pravice do raziskovanja le na nekatere raziskovalce je določeno v Pravilniku o postopku in pogojih za vpis posameznikov v register zasebnih raziskovalcev (Ur. l. RS, št. 12/2005), ne v zakonu, kar bi bilo edino pravilno. Na zahtevo Komisije EU je bil leta 2007 (Ur. l. RS, št. 5/2007) del omejitev, ki so v direktnem nasprotju z "acquis" odpravljen, ne pa omejitve upokoјencem.

Dosedanje omejitve niso v skladu z načeli EU. Ali ima Slovenija res preveč strokovnjakov, ki izpolnjujejo vse splošne pogoje za izvajanje raziskav (doktorat znanosti, objavljena dela, znanstveni naziv na Univerzi), da lahko dovolimo raziskovalno delo le zaposlenim v raziskovalnih institucijah, ki imajo raziskovalni monopol (kar po Pogodbah EU niti ni dovoljeno!). Starostnim upokoјencem, ki so si svojo pokojnino zaslužili sami, se torej prepoveduje nadaljevanje strokovnega in raziskovalnega dela (npr. kot zasebni raziskovalec), sicer se jim ukinja pokojnino. V teh prepovedih so najbolj prizadeti najbolj izobraženi in mentalno sposobni upokoјenci, ki bi tudi po upokoјitvi lahko največ prispevali družbi z znanjem kot denarjem (davki). Seveda posredno tudi sebi in svojim otrokom, saj zasluženega dodatnega denarja ne bodo nesli s seboj v grob.

4.2.2 Visoko šolstvo

Zakon o visokem šolstvu (Ur. l. RS, št. 119/06) v svojem 63. členu navaja: "Če so bile izkoriščene vse možnosti za sklenitev pogodbe o zaposlitvi in je treba zagotoviti nemoteno izvajanje pedagoške dejavnosti, lahko visokošolski zavod sklene pogodbo o delu v skladu s tem zakonom in zakonom, ki ureja obligacijska razmerja, vendar ne več kot v obsegu ene tretjine s tem zakonom določene pedagoške obveznosti in največ za obdobje deset mesecev v študijskem letu."

Zunanji sodelavci na Univerzi, kamor spadajo tudi upokoјenci, so omejeni s številom ur v podajanju snovi. Dovoljeno število ur ne omogoča normalnega izvajanja posameznega predmeta v enem semestru letno, onemogoča in omejuje pa tudi opravljanje dodatnih aktivnosti npr. projektne naloge, in drugo. Omejitve v podiplomskem študiju so drugačne in manjše od omejitev prvih. Seveda pa zunanji sodelavec ne more biti član ustrezne katedre na fakulteti, niti mentor mladim asistentom ali predavateljem. Onemogočena mu je finančna pomoč fakultete pri znanstvenih nastopih na seminarjih in kongresih, njegovega znanja ne more legalno posredovati mlajšim pedagogom. Upokoјenci se v raziskovalne naloge na Univerzi ne morejo vključiti, to je pridržano le redno zaposlenim. Tudi ob tej tretjini dovoljenih ur posamezne fakultete sprejemajo še določene dodatne omejitve, to predvsem zaradi finančnih zadreg. Po trditvah nekaterih profesorjev pred upokoјitvijo, sedanje vodstvo Univerze svoje članice obvešča, kdaj se mora posamezen pedagoški delavec upokoјiti. Posamezne fakultete so sicer našle specifične in pravno dvomljive načine, kako plačevati gostujoče profesorje iz tujine, kajti sicer njihovo gostovanje v Sloveniji ni zanimivo.

Država se že zaveda, da sedanja omejevalna politika do upokoјencev ni usklajena z EU "acquis", da ni ustrežna niti ne za upokoјence pa tudi ne za družbo kot celoto. Leta 2007 je bila pripravljena Strategije varstva starejših v Sloveniji do leta 2010^{xx}. Na tej podlagi je Vlada Septembra 2008 sprejela Nacionalno poročilo o strategijah socialne zaščite in socialnega vključevanja za obdobje 2008 - 2010.

Konec septembra je v javnost prišel dokument Modernizacija pokojninskega sistema v RS^{xxi}. Avtorji dokumenta, ki šele začenja javno diskusijo, vključujejo rešitev nekaj predhodno omenjenih slabosti sedanjega pokojninskega sistema (odprava socialnih transferjev iz pokojninske blagajne, vsako delo šteje...), seveda ne vseh. Javna diskusija bo pokazala, koliko predlogov omenjenega dokumenta je v Sloveniji trenutno sploh možno realizirati.

Vprašanje višine in celo zmanjševanja pokojnin, spremembe upokojitvene starosti, izenačenje upokojitvene starosti za moške in ženske, podaljšanje podlage za preračunavanje pokojninske osnove, samostojna invalidska blagajna, več pokojninskih stebrov, sprememba bonusov. Vprašanja valorizacije pokojnin s plačami, ki so trenutno hit politikov, tokrat posebej ne obravnavam, saj to zahteva več predhodnih raziskav, zlasti pa upoštevanje sedanjega finančnega in gospodarskega položaja.

5. Zaključek

Problem aktivnega sodelovanja starejših v družbi je izredno aktualen in bistveno odstopa od dosedanjega razumevanja problematike upokojencev in je širše od predlaganih sprememb pokojninskega zakona. *Treba je treba začeti resneje urejati položaj starejših oseb, zlasti najbolj kreativnih in še vedno sposobnih za delo.* Analizirati je treba, ne le socialne momente in pomoč starejšim, temveč tudi prenehati potiskati starejše državljane v kot, namesto da bi jih zadržali čim dlje z njihovimi znanji in izkušnjami kot aktivni del populacije.

- i Spletna stran ZPIZ, 2009.
- ii World Assembly on Ageing, 1982.
- iii UNECE A Society for All Ages, 2007.
- iv Politična deklaracija druge svetovne skupščine o staranju, Madrid, 2002.
- v Towards a Europe for All Ages. Sporočilo Komisije EU (COM(99)221 final , 21. maj 1999.
- vi The demographic future of Europe - From challenge to opportunity, Material Komisije EU, 2006.
- vii Consolidated version of the Treaty on European Union with the changes made by the Treaty of Amsterdam. Podpisana 2. 10.1997.
- viii Listina o temeljnih pravicah. EP, dec. 2007.
- ix The European Oder People's Platform. 2. July 2009.
- x The European Oder People's Platform. 2. July 2009.
- xi The economy and older people. AGE Concern, Age Concern England. London, February 2004.
- xii Population Projections. EUROPROP 2008, EUROSTAT, nov. 2008.
- xiii Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju. Ur.l. RS, 109/2006 in dalje.
- xiv ZUPANČIČ, Samo. Aktivno sodelovanje upokojencev v družbenem in gospodarskem razvoju slovenske družbe. V: ČUK, Jožko (ur.). Vseživljenjsko izobraževanje in aktivno staranje : zbornik referatov in razprav, 15. maj 2007, (Knjižna zbirka Državnega sveta Republike Slovenije). Ljubljana: Državni svet Republike Slovenije, 2007, str. 41-45. [COBISS.SI-ID 17615334].
- xv ZUPANČIČ, Samo. Ekonomska participacija starejših v Sloveniji = Economic participation of older persons in Slovenia. V: NOČ RAZINGER, Mojca (ur.), PANIČ, Boris (ur.), URBAS, Marina (ur.). Medgeneracijska solidarnost - izziv za sodobne družbe : [zbornik povzetkov] : [book of abstracts]. Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije: = Statistical Office of the Republic of Slovenia: Urad Republike Slovenije za makroekonomske analize in razvoj, Slovenija: = Institute of Macroeconomic Analysis and development, Slovenia: Statistično društvo Slovenije: = Statistical Society of Slovenia, 2008, str. 102-103. [COBISS.SI-ID 18141926].
- xvi ZUPANČIČ, Samo, KOŽUH-NOVAK, Mateja, BANOVEC, Tomaž, PAVLIHA, Milan. Ekonomska participacija starejših v slovenski družbi : uvodna razmišljanja v raziskavo participacija starejših v slovenski družbi. Ljubljana: Zveza društev upokojencev Slovenije, 2008. 29 str., graf. prikazi. [COBISS.SI-ID 17676262]
- xvii Ekonomska participacija starejših v Sloveniji, ZDUS, januar 2009.
- xviii OECD Economic Surveys, Slovenia, Volume 2009/7, July 2009.
- xix Direktiva 2006/123/ES Evropskega parlamenta in Sveta z dne 12. decembra 2006 o storitvah na notranjem trgu.
- xx Strategija varstva starejših v Sloveniji do leta 2010. MDDSZ, 2007.
- xxi Modernizacija pokojninskega sistema v RS, Varna starost za vse generacije. MDDSZ, 25.9.2009.

STAREJŠI STROKOVNJAKI: PRILOŽNOST, KI JE NE BI SMELI ZAVREČI

DUŠAN KIDRIČ

Urad republike Slovenije za makroekonomske analize in razvoj*

V petnajstih letih se bo število prebivalcev, ki so starejši od 60 let podvojilo. V istem obdobju se bo število in delež tistih, ki še ne bodo stari 60 let bistveni zmanjšalo. V še daljšem obdobju se bosta enaki tendenci nadaljevali: vedno več bo starih, vedno manj bo mlajših. Socialne in ekonomske posledice novih prebivalstveni razmerij so bile že dostikrat opisane. Če se nič posebnega ne naredi, če bi se sedanji vzorci dela, obnašanja, financiranja, socialne organiziranosti nadaljevali, bi na vsakem od teh področij slej kot prej zašli v težave. Nekatere bi bile tako velike, da bi jih brez pomisleka lahko primerjali s sedanjo finančno oz. ekonomsko krizo.

Čas teče vsem enako, staranje pa je od človeka do človeka različno. V vsakem primeru se po vrhuncu, ki je spet od posameznika do posameznika dosežen v različni starosti, z leti nekatere človekove zmožnosti zmanjšujejo in pripravljenost na novo spreminja. Po šestdesetem letu so ta dejstva vidna tudi "brez očal".

Vendar vzorec upokojevanja kaže, da se večina ljudi upokojuje v času nekoliko pred zakonsko določeno polno upokojitveno starostjo. To pa pomeni, da je s stališča še ohranjenih kompetenc stvarna upokojitev za nekatere mogoče prepozna, za večino ljudi pa je prezgodnja. Fizično in kognitivno so novi upokojenci še dovolj zmožni, da bi lahko bili koristno aktivni, vendar se jih večina raje kot za nadaljevanje aktivnosti odloča za upokojitev. Vseh vzrokov in posledic prehoda v upokojitev v odvisnosti od institucionalnega okolja, značilnosti zadnje zaposlitve, zdravja pred upokojitvijo, ne poznamo dovolj podrobno. Enako tudi ne vemo za posledice na zdravje po upokojitvi, za življenjsko raven in splošno počutje.

Posebna skupina, ki ob danem vzorcu upokojevanja zapušča aktivnost s še dovolj velikimi kompetencami, so strokovnjaki - veščaki na področjih, kjer so delali in se razvijali dalj časa in v različnih - včasih zelo zapletenih okoliščinah. Za delovno okolje iz katerega odhajajo v pokoj, pomeni njihov odhod iz aktivnosti izgubo nakopičenih znanj in veščin, prekinitev v obvladovanju problemov in motnjo pri funkcioniranju. Dostikrat pa se njihovo ostajanje v aktivnosti smatra kot ovira za uveljavitev novih znanj, blokada za reševanje problemov in motnja pri funkcioniranju; predvsem menjave poslovodstev so hitre in nove ekipe se praviloma počutijo dovolj kompetentne, da lahko prevzamejo krmilo. Tudi če bi bilo res, da ostajanje starejših strokovnjakov v aktivnosti, ovira reševanje nekaterih problemov, je prav zaloga znanja in izkušenj najbolj zaželeni pri iskanju poti za iskanje rešitev. Starejši zaposleni imajo poleg znanj iz stroke tudi veliko izkušenj, ki se pridobijo samo z leti dela in s sodelovanjem pri projektih.

Prej povedano so splošne resnice, vendar se dogajanja pri upokojevanju, vsaj v Sloveniji, ne odvijajo upoštevale koristi od zaposlovanja starejših (ne samo strokovnjakov). Stvarna upokojitvena starost je nizka, tudi tisti, ki so še dovolj fit, raje zamenjajo aktivnost za čas, ki ga nudi upokojitev. V pokojninskem sistemu so vgrajene finančne spodbude za ostajanje v aktivnosti po dosegu upokojitvenih pogojev, vendar ne delujejo. Vsako leto prinese tistemu, ki še ostane aktiven 1,5 % odmere, po polni upokojitveni starosti (63 let moški in 61 let ženska) pa še premijo, ki prvo, drugo in tretje leto poviša pokojnino. V treh letih je skupni učinek okoli 10 % višja pokojnina. V Sloveniji je raziskava o upokojevanju pokazala, da so spodbude finančno prenizke in da je prosti čas, ki ga posameznik pridobi po upokojitvi vreden več.

Splošno zgodnje odhajanje iz aktivnosti ustvarja, še bolj pa bo, probleme pri tekočem financiranju in ogroža dolgoročno finančno vzdržnost, ne samo pokojninskega sistema, temveč celotnega javnega financiranja. Ker pa zgodnje odhajanje iz aktivnosti ni samo ekonomski in finančni problem, in ker to tudi

ni nov problem, so številne države sprejele programe za podaljševanje aktivnosti. Kot zelo pogosto, so najbolj organizirane skandinavske države. Norveška je ustanovila (Središče za politiko do starih) Center for Senior policy. Namen centra je, da ozavešča posameznike, družbe in politike o prednosti prilagajanja delovnega mesta in na delovnem mestu. Izdali so publikacijo Državna pobuda, kjer se opredeljujejo do problemov povezanih s staranjem in aktivnostjo in izdelali predloge za aktivnosti . Naslednje leto bodo pripravili mednarodni kongres Older Workers in a Sustainable Society.

Finska je že po krizi leta 1990 sprejela program "Finn Age" za vključitev in ohranitev starejših v aktivnosti. Njegova značilnost je predvsem prijazna ureditev postopnega prehoda iz aktivnosti v upokojitev. Drugo leto bodo organizirali konferenco "Towards Better Work and Well-Being".

Tudi Slovenija ima svoj program "Strategija varstva starejših", ki pa je tik pred iztekom. Ker je vseobsežna, je problemu podaljševanja aktivnosti posvečeno relativno malo vsebine.

Morda najbolj sistematično se zaposlitvi oziroma položaju seniorjev posveča Silver Workers Institute (SWI). Temelji na obširnem delu za raziskovalni program "Four Pillars" (staranje, pokojnine in zaposlovanje) , ki ga je 1987 sprožila The Geneva Association . Dogodki (konference in seminarji), gradiva in novice povezani s položajem seniorjev so dostopni na njihovih spletnih straneh .

Kaj so glavna sporočila raziskav in programov? Videti je, da v raziskavah *stereotipi o starih in njihovi nezmožnosti za adaptacijo na nove okoliščine niso potrjeni*. Raziskave tudi niso potrdile, da je strošek dela za zaposlene starejše delavce večji (če sploh je) od stroška na novo zaposleni, če se k vsem stroškom prištejejo tudi stroški uvajanja. Starejši tudi nimajo apriornega negativnega odnosa do aktivnosti v še starejših leti, vendar pod pogojem, da so delovni in socialni pogoji primerni, urejeni in da se upošteva posebnosti, ki spremljajo starejše. Ob predpostavki primerne pokojnine so pripravljene delati tudi prostovoljno in za manjšo ali sploh brez zaslужka (seveda pa ne brez povračila stroškov).

Občutek je, da ravno v slednjih prvinah angažiranje starejših strokovnjakov ni najbolj urejeno. Nadaljevanje profesionalne aktivnosti sicer prinese večji zaslužek, toda polna zaposlitev v starosti po izpolnitvi pogojev za upokojitev ni več najbolj zaželena oblika. Vse druge oblike pa so finančno precej neugodne ali pa so celo bolj prepoved kot spodbuda. To ne velja samo za strokovnjake, pač pa za vse, ki bi po začetku prejemanja pokojnine še hoteli delati za plačilo. Davčno se namreč pokojnina, ki je sicer neto prejemek, preračunano izenačuje s plačo, kar posledično pomeni, da je davčna obremenitev ob kombinaciji zaslужka iz zaposlitve in iz upokojitve bolj obremenjena. Sicer pa verjetno bolj kot dohodkovni pogoji na položaj in angažiranost seniorjev vpliva odnos do vključevanja (izključevanja) iz socialne sredine.

MOŽNOSTI IN PRILOŽNOSTI INTELEKTUALNEGA DELA STAREJŠIH

PRIMOŽ ZUPAN

Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve

Evropa se sooča s staranjem prebivalstva, s tem pa je povezano tudi staranje delovne sile, ki delodajalce in načrtovalce politike postavlja pred nove izzive.

Vlada je septembra 2006 sprejela Strategijo varstva starejših do leta 2010 - Solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva, katere osnovni namen je uskladiti in povezati delo različnih vladnih resorjev z gospodarstvom in civilnim sektorjem, da bi se zagotovila čim večja kakovost življenja starejših. Strategija si prizadeva zagotoviti pogoje za širitev participacije starejših na vseh ravneh in krepitev njihove družbene vključenosti. Posebno pozornost posveča tudi ustvarjanju pogojev za aktivno vključevanje tretje generacije v proces dela in zaposlovanja in med ključne cilje postavlja tudi razvoj trga delovne sile, ki se bo odzival na staranje prebivalstva in izrabljajl potenciale starejših. V delovnih okoljih je namreč potrebnega vse več znanja in spretnosti, ki jih posedujejo zgolj starejši delavci in ta znanja bi bilo smiselno zadržati.

V današnji družbi govorimo o relativno zgodnjem odhodu srednje generacije iz delovnega procesa. Srednja generacija se je doslej zgodaj upokojevala - v povprečju večinoma pred 60. letom starosti. Današnja družba vse bolj prepozna, da velike *sposobnosti tretje generacije ostajajo neizkoriščen človeški kapital*, in da je moderni socialni sistem prezrl mehanizme za vključevanje velikih potencialov tretje generacije v družbeno delitev dela. Pomemben evropski dokument - Zelena knjiga - v dveh poglavjih, ki se glasita "Globalen pristop k aktivnemu življenjskemu ciklu" in "Novo mesto starejših v družbi", opozarja, da se bodo podjetja morala opreti na izkušnje in znanje "starajočih se" delavcev. Vse kaže, da bo tretja generacija bolj zdrava, premožnejša, aktivnejša in bolj mobilna ter bo bolj množično nadaljevala poklicno pot z delnim delovnim časom in delno upokojitvijo. Čas upokojitve bo bolj gibljiv, vsekakor pa se bo premikal v višjo starost. Tehnološki razvoj bo omogočal več dela doma, to pa pomeni lažje usklajevanje družinskega in poklicnega življenja. Zelena knjiga tudi posebej poudarja prostovoljstvo tretje generacije, ki ima že sedaj pomembno vlogo v družbi.

Strategija varstva starejših med predlogi ukrepov za spodbujanje dela starejših predvideva sistemsko ureditev plačanega občasnega in začasnega dela upokojenecv ter omogočanje fleksibilnejših oblik pri zaposlovanju in delu starejših oseb. Pripravlja se tudi nacionalna Strategija aktivnega staranja s ciljem dviga stopnje zaposlenosti starejših in večje vključenosti na trgu dela.

Dejstvo je, da *sodobni razvoj in spremembe v gospodarstvu zahtevajo znanja in spretnosti ne samo mladih in srednje generacije, marveč tudi starejših*. Zato je potrebno zagotoviti tudi možnosti in priložnosti za njihovo delo in z njihovim vključevanjem omogočiti dragocen prispevek slovenski družbi.

ZAPOSLOVANJE STAREJŠIH STROKOVNJAKOV V JAVNI UPRAVI

dr. GREGOR VIRANT

1. Uvod

Prispevek se osredotoča na dve temi - na debirokratizacijo javne uprave in na management v javni upravi. Zakaj ravno ti dve temi? Debirokratizacija je zame najpomembnejši proces na poti približevanja uprave državljanom in podjetjem. Stalno poudarjanje vloge managementa v javni upravi pa je nujno, saj je v praksi premalo zavedanja o tem, kako močan je vpliv (ne)kompetentnosti managerja na uspešnost in kakovost organizacije.

2. Debirokratizacija - glavni projekt za približevanje uprave uporabniku

Slovenska javna uprava je v zadnjih dvajsetih letih doživela velikanske spremembe, tako kot jih je doživljalo njeno družbeno okolje. Demokratizacija, prevzem funkcij zvezne države ob osamosvojitvi, vključevanje v Evropsko unijo, prevzem evra, predsedovanje - to so mejniki, ki so močno oblikovali njeno podobo. Ob tem pa so se ves čas upravičeno povečevala pričakovanja javnosti, da bo uprava delovala učinkovito, torej zniževala stroške svojega poslovanja, in zagotavljala kakovostne storitve. V poznih devetdesetih letih prejšnjega stoletja, predvsem pa po letu 2000, se je v upravi začelo uveljavljati načelo usmerjenosti k uporabniku. Spremembe so bile posledica pričakovanj javnosti (državljanov in gospodarstva), povezane pa so bile tudi z našim vključevanjem v EU. Slovenija je s tem, ko je postala članica evropske družine, vstopila tudi v procese prizadevanja za izboljševanje administrativnega okolja, dvig kakovosti regulacije in zmanjšanje birokratskih bremen.

Izmed projektov, usmerjenih k uporabniku, velja omeniti zlasti odpravljanje administrativnih ovir (OAO), ki pomeni proces poenostavljanja postopkov poslovanja strank z javno upravo, ki zniža stroške in skrajša čas, potreben za izvedbo storitve na obeh straneh - na strani javne uprave in na strani uporabnika.

Projekta OAO smo se v Sloveniji lotili na sistematičen in učinkovit način, kar so nam priznali tudi tuji nadzorniki (poročilo SIGME). Vlada je spremenila svoj poslovnik tako, da se od vsakega ministra, ki predlaga predpis, zahteva "poročilo o administrativnih ovirah". Če predpis prinaša kakršnakoli nova administrativna bremena, mora minister dokazati, da je to nujno potrebno za doseganje legitimnega javnega cilja, da so bremena sorazmerna s ciljem in da se bodo postopki izvajali na najenostavnejši oziroma za stranke najprijaznejši možen način. Na ministrstvu za javno upravo deluje ekipa "čistilcev", ki preverijo sleherni predpis (zakon, uredbo, pravilnik) z zornega kota administrativnih ovir in od pripraviljavcev zahteva, da se predpis očisti. Gre za preventivno delovanje, preprečevanje nastajanja novih administrativnih ovir.

Drugi aspekt projekta OAO pa predstavlja odpravljanje obstoječih administrativnih ovir. Ta proces poteka na podlagi predlogov, ki jih ministrstvo za javno upravo dobi "s terena" - od državljanov, podjetij, zbornic, zaposlenih v javni upravi... Ti predlogi so vložek za letni akcijski načrt odpravljanja administrativnih ovir, ki ga vlada sprejme pred sprejetjem svojega normativnega programa za prihodnje leto. Akcijski načrt vsebuje seznam konkretnih poenostavitev, ki jih morajo izvesti resorji v prihodnjem letu. Večina teh poenostavitev terja spremembo predpisa, včasih pa zadošča že sprememba prakse pri njegovem izvajanju.

V tem kontekstu je bila izvedena kopica poenostavitev za državljane in za podjetja: odprava avtomobilskih nalepk, prenos overitev z notarjev na upravne enote, plačevanje taks z gotovino in plastičnim denarjem, ukinitvev dohodninske napovedi, odpravljanje krajevne pristojnosti, projekt "vse na enem mestu" (VEM), ki omogoča ureditev vseh potrebnih administrativnih zadev za zagon samostojnega podjetnika in gospodarske družbe na enem mestu, v eni uri, brez izpolnjevanja obrazcev in zastonj. Pomembna je tudi

uvedba načela, da organi javne uprave ne smejo zahtevati od strank nikakršnih potrdil, izpiskov in drugih dokazil o podatkih, ki so na voljo v uradnih evidencah.

Administrativna bremena imajo svojo ceno in njihovo zmanjševanje ima izmerljive učinke. V Sloveniji na tem področju nismo "odkrivali tople vode", temveč uporabljamo metodologijo izračuna administrativnih stroškov, imenovano Standard Cost Model, ki so jo razvili Nizozemci, prevzela pa jo je celotna Evropska unija. Na podlagi te metodologije je bilo npr. izračunano, da je samo novela zakona o varstvu osebnih podatkov malim in srednjim podjetjem prihranila 36 milijonov evrov.

Odpravljanje administrativnih ovir mora biti kontinuiran proces stalnih izboljšav, saj je manevrskega prostora za "čiščenje" še veliko, velika pa je tudi nevarnost, da bi se začeli birokratski nesmisli spet kopičiti.

3. Management v javni upravi

V javni upravi podobno kot v gospodarstvu srečamo managerje, ki so pripadniki različnih generacij. Formalni pogoji za zasedbo najvišjih vodstvenih mest glede delovnih izkušenj niso pretirani - z osmimi leti izkušenj je mogoče priti na najvišja mesta, to je mesta direktorjev direktoratskih, direktorjev organov v sestavi ministrstev, načelnikov upravnih enot itd. So pa postavljeni relativno zahtevni kompetenčni standardi glede znanj ter vodstvenih izkušenj in sposobnosti. Vsi kandidati, ki se potegujejo za najvišja mesta, morajo skozi "sito" razpisnih komisij uradniškega sveta. Ministri lahko izbirajo samo med kandidati, ki so prestali ta strogi kompetenčni preizkus.

Položaj managerja v javni upravi je v mnogih elementih podoben položaju managerja v gospodarstvu, v nekaterih elementih pa je drugačen. Oba morata z razpoložljivimi resursi doseči čim boljše učinke, oba morata poskrbeti za čim boljše izrabo kadrovskega potenciala, ki je največje bogastvo organizacije. Tudi v javni upravi prodira spoznanje, da so kompetence za ravnanje z ljudmi pri delu najpomembnejše kompetence managerja, vsaj enakovredne njegovemu strokovnemu znanju na področju, ki ga vodi. Razlike med managerjem v zasebnem sektorju in v javni upravi pa so predvsem v tem, da javna uprava ni izpostavljena tržnemu pritisku (ker je financirana proračunsko), in v tem, da deluje v izjemno kompleksnem in nepredvidljivem političnem okolju, ki ga zaznamujejo določene posebnosti (menjave na oblasti, naravnost na kratkoročne uspehe v okviru enega vladnega mandata itd.).

Od uveljavitve nove zakonodaje na področju javne uprave (leta 2003) je bilo veliko narejeno na "izgradnji" managerja v javni upravi. Izbirni postopki, obvezni moduli managerskega usposabljanja, uvajanje orodij in modelov kakovosti ter poslovne odličnosti ter vse večji (upravičen) pritisk uporabnikov storitev so največ prispevali k temu procesu. Managerji v javni upravi se počasi vključujejo v managersko "skupnost". Zlasti tisti, ki so v svojih organizacijah začeli uvajati upravljanje celovite kakovosti, se na strokovnih srečanjih družijo s svojimi kolegi iz gospodarstva in z njimi izmenjujejo izkušnje in dobre prakse ter razbijajo nekatere predsodke, ki jih ima gospodarstvo do javne uprave.

Javno upravo na področju razvoja managementa čaka še veliko dela. Posebej pomemben je razvoj politične kulture, ki mora pri kadrovanju na najvišja mesta v javni upravi opraviti z logiko naši-vaši. Pomembno je tudi to, da se dobre prakse izbirnih postopkov in kompetenčnega razvoja najvišjega managementa razširi tudi na srednji in nižji management. Razmišljati pa bo treba tudi v smeri večjih možnosti za stimulatívno nagrajevanje. Ne mislim, da bi bilo treba dvigovati fiksne plače direktorjev v javni upravi. Treba pa bo povečati maso sredstev in limite nagrajevanja delovne uspešnosti - seveda ne tako, da bi nagrade postale avtomatizem, ampak bi morale biti vezane na merljive rezultate in učinke.

Managerji iz zasebnega sektorja, zlasti tisti z bogatimi izkušnjami, lahko s svojimi nasveti javni upravi veliko pomagajo. Koristi od kakovostnejšega in učinkovitejšega delovanja uprave pa bomo imeli vsi - državljani in gospodarstvo.

(NE) PODPIRANJE AKTIVNEGA STARANJA V SLOVENIJI

MILAN PAVLIHA

Zveza društev upokojencev Slovenije

POVZETEK

Vse generacije morajo dati svoj prispevek za učinkovito družbo. Smiselne možnosti in življenjske naloge v starosti daje v veliki meri delo. Človek najde pravo integracijo s socialnim okoljem le pri delu in z delom. Države morajo sprejeti ustrezne konkretne instrumente, da ne bodo sprejeta stališča ostala na deklarativni ravni. "Pričakovanja starejših oseb in gospodarske potrebe družbe zahtevajo, da starejšim omogočimo sodelovanje v gospodarskem, političnem, socialnem in kulturnem življenju. Starejši ljudje bi morali imeti priložnost zadovoljivo opravljati produktivno delo, dokler to želijo in zmorejo, še naprej bi morali imeti dostop do programov izobraževanja. Spodbujanje starejših za njihovo participacijo je ključni element aktivnega staranja" (iz Politične deklaracije 2. svetovne skupščine o staranju, Madrid 2002). Svet EU je v Bruslju maja 2007 potrdil skupno mnenje Odbora za zaposlovanje in Odbora za socialno zaščito o aktivnem staranju, ki starejše ljudi spodbuja, naj v kasnejšem življenjskem obdobju ostanejo dejavni. Na mednarodni konferenci o medgeneracijski solidarnosti za družbe sožitja in socialne povezanosti na Brdu pri Kranju 2008, je evropski komisar za zaposlovanje, socialne zadeve in enake možnosti, Vladimir Špidla poudaril, da je potrebno spremeniti pogled na starejše, saj s poudarjanjem negativnih vidikov staranja prebivalstva zanemarjamo potencial starejših. Države morajo v celoti izkoristiti zmogljivosti starejših, saj je to pogoj za obstoj pokojninskih sistemov. V Sloveniji je podpiranje aktivnega staranja več ali manj na deklarativni ravni. Še vedno nimamo izdelanega koncepta dejavne starosti, niti nismo odpravili diskriminacijske zakonodaje pri zaposlovanju upokojencev in v raziskovalni dejavnosti. V osnutku "Ukrepev za spodbujanje aktivnega staranja" (MDDSZ, oktober 2009) ni ukrepov za spodbujanje aktivnega staranja upokojencev!

Ključne besede: aktivno staranje, dejavna starost, strategija aktivnega staranja, diskriminacija starejših, zaposlovanje upokojencev.

1. Podpora aktivnemu staranju zgolj na deklarativni ravni

V predgovoru letošnje tridnevne konference o vlogi starejših v sodobni slovenski družbi na 9. Festivalu za tretje življenjsko obdobje, je bila izpostavljena tudi potreba po spreminjanju delovnopravne zakonodaje, ki bo omogočila večjo delovno aktivnost starejših oziroma upokojencev in ustrezno izrabo njihovih izkušenj in akumuliranega znanja, zagotavljanje sistemskih pogojev za spodbujanje prostovoljstva in neformalnega dela ter uvajanje mehanizmov za spodbujanje sodelovanja in povezanosti generacij predvsem znotraj izobraževalnega sistema na vseh treh ravneh. Že trije zadnji festivali so poudarili vse prej navedene potrebe in tudi že oblikovali jasne predloge in usmeritve. Žal brez ustreznega odziva države.

Družba vseh generacij sloni na komplementarnih vlogah starejših, zato moramo prerasti njihovo diskriminacijo in socialno izključenost. Ko govorimo o starejših, moramo hkrati obravnavati in upoštevati življenjske razmere vseh generacij, da bi bile rešitve prave in dolgotrajnejše. Temeljno vprašanje, povezano z zagotavljanjem razmer, ki bodo ohranjale medgeneracijsko sožitje in solidarnost tudi na družbeni ravni, ob zaenkrat še prikritem konfliktu med generacijami, na katerega moramo odgovoriti, je torej: kako doseči, da nobena generacija ne bo imela občutka, da ena živi od druge.

Koncept aktivnega staranja ni omejen na ohranjanje zdravja s telesnimi aktivnostmi. Aktivno staranje je povezano s trajno udeležbo v socialnem, gospodarskem, kulturnem, duhovnem in civilnem življenju. Celotna družba nosi odgovornost za to, da ponudi priložnosti za aktivno staranje (iz Ljubljanske

deklaracije 18. mednarodnega kongresa EURAG, 2005). Svetovna zdravstvena organizacija definira aktivno staranje kot proces optimiziranja priložnosti za zdravje, participacijo in varnosti, da bi izboljšali kakovost življenja starejših. Tudi definicija Organizacije za ekonomsko sodelovanje in razvoj razbija stare stereotipe o staranju: Aktivno staranje se nanaša na zmožnost starajočih se ljudi za produktivno življenje v družbi in gospodarstvu. Dejavna starost je splošen okvir za starejše ljudi v Evropski skupnosti. Po upokojitvi naj bi ljudje zaživel v novih oblikah dejavnosti in aktivnosti koristnih za družbo. Človek se v tretjem življenjskem obdobju ne more odreči novim izzivom, postavlja naj si cilje, dovolj zahtevne, da jih doseže z naprezanjem. Dejavna starost poraja potrebne napetosti, z njimi ohranjajo starejši svoje fizično in psihično ravnotežje in ostanejo živ člen družbe. K dejavni starosti spada tudi sodelovanje pri družbenem odločanju. Brez starejših je odločanje enostransko in rešitve samo delne. Enakomerno med vse generacije porazdeljena družbena moč je cilj sodobnih družb. Definicija starosti se spreminja, in sicer v teorijah družboslovcev, pa tudi v besednjaku politikov ter v medijih. Ena najpopularnejših besed je postala skovanka "aktivno staranje", ki predstavlja nasprotje starosti kot odvisnemu, pasivnemu obdobju življenja (WHO 2002).

V Sloveniji si stroke, država in civilna družba vsaka po svoje razlagajo in razumejo aktivno staranje. Slovenski raziskovalci temu fenomenu ne posvečajo dovolj pozornosti. Še manj (ali skoraj nič) jo namenjajo podaljševanju aktivnega poklicnega obdobja. Skratka ni relevantnih raziskav o dejavni starosti. Tudi za uresničevanje načrtane politike zaposlovanja starejših nimamo nujno potrebnih uporabnih raziskav. Problematika aktivnega staranja je izrazito interdisciplinarne narave. Pri nas se strokovnjaki različnih ved na socialnem in drugih področjih še niso naučili sodelovati. V okviru operativnega programa razvoja človeških virov bodo nujno potrebne raziskave za izvedbo posebnih programov za odpravo diskriminacije na trgu dela in pri zaposlovanju. Potrebne bodo tudi za pripravo ukrepov za zaposlovanje starejših, za spodbujanje prenosa znanja na druge generacije in za povezanost z delovnim upokojevanjem.

Država nima ustreznih odgovorov glede stanja, zlasti pa napredka na področju aktivnega staranja. V Sloveniji zaostajamo za zavezami Regionalne izvedbene strategije, sprejete v Madridu 2002. Slovenska nacionalna strategija skrbi za kakovostno staranje ni pisana z vidika uporabnikov, predvsem pa ji ne sledijo izvedbeni akti. Med drugim se že tretje leto piše strategija aktivnega staranja. Prepričanje, da je v okviru čiste ekonomije mogoče v celoti razrešiti problematiko dela, je zmotno. Zaradi nedela so posledice ekonomsko in družbeno še hujše: negativen vpliv na kulturo sožitja med ljudmi, izobčenost iz družbenega življenja.

Odnos do starejših postaja v Sloveniji včasih prav sovražen zaradi napačnega prikazovanja starosti in bremen pokojnin. Potrebno je bilo končno pristopiti k posodobitvi zastarelega pokojninskega sistema. (Na nujnost povečanja minimalne in polne upokojitvene starosti smo opozorili državo že na majskem posvetu Socialne zbornice Slovenije leta 2005). Starejši se čutijo odrinjeni od razvojnih vprašanj na lokalni in državni ravni in tudi v okviru ES. Šele v tem letu vlada in drugi vabijo v delovna telesa tudi reprezentančne predstavnike starejših. Malo je narejenega za izobraževanje starejših hitro se spreminjajoči družbi. Nova strategija vseživljenjskega učenja je pozabila na upokojeince. Država še ni sprejela mehanizmov za promocijo nestresnega in stopenjskega odhajanja v pokoj, niti ni odpravila diskriminacijske zakonodaje pri zaposlovanju starejših in upokojeincev ter raziskovalni dejavnosti.

Festival za tretje življenjsko obdobje je daleč pred državo pri razumevanju celostne problematike in nujnem sodelovanju vseh vladnih resorjev in vseh strok na področju kulture staranja in starosti. Državo opozarja že pod različnimi vladami na njeno prepočasno odzivanje na vseh treh ravneh pri uresničevanju vitalnih vprašanj kakovosti življenja starejših.

Stereotipi o staranju in starosti ter starostne diskriminacije niso odpravljeni niti omiljeni. Ni še v zavesti, da starost ni fatalna, temveč izziv.

2. Pozitivne izkušnje v svetu in znanosti v prid aktivni starosti

Za poklicno aktivno starost se odločajo posamezniki, za katere je delo v resnici pomembna vrednota, ki so visoko izobraženi, ki so pri svojem poklicnem delu uživali, ki živijo v ustvarjalnem okolju, kjer jih pri delu podpirajo - ugotavljajo skandinavski strokovnjaki. Delo je za starejšega tudi pomembna socialna spodbuda. S polnim ali skrajšanim delovnim časom, redno ali honorarno, vsak dan ali le občasno, non stop ali z deljenim urnikom, v javnem ali zasebnem sektorju.

Po mnenju britanskih psihologov je za ljudi dobro, da ostanejo aktivni tudi, ko dosežejo upokojitveno starost. Tako koristno uporabijo svoje znanje in sposobnosti in se naprej razvijajo. Dejavní seniorji so bolj zdravi, sploh psihično, in živijo dlje. Ker še vedno sodelujejo v skupnosti, se počutijo kot njen pomembni del. S podaljšanjem človekove življenjske dobe se definicija, kdo je star, zelo spreminja. Človek zdaj postane star takrat, ko njegove sanje nadomesti obžalovanje. Seveda se za odločitev o nadaljevanju poklicne (ali druge) kariere skrivajo tudi povsem praktični razlogi. Marsikdo potrebuje po upokojitvi dodatni dohodek, da ohrani enak življenjski slog, kot ga je imel v mlajših, delovno aktivnih letih - ali pa v časih recesije, da zgolj preživi. Navajen je na delo, polno izzivov, in rad bi ga nadaljeval, čeprav se mora za to naučiti novih veščin. V pretežnem delu slovenskih podjetij seniorizma - kot posebne kategorije zaposlenih - tako rekoč ne poznajo, v tujini (EU 15) pa je to relevantna skupina zaposlenih, ki prispeva svoje k uspešnosti podjetja. Izkušnje in znanja imajo svoj pomen, ki ga uspešna podjetja gradijo na medgeneracijskem mešanju mladostne zagnanosti in seniorskega konservatizma.

3. Za novo kulturo starosti - slabšalna termina(i)

S pojavom nove kulture staranja in s tem povezane humane in vedrejšé podobe starosti je treba nekaj storiti za spreminjanje stare podobe. Najprej je treba spoznavati in odpravljati tabuje, predsodke, stereotipe o tistih, ki so na pragu staranja (65 let in prej), in tistih, ki so v tretjem življenjskem obdobju. Šele potem lahko gradimo vrednote, katerih sestavni del je spoštovanje izkušenj in modrosti tretje generacije. Marginalizacija starejših in njihova diskriminacija žal pri nas še vedno vodita v radikalno družbeno razvrednotenje starosti. Starost se na podlagi takega družbenega mišljenja tudi tabuizira v nekaj manjvrednega, kar ni zaželeno in je obrobno. Začarani krog večkratne diskriminacije starejših se začneja z izstopom iz njihovega poklicno aktivnega življenjskega obdobja, katerega meje so družbeno določene. Postanejo "upokojenec" in se kot taki znajdejo na obrobju družbe, ki nanje stereotipno naveže tudi navidezno odvisnost, nekoristnost in nemoč starejših ter jo obenem stopnjuje do te mere, da starejše in upokojenca odrine na rob družbe in jih s tem diskriminira.

"Bržkone je upokojski izraz tudi nekakšna družbeno sprejemljiva skovanka. Naj bo, ali nikoli ne bom pristal na to, da se za njo samodejno skriva onemoglost, nedejavnost, hiranje in žalsko odštevanje..." piše v svoji kolumni Mitja Meršol v Vzajemnosti (št.1, januar 2009). Beseda "upokojenec" ima v slovenščini negativno konotacijo. Zakaj naj bi s pokojnino kar čez noč postal upokojsko onemogel in star? Še vedno sem (govorim tudi zase) dejaven na poklicnem in drugih področjih. Čeprav nisem več "plačanec", pač pa "upokojenec", nisem izgubil svojega poklica.

Pasivnost te prej ali slej izloči iz družbe! Med vodenjem programov javnih del sem se že pred leti od blizu srečal z vsemi stereotipi o starejših, pri čemer ostro nasprotujem besedi "star". Ta terminologija je povsem neustrezna. Interval staranja in starosti je zelo širok in postaja še širši. Samo ena značilnost je, ki je resnična za starejše: to so individualne razlike. V nobeni starostni skupini ni toliko razlik kot prav v tej, ne pri mladostnikih na pri otrocih. Nekdo že pri 40 kaže znake počasnosti, da ne rečem staranja, nekdo drug, ki jih šteje že 80, pa sploh ne: je vitalen, svež, kreativen. Znanstveno dokazano je, da so aktivni ljudje bolj zdravi, sveži, zadovoljnejši. Beseda "star" pomeni status, stanje, ki ne vpije po kreativnosti ali hitrosti. Skrb vzbujajoče pa je, da se je "meja starosti" znižala že na 40 let, ne več na 65, 60 ali 50. To je zlasti opazno pri mlajših podjetnikih, ki dajejo prednost mladosti, ne pa izkušnjam. Slabšalnega prizvoka v slovenščini nima beseda "starejši", ki jo je prevzela tudi EU in za njeno uveljavitev tudi v strokovni terminologiji si po skromnih močeh že vrsto let prizadevam. Obe besedi "upokojenec" in "star" sta tudi v marsičem pripomogli k "stanju duha" na Slovenskem.

4. Diskriminacija starejših tudi v znanosti na Slovenskem

Na družboslovnih fakultetah ni relevantnih študij in raziskav o dejavni starosti, kljub pozivom dekanom, da usmerjajo svoje raziskovalno in pedagoško delo tudi na področje dejavne starosti. Tudi za uresničevanje začrtane politike zaposlovanja starejših nimamo nujno potrebnih aplikativnih raziskav. V obdobju 2007 - 2013 bodo v okviru operativnega programa razvoja človeških virov nujno potrebne raziskave za izvedbo posebnih programov za odpravo diskriminacije na trgu dela in pri zaposlovanju. Potrebne bodo tudi za pripravo ukrepov za zaposlovanje starejših, programom za spodbujanje prenosa znanja na druge generacije in za povezanost z delovnim upokojevanjem (mentorske in in struktorske sheme).

Na 9. festivalu za tretje življenjsko obdobje sem na Panelu III Sožitje generacij problematiziral reprezentativni vzorec oz. uporabljen starostni interval 50 -64 v raziskavi "Starejši ljudje v družbi sprememb" 18 slovenskih avtoric iz sedmih inštitucij. Tudi ko sem vljudno po telefonu naprošen za sodelovanje v mnenjskih anketah, ko zaupam podatek o starosti, nisem več primeren za kakršnokoli ocenjevanje/mnenje. To ne potrebuje dodatnega komentarja in priča o predsodkih in diskriminaciji starejših tudi v znanosti.

5. Zaposlovanje starejših pri nas

V Sloveniji ne zaposlujeemo starejših (pa tudi sami se starejši želijo upokojiti) ker jih ne upravljamo (kadrovski management iz podjetij izginja), ker se njihovo znanje ne uporablja in ne ceni, kot ljudi jih pa pogosto odpravimo.

Slovenija je na repu Evropske unije pri zaposlovanju starejših! V Sloveniji je zaposlenih manj kot 35% starejših. Evropska unija pa si je že pred časom postavila dva cilja - do leta 2010 naj bi ostala delovno aktivna polovica evropske populacije, stare od 55 do 64 let; starost, pri kateri se Evropejci upokojijo, pa naj bi se dvignila za pet let. Evropske države bi morale izkoristiti prav vsa delovna sila, ki jo imajo na voljo - tudi starejše, če bodo želele pokriti vse potrebe po delavcih. Aktiviranje starejše delovne sile so že dosegle Švedska, Danska, Velika Britanija, Estonija, Irska, Ciper in Portugalska.

Nizka zaposlenost starejših v Sloveniji je posledica tudi zgodnjega upokojevanja. Uporabljali smo ga zlasti na prehodu iz osemdesetih v devetdeseta, ko so bile zaposlitvene razmere iz ekonomskih razlogov zelo slabe. S predčasnim upokojevanjem se je tedaj preprečeval prehod starejših presežnih delavcev v odkrito brezposelnost. S spremembo pokojninske zakonodaje teh možnosti v Sloveniji ni več. Zgodnje upokojevanje se je zdelo nekaterim podjetjem, zaposlenim in sindikatom praktičen način blažitve odpuščanja in zmanjševanja števila delavcev, ki se je dolgoročno izkazalo v prezgodnji in dokončni izgubi človeškega kapitala.

Tisto, kar danes v Sloveniji že ločuje uspešne organizacije od neuspešnih niso le izdelki in storitve, temveč motivirani in pripadni zaposleni. V teh podjetjih niso pretrgali stikov z upokojenimi sodelavci, temveč z njimi še naprej motivacijsko komunicirajo, dragocene so jim njihove izkušnje, ki jih posredujejo kot mentorji mlajšim. Človekove življenjske izkušnje so njegovo največje in najbolj osebno bogastvo, so temelj, ki daje vrednost vsakemu drugemu premoženju. Ves kulturni napredek človeštva temelji na človekovi temeljni potrebi, da v drugem, zlasti pa v tretjem življenjskem obdobju preda svoje življenjske izkušnje in spoznanja drugim ljudem in kulturi nasploh.

6. Zaposlovanje upokojevcev

Na Zvezi društev upokojevcev Slovenije že nekaj let opozarjamo Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve, da je treba sprostiti možnosti zaposlovanja upokojevcev, da se jim ne odvzame pokojnine ali ne plačajo previsokih davkov. *165 tisoč upokojevcev je mlajših od 65 let in številni delajo na sivem trgu.* Vladi smo tudi predlagali, naj omogoči, da v društvih upokojevcev uvedemo servisno dejavnost, kot jo imajo drugi servisi. Starejši potrebujejo drobne storitve, obrtniki pa so predragi, pa še pridejo ne. Lahko bi si upokojevci pomagali med sabo za majhno ceno. Predolgo se o tem samo pogovarjamo.

Torej manjka ustrezna zakonska podlaga. *Pripraviti je potrebno takšno, ki bo omogočala starejšim ponovni vstop v delo, ne pa da se bojijo, da bodo zaradi tega dobili manjše pokojnine.* Manjka tudi instrumentov, ki bodo poskrbeli za zbiranje ponudbe in povpraševanja ter možnosti za izobraževanje in usposabljanje. Kot je bilo že rečeno, v Sloveniji še nimamo izdelanega koncepta dejavne starosti. V pripravi pa je (žal že tri leta) strategija aktivnega staranja, ki bi morala obravnavati tudi elemente aktivnega staranja upokojenih (ne le samo starejših delavcev).

Država se je zavezala, da bo s posebnimi programi odpravila diskriminacijo pri zaposlovanju starejših. Odpraviti bo morala tudi zakonodajno diskriminacijo (zlasti v zakonu o pokojninskem in invalidskem zavarovanju, zakonu o raziskovalni dejavnosti in zakonu o visokem šolstvu). *Slovenska zakonodaja najbolj omejuje občasno opravljanje intelektualnih storitev upokojencev.* Občasno honorarno strokovno delo je pri nas nezaželeno. Slovenija nenormalno visoko obdavčuje opravljanje intelektualnih storitev upokojencev (in drugih posameznikov). Upokojenec ne sme imeti statusa raziskovalca in ima težave celo z vključitvijo v Cobiss. Tudi zakon o visokem šolstvu je diskriminacijski. Zunanji sodelavci univerze, kamor spadajo tudi upokojenci, so omejeni s številom ur v podajanju snovi. Dovoljeno število ur (ena tretjina) ne omogoča normalnega izvajanja posameznega predmeta v enem semestru letno, onemogoča pa tudi opravljanje dodatnih aktivnosti npr. projektne naloge, diplome v rednem dodiplomskem študiju in drugo. Zunanji sodelavec ne more biti član ustrezne katedre na fakulteti niti mentor mladim asistentom ali predavateljem. Onemogočena mu je finančna pomoč fakultete pri znanstvenih nastopih na seminarjih in kongresih, njegovega znanja ni mogoče posredovati mlajšim pedagogom.

V Sloveniji sistemsko ni urejeno plačano občasno in začasno delo upokojencev. Ni uzakonjen ustrežnejši način obdavčitve dela upokojencev. Ta naj bi bila takšna, da bi bila za upokojenca še stimulaturna. *Za EU status upokojenca ne obstaja in upokojenec nima drugačnih pravic in obveznosti od drugih državljanov.*

7. Stališča podjetij

Iz stališča podjetij je najpomembnejše, da upokojitev in zaposlovanje starejših postaneta fleksibilnejša. Omogočiti je treba prožne oblike dela in delovnega časa, ki starejšim omogočajo učinkovitost dela. Potrebno je uresničiti delno upokojitev, reaktiviranje upokojencev - delati za določen čas, določene ure ob ustreznem sistemu razbremenjevanja pokojninskega sistema ter zagotavljanja pravic posameznika.

Interes mlajših upokojencev za dodatno delovno aktivnost se bo povečeval. *Zakonodaja na tem področju je neustrezna in pod trenutnimi pogoji ne delodajalci niti upokojenci niso stimulirani za zaposlovanje.* Prožnejši prehod med aktivno zaposlitvijo in upokojitvijo in prožnejše oblike upokojitve bi starejšim delavcem in podjetjem omogočile, da bi kar najbolj izkoristili sposobnosti in znanja starejših. Možnost, ki se odpira državi pri reševanju te problematike, je tudi uveljavitev pravega mesta starejšim v izobraževanju in v podjetjih v obliki mentorstva mlajšim generacijam.. Že na zadnjih dveh festivalih za tretje življenjsko obdobje smo poudarili pomen razvoja t.i. "job retention" programov. Ta oblika zaposlitve, ki bi pripomogla k sprejemljivejši odsotnosti delavca v času izobraževanja, bi omogočila upokojeni osebi zaposlitev za omejen čas. Prav tako bi v programih mentorstva starejšim lahko omogočili mehkejši prehod iz poklicne dejavnosti, ob tem pa tudi prenos še kako dragocenega znanja in izkušenj na mlajše osebe.

8. Dejavna starost in enakovreden družbeni položaj

Izkušnje in znanje ljudi bodo imele v družbi ustrezen pomen, če bodo starejši izstopili iz socialne izločenosti, iz obrobja družbe in nadaljevali svoje življenje v sožitju z ostalimi generacijami, dosegli enakovreden položaj in spet s svojo dejavno starostjo pridobili na svojem družbenem pomenu. Sicer na obrobju družbe od mre vse njihovo nakopičeno bogastvo znanja in izkušenj in tako mlajši ljudje ostanejo praznih rok.

Starejši vplivajo na oblikovanje vrednostnega sistema v družbi. Če obveljajo enostranske vrednote samo mlajše generacije, je družbena kontinuiteta prekinjena in zmanjšamo možnosti za razvoj.

Starejši ne iščejo služb in nikomur službe ne odžirajo. Dodajo pa v svetu dela svoje posebne usluge, ekspertna dela in s tem dopolnjujejo delo v službah srednji generaciji in mlajšim. Dodajo določene izseke dela, ohranjajo posebnosti v kvaliteti izdelkov, odkrijejo poti hitrejšega in bolj dolgoročnega trženja. Ker se lažje vživljajo v druge ljudi (imajo za seboj življenjske izkušnje), pomagajo pri odkrivanju potreb ljudi in s tem prispevajo k sprotnemu spreminjanju proizvodnje glede na potrebe ljudi. Veliki sistemi propadajo. Pomembna postajajo mala družinska podjetja. V njih so skoraj praviloma vključene vse tri generacije. Starejši prevzamejo odgovornost na več področjih: sodelovanje s strankami, sodelovanje z javnostjo pri kvaliteti ponudbe, širjenje konsumentov itd. Med dedki in babicami najdejo mlajši odlične PR - ovce.

Zdrava družba je družba vseh generacij. Slovenija ne more potisniti v odvisnost na rob družbe pol milijona starejših ljudi, ali četrtno prebivalstva. Med upokojevci je "zamrznjenih" veliko neizkoriščenih sposobnosti in znanja.

9. Konkretni prednostni ukrepi izboljšanja stanja v Sloveniji

- Ker so takoj za zgodnjim upokojevanjem najpogostejši vzrok za neaktivnost zdravstvene težave zaradi službe, bi morala postati skrb za varnost in zdravje pri delu za delodajalce izredno pomembna in prednostna naloga.
- Starejši delavci potrebujejo bolj prožne načine dela. Raziskave kažejo, da si ljudje želijo postopnega umikanja iz delovnega okolja, ne pa ostrega reza, ki se pogosto dogaja zdaj.
- Prav tako so naklonjeni delu s polovičnim delovnim časom, saj se je v Evropi tako zaposlilo kar 36% vseh starejših delavcev med letoma 1997 in 2002.
- Različni poklici in delovna mesta zahtevajo različen fizični in mentalni napor. Starejšim delavcem bi morali delodajalci omogočiti, da zasedejo tiste položaje, ki ustrezajo njihovim sposobnostim.
- Ostajanje v službi in produktivnost starejših delavcev sta tesno povezana z njihovim stalnim usposabljanjem in izobraževanjem, za kar bi morali poskrbeti delodajalci.
- Raziskave kažejo, da ni povezave med starostjo delavcev in njihovo produktivnostjo. Ta je odvisna namreč predvsem od njihovih spretnosti - te pridobijo z usposabljanjem. Zdaj pa so prav starejši delavci deležni manj izobraževanja - ali nič - kot vse preostale skupine zaposlenih.
- Odpraviti je potrebno delovnopravno in drugo zakonodajno diskriminacijo pri zaposlovanju upokojevcev.

Staranje je preveč resen problem, da bi se kar zgodil z vsemi njegovimi posledicami, zato je potrebno pravočasno pristopiti k pripravi na staranje z vidika posameznika z optimalnimi osebnimi odločitvami in pripravi na starost z vidika podjetij z uvajanjem menagementa seniorjev in z vidika družbe s pripravo in izvajanjem ustrezne strategije (aktivnega) staranja.

10. Izročilo iz antike in "domače" misli o dejavni starosti

Zgodovinsko izročilo antike je še vedno tako živo in vsepričujoče, da nas v intelektualnem in tudi povsem vsakdanjem smislu spremlja in oplaja še danes. Gre za takoimenovane večne modrosti, "večne" morda že za Latince, saj so jih pridno zajemali iz vseh prejšnjih in vzporednih civilizacij.

*Moč pride s starostjo - z izkušnjami (neznan avtor)

*Na pot in dokončaj, kar si začel! (Vergil)

*Vsak je svoje sreče kovač (Salustij)

*Za kar si se izučil, to počni! (Cicero)

*Kar je dobro narejeno, ni nikoli narejeno prepozno (Seneka).

Misli o dejavni starosti:

*Človek je socialno in delovno bitje, zato lahko najde pravo integracijo s socialnim okoljem le pri delu in z delom (Vid Pečjak)

*Dodajmo življenje letom (Ida Hojnik - Zupanc)

*Moja upokojitev - moj novi izziv (Šelb)

*Dejavno življenje na stara leta, to je zavzeto prizadevanje zase in za druge (Jože Ramovš)

*Pobude mladih so vredne toliko kot izkušnje starih (Knorr)

*Naj tudi v življenju zaigra sožitje in sozvočje - tako kot v orkestru - sestavljenem iz vseh generacij (Milan Pavliha).

11. Viri

Hlebec, Valentina (2009): Starejši v družbi sprememb (Panel III 2. okt.2009, 9.Festival za tretje življenjsko obdobje).

Novi izzivi za starejše (2005), Delova borza dela, 8/3-2005.

Pavliha, Milan (2008): Aktivno staranje (v: Zbornik 8. Festivala za tretje življenjsko obdobje). Ljubljana: Inštitut Hevreka.

Pavliha, Milan (2009): Podpiranje aktivnega staranja v EU in Sloveniji (Panel I, 30.sept.2009, 9.f3žo).

Pavliha, Milan (2009): Za novo kulturo starosti. Vzajemnost, št.2, februar 2009.

Pečjak, Vid (2007): Psihologija staranja. Bled: Samozaložba.

Politična deklaracija druge svetovne skupščine o staranju, Madrid 2002

Ramovš, Jože (2003): Kakovostna starost. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in SAZU.

Starejši za starejše (2006). Skupina avtorjev. Ljubljana: Ministrstvo za zdravje, ZDUS.

EKONOMSKI POMEN POKOJNIN V NACIONALNI EKONOMIJI

mag. MITJA GASPARI

minister, Ministrstvo za razvoj in evropske zadeve

Mednarodne in domače študije pokojninskega sistema v Sloveniji opozarjajo na njegovo dolgoročno nevzdržnost. Aktualni demografski trendi namreč poudarjajo hitro naraščajoče staranje prebivalstva. V tovrstnih pogojih pa zagotavljanje dolgoročne vzdržnosti javnih financ ob ohranjanju socialne varnosti za sedanje in prihodnje starejše generacije zahteva modernizacijo pokojninskega sistema ter izvedbo načrtov aktivnega staranja za povečanje deleža starejših med zaposlenimi. Zato je ključni cilj napovedanih strukturnih prilagoditev ekonomskih in socialnih politik v Sloveniji transparenten sistem socialne varnosti, ki bo učinkovit pri preprečevanju socialne izključenosti in revščine, ki bo spodbujal vključevanje na trg dela ter hkrati nudil tudi potrebno podporo za realizacijo koncepta varne prožnosti.

Pristop k pripravi sprememb za modernizacijo pokojninskih sistemov načeloma temelji na ekonomski (in socialni) vlogi oz. pomenu pokojnin v sodobnih nacionalnih gospodarstvih. Svetovna gospodarska in finančna kriza je le še okrepila aktualni izziv ekonomske politike, kako zagotoviti, da bodo ob dolgoročni vzdržnosti javnih financ (še vedno) dostojno in primerno pokojnino lahko prejemale tudi sedanje mlajše generacije, ne da bi pri tem prizadeli sedanjo upokojeno generacijo?

Spremembe sistema pokojninskega zavarovanja je (zato) nujno potrebno obravnavati celovito, v interakciji z oblikovanjem drugih politik, ki zajemajo ukrepe s področja politike zaposlovanja, politik socialnega razvoja, delovno pravne zakonodaje, zdravstvene politike, politike spodbujanja podjetništva

in konkurenčnosti, prilagajanje instrumentov na finančnih trgih ter prilagajanje in obveznosti delodajalcev (prilagajanje delovnih mest - prestrukturiranje), promocija zaposlovanja starejših, itd. Spremljajoči ukrepi, kot so na primer, hitrejši vstop mladih na trg dela, socialni razvoj, socialno podjetništvo in vseživljenjsko učenje pravzaprav omogočajo lažjo izvedbo modernizacije pokojninskega sistema. Z vidika razvoja in prestrukturiranja ter večje dodane vrednosti podjetij pa je potrebno kombinirati ukrepe spodbujanja podjetništva in konkurenčnosti z aktivno politiko zaposlovanja in vseživljenjskim učenjem.

SLOVENSKI POKOJNINSKI SISTEM MED MODERNIZACIJO IN REFORMO

mag. **BERNARD BRŠČIČ**
Ekonomska fakulteta v Ljubljani

Najakutnejši problem slovenskega pokojninskega sistema je aktuarska nepravičnost, tj. nesorazmernost vplačanih prispevkov s prejetimi pokojninami. Pokojninska reforma iz leta 1999 je deloma okrepila vidik aktuarske pravičnosti, npr. podaljšanje obračunskega obdobja iz povprečja najboljših 10 let na 18 let, vendar je z uvedbo nekaterih drugih ukrepov spodkopala zavarovalno naravo slovenskega pokojninskega sistema. Zloglasna je uvedba državne pokojnine, ki je v posmeh vsem starostnim in invalidskim upokojevcem ker ni pogojena z vplačanimi prispevki. Posledično so *pokojnine na slovenskem prepogosto razumljene kot miloščina, ki jo iz svoje dobrohotnosti kot socialni transfer izplačuje država*. Takšno umevanje je napačno, pokojnina utemeljena na vplačanih prispevkih je lastninska pravica in zahteva najvišjo stopnjo ustavnopravne zaščite. Slovenski pokojninski sistem je zaradi mešanja socialnih transferjev in pokojnin nepregleden in inkriminira celotno slovensko upokojevanje. Ohranjanje statusa quo je posledično nevzdržno.

Idealen pokojninski sistem bi moral temeljiti na načelih pravičnosti, fleksibilnosti upokojevanja, fiskalni vzdržnosti, preglednosti in politični nevtralnosti, ki jih sedanji sistem slabo udejanja. Smiselna bi bila reforma v dveh korakih. Prvi korak je očiščenje ZPIZ-a vseh izdatkov, ki so po svoji naravi socialni transfer, socialne in ne lastninske pravice. Drugi korak pa je vpeljava tako imenovanega sistema virtualnih pokojninskih računov.

Sistem združuje lastnosti dokladnega pokojninskega sistema in naložbenega sistema s kapitalskim pokritjem. Virtualni pokojninski računi omogočajo večjo individualizacijo dokladnega sistema, saj se podobno kot pri sistemu naložbenega pokojninskega zavarovanja na individualnih pokojninskih računih beležijo vplačani pokojninski prispevki. A vplačani pokojninski prispevki niso namenjeni nakupu vrednostnih papirjev, ampak se podobno kot pri dokladnem pokojninskem sistemu takoj izplačajo kot pokojnine obstoječim upokojevcem. Akumulirano stanje na virtualnem pokojninskem računu, bi se lahko obrestovalo po realno pozitivni obrestni meri in predstavljalo obveznost države do bodočega upokojenca.

Sistem virtualnih pokojninskih računov tako prinaša najboljše iz obeh svetov. Omogoča prehod k popolni aktuarski pravičnosti dokladnega sistema, saj je odmerjena pokojninska anuiteta ob začetku upokojitve odvisna zgolj od akumulirane vrednosti prispevkov. Na ta način je odpravljeno nezaželeno medspolno, znotrajgeneracijsko in medgeneracijsko prerazdeljevanje. Pokojninska reforma, ki bi ob ustrezni institucionalni ureditvi predvidela uvedbo individualnih virtualnih pokojninskih računov, bi bila nedvomno velik korak v smer uresničitve normativnih načel idealnega pokojninskega sistema.

VPLIV SOCIALNOEKONOMSKIH RAZMER NA ZDRAVJE PREBIVALSTVA - POSEBEJ STAROSTNIKOV

mag. SILVANA ŠONC in mag. TANJA GRŽETIČ-ROMČEVIČ

Bolnišnica Sežana

POVZETEK

Cilj študije je bil ugotoviti odnos med socialno ekonomskimi razmerami in zdravjem prebivalstva. Študija je potekala v januarju leta 2009 v Žusterni (Koper). V njo je bilo vključenih 75 anketirancev (44 žensk in 31 moških), naključno izbranih iz tam živeče populacije. Anketiranci so izpolnili vprašalnik, ki je vseboval vprašanja o izobrazbi, socialnem in ekonomskem statusu /višina dohodka, ki ga je anketiranec prejemal mesečno/, o zdravstvenem stanju, razvadah in prehrani. V obravnavani skupini je imela skoraj polovica (42%) anketirancev zaključeno osnovno šolo. 44% anketirancev je sodilo v skupino z najnižjimi dohodki. S primerjavo izobrazbe in socialno-ekonomskimi razmerami je bilo ugotovljeno, da so bili tisti z najnižjimi dohodki tudi najmanj izobraženi. Največ oseb z najnižjimi dohodki je bilo v starostni skupini pod 30 in nato nad 60 let. V najnižjem plačilnem razredu je bilo največ žensk. Osebe, ki so bile najnižje izobražene in ki so sodile v kategorijo z najnižjimi dohodki, so največkrat obiskovale zdravnika, tako zaradi akutnih kot tudi zaradi kroničnih zdravstvenih težav. Upokojenci, nezaposleni in ženske so navajali največ zdravstvenih težav. Iz dobljenih rezultatov lahko sklepamo, da tudi slabe socialnoekonomske razmere vplivajo na zdravje prebivalstva, še posebej pri starejši populaciji.

Ključne besede: socialnoekonomske razmere, zdravje, starejše osebe

1. Uvod

Povezava med zdravjem in socialnoekonomskim statusom je dvosmerna, vplivi enega na drugega se močno prepletajo. To je razvidno tudi iz nove definicije zdravja Svetovne zdravstvene organizacije, ki opredeljuje, da je zdravje celovit in dinamičen sistem, ki je sposoben prilagajanja vsem vplivom okolja ter omogoča posamezniku in skupnosti opravljati vse biološke, socialne in poklicne funkcije in preprečevati bolezni, onemoglost in prezgodnjo smrt. Da bi bilo vse to omogočeno, ima pomembno vlogo socialnoekonomski status posameznika. Za vzdrževanje zdravja je potrebno imeti tudi dobre pogoje za življenje, kot so zdrava prehrana, primerno bivališče, družabno življenje in znanje.

V zadnjih 25 letih je prišlo na svetu do velikega ekonomskega napredka, vendar še vedno 1.3 bilionov prebivalcev sveta živi v absolutni revščini. To pomeni, da posamezniki ne dosegajo minimuma za preživetje. Od 4.4 biliona ljudi, ki živijo v deželah v razvoju, še vedno nima sanitarij - 60%, ena tretjina nima čiste vode in 20% nima dostopa do zdravstvene oskrbe (Parmley 2000, 1359). Tudi v razvitih državah je prisotna neenakost v bogastvu in zdravju, kakor na posameznih geografskih področjih, kot tudi med posameznimi socialnimi skupinami. *Tudi v razvitih državah imajo ljudje z nižjimi dohodki krajšo življenjsko dobo, pri njih je prisotnih več bolezni in so bolj izpostavljeni različnim tveganjem.* Fiscella je v svojih raziskavah tudi potrdila, da imajo osebe z nižjimi dohodki, izobrazbo in zaposlitvenim statusom slabše zdravje in prezgodnjo umrljivost kot pri njihovih vrstnikih z boljšim socialnoekonomskim statusom (Fiscella 2004, 1139). Zdravstvenega stanja ne ogroža samo materialno pomanjkanje, ampak tudi spoznanje, da si reven, nezaposlen, socialno izoliran ali kakorkoli drugače stigmatiziran. Vpliv iz otroštva in mladosti je zelo pomemben, ker dober in zdrav začetek življenja pomembno vplivata na kasnejše zdravstveno stanje.

V preteklem stoletju je sicer prišlo do pomembnega podaljšanja pričakovane življenjske dobe. To pa še ne pomeni, da tisti, ki se ukvarjajo z zdravstvom in zdravstveno politiko ne bi bili zaskrbljeni zaradi naraščajoče neenakosti v premoženju in posledično tudi v zdravju na svetu (McCally 1998, 726). V 20. stoletju je prišlo do ekonomske rasti, vendar povezava med ekonomskim napredkom in zdravjem ni

avtomatična. Revščina je socialna kategorija s številnimi komponentami, kot je pomanjkanje osnovnega izobraževanja, neustrezno bivalno okolje, pomanjkanje zaposlitve, degradacija v družbi in slabi prihodki (Parmley 2000, 1359). Vsak od teh dejavnikov lahko ogrozi zdravje. S splošnim izboljšanjem materialnega stanja prebivalstva, se lahko izboljša tudi njihovo splošno zdravstveno stanje. Raziskovalci so v številnih študijah ugotovili, da je vpliv ekonomskega stanja, stopnje izobrazbe in socialni status (pripadnost posameznemu družbenem razredu) na zdravje večji kot se je domnevalo. Največja povezava teh elementov je potrjena pri starostnikih (House 2002, 213). Slutnje, da bi lahko imele družbene razmere vpliv na zdravje, sicer segajo že daleč v zgodovino. S socialnimi vzroki, ki bi utegnili vplivati na zdravje, so se začeli strokovnjaki bolj aktivno ukvarjati po letu 1970 (Adler 1999, 3). Socialnoekonomski dejavniki, kakovost življenja in pričakovana življenjska doba so pokazatelji zdravja prebivalstva. Prav zaradi teh spoznanj smo tudi mi želeli pri anketirancih proučiti vpliv socialnoekonomskih razmer na zdravje prebivalstva. Posebno pozornost smo pri analizi rezultatov namenili starejši populaciji.

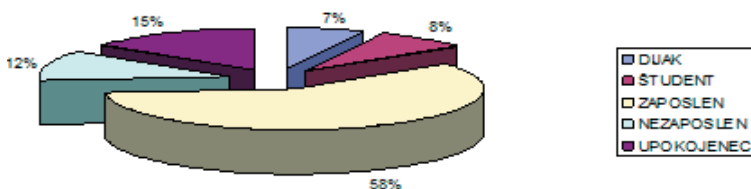
2. Material in metode

Podatki so bili zbrani na območju občine Koper. Anketiranci so bili izbrani naključno, iz skupine tam živečega prebivalstva. Vprašalnik je bil anonimen. S pomočjo vprašalnika smo merili naslednje spremenljivke: demografske karakteristike (starost in spol), socialnoekonomski status (zaposlitveni status, stopnjo izobrazbe, ekonomski položaj - dohodek anketiranca), pokazatelje zdravstvenega stanja (obiskovanje zdravnika, samoocenitev zdravstvenega stanja, akutne in kronične bolezni), značilnosti življenjskega okolja (mestno, predmestno, vaško), stanovanjske razmere (lastništvo hiše, stanovanja ali najemništvo), življenjske rizične faktorje (kajenje, uživanje alkohola), pokazatelje zdravega načina življenja (prehrana - pogostost uživanja sadja in zelenjave, fizična aktivnost v prostem času - ukvarjanje s športom, ukvarjanje s konjički). Ocena zdravja je temeljila na vprašanjih, kako pogosto je anketiranec obiskoval zdravnika in zaradi katerih težav. Anketiranci so odgovarjali tudi na vprašanja o splošnem zdravstvenem stanju v zadnjem letu, ali jim je bila diagnosticirana katera od srčno žilnih bolezni, sladkorna bolezen, kronična pljučna bolezen, reumatoidni artritis, obraba hrbtenice, kronični gastritis, psihične težave in alergije ipd. Zaradi vpliva stresa na zdravstveni status anketirancev so bili povprašani tudi o glavobolih, tahikardijah, bolečinah v prsih in zaskrbljenosti. Nivo izobrazbe smo merili z dokončano stopnjo izobrazbe.

3. Rezultati

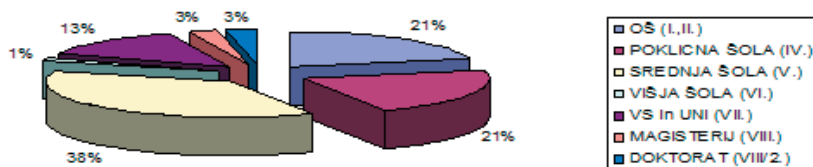
Med anketiranci je bilo več žensk (59%) kot moških (41%). V starostni skupini nad 50 let je bilo 43% žensk in 39% moških.

Grafikon 1. Zaposlitveni status anketirancev



Večina naših anketirancev je sodila med delovno aktivno prebivalstvo (58%), upokojenci so bili zastopani v 15%, nezaposleni pa v 12% - tih odstotkih.

Grafikon 2. Struktura anketirancev glede na izobrazbo



21% anketirancev je zaključilo osnovno šolo, 21% poklicno, 38 % srednjo šolo in 13% anketiranih je zaključilo višjo in visoko šolo. Med anketiranimi je bila torej najpogosteje zastopana skupina z zaključeno srednjo izobrazbo (V stopnja).

Tabela 1. Pokazatelji ekonomskega stanja glede na spol anketiranih

	moški	ženske
300-500 €	13 oseb (42%)	20 oseb (45%)
501-700 €	4 oseb (13%)	13 oseb (30%)
701-800 €	10 oseb (32%)	5 oseb (11%)
800 € in več	4 oseb (13%)	6 oseb (14%)

44% anketiranih oseb je sodilo v najnižjo ekonomsko skupino (300 - 500 EUR), 23% v skupino od 501- 700 EUR, 20% jih je bilo v ekonomski skupini od 701 - 800 EUR in 13 % anketirancev je sodilo v najvišjo ekonomsko skupino. Tri četrtine anketiranih žensk je sodilo v dve najnižji ekonomski skupini.

Tabela 2. Pokazatelji ekonomskega stanja po statusu zaposlitve

	dijak	študent	Zaposlen	nezaposlen	upokojenec
300-500 €	4 osebe (80%)	2 osebi (33%)	14 oseb (32%)	7 oseb (78%)	6 oseb (55%)
501-700 €	1 oseba (20%)	1 oseba (17%)	9 oseb (20%)	2 osebi (22%)	4 osebe (36%)
701-800 €	0 oseb (0%)	2 osebi (33%)	13 oseb (30%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)
800 € in več	0 oseb (0%)	1 oseba (17%)	8 oseb (18%)	0 oseb (0%)	1 oseba (9%)

V najnižji ekonomski razred so se poleg nezaposlenih oseb uvrstili tudi upokojenci, in sicer jih je več kot polovica (55%).

Tabela 3. Pokazatelji ekonomskega stanja po starostni strukturi

	18-29 let	30-39 let	40-49 let	50-59 let	60 in več let
300-500 €	10 oseb (50%)	2 osebi (16%)	4 osebe (37%)	13 oseb (54%)	4 osebe (57%)
501-700 €	5 oseb (25%)	3 osebe (23%)	3 osebe (27%)	3 oseb (12%)	3 osebe (43%)
701-800 €	4 oseb (20%)	6 oseb (46%)	3 osebe (27%)	2 osebi (8%)	0 oseb (0%)
800 € in več	1 oseba (5%)	2 osebi (15%)	1 oseba (9%)	6 oseb (16%)	0 oseb (0%)

Najnižje dohodke so imeli najmlajši (50%) in najstarejši (57%) anketiranci.

Tabela 4. Obiskovanje zdravnika glede na ekonomsko stanje

	ga ne obiskujem	1x na mesec	več kot 1x na mesec	1x na leto
300-500 €	4 osebe (12%)	12 oseb (36%)	15 oseb (45%)	2 osebi (7%)
501-700 €	2 osebi (12%)	7 oseb (41%)	7 oseb (41%)	1 oseba (6%)
701-800 €	11 oseb (74%)	2 osebi (13%)	0 oseb (0%)	2 osebi (13%)
800 € in več	6 oseb (60%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	4 osebe (40%)

Med anketiranci, ki so v skupini s prejemki od 300 - 500 EUR mesečno je največ oseb, ki obiskuje zdravnika več kot enkrat na mesec (45%).

Tabela 5. Pogostost obiskovanja zdravnika glede na starost

	18-29 let	30-39 let	40-49 let	50-59 let	60 let in več
ga ne obiskujem	7 oseb (35%)	8 oseb (62%)	2 osebi (19%)	5 oseb (21%)	1 oseba (14%)
1x na mesec	8 oseb (40%)	3 osebe (23%)	3 osebe (27%)	6 oseb (25%)	1 oseba (14%)
več kot 1x na mesec	4 osebe (20%)	1 oseba (8%)	3 osebe (27%)	9 oseb (37%)	5 oseb (72%)
1x na leto	1 oseba (5%)	1 oseba (7%)	3 osebe (27%)	4 osebe (17%)	0 oseb (0%)

Več kot tri četrtine (72%) starejših anketirancev (nad 60 let) je obiskovalo oz. obiskuje zdravnika več kot enkrat na mesec.

Tabela 6. Zaposlitveni status in diagnosticirane bolezni

	nimam diagnoze	povišan krvni tlak	povišan sladkor	KOPB artritis	revmatoidni hrbtenice	obraba gastritis	Kronični	depresija	Alergije
Osnovna šola	5 oseb (31%)	6 oseb (37,5%)	3 osebe (19%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	2 osebi (12,5%)	4 osebe (25%)	4 osebe (25%)	0 oseb (0%)
Poklicna šola	8 oseb (50%)	4 osebe (25%)	2 osebi (12,5%)	1 oseba (6%)	2 osebi (12,5%)	1 oseba (6%)	3 osebe (19%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)
Srednja šola	19 oseb (68%)	3 osebe (11%)	1 oseba (4%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	1 oseba (4%)	4 osebe (14%)	3 osebe (11%)	2 osebi (7%)
Višja šola	1 oseba (100%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)
VS in UNI	9 oseb (90%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	1 oseba (10%)
MAG	2 osebi (100%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)
DR	2 osebi (100%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)

Izmed anketiranih so upokojenci najpogosteje navajali, da imajo kronične bolezni (razen kronične obstruktivne pljučne bolezni). Med upokojenci so najbolj prisotne kardiovaskularne bolezni.

Tabela 7. Obiskovanje zdravnika zaradi zaskrbljenosti - glede na starost

	nikoli	redko	občasno	pogosto
18-29 let	20 oseb (100%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)
30-39 let	13 oseb (100%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)
40-49 let	8 oseb (73%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	3 osebe (27%)
50-59 let	17 oseb (71%)	3 osebe (13%)	0 oseb (0%)	4 osebe (16%)
60 in več let	1 oseba (14%)	1 oseba (14%)	0 oseb (0%)	5 oseb (72%)

72% oseb nad 60 let je zdravnika obiskovalo zaradi zaskrbljenosti. Mladi anketiranci zaradi tovrstnih težav zdravnika niso obiskali.

Tabela 8. Težave v zadnjem letu glede na dohodek

	s prebavo	z nemirnostjo	s potrtostjo	zvišan tlak	zvišan sladkor	s srcem in ožiljem
300-500 €	11 oseb (33%)	6 oseb (18%)	13 oseb (39%)	10 oseb (30%)	7 oseb (21%)	9 oseb (27%)
501-700 €	8 oseb (47%)	1 oseba (6%)	7 oseb (4%)	3 osebe (18%)	2 osebi (12%)	2 osebi (12%)
701-800 €	2 osebi (13%)	1 oseba (7%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	1 oseba (7%)
800 € in več	1 oseba (10%)	1 oseba (10%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	1 oseba (10%)	0 oseb (0%)

Anketiranci v najnižji dohodkovni skupini so imeli največ težav, pri čemer je bila pri njih najbolj prisotna potrtost (39%).

Tabela 9. Samoocena zdravstvenega stanja glede na dohodek

	Zelo slabo	Slabo	Dobro	Zelo dobro	Odlično
300-500 €	12 oseb (36%)	3 osebe (9%)	11 oseb (34%)	4 osebe (12%)	3 osebe (9%)
501-700 €	3 osebe (18%)	1 oseba (6%)	10 oseb (58%)	1 oseba (6%)	2 osebi (12%)
701-800 €	1 oseba (7%)	0 oseb (0%)	4 osebe (27%)	0 oseb (0%)	10 oseb (66%)
800 € in več	1 oseba (10%)	0 oseb (0%)	2 osebi (20%)	3 osebe (30%)	4 osebe (40%)

Svoje zdravstveno stanje so najslabše ocenili anketiranci z najslabšim ekonomskim stanjem.

Tabela 10. Samoocena zdravstvenega stanja glede na spol

	moški	ženske
zelo slabo	2 osebi (6%)	15 oseb (34%)
Slabo	1 oseba (3%)	3 osebe (7%)
Dobro	13 oseb (42%)	14 oseb (32%)
zelo dobro	3 osebe (10%)	5 oseb (11%)
Odlično	12 oseb (39%)	7 oseb (16%)

Iz zbranih podatkov lahko ugotovimo, da ženske svoje zdravstveno stanje ocenjujejo z nižjo oceno, za razliko od moških, ki so s svojim zdravstvenim stanjem bolj zadovoljni.

Tabela 11. Samoocena zdravstvenega stanja glede na izobrazbo

	Zelo slabo	Slabo	Dobro	Zelo dobro	Odlično
Osnovna šola	8 oseb (50%)	3 osebe (19%)	4 osebe (25%)	0 oseb (0%)	1 oseba (6%)
Poklicna šola	5 oseb (31%)	1 oseba (6%)	7 oseb (44%)	1 oseba (6%)	2 osebi (13%)
Tehnična šola	3 osebe (11%)	0 oseb (0%)	15 oseb (54%)	4 osebe (14%)	6 oseb (21%)
Višja šola	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	1 oseba (100%)
VS in UNI	1 oseba (10%)	0 oseb (0%)	1 oseba (10%)	3 osebe (30%)	5 oseb (50%)
MAG	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	2 osebi (100%)
DR	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)	2 osebi (100%)

Kot je razvidno, so preiskovanci z osnovno šolo najslabše ocenili svoje zdravstveno stanje. To je pričakovano in sprejemljivo glede na to, da imajo največ diagnosticiranih bolezni in zdravstvenih težav.

Tabela 12. Kajenje in uživanje alkohola glede na ekonomsko stanje

	da	ne
300-500 €	9 oseb (27%)	24 oseb (73%)
501-700 €	7 oseb (41%)	10 oseb (59%)
701-800 €	2 osebi (13%)	13 oseb (87%)
800 € in več	1 oseba (10%)	9 oseb (90%)

12.1. Kajenje in ekonomsko stanje

12.2. Uživanje alkohola glede na ekonomsko stanje

	Vsak dan	1x na teden	Ob priložnostih	Ga ne pijem	V družbi	Po kosilu
300-500 €	1 oseba (3%)	3 osebe (9%)	7 oseb (21%)	15 oseb (46%)	6 oseb (18%)	1 oseba (3%)
501-700 €	2 osebi (12%)	1 oseba (6%)	8 oseb (47%)	2 osebi (12%)	4 osebe (23%)	0 oseb (0%)
701-800 €	1 oseba (7%)	1 oseba (7%)	8 oseb (53%)	4 osebe (26%)	1 oseba (7%)	0 oseb (0%)
801 € in več	1 oseba (10%)	1 oseba (10%)	5 oseb (50%)	0 oseb (0%)	2 osebi (20%)	1 oseba (10%)

Anketa je pokazala, da je največ kadilcev v skupini z dohodkom od 500 do 700 EUR, sledijo jim anketiranci iz skupine od 300 do 500 EUR. Tistih, ki imajo visok dohodek, je med uživalci tobaka majhen odstotek. Glede na ekonomsko stanje je situacija z uživanjem alkohola bolj razpršena. V vsaki dohodkovni skupini je vsaj po nekaj anketirancev, ki vsaj občasno popijejo nekaj alkohola. V najnižji dohodkovni skupini pa je največja skupina oseb, ki alkohola ne pijejo niti občasno (46%).

Tabela13. Prehrabne navade glede na ekonomsko stanje

	redno (5-7x)	občasno (2-4x)	zelo redko (0-1x)
300-500€			
Žitarice	12 oseb (36,5%)	9 oseb (27%)	12 oseb (36,5%)
Zelenjava	16 oseb (48,5%)	12 oseb (36,5%)	5 oseb (15%)
Sadje	22 oseb (67%)	9 oseb (27%)	2 osebi (6%)
Meso	19 oseb (57,5%)	12 oseb (36,5%)	2 osebi (6%)
Ribe	7 oseb (21%)	20 oseb (61%)	6 oseb (18%)
Mleko	15 oseb (45,5%)	11 oseb (33,5%)	7 oseb (21%)
Jajca	14 oseb (42,5%)	15 oseb (45,5%)	4 osebe (12%)

	redno (5-7x)	občasno (2-4x)	zelo redko (0-1x)
501-700€			
Žitarice	8 oseb (47%)	5 oseb (29,5%)	4 osebe (23,5%)
Zelenjava	6 oseb (35,5%)	7 oseb (41%)	4 osebe (23,5%)
Sadje	8 oseb (47%)	5 oseb (29,5%)	4 osebe (23,5%)
Meso	10 oseb (58,5%)	6 oseb (35,5%)	1 oseba (6%)
Ribe	3 osebe (18%)	10 oseb (58,5%)	4 osebe (23,5%)
Mleko	8 oseb (47%)	6 oseb (35,5%)	3 osebe (17,5%)
Jajca	7 oseb (41%)	8 oseb (47%)	2 osebi (12%)

	redno (5-7x)	občasno (2-4x)	zelo redko (0-1x)
701-800€			
Žitarice	12 oseb (80%)	2 osebi (13%)	1 oseba (7%)
Zelenjava	14 oseb (93%)	1 oseba (7%)	0 oseb (0%)
Sadje	14 oseb (93%)	1 oseba (7%)	0 oseb (0%)
Meso	7 oseb (46,5%)	8 oseb (53,5%)	0 oseb (0%)
Ribe	5 oseb (33,5%)	7 oseb (46,5%)	3 osebe (20%)
Mleko	11 oseb (73%)	3 osebe (20%)	1 oseba (7%)
Jajca	7 oseb (46,5%)	7 oseb (46,5%)	1 oseba (7%)

	redno (5-7x)	občasno (2-4x)	zelo redko (0-1x)
800€ in več			
Žitarice	10 oseb (100%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)
Zelenjava	10 oseb (100%)	0 oseb (0%)	0 oseb (0%)
Sadje	9 oseb (90%)	1 oseba (10%)	0 oseb (0%)
Meso	3 osebe (30%)	7 oseb (70%)	0 oseb (0%)
Ribe	2 osebi (20%)	8 oseb (80%)	0 oseb (0%)
Mleko	8 oseb (80%)	1 oseba (10%)	1 oseba (10%)
Jajca	1 oseba (10%)	6 oseb (60%)	3 osebe (30%)

Anketiranci iz dohodkovne skupine med 501 in 700 EUR pojedjo najmanj žitaric, zelenjave, sadja in mleka. Iz slednjega lahko ugotovimo, da se prehranjujejo manj zdravo kot skupina z nižjimi in višjimi dohodki.

4. Razprava

4.1 Socialnoekonomski dejavniki

V zadnjih 15 letih se je povečalo število študij, ki proučujejo povezavo med socialnoekonomskim stanjem in zdravjem. Na začetku so strokovnjaki preučevali odnos med socialnoekonomskim statusom in zdravjem, med drugim je uveden tudi pojem socialnega gradienta. V zadnjem času pa se raziskovalci bolj osredotočajo na mehanizme, s katerimi socialnoekonomsko okolje vpliva na zdravstveni status posameznika. Preučevana so številna pota, ki na to vplivajo, kot so makroekonomski kontekst posameznika, socialni dejavniki, individualni dejavniki posameznika, psihološke značilnosti osebe, modeli obnašanja posameznika ter biološki procesi in preddispozicije (Adler 1999, 3). Očitno je, da je v tej interakciji veliko število znanih in verjetno še neznanih dejavnikov. Vendar so kot pokazatelji socialnoekonomskega statusa, ki vplivajo na zdravje, uveljavljeni trije osnovni dejavniki: stopnja izobrazbe, zaposlitveni status in velikost prihodkov. Razen navedenih osnovnih dejavnikov, so v posameznih študijah, ki so obravnavale to tematiko, dodani tudi drugi dejavniki. Tako so na primer v študiji, ki je primerjala vpliv socialnoekonomskega statusa pri starostnikih med ZDA in Nemčijo, zraven navedenih treh osnovnih dejavnikov, v preiskavo dodali kot pomemben dejavnik še lastništvo hiše, kot dejavnik socialne stabilnosti (Vom dem Knesebeck 2003, 1643). *Studije pa so pokazale, da je najmočnejši vpliv na zdravje starostnikov izkazan skozi velikost prihodkov.* Vpliv razmerja socialnoekonomskega statusa na zdravje je izredno močan, ne glede na to, ali ga ocenjujemo skozi prihodke (House 1990, 383), status zaposlitve (Folstein 1975, 189) ali skozi dejavnik izobraženosti (Lynch 1997, 1889).

V tem prispevku je prikazan samo en del dobljenih rezultatov. Iz dobljenih rezultatov naše analize izhaja, da obstaja močna povezava med slabšim ekonomskim statusom (nižji prihodki), statusom zaposlitve (nezaposlenimi in upokojenci), in nizko stopnjo izobraženosti in med očitno slabšim zdravstvenim stanjem (merjen po incidenci kroničnih bolezni, frekvenci obiskov pri zdravniku, samoocenitvi zdravstvenega stanja, prisotnosti zdravstvenih težav v zadnjem letu itd.). Nesporno je, da so upokojenci v starostni skupini, kjer je pogostost akutnih in kroničnih bolezni višja. Zraven naravnih (starostnih) vzrokov pa številne študije kažejo, da ima pomembne prispevek k še slabšemu zdravstvenemu stanju ekonomski status osebe.

V naši obravnavani skupini je bilo 15% upokojencev in 12% nezaposlenih. Upokojenci in nezaposleni so bili v najnižji dohodovni skupini in to skupaj (55%). 36% naših anketirancev z najnižjimi dohodki tudi svoje zdravstveno stanje ocenjuje kot zelo slabo. Vendar samoizjava o lastnem zdravju nima iste teže kot klinično merjeni parametri bolezni ali podatki o umrljivosti. Idler je s sodelavci analiziral podatek samoocenitve zdravja v 27 prospektivnih študijah v ZDA in ugotovil, da je ta podatek zelo zanesljiv napovedovalni podatek za skorajšno umrljivost, neodvisno od drugih dejavnikov (Idler 1997, 21). Kot izredno pomemben parameter so samoocenitev zdravstvenega stanja ugotovili tudi drugi avtorji v svojih študijah (Lee 2005, 154). Tudi v Krakovski študiji je 25,8% upokojencev svoje zdravstveno stanje ocenilo kot zelo slabo (Knurowski 2005, 177). 15% upokojencev s slabim ekonomskim stanjem iz Current population survey sample so izjavili, da so zelo slabega zdravja (Subramanian 2004, 78). Primerjava teh rezultatov je zelo težka, ker študije niso narejene po istih metodologijah, vendar pa je mogoče sklepati, da pomemben delež upokojencev z najmanjšimi prihodki samoocenjuje svoje zdravje kot zelo slabo.

Ljudje, ki živijo v državah, kjer je znotraj same države velika razlika v distribuciji materialnih dobrin (bogastva), se ob kontroli parametrov, kot so prihodki gospodinjstva ali osebne značilnosti, več kot 30% populacije opredeljuje svoje zdravje kot zelo slabo. Na drugi strani pa pripadniki bogatejšega sloja, svoje zdravje ocenjujejo kot dobro, enako se opredeljujejo tudi prebivalci držav, kje je razporeditev materialnih dobrin (bogastva) bolj enakomerna (Kennedy 1998, 917).

Danes je na splošno sprejeto dejstvo, da je revščina rizičen dejavnik za povečano obolevnost in prezgodnjo umrljivost (Marmot 2002, 31). Ekonomski dejavniki vplivajo na zdravje na tri načine: skozi bruto nacionalni dohodek posamezne države, skozi dohodek posameznika in skozi neenakomerno porazdelitev dohodka med posameznimi narodi in geografskimi področji (Marmot 2002, 31). V bogatih zahodnih deželah revščina ni redka, vendar je zelo malo podatkov o pogostosti materialnega obubožanja in zdravstvenega poslabšanja pri starejših ljudeh (Groffen 2008, 258). Na Nizozemskem so ugotovili, da je pri posameznikih, ki so revni, prisoten dvakrat večji rizik, da zbolijo za fizično ali psihično boleznijo v primerjavi s tistimi, ki niso revni. Izmed anketirane populacije je imelo 29% anketirancev je najmanj en finančni problem. Opozorili so, da mora zdravstvena politika to upoštevati. Prav tako pa je bilo poudarjeno, da je potrebno z učinkovitim ukrepanjem doseči, da se odpravi revščina, ki slabša zdravje starostnikov (Groffen 2008, 258). Van Rossum je ugotovila, da je večji rizik za umrljivost pri tistih ljudeh, ki so bili revni in slabo izobraženi (Van Rossum 2000, 255). Neenakost v zdravstvenem stanju glede na socialnoekonomski položaj je že dokaj dobro upoštevana in sicer tako glede na obolevnost kot na pričakovano življenjsko dobo (Mackenbach 1997, 1655). Vpliv materialnega statusa na obolevnost smo lahko ocenili tudi iz naše analize. 44% naših preiskovancev je imelo dohodek od 300 - 500 EUR. V Brazilski študiji so evidentirali, da je 32,6% preiskovancev imelo prihodek manj kot 240 ameriških dolarjev na mesec (najnižja ekonomska skupina). V tej ekonomski skupini je bilo 67% žensk (Lima - Costa 2003, 387). V naši najnižji dohodkovni skupini so bile ženske tudi pogosteje zastopane kot moški, vendar ko smo primerjali spol in višino prejetega dohodka, smo ugotovili, da so ženske bistveno slabše plačane kot moški. Veliko več žensk je sodilo v skupino, ki prejema od 300 do 700 EUR in veliko več moških je sodilo v skupino, ki prejema več kot 700 EUR mesečnega dohodka.

Anketiranci, ki so sodili v najvišji ekonomski razred (nad 800 EUR in več), so imeli v 10% kronično bolezen, medtem ko je bila ta pri najrevnejših prisotna v 60%. Pripomniti je potrebno, da so bili v navedeni skupini tudi najstarejši prebivalci. Študije s področja ZDA in iz zahodno evropskih držav so potrdile, da so socialnoekonomske razlike med zdravjem še vedno prisotne pri starejših (House 2002, 213, Robert & House 2002, 359, Huisman et al 2003, 861).

Različne študije so torej pokazale, da ima pripadnost določeni družbeni skupini izjemno veliki vpliv na zdravje posameznika oziroma cele skupine, ki ji posameznik pripada (Ramsay 2008, 896). Družbeni položaj posameznika je namreč pomemben napovednik o: možnosti, da posameznik zbolijo, o tem, kako pogosto bo imel zdravstvene težave in posledično kako pogosto bo obiskoval zdravnika, o dolžini njegovega življenja, o obnašanju in načinu življenja, ki neposredno učinkujeta na zdravje (alkohol, kajenje, nezdravo prehranjevanje, nezdrav način življenja). Tako so pri starih Britancih iz nižjega socialnega razreda ugotovili trikrat večjo nevarnost za nastanek invalidnosti v primerjavi s pripadniki višjih socialnoekonomskih skupin (Ramsay 2008, 896).

Nizek socialnoekonomski položaj prinaša nezdrave navade in slabo zdravstveno stanje pri starostnikih (Lee 2005, 154). Ko smo preučevali parametre, ki so indikatorji skrbi za lastno zdravje, smo ugotovili večjo prisotnost kajenja med revnejšimi skupinami. Podobno je bilo tudi glede fizične aktivnosti v prostem času. Starostniki so se manj ukvarjali s športom in so imeli tudi bolj nezdrave prehranske navade. Zanimivo pa je, da je bilo med anketiranci ki so pri naši raziskavi sodili v najnižnjo ekonomsko skupino, najmanj konzumacije alkohola.

Obstaja možnost, da anketiranci niso bili povsem iskreni, saj so rezultati ankete na drugi strani pokazali prav pri tej skupini najbolj nezdrav življenjski slog in najpogostejše obiskovanje zdravnika. Tako so npr. v Koreji pri starostnikih z najnižjimi prihodki ugotovili najmanj razvad, kot sta kajenje in uživanje alkohola, obenem pa so te osebe tudi najmanj obiskovale zdravnike, kar so pojasnili s primanjkljajem denarja (Lee 2005, 154).

Naša analiza je pokazala, da naši upokojeanci z osnovno šolo v starosti nad 60 let zaužijejo malo zdrave hrane; premalo žitaric, sadja, zelenjave in mleka ter imajo premalo obrokov na dan. Očitno je, da se

socialnoekonomski status upokojencev reflektira na prehrano kot eno od komponent za doseganje zdravja in prevencijo bolezni. Tudi v Braziliji so pri starostnikih, ki so prejeli manj kot 240 ameriških dolarjev na mesec, ugotovili, da imajo slabšo prehrano, da uživajo manj svežega sadja in zelenjave ter da se slabo ukvarjajo s športom (Lima- Costa 2003, 387). Tudi druge študije so ugotovile podobne navade pri upokojencih (nezdrava prehrana in manjša fizična aktivnost) (Popkin 1993, 333, James 1997, 1545).

Ti parametri obnašanja (kajenje, pitje alkohola, nezdrava prehrana) zlasti pa prisotnost komorbidnosti (kroničnih bolezni) so tudi odgovorni za socialne razlike med starostniki. Posamezne kronične bolezni kot so kardiovaskularne bolezni in artritis kažejo zelo velik socialni gradient (Kunst 1998, 1636, Busija 2007, 553). Zelo pogoste kronične bolezni pri starostnikih so kardiovaskularne bolezni (srčni infarkt, zvišan pritisk, možganska kap), rakave bolezni in pljučne bolezni (astma, emfizem, bronhitis). Kronične bolezni kot so kardiovaskularne bolezni, artritis in sladkorna bolezen povečujejo rizik za nastanek invalidnosti v starosti (Stuck 1999, 445, Ying 2007, 258). Faktorji obnašanja v življenju, kot so kajenje, fizična neaktivnost in debelost so napovedovalni faktorji za razvoj nemoči in invalidnosti v starejši dobi (Ebrahim 2000, 478, Vita 1998, 1035).

Pri naši anketirani populaciji so bile pri starostnikih najbolj pogoste kardiovaskularne bolezni. Razen faktorja obnašanja in komorbidnosti se tudi drugi dejavniki vežejo na odnos med socialnoekonomskim statusom in invalidnostjo (slabim zdravstvenim stanjem), kot so slaba dostopnost do zdravnika in rehabilitacije ter slabši pogoji življenjskega okolja (Morris 2005, 635, Robert 1999, 489). V Sloveniji, kot je razvidno pri naših anketirancih, je dostopnost do zdravnika dobra, saj starejši bolniki nad 60 let v 72% obiskujejo zdravnika več od enkrat mesečno. 45% anketirancev, ki so sodili v najnižjo dohodkovno skupino je obiskovalo zdravnika več kot enkrat mesečno. V Sloveniji prevladuje model javnega zdravstva, ki je dostopen za vse, saj imamo zadovoljivo urejeno obvezno zdravstveno zavarovanje. V tem pogledu so naši upokojenci in starejši v prednosti pred upokojenci številnih bogatejših držav Zahoda.

Pri starejši populaciji je na splošno prisotno večje število kroničnih bolezni kar skupaj s podaljševanjem življenjske dobe pomeni pojav večjega števila invalidov (Knurowski 2005, 177). Zraven zaposlitve in prihodka je pomemben dejavnik v odnosu med socialnoekonomskimi razmerami in zdravjem tudi izobraženost. V številnih študijah je ugotovljeno, da stopnja izobraženosti pomeni večjo dostopnost do informacij. Prav tako je dokazan pozitiven učinek visoke edukacije za boljše zdravje. Strategije, ki so osredotočene na dvig stopnje izobrazbe kot dejavnika, na katerega je mogoče vplivati, hkrati tudi prispevajo k boljšemu zdravstvenemu stanju prebivalstva (Minicuci 2005, 997). Iz naše analize prav tako izhaja, da imajo anketiranci, ki so bolj izobraženi manj težav z zdravjem in so bolj zadovoljni s svojim ekonomskim in zdravstvenim stanjem.

Pomembnost izobraževanja je posebej pomembna za ženske. Van Rossum je v svoji študiji na Nizozemskem (Rotterdam study) ugotovila, da je pri osebah s slabo izobrazbo prisoten večji rizik umrljivosti (fizični delavci, osebe z nizkim dohodkom). Vendar pa je bil za ženske prediktivni dejavnik samo nižja izobraženost, ne pa tudi manjši dohodki in težje delo (Van Rossum 2000, 255). Za ženske je znano, da imajo več zdravstvenih težav kot moški. Tudi v naši študiji so bile ženske iz nižjega ekonomskega položaja izpostavljene večjemu številu bolezni. Vse to je še bolj poudarjeno v starosti, ko imajo ženske več zdravstvenih težav kot moški. Razlage za to so različne: od hormonskih vzrokov, do tega, da bolj odporni moški dočakajo višjo starost. Moški šibkejšega zdravja umrejo prej. Starejše ženske imajo običajno tudi slabši ekonomski položaj kot moški, ker pokojnine odražajo slabše plačano službo žensk v primerjavi z moškimi. Pri ženskah pa je prisoten še en pomemben ekonomski dejavnik, in sicer čas, ko postanejo vdove. Vdovstvo predstavlja pomembno zmanjšanje prihodkov. Tudi s študijo smo ugotovili, da so ženske bolj izpostavljene boleznim in da so manj zadovoljne s svojim zdravstvenim in ekonomskim stanjem.

Rezultati tudi naše študije nadalje kažejo na to, da igra socialnoekonomski status pomembno vlogo v obnašanju starejših v zvezi z zdravjem in v zvezi s zdravstvenim stanjem. *Nizki socialnoekonomski*

status nosi s seboj tudi slabo zdravstveno stanje pri starostnikih. Znanje o vplivu socialnoekonomskega statusa na zdravje starostnikov je izredno pomembno zaradi oblikovanja družbene strategije, ker so starejši, posebej v najvišjih življenjskih obdobjih, hitro naraščajoč populacijski segment. V prihodnosti morajo socialne reforme posebno pozornost nameniti šibkim socialnim skupinam, kot so starejši, ker je njihova možnost, da se prilagodijo na novonastale socialne in ekonomske spremembe omejene. Za preučevanje razmer med socialnoekonomskim stanjem in zdravjem je vsekakor potrebno naredi več longitudinalnih študij. Naši rezultati so konsistentni z rezultati drugih študij (Coppin 2006, 86, Meltzer 2001, 294, Minkler 2006, 659, Rautio 2001, 163, Schoeni 2005, 2065, Jagger 2007, 358). Razumevanje vzroka pojava invalidnosti ima direkten vpliv na zdravstveno politiko in na izboljšanje zdravja starostnikov, da se morajo izvajati stalne aktivnosti ter, da se pri tej populaciji vzpodbuja zdrav način življenja, osvešča o škodljivosti kajenja, fizične nedejavnosti in debelosti. Vendar se zdi, da gre za individualne rizične dejavnike, ki so vsi pod vplivom socialnega konteksta (Lynch 1997, 809). Zdravstvena ter socialna politika igrata pomembno vlogo v zmanjševanju teh dejavnikov. Spremembe v življenjskem slogu tudi v starosti, lahko vplivajo na zmanjšanje fizične nezmogljivosti (Wannamethee 2005, 831). Prav invalidnost je posledica vpliva bolezni pri starejših (Guralnik 1999, 25). Velike razlike v zdravju med posameznimi državami predstavljajo svetovni izziv. Razlike v zdravju zaradi razlik v socialnoekonomskem statusu so prisotne povsod v svetu, tako tudi v Evropi (Mackenbach 2008, 2468). Med državami je razlika v pričakovanju življenjske dobe do 48 let (Marmot 2005, 1099). Socialne determinante so pomembne tudi za infekcijske kot tudi za neinfekcijske bolezni. Zdravstveni status prebivalstva ne sme biti skrb samo zdravstvene politike, temveč vseh področij državne politike. Kot odgovor na ta svetovni izziv je Svetovna Zdravstvena organizacija formirala Komisijo za socialne determinante zdravja, katere naloga je, da revidira evidence o tem problemu, da razvije socialne debate, da poda priporočila s ciljem, da se popravi zdravje najšibkejših skupin prebivalcev sveta (Marmot 2005, 1099).

5. Zaključki

Rezultati naše študije kažejo na to, da ima slabo materialno stanje direkten vpliv na zdravje. Skupine nezaposlenih, žensk in upokojencev so najbolj izpostavljene težavam z zdravjem in dejavnikom tveganja za nastanek bolezni. Neenakost iz socialnega (otročstvo) in delovnega okolja se prenaša tudi v starost. Slabša izobrazba in slabše plačano delovno mesto ter posledično kasnejša nižja pokojnina generirajo višjo stopnjo obolevnosti in pogostejše iskanje zdravniške pomoči. Generalno imajo starejši ljudje slabši standard. Upokojevanje vodi v izgubo družbene vloge. *V starosti se pozornost običajno fokusira samo na zdravljenje bolezni, premalo pozornosti pa se namenja družbenim in socialnim vidikom, v katerih živi starejše prebivalstvo.*

6. Literatura

- Adler NE, Ostrove JM (1999). Socioeconomic status and health: what we know and what we don't. *Ann N Y Acad Sci* 896:3-15.
- Busija L, Hollingsworth B, Buchbinder R, Osborne RH (2007). Role of age, sex and obesity in the higher prevalence of arthritis among lower socioeconomic groups. A population-based survey. *Arthritis Care Res* 57: 553-561.
- Coppin AK, Ferrucci L, Lauretani F et al (2006). Low socioeconomic status and disability in old age: evidence from the InChianti study for the mediating role of physiological impairments. *Gerontol A Biol Sci Med Sci* 61: 86- 91.
- Ebrahim S, Wannamethee SG, Whincup P, Walker M, Shaper AG (2000). Locomotor disability in a cohort of British men: The impact of lifestyle and disease. *Int J Epidemiol* 29:478-486.
- Fiscella K, Williams (2004) Health disparities based on socioeconomic inequities: implications for urban health care. *Acad.Med* 79:1139 -1147.
- Folstein MF, Folstein S, Mc Hugh PR (1975) "Mini- mental state". A practical method for grading the cognitive state of patients for the clinician. *J Psychiatr Res J Psychiatr Res.* 12(3):189-198.
- Groffen DA, Bosma H, Van den Akker M, Kempen GJM, Van Eijk J Th M (2008). Material deprivation and health-related dysfunction in older Dutch people: findings from the SMILE Study. *The European Journal of Public Health* 18(3): 258- 263.
- Guralnik JM, Fried LP, Salive ME (1999). Disability as a public health outcome in the aging population. *Am Rev Public Health* 17; 25- 46.

House JS, Kessler RC, Herzog AR, Mero RP, Kinney AM, Breslow MJ (1990) Age, socioeconomic status and health. *Milbank Q.* 68(30): 383- 411.

House JS, Kessler RC, Herzog AR, Mero RP, Kinney AM, Breslow MJ (2002) Age, socio-economic status, and health. *J Health Soc Behav* 35:213-234.

Huisman M, Kunst AE, Mackenbach JP (2003). Socio-economic inequalities in morbidity among the elderly: a European overview. *Soc Sci Med* 37: 861- 873.

Idler EL, Benyamini Y (1997). Self-related health and mortality: a review of twenty - seven community studies. *J Health Soc Behav* 38:21-37.

Jagger C, Matthews R, Melzer D, Matthews F, Brayne C for the MRC CFAS (2007) Educational differences in the dynamics of disability incidence, recovery and mortality. Findings from the MRC Cognitive Function and Ageing Study (MRC CFAS). *Int J Epidemiol.*36:358-365.

James WPT, Nelson M, Ralph A, Leather S. (1997) Socioeconomic determinants of health: the contribution of nutrition to inequalities in health. *Br Med J* 314: 1545- 1549.

Kennedy BP, Kawachi I, Glass R, Prothrow - Stith D (1998). Income distribution, socioeconomic status, and self related health in the United States : multilevel analysis. *BMJ* 317: 917 - 921.

Knurowski T, Van Dijk PJ, Madarasova Geckova A, Brzyski P, Tobiasz- Adamczyk B, Van den Heuvel WJA (2005). Socio-economic health differences among the elderly population in Krakow, Poland. *Soz- Praventivmed* 50:177-185.

Kunst AE, Groenhouf F, Mackenbach JP, Health EW, GoSli Leon DA (1998). Occupational class and cause specific mortality in middle aged men in 11 European countries: Comparison of population based studies. *Unequal inequalities across Europe* *BMJ* 316: 1636 -1642.

Lee SG, Jeon SY (2005). The relations of socioeconomic status to health status, health behaviours in the elderly. *j Prev Med public Health* 3892:154-162.

Levič Amela, UP, VŠZ Izola (2009) Vpliv ekonomskih razmer na zdravje - Diplomaska naloga , 35-35-38 ,40-41, 47, 56-62, 64, 68-70, 72-74, 78-79.

Lima - Costa MF, Barreto MS, Firmo JOA, Uchoa E (2003). Socioeconomic position and health in a population of Brazilian elderly: the Bambui Health and Aging Study (BHAS) *Rev Panam Salud Publica / Pan Am / Public Health* 13(6): 387- 394.

Lynch JW, Kaplan GA, Salonen JT (1997) Why do poor people behave poorly? Variation in adult health behaviours and psychosocial characteristic by stages in socioeconomic lifecourse. *Soc Sci Med* 44: 809- 819.

Lynch JW, Kaplan GA, Shema SJ (1997). Cumulative impact of sustained economic hardship on physical, cognitive , psychological , and social functioning. *N Engl J Med* 337(26):1889-1895.

Mackenbach JP, Kunst AE, Cavelaars AEJM, Groenhouf F, Geurts JMM et al (1997). Socioeconomic inequalities in morbidity and mortality in Western Europe. *Lancet* 349:1655-1659.

Mackenbach JP, Stirbu I, Roskam AJR, Schaap MM, Menvielle G, Leinsalu M, Kunst AE for the European Union Working Group on Socioeconomic inequalities in health (2008). Socioeconomic inequalities in Health in 22 European countries. *N Engl J Med* 358:2468.

Marmot M (2002). The influence of income on health: views of an epidemiologist. Does money really matter? Or is it marker for something else? *Health Aff (Milwood)* 21:31-46.

Marmot M. (2005) Social determinants of health inequalities. *Lancet* 365 (9464).1099-1104

McCally M, Haines A, Fein O, Addington W, Lawrence R, Cassel C (1998). Poverty and ill health: physician can and should make a difference. *Ann Intern Med* 129:726-733.

Minkler M, Fuller - Thomson E, Guralnik JM (2006). Gradient of disability across the socioeconomic spectrum in the United States. *N Engl J Med* 355: 695-703.

Melzer D Izmirlian G, Leveille SG, Guralnik JM (2001) Educational differences in the prevalence of mobility disability in old age: the dynamics of incidence, mortality and recovery. *J Gerontol B Psychol Sci Soc Sci* 56 . S 294- 301.

Minicuci N, Noal M for the ILSA group (2005). Influence of level of education on disability free life expectancy by sex:the ILSA study. *Experimental Gerontology* 40(12): 997-1003.

Morris RW, Whincup PH , Papacosta O, Walker M , Thomson A (2005) Inequalities in coronary revascularisation during the 1990s :Evidence from the British regional heart study. *Br Hear J* 91: 635- 640.

Parnley WW (2000) Poverty and health. *JACC* 35(5):1359-1360.

Popkin BM, Keyou G, Zhai F, Guo X, Ma H, Zohoori N (1993). The nutrition transition in China: a cross -sectional analysis. *Eur J Clin Nutr* 47:333-346.

Ramsay ES, Whincup PH, Morris WR, Lennon LT, Wannamethee SG (2008). Extent of social inequalities in disability in the elderly: results from a population-based study of British men. *Ann Epidemiol* 18:896-903.

Rautio N, Heikkinen E, Heikkinen RL (2001) The association of socio-economic factors with physical and mental capacity in elderly men and women. *Arch Gerontol Geriatr* 33:163-178.

Robert S. (1999) Socioeconomic position and health: the independent contribution of community socioeconomic context. *Ann Rev Sociol* 25: 489-516.

Robert S, House JS (2002). SES differentials in health by age and alternative indicators of SES. *J Aging Health* 8:359-388.

Schoeni RF, Martin LG, Andreski PM, Freedman VA (2005) Persistent and growing socioeconomic disparities in disability among the elderly 1982-2002. *Am J Public Health* 95:2065-2070.

Stuck AE, Walthert JM, Nikolaus T, Bula CJ, Hohmann C, Beck JC (1999) Risk factors for functional status decline in community - living elderly people: A systematic literature review. *Soc Sci Med* 48 :445-469.

Subramanian SV, Kawachi I (2004) Income inequality and health: What have we learned so far? *Epidemiol Rev* 26: 78-91.

Van Rossum CTM, Van de Mheen H, Mackenbach JP, Diederick EG (2000). Socioeconomic status and mortality in Dutch elderly people. The Rotterdam study. *The European Journal of Public Health* 10(4):255-261.

Vita AJ, Terry RB, Hubert HB, Fries JF (1998) Aging, health risks and cumulative disability. *N Engl J Med* 338: 1035-1041.

Von dem Knesebeck O, Luschen G, Cockerham WC, Siegrist J (2003) Socioeconomic status and health among the aged in the United States and Germany: comparative cross-sectional study. *Science & medicine* 57(9):1643-1652.

Wannamethee SG, Ebrahim S, Papacosta O, Shaper AG (2005) From a postal questionnaire of older men, healthy lifestyle factors reduced the onset of and may have increase recovery from mobility limitation. *J Clin Epidemiol* 58: 831-840.

Ying W, Hai H, Bei W, McCrone S, Lai Hj (2007) Age distribution and risk factors for the onset of severe disability among community - dwelling older adults with functional limitations. *J Appl Gerontol* 26:258-273.

RAVNANJE Z ŽIVILI DOMA JE LAHKO DEJAVNIK TVEGANJA ZA ZDRAVJE

doc. dr. MOJCA JEVŠNIK, mag. MARTIN BAUER, asist. ANDREJ OVCA
Univerza v Ljubljani, Zdravstvena fakulteta, Oddelek za sanitarno inženirstvo

POVZETEK

Varnost živil predstavlja dejavnik tveganja za zdravje tako v nerazvitih kot razvitih deželah. Podatki evropske agencije za varno hrano za leto 2007 kažejo, da je v Evropi skoraj polovica vseh okužb s hrano, posledica nepravilnega ravnanja z živili v domačem gospodinjstvu. Zdravstveno ustrezna prehrana je pogoj dobrega počutja in zdravja starejšega človeka. Navade pri nakupu in pri pripravi živil so lahko nepravilne in so lahko vzrok tveganj za zdravje, zato je bil namen raziskave ugotoviti dejansko stanje obvladovanja načel dobre gospodinske prakse med starostniki v času nakupa in pri pripravi živil doma. Za namene raziskave so bili uporabljeni različni metodološki pristopi. Rezultati kažejo, da sodelujoči nekaterim vsebinam varnosti živil namenjajo premajhen poudarek (npr. odgovornost za varnost živil v živilsko/prehransko/oskrbovalni verigi; navzkrižna onesnaženja; prenos okužb; načini tajanja zamrznjenih živil; čas in temperatura toplotne obdelave živil; preverjanje temperature - hladna/vroča veriga; pomen čiščenja). Zaradi izkazanega zanimanja do tovrstnih vsebin med obravnavano skupino starostnikov predlagamo učne delavnice in postavitev internetne strani z aktualnimi novicami in informacijami o zagotavljanju varne hrane. Verodostojnost informacij, način informiranja ter kontinuiteta le-tega je temeljnega pomena za dvig osveščenosti starostnikov, kot ene izmed rizičnih skupin prebivalstva.

Ključne besede: varnost živil, dobra gospodinjska praksa, hladna veriga, starostniki

1. Uvod

Domača kuhinja ni namenjena samo pripravi hrane. Je bivalni družinski prostor, kjer se poleg gospodinjske dejavnosti odvijajo tudi druga opravila, ki lahko predstavljajo nevarnost križanja čistih in nečistih opravil. To pa je lahko nevarno za prenos mikroorganizmov, kar lahko posledično pomeni tveganje za zdravje posameznika. Najpogostejši vzrok okužb ali zastrupitev s hrano doma so: slaba osebna higiena, slabo očiščene delovne površine, naprave in pripomočki v kuhinji, neustrezno hlajenje živil in temperatura v hladilniku, neprimerno tajanje živil, priprava jedi preveč vnaprej, prenizka temperatura med pogrevanjem jedi ter križna kontaminacija že pripravljene hrane s surovo hrano, predvsem z mesom (ZPS, 2009). Po podatkih evropske agencije za varno hrano (European Food Safety Agency) je bilo v letu 2007 od vseh prijavljenih okužb oz. zastrupitev s hrano na območju Evropske Unije 46,4% takih, ki so bile posledica nepravilnega ravnanja v domačem gospodinjstvu. Tudi podatki za Slovenijo potrjujejo, da so črevesna obolenja, po mestu nastanka, pogosto v povezavi s pripravo hrane v domači kuhinji. Surova, nepredelana živila živalskega izvora, kot so rdeče in perutninsko meso, ribe in drugi vodni organizmi so lahko ob nepravilnem ravnanju z njimi, nevarni povzročitelji okužb in zastrupitev s hrano pri ljudeh. Še posebej to velja za perutnino, ki je pogosto zastopana v prehrani starostnikov. Številne študije potrošniškega vedenja (Bruhn in Schutz, 1999; Rimal in sod., 2001; Marklinder in sod., 2004; Byrd-Bredbenner in sod. 2007; Unusan, 2007; Jevšnik in sod., 2008a; Jevšnik in sod., 2008b; Ovca in Jevšnik, 2009) kažejo nepravilno pripravo hrane doma, nespoštovanje hladne verige po nakupu in med shranjevanjem živil doma, nepravilno rokovanje pri pripravi živil in postopkih z gotovimi jedmi ter nezadostno osebno higieno. Zato je zelo pomembno, da se potrošniki zavedamo, da je tudi doma potrebno upoštevati osnovna načela dobre gospodinjske prakse. Populacijo starejših uvrščamo med ogrožene skupine prebivalstva (Kendall in sod. 2003). Z leti se spremeni kislost želodčne bariere, ki ni več tako visoka, kar predstavlja večje tveganje za okužbe preko zdravstveno neustrezne hrane. Poleg oslabiljenega imunskega sistema pešajo tudi drugi sistemi človeškega organizma, ki so med drugim pomembni tudi za zaznavanje organoleptičnih lastnosti živil. Tako v primeru oslabiljenega vida oseba težje razbere oznake na deklaraciji živil in posledično lahko spregleda pomembne podatke o roku uporabe in navedbi sestavin. Težje zazna tudi nečistoče na živilu ali spremembe barve, kot posledice kvarnih procesov. Kvarni proces pa praviloma spremljajo tudi neprijetne vonjave, ki pa ga starejši zaradi manj občutljivega vonja zaznajo kasneje. Zaradi zmanjšane sposobnosti motoričnega sistema tudi čiščenje delovnih površin v domači kuhinji ni več tako učinkovito. V starosti so prisotne tudi težave s spominom, zaradi katerih lahko pride do zanemarjanja ključnih elementov pri pripravi jedi (npr. neustrezna temperatura in čas toplotne obdelave). Zaradi navedenega, je še posebej pomembno, da se starejši zavedajo tveganj, ki lahko prizadenejo zdravje in dobro počutje. Pomembno je, da v praksi izvajajo osnovne preventivne ukrepe, med nakupom in pri pripravi živil doma.

2. Namen

Zdravstveno ustrezná prehrana je pogoj dobrega počutja in zdravja starejšega človeka, zato je bil namen raziskave ugotoviti dejansko stanje obvladovanja načel dobre gospodinjske prakse med nakupom in pri pripravi živil doma med starostniki.

3. Metode

Manjša raziskava o znanju na področju varnosti živil je bila izvedena med starostniki v okviru aplikativnega raziskovalnega projekta "Aktivna in zdrava starost". Uporabljen je bil anketni vprašalnik, ki je bil pripravljen za namene te raziskave. Vsebinsko je bil razdeljen v sedem vsebinskih sklopov (Razumevanje odgovornosti za zagotavljanje varnih živil; Poznavanje preventivnih ukrepov in posledic zastrupitev in okužb z žibili; Upoštevanje roka uporabe; Vzdrževanje higiene in čiščenje; Preprečevanje navzkrižne kontaminacije v domači kuhinji; Zagotavljanje varnosti živil pri pripravi doma; Zagotavljanje hladne verige). Razen dveh vprašanj odprtega tipa, so imeli anketiranci pri posameznih vprašanjih na voljo nabor ponujenih odgovorov, izmed katerih so izbrali tistega, ki je opisoval stanje oziroma situacijo v katero so dnevno vključeni. Pri nekaterih vprašanjih je bilo potrebno s pomočjo petstopenjske Likartove lestvice

podati oceno glede na zastavljeno vprašanje. Ankete so sodelujoči večinoma reševali samostojno. Nekaterim anketiranim je zaradi omejitev vida vprašanje in odgovore prebral anketar. Anketirani je nato podal odgovor, ki ga je anketar zabeležil. Zaradi majhnega in homogenega vzorca so bile pri obdelavi podatkov uporabljene zgolj osnovne statistične metode (frekvenčna analiza rezultatov in povprečne vrednosti).

4. Rezultati in razprava

4.1 Demografske značilnosti vzorca

V raziskavi je sodelovalo 22 starostnikov, večinoma predstavnice ženskega spola (72,3%). Povprečna starost anketiranih znaša 69 let (56 - 83), pri čemer je največji delež (81,8 %) v starostni skupini 65 ali več let. Sodelujoči prihajajo iz mestnega in primestnega okolja, iz ruralnega okolja ni bilo nobenega. Večina (36,4%) ima končano srednjo šolo, sledijo udeleženci s končano višjo šolo (27,3%) in visoko šolo oziroma fakulteto (22,3%). Manjši delež predstavljajo udeleženci s končano poklicno šolo (9,1%) in magistriranjem oziroma doktoratom znanosti (4,5%).

4.2 Razumevanje pojma "varnost živil" in odgovornosti za zagotavljanje varnih živil

Anketirani pojem "varnost živil" povezujejo z odsotnostjo škodljivih kemikalij ter mikroorganizmov in pozitivnim vplivom na njihovo zdravje. Možni odgovori, za katere se sodelujoči niso odločali so bili še: i) da ne povzroča bolezni ii) da ne vsebuje različnih dodatkov iii) da je pod nadzorom inšpektorjev. Pri možnosti "drugo" starejši navajajo, da za njih pojem "varnost živil" predstavljajo, vsi ponujeni odgovori.

Iz rezultatov ankete je razvidno, da sodelujoči s pomočjo petstopenjske Likartove lestvice (1-najmanjša odgovornost; 5-največja odgovornost) najmanjšo odgovornost za zagotavljanje varnosti živil pripisujejo nevladnim organizacijam (povprečna ocena 2,6), največjo pa proizvajalcem živil (povprečna ocena 4,3). Potrošnika smatrajo kot člen, ki nosi manjši del odgovornosti za zagotavljanje varnosti živil (povprečna ocena 3,5), kar se je potrdilo tudi v raziskavi, kjer so sodelovali potrošniki na splošno in v raziskavi med nosečimi in nenosečimi ženskami (Jevšnik in sod., 2008a; Jevšnik in sod., 2008b., Ovca in Jevšnik, 2009). Relativno visoko odgovornost pripisujejo vprašani inšpekcijskim službam (povprečna ocena 4,1).

Iz odgovorov na vprašanje "Kaj vas najbolj skrbi, ko v trgovini nakupujete živila" je mogoče razbrati, da odgovornost za zagotavljanje varnosti živil pripisujejo tudi trgovinam, vendar trgovcu ne zaupajo predvsem glede informacij na deklaracijah (rok uporabe, izvor) in glede svežosti živil. Menijo namreč, da trgovci neupravičeno podaljšujejo rok uporabe živil. Iz navedenega je moč razbrati, da dvomijo oziroma ne zaupajo trgovcem. Po podatkih Yeung & Morris (2001) potrošnikovo zaznavanje varnosti živil ni toliko odvisno od samega objektivnega tveganja, ampak predvsem od socioloških in psiholoških značilnosti le-tega. Gre za velik razkorak med objektivno predstavljenimi tveganji s strani raziskovalcev in dojemanjem le-teh med potrošniki. Potrošniki se odzivajo na subjektivna tveganja, tista, katera lahko zaznajo in ocenijo sami.

Večina meni, da se zastrupitve z živili najpogosteje pripetijo pri uličnih prodajalcih hrane (45,5%) in v objektih javne prehrane (40,9%). Le 4,5% meni, da se zastrupitve in okužbe z živili pripetijo v domačem okolju.

4.3 Poznavanje preventivnih ukrepov in posledic zastrupitev in okužb z živili

Večina vprašanih preventivne ukrepe za preprečevanje zastrupitev in okužb z živili pozna, vendar jih dobra tretjina občasno zanemari. Slednje se jim ne zdi kritično, saj menijo, da očitno ne delajo nič narobe, ker še niso imeli problemov s črevesnimi nalezljivimi boleznimi. Pri naštevanju preventivnih ukrepov, s katerimi lahko preprečimo okužbe oziroma zastrupitve z živili vprašani najpogosteje izpostavijo upoštevanje roka uporabe in navodil deklaracije (tako med nakupom kot doma), umivanje rok in pravilno ravnanje z živili doma. Preverjanje roka uporabe in nepoškodovanosti embalaže živil v trgovini vedno ali pogosto preverja tudi večina anketiranih v raziskavi avtorjev Surujlal in Badrie (2004).

Skoraj vsi sodelujoči (86,4%) vedo, da je lahko posledica okužbe ali zastrupitve z živili smrt. Po njihovem mnenju so najpogostejši vzroki za zastrupitev ali okužbo z živili mikroorganizmi (54,4%) in pesticidi (22,7%). Izmed mikroorganizmov vprašani najboljše poznajo ali so že slišali za naslednje patogene bakterije: Salmonella, Escherichia coli, Colstridium botulinum in Schigella.

4.4 Upoštevanje roka uporabe

Večina (81,8%) vprašanih se strinja, da po preteku roka uporabe živilo ne sm biti več v prodaji. Tudi doma vprašani redno preverjajo rok uporabe in živila s pretečenim rokom zavržejo (vedno 77,3%; velikokrat 13,6%; včasih 9,1%). Se pa pri odčitavanju roka uporabe in ostalih informacij na deklaraciji živila pojavljajo številne težave pri starejših, saj za 86,3% vprašanih deklaracije pogosto niso dovolj razumljive. Kot najpogostejši razlog navajajo droben in slabo viden tisk. Rok uporabe je eden od pomembnih podatkov ter glavna skrb vprašanih med nakupom.

4.5 Vzdrževanje higiene in čiščenje

Umivanje rok je za vprašane, glede na petstopenjsko Likartovo lestvico (1-najmanj pomembno; 5-zelo pomembno) zelo pomembno opravilo, saj se povprečna ocena pri vseh navedenih opravilih (pred pripravljanjem hrane; po obdelavi svežega mesa; po kihanju, praskanju, dotikanju obraza; po uporabi sanitarij; pred jedjo; po dotikanju hišnih ljubljencev) giblje med 4,8 in 5,0. Hladilnik polovica čisti enkrat mesečno, petina (22,7%) enkrat tedensko. Manjši delež (18,2%) anketiranih čisti hladilnik, ko je le-ta vidno umazan ali ko pride do razlitja. Koš za smeti dobra tretjina vprašanih (36,4%) opere vsakič, ko ga izpraznijo, 33,3% koša za smeti ne pere, saj uporabljajo vrečke. Ostali koš za smeti perejo po potrebi, ko je umazan (13,6%) ali 1x mesečno (9,1%).

4.6 Preprečevanje navzkrižne kontaminacije v domači kuhinji

Za preprečevanje navzkrižnega onesnaženja med pripravo živil je pomembno, da potrošnik npr. v čistem koritu najprej opere solato, ki ne bo več termično obdelana in nato sveže meso, ki bo termično obdelano. Gre za preventivni ukrep, saj imajo potrošniki doma večinoma samo eno korito v katerem pripravljajo raznovrstna živila z istim priborom (nož) in pripomočki (deska za rezanje). Zato so zelo pomembni pravilni vmesni postopki čiščenja delovnih površin in pripomočkov ter umivanje rok. Večina anketiranih se zaveda pomena čiščenja delovnih površin in pribora in ločevanja surovih živil od že pripravljene hrane. V ta namen več kot polovica uporablja ločene deske za surovo in kuhano ter zelenjavo in meso, medfazno čiščenje desk pred uporabo za drugo skupino živil ter čiščenje delovnih površin po pripravi surovih živil. Hillers in sod. (2003) opozarjajo, da je potrebno delovne pripomočke in delovne površine temeljito umiti (z vročo vodo in detergentom) po pripravi surove perutnine, rdečega mesa in morske hrane.

4.7 Zagotavljanje varnosti živil pri pripravi doma

Med ukrepe, pomembne za zagotavljanje varnih živil doma so anketirani kot zelo pomemben ukrep navedli tudi umivanje rok. Z namenom ugotavljanja učinkovitosti umivanja rok bi bilo potrebno izvesti še opazovanje posameznika glede tehnike in časa umivanja rok. Ugotovljeno je, da si večina potrošnikov umiva roke prekratek čas in premalo natančno (Jevšnik in sod., 2008a).

Učinkovitost toplotne obdelave mesa vprašani preverjajo z vilico (31,8%), nožem (13,6%), ali vbočnim termometrom (13,6%), medtem ko se petina (22,7%) ravna po vnaprej določenem času. Vsi vprašani se strinjajo, da je meso potrebno dobro prekuhati oziroma prepeči. Kot vzrok temu navajajo zaradi uničevanja škodljivih mikroorganizmov (50,0%), tretjina (31,8%) da se izogne zastrupitvi s hrano, petina (18,2%) pa meni, da je hrana potem boljšega okusa. Polovica ostanke hrane zavrže med organske odpadke, preostali, pa jih dajo domačim živalim (9,1%) ali pa jih ohladijo in shranijo v hladilnik (40,9%). Ohlajevanje živil pred shranjevanjem v hladilniku tri četrtine vprašanih (72,7%) razume kot ukrep, ki preprečuje rast bakterij, medtem ko petina (18,2%) meni, da s tem privarčujejo elektriko, ki bi jo sicer porabil njihov hladilnik. Pri ponovnem pogrevanju že pripravljene in ohlajene hrane vprašani le-to segrejejo do vrenja

(36,4%) in pustijo nekaj časa vreti (31,8%). Manjši delež jo poje hladno (13,6%) ali pa hrane ponovno ne pripravlja (13,6%).

4.8 Zagotavljanje hladne verige

Zagotavljanje hladne verige s strani potrošnika se začne takoj po nakupu živil, zato je pomembno, da je čas od nakupa do shranjevanja živil v domači hladilnik čim krajši. Več kot polovica (59,1%) vprašanih v povprečju od nakupa do prihoda domov porabi največ 30 minut, 36,4% pa največ 60 minut. Vzdrževanje hladne verige s strani potrošnika se nato nadaljuje v domačem hladilniku.

V enem od naslednjih vprašanj 4,5% udeležencev priznava, da ne ve kolikšna je temperatura zraka v njihovem hladilniku oziroma je niso še nikoli izmerili (36,4%), medtem ko tretjina (27,3%) meri oz. preverja temperaturo 1x dnevno, petina (18,2%) pa enkrat mesečno. Rezultati so veliko boljši od rezultatov, ki jih navajata Ovca in Jevšnik (2009) saj več kot polovica (55,2) sodelujočih ni poznala temperature v domačem hladilniku, ali pa je ni še nikoli izmerila (9,5%).

Skoraj polovica (45,5%) meso odmrzuje v hladilniku, slaba petina (18,2%) pa živil ne odmrzuje ampak jih takoj toplotno obdela. Manjši delež živila odmrzuje na kuhinjskem platu (13,6%) ali pod tekočo vodo (4,5%).

5. Zaključek

Navade pri nakupu in pri pripravi živil se prenašajo iz roda v rod, zato je zelo pomembno da se prepoznajo nepravilnosti, ki so lahko vzrok tveganj za zdravje. Z anketno raziskavo med skupino starostnikov je bilo ugotovljeno dokaj dobro poznavanje načel dobre gospodinjske prakse. Vendar rezultati kažejo, da sodelujoči nekaterim vsebinam varnosti živil namenjajo premajhen poudarek (npr. odgovornost za varnost živil v živilsko/prehransko/oskrbovalni verigi; navzkrižna onesnaženja; prenos okužb; načini tajanja zamrznjenih živil; čas in temperatura toplotne obdelave živil; preverjanje temperature - hladna/vroča veriga; pomen čiščenja). Da bi lahko podali realno oceno o znanju in zavedanju pomena varnosti živil v domačem okolju, bomo v nadaljevanju raziskavo razširili še z kvalitativno študijo. Z metodo opazovanja bomo po vnaprej določenem jedilniku in higiensko tehničnih kriterijih ocenjevali in analizirali pripravo obroka hrane. Zaradi izkazanega zanimanja do tovrstnih vsebin med obravnavano skupino starostnikov predlagamo učne delavnice in postavitev internetne strani z aktualnimi novicami in informacijami o zagotavljanju varne hrane. Verodostojnost informacij, način informiranja ter kontinuiteta le-tega je temeljnega pomena za dvig osveščenosti starostnikov, kot ene izmed rizičnih skupin prebivalstva.

6. Literatura

- Bruhn, C. M., Schutz, H. G. (1999): *Consumer food safety knowledge and practices. Journal of Food Safety*, vol. 19, str: 73-87.
- Byrd-Bredbenner, C., Wheatley, V., Schaffner, D., Bruhn, C., Blalock, L., Maurer, J. (2007): *Development of food safety psychosocial questionnaires for young adults. Journal of Food Science Education*, vol. 6, str: 30-37.
- Jevšnik, M., Hlebec, V., Raspor, P. (2008a): *Consumers' awareness of food safety from shopping to eating. Food Control*, vol. 19, str: 737-745.
- Jevšnik, M., Hoyer, S., Raspor, P. (2008b): *Food safety knowledge and practices among pregnant and non-pregnant women in Slovenia. Food Control*, vol. 19, str: 526-534.
- Kendall, P., Medeiros L.C., Hillers, V., Chen G., DiMascola S. (2003): *Food handling behaviors of special importance for pregnant women, infants and young children, the elderly, and immune-compromised people. Journal of the American dietetic association* Vol. 103, Nr. 12, str: 1646 - 1649.
- Ovca, A, Jevšnik, M. (2009): *Maintaining a cold chain from purchase to the home and at home: consumer opinions. Food Control* vol. 20, str: 167-172.
- Resolucija o nacionalnem programu prehranske politike 2005-2010. Register predpisov Slovenije. Dostopno na internetu: http://zakonodaja.gov.si/rpsi/r08/prepis_RESO38.html, 29.04.2007*
- Rimal, X., Fletcher, S. M., McWatters, K. H., Misra, S. K., Deodhar, S. (2001): *Perception of food safety and changes in*

food consumption habits: A consumer analysis. *International Journal of Consumer Studies*, vol. 25, str: 43-52.

Unusan, N. (2007): *Consumer food safety knowledge and practices in the home in Turkey. Food Control*, vol. 18, str: 45-51.

Zveza potrošnikov Slovenije - ZPS (2009): *Bi vaša kuhinja prestala test varnosti? Dostopno na internetu: <http://www.zps.si/hrana-in-pijaca/zivila-in-zdrava-prehrana/bi-vasa-kuhinja-prestala-test-varnosti-2.html?Itemid=414>*, 3.9.2009.

Yeung, R. M. W. & Morris, J. (2001). *Food safety risk: consumer perception and purchase behaviour. British Food Journal*, 103(3), 170-186.

Surujlal, M., Badrie, N. (2004). *Household consumer food safety study in Trinidad, West Indies. Internet Journal of Food Safety*, 3, 8-14. Dostopno na internetu: <http://www.foodhaccp.com/internetjournal/ijfsv3-3.pdf>.

Marklinder, I. M., Lindblad, M., Eriksson, L. M., Finnson, A. M. & Lindqvist, R. (2004). *Home storage temperatures and consumer handling of refrigerated foods in Sweden. Journal of Food Protection*, 67(11), 2570-2577.

Hillers, V. N., Medeiros, L., Kendall, P., Chen, G. & DiMascola, S. (2003). *Consumer food-handling behaviors associated with prevention of 13 foodborne illnesses. Journal of Food Protection*, 66(10), 1893-1899.

VADBA ZA STAREJŠE OSEBE

prof. dr. VOJKO STROJNIK
Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport

POVZETEK

Članek opisuje spremembe v gibalnih sposobnostih zaradi staranja, učinke vadbe in metode vadbe v starosti. Posebna pozornost je namenjena vadbi za moč, ki s staranjem postaja najpomembnejša vadba in je na koncu tista, ki ohranja mobilnost tudi v najkasnejših letih. Poleg vadbe za moč so opisane tudi osnovne značilnosti vadbe za gibljivost in vzdržljivost v starosti. Vadba za gibljivost je opisana v drugem članku. Glavni cilj vadbe za vzdržljivost je ohranitev mišic, ki so povezane s pokončno držo. Ta je osnova za hojo in dobro ravnotežje ter zaščito pred bolečinami v križu. Aktivno in statično raztezanje sta primerni metodi za uporabo tudi v starejšem obdobju. Na kratko so predstavljene značilnosti obeh metod in vaje za gibljivost, ki so, v skladu s predstavljeno vadbo za moč, povezane s pokončno držo in zaščito pred bolečino v križu. Vadba za vzdržljivost v starosti ima z vidika intenzivnosti enake značilnosti kot v ostalih starostnih obdobjih, sposobnostim so prilagojene vaje. Zaradi velike obremenitve srčno-žilnega sistema se je priporočeno pred začetkom vadbe posvetovati z zdravnikom.

1. Spremembe gibalnih sposobnosti v starosti

Koncept uspešnega staranja pomeni ohranjanje aktivnega življenjskega sloga tudi v kasni starosti. Aktivni življenjski slog se nanaša na vse vidike bivanja: biološko, kognitivno, čustveno in socialno. Kot enega skupnih imenovalcev vseh teh vidikov bi lahko izpostavili mobilnost oziroma ohranjanje funkcionalnih sposobnosti. Osnova mobilnosti je ustrezno delovanje telesa. To pa se s starostjo začne bistveno spreminjati. Zato je ohranjanje oziroma upočasnitev nazadovanja telesnih funkcij eden ključnih ciljev telesne vadbe.

Nekako do 50. leta starosti naše telo ohranja svoje značilnosti, nato pa se postopno začenjajo kazati znaki staranja, ki se postopno pospešujejo. Ena takih značilnosti je zmanjševanje mišične mase zaradi starosti ali sarkopenija. Posledica njenega zmanjševanja je vedno manjša mišična moč, ki sčasoma postane tako mala, da pomembno zmanjša zmožnost opravljanja gibalnih nalog. Zmanjševanje mišične mase je posledica starostnih sprememb v živčnem sistemu. Prekinjati se začno povezave med živčnimi in mišičnimi vlakni. Nekatera mišična vlakna se uspejo povezati z ostalimi živci, nekatera pa ne in ta počasi izginejo. V mišici obstajajo hitra in počasna mišična vlakna. Veliko hitreje se zmanjšuje število

hitrih mišičnih vlaken. Zaradi vedno manjših mišic se zmanjšuje največja sila, ki jo lahko razvije mišica. Po 50. letu starosti se največja moč zmanjšuje okoli 1% na leto, po 70. letu pa se ta hitrost zmanjševanja podvoji. Še bolj nazaduje sposobnost hitrega prirastka mišične sile oziroma eksplozivnost, saj ta nazaduje za približno 3-4% letno. Dejansko je to veliko bolj zaskrbljujoče, saj je eksplozivnost veliko bolj povezana s sposobnostjo izvajanja gibanja v starosti kot pa največja mišična sila. Zato so tiste starejše osebe, ki so manj eksplozivne hkrati tudi gibalno manj sposobne. Poleg sarkopenije v nekoliko manjši meri na zmanjšanje mišične sile vplivajo tudi prehrana, hormonski in imunski dejavniki, kot tudi zmanjšana telesna aktivnost.

Ustrezna mišična masa ni pomembna za delovanje telesa le zaradi gibanja oziroma mobilnosti, temveč ima tudi druge pomembne funkcije. Tako je pomemben rezervoar za vodo, ki sodeluje pri kontroli hidriranosti telesa. Z malo mišično maso se telo hitreje dehidrira. Mišice so pomemben rezervoar tudi drugih substanc. Med njimi so pomembne energijske zaloge, minerali, beljakovine ipd, ki dajejo telesu večjo avtonomijo. Nenazadnje so mišice pomembne tudi za uravnavanje temperature telesa, zlasti za gretje. Zato je ohranjanje mišične mase pomemben cilj v starosti.

Poleg mišične moči nazadujejo tudi druge gibalne sposobnosti. Vzdržljivost (aerobna moč) se zmanjšuje približno za 1% na leto. Gre za sposobnost dolgotrajnejšega nizko intenzivnega opravljanja dela. Močno je odvisna od delovanja srca in sposobnosti prenašanja kisika po telesu. Zato vzdržljivost kaže stanje srčno-žilnega funkcioniranja. Tudi ravnotežje ima podoben trend nazadovanja. Njena osnova so ustrezno močne in zlasti eksplozivne mišice in ustrezno delovanje telesnih sensorjev ter živčnega sistema, ki usklajuje delovanje mišic. Zaradi poslabšanja delovanja telesnih sensorjev se poslabša zavedanje telesa, z njim pa natančnost gibov in njihova koordinacija, kamor sodijo tudi podaljšani reakcijski časi.

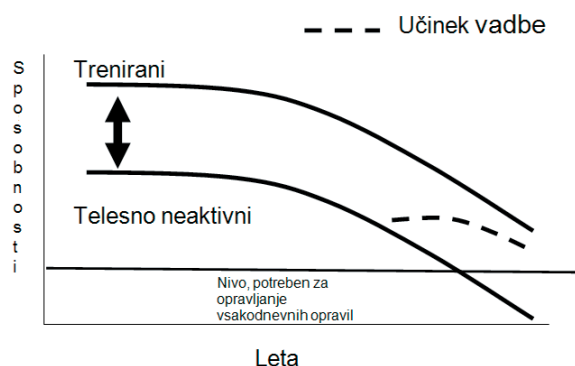
Poleg mišic nazadujejo tudi druga tkiva. Posebna pozornost je v starosti posvečena osteoporozi, z vidika gibanja pa je pomembno tudi poslabšanje mehanskih lastnosti tetiv, ki slabše prenašajo mehanske obremenitve in zmanjšajo učinkovitost prenosa mišične sile. Gostota kosti pri moških nazaduje približno 1% letno, pri ženskah pa 2-3%. Vendar sodobni trendi kažejo, da postaja osteoporoza pri moških vedno pogostejša in se počasi bliža enaki pogostosti kot pri ženskah. Eden od pomembnih razlogov za to je vedno manjša gibalna aktivnost moških.

2. Vloga telesne aktivnosti v starosti

Telesna neaktivnost je pomemben dejavnik nazadovanja telesnih funkcij v vseh obdobjih, v starosti pa je lahko usodna. Tako na primer enotedensko ležanje v postelji zmanjša mišično moč do 20%, gostoto hrbtničnih kosti pa za 1%. Pri mlajših osebah je funkcionalna rezerva dovolj velika, da po obdobju takšnega počitka ohranijo mobilnost, pri starejših in oslabelih osebah pa mišična moč pade pod spodnjo funkcionalno mejo in take osebe potem običajno obležijo in si težko znova opomorejo.

Funkcionalna rezerva pomeni, da smo sposobni več, kot pa je nujno potrebno za uspešno izvedbo naloge. Večja kot je ta rezerva, lažje izvajamo naloge. Na sliki 1 vidimo, da v mladosti, ne glede na telesno aktivnost, vse osebe zmorejo opravljati vsakodnevna opravila, saj so njihove sposobnosti daleč nad to mejo. S staranjem sposobnosti nazadujejo in počasi padejo pod nivo za opravljanje vsakodnevnih opravil. Vendar ni nujno, da je tako. Z ustrezno vadbo lahko dvignejo nivo svojih sposobnosti in zakasnjijo trenutek, ko bodo te padle pod funkcionalno mejo. Če se spomnimo našega olimpijca Leona Štuklja, potem imamo dober vzgled, kaj pomeni redna vadba.

Slika 1. Učinek vadbe v različnih življenjskih obdobjih.



Seveda ima primerna redna vadba skozi celo življenjsko obdobje veliko večji potencial za uspešno staranje, vendar ne smemo zanemariti dejstva, da lahko tudi kasnejši začetek z vadbo bistveno izboljša gibalne in funkcionalne sposobnosti. Dejansko nikoli ni prepozno začeti z vadbo. Tudi v kasni starosti vadba učinkovito izboljša sposobnosti. In škoda bi se bilo odreči njeni pomoči. Tudi ko sposobnosti padejo pod funkcionalni prag, se je mogoče marsikdaj z vadbo dvigniti zopet nad njega. Primer za to so lahko osebe, ki zaradi bolezni obležijo v postelji in zaradi tega oslabijo, hkrati pa nimajo kakih posebnih zdravstvenih zadržkov, da se ne bi mogli gibati.

3. Cilji vadbe v starosti

Iz slike 1 lahko razberemo, da je najboljšo, če je vadba vseživljenjski projekt. V mladosti in skozi odraslo dobo razvijemo funkcionalno rezervo, ki jo potem skozi starost vzdržujemo na čim višjem nivoju. Tipični primer je kostna masa. Ta se povečuje do sredine dvajsetih let starosti, nato pa se začne v telesu razvijati procesi njenega nazadovanja. Zato je najboljši čas njenega razvoja v mladosti, nato pa z ustrežno telesno aktivnostjo in prehrano zaviranje njenega nazadovanja. Če ni posebnih bolezenskih razlogov, bi takšna strategija zagotovila dovolj kostne mase za celo življenje. Mišično maso se da z vadbo uspešno povečevati tudi po 50. letu, zato posebna skrb, razen če mišična masa ni premajhna, pred tem niti ni potrebna. Pri srčno-žilnem sistemu je smiselno v mladosti in skozi odraslo dobo razviti večjo funkcionalno rezervo, ki je povezana tudi z večjo telesno odpornostjo na bolezni. Za gibljivost, ki je povezana z dobro držo (del zaščite proti bolečini v križu) in sproščenostjo, je smiselno skrbeti v vseh življenjskih obdobjih.

Če bi poskušali izpostaviti glavne cilje vadbe v starosti, potem sta to večji poudarek na vadbi za moč in ravnotežje. Vadba za moč, zlasti za povečevanje/ohranjanje mišične mase, je v starosti strateško najpomembnejša vadba, saj je edina izmed vadb, ki lahko sproži anabolni hormonski odziv, potreben za hitrejšo obnovo tkiv.

4. Metode vadbe v starosti

Metode vadbe v starosti se v svoji osnovi ne razlikujejo od metod za odrasle osebe. Bistvena razlika je v manjšem telesnem odzivu na vadbo in večji postopnosti vadbe. V nadaljevanju bodo predstavljene vadbe za moč, vzdržljivost in gibljivost. O ravnotežju je govora v drugem prispevku.

Vsaka vadba se začne z ogrevanjem. Glavni del vadbene enote predstavlja vadba za moč, ki se zaključuje z raztezanjem, ki hkrati služi tudi za umirjanje. Cilj ogrevanja je dvigniti temperaturo telesa tako, da v 5-7 minutah pride na mejo znojenja. Običajno je to počasna hoja na mestu, ki ji je dodano počasno soročno in simetrično gibanje z rokami, da bi preprečili obračanje trupa. Gibanje rok lahko vključuje odmike rok, gibanja v smeri naprej in nazaj ter kroženja v obe smeri. Tisti, ki so to sposobni, lahko dvignejo roke

tudi nad nivo ramen. Vsako gibanje se vedno postopno, da lahko vadeči sproti spremlja svoje občutke in če ni težav, poveča zahtevnost vadbe. Med ogrevanjem lahko vadeči naredijo več nekajsekundnih odmorov.

4.1 Vadba za moč

Vadba za moč ima v starosti dva glavna cilja. Prvi je ohranjanje mišične mase, drugi pa izboljšanje sposobnosti mišične aktivacije.

Za vplivanje na mišično maso je potrebno vaditi z utežmi. Zato je za izvajanje take vadbe najbolj primeren fitness. Za izboljšanje aktivacije mišic je na izbiro več možnosti, zlasti če je nivo mišične aktivacije nizek, kot je to pogosto pri starejših osebah. V takih primerih zadošča krožna vadba z gimnastičnimi vajami, ki jo lahko izvajamo doma. Višji nivo mišične aktivacije je mogoče doseči z vadbo v fitnessu.

Pri izbiri vaj pri vadbi za moč imajo prednost mišice, ki omogočajo pokončno držo. Gre za mišice povezane z iztegovanjem nog in stabilizacijo trupa. Slednje so tudi del zaščite ledvenega dela hrbtenice. Seveda je mogoče temu dodati tudi vaje za druge mišične skupine. Če z vajo določimo mišične skupine, na katere želimo vplivati, pa z metodo obremenjevanja določimo vrsto spremembe, ki naj bi se zgodila. Zato je potrebno pri programu vadbe izbrati vaje in določiti obremenitve.

Primer vadbe doma vključuje gimnastične vaje, kjer je osnova premagovanje sile teže lastnega telesa. Vadba se izvaja na tleh ali na dvignjeni čvrsti podlagi (postelja je premehka), ki olajša spuščanje na tla in vstajanje. Glavna pripomočka za vadbo sta blazina za ležanje in podlaga za nog. Vadba naj vključuje naslednje vaje:

Opora prsi - stopala

Dvig bokov leže hrbtno

Bočna opora levo in desno

Upogibanje trupa

Obračanje trupa levo in desno

Počep



Opora prsi - stopala (Slika 2) se izvaja leže na trebuhu. Dlani so stisnjene v pest in podpirajo zgornji del prsnice (zgornji rok prsnega koša). Pred dvigom trupa je potrebno vdihniti, napeti trebušne mišice in iztegnili noge, nato pa počasi dvigniti boke, ravno toliko, da niso na tleh in ohranjati položaj. Na koncu ohranjanja položaja naj pride do znatnega utrujanja. Vaja je namenjena povečanju moči mišic upogibalk trupa in kolka.



Slika 3. Dvig bokov leže

Dvig bokov leže hrbtno (Slika 3) se izvaja sonožno, če pa je kdo dovolj močan, pa tudi enonožno. Penasto kocko se podloži pod peto, kolena so upognjena za približno 45 stopinj. Najprej je potrebno vdihniti in napeti trebušne mišice, nato počasi dvignili boke, in zadržati položaj. Po koncu ohranjanja položaja so se vadeči počasi spustili na tla. Med ohranjanjem drže vadeči niso zadrževali zraka. Vaja je namenjena povečanju moči mišic upogibalk kolena, iztegovalk kolka in iztegovalk hrbta.



Slika 4. Bočna opora

Pri bočni opori (Slika 4) so gležnji položeni na penasto kocko. Najprej je potrebno vdihniti in napeti trebušne mišice, nato pa počasi dvignili boke, da se ne dotikajo tal in ohranjeni položaj. Vaja je namenjena povečanju moči mišic odmikalk trupa in nog oziroma mišicam, ki stabilizirajo medenico s strani.



Slika 5. Upogibanje

Pri upogibanju trupa (Slika 5) z upogibanjem trupa poskušamo čim močneje pritisniti z rokami na stegna. Najprej je potrebno vdihniti in napeti trebušne mišice, nato pa postopno (v 2 sekundah) razviti največjo silo in jo zadržati 2-4 sekunde. Sledi postopno sproščanje mišic in priprava na naslednjo ponovitev. Vaja je namenjena povečanju moči upogibalk trupa.



Slika 6. Obračanje

Obračanje trupa (Slika 6) se izvede z diagonalnim potiskom roke v koleno. Najprej je potrebno vdihniti in napeti trebušne mišice in postopno (v 2 sekundah) doseči največjo silo ter jo zadržati 2-4 sekunde, čemur sledi postopno sproščanje mišic in priprava na naslednjo ponovitev. Vaja je namenjena povečanju moči obračalk trupa.

Počepi se začno iz sedenja v stolu. Pred vadečim je drugi stol za pomoč pri ravnotežju. Pri vstajanju se noge ne iztegnejo do konca, pri spuščanju pa ne pride do sedanja na stol, dokler serija počepov ni končana. Kot vedno, je potrebno tudi tukaj najprej vdihniti in napeti trebušne mišice ter nato vstati. Gibanje je počasno in tekoče, brez sunkov.

Število ponovitev vaj oziroma trajanje ohranjanje drž se postopno povečuje. Posamezno vajo se izvede v 1 do 3 serijah. V posamezni seriji se izvede do 10 ponovitev. Če gre za ohranjanje drž, potem lahko ta traja na začetku nekaj sekund pa vse do 30 sekund. Prvih nekaj tednov naj bo vadba lahka, nato pa naj zadnje ponovitve v seriji oziroma konci trajanja drž postajajo vse težji. Vsak 3. ali 4. teden ja bo obremenitev manjša (manj serij, manj ponovitev, krajše trajanje). Bistveno je, da so zadnje ponovitve v seriji manj zahtevne kot v ostalih tednih.

Primer spreminjanja obremenitve za obdobje več tednov je prikazan v preglednici 1. Seveda je mogoče obremenitev stopnjevati hitreje ali počasneje, odvisno od sposobnosti vadečega.

Preglednica 1. Primer večtedenske obremenitve pri krožni vadbi.

Teden	Ser.	Vadba	Odmor	Tempo
1	2	10/3	50	Tekoče
2	2	15/4	45	Tekoče
3	2	15/5	50	Tekoče
4	2	10/3	50	Tekoče
5	2	15/5	45	Tekoče
6	3	10/4	50	Tekoče
7	3	15/5	45	Tekoče
8	2	10/3	50	Tekoče
9	3	10/4	50	Tekoče
10	3	15/5	45	Tekoče
11	3	15/5	45	Tekoče
12	2	15/5	45	Tekoče

Ser. - število serij (krogov), Vadba - trajanje izvajanja posamezne vaje v seriji v sekundah/število ponovitev, Odmor - odmor med vajami v seriji v sekundah.

Pri vadbi v fitnessu običajno vaje in obremenitve določijo strokovnjaki v centru. Tukaj je prikazan primer stopnjevanja obremenitve pri tovrstni vadbi (Preglednica 2). Med vaje bi bilo smiselno vključiti iztegovanje nog (nožna preša), iztegovanje trupa, upogibanje in obračanje trupa v ustreznih trenažerjih ter iztegovanje kolka (škripec).

Preglednica 2. Obremenitev pri vadbi po postajah, mišična masa, koncentrično

Teden	Intenzivnost	% 1RM	Serij	Ponovi	Cikel	Tempo
1	10	60	2	8-10	3	Tekoče
2	10	60	2	8-10	3	Tekoče
3	12	70	2	8-10	3	Tekoče
4	10	60	2	6	3	Tekoče
5	12	70	2	8-10	3	Tekoče
6	12	70	2	10-12	2	Tekoče
7	12	70	3	10-12	2	Tekoče
8	10	60	2	6	3	Tekoče
9	12	70	2	10-12	2	Tekoče
10	12	70	3	10-12	2	Tekoče
11	14	80	3	10-12m	2	Tekoče
12	12	70	2	8	2	Tekoče

Intenzivnost - v skladu z Borgovo lestvico med 6 in 20, velja za začetno obremenitev v seriji, % 1RM - velikost bremena v % glede na največje breme, ki ga vadeči lahko dvigne enkrat, Serij - število serij izvedbe posamezne vaje, Ponovi - število ponovitev v posamezni seriji, Cikel - trajanje vadbe v seriji in odmora do začetka naslednje serije pri posamezni vaji v minutah, m - največje možno število pravih ponovitev

4.2 Vadba za gibljivost

Vadba za gibljivost je namenjena povečanju amplitud izvajanja gibov in zmanjšanju napetosti v mišicah. Pri gibljivosti uporabljamo dve osnovni metodi povečevanja gibljivosti: aktivno in pasivno metodo. Na začetku je smiselno uporabljati vadbo za aktivno gibljivost, po nekaj tednih vadbe pa lahko dodamo tudi vadbo za pasivno gibljivost. Vaje za aktivno gibljivost se izvajajo tako, da vadeči poskuša doseči kar se da veliko amplitudo giba v sklepu, pri tem pa uporablja samo silo mišic na nasprotni strani sklepa od mišic, ki jih vadeči razteguje. Takšna gibljivost je funkcionalna, saj pomeni, da je vadeči sposoben kontrolirati gib s svojimi mišicami. Gib je potrebno izvesti počasi do skrajne amplitude in to amplitudo zadržati za nekaj sekund (običajno 2). Vadeči v seriji izvede 3-6 ponovitev. Velikost amplitude se iz ponovitve v ponovitev povečuje. Prvi dve ponovitvi sta običajno izvedeni z rezervo (ne maksimalno). Kot primer take vaje odročenje z vedno večjo amplitudo, kroženje z rokami z vedno večjimi krogi ipd.

Nasprotno pomeni pasivna gibljivost uporabo zunanjih sil za raztezanje mišic. Posebno mesto pri tem ima statično raztezanje, za katerega je značilno sproščanje raztegnjenih mišic. Vadeči v udobnem in ravnotežnem položaju postopno raztegne mišice, da se v njih poveča pritisk (brez bolečine) in zadrži položaj. Nato v tem položaju sprosti mišice, tako da se skoncentrira nanje in občuti, kako pritisk v mišicah pade. Ko se to zgodi, vadeči ponovno poveča amplitudo giba, da pritisk znova naraste in se sprosti. V posamezni seriji izvede tri takšne valove, skupaj pa običajno tri serije za posamezno mišico. Med serijami je počitek, ki se izkoristi za raztezanje druge mišice. Primer take vaje je predklon sede, kjer se poskušamo z rokami dotakniti prstov nog. Sedimo na tleh ali robu stola in počasi naredimo predklon. Ko v hrbtu ali zadnjih mišicah nog začutimo povečan pritisk, se zaustavimo in poskušamo zmanjšati pritisk v mišicah, kot je to opisano zgoraj.

Ključne vaje za raztezanje so povezane z iztegovanjem upogibalk (Slika 7) in iztegovalk kolka (Slika 8) ter hrbtnih mišic (Slika 8).

Slika 7. Izkorak. Raztezanje upogibalk kolka



Slika 8. Predklon. Raztezanje hrbtnih mišic in iztegova kolka.



Vadba za gibljivost se lahko izvaja vsakodnevno, vendar če želimo ohraniti gibljivost, ne manj kot dvakrat tedensko. Aktivna gibljivost je običajno na vrsti na začetku vadbe kot drugi del ogrevanja, statična gibljivost pa na koncu vadbe za umirjanje in sproščanje. Statična gibljivost se ne izvaja neposredno po vadbi za mišično maso zaradi nevarnosti poškodbe. Takrat raztezanje sledi vsaj po dveh urah odmora, ko si mišice že malo opomorejo.

4.3 Vadba za vzdržljivost

Vadba za vzdržljivost je izmed vseh vadb najbolj povezana z delovanjem srčno-žilnega sistema. Če se zanj odločimo v starejših letih, potem se je smiselno najprej posvetovati z zdravnikom, ali je stanje srčno-žilnega sistema takšno, da bo preneslo povečane obremenitve oziroma ali obstajajo kakšne omejitve pri tej vadbi.

Bistvo vadbe za vzdržljivost je za nekaj časa delati s tako intenzivnostjo, da se poveča frekvenca bitja srca. Priporočena intenzivnost je med 40-60% največje intenzivnosti (največje porabe kisika - VO₂max), kar ustreza približno 60 do 75% največje srčne frekvence. S takšno intenzivnostjo je priporočljivo delati 30 do 60 minut vsaj trikrat tedensko. Z organizacijskega vidika je vadba za vzdržljivost najbolj enostavna, saj je hoja kot ena najbolj primernih vaj hkrati tudi najbolj dostopna. Hoja s palicami ali nordijska hoja še poveča obremenitev, hkrati pa palice izboljšajo ravnotežje. Vadba za vzdržljivost se lahko izvede tudi v obliki plesa, dela na vrtu oziroma doma. Pri tistih, kjer hoja ni več stabilna, je primerna hoja s hojco. Za vadbo je mogoče uporabiti tudi sobno kolo, ročni ergometer ali gibanje v vodi.

5. Zaključek

Z vadbo v starosti je mogoče pomembno izboljšati kvaliteto življenja. Njeni učinki niso le s področja druženja oziroma socialnih mrež, temveč lahko dosežemo tudi pomembno izboljšanja delovanja našega organizma. Telesna aktivnost izboljša delovanje imunskega sistema, izboljša kognitivne funkcije (spomin), zmanjša bolečine in mnoge zdravstvene tegobe. Zato odločitev, biti aktiven ali ne, tudi v starosti, ne bi smela biti preveč težka.

SOLIDARNOST IN PROSTOVOLJSTVO MED LJUDMI V RECESIJ AKTIVNOSTI DRŽAVE ZA POMOČ POSAMEZNIKU IN DRUŽINI V "ASU RECESIJE"

JANJA ROMIH

sekretarka, Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve

V času finančne krize se izpostavljenost starejših tveganju socialne izključenosti in revščine še povečuje. Najmočnejše prizadene starejše samske osebe in starejše osebe, ki so zaradi revščine, zdravstvenih ali drugih razlogov odvisne od pomoči drugih. *Starejše osebe nad 65 let izkazujejo 20% stopnjo tveganja revščine, starejše samske ženske pa so še v slabšem položaju.*

Za blažitev materialnih stisk starejših so trenutno na voljo:

- oprostive plačila socialno varstvenih storitev,
- sistem denarne socialne pomoči,
- varstveni dodatek,
- državna pokojnina,
- sofinanciranje družinskega pomočnika.

V času finančne krize, ko se siceršnje stiske ljudi še povečajo in se zdijo še bolj brezizhodne, se želi država tudi s pomočjo novih zakonskih možnosti in strukturnih reform, kar se da učinkovito prilagoditi novim razmeram.

Vlada RS je v juliju sprejela Zakon o posebnem dodatku na socialno ogrožene. Upravičenci, ki so v mesecu juliju prejeli dohodke, katerih višina ni presegala 313 EUR, so 31. avgusta prejeli od 80 do 200 EUR. Posebni dodatek je prejelo 126.996 upravičencev. Število izplačanih denarnih pomoči na mesečni ravni, se je v obdobju od januarja do septembra 2009, bistveno povečalo: redne denarne pomoči za 7.025 upravičencev, izredne denarne pomoči pa za 611 upravičencev.

Na področju socialne je država sredstva za zagotavljanje socialne varnosti z zadnjim rebalansom povečala iz 149.362.879 na 160.616.657.

Pomembno pomoč pri premagovanju socialnih stisk pomenijo tudi paketi s hrano, ki jih delita Rdeči križ in Karitas (izbrana na razpisu MDDSZ). Slovenija je letos od EU prejela 2,3 mio EUR za izvedbo pomoči v hrani za najbolj socialno ogrožene, kar je skoraj milijon več kot v lanskem letu.

Obstoječe ukrepe države bodo okrepile tudi planirane strukturne reforme na področju socialne varnosti:

- v pripravi je nov Zakon o socialno varstvenih prejemkih, ki bo določil nove vrednosti osnovnega zneska minimalnega dohodka in uvedel dve ravni minimalnega dohodka za pokrivanje osnovnih stroškov življenja (začasne denarne pomoči in trajne denarne pomoči.) Predviden začetek izvajanja zakona v omejenem obsegu je 1.9.2010 ali 1.1.2011.
- v pripravi je Zakon o uveljavljanju pravic iz javnih sredstev. Cilj zakona je, da Centri za socialno delo postanejo enotna vstopna točka, kar povečanje preglednosti in dostopnosti raznovrstnih socialnih pomoči, ki jih zagotavljamo posameznikom in družinam iz javnih sredstev. Zakon bo zmanjšal možnosti za zlorabo sistema, poenostavil sistem socialnih pomoči in omogočil, da bodo pomoč dobili tisti, ki jo res potrebujejo. Predviden začetek izvajanja zakona v omejenem obsegu je 1.9.2010.
- pripravljen pa je že Zakon o dolgotrajni oskrbi in zavarovanju za dolgotrajno oskrbo (ZDOZDO).

Strukturne spremembe dolgotrajne oskrbe se nanašajo na: zagotavljanje vzdržnega sistema dolgotrajne oskrbe za starejše in od oskrbe odvisnih prebivalcev in temelji na uvedbi obveznega zavarovanja, ki izhaja iz načel solidarnosti in vzajemnosti. Namen zakona je, da integrira tako zdravstvene kot socialne storitve, omogoči enakomerno dostopnost do storitev na območju celotne države, zagotovi trajen stabilen finančni vir, pospeši izvajanje oskrbe v domačem okolju ter vpelje ustrezno ureditev na področju preventive, rehabilitacije in uporabe komunikacijskih in tehničnih pripomočkov. V prehodnem obdobju bo urejen postopen prihod iz sedanjega v nov sistem, pri tem pa bo zagotovljena tudi možnost ohranitve pridobljenih pravic, ki sedaj upravičencem pripadajo po različnih sistemih. Predviden pričetek izvajanja zakona je 1.1.2012. V naslednjih tednih zakon prihaja v javno razpravo, za katero si bo glede na zahtevnost zakona potrebno vzeti dovolj časa.

Ministrstvo načrtuje tudi pripravo Zakona o izenačevanju možnosti invalidov in Zakona o osebni asistenci za invalide. Cilj obeh zakonov je zagotavljanje in vzpodbujanje enakih možnosti in socialnega vključevanja invalidov na vseh področjih življenja ob hkratnem uveljavljanju načela nediskriminacije. Predviden sprejem zakonov je sredi leta 2010, uveljavitev pa v letu 2011.

Med ostale možne ukrepe države v času recesije, želim izpostaviti še okrepljeno sodelovanje z nevladnimi organizacijami. NVO namreč v družbi opravljajo vsaj tri pomembne funkcije:

- politično: pomenijo obliko participacije državljanov pri upravljanju države in družbe,
- ekonomsko: so način za aktiviranje dodatnih virov v materialni (donacije) ali nematerialni obliki (vložek prostovoljcev) in
- socialno: zagotavljajo dopolnilne ali alternativne načine zadovoljevanja potreb uporabnikov.

Zato je pomen NVO za državo težko spregledati. Danes imajo NVO predvsem vlogo, da zapolnjujejo vrzeli v dejavnosti javnih institucij s posebnimi, specializiranimi servisnimi storitvami. In čeprav se oblikovanje partnerskih odnosov, v katerih bi NVO postale enakovreden komplementarni partner javnim servisom, včasih zdi kot razmeroma oddaljen cilj, bi hkrati težko spregledali tudi prve pozitivne premike v tej smeri. NVO so izrednega pomena tudi za mrežo socialno varstvenih programov. V 20 eksperimentalnih in razvojnih programih s področja medgeneracijskih in drugih skupin za samopomoč ter drugih programov, ki v bivalnem okolju skrbijo za zmanjšanje socialne izključenosti starejših je bilo v po naših podatkih v letu 2008 vključenih več kot 7000 prostovoljcev. Na področju socialnega varstva prostovoljno delo pomeni pomembno dopolnitev strokovnemu delu in prispeva k izboljšanju kakovosti storitev in programov, zato smo tudi na Ministrstvu za delo, družino in socialne zadeve zainteresirani, da se zakon o prostovoljstvu čim prej sprejme.

Finančna kriza povzroči tudi povečano delo izvajalskih institucij na področju socialnega varstva, še posebej centrov za socialno delo, ki so morali svoje delovanje prilagoditi povečanemu obsegu storitev, po potrebi zagotoviti večjo prilagodljivost poslovanja glede na potrebe uporabnika in zagotoviti dodatne informacije za uporabnike.

Tisti, ki jih je finančna kriza najbolj težko prizadela, imajo morda občutek, da država za njih naredi premalo. Pa vendar bi bila stopnja revščine brez denarnih socialnih pomoči in ostalih omenjenih ukrepov še bistveno višja. Če v dohodek ne bi šteli družinskih in socialnih prejemkov, bi se stopnja tveganja podvojila, pri starejših osebah pa bi preseгла 30%.

Učinkovita pomoč mora biti hitra, ukrepi pa usklajeni. To mora biti cilj vseh, ki pomagamo posameznikom in družinam pri premagovanju stisk in težav, ki jih je povzročila finančna kriza.

Z IZOBRAŽEVANJEM IN KULTURO V (KRIZNIH ČASIH) GRADITI DOSTOJANSTVO IN DRUŽBENE VEZI

doc. dr. DUŠANA FINDEISEN

Slovenska univerza za tretje življenjsko obdobje, Filozofska fakulteta v Ljubljani

1. Uvod

Vprašanja revnih in vprašanja starejših se v nekaterih pogledih prekrivajo. Namen moje razprave je tako opozoriti na vzroke, zaradi katerih je do krize prišlo, navesti bralca na razmislek o revnih in starejših sredi krize in starajoče se družbe, opozoriti na to, da smo za revščino in njeno reševanje odgovorni vsi in ne le država. Revni in starejši pa imajo, ne le v krizi, potrebo po kulturi in potrebo po izobraževanju, saj na ta način konstruirajo svoje dostojanstvo in krepijo družbene vezi.

2. Potreba po novi družbeni pogodbi sredi krize in starajoče se družbe

V času slovenskega predsedovanja Evropski Uniji je Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve v sodelovanju z organizacijami civilne družbe pripravilo odmevno konferenco na temo novih oblik solidarnosti med rodovi, novih oblik za vzpostavljanje solidarnosti, te starodavne družbene vezi. Solidarnost namreč zagotavlja, da se tisto, kar imamo, preteče k onim, ki tega nimajo. To je lahko marsikaj, to sta lahko tudi znanje in kultura.

Še več, brez solidarnosti se prekinejo vezi med preteklimi rodovi in z onimi, ki šele prihajajo. Vrhu tega ne smemo pozabiti, da so rodovi, da so vse generacije pomembne, kajti zagotavljajo nadaljevanje družbe in zagotavljajo njeno trdnost in povezanost.

Krizni časi- pa naj jih imenujemo kakorkoli: kriza, recesija, kriza finančnega kapitalizma, družbena kriza, itd., pa so predvsem kriza vrednot; človeštvo je zašlo v slepo ulico, kajti dovolili smo, da človek postane podreden pojem, podrejen nadrejeni ekonomiji; da zavlada ekonomski liberalizem, ki temelji na tezi, da naj bi trg, ki je sicer ekonomska institucija, začel regulirati družbo in človeško življenje, trg naj bi celo nadomestil manj učinkovito politično sfero. Zavadala je predstava o družbi kot trgu, značilna za ekonomski liberalizem.

Vrhu tega smo dovolili da izničimo vrednost skupnosti. Tedaj ni nenavadno, da so vse glasnejše zahteve po tim. novi družbeni pogodbi, ki naj bi določila razmerja med nami in državo, ki naj bi vsakomur naložila odgovornost do soljudi in sodelovanje pri vzpostavljanju in delovanju države. Kajti stara družbena pogodba, tako se zdi, ni več dovolj. Trg pa tudi ni več dovolj, da bi lahko na trgu upravljali z družbo.

Zdaj, sredi prerazporejanja bogastva in družbene moči se zdijo mnogi vse bolj odrinjeni na družbeni rob. In tako se večja neenakost, neenakost vseh vrst; med spoloma, med starostnimi skupinami, neenakost po gmotnem položaju, segregiranost v urbanem prostoru, neenakost v udeležbi v kulturi in izobraževanju. Težko je tedaj pričakovati, da se bodo oni na družbenem robu, dobro vključili v družbeni in gospodarski razvoj, kar seveda prizadene vso družbo. Od tod skrb v Evropski Uniji, skrb za izobraževanje "ranljivih skupin" in družbeno trdnost, ki naj bi jo v Evropi, na različne načine, tudi s pomočjo kulture in izobraževanja, dosegli.

Če je vrst neenakosti tako veliko, tedaj ni nenavadno, da na vrata naše države trka tudi njena skrajna posledica: revščina. Če je "absolutna" ali "relativna", ni pomembno. Pomembno je, da se tega pojava zavemo, da vemo, da ga gospodarska rast, za katero si prizadevamo, ne bo odpravila, kajti ta pojav ni posledica enega, marveč vrste dejavnikov.

Če pristanemo na izključenost revnih iz družbe, s tem pristajamo na lahko "rešitev" tega vprašanja- tj. podpiranje revnih, vzdrževanje revnih v odvisnosti. Podobno velja za mlade, starejše in še za mnoge družbene skupine, ki niso sredi glavnega toka družbenega dogajanja. Če pristanemo na to, da te skupine ostajajo izločene na družbenem robu, potem pristajamo na podpiranje teh skupin, na vzdrževanje teh skupin v odvisnosti.

Ekonomisti so napovedali, da bomo zdaj v septembru 2009 v Sloveniji dosegli dno krize in da se bomo iz nje zlagoma pobrali. Bomo tudi v prihodnje prisegali zgolj na gospodarsko rast, rešiteljico vseh težav, ali bomo morda spoznali, da ta ni dovolj, da bo verjetno treba priseči na družbene odnose, njih podpreti?

Vendar nismo le sredi krize, smo tudi sredi starajoče se družbe in drugih prebivalstvenih sprememb in iz krize se ne bo moč izviti z zamrznitvijo pokojnin, z umikom in upadom socialne države. To bi nas pripeljalo v divjo družbo. Nikakor, iz krize se lahko izvijemo le, če družbena razmerja, postavimo na nove temelje.

Pomembno je torej, da o krizi in posledični revščini v starajoči se družbi razmišljamo, jo preprečujemo in odpravljamo, vsi, ne le država. Da si vsi skupaj prizadevamo za to, da se revni vključijo v družbo, da se starejši vključijo v družbo, da znova stkemo razvezane družbene vezi. "če želimo vključiti v družbo čim večje število revnih, ali čim večje število mladih, starejših, je pomembno, da se sleherni župan, sleherni občinski svetnik, sleherni predsednik tega ali onega društva, sleherni socialni delavec, sleherni državni uradnik, sleherni direktor podjetja, zavzame v primeru revnih proti revščini, v primeru mladih in starejših pa zato, da imajo enak dostop do virov kot druge generacije". Iz dolge vrste za to "zadolženih" izobraževalci odraslih nismo izključeni, nasprotno!

3. Poznavanje in razumevanje revnih (starejših)

Na revne ljudi se lepi vrsta slabšalnih stereotipov; da so neizobraženi, da so leni, da imajo raje socialno pomoč, kakor da bi delali. Podobno na one, ki jim je namenjena pokojnina, ali kakšna druga oblika solidarnosti. Za starejše velja, da živijo na račun mlajših generacij (kar 23% Slovencev je izjavilo, da so starejši breme družbi, na kar kaže raziskava Euroflash Barometer, št. 136).

Revni so torej takšni in drugačni. Pa smo se sploh vprašali, kdo so revni? Revni namreč niso zgolj nezaposleni, ali tisti, ki prejemajo socialno pomoč, ali tisti, ki prejemajo nizko pokojnino, ali zgolj tisti, ki so na družbenem robu, ali morebiti tisti, ki so "vzdrževani", kot denimo invalidi in mnogi upokojenci. Revni so danes vsi, ki nimajo dovolj materialnih dobrin, pa tudi, oni, ki nimajo dostopa do kulture in izobraževanja, celo zaposleni! Kupna moč namreč pada in mnogi se mučijo za nizko plačilo, potem pa končajo živčno, telesno, čustveno izčrpani ali pa kot zavedene žrtve bank in nepremičninskih agencij. Končajo kot žrtve nesreč na delu in sodobnih poklicnih bolezni. Revni so lahko oni, ki zaradi preobilice začasnih del ne zmorejo ali tudi ne znajo, kljub vsemu, življenja organizirati okrog dela za nedoločen čas. Ali nimajo dostopa do dela, ker so stari in upokojeni. Revni, vse dlje potujejo na delo, vse slabše stanujejo, vse bolj so kulturno osiromašeni, vse manj so deležni izobraževanja. Njihovim otrokom in vnukom se svet in prihodnost zapirata. Osiromašenje ali (izposojenka se zdi manj grozeča!) pauperizacija, ne prizadene le gmotno stanje revnih, marveč vse njihovo življenje. Je razčlovečenje in je odtujitev človeka.

In vendar imamo vsi pravico da smo koristni, da smo vpleteni v izmenjave, ki potekajo med družbenimi člani, revščina ali blagostanje pa sta hkrati vprašanje vse družbe in sta vprašanje države. Naloga družbe je, da spodbudi in sprejme zakone, ki naj omogočijo novo vrsto družbene pogodbe utemeljene na etiki družbenih odnosov. Gre za to, da se kolektivno zavemo, da naša družba ne funkcionira kot bi morala, da zgolj država blaginje ne more kaj dosti proti "novi revščini". Različne vrste socialne pomoči tako niso dovolj. *Potrebujemo nove oblike solidarnosti.* Gre za to, da poiščemo načine, kako okrepiti trdnost in povezanost družbe.

Kadar je vrednost nekoga na trgu dela nizka, zato, ker je denimo starejši ali bolan, se mu porušijo tudi družbene vezi: manj je stikov z drugimi, kar načne identiteto, večja je osamljenost, obrnjenost vase. Pride do izgube pravice do "javnega življenja, življenja zunaj doma. In tedaj pride v poštev izobraževanje, ki vezi vrača.

Nekateri se znajdejo med revnimi zato, ker se ne morejo podrediti normam in pričakovanjem sodobnega sveta. Tudi njihove družbene vezi se močno zrahljajo. Za takšne posameznike imajo, denimo na Finskem, mrežo centrov, ki jim pomagajo pri vključevanju na trg dela. To niso neke brezdušne ustanove, marveč so tam ekipe strokovnjakov, ki takšnim, iz dela izvrženim ljudem, stojijo ob strani. Revni so tudi mnogi, ki niso znali presoditi, da se zadolžujejo preveč. Ker so nekdanje omejitve glede višine zadolževanja poniknile, so podlegli prepričevanju bank in trgovcev in si naprtili kredite, ki jih ne zmorejo odplačati. Kako se znajti sredi prevelike zadolženosti brez znanja in pomoči svetovalcev? V mnogih evropskih državah se z njimi ukvarjajo ekipe strokovnjakov. Niso na milost in nemilost prepuščeni bančnim izterjevalcem. Revni pa so največkrat tisti, ki so funkcionalno nepismeni; ki ne uporabljajo pisnih virov v vsakdanjem življenju, ki si ne znajo razložiti, kaj se jim dogaja, saj posameznih vprašanj ne znajo umestiti v širši okvir. Tisti, ki ne znajo zagledati povezav med vzrokom in posledico, ki ne znajo dobro sklepati, ki se zaradi premalo znanja ali drugih težav, ne morejo prilagoditi na spremembe, tisti, ki so zaradi sramu in čustvenih težav premalo učljivi. Zato so podrejeni naključjem in muham onih, ki so bolj izobraženi in bolj pisмени kot oni sami, ali onim, ki imajo oblast nad njimi.

4. Potreba po izobraževanju za preprečevanje in izkoreninjenje revščine

Za izobraževanje odraslih in starejših odraslih je značilno, da se odziva na individualne in družbene potrebe, v veliki meri, pa potrebe tudi napoveduje in nas nanje pripravlja. Dovolj je, če se ozremo naokrog, in že zaznamo vrsto problemov, ki jih je moč "prevesti" v izobraževalne programe: potrebujemo izobraževanje starejših delavcev, o tem torej, da je potrebno, da starejši ostanejo dlje- v boljših delovnih okoliščinah in z več izobraževanja- na delovnem mestu; potrebujemo izobraževanje upokojenih za vrnitev na trg dela in za prostovoljno vključevanje v družbeni razvoj, izobraževanje za funkcionalno pismenost starejših, izobraževanje za finančno stabilnost, za vodenje družinskega proračuna, izobraževanje za dejavne potrošnike, izobraževanje za funkcionalne družinske odnose, potrebujemo svetovanje, spremljanje... Še bi lahko naštevali. Potreb je veliko!

Potrebovali bi več programov za krepitev družbenih vezi, ki se revnim, malim, starejšim močno zrahljajo. Izobraževanje odraslih je odnos do prostora in časa. Omogočilo naj bi, da nekdo spozna samega sebe, da dovolj dobro spozna tudi svoje okolje in da si tako naredi tudi dovolj dober načrt, kako se bo iz revščine izkopal ali v primeru starejših o tem, kako se bo v družbo vključil. Pri tem mora biti svoboden in naj svobodno izbira, z veliko vednosti in znanja. Nikogar ne smemo siliti v naše "rešitve". Še več, dostojanstvo si revni lahko gradijo s kulturo, na nas je, da jo naredimo dostopno.

5. Kultura in izobraževanje za gradnjo dostojanstva in družbenih vezi

Namenila sem se spregovoriti o tej temi, ki jo premalokrat omenjamo v povezavi s starejšimi. To pove tudi, da morda tudi kulture in izobraževanja odraslih ne razumemo dobro. Glede kulture, umetnosti in njune vloge družbenega lepila se spomnimo kulturnega ministrotvanja André-ja Malraux-ja. V njegovem času je veljalo, da igra kultura vlogo odrešitelja, kolektivnega odrešitelja; narod obvaruje pred nevarnostjo, narod trdno poveže. Drži ga skupaj.

Kultura in umetnost, kulturna dediščina v retoriki André-ja Malrauxa pomenita nekaj, kar ni dano samo zase, marveč nekaj, kar je treba pridobiti, doseči, usvojiti. Kultura in umetnost ustvarjata skupno občutljivost, izgrajujoč skupnost. Podobno bi lahko dejali za izobraževanje. Kultura in izobraževanje gradita skupno občutljivost za tisto, kar je v neki skupnosti vredno in pomaga skupnost graditi in jo povezati. Kultura in izobraževanje sta napor. Napor, ki se odvija na temelju vrednot, na temelju vrednega.

Malraux-jeve misli so dale podlago za nastanek Ministrstva za kulturne zadeve in že leta 1959 si je Peta Francoska republika zadala nalogo, da bo velike umetniške stvaritve približala vse večjemu številu ljudi (Malraux, 1996, 257). Šlo je torej za demokratizacijo kulture ne glede na siceršnji takratni družbeni model. Francoska država si je tako v šestdesetih letih preteklega stoletja zadala nalogo, da bo iz kulture gradila svojo politiko, da bo na tej podlagi vzdrževala trdno povezanost naroda, da bo usmerjala družbene spremembe, da bo ponudila državljanom možnosti istovetenja s kulturo.

Današnji časi so drugačni a če hočemo, da vsi ljudje, tudi revni, tudi mladi, tudi starejši, in vsi drugi obdržijo in gradijo svoje dostojanstvo, se vključijo v družbo jim morata biti kultura in izobraževanje dostopna. Starejši vsekakor ne bodo v breme družbi, če jim bo družba omogočila in dopustila, da imajo enakovreden dostop do vseh družbenih virov: do dela, zdravja, kulture, izobraževanja, transporta, domovanja, itd.

6. Namesto zaključka

Morda bo nekonvencionalno, a na koncu ne želim podati povzetka glavnih misli te razprave, marveč priklicati besede iz pričevanj slušateljev Univerze za tretje življenjsko obdobje o pomenu kulture in izobraževanja, tokrat zanje in za njihove bližnje. Veliko smo takšnih pričevanj zbrali na Univerzi za tretje življenjsko obdobje v vseh teh letih, jih zapisali v številne raziskovalne naloge, na zgoščenke, filmske trakove. Vsa govorijo o tem, kaj izobraževanje pomeni. Med tistimi izpred četrto stoletja in današnjimi, ni veliko razlike. Vsa pričevanja se nanašajo na človeka, osebnostno rast, zmožnost prejemanja in dajanja drugim. Tako tudi ta zapis, ene prvih študentk, gospe Alvine Logar. Gospa je bila knjižničarka. Želela je študirati primerjalno književnost, a zaradi različnih vzrokov ni šlo. Imela je štiri otroke in čas ji je tekel v skrbi za njih. Želela si je pisati, a časa za to ni bilo, kajti "pisanje ni kruhČ, je zapisala. "V boju za obstanek se je skrhalo prenekatera ambicija. Večina ljudi zastavi svoj čas in moči za redno mesečno plačo, in ko stopimo v pokoj pride v poštev Univerza za tretje življenjsko obdobje. Z njeno ustanovitvijo smo dočakali čas, ko lahko obnovljamo svoja zanimanja. Navdušenje ni nič manjše, kakor v mladosti. Slutimo nove smeri v mišljenju. Žejni smo sporazumevanja. Namesto samote, ki nas čaka v starosti, ko otroci odidejo in se prijatelji poslovijo za zmeraj, nam je dana možnost razgovora. Našli smo teren za stik, za izmenjavo mnenj, za redna srečanja. Neizčrpen vir za novo iskanje pod vodstvom prijaznega mentorja. Našli smo izpolnitev življenja..."

Smo po tem pričevanju še prepričani, da revni in starejši potrebujejo zgolj socialno varnost in zgolj zdravstvene storitve? Smo še prepričani, da sta kultura in izobraževanje za revne in starejše odveč? Smo voljni razumeti, da potrebujemo tudi nekaj družbene politične podpore, ki rodi obilne sadove?

7. Literatura in viri

- Barjonet, A. (1961): *Qu'est-ce que la pauperisation?* Pariz: Editions sociales.
- Caune, J. (1999): *La culture en action. Grenoble: De Vilar à Lang : le sens perdu*, PUF.
- Findeisen, D. *Jezikovna vzgoja starejših odraslih, magistrska naloga*, Ljubljana: FF.
- Findeisen, D. (2008): *Prosti čas starejših*, Ljubljana: KAD.
- Paugam, S. (1995): *Societe francaise et ses pauvres*, Pariz: PUF.
- Zeller, A., J.O. (1988): *Débats parlementaires*, 4. oktober, 1988, str. 652.

LOKALNA INTERDISCIPLINARNA KOORDINACIJA V LOKALNI SKUPNOSTI

ANA OSTRMAN

Zveza društev upokojencev Slovenije

Zveza društev upokojencev Slovenije je leta 2004 začela izvajati projekt "Starejši za višjo kakovost življenja starejših na domu", z namenom, da prostovoljci iz društev upokojencev obiščejo vse starejše v svojem okolju, ki so stari 70 in več let, ne glede na to, ali so člani društva ali ne. Ob prvem obisku prostovoljec skupaj z obiskanim izpolni vprašalnik o tem, kako živi obiskani starejši, s kom živi, ali potrebuje pomoč, da bo še naprej samostojno živel doma, kakšna so njegova pričakovanja od pomoči. Društvo je na osnovi teh informacij poskušalo organizirati pomoč za posameznika s tem, da je o potrebi po pomoči obvestilo pristojno vladno ali nevladno službo oz. je pomoč organiziralo v samem društvu s svojimi prostovoljci. Ob naslednjem obisku je prostovoljec preveril ali je pomoč prišla in ali je uporabnik zadovoljen.

Urejanje posameznih kompliciranih problemov je zahtevalo vključevanje dveh ali več različnih organizacij, kar je oteževalo organiziranje pomoči v društvu. Pokazala se je potreba po usklajevanju organizacije pomoči v določenih primerih. Skozi prakso uresničevanja projekta se je v kratkem času izoblikovala konkretna podoba sodelovanja pri reševanju problemov, koordinacije med različnimi strokami na lokalni ravni. *Tako je predvideno, da bi vsako lokalno okolje, kjer se projekt izvaja, ustanovilo lokalno interdisciplinarno koordinacijo.* Pobudo za ustanovitev le te imajo društva upokojencev, ki ustanovitev lokalne interdisciplinarne koordinacije predlagajo županu svoje občine. Vsako društvo upokojencev, ki se vključi v projekt, poskuša dobiti podporo za izvajanje projekta v svojem lokalnem okolju in v ta namen predstavi županu občine namen in cilje projekta in predlaga, da župan ustanovi lokalno interdisciplinarno koordinacijo. V nekaj več kot petdesetih občinah je tako koordinativno telo ustanovljeno. Intenzivnost in učinkovitost posamezne koordinacije je od občine do občine različna.

Namen ustanovitve lokalne interdisciplinarne koordinacije:

- celostna obravnava posameznih primerov starejših, ko je potrebno povezati različne akterje za uspešno razrešitev problema,
- spremljanje različnih programov za starejše v lokalni skupnosti,
- spremljanje učinkovitosti nudene pomoči,
- spodbujanje in podpora programov sodelovanja med generacijami,
- spodbujanje pluralne ponudbe storitev in programov za starejše, prilagojene njihovim potrebam in pričakovanjem.

Sodelovanje v okviru lokalne interdisciplinarne koordinacije omogoča tudi boljše medsebojno poznavanje nevladnih organizacij in njihovih programov in omogoča, da nevladne organizacije usklajujejo nekatere akcije, ki se dostikrat odvijajo vzporedno, vse usmerjene na isto populacijo in v približno istem času. Tako bi skupaj spoznavali potrebe in probleme starejših in bi lažje prilagajali delovanje posamezne organizacije. Če k temu dodamo še sodelovanje vladnih služb za potrebe starejših na lokalni ravni, lahko zaokrožimo delovanje obojih in na tak način zagotovimo najbolj ustrezno obliko pomoči, ki jo posameznik potrebuje. Ob skupnem preverjanju učinkov akcij in ukrepov udeleženci istočasno preverjajo svojo učinkovitost in zadovoljstvo uporabnikov. Zadovoljitev potreb uporabnikov pa je končni cilj posamezne akcije oziroma dejavnosti.

Lokalno interdisciplinarno koordinacijo sestavljajo:

- predstavnik lokalne skupnosti,
- predstavnik društva upokojencev,
- predstavnik centra za socialno delo,
- predstavnik ZD - patronažne službe,
- predstavnik občinskega ali območnega odbora RK,
- predstavnik Karitas.

Glede na naravo problema, ki ga obravnava lokalna interdisciplinarna koordinacija, se k sodelovanju povabi lahko še druge akterje, na primer dom upokojencev, center za pomoč na domu, druge nevladne organizacije (Hospic, invalidska društva in druge) in druge vladne službe. Pomembno je, da udeleženci spoznajo problem človeka v celoti in dosežejo dogovor o najustreznejši obliki pomoči, ki jo pričakuje uporabnik.

Izkušnje kažejo, da je delovanje interdisciplinarne koordinacije uspešno, če jo vodi predstavnik društva upokojencev. Društvo namreč izvaja projekt "Starejši za višjo kakovost življenja starejših na domu" in ugotavlja probleme starejših in išče rešitve. Lokalno interdisciplinarno koordinacijo skliče, ko je za rešitev problema potrebno sodelovanje več vladnih ali nevladnih organizacij.

Vsebina delovanja lokalne interdisciplinarne koordinacije:

- skupnostna obravnava posameznih primerov,
- spremljanje ustreznosti in učinkovitosti ukrepov in pomoči,
- spremljanje položaja starejših v lokalni skupnosti,
- predstavitev problematike in položaja starejših občinskemu svetu,
- sodelovanje pri pripravi strategij in ukrepov na lokalni ravni pri urejanju položaja starejšega prebivalstva,
- spodbujanje in sodelovanje pri organiziranju posvetov in javnih razprav o položaju starejših v lokalnem okolju, o njihovih potrebah,
- spodbujanje novih programov, dnevnih centrov in svetovalnic za starejše,
- spodbujanje povezovanja med generacijami,
- promocija prostovoljstva v lokalni skupnosti,
- krepitev nevladnega sektorja kot partnerja lokalnim oblastem pri urejanju zadev za starejše,
- predstavljanje potreb in problemov starejših v javnosti in s tem razbijanje stereotipov o staranju in starejših ljudeh.

Ob podaljševanju pričakovane življenjske dobe je vsako leto več starejših ljudi v poznih letih starosti, ko potrebujejo določene oblike pomoči na domu, da lahko ostanejo še naprej na svojem domu. Velika večina starejših ljudi namreč ne želi zapustiti svojega doma, ko se postara. Z organizacijo ustrezne pomoči na domu jim je mogoče zagotoviti še vedno kvalitetno življenje na domu. Prav v tej smeri deluje projekt "Starejši za višjo kakovost življenja starejših na domu" in preko lokalne interdisciplinarne koordinacije se v lokalnem okolju povezujejo vladne in nevladne organizacije, ki urejajo probleme in vprašanja starejših ljudi.

Mnogi programi v lokalni skupnosti pa kažejo, da se tudi starejši sami znajo organizirati in nuditi pomoči svojim vrstnikom, da le ti lahko kvalitetno živijo doma. Zato je toliko bolj pomembno sodelovanje vladnih in zlasti nevladnih organizacij, da razporedijo sredstva in kadre, predvsem prostovoljce, da lahko sledijo potrebam starejših po pomoči. Načrtna in vodena izmenjava informacij in podatkov na enem mestu omogoča ustrezno ukrepanje in kar je zelo pomembno, omogoča ustrezno načrtovanje politike in ukrepov lokalnih oblasti in nevladnih organizacij. Tako sodelovanje vladnih in nevladnih organizacij vodi k odnosom, ki so vse bolj partnerski, kar je eden od ciljev Strategije o varstvu starih od 2007 do leta 2010.

Dobro medsebojno poznavanje organizacij, vladnih in nevladnih služb v lokalnem okolju, odpravlja nezaupanje v izvajanje programov in načine trošenja sredstev za programe, kar je zelo pomembno pri zagotavljanju sredstev za programe nevladnih organizacij in pogoje za pridobivanje teh sredstev. Vse to pa seveda pripomore k nastajanju različnih programov, torej prihaja do pluralnosti na področju zadovoljevanja potreb starejših, kar pomeni novo, višjo kvaliteto za življenje starejših. Ustrezno zadovoljevanje potreb starejših v končni fazi pomeni tudi razbremenitev njihovih svojcev, to je srednje generacije, da se ti lahko posvečajo svoji poklicni in družinski karieri. Pomeni pa tudi zmanjšanje pritiska na institucionalne oblike varstva in pomoči starejšim, ki so praviloma dražje in težje dostopne.

S širjenjem informacij v javnosti o staranju, o potrebah v starosti in možnih načinih zadovoljevanja teh potreb v lokalni skupnosti, nastaja med generacijami vedenje o staranju, o situaciji starejših v lokalni skupnosti in s tem počasi popušča prepričanje, da so starejši ljudje neobvladljivo breme, tajajo se predsodki o starih in starosti in vse generacije pridobijo na kakovosti skupnega bivanja.

Lokalno interdisciplinarno koordinacijo ustanovi župan. To je pomembno, saj je lokalna interdisciplinarna koordinacija tako postala osrednji organ v lokalni skupnosti za usklajevanje in reševanje posameznih zahtevnih primerov starejših občanov, hkrati pa tudi mesto dogovarjanja za akcije, ukrepe in politiko na področju urejanja zadev starejših občanov. Za ustanovitev delovnega telesa ali drugega organa se župan posvetuje na občinskem svetu. Za razpravo na občinskem svetu društvo upokojencev pripravi analizo podatkov iz obiskov pri starejših od 70 let, o ugotovljenem stanju med njimi, o problemih in potrebah in predlogih za možne rešitve in oblike pomoči. Tako se občinski svetniki in širša javnost seznanijo s stanjem varstva in oskrbe starejših, z njihovimi potrebami in pričakovanji in možnostmi za ukrepanje.

Organ, ki ga ustanovi župan, ima določeno avtoriteto in pomembnost v okolju, kar je za vsebino delovanja koordinacije vsekakor zelo potrebno. *Lokalna interdisciplinarna koordinacija je torej organ, od katerega lokalna skupnost pričakuje reševanje vprašanj starejših*, njene predloge in pobude za aktivnosti lokalne skupnosti.

Lokalna interdisciplinarna koordinacija je eden najboljših načinov, da se v lokalnem okolju:

- spoznajo izvajalci programov in storitev za starejše iz vladnega in nevladnega sektorja in najdejo načine sodelovanja pri reševanju problemov posameznih starejših in starejših kot skupine;
- da načrtno spremljajo stanje na področju ukrepov in politike za starejše in da skupno predstavljajo problematiko starejših, kot jo zaznavajo ob svojem delu;
- vzpostavijo sodelovanja s strokovno službo občine, ki jim lahko nudi podporo pri programih, pripravi različnih gradiv in drugo.

Lokalno interdisciplinarno koordinacijo naj imenuje župan na osnovi sklepa občinskega sveta. Svetniki bodo ob razpravi spoznali namen ustanovitve Lokalne interdisciplinarne koordinacije, se seznanili s potrebami starejše generacije v njihovi občini. Take razprave povečajo senzibilnost v javnosti za obravnavano problematiko, kar je zelo pomembno za delovanje Lokalne interdisciplinarne koordinacije in nevladnih organizacij v občini, ki so v glavnem v celoti odvisne od finančne pomoči občine za svoje delovanje. V Lokalno interdisciplinarno koordinacijo bo župan imenoval tudi predstavnika občinske strokovne službe, kar je pomembno za nadaljnje delo, saj bo ta lahko pomagal pri pridobivanju različnih podatkov in pripravi gradiv, za katera se bodo dogovorili člani Lokalne interdisciplinarne koordinacije.

Lokalna interdisciplinarna koordinacija bo:

- enkrat letno pripravila skupno poročilo o problematiki, nudenju pomoči, predlogih za ukrepe in sploh o stanju na področju uresničevanja pravic in zadovoljevanja potreb starejših v občini in ga predstavila na občinskem svetu,
- spremljala položaj starejših, učinke ukrepov in programov za starejše, podpirala programe in vzpodbujala nove programe, storitve in servisne dejavnosti za starejše,

- spodbujala programe sodelovanja med generacijami,
- sodelovala z občinskimi in drugimi službami pri pripravi programov in strategij na področju varstva starejših kot enakopraven partner,
- svoje ugotovitve, pobude in predloge posredovala tudi javnosti in na tak način pomagala razbijati stereotipe in predsodke o staranju in starejših.

Lokalno interdisciplinarno koordinacijo sestavljajo predvsem: predstavnik lokalne skupnosti, centra za socialno delo, društva upokojencev, RK in Karitas ter patronažne službe zdravstvenega doma. Glede na določen problem pa se k sodelovanju lahko povabi tudi predstavnike drugih ustreznih vladnih ali nevladnih organizacij. Pomembno je, da se uredi problem oziroma, da pride do zadovoljitve potreb uporabnikov.

LOKALNA INTERDISCIPLINARNA KOORDINACIJA - POTREBA ALI FIKCIJA?

JANJA ROMIH

sekretarka, Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve

Ko sem pred dobrim letom poslušala predstavitev Lokalne interdisciplinarne koordinacije za potrebe starejših, se mi je ideja zdela zanimiva. Ali je tudi uresničljiva in kakšni so lahko njeni učinki pa sem, preden jo lahko kot model dobre prakse priporočim s strani ministrstva tudi drugim, želela preizkusiti v praksi tudi sama.

Pobudnice za ustanovitev Lokalne interdisciplinarne koordinacije (v nadaljevanju: lokalne koordinacije) za potrebe starejših v Mestni občini Celje smo bile svetnice Mestnega sveta Mestne občine Celje, ki smo na okrogli mizi o problematiki starejših v občini županu predlagale njeno ustanovitev. Župan je predlog sprejel, ustanovil Lokalno interdisciplinarno koordinacijo za potrebe starejših in ji v okviru občinskih strokovnih služb zagotovil tudi ustrezno strokovno podporo.

Iz svojih izkušenj sem prepričana, da so poti za ustanovitev omenjenih lokalnih koordinacij lahko različne, kot tudi institucije v okviru katerih lahko delujejo (občine, društva upokojencev, centri za socialno delo...), vendar pa morata biti zagotovljena osnovna pogoja za ustanovitev, in sicer: prepoznana potreba v lokalni skupnosti ter podpora lokalne skupnosti in njenih strokovnih služb.

Vsaka lokalna skupnost na območju katere je lokalna koordinacija ustanovljena si po svoje definira njene naloge. V nadaljevanju, zgolj kot primer in mogoče komu v pomoč, navajam naloge, ki smo si jih zapisali v Mestni občini Celje:

- usklajevati aktivnosti lokalne skupnosti, stroke in civilne družbe pri načrtovanju in izvajanju politike občine, ki se nanaša na starejše,
- spremljati izvajanje socialnovarstvenih storitev in programov za starejše v občini,
- vzpodbujati medgeneracijsko sodelovanje in sožitje med mlado, srednjo in starejšo generacijo,
- vzpodbujati prostovoljstvo,
- spremljati izvajanje Strategije varstva starejših do leta 2010 in
- koordinirati pripravo lokalne strategije.

Možne aktivnosti Lokalne interdisciplinarne koordinacije za potrebe starejših:

- vzpostavitev mreže sodelovanja vseh izvajalcev storitev in programov za starejše v občini,
- ocena stanja in možni ukrepi izvajalcev,
- priprava protokola sodelovanja,
- priprava promocijskega materiala o ponudbi programov in storitev za starejše v občini,
- vzpostavitev informativne točke ,
- vzpostavitev varne točke,
- priprava poročila o izvajanju storitev in programov za starejše v občini,
- priprava lokalne strategije za naslednje obdobje,
- priprava informacij, izobraževanj, okroglih miz (za občanke in občane),
- priprava delovnih srečanj z izvajalci storitev in programov,
- pomoč društvom upokojencev pri razširitvi programa "starejši za starejše",
- pomoč društvom upokojencev pri ustvarjanju pogojev za delovanje društev,
- razvoj medgeneracijskega središča,
- vzpodbujanje prostovoljstva,
- medijska podpora aktivnostim Lokalne interdisciplinarne koordinacije in vzpodbujanju medgeneracijskega sodelovanja in sožitja.

Med prvimi pomembnejšimi rezultati ustanovitve Lokalne interdisciplinarne koordinacije za potrebe starejših v Mestni občini Celje so:

- srečanje vseh izvajalcev storitev in programov za starejše z namenom, da se medsebojno spoznajo, okrepijo sodelovanje in še izboljšajo ponudbo storitev in programov v občini Celje;
- na centru za socialno delo je direktorica okrepila ekipo strokovnih delavcev, ki delajo na področju obravnave starejših uporabnikov, skupaj s predstavniki društev upokojencev pa se že pripravljajo za pripravo podrobnejših protokolov o sodelovanju;
- pravkar poteka priprava poročila o celotni ponudbi storitev in programov za starejše v občini Celje, ki jo bo obravnaval Mestni svet in bo služilo kot osnova za pripravo Strategije na omenjenem področju;
- v sodelovanju s Pokrajinsko zvezo društev upokojencev (projekt je sofinanciran iz občinskih sredstev) pripravljamo zgibanko, na kateri bodo starejši lahko našli informacije v zvezi s ponudbo storitev in programov za starejše in številne koristne kontakte.

Člani Lokalne interdisciplinarne koordinacije za potrebe starejših v Mestni občini Celje so predstavniki pomembnejših institucij, ki v okviru svoje dejavnosti obravnavajo tudi starejše uporabnike in predstavniki Zveze društev upokojencev. Od ustanovitve smo imeli šest sej, ki so namenjene informiranju o novostih v občini in v državi, seznanjanju z dobrimi praksami doma in po svetu, dogovorimo za nadaljnjih aktivnostih, občasno pa na sejo povabimo tudi kakšnega gosta.

Če odgovorim na vprašanje, ki je v naslovu te okrogle mize, potem lahko že danes z gotovostjo zatrdim, da *obstaja potreba po ustanavljanju Lokalnih interdisciplinarnih koordinacij za potrebe starejših v lokalnih skupnostih*. O tem ali so uresničile namen ustanovitve in naša pričakovanja, pa bo lažje oceniti čez leto dni, ko bomo imeli v zvezi z njihovim delovanjem že nekaj več izkušenj.

POGREZANJE V REVŠČINO IN MOLČEČNOST

mag. JANEŽ PEZELJ

generalni sekretar Rdečega križa Slovenije

POVZETEK

Trdim, da bi bila slovenska družba brez vseh nas, ki se že deveto leto srečujemo na Festivalu za tretje življenjsko obdobje, bistveno revnejša, kot je. Ideje, predlogi, kritike in rešitve nastajajo v hiši, ki se imenuje po pisatelju s pretanjenim odnosom do soljudi in ostrim jezikom do mačehovstva države. Naj ne zvezni prebahavo - na nek način, v zelo zelo majhnem segmentu, nadaljujemo delo Ivana Cankarja! Smo med tistimi, ki bodo v slovensko javnost znova poslali jasno sporočilo, da je trenutna kriza tudi skrajno resno opozorilo o stranpoteh in prevarah našega bivanja in razvoja. Novodobna slovenska družba je vse bolj krivična, je družba vse večjih socialnih neenakosti. V okviru zakonov si peščica prilašča premoženja sodržavljanov, ki so ga ustvarjali v desetletjih poštenega dela. In to tudi pred očmi nevladnih organizacij. Festivali, kot je današnji, so enkratni in na srečo ponovljivi. So zgled povezovanja in navsezadnje inkubator novih idej in praks sinergične solidarnosti in tesnejšega skupnostnega povezovanja. Enostavno terjajo, kot zahteva tudi naslov naše delovne skupine: sodelovanje nevladnih organizacij za učinkovitejšo pomoč v dobi recesije. In dodajam - sodelovanje tudi takrat, ko bodo nastopili boljši časi, saj družbe blaginje naša in še kakšne druge generacije ne bomo doživeli. Pri tem pa bo imel pomembno vlogo pred dvema letoma ustanovljen Nacionalni forum humanitarnih organizacij Slovenije, ki dosega prve uspehe.

Na Rdečem križu Slovenije smo veseli, da lahko znova tvorno prisostvujemo na Festivalu za tretje življenjsko obdobje, ki je v minulih letih družbi še kako učinkovito nastavljal zrcalo resnice, jo opozarjal na številne nepravilnosti in predlagal konkretne rešitve. Kako smo bili pri tem uspešni? Ocene so različne, v realnem življenju pa ugotavljamo, da je od besed do dejanj predolga pot. A dovoljujem si trditev, da bi bila slovenska družba brez vseh nas, ki se že deveto leto srečujemo, bistveno revnejša. Ideje, predloge, kritike in rešitve nastajajo v hiši, ki se imenuje po pisatelju s pretanjenim odnosom do soljudi in ostrim jezikom do mačehovstva države. Naj ne zvezni prebahavo - na nek način nadaljujemo delo Ivana Cankarja! Smo med tistimi, ki bodo v slovensko javnost znova poslali jasno sporočilo: "Trenutna kriza je skrajno resno opozorilo o stranpoteh in prevarah slovenskega razvoja! Novodobna slovenska družba je krivična in družba vse večjih socialnih neenakosti, zakonodaja pa peščici državljanov omogoča, da si prilašča premoženja sodržavljanov, ki so ga ustvarjali v desetletjih poštenega dela."

Torej, znova smo se zbrali z vseh vetrov, da bi in da bomo nakazali nove poti kakovostnejšega sodelovanja nevladnih organizacij za učinkovitejšo pomoč in večje solidarnosti. V Rdečem križu ugotavljamo, da štiri krize skupaj - govorim o finančni, gospodarski, socialni in krizi vrednot - niso povzročile krize solidarnosti. Nasprotno, solidarnost, to vrednoto vrednot, so okrepile. Ob tem ne smem mimo vloge predsednika Republike Slovenije. Ko je bilo potrebno, nas je sprejel in sodeloval. Ne samo s protokolarnimi obljubami. Ocenjujem, da je RKS tudi zato v letošnjih devetih mesecih za pomoč soljudem do danes zbral 718.836,54 EUR. Govorim o našem "Upanju", ko smo šli v humanitarno akcijo v času najhujše krize in "Zaupanju" državljanek in državljanov v največjo humanitarno organizacijo na Slovenskem. Upanje se je izpolnilo, zaupanje potrdilo. Hvala tudi vsem nevladnim organizacijam, ki so letos podpirale delovanje RKS. In kar se tiče slovenske vlade: John Rewls je izrekel znamenito misel: "Sleherno vlado bi morali presojsati po tem, v kolikšni meri je sposobna izboljšati življenje šibkih in revnih!"

Spoštovani, današnja družba se vse bolj sooča z novimi izzivi. Ugotavljamo tudi, da sama sebe prehitveva, saj se srečujemo s spremenjenimi vlogami družin, vedno starejšo populacijo in vedno tanjšimi proračuni. V vse bolj odtujeni, hitri in individualizirani družbi se kopičijo serije težav, za nekatere tudi nepremostljivih ovir, ki ljudi časovno, fizično in finančno izčrpavajo. To trditev lahko zagovarja tudi zbor, zbran v Cankarjevem domu.

V mednarodni organizaciji Rdečega križa in v Rdečem križu Slovenije se pri svojem vsakdanjem delu, zelo razvejanem delovanju, posvečamo najbolj ranljivim in najbolj ogroženim slojem družbe in jim z razvejano mrežo 56-tih območnih združenj ter s pomočjo 930 krajevnih organizacij RKS lajšamo življenje. Pri tem se vse bolj povezujemo s sorodnimi organizacijami, saj ugotavljamo, da je v naših vrstah nekakšen presekok slovenske družbe: od upokojenih, mladih, članic drugih nevladnih organizacij. Verjamem, da se tudi v Karitasu sem in tja razveselijo dobrodelnežev, ki pridejo iz vrst RKS. Navsezadnje smo v istem čolnu, tisti, ki prejema pomoč, pa tudi ne sprašuje po članski izkaznici. Skratka, brez tesnega sodelovanja krajevnih organizacij in predanih prostovoljcev bi bilo v tej državi veliko težje. Navsezadnje ne gre le za to, da s humanitarno akcijo vzpostavimo čim učinkovitejšo pot do človeka v stiski in da je ta zanj v primerni obliki, pač pa velikokrat s prostovoljnimi delom krpamo tiste vrzeli v družbi, ki so bile včasih v domeni močne skupnosti, ko smo si med seboj še znali pomagati. Dandanašnji je tako, da v mestnih blokih sosed ne pozna soseda. Zanj zve ob njegovi smrti in se čudi, da s tem človekom skoraj nikoli ni spregovoril besede. In zato smo organizacije, ki danes delujemo na področju humanitarnosti in v javnem interesu na področjih socialnega in zdravstvenega varstva, še kako pomembne. Smo mnogoštevilne in raznolike - a še vedno manj raznolike in mnogoštevilne, kot je stisk in potreb današnjega časa. Enotijo nas človekoljubni cilji. Prav vsak izmed nas, naših sodelavcev ali prostovoljcev, želi po svojih najboljših močeh pomagati nemočnim posameznikom in ranljivim skupinam. Vem, da se zavedate, da se je kriza, ki pustoši po gospodarstvu in rešeta borzne tečaje, začela zajedati tudi tja, česar se verjetno vsi najbolj bojimo - v vsakdanje življenje malih ljudi. Po zadnjih podatkih je v Sloveniji že več kot 15 odstotkov več brezposelnih kot v istem obdobju lanskega leta. Ljudje ostajajo na cesti brez vsega in vse več jih pomoč išče tudi na humanitarnih organizacijah. Ne prosijo le za hrano in obleko, tudi za plačevanje položnic, saj si drugače ne znajo več pomagati.

Kdo pravzaprav prihaja po pomoč? To so v glavnem enočlanske družine, največkrat enoroditeljske družine, starejše osebe, upokojenci. Na terenu imamo mrežo aktivistov, ki vedo, kdo in kolikokrat kaj dobi. Med tistimi, ki potrkaajo na naša vrata, pa je manj mladih - ti se znajdejo drugače, je pa veliko ovdovelih ter v zadnjem času zlasti brezposelnih. Opažamo vedno več družbenega razslojevanja in revščine, še posebej med brezposelnimi in neaktivnimi osebami. Nizki prihodki ali izostanek prihodkov žene vse več ljudi na prag revščine, številne tudi čezenj. V Sloveniji se večja število ljudi, ki zaradi dolgotrajne stiske tudi psihično zbolijo, več je skrajnih oblik brezdomstva. Socialna prikrajšanost ne tepta le osebnega dostojanstva revnih, temveč kritično vpliva tudi na zdravstveno ogroženost in druge psihosocialne težave odraslih in odraščajočih otrok. *Vendar - revščina ni greh, revščina je dejansko stanje, ki se ga moramo zavedati in koordinirano ukrepati v krizi, ki nas obdaja.*

A tudi dobrodelneži smo, če to lahko poudarim, v težavah. Ne morem mimo zmanjševanja državnih proračunskih sredstev za nevladne in humanitarne organizacije, in ne mimo dejstva, da se koncept blaginje prestavlja z države na civilno družbo. Naj omenim le nedomišljeno podeljevanje koncesij v zdravstvu, ki peha v stisko in neenakopraven položaj ravno najbolj ranljive skupine prebivalstva, na velike napore za ohranjanje ustreznega števila krvodajalcev, s katerimi lahko pokrivamo potrebe po krvi. Naše humanitarne akcije niso zastoj, zato sem v enem svojih nastopov v Državnem svetu RS glasno opozoril na davek na človekoljubje. Gre za davek na dodano vrednost. Ministrstvo za finance tudi danes pozivam, da naj nas država, ne samo v teh zaostrenih gospodarskih razmerah, oprosti plačila davka na dodano vrednost pri nakupu prehranskih paketov. Da bo jasneje: s humanitarno akcijo zberemo denar, v skladu z zakonodajo povabimo veletrgovce, naj med seboj tekmujejo in znižajo cene, naredimo analizo, podpisemo pogodbe, opravimo nakup in nato zaradi vsega dobrega dela plačamo še davek. Davek na človekoljubje. Da te kap! Lani smo ga plačali okoli 185.000 evrov. Dejstvo je, da je RKS humanitarna organizacija, ki deluje v javnem interesu in že s tega vidika sem prepričan, da bi nam država morala prisluhniti. Če bi nas odrešila plačevanja tega davka, bi lahko za socialno ogrožene družine lahko kupili najmanj 13.000 paketov hrane več. Za državo nepomembna številka, za mnoge slovenske družine velika in nepogrešljiva pomoč. Čeravno začasna. In še nekaj - za uporabo stavbnega zemljišča na Debelem rtiču mora RKS plačati letno 98.986,80 EUR. Denar, s katerimi bi lahko v desetih letih postavili "velik" zametek miniaturnega sodobnega naselja za najmlajše in za starejše. Saj veste, da smo lani z akcijo "Peljimo jih na morje" zbrali 256.448,29 EUR in na morje odpeljali 847 otrok in 165 socialno ogroženih,

bolnih in invalidnih oseb. Tudi med starejšimi je bilo veliko takih, ki so se, v 21. stoletju, prvič srečali z morjem.

In ko smo že pri številkah: Rdeči križ Slovenije ima kar nekaj humanitarnih akcij. Lansko leto smo na letovanje poslali 1.070 socialno ogroženih otrok s pomočjo sredstev FIHO in TUŠ. Organizirali smo akcijo zbiranja sredstev "Peljimo jih na morje". Kot organizatorji zdravstvenih letovanj smo s pomočjo sredstev, pridobljenih na razpisu ZZZS, v MZL RKS Debeli rtič peljali 1.422 otrok (18 OZ RK) ter 1.428 otrok v MPD Frankopan Punat (9 OZ RK). Zaradi recesije in vedno večjega števila socialno ogroženih družin (RKS pomaga več kot 130.000 posameznikom in družinam z različnimi prehranskimi izdelki), RKS namenja posebno pozornost izvajanju programov namenjenih otrokom, saj se revščina v svoji preobleki kaže in izraža ravno na njih. Prav zaradi tega je RKS tudi v tem letu organiziral akcijo zbiranja sredstev za letovanje otrok. Do danes smo zbrali več kot 154.565,28 EUR, akcija še poteka. Z akcijo Lepo je deliti smo dosegli rekord - do danes smo zbrali 564.271,26 EUR. Uspel nam je dobrodelni koncert in očitno smo zbrali dodanih 100.000 EUR. Naša upanja dokazujejo, da nam državljani zaupajo! Tako kot preteklo leto smo tudi letos uspeli pridobiti donatorska sredstva za letovanje 500 socialno ogroženih otrok od podjetja TUŠ, s pomočjo sredstev FIHO pa smo popeljali na morje v MZL RKS Debeli rtič 593 otrok. V Mladinskem zdravilišču in letovišču se srečujemo z velikim upadom napotenih otrok na zdraviliško zdravljenje. Pojavljajo se nam mnoga vprašanja in ugibanja, čemu je tako. Pred desetimi leti je bilo k nam napotenih 1.360 otrok, letos do oktobra samo 621. Zanesljivo se razmere niso popravile za grozovitih 54,34 odstotkov. Prej obratno. Ta država za tajkune in odpravnine lepo poskrbi, za lastno bolno mladež bistveno manj.

In še nekaj podatkov, vezanih na aktivnosti RKS v času poostrenih gospodarskih razmer: socialno ogroženim posameznikom in družinam smo do septembra 2009 razdelili 1.264 ton hrane, ki smo jo dobili iz Ukrepa dobave hrane iz intervencijskih zalog najbolj ogroženih v Skupnosti (in imeli veliko dodatnih stroškov s prevozi, skladiščenji in brez pomoči prostovoljcev ne bi uspeli razdeliti vse hrane), 15.000 prehranskih paketov in pralnega praška iz sredstev FIHO, 42.250 prehranskih paketov iz sredstev Vlade RS. Prav sedaj poteka razdeljevanje dodatnih 15.000 prehranskih paketov in pralnega praška iz sredstev FIHO ter razdeljevanje materialne pomoči v vrednosti 100.000 EUR, ki smo jo prejeli od donatorja (Poslovni sistem Mercator). Zaključujemo prvo akcijo pomoči učencem in dijakom ob novem šolskem letu. V akciji smo učencem in dijakom pomagali pri nakupu šolskih potrebščin tudi z delom sredstev, zbranih v Tednu RK. To je teden, ko morate kupiti dodatno znamkico in se morda jezite na RKS, ne zavedajoč, da od vsake dodatne znamkice, ki jo pošta proda, naši organizaciji ostane samo 80 odstotkov. 20 odstotkov pobere pošta. Letos smo v tem tednu zbrali več kot 192.000 EUR, za program pomoči osnovnošolcem in dijakom pa smo namenili kar 77.000 EUR (ostala sredstva smo porabili za načrtovane nakupe hrane in higienskih potrebščin). Ta uspeh smo dosegli ob številnih majhnih jezicah na RKS, saj mnogi, ki morajo kupiti znamko, ne vedo, kako veliko z majhno znamkico prispevajo. Zelo veliko. Zato vas že sedaj vabim - ko boste tudi letošnjega novembra znova na pošti, brez negodovanja kupite znamko in darujte tistih 0,12 centa. Tako ali tako nam od tega ostane 20% manj, ves izkupiček pa gre za dobrodelnost in za otroke. Za naše otroke. Tu gre pohvaliti tudi naša območna združenja Rdečega križa, ki za socialno ogrožene dodatno nakupijo za 160.000 EUR zvezkov, knjig in drugih šolskih potrebščin. Vsak otrok se skromnega darila razveseli. Podatek, da bo letos RK S s pomočjo državljanov in državljanek za šolo prispeval kar 237.000 EUR, pa govori o pomembnosti naše največje humanitarne organizacije.

Kaj nas še čaka? Napovedi krize so si nasprotujoče. Verjamem, da bo še naprej hudo in po izkušnjah mojih sodelavcev na Rdečem križu se bo število prosilcev do konca leta povečalo tja do 20 odstotkov. V mesecu oktobru bomo zato nadaljevali z razdeljevanjem dodatnih 1.230 ton hrane iz Ukrepa dobave hrane iz intervencijskih zalog najbolj ogroženih v Skupnosti, do konca leta bomo pripravili dodatnih 37.000 paketov, ki jih bomo kupili s pomočjo sredstev vseslovenske akcije "Lepo je deliti", na Debelem rtiču bomo gostili otroke in starostnike iz socialno ogroženih skupin iz akcije Peljimo jih na morje. Predvsem pa se zavedamo naše pomembne naloge, pri kateri nam lahko pomagata - krepitev solidarnosti med mlajšimi in starejšimi. Današnje družine se zaradi pomanjkanja časa soočajo z resnimi ovirami

pri ohranjanju dobrih odnosov s starejšimi družinskimi člani ter pri zagotavljanju ustrezne skrbi zanje. Ključna naloga delovanja Rdečega Križa in vseh nas v tej socialni agendi, pa ni le pritisk na politične, finančne, upravljalvske in administrativne mehanizme za doseganje kakovostnega življenja ranljivih, njihovo večjo socialno vključenost in več medgeneracijskega sožitja, pač pa predvsem oblikovanje takih poti skupnostnega medgeneracijskega prostovoljstva in osebne solidarnosti, pri katerih bo pomoč tako rekoč mogoča že čez cesto ali kar v istem hodniku.

Rad poudarim, da so takšni festivali, kot je današnji, enkratni in na srečo ponovljivi. Enkratni zato, ker prinašajo konkretne rešitve, ponovljivi, ker bomo imeli drugo leto že desetega. So zgled povezovanja in navsezadnje inkubator novih idej in praks sinergične solidarnosti in tesnejšega skupnostnega povezovanja. Enostavno terjajo, kot zahteva tudi naslov naše delovne skupine: sodelovanje nevladnih organizacij za učinkovitejšo pomoč v dobi recesije. In dodajam - tesno, domišljeno sodelovanje nevladnikov tudi takrat, ko bodo nastopili boljši časi, saj družbe blaginje naša in še kakšne druge generacije ne bomo doživeli. Sem član Upravnega odbora pred dvema letoma ustanovljenega Nacionalnega foruma humanitarnih organizacij Slovenije. Dobro smo zastavili, a še vse prevečkrat se srečujemo s prislovično ozkostjo, nezaupanjem. A dosegli smo prve uspehe in začelo se je sodelovanje tam, kjer se je včasih zdelo nemogoče. Po naravi nisem črnogled, a bojim se pogrežanja v revščino in otopelost, skrbi me pomanjkanje zaupanja v državo, ki ne šteje niti 20 let. Verjamem pa v našo srčnost in predanost delu, ki ga opravljamo.

SODELOVANJE NEVLADNIH ORGANIZACIJ V ČASU RECESIJE

MAJDA HROVAT

Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije

Vsako življenjsko obdobje je lahko lepo, če si ga znamo osmisliti in ga živeti v polnosti. Prostovoljstvo v Zvezi društev za socialno gerontologijo Slovenije odgovarja na nematerialne potrebe ljudi. Zveza društev za socialno gerontologijo Slovenije je humanitarna, prostovoljska organizacija, ki ustvarja pogoje in možnosti za kakovostno življenje starih ljudi in medgeneracijsko sožitje. Temeljni program Zveze društev je program Skupine starih ljudi za samopomoč (v nadaljevanju program).

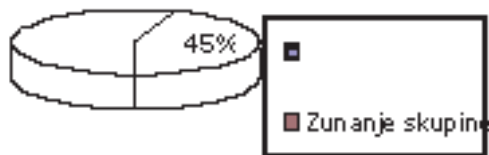
S pomočjo 804 prostovoljcev - voditeljev skupin se v 505 skupinah starih ljudi za samopomoč vsak teden srečuje preko 5023 oseb, starih nad 65 let, ki jim skupine predstavljajo moč medgeneracijske solidarnosti in vključenost v socialno mrežo.

V letu 2009 je Zveza društev izvedla obsežno evalvacijo programa v 100 naključno izbranih skupinah po Sloveniji (15 skupin ni odgovorilo na vprašanja zaradi različnih razlogov). V evalvaciji je tako sodelovalo 672 uporabnikov v 85-ih skupin iz 33 različnih društev in organizacij. Z Evalvacijo je Zveza društev preverila upravičenost programa, zastavljene cilje in uresničevanje strokovnih izhodišč v praksi.

Tabela 1. Vzorec populacije glede na obliko skupine

Oblika skupine	Število skupin	Delež (%)
Domska	47	55,29
Zunanja	38	44,71
Skupaj	85	100,00

Grafikon 1: Vzorec populacije glede na obliko skupine



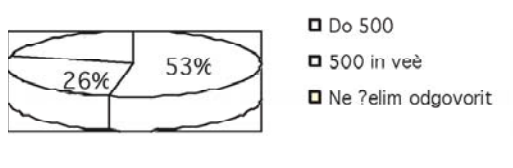
Vzorec populacije v raziskavi, glede na vrsto skupine predstavlja 55,29 % delež domskih skupin in 44,71 % delež zunanjih skupin (skupine se srečujejo v domačem okolju).

Evalvacija je pokazala da ima kar 53,15% uporabnikov pokojnine nižje od 500 EUR.

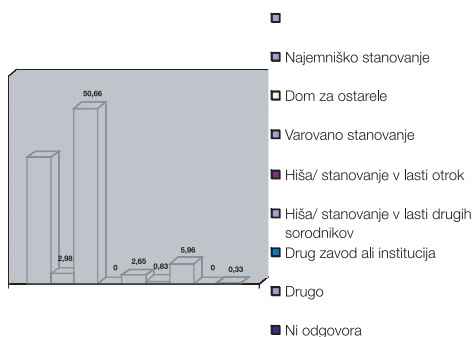
Tabela 2. Osebni mesečni prihodek uporabnikov vključenih v raziskavo

Osebni mesečni prihodek (v EUR)	Vsi uporabniki	Delež (%)
Do 500	321	53,15
500 in več	158	26,16
Ne želim odgovoriti	125	20,69
Skupaj	604	100

Grafikon 2: Osebni mesečni prihodek uporabnikov vključenih v raziskavo



Grafikon 3. Stanovanjske razmere uporabnikov



Več kot polovica (50,66 %) jih živi v domu za stare, 36,59 % jih živi v lastni hiši

Grafikon 4. Osebni stiki med uporabniki in njihovimi sorodniki

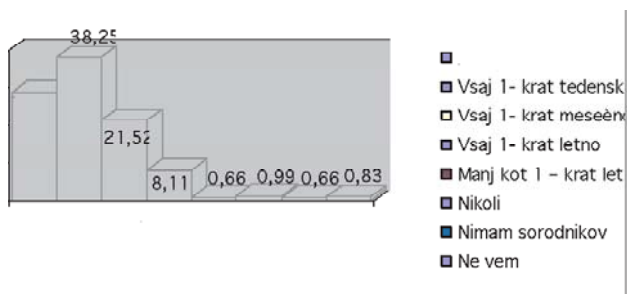
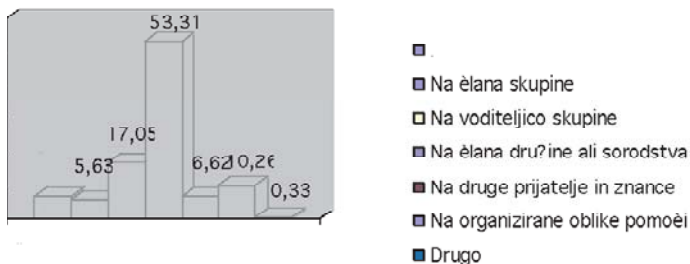


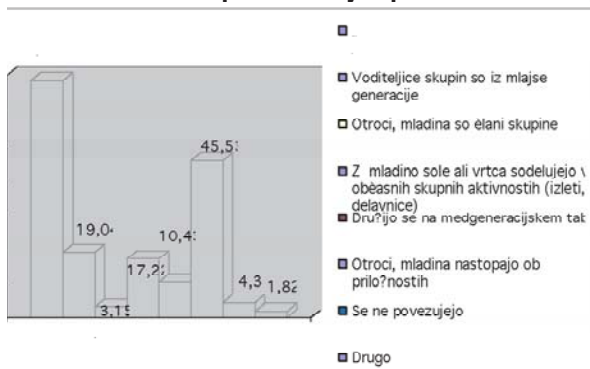
Tabela 3. Včlanjenost uporabnikov v druga društva /organizacije

Društvo / organizacija (več možnih odgovorov)	Vsi uporabniki (604)	Delež (%)
Ni odgovora	330	54,64
Društvo upokojencev	188	31,13
Društvo invalidov	42	6,95
Zveza borcev	34	5,63
Rdeči križ	19	3,15
Društvo diabetikov	17	2,81

Grafikon 5. Oseba, na katero se uporabnik obrne v težavah



Grafikon 6. Načini povezovanja uporabnikov z mlajšo generacijo



Evalvacija je pokazala, da imajo naši uporabniki slabo materialno stanje, saj se jih več kot polovica preživlja z dohodki, ki znašajo mesečno manj kot 500 EUR. Od uporabnikov ne moremo pričakovati, da bi lahko z njihovimi dohodki prispevali finančno k programu.

Zaradi neprimerne zakonodaje so društva preobremenjena z birokratizacijo in vedno večjimi zahtevami vodenja različnih evidenc in poročil, zaradi česar pa primanjkuje časa za neposredno delo s prostovoljci in uporabniki. To velja na sploh za strokovne delavce na področju socialnega varstva. Zaradi tega prihaja do odtujenosti stroke v odnosu do uporabnikov.

Pomembno bi bilo, da bi se vzpostavile vsebinske mreže po principu določene ciljne skupine ljudi. To pomeni, da bi se vzpostavila mreža sodelovanja vseh tistih organizacij (tako vladnih kot nevladnih), ki izvajajo različne programe in storitve za stare ljudi. Namen mrežnega sodelovanja bi bilo učinkovito in racionalno zagotavljanje potreb starega človeka.

Možni koraki za doseg namena:

- prepoznavnost poslanstev in programov, ki jih organizacije izvajajo,
- prepoznavanje potreb starih ljudi,
- izmenjava izkušenj med organizacijami,
- medsebojna podpora med organizacijami,
- dogovor o sodelovanju med organizacijami.

Sodelovanje nevladnih organizacij naj bi temeljilo na vzajemnosti in solidarnosti v dobrobit posameznikom in skupinam ljudi, pri čemer ni prisotne tekmovalnosti, ki je pogosto ovira za medsebojno sodelovanje v današnji družbi.

SOŽITJE MED GENERACIJAMI KOT GA RAZUMEMO V SOCIALNEM DELU

dr. JANA MALI

Fakulteta za socialno delo

POVZETEK

Ko dandanes javno spregovorimo o starosti, beseda pogosto nanese na demografske spremembe. Demografske spremembe, ki jih nekateri poimenujejo tudi demografski preplah, so v javnosti pogosto prikazane kot grožnja mlajšemu prebivalstvu, pa čeprav je daljšanje življenjske dobe kvečjemu dosežek naše civilizacije, saj v zgodovini človeštva tega pojava še nismo doživeli. Spremembe razmerij med starim in mladim prebivalstvom, so po mnenju nekaterih tragične, pa čeprav so možnost za krepitev medgeneracijskega sožitja in solidarnosti. V socialnem delu znamo razbrati možnosti in priložnosti za pozitivno vrednotenje starosti in vidimo izziv za medgeneracijsko povezovanje. Eden od ključnih dejavnikov je krepitev medgeneracijskega sožitja, ki lahko potek na več ravneh. Prvič, na mikro ravni, ko govorimo o medgeneracijskem sožitju v družinah in socialnih omrežjih. V socialnem delu nas zanima, kako vzpostaviti in okrepiti sožitje med generacijami na ravni posameznika, znotraj družine, kje so viri za preseganje pomanjkljive medsebojne solidarnosti. Drugič, na mezzo ravni, ki vključuje sožitje v skupnosti in tretjič na makro ravni, ko govorimo o sožitju celotne družbe, kar po eni strani narekuje povezanost ukrepov države s prvima dvema ravnema, po drugi strani pa državi odpira samostojen in legitimen prostor, da sprejme politiko za spodbujanje medgeneracijskega sožitja. Socialno delo posega na vse tri omenjene ravni s svojim specifičnim znanjem in vedenjem o medgeneracijskem sodelovanju. V prispevku predstavim nekatere primere dobre prakse, ki jih na Fakulteti za socialno delo uspešno izvajamo z inštitucijami in njihovimi uporabniki na področju socialnega varstva.

Ključne besede: generacije, sožitje, socialno varstvo, socialno delo

1. Uvod

Naglo staranje prebivalstva in sočasno upadanje deleža mladega prebivalstva v sodobnem zahodnem svetu odpirata številne spremembe v (do) sedaj dokaj stabilnih ureditvah. Slovenija je tako kot večina držav Evropske unije, že desetletje vpeta v spremembe tako imenovane dolgožive družbe. Demografski podatki Evropske unije in tudi Slovenije kažejo, da se število prebivalstva, starejšega od 65 let, povečuje. Slovenija ima danes 16,4% oseb starejših od 65 let, hitro pa narašča tudi delež najstarejših starejših, to je skupina starejših od 80 let. Konec leta 1995, ko je v Sloveniji živelo 249.046 ljudi, starih 65 in več, je njihov delež v celotnem prebivalstvu znašal 12,5 %. Leta 2008 so toliko stari med nami pomenili že skoraj petino prebivalstva, po projekcijah Europop2008 pa naj bi se njihov delež do leta 2060 povzpел na 35 % (Vertot 2008, 16).

Vzporedno s podaljševanjem življenja, napredkom medicine, zmanjševanjem deleža aktivnega prebivalstva in večanjem deleža od pomoči odvisnih oseb, smo priča spremembam v družinskih razmerah in medgeneracijskih odnosih. Ko dandanes javno spregovorimo o starosti, beseda pogosto nanese na demografske spremembe. Naraščanje deleža starejših ljudi med prebivalstvom posameznih držav sveta je posledica specifičnega pojava moderne družbe, to je demografskega prehoda z visokih na nizke stopnje rodnosti in smrtnosti. "Po predvidevanjih bo do leta 2050 prvič v zgodovini število starejših v svetu preseglo število mladih. Vsaka deseta oseba je danes že stara 60 let ali starejša; do leta 2050 bo po napovedih OZN toliko star vsak peti človek, do leta 2150 pa vsak tretji." (Vertot 2008, 10) Podatki za Slovenijo kažejo povečevanje števila starejših oseb. Po drugi strani pa močno upada delež mladih ljudi, saj je bil ob zadnjem popisu leta 2002 delež mladih (0-14 let) komaj še višji od deleža oseb starejših od 65 let, napovedi za prihodnost pa ne gredo v prid povečevanju deleža mladih ljudi.

Demografske spremembe, ki jih nekateri poimenujejo tudi demografski preplah, so v javnosti pogosto prikazane kot grožnja mlajšemu prebivalstvu, pa čeprav je daljšanje življenjskega dobe kvečjemu dosežek naše civilizacije, saj v zgodovini človeštva tega pojava še nismo doživeli. Pa vendar. To je dejansko eden od največjih dosežkov človeštva. Ljudje živimo dlje, naša doba življenja se podaljšuje in prav na ta dosežek bi morali biti posebej ponosni. A kaj, ko temu ni vedno tako. Večkrat slišimo, da je staranje prebivalstva problem, ki prežema vse sfere sodobnega človeštva in terja od držav, ustrezne rešitve.

Situacija je skoraj nerazumljiva, nekoliko kaotična, pa vendar globalno prisotna. Pogosto identificiran problem staranja prebivalstva dobi novo podobo ob upoštevanju dejstva, da se istočasno z naraščanjem deleža starega prebivalstva, zmanjšuje delež rodnosti. Ob pojavu hitrega naraščanja deleža ljudi starejših od 65 let, zasledimo hitro zmanjševanje deleža mladih ljudi do 15. leta starosti. *Težišče današnje situacije ni zgolj v staranju prebivalstva, kvečjemu v porušenem ravnovesju deleža med mladim in starim prebivalstvom ter nevzdržnosti obstoječih sistemov skrbi in zagotavljanja socialne varnosti ljudi, ki na tem ravnovesju temelji.* Zato bi o samem fenomenu staranju prebivalstva bilo potrebno zavzeti enotno stališče, o njem razpravljati kot o pozitivnem procesu in iz njega črpati vire za skupno sožitje ljudi.

2. Pogled na medgeneracijsko sožitje v novem tisočletju

Način življenja v sodobni družbi, ki povečuje produktivnost, storilnost in lov za zaslužkom, zmanjšuje pomen medsebojnih odnosov med vsemi tremi generacijami. Mladi ljudje, ljudje srednje generacije in stari ljudje se le redko skupaj družijo pri delu, razvedrilo in drugih oblikah skupnega sodelovanja. Hiter razvoj znanosti in znanja na vseh področjih, odriva izkušnje in modrost starih ljudi in s tem posredno zmanjšuje veljavo in položaj starosti. Po drugi strani pa tudi niso vzpostavljeni sistemi za medsebojno komunikacijo vseh treh generacij. Mladi ljudje pogosto niti nimajo možnosti za vzpostavitev komunikacije s starimi ljudmi, kadar pa ta možnost obstaja, med njimi komunikacija ne steče. Kljub mogočnemu napredku znanosti in tehnologije, človek še vedno ostaja socialno bitje. Potrebuje stike in druženje z drugimi ljudmi, prenašanje znanja in modrosti med generacijami (Mali 2009, 245).

Socialna opora, ki jo star človek lahko dobi v socialnih omrežjih, pozitivno vpliva na njegovo funkcioniranje in psihično počutje (Mali, Nagode 2009, 218). Ublažuje napetosti zaradi stresa in uravnava posameznikovo zdravje. Toda danes je življenje v družini podvrženo številnim spremembam, naštevamo le nekatere:

- Število otrok v družini je manjše, zato se starši hitreje soočajo s sindromom "praznega gnezda". Stopnja rodnosti v zadnjih štirih letih pri nas sicer narašča, a Slovenija se z vrednostjo 1,38 otroka na žensko v rodni dobi, tako kot večina drugih evropskih držav, še vedno sooča s t. i. zoženo reprodukcijo. Slovenija sodi med države z eno najnižjih stopenj rodnosti v Evropi (Vertot 2008, 42).
- Zakonske razveze so vse pogostejše. Vse več je individualnih gospodinjstev in enostarševskih družin. Ob popisu prebivalstva leta 2002 je med osebami v starosti nad 65 let, živelo 25,3 % samih (enočlanska gospodinjstva), in sicer 11,4 % moških in 33,5 % žensk. Deleži žensk, ki živijo same, so v starostnih skupinah po 70. letu starosti vedno višji od 33 %, najvišji v starostni skupini 80-84 let (41,8 %), medtem ko toliko starih moških živi samih le 15,3 % (op. cit., 47).
- S podaljšanjem življenjske dobe se podaljšuje čas, ki ga stari ljudje preživijo s partnerjem ali v individualnih gospodinjstvih. Do starosti 65 let je večina moških in žensk, še poročenih. Pri osebah v starosti nad 65 let, posebej pa pri osebah v starosti nad 80 let, je pri moških, še bolj pa pri ženskah, delež ovdovelih opazno večji od poročenih ali samskih (op. cit., 45).
- Idealizirane in romantične podobe sivolasih babic v gugalniku ni več. V povprečju so babice še zaposlene, aktivne in si težko vzamejo čas za varovanje vnukov. Povprečna, dejanska upokojitvena starost za prejemanje starostne pokojnine je bila v letu 2007 za ženske 57 let in 7 mesecev (op. cit., 50). Število upokojenk, starih 50-54 let in 55-59 let, pa se je zaradi z zakonom določenega podaljševanja delovne dobe v obdobju 2000-2007 zmanjševalo, večalo pa v višjih starostnih razredih.
- Strmo se dviguje delež najstarejših starih ljudi. Po napovedih naj bi se med leti 2005 in 2050 število starih nad 80 let v Sloveniji dvignilo iz 3% na 10,6%. Močno bo torej naraslo število ljudi, ki praviloma

potrebujejo intenzivno skrb in nego, kar je mogoče adekvatno zagotavljati le v sodelovanju z družino in državnimi institucijami.

S povečanjem deleža starejšega prebivalstva smo postali pozorni na pojave, ki spremljajo starost, staranje in stare ljudi. Na prehodu iz 19. v 20. stoletje je bilo glavno "socialno vprašanje" industrijskih držav reševanje položaja delavskega razreda. Na prehodu iz 20. v 21. stoletje urejanje položaja delavcev ni bila več glavna politična in družbena tema. Nadomestilo jo je vprašanje vzpostavljanja medgeneracijskega sožitja in medgeneracijske solidarnosti. Pri tem Slovenija ni izjema. V razmerah globalne krize, ki smo jim priča zadnje leto, pa bi lahko dejali, da je teža vprašanja medgeneracijskega sožitja in delavskega razreda dokaj enakovredno zastopana, kar odpira nove možnosti za spodbujanje medgeneracijskega sodelovanja. Celo več, usmerja nas v razmislek o smiselnosti delitve življenja na kronološka obdobja, saj se mladost pomika v srednja leta, srednja leta v starost, kaj je starost, kdaj se začne in kako, pa je izredno individualno pogojeno. Seveda takšno razmišljanje postavlja pod vprašaj tudi delitev generacij, kakršno smo poznali do sedaj in s tem povezano pojmovanje medgeneracijskega sožitja.

V slovarju slovenskega knjižnega jezika so generacije definirane kot skupine ljudi, približno iste starosti, ki živijo v istem času in imajo podobne interese ali nazore. Opredelitev je precej fleksibilna in odpira prostor za razpravo o spremembah v do sedaj prevladujočem pojmovanju generacij. V strokovni literaturi obstaja več opredelitev in delitev življenjskih obdobj na katera se veže opredelitev generacij.

Kristančič (2005) navaja potek življenja v tretjinkah in na podlagi petstopenjske dobe življenja. Življenje v tretjinkah je razdeljeno na 3 obdobja, in sicer prvo obdobje (od rojstva do 30 let), drugo obdobje (od 31 do 65 let) in tretje obdobje (od 66 do 96 let in več). V vsakem od treh obdobj najdemo izzive in možnosti, priložnosti in prednosti. Izraz tretje življenjsko obdobje pa uporabljamo pogosto kot sinonim za starost, da bi se izognili negativnemu prizvoku, ki zaznamuje pojem starosti v sodobni družbi.

Petstopenjska delitev življenja poudarja individualne razlike ter odseva dolgoživost posameznikov in posameznic (op. cit.: 27):

- 1. življenjska doba (od rojstva do 30 let),
- 2. Življenjska doba (od 30 do 65 let),
- 3. življenjska doba (od 65 do 80 let),
- 4. življenjska doba (od 80 do 100 let),
- 5. življenjska doba (od 100 let in več).

V takšni delitvi tudi lažje prepoznamo dejavnike, ki zaznamujejo posamezne generacije, denimo: zgodovinski dogodki, družinska razmerja, pričakovanja družbe, komunikacijski vzorci, uporaba tehnologije, delovno življenje, kulturne značilnosti. Glede na tovrstne značilnosti lahko govorimo tudi o naslednjih generacijah:

- o Tiha generacija (rojeni pred drugo svetovno vojno, z izkušnjo prve in druge svetovne vojne, razvoja industrijske družbe),
- o "ČBaby boom" generacija (rojeni od 1946 do 1964, začetniki individualizma),
- o X generacija (rojeni od 1960 do 1980, zaznamovani s procesi globalizacije in informacijske revolucije),
- o Y generacija (rojeni od 1980 do 1995, prva generacija novega tisočletja)
- o Z generacija (rojeni od 1996 - 2011, druga generacija novega tisočletja)

Vendar pa slednja delitev preveč umetno ustvarja razlike med generacijami, ne poudarja prednosti, priložnosti in izzivov, ki so središčne v življenjskih tretjinkah, zaradi česar ustvarja pogoje za generacijski prepad, ki je v razmerah demografskega staranja prebivalstva že prepogosto zaznamovana značilnost sodobne družbe.

Z navajanjem generacijskih razlik ne nameravam zmanjševati pomena medgeneracijskemu sožitju, ki temelji na generacijski delitvi družbe. Želim odpreti prostor za razmislek, o situaciji v kateri se nahajamo, ko ni več pomembno kdo pripada kateri od generacij in koliko je kronološko star. Pomembno je raziskati in prakticirati načine za skupno preživetje in sožitje. To lahko poimenujemo medgeneracijsko sožitje, lahko drugače. Poudarek je na sožitju, na naših dejanjih in ravnanju usmerjenem v iskanje in udejanjanje poti za skupno, kvalitetno in smiselno preživetje. Medgeneracijsko sožitje je temelj družbe, saj sta od njega odvisna tako njen obstoj kot tudi njen razvoj.

3. Socialno delo in medgeneracijsko sožitje

Spremembe razmerij med starim in mladim prebivalstvom, so po mnenju nekaterih tragične, pa čeprav so možnost za krepitev medgeneracijskega sožitja in solidarnosti. V socialnem delu znamo razbrati možnosti in priložnosti za pozitivno vrednotenje starosti in vidimo izzive za medgeneracijsko povezovanje. *Eden od ključnih pristopov na področju socialnega dela s starimi ljudmi je krepitev medgeneracijskega sožitja*, ki lahko potek na več ravneh.

Prvič, na mikro ravni, ko govorimo o medgeneracijskem sožitju v družinah in socialnih omrežjih. V socialnem delu nas zanima, kako vzpostaviti in okrepiti sožitje med generacijami na ravni posameznika, znotraj družine, kje so viri za preseganje pomanjkljive medsebojne solidarnosti. Poslanstvo socialnega dela s starimi ljudmi temelji na povečevanju zmožnosti in sposobnosti starih ljudi za soočanje s težavami in reševanje problemov (Mali 2008). Pri tem upoštevamo nekatera načela, denimo mobilizacija moči in sposobnosti starih ljudi, maksimalno funkcioniranje, zagotavljanje okolja, ki človeka ne bo omejevalo, etičnost, spoštovanje etničnih razlik, sistemska perspektiva, postavljanje ustreznih ciljev (Burack-Weiss, Brennan 1991). Načela poudarjajo specifičnost socialnega dela s starimi ljudmi, saj temeljijo na holističnem razumevanju človeka in njegovih potreb, s poudarkom na uveljavljanju uporabnika kot partnerja v procesu pomoči, da bi bila v ospredju njegova pravica do izbire različnih vrst pomoči, njegova aktivna vloga pri iskanju rešitev in soustvarjanju odgovorov ob pomoči strokovnjaka, socialnega delavca. Po Koskinenu (1997) pomaga socialni delavec starim ljudem tako, da skupaj z njimi poveča njihove zmožnosti in sposobnosti za soočanje s težavami in reševanje problemov. Pri tem se socialni delavci soočajo z različnimi situacijami: ranljivostjo starih ljudi, demenco, zelo starimi ljudmi, osamljenostjo, družinami v stiski, medgeneracijskimi odnosi, različno narodnostjo starih ljudi, starimi osebami s posebnimi potrebami, slepimi starimi ljudmi, alkoholizmom pri starih ljudeh, starimi ljudmi, ki živijo sami, stresom v starosti, samomorilnostjo med starimi ljudmi, nasiljem, homoseksualnostjo, poledicami holokavsta in drugo problematiko.

Drugič, na mezzo ravni, ki vključuje sožitje v skupnosti. Dejstvo je, da je naše življenje nujno vezano na skupnost, a vprašanje je, kako lahko znotraj skupnosti okrepimo medgeneracijsko povezanost, kakšna je vloga organizacij v skupnosti pri tem in kako aktivirati vlogo lokalne skupnosti. Socialni delavec pomaga staremu človeku in njegovi družini pridobiti pomoč različnih služb, ki obstajajo v danem okolju. Socialni delavec je pri tem v vlogi koordinatorja storitev. Na podlagi poznavanja potreb starih ljudi socialni delavec prispeva k razvijanju različnih služb in storitev ter k njihovem medsebojnemu povezovanju (Mali 2008, 65).

Tretjič, na makro ravni govorimo o sožitju celotne družbe, kar po eni strani narekuje povezanost ukrepov države s prvima dvema ravnema, po drugi strani pa državi odpira samostojen in legitimen prostor, da sprejme politiko za spodbujanje medgeneracijskega sožitja. Naloga socialnih delavcev je prispevati k transformaciji odnosa politike do starih ljudi tako na lokalni kot na nacionalni ravni (Koskinen 1997, 11). Socialni delavci si prizadevajo odpraviti diskriminatorski odnos do starih ljudi (za diskriminacijo starih ljudi pogosto zasledimo angleški izraz [ageism], pri nas se še uveljavlja prevod starizem) in stare ljudi okrepiti za pridobivanje njihovih socialnih, ekonomskih in političnih pravic (Mali 2008, 65).

Socialno delo posega na vse tri omenjene ravni s svojim specifičnim znanjem in vedenjem o medgeneracijskem sodelovanju. Ko govorimo o socialnem delu s starimi ljudmi, lahko zatrdimo, da

socialni delavci najpogosteje uresničujejo svoje poslanstvo v službah na področju socialnega varstva in tam soustvarjajo rešitve s posamezniki, družinami, družbenimi skupinami, v skupnosti in v razmerju do države. Nemogoče je delati socialno delo zgolj na eni ravni. Vsaka sprememba, ki jo s pomočjo strokovnjaka, socialnega delavca, posameznik udejanji sam, se odraža na ostalih dveh ravneh. Odraža pa se tudi v odnosu do ostalih strok in strokovnjakov, ki delajo s starimi ljudmi, pri čemer v socialnem delu stremimo k sodelovanju in partnerstvu s predstavniki teh strok, saj lahko le skupaj delujemo v dobrobit starega človeka in v smeri medgeneracijskega povezovanja.

Socialni delavci se ne glede na področje svojega dela srečujejo s predstavniki vseh generacij, oziroma starostnih skupin. Na področju socialnega dela s starimi ljudmi zasedajo pomembno mesto v različnih oblikah skrbi za stare ljudi. Slednje so v Sloveniji dobro razvite, imamo številne storitve in programe za starejše, ki potrebujejo pomoč pri vsakodnevnih dejavnostih in opravilih. Oblikovali smo mrežo storitev in programov socialnega varstva za stare ljudi. Izvajalci omenjenih storitev so predstavniki srednje generacije, mlajša generacija pa se v mrežo vključuje z različnimi oblikami prostovoljnega dela. Oblike pomoči in skrbi za stare ljudi so v tem pogledu najmočnejše medgeneracijsko sodelovanje in sožitje kar smo ga v naši družbi poznali doslej. Zato je toliko bolj pomembno, da ga prepoznavamo in na njem gradimo naše strokovno delo.

4. Primeri medgeneracijskega sožitja v socialnem delu

V nadaljevanju predstavljam primere dobrih praks medgeneracijskega sožitja, ki ga spodbujamo že v času izobraževanja za socialno delo. Študenti Fakultete za socialno delo ob podpori mentorjev na fakulteti in učni bazi, kjer opravljajo prostovoljno delo, že vrsto let razvijajo prakso s starimi ljudmi in pridobivajo pomembne izkušnje na področju medgeneracijskega sožitja. Projekti študentskega dela potekajo kot: prostovoljno delo s stanovalci domov za stare, prostovoljno delo z osebami z demenco v dnevnem varstvu, izmenjavanje izkušenj medgeneracijskega sožitja v okviru mednarodnega sodelovanja študentov socialnega dela in načrtovanje projektov, kakršen je bil v zadnjem letu projekt zbiranja življenjskih zgodb stanovalcev domov za stare. Iz teh primerov dobre prakse izhajajo, da je uspešno medgeneracijsko sodelovanje možno zgolj ob upoštevanju vseh potreb udeleženih.

Na Fakulteti za socialno delo že vrsto let organiziramo prostovoljno delo s starejšimi. Zanimanje med študenti za prostovoljno delo s starimi ljudmi iz leta v leto narašča, kar je spodbudno za krepitev medgeneracijskega sožitja, pa tudi za socialno delo s starimi ljudmi. Študentje 1. in 2. letnika študija za socialno delo kot prostovoljci obiskujejo starejše v njihovem domačem okolju, v domovih za stare ali dnevnih centrih. Poleg družabništva, druženja in pogovorov, medgeneracijsko sožitje popestrijo z izmenjavanjem življenjskih izkušenj in modrosti, različnih načinov preživljanja prostega časa, branjem knjig, revij, spremljanja pri nakupih ipd. Prostovoljno delo študentov poteka lahko kot individualno druženje s starim človekom, lahko kot skupinska oblika dela s stanovalci doma ali uporabniki dnevnega centra, nekateri študenti pa uspešno kombinirajo obe vrsti družabništva. Za uspešno prostovoljno delo je ključnega pomena dobro sodelovanje med študentom in starejšo osebo. Pri tem študentu nudita oporo mentor na učni bazi, kjer prostovoljno delo praktično organizirajo, in mentor na fakulteti, zadolžen za spremljanje tovrstnega področja prakse. Med vsemi akterji prostovoljnega dela je pomembno medsebojno sodelovanje, usklajevanje in postavljanje ciljev. Le tako so učinki prostovoljnega dela vidni, dobri za vse udeležene, še posebej za starega človeka, ki se je za tovrstno obliko pomoči prostovoljno odločil.

V okviru mednarodnega projekta ILAC (Interactive Learning and Caring in Community) smo na Fakulteti za socialno delo razvili modul Potrebe oseb z demenco, v katerem smo pripravili program usposabljanja prostovoljcev za delo z osebami z demenco. Izobraževalni modul in, v nadaljevanju, prostovoljno delo študentk temeljita na krepitvi moči oseb z demenco, izboljšanju komunikacije in odnosov med osebami z demenco in njihovimi svojci ter preseganju stereotipne predstave, da je demenca zgolj bolezen nazadovanja. Cilji prostovoljnega dela z osebami z demenco so: zagotavljanje varnosti, spodbujanje in ohranjanje posameznikovih sposobnosti za samostojno skrb, krepitev socialnih stikov, iskanje

smisla v trenutni življenjski situaciji. Za doseganje teh ciljev prostovoljke v stiku z osebami z demenco opravljajo naslednje konkretne naloge: vzpostavljajo stik z osebo z demenco, prilagajajo način in oblike komunikacije osebam z demenco, krepijo moč ljudem z demenco, zavzemajo individualiziran pristop in prakticirajo metodo individualnega načrtovanja in udejanjanja ciljev. Prostovoljke Fakultete za socialno delo so v študijskem letu 2008/2009 naloge konkretizirale v Dnevnem centru za starejše DSO Ljubljana - Šiška. S prostovoljnim delom niso zgolj zadostile obveznostim praktičnega študija na Fakulteti za socialno delo, temveč so pokazale, da je glavno vodilo prostovoljnega dela, medgeneracijsko druženje, s katerim so obogatile svoje življenje in življenje ljudem z demenco.

Intenzivni seminar evropske mreže šol za socialno delo, na področju socialnega dela s starimi ljudmi, "The European Network on Elderly Policy and Social Work with Elderly in a World of Demographical Changes", smo v letu 2009 organizirali na Fakulteti za socialno delo. Osrednjo temo seminarja smo poimenovali Odstiranje življenja v Domu starejših občanov Preddvor. Seminarja se je udeležilo 29 udeležencev, učiteljev in študentov iz 5 fakultet, članic mreže naslednjih držav: Danske, Finske, Francije, Nemčije in Slovenije. Posebnost letošnjega seminarja je bila v tem, da je učenje potekalo skupaj s stanovanca doma, si čimer nismo zadostili le konceptu aktivnega vključevanja starejših v izobraževanje za socialno delo, temveč smo spodbudili in okrepili tudi medgeneracijsko povezovanje in sožitje, ki je še posebej pomembno v času demografskih sprememb. S skupnim 10 dnevnim druženjem smo presegli številne stereotipne predstave mlajše generacije do starejše kot tudi obratno, starejše generacije do mlajše. Posebnost je bilo tokrat tudi okolje, v katerem smo seminar izvajali, saj smo vstopili v institucionalni svet skrbi za starejše in spoznavali njegove prednosti in šibkosti. Primerjali smo značilnosti institucionalnega varstva v Sloveniji in ostalih evropskih državah, članicah mreže, in raziskovali možnosti za razvijanje oblik dolgotrajne oskrbe.

Življenjska pot vsakega posameznika je edinstvena, svojevrstna, drugačna, zanimiva, skrivnostna, razburljiva, neustavljiva, nepopravljiva in ima neprecenljivo vrednost. Tega sta se zavedala tudi študenta Nina Žitek in Matjaž Tomažič, ki sta v ta namen pripravila projekt Nova zgodba v stari zgodbi življenja. Rezultat projekta je knjižica, sestavljena iz raznoterih zgodb starih ljudi, ki bivajo v domovih za stare. Knjižica je polna življenjskih zgodb, s posebno vrednostjo. Krasijo jo bogate življenjske zgodbe ljudi, polne izkušenj in modrosti, zato bi knjižico lahko poimenovali tudi zakladnica modrosti. Njeni avtorji so ljudje s svojevrstno izkušnjo življenjske poti, zato je še toliko bolj pomembno, da so dobili priložnost svojo življenjsko zgodbo ubesediti, izpovedati, in da je zgodba dočkala tudi natisnjeno obliko. Zgodbe so tiste, ki nas povezujejo, združujejo in dajejo našemu bivanju človeško podobo. Zgodbe so edinstvena človeška dejavnost, lahko bi dejali, da so temelj človeškega obstoja. Pripovedovanje zgodb pa je medgeneracijsko izročilo, bistveno za ohranjanje in krepitev povezanosti med generacijami.

5. Zaključek

V socialnem delu s starimi ljudmi si prizadevamo za ustvarjanje pogojev, v katerih lahko spremenimo prevladujoče negativistično razmišljanje o starosti in staranju. O staranju ne moremo več govoriti kot o posebnem življenjskem obdobju, ki je nenavadno in izrazito negativno, nesmiselno in neproduktivno. *Staranje je del našega življenja, brez katerega ostajata mladost in izkušnje srednjih let nepopolni in zaključeni obdobji življenja.* Očitno čas, v katerem živimo, zahteva od nas postanek in premislek, da razumevanje starosti rekonstruiramo in na novo definiramo. Prehodi med posameznimi obdobji življenja so v sodobni družbi zabrisani. Način življenja, ki je v preteklosti označeval posamezno starostno skupino, posamezno generacijo, danes ni več starostno pogojen. Življenje sodobnega človeka poteka ciklično, ne linearno. Naše življenje ne poteka več po strogo začrtanem sosledju dogodkov. Dogodki v našem življenju se prepletajo, porajajo in dogajajo v kronološko različnih obdobjih, nepredvidljivo in nenačrtovano. Prav cikličnost življenja je tista, ki omogoča povezovanje med ljudmi različnih starostnih skupin, prenašanje izkušenj med generacijami in ustvarja medgeneracijsko sožitje. Cikličnost življenja ne pomeni, da postajajo specifične značilnosti generacij zabrisane, da jih ni in da ne narekujejo naše pozornosti. Prej narobe. Če bomo znali pogledati na medgeneracijska razmerja drugače kot doslej, predvsem z upoštevanjem zmožnosti in sposobnosti

starih ljudi, bomo ustvarili pogoje za medsebojno sožitje, ki ga potrebujemo za nadaljnji razvoj družbe. Primeri in dobra praksa kažejo, da je sožitje možno in mogoče, zanj pa potrebujejo vse generacije ustrezno znanje za ravnanje, ustrezne spodbude in priložnosti.

6. Literatura

- Burack-Weiss, A., Brennan, F. C. (1991). *Social Work with the Elderly*. New York: The Haworth Press.
- Koskinen, S. (1997). *Aging and Social Work: The Development of Gerontological Social Work*. V: Stropnik, N. (ur.), *Social and Economic Aspects of Ageing Societies: European Inter-University Consortium for International Social Development - European Branch*. Ljubljana: Institute for Economic Research (1-16).
- Kristančič, A. (2005). *Nova podoba staranja - siva revolucija*. Ljubljana: Združenje svetovalnih delavcev Slovenije.
- Mali, J. (2008). *Od hiralnic do domov za stare ljudi*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo.
- Mali, J. (2009). *Medgeneracijska solidarnost v obstoječih oblikah skrbi za stare ljudi*. V: Tašner, V. (ur.), Lesar, I. (ur.), Antič, M. G. (ur.), Hlebec, V. (ur.), Pušnik, M. (ur.), *Brez spopada: kultur, spolov, generacij*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta (243-256).
- Mali, J., Nagode, M. (2009). *Medgeneracijsko sožitje kot temelj sodobne socialne politike v Sloveniji*. V: Tašner, V. (ur.), Lesar, I. (ur.), Antič, M. G. (ur.), Hlebec, V. (ur.), Pušnik, M. (ur.), *Brez spopada: kultur, spolov, generacij*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta (215-228).
- Vertot, N. (2008). *Prebivalstvo Slovenije se stara - potrebno je medgeneracijsko sožitje*. Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije.
- Slovar slovenskega knjižnega jezika, http://bos.zrc-sazu.si/cgi/a03.exe?name=sskj_testa&expression=generacija&hs=1 (30.9.2009)

NOVA ZGODBA V STARI ZGODBI ŽIVLJENJA

NINA ŽITEK

Fakulteta za socialno delo

POVZETEK

Projekt Nova zgodba v stari zgodbi življenja je potekal od junija do septembra 2009. V projektu Je sodelovalo 30 domov za stare. V vsakem od teh domov sem skupaj z Matjažem Tomažičem intervjuvala 3 stanovalce. Projekt je služil zbiranju zgodb s terapevtskim namenom. Te zgodbe so zgodbe stanovalcev, ki bivajo v institucionalnem varstvu in služijo v svetovalnem procesu. Prav tako so zgodbe namenjene tudi potencialnim stanovalcem domov za stare in njihovim svojcem. V članku opisujem potek projekta in se dotaknem tudi pomena zgodb s terapevtskim namenom v svetovalnem procesu.

1. Ideja, ki je začrtala prvi korak projekta

Z Matjažem Tomažičem sva se udeležila intenzivnega mednarodnega seminarja Demogene, ki je v aprilu 2009 potekal v Sloveniji v domu za stare Preddvor. Takrat sva razmišljala, kako bi povezala socialno delo s starimi in epistemologijo oz. koncepte epistemologije. Tako je zrasla ideja, da bi začela zbirati zgodbe stanovalcev domov, ki bi imele terapevtski namen. Veliko je govora o življenjskih zgodbah, malo pa se govori o zgodbah s terapevtskim namenom. To so zgodbe, ki jih socialni delavci, uporabniki, potencialni stanovalci in njihovi bližnji lahko uporabijo bodisi v svetovalnem procesu bodisi kot oporo pri vključevanju v dom. Uporaba zgodb v delovnem odnosu je ena izmed epistemoloških konceptov, saj zgodbe o zgodbah vključujejo pripovedne raznoterosti uporabnikov in z zgodbami oz. preko zgodb socialni delavec povabi uporabnika k dialogu, k razkrivanju osebne zgodbe uporabnika (starega človeka). Tako lahko njegovo zgodbo uporabi, priredi v delovnem odnosu z drugim uporabnikom. Namesto teoretičnih metafor socialni delavec skupaj z uporabnikom zbere "slovar uporabnikovih zgodb".

1.1 Opis problemske situacije in opredelitev problema

Pripovedovanje zgodb v socialnem svetovanju je za naju predstavljalo problemsko situacijo, saj se zgodbe v praksi svetovanja premalo uporabljajo. Zgodbe s terapevtskim namenom se v socialnem svetovanju starih ljudi, ki so v institucionalnem varstvu, premalo ali skoraj nikoli ne uporabljajo. To je opredelitev problema. Zgodba je pomenska enota, ki okvirja naše izkustvo in skozi katero ga interpretiramo. Gre za epistemološki konstruktivizem narativnih terapij. V socialnem in psihoterapevtskem svetovanju poznamo različne vrste zgodb:

- osebne zgodbe svetovalca ali uporabnika,
- splošnejše, skoraj mitske zgodbe,
- za konkretnega uporabnika prirejene zgodbe.

Zgodbe imajo terapevtski namen. Vsaka zgodba v socialnem svetovanju služi uresničevanju želenega razpleta. Namen zgodb je odkriti oz. pospešiti učinek preokvirjanja pri uporabniku. V domovih za stare je veliko priložnosti za ustvarjanje zgodb, kljub temu pa je bil ta projekt nekaj povsem novega. Uporaba zgodb v socialnem svetovanju v domovih sploh ni razširjena. Izkazalo se je, da se zgodbe v svetovanju ne uporabljajo. Še vedno je močno prisotno prepričanje, da socialni delavec govori, posluša in potem svetuje, kako naj uporabnik svoj problem reši. Toda to je vsekakor napačna pot. Zakaj? Se zavedamo, da je vsak sam strokovnjak za svoje življenje? Če se, potem vemo, da poslanstvo socialnih delavcev in vseh nas, ki to še bomo, ni v tem, da rešujemo probleme uporabnikov skozi lastne oči. Treba se je ločiti od strogih teoretičnih metafor v samem procesu socialnega svetovanja. Namesto teh teoretičnih metafor socialni delavec skupaj z uporabnikom "stke" slovar uporabnikovih zgodb. Pri tem je nadvse pomembna "drža nevednosti" socialnega delavca, ki tako uporabniku daje prostor za odkrit razgovor, za njegovo osebno pripovedovanje, za ustvarjanje zgodbe. Vsako pripovedovanje pomeni ponovno usedanje izkustva. Na tak način uporabnik konstruira svojo osebno zgodovino v sedanjost. Ko se to zgodi, je njegova zgodovina v njegovi sedanjosti rahlo drugače videna. Velikokrat se potem pokaže, da s konstruiranjem nekega doživljaja iz preteklosti človek v sedanjem trenutku vidi povsem drugače in začuti, spozna, poimenuje svoje vire moči. Tako lahko spozna, kako močan je v sebi, da je zmožni preživeti določeno osebno preizkušnjo in kaj pozitivnega mu je le-ta prinesla v sedanjosti. K takemu spoznanju veliko pripomorejo ravno osebne zgodbe.

Obstajajo trije rekurzivni redi pripovedovanja zgodbe s položaja socialnega delavca (Šugman Bohinc L. 2003, 377-383):

- socialni delavec v razgovoru z uporabnikom pripoveduje svojo zgodbo,
- socialni delavec načrtno uporablja osebno, uporabnikovo, terapevtsko zgodbo z namenom preokvirjanja,
- Socialni delavec pripoveduje epistemološko različno utemeljene zgodbe o zgodbah uporabnikov.

Zgodbe, ki sva jih v tem projektu zbirala, služijo tudi socialnim delavcem v domovih za stare in sicer tako, da jih lahko le-ti uporabljajo pri potencialnih stanovalcih in sedanjih stanovalcih, spadajo pa v tretji rekurzivni red pripovedovanja zgodb.

1.2 Opredelitev ciljev in strategije projekta

Temeljni cilj projekta je, da spoznamo vire moči starih ljudi, ki bivajo v institucionalnem varstvu. Stanovalec domov je tako dana možnost, da povedo, kar je še nepovedanega, da se ozrejo nazaj v svojo zgodovino in jo konstruirajo v sedanji trenutek.

Namen zbiranja teh zgodb je spoznavanje zakladnice starih ljudi in njihovih dejavnikov, sprememb, ki so omogočile stabilizacijo novega načina življenja, bivanja v domu za stare. S tem je povezano tudi večje zavedanje bogastva, ki ga stari ljudje nosijo v sebi. Cilj projekta je bil, da obiščeva 30 domov za stare in v vsakem domu opraviva tri intervjuje s stanovalci.

Domovi, ki so sodelovali in sva jih izbrala, so: Dom ob Savinji, Zavod Talita Kum Postojna, Dom starejših občanov Ilirska Bistrica, Obalni dom upokoencev Koper, Dom upokoencev Izola, Dom upokoencev

Postojna, Dom upokojencev Sežana, Dom upokojencev Kranj, Dom starejših občanov Preddvor, Dom starejših občanov Krško, Dom Hmelina - Dom starejših občanov Radlje ob Dravi, Dom starejših občanov Moste - Polje, Dom starejših občanov Ljubljana Center - Tabor, Dom starejših občanov Šiška, Dom starejših Logatec, Dom upokojencev Vrhnika, Dom upokojencev Danice Vogrinc, Dom starejših občanov Tezno, Dom starejših občanov Kuzma, Dom starejših občanov Rakičan, Dom starejših občanov Lendava, Dom starejših občanov Ljutomer, Dom starejših občanov Radenci, Dom starejših občanov Gornja Radgona, Koroški dom starostnikov (Dravograd), Dom starejših občanov Novo Mesto, Dom starejših občanov Ajdovščina, Dom upokojencev Nova Gorica, Zavod sv. Cirila in Metoda Beltinci, Dom starejših občanov Ormož.

V vsakem od naštetih domov za stare sva opravila tri intervjuje. Pri tem naju je zanimal pomemben dogodek stanovalcev, raziskovala sva njihove vire moči in spremembo, ki je nastala ob določenem življenjsko pomembnem dogodku. Osredotočila sva se na spremembe stanovalcev, na njihove generatorje sprememb in pomembne ljudi, dejavnike, ki so tem stanovalcem pomagali do sprememb njihovih vzorcev razmišljanja, vedenja. Ob tem sva primerjala, kako so jim dogodek v preteklosti in omenjeni generatorji sprememb omogočili, da so lažje sprejeli novo okolje (dom za stare) in se vključili v domski vsakdan. Prav tako je bil cilj, da te zgodbe natisneva v knjigo in tako skupaj s stanovalci domov za stare ustvarimo "slovar uporabnikovih zgodb". Temu cilju je sledil cilj zbrati dovolj finančnih sredstev za stroške tiska knjig.

1.3 Izvedba projekta

Projekt Nova zgodba v stari zgodbi življenja je potekal od junija pa vse do konca meseca septembra 2009. Zajela sva vsa regijska področja Slovenije in obiskala 30 domov za stare. Tako sva intervjuvala 90 stanovalcev domov za stare. Pri projektu sta nama pomagali dr. Jana Mali in dr. Lea Šugman Bohinc, naju usmerjali in spodbujali. Prav tako pa je projekt potekal pod okriljem Pomurskega društva za krepitev socialnega dela.

2. Učenje in nova spoznanja skozi zgodbe stanovalcev

Vsak dogodek, ki je za nas pomemben, nas do neke mere vrže iz ravnovesja. Tako hipoma nastane nered v našem življenju. Sprememba je tista, ki povzroči določeno mero kaosa. Potrebujemo čas, moč, da to spremembo sprejmemo in se vrnemo nazaj v red. A ta red ni enak prejšnjemu, kajti sprememba je povzročila dodatno spremembo. Da lahko znova zaživimo v novem redu življenja, je potrebno veliko dela, predvsem dela na sebi. Spremembe nas prisilijo, da se naučimo novih vzorcev obnašanja, mišljenja, doživljanja. Le na tak način zmoremo znova stopiti nazaj v ravnovesje vsakdana.

Najprej se dotaknimo virov moči stanovalcev domov za stare. V veliki večini so njihovi viri moči, njihova moč, ki jim je pomagala, da se niso pustili padcu življenja in so znova vstali, bili: samota, solze in jok, vera, otroci, partnerji in bližnji, prijatelji. Presenetljiva je ravno samota. Prav ta se je pokazala kot pomemben vir moči. Ko so intervjuvani stanovalci doživeli nekaj, kar jih je iztirilo iz ravnovesja, so potrebovali samoto. Tisti čas, ko so bili sami s svojimi mislimi in so razmišljali o tem dogodku, o spremembi in sami iskali moč za korak naprej. Samota seveda ni enačenje z osamljenostjo. Kljub temu, da so želeli biti sami, se niso počutili osamljene. To velja v tistih primerih, ko so jim bodisi otroci bodisi prijatelji stali ob strani. V samoti so lahko ponovno doživeli sami sebe. Doživljanje samega sebe je temeljna komponenta v procesu sinergetskega prehajanja iz nastale spremembe, ki je povzročila padec ravnovesja, v novo nastalo ravnovesje z določenimi spremenjenimi vzorci vedenja, obnašanja, mišljenja. Doživljanje samega sebe vsebuje po Frommu naslednje koordinate: vednost, spoštovanje, skrb in odgovornost. Samota je tisti čas, ko se ljudje lažje zavemo samega sebe, uvidimo pomen doživljanja, ki se prelije v spoštovanje in sprejemanje samega sebe v celoti. To je vsekakor lahko izjemen vir moči v trenutkih, ko nas življenje vrže na tla in doživimo spremembo, ki so nam bile tuje, si jih nismo želeli nikoli občutiti.

Solze imajo prav tako čudežno moč. Služijo nam lahko kot izredno močan vir moči. Večina stanovalcev je opredelila jokanje kot vir, od koder so črpali moč za naprej. Solze nas naredijo ranljive, hkrati pa

simbolično umivajo bolečino. Teža, ki so jo zaradi določenih padcev, dogodkov nosili stanovalci, se je z jokom zmanjšala. Vzporedno z zmanjšanjem teže bolečine in negativizma, se jim je odprla večja paleta možnih izbir, da so novo nastale spremembe nekako sprejeli in se sprijaznili z njo.

Verovanje je eden izmed načinov v prihodnost uperjenega doživljanja. Kot pojem je verovanje sestavljeno iz upanja, pričakovanja in zaupanja. Za mnoge je prav vera predstavljala temeljni vir moči. Zaupanje v Boga, v Višjo silo, jim je dalo moči, poguma, da se niso zlomili, temveč naredili korak naprej. Hkrati pa vsaka vera določa posebne zakonitosti, dolžnosti vernikov. Prenašanje trpljenja je ena izmed teh dolžnosti. Verniki se zavedajo, da mora vsak sam nositi svoj križ, da bodo le tako dobili obljubljeno plačilo.

Otroci, partnerji in bližnji so ključna socialna mreža stanovalcev, saj jim lahko nudijo veliko oporo tako v vseh preizkušnjah življenja kot pri vstopu v dom. Zgodbe stanovalcev domov so v veliki večini pojasnile, kako pomembni so stiki z družino. Starega človeka, ki pride v dom stiki s svojimi otroki, družino ohranjajo z zunanjim svetom. Vsak dom za stare, vsako institucionarno varstvo je opredeljeno kot totalna ustanova. V domovih veljajo posebna pravila, ki se jih mora stanovalec držati. Stik z otroki, prijatelji pa za starega človeka, ki biva v domu pomeni medgeneracijsko povezovanje in s tem tudi ohranjanje zanimanja za dogajanje v zunanjem svetu. Velja omeniti, da večina intervjuvanih stanovalcev ni dala večjega pomena stikom s svojimi otroki, kot pa pomenu neke notranje energije v smislu vira moči. Ob tem je treba poudariti, da ni malo takih stanovalcev domov, ki stikov s svojimi otroki nimajo oz. so ti stiki zelo redki. Sprememba, ki se je zgodilo ob določenih življenjsko pomembnih dogodkih, je bila med drugimi tudi ta, da so se "naučili" prilagodljivosti. Prilagodljivosti se seveda ne moremo kar tako naučiti, saj je le-ta povezana s samimi tipi osebnosti.

Dotaknila se bom teoretskega pogleda na šest tipov osebnosti, ki so tesno povezani s prilagajanjem.

- o zreli tip- visoka stopnja zrelosti, realistično ocenjevanje sebe in sveta, zaupanje v ljudi, obvladnost, humor, aktivnost,
- o tip gugalnika- precejšnja pasivnost,
- o tip mladostnika- ne morejo se sprijazniti s starostjo, zato jo skrivajo,
- o agresivni tip- zaradi občutkov ogroženosti in negotovosti, razvijejo lastnosti kot so občutljivost, napadalnost, večja zamerljivost, sovražnost. Agresivno se odzivajo na namige na starost,
- o neodvisni tip- močno se jim upira odvisnost,
- o depresivni tip- na starost se odzivajo s strahom in depresijo. (Požarnik 1981: 111,112).

Stanovalci, ki so postali bolj prilagodljivi in so dano spremembo v njihovem življenju sprejeli, spadajo v zreli tip osebnosti. Z vsako uspešno premagano frustracijo se prilagodljivost veča. Kadar človek uspešno premaga določen konflikt, postane bolj prilagodljiv. Ta prilagodljivost mu v nadaljnjih frustracijah zelo pomaga, saj pomeni prilagodljivost za posameznika varovalno nitko v mreži življenja. Druga sprememba je zavedanje samodejavnosti. Ljudje delujemo na osnovi lastne volje in zavestnih pobud, namer. Ljudje nismo sami pasivni proizvod okolja in dednosti, temveč imamo moč, da nadzorujemo svoje okolje in sami sebe. Ko so stanovalci premagali določeno preizkušnjo in so se znova vstali, so hkrati spoznali, kako močni so v sebi. Zavedali so se neke sile v njih samih, ki jim je pomagala, da so sprejeli to spremembo v življenju. Ravno to jim je tudi pomagalo pri vstopu v dom. Lažje so se zživeli, saj so vedeli, da zmorejo premagati veliko preizkušenj. S samodejavnostjo je tesno povezano tudi mišljenje. Optimizem je navada pozitivnega mišljenja, to navado so stanovalci ponotranjili s tem, ko so se zavedali svoje lastne moči, ko so ponovno vstali in prišli v novo nastalo ravnovesje njihovega vsakdana. Tako tudi ob vstopu v dom niso bili v stanju naučenega brezupa. Slednje pomeni, da se človek pusti stresorjem in ne išče več rešitev, čeprav te vendarle obstajajo. Zavedanje tega, da je od nas samih odvisno, kako bomo napredovali, se soočali s preizkušnjami življenja, je za stanovalce pomenilo nov vzorec mišljenja. Ta nov vzorec pa je začrtal naslednje poteze intervjuvanih stanovalcev:

- sposobni so videti starost,
- zanimajo se za druge ljudi,

- zanimajo jih številne dejavnosti, ki se odvijajo v domu,
- imajo sanje in gledajo v prihodnost,
- znajo se sprostiti,
- pazijo na svoje zdravje in si ga prizadevajo ohranjati,
- osebnostno neprestano rastejo,
- doživljajo sami sebe in se ponosni nase, na svoje uspehe

Stanovalci so v svoji zgodbi pojasnili, da so v sebi postali močnejši in so imeli več volje, ki so jo črpali iz sebe, potem, ko so premagali določene preizkušnjo življenja. To jim je pomagalo, da so s pogumom stopili skozi domska vrata in se niso zaprli vase, ko je prišel čas odhoda iz domače hiše, kraja. Ta volja pomeni notranjo motivacijo. Kajti prav notranja motivacija temelji na volji posameznika. Motivacija aktivira obnašanje, usmerja ali vodi obnašanje in poenoti obnašanje tako, da združi cilje v celoto. Vsi procesi spodbujanja, ohranjanja in usmerjanja telesnih in duševnih dejavnosti so združeni v motivaciji. S tem, ko so stanovalci uspešno premagali in prenesli spremembe dogodka, se je njihova zavestna motivacija poglobila. Spoznali so, da z zavestno motivacijo odločamo o svojem življenju in oblikujemo lastne motive. To spoznanje jim je potem še kako pozitivno služilo ob vključitvi v domski vsakdan.

Viri moči slehernemu služijo kot pomembna dlan na katero se opremo, ko nas življenje postavi pred hudo preizkušnjo. Stanovalci domov za stare so z nami podelili in odprli bogato zakladnico virov moči. Njihov pogled nazaj v preteklost jim je odprl široko paleto teh virov. Marsikdo se nikoli ni vprašal, kakšni so njegovi viri moči, pogledal na določeno izkušnjo z druge strani. Sedaj v tem projektu smo to storili vsi; s spoštovanjem smo se ozrli na lastne vire moči in pobožali preteklost s toplimi občutki zadovoljstva, saj smo uspeli. Uspeli ponovno vstati in sprejeti spremembe, se vrniti nazaj v ravnovesje ter zaživeti s to spremembo, ki nam je omogočila učenje novih vzorcev mišljenja, vedenja, čustvovanja.

2.1. Skozi besede stanovalcev domov za stare

Na tem mestu želim deliti nekaj zgodb stanovalcev domov za stare. Te nam jasno pokažejo, kako so sami iz konkretnih dogodkov, padcev življenja črpali moč. Prav tako so iz teh zgodb razvidni njihovi viri moči. To so zgodbe, ki nam pomagajo preokvirirati sedanjo situacijo, hkrati pa nam omogočajo, da določene dogodke v preteklosti sedaj lahko vidimo v drugi, svetlejši luči.

I.

“Bila sem poročena z oficirjem, s katerim imam enega sina. Ločila sva se, saj je bil do mene zelo nasilen in tega nisem mogla več prenašati. A nisem bila dolgo sama. S prijateljico sem šla na ples in tam spoznala čudovitega moža, ki je postal moj prijatelj. 26 let sva živela skupaj, potem pa se je zgodilo to, česar nisem želela. Zjutraj sem se šla tuširat, moj prijatelj pa je medtem odšel po mleko. Ko sem stopila izpod tuša, mi je spodrsnilo in padla sem. Nezavestna sem ležala na tleh. Moj prijatelj je poklical rešilca in odpeljali so me v bolnišnico. Kar nekaj časa sem bila v komi. Ko sem se zbudila, sem nekaj časa okrevala v bolnišnici. Čudila sem se, da me prijatelj v tem času nikoli ni obiskal. Sin je vedno našel razloge, zakaj prijatelja ni k meni na obisk. Čez čas so me odpeljali domov. Pri kosilu mi je sin povedal, da je moj prijatelj v tem času, ko sem bila v komi, umrl. Bila sem popolnoma na tleh. Nisem vedela zase. Tega prijatelja sem imela resnično zelo rada. Zdaj je umrl. Umrl od žalosti, ker sem bila v komi. Nekaj časa sem jokala, sploh nisem šla iz sobe. Čutila sem, da v najino stanovanje ne morem več, saj me je preveč bolelo. Takrat sem tudi shujšala. Mislila sem, da bom umrla še sama, saj brez njega nisem mogla biti. Nikoli nisem marala samote, nikoli nisem želela biti sama. V tistem, zame zelo težkem obdobju mi je ob strani stal sin. Nekaj časa sem živela z njegovo družino. Imam namreč zelo dobrega sina, vsak dan pride k meni v dom na obisk. Hvaležna sem, da imam takšnega sina, njegova žena in vnuki pa me žal niti ne pogledajo. Zanje je bilo pomembno le to, da dobijo moje premoženje. Toda ostal mi je čudovit sin, hvala Bogu. Okoli pol leta sem bila zares na tleh. Potem sem počasi postajala vse boljša, tudi vse več fizične moči sem dobila. Sin je bil v tistem težkem obdobju temeljna opora v mojem življenju. Pomagala sem si tudi tako, da sem vsako večer prižgala svečko za mojega prijatelja in se pogovarjala z njim. Nekega dne sem bila tako na tleh, da sem vzela pas, da bi končala svoje življenje. Ko sem držala ta pas, da bi se obesila, sem se vsa tresla ... In kot da bi slišala glas: „Ne naredi tega, ne, ne ...“ In nisem. Pospravila

sem pas. Hvala Bogu, da nisem končala svojega življenja. Bilo bi mi pošteno žal. Smrt mojega prijatelja je bil glavni razlog, da sem se odločila za dom. Nisem mogla nazaj v najino stanovanje, saj sem ga preveč pogrešala. Nisem marala samote. Tako sem dobila mesto v tem domu. Sedaj lahko rečem, da je tu čudovito. Ko sem prišla v dom, sem bila še zmeraj na tleh, sicer se je moje čustveno stanje začelo izboljševati, toda še vedno je bila bolečina zelo velika. Tukaj so mi pomagali, tako osebe kot stanovalci. Je pa res, da me je smrt prijatelja spremenila. Morda lahko rečem, da me je to utrdilo. To, da sem ostala sama, mi je dalo vedeti, da biti sam ni isto kot biti osamljen. Ves čas sem bila mnenja, da je to isto. Pa ni. Tukaj nisem osamljena, tudi sama nisem, čeprav mojega prijatelja ni več. Prav tako sem se po njegovi smrti naučila biti sama, no, spoznala sem sebe, ko sem bila čisto na tleh. Ugotovila sem, da sem lahko sama, ne da se zaradi tega počutim osamljeno. Počutim se odlično. Veselim se vsakega dne. Tukaj je hrana odlična, sestre so prijazne, socialna delavka je zelo dobra, tako človeška. Imam prijateljice. Vse imam, še več, kot potrebujem. Res sem vesela, da sem tukaj. Stara sem 93 let in zares uživam. Zavedam se, da sem vse to prebolela z jokom. To je bila moja moč. Solze. Verjemite, solze brišejo še tako veliko umazanijo življenja.

II.

Vedno je lahko življenje slabše, vem, da tudi boljše, ampak poti si ne moremo vedno izbirati. Spomnim se, da sem bila otrok, ko sem morala bežati, saj se je začela vojna. Tako sem bila stara sedem let, ko sem morala delati kot dekle oz. služkinja na kmetiji, kjer sem pasla krave in čistila. Spala sem na podstrešju, sploh nisem imela svoje sobe. V temi, zgodaj zjutraj, sem morala voditi krave skozi velik gozd na pašo. Strah me je bilo in veliko sem jokala. Bila sem popolnoma sama, nikogar od svoje družine nisem imela. Pa tako mlada, ko sem najbolj potrebovala bližino matere, očeta, brata. Vojna nas je razdvojila. Vsi smo morali iti k partizanom. Tudi jaz, pa čeprav sem bila skoraj še otrok. Tam sem delala kot medicinska sestra, a tega mi po vojni niso priznali, saj sem bila premlada. Potem sem spoznala moža in se poročila z njim. To je bil zame pekel. Mož me je velikokrat posilil, spolno zlorabil. Imel je druge ženske, nad mano se je samo znašal. Imela sem več splavov. Jajčniki in maternica, vse je bilo narobe. Začela sem notranje krvaveti, bila sem v komi in moje življenje je viselo na nitki. Takrat so mi zdravniki rekli, da je zadnji čas, da odidem stran od moža, ker če ne, bom prej umrla. Imam dva otroka. To je bilo zame zelo težko obdobje. Mož je bil zelo družaben, priljubljen med ljudmi. Niso mi verjeli, da tako grdo dela z mano. Toda to še ni vse. Najprej sem rodila mrtvega otroka, tri mesece sem ga nosila v sebi in bil je mrtev. Potem sem padla v komo. Ko sem začela krvaveti, sem bila nekaj časa klinično mrtva. To, da je moje življenje viselo na nitki, je bila kaplja čez rob. Vedela sem, da ga moram pustiti, da moram stran od moža, ki me je pretepal in posiljeval. Zame je bilo to najhujše obdobje tudi zaradi tega, ker smo živeli v časih, ko je ločitev pomenila veliko sramoto. Zares mi ni bilo lahko. Živela sem z možem v Sarajevu. Tam nisem imela prijateljev, bila sem popolnoma sama z dvema otrokoma. Zbrala sem moči, saj nisem želela umreti, vedela pa sem, da takega pritiska ne bi mogla več zdržati, da bi najbrž res umrla. Moči za vse življenjske preizkušnje sem zbrala v sebi. Že takrat, ko sem bila stara sedem let in sem delala kot služkinja na kmetiji, sem v sebi vedela, da enostavno moram tudi to preživeti. Da imam tak močan karakter. Ne pustim sama sebi, da bi dolgo ležala na tleh. Iz sebe sem črpala moč. Tako sem se vrnila nazaj v svoj domači kraj in se zaposlila. Opravljala sem različna dela, bila v delovnih brigadah, delala z gluhih, delo se je vedno našla. Imela sem voljo in moč. Življenje se je izboljšalo, no, umirilo. Veliko boljša sem postala v sebi, ko sem se ločila in na novo zaživela. Čez čas sem spoznala prijatelja, ki je postal tudi moj mož. Bil je dober in prijazen, nikoli me ni tepel, bil je pa odvisen od alkohola. To ga je tudi pokopalo. Ampak nekako sem se sama postavila na noge. Ko sem zares zapustila prvega moža, sem se seveda spremenila. Naredila sem velik korak in stopila na novo pot. Ni bilo povratka nazaj. To me je utrdilo. In ta utrjenost mi je pomagala preživeti vse padce. Tudi ko sem prišla v dom, sem bila v sebi močna. Želela sem v dom, kajti nikakor nisem hotela obremenjevati svojih otrok. Sploh pa si ne želim biti sama. V dom sem prišla prostovoljno, nihče me ni silil. Tukaj poskrbijo zame, počutim se varno in dobro. Sem pa tudi takšne narave, da se povsod hitro vključim. No, takšna sem, odkar sem zapustila moža. In ravno ta nova lastnost mi je pomagala, da sem se vključila v domsko življenje in v domski vsakdan.

III.

Vsak človek je osebnost zase. Tega sem se zmeraj zavedal, ko sem spoznaval ljudi. Kot na poti življenja vsakega človeka, so se tudi meni dogajale prijetne in malo manj prijetne stvari. Veliko je bilo dogodkov, ki so me zaznamovali in spremenili moj pogled na svet. Dogodek, ki je pomenil prelomnico v mojem življenju, je bila bolezen moje mame in na koncu tudi njena smrt. To je bil zame hud pretres. Še zdaj se čutim neizmerno povezanega z njo, četudi samo v duhovnem smislu. Sem veren in velikokrat se zatečem v pogovor z Bogom, v molitev. Z mamom sva ves čas živela skupaj. Sam sem veliko delal tudi v tujini in pri tem sem bil uspešen. Ustanovil sem svoje podjetje, imenovano Evrospektra, ukvarjal pa sem se z izdelavo in montažo kovinskih gradbenih elementov. Po naravi sem z nogami trdno na tleh. Tudi tukaj je to moje vodilo. Ko je mama umrla, sem vedel, da se življenje kot tako mora nadaljevati, čeprav ne bo več mamine duhovne in materialne pomoči. Kljub temu se nisem predal malodušju, ampak sem vztrajal pri tem, da živim življenje, ki mi je usojeno. Takrat mi nihče ni stal ob strani. Ves čas sem bil sam, sam sem preboleval izgubo mame. S sinom nimava stikov, saj živi v Kanadi, in tudi z ženo ne. Čeprav uradno nisva ločena, že dolga leta nimava stikov. Usoda je nadaljevala svojo pot, na katero nisem bil pripravljen stopiti. Ko sem ostal sam, brez mame, sem bil star 56 let. Nisem imel kaj dosti izkušenj iz realnega življenja. Z mamom sem dobro živel, nič mi ni manjkalo. Veliko vsega sem si lahko privoščil, saj sem imel dovolj denarja, toda v trenutku se je vse obrnilo. Ker sem bil v dolgovi, sem moral prodati nepremičnine. Tako sem kmalu po maminu smrti postal brezdomec. Dneve in noči sem preživel na železniški postaji v Celju. Socialna služba v Celju mi je pomagala z boni za prehrano v ljudski menzi, noči pa sem še vedno preživel na železniški postaji. Prišel je dan, ko me je nenapovedano zadela nesreča. Na peronu železniške postaje sem si zvil gleženj. Bolečino sem stoično prenašal, a stopnjevala se je do te mere, da nisem mogel več normalno hoditi. Odpeljali so me v bolnišnico, kjer so mi nogo oskrbeli. Tam sem ostal mesec dni. Po končanem zdravljenju so me kljub mojemu nestrinjanju odpeljali v zavetišče za brezdomce, kjer sem doživel tako fizične kot duševne muke. Po vseh življenjskih uspehih in neuspehih se nisem mogel sprijazniti s tem, kar sem imel vedno za zadnjo in najhujšo postajo v človeškem življenju, brezdomstvo. Ni bilo dolgo, ko sem imel spet nesrečo in sem si zlomil kolk. Posledica tega je bil odhod v bolnišnico v Celju. Po zdravljenju so me poslali na podaljšano zdravljenje v bolnišnico v Rakičanu. Ko se je to zdravljenje bližalo h koncu, je postajal vse bolj pereč problem moja nadaljnja namestitve, saj nikjer nisem imel doma, le železniško postajo. Socialni delavec v bolnišnici v Rakičanu mi je pomagal, da sem pristal tukaj v domu. To je zdaj moj dom. Vsi ti dogodki so me zaznamovali, me spremenili. Ves čas sem moč črpal iz upanja. Vera je zame upanje, upanje na boljše. Tudi ko sem okusil brezdomstvo, sem imel v mislih pregovor: Za dežjem zmeraj posije sonce. Ljudje smo različni, nekateri imamo bolj prilagodljiv karakter, drugi manj. V danem trenutku sem sprejel situacijo, takšno kot je, in poskušal iz nje potegniti najboljše brez dodatnih obremenitev in samopomilovanja. Izkušnja brezdomstva mi je pomagala, da sem se zelo hitro privadil na domsko življenje. Prav tako sem se naučil biti hvaležen za majhne stvari in jih ceniti. Po smrti moje mame sem ostal sam. Tako sem se tudi sam moral naučiti, od kod črpati moč. Najprej sem moral to moč najti. Vsak jo nosi s sabo, ne najdejo pa je vsi. Žal. Ko izčrpaš zadnje atome moči, da preživiš in se ne predaš, saj veš, da če boš ostal na mestu in se predal, boš umrl, potem zmoreš preživeti in takrat slišiš svoj glas, glas moči in upanja.

To so tri zgodbe stanovalcev različnih domov za stare. So dragocene te zgodbe, mar ne? Velikokrat se človek ne more otresti svojih predsodkov o določenem dogodku v preteklosti. Prav zato se zgodi to, da tak človek ostaja v okvirih svoje stare miselnosti. Doživeti mora težke udarce usode, ki mu odprejo oči in ga pripeljejo do novih spoznanj, da lahko začne drugače razmišljati. (Kojc, 2005, 26).

2.2 Zgodbe v povezavi z medgeneracijskim povezovanjem

Vsaka zgodba nas povezuje in ustvarja vez, ki je ne moreš pretrgati. Besede starih ljudi so mladim pomembni kašipot skozi življenje. Temu lahko rečemo medgeneracijsko povezovanje skozi zgodbe. Dandanes dajemo vse več poudarka ravno medgeneracijskemu povezovanju. Zakaj? Ker je le-to temeljno za funkcioniranje celotne družbe. Družbo ne sestavljamo samo mladi ali starejši, ali stari. Družbo sestavljamo vsi, mladi, starejši in stari. Vsi smo povezani med sabo in vsi dajemo svoj delež k boljšemu

jutri. Prav zato je treba veliko govoriti o medgeneracijskem sožitju in še več narediti. Zgodbe so temeljni "pripomoček" za to vrsto povezovanje, ki lahko ustvarijo pridih sožitja generacij.

Domovi za stare naj bodo odprti za povezovanje, odprti za zgodbe in prijazni do generacij. Tudi dom za stare lahko postane čudovit kraj druženja in medgeneracijskega povezovanja. Ravno v teh domovih so nastajale dragocene zgodbe, ki so slehernemu lahko v oporo, nikakor ne samo staremu človeku, potencialnemu stanovalcu, ampak tudi mlademu človeku, ki bo nekoč postal star.

Zaključujem z mislijo, ki je zelo povezana z zgodbami. Ravno skozi zgodbe spoznavamo in razumemo drug drugega. ČRazumevanje je tisto, kar nam omogoča mir. Ko razumemo stališča drugega in ko drugi razume naše stališče, se lahko pogovorimo in premostimo naše različnosti." (Seneka).

3. Literatura

Kojc, M. (2005). Razsvetljeni človek. Ljubljana: Vale- Novak.

Požarnik, H. (1981). Umetnost staranja. Ljubljana: Cankarjeva založba.

Šugman Bohinc, L. (2003). Pripovedovanje zgodb v socialnem delu in psihoterapiji. Socialno delo 42,6.

MEDGENERACIJSKI CENTRI, KAJ JE TO?

JANJA ROMIH

sekretarka, Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve

Strategija varstva starejših do leta 2010, ki nosi naslov: Solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva, je odziv Slovenije na starajočo in dolgoživo družbo. Namen strategije je uskladiti ravnanje vladnih resorjev in slediti zapisanim ciljem z ukrepi, ki bodo vzpodbujali medgeneracijsko sožitje in zagotavljali varno in kakovostno življenje starejših. Za uspešno izvajanje strategije je potrebno upoštevati neločljivo povezanost skrbi za kakovostno staranje z uvajanjem in utrjevanjem nove solidarnosti med generacijami ter težiti k sodelovanju države in civilne družbe.

Primarno mesto za solidarno sožitje generacij in kakovostno staranje je lokalna skupnost, zato želi strategija vzpodbuditi občine k izvajanju ciljev strategije, predvsem v ponujanju raznolikosti storitev in programov za starejše in vzpodbuditi ustanavljanje krajevnih medgeneracijskih središč. Z njimi lokalne skupnosti pridobijo mesto, kjer se izmenjuje izkušnost starejše generacije z energijo in znanjem mlade generacije; kjer tudi v praksi potekajo učne ure medgeneracijskega sodelovanja in sožitja; kjer se rušijo stereotipi o starejših, dobiva novo znanje in veščine ter razvija prostovoljstvo. Ponekod na medgeneracijsko središče vežejo tudi nekatere socialno varstvene storitve, predvsem dnevno varstvo in pomoč na domu.

Zaradi raznolikosti organizacijskih oblik in vsebine, ki se v praksi pojavlja pod imenom "medgeneracijska središča" v posameznih lokalnih okoljih in pomanjkanja kriterijev, ki bi določali minimalni obseg vsebine in ponudbe medgeneracijskih središč, je ministrstvo v sodelovanju z Zvezo društev upokojencev Slovenije in Inštitutom Antona Trstenjaka pripravilo predlog kriterijev, ki jih želimo predstaviti.

Krajevno medgeneracijsko središče je model za sinergično povezavo organov, organizacij in nevladnih organizacij, ki so v lokalni skupnosti pomembni za kakovostno staranje in krepitev medgeneracijske solidarnosti in sožitja med generacijami. Poslanstvo krajevnega medgeneracijskega središča je tudi v uvajanju novih

programov za omenjeni področji, ki postajajo zaradi staranja prebivalstva prednostnega pomena.

Predlog minimalnega nabora kriterijev, ki jih mora vsebovati "Medgeneracijsko središče":

- odločitev lokalne skupnosti za medgeneracijsko središče in s strani s strani lokalne skupnosti,
- zagotovljen kader za vodenje medgeneracijskega središča,
- minimalno deset dejavnosti iz naslednjih šestih področij:
 - o informiranje in ozaveščanje celotnega prebivalstva v lokalni skupnosti o kakovostnem staranju in medgeneracijski solidarnosti in sožitju,
 - o izobraževanje in vzgoja za medgeneracijsko solidarnost in sožitje,
 - o medgeneracijsko prostovoljstvo,
 - o izobraževanje in programi za zdravo in aktivno staranje ter krepitev solidarnega sožitja med mlado, srednjo in starejšo generacijo,
 - o dejavnosti in programi za pomoč družini, ki oskrbuje starejšega človeka,
 - o posamezne storitve ali programi socialnega varstva, ki delujejo v okviru medgeneracijskega središča.

Pri opredelitvi vsebine krajevnih medgeneracijskih središč so nam bile nedvomno v veliko pomoč izkušnje, ki so jih pridobili na Inštitutu Antona Trstenjaka ob vodenju pilotnega projekta krajevnih medgeneracijskih središč. Ob tem pa želimo poudariti, da ministrstvo podpira tudi vse danes predstavljene oblike medgeneracijskega sodelovanja na lokalnem nivoju. S predstavljenimi kriteriji smo želeli zgolj bolj jasno opredeliti vsebino krajevnih medgeneracijskih središč, ki jih omenja Strategija varstva starejših 2010, ne pa omejevati različnih drugih oblik in vsebin medgeneracijskega združevanja na lokalnem nivoju, ki pa so tudi v večini primerov poimenovana z drugačnimi nazivi.

KRAJEVNO MEDGENERACIJSKO SREDIŠČE

prof. dr. JOŽE RAMOVŠ

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

POVZETEK

Krajeveno medgeneracijsko središče je izvorni model skupnostnega menedžmenta za sinergično povezavo vseh političnih, civilnih in drugih programov, služb, organizacij in drugih subjektov, ki so v krajevni skupnosti potrebni za kakovostno staranje in krepitev solidarnega sožitja med mlado, srednjo in upokojensko generacijo. Poslanstvo medgeneracijskega središča je uvajanje novih potrebnih programov za ti dve področji družbenega sožitja, ki postajata zaradi staranja prebivalstva odločilni za trajnostni razvoj avtohtone kulture. Medgeneracijsko središče se začne vzpostavljati iz ugotovljenih tovrstnih potreb v skupnosti in njene odločitve. Pri tem je odločilna skupina sposobnih, uglednih in delavnih ljudi v skupnosti, ki se sami posvečajo poslanstvu kakovostnega staranja in medgeneracijskega sožitja v skupnosti na način, ki odgovarja današnjim razmeram, ter za to prioritarno nalogo navdušijo celotno skupnost, nato pa vodijo gibanje s tem poslanstvom. Medgeneracijsko središče vodi služba, ki poklicno in strokovno informira, izobražuje in ozavešča posameznike, družine, organizacije in celotno skupnost o potrebah in možnostih na področju staranja in medgeneracijske solidarnosti, povezuje javno politiko in vse potrebne programe na tem področju ter ustanavlja in vodi nove. Nepogrešljivi elementi medgeneracijskega središča so programi za pomoč družinam pri oskrbi starega človeka, programi za čim daljše samostojno življenje starih ljudi v svojem okolju ter vzdrževanje razvejane mreže medgeneracijskega prostovoljstva v kraju. Osnova modela krajevnega medgeneracijskega središča je celostna antropologija: holistično gledanje na človeka v njegovi telesni, duševni, socialni, duhovni, eksistencialni in razvojni razsežnosti,

neločljivo dopolnjevanje telesnega, duševnega in socialnega zdravja, komplementarna povezanost vseh treh generacij ter življenjsko ravnotežje med posameznikom in skupnostjo, pri čemer se posveča zlasti veznim členom med obojima, to je družini in drugim skupinam, zlasti tistim, ki jih ljudje oblikujejo po lastni izbiri na principu samopomoči in solidarnosti. Zamisel medgeneracijskih središč je začel razvijati avtor tega članka na Inštitutu Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje leta 2002. Osnova so bila raziskovalna spoznanja in praktične izkušnje pri razvijanju in uvajanju socialne mreže več kot dvajsetih programov za kakovostno staranje in solidarno sožitje med generacijami. Dobre izkušnje pri postopnem uvajanju medgeneracijskih središč so v občini Komenda na Gorenjskem, v Mariboru, kjer vzpostavljajo pokrajinsko medgeneracijsko središče, manjše in bolj začetne izkušnje pa se nabirajo po številnih krajih po Sloveniji.

Ključne besede: medgeneracijsko središče, staranje, medgeneracijska solidarnost, krajevna skupnost, programi za kakovostno staranje.

1. Opredelitev in ime

Krajevno medgeneracijsko središče je izvorni in kompleksen sodobni model skupnostnega menedžmenta za sinergično povezavo vseh političnih, civilnih in drugih programov, služb, organizacij in drugih subjektov, ki so v krajevni skupnosti potrebni za kakovostno staranje in krepitev solidarnega sožitja med mlado, srednjo in upokojensko generacijo v sedanjih razmerah, ko ne zadostujejo več tradicionalni vzorci sožitja in se naglo večja delež starega prebivalstva.

Ta opredelitev krajevnega medgeneracijskega središča nastaja od leta 2002 (Ramovš 2002), ko smo na Inštitutu Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje začeli razvijati njihovo zamisel, v naslednjih letih pa jih začeli uvajati v različnih okoljih po Sloveniji. Pričujoči prispevek bo posvečen razlagi in utemeljitvi koncepta ter kratkemu prikazu njihovega uvajanja v praksi v nekaj različnih okoljih.

Ime krajevno medgeneracijsko središče izraža tri značilnosti:

- Krajevni princip. Medgeneracijsko središče je namenjeno vsemu prebivalstvu zaokrožene krajevne skupnosti, kakršne so večinoma sedanje slovenske občine. Medgeneracijsko središče je možno oblikovati tudi za kako zaokroženo skupnost, npr. za narodno manjšino v tujini, za versko skupnost v določenem prostoru ipd.
- Medgeneracijski princip. Medgeneracijsko središče zajema vse tri generacije, toda ne kot linearni seštevek organizacij ali programov za mladino, srednjo in tretjo generacijo, ampak kot dejavno partnersko sodelovanje z urejenimi medsebojnimi razmerji in vlogami, da pospešuje njihovo notranjo povezavo, komplementarno dopolnjevanje in preseganje napetosti med posamezniki, skupinami, organizacijami in programi.
- Sinergično iskanje presežnega socialnega kapitala z namenskim povezovanjem ali osredinjanjem potreb in zmožnosti vseh treh generacij, družbenih resorjev in služb, programov in organizacij v skupnosti. Medgeneracijsko središče ne sme imeti značilnosti mirujočega središča kroga, ampak dinamičnega središča razvojne spirale, ki osredinja gibanje vseh razpoložljivih sil za kakovostno staranje in solidarno sožitje v skupnosti. Poklicno zaposleni v medgeneracijskem središču so strokovni servis za informiranje, izobraževanje, sodobni skupnostni menedžment ter izvajanje smiselnih dejavnosti. Pri tem je presežni socialni kapital tisti del koristi, ki jih dobi zaradi sodelovanja z drugimi v medgeneracijskem središču vsak posameznik, vsaka od generacij, vsaka organizacija ali ustanova, vodstvo skupnosti in celotna skupnost, in bi nobeden od njih ne mogel priti do te koristi sam brez partnerskega sodelovanja v medgeneracijskem središču.

2. Pogoji za vzpostavljanje medgeneracijskega središča in sestavine njegovega delovanja

Za nastajanje in uspešno delovanje krajevnega medgeneracijskega središča so štirje pogoji.

2.1 Demokratična odločitev krajevnega vodstva (npr. občinskega sveta) ob dobri informiranosti in demokratični podpori vsega prebivalstva, da bodo v razvoju občine v tekočem obdobju dali prednost reševanju demografskih nalog v smeri kakovostnega staranja prebivalstva in krepitve medgeneracijske solidarnosti

Ta pogoj je ponavadi izpolnjen z demokratično sprejetim in stvarno utemeljenim občinskim razvojnim načrtom za to področje za obdobje naslednjih desetih let.

Povod za vzpostavitev medgeneracijskega središča je neredko živ politični interes, da bi zgradili v občini dom za stare ljudi. Pri nas je bila javna skrb za stare ljudi osredotočena predvsem na pokojninski sistem in domove za stare ljudi. Ti so pri nas razviti v obliki domov druge in tretje generacije, ki so bili pred desetletji na čelu razvoja, danes pa so po konceptu in arhitekturi zastareli, podobno kakor tipi avtomobilov izpred nekaj desetletij. Tovrstne domove v socialno razviti Evropi zapirajo zaradi nezasedenosti, čakalne vrste imajo samo domovi četrte generacije, ki delujejo po načelu normalizacije v obliki gospodinjskih skupin.

Stroka ima nalogo informirati odgovorna vodstva občinske politike, civilne družbe in druge o sodobnih socialnih rešitvah. Splošno se misli, da o socialni vsakdo zna vse. Zato je najlažje informirati o sodobnem domu tako, da gredo vodilni v občini na strokovno ekskurzijo v tujino, kjer si v živo ogledajo domove četrte generacije in druge sodobne programe za oskrbo onemoglih starih ljudi v skupnosti.

Učinkovito informiranje in ozaveščanje vodstva in vseh občanov je osnova za demokratični sprejem kakovostnega razvojnega načrta občine za področje staranja in krepitve solidarnosti med generacijami. Ko je v skupnosti sprejeta odločitev za sodobno investicijo, je treba z načrtovalci tako sodelovati, da bo novogradnja v kraju vrhunsko funkcionalna za to socialno dejavnost na današnji ravni razvoja, sicer bo vanjo sistemsko vgrajeno predrago delovanje, prav tako pa tudi, da bo lepa v smislu krajevne arhitekture in notranjega videza, kajti arhitektura sama po sebi najbolj odločilno vpliva na počutje ljudi, na njihovo sožitje in socialno delovanje.

Prvi pogoj za vzpostavljanje krajevnega medgeneracijskega središča je torej običajno neka pereča potreba na področju oskrbe starih ljudi v skupnosti. Kakovostno informiranje vse skupnosti - od njenega vodstva do slehernega občana - o sodobnih možnostih na tem področju omogoči, da se zavedo svoje temeljne potrebe po kakovostnem staranju, pa tudi dejstva, da edinole sami lahko poskrbijo, da bo ta potreba v njihovi skupnosti dobro zadovoljena za vsakega občana.

2.2 Ugotovitev pristnih potreb in zmožnosti na področju demografskih nalog kakovostnega staranja in krepitve medgeneracijske solidarnosti v celotni skupnosti ter stvarno načrtovanje učinkovitega medgeneracijskega središča

Nekatere skupnosti v ta namen naročijo posebno raziskavo, ki jim služi že v pripravi občinskega razvojnega načrta za to področje ter v javni razpravi pri njegovem oblikovanju in sprejemanju (glej pogoj št. 1 v prejšnji točki). V Sloveniji je to storila Občina Komenda (Ramovš 2006). Velik del Evrope izvaja longitudinalno raziskavo o staranju - SHARE. Pri nas je pravkar v teku obširna raziskava o potrebah, zmožnostih in stališčih reprezentativnega vzorca prebivalcev Slovenije, ki so stari 50 in več let. Zveza društev upokojencev Slovenije že več let v svojem obsežnem akcijskem projektu Starejši za starejše ugotavlja stiske in potrebe upokojenske generacije.

Raziskovalno ugotavljanje potreb in zmožnosti je zelo pomembno, v nobenem primeru pa ne more pri oblikovanju medgeneracijskega središča nadomestiti žive razprave o tem v civilnih organizacijah mlade, srednje in tretje generacije ter mnenj in izkušenj krajevnega šolstva, zdravstva, sociale in drugih strokovnih služb, organizacij in ustanov v kraju.

Odločilnega pomena za vzpostavljanje in uspešno delovanje medgeneracijskega središča v skupnosti je ravnotežje med ugotavljanjem potreb in zmožnosti. Današnji čas je namreč usmerjen bolj v svobodno izražanje potreb kakor v odgovorno ugotavljanje zmožnosti ter v vlaganje lastnih zmožnosti v razvoj skupnosti.

Odločilno je tudi, da pri načrtovanju medgeneracijskega središča odkrijemo dušo kraja in njegovo zdravo socialno izročilo. To so žive oblike samopomoči in solidarnosti, ki so v vsakem kraju nekoliko drugačne. V Komendi je na primer še zelo živa dvestoletna socialna tradicija, vse od časov delovanja Petra Pavla Glavarja, ki je bil eden največjih socialnih genijev v slovenski zgodovini in je deloval v tem kraju. Danes je Komenda zelo modernizirana in se izjemno naglo razvija, obenem pa nadpovprečno spoštuje in živi tradicionalne vrednote. Iz teh korenin in sedanjega stanja oblikuje vzorčno razvejano občinsko medgeneracijsko središče. Z njim hoče zagotoviti kakovostno staranje današnji tretji generaciji in preprečiti socialne probleme v konici demografske krize čez leta, ko se bo postarala sedanja številčna srednja generacija (v Komendi je danes prebivalstvo mlajše od slovenskega povprečja tudi zaradi naglega priseljevanja mladih družin, kar pa pomeni, da bo čez leta v novih naseljih tem več starih ljudi, kot jih je danes v mestnih soseskah, kjer so se pred desetletji naseljevale mlade družine). V Trbovljah je izročilo in stanje drugačno. Tam je še vedno je živo zakoreninjena stoletna "knapovska" solidarnost, zdrav ponos in iniciativnost. Pol stoletja po drugi svetovni vojni je bil kraj eden najbogatejših in naglo se razvijajočih. Danes je izredno velika brezposelnost, zlasti žensk in mladih, nadpovprečno velik je delež starih ljudi, kraj dobiva podobo spalnega naselja, ker se mnogo ljudi vozi na delo v Ljubljano. Medgeneracijski programi imajo v Trbovljah osnovno nalogo poživiti tradicionalno solidarnost, preden jo neugodne razmere preveč ne oslabijo. Razvejani medgeneracijski prostovoljski programi, ki so bili v Trbovljah vpeljeni pred nekaj leti, omogočajo ljudem narediti nekaj smiselnega za skupnost. Pri tem se je v Trbovljah v preteklih letih empirično potrdilo Franklovo spoznanje iz časa gospodarske krize leta 1929, da smiselno prostovoljstvo v skupnosti učinkovito preprečuje težke psihosocialne travme zaradi brezposelnosti (Eržen 2005). Poslanstvo trboveljskega medgeneracijskega središča bi lahko poleg tega bilo tudi uvajanje in vodenje novega storitvenega programa oskrbe starega človeka v tuji družini; z njim bi onemoglim starim ljudem omogočili kakovostno človeško oskrbo v družini (seveda pa v povezavi z njo), nekaterim brezposelnim družinam pa nudil pošten zaslužek.

Pri raziskovanju potreb, zmožnosti in virov se oblikuje seznam programov za kakovostno staranje in solidarno sožitje med generacijami, ki že delujejo v tej skupnosti. Vzporedno oblikujemo nabor programov, ki jih je potrebno in možno na novo vpeljati v skupnosti. Pri tem je treba realistično upoštevati vse znanje o sodobnih gerontoloških in medgeneracijskih možnostih pri nas in v razvitem svetu.

Delovna stopnja raziskovanja potreb in virov ter načrtovanje konkretne podobe krajevnega medgeneracijskega središča zahteva najmanj pol leta dela. Dejavnosti na tej stopnji trajajo tem dalj, čim manjša je kohezivnost v tej skupnosti in čim bolj so subjekti bodočega medgeneracijskega središča nevarjeni partnerskega sodelovanja.

2.3 Uvajanje novih programov za kakovostno staranje in za krepitev medgeneracijske solidarnosti ter partnersko povezovanje vseh obstoječih tovrstnih programov

Današnji demografski problemi terjajo nove odgovore in nove programe za njihovo reševanje. Medgeneracijsko središče je v kraju odgovorno za poznavanje domačih in tujih novih programov za kakovostno staranje v širokem pomenu besede, kar pomeni: 1. dobro pripravo na starost od mladih let naprej, 2. zdravo in aktivno življenje po upokojitvi, 3. sodobno oskrbo in nego v onemoglosti ter 4. učinkovito ozaveščanje in vsakdanje uresničevanje temeljne socialne potrebe po solidarnem sožitju med mlado, srednjo in tretjo generacijo. Medgeneracijsko središče mora v kraju uvajati ali tudi izvajati primerne nove tovrstne programe. V kraju postaja tem bolj vidno in ugledno, čim uspešneje začno pod njihovim okriljem delovati novi programi za kakovostno staranje in sožitje med generacijami v skladu s sprejeto občinsko strategijo in izvedbenim načrtom.

V vsakem kraju delujejo tudi številni ustaljeni načini in programi za stare ljudi in za medgeneracijsko povezovanje. Temeljno poslanstvo medgeneracijskega središča je prepoznavati vse tovrstne programe, ki v skupnosti že delujejo, in jih partnersko povezovati med seboj in z novimi v sinergično celoto.

Med sodobne, za mnoge skupnosti nove programe, sodijo zlasti naslednji:

- uvajanje intenzivne vzgoje za medgeneracijsko povezanost in solidarnost v vrtcu, osnovnih in srednjih šolah,
- stalno javno ozaveščanje celotnega prebivalstva o nalogah in možnostih za kakovostno staranje in solidarno sožitje generacij,
- uvajanje in organiziranje medgeneracijskega prostovoljstva,
- zagotavljanje možnosti za elektronsko in drugo vseživljenjsko izobraževanje tretje generacije (univerza za tretje življenjsko obdobje ipd.),
- organiziranje usposabljanja in različnih servisnih pomoči za družine, ki doma oskrbujejo starega človeka, ter starim ljudem, ki se še lahko oskrbujejo sami na svojem domu (dovoz hrane, socialna oskrba na domu, patronažna zdravstvena nega, fizioterapija ...),
- samoorganizirano delovanje upokojske generacije s številnimi dejavnostmi na principu samopomoči,
- dnevno varstvo za starejše,
- gradnja sodobnega krajevnega doma za stare ljudi (zaradi ekonomske rentabilnosti bi moral biti povezan v organizacijsko baterijo z določenim številom drugih programov ali sorodnih domov),
- z domom povezana stalna možnost začasne oskrbe starih ljudi, ki sicer živijo v domačem okolju, soba za hospitalni krajevni hospic ter organska povezava doma in oskrbovanih stanovanj, tako da le-ta preidejo v popolno domsko oskrbovanje brez selitve starih ljudi, ko obnemorejo,
- uvedba hospica za prostovoljsko pomoč pri umiranju in žalovanju,
- organiziranje pravne pomoči za zapuščinske in druge starostne ali medgeneracijske pravne zadeve ter socialnega zagovorništva za stare ljudi.

Navedli smo le sodobne programe, ki jih v večini krajevnih skupnosti še ni in so bistvenega pomena za kakovostno staranje in solidarno sožitje generacij, sistematičen in izčrpen nabor programov najdemo v obsežnejših gerontologijah (npr. Ramovš 2003, str. 243-364).

V Ljubljani in drugod po Sloveniji delujejo v organizaciji upokojskih društev centri starejših, v katerih potekajo številne dejavnosti za dejavno staranje in tudi za medgeneracijsko povezovanje. Leta 2009 je v organizaciji programa Sadeži družbe pri Slovenski filantropiji zaživela v Murski Soboti hiša za povezovanje mladih in starejših. V Laškem že nekaj let deluje hiša generacij. Ti in podobni projekti izvajajo pomemben del dejavnosti medgeneracijskega središča; če se občina, kjer potekajo, odloči za vzpostavljanje medgeneracijskega središča, so nepogrešljivo živo jedro pri njegovem vzpostavljanju.

Tudi na delovni stopnji uvajanja novih programov in povezovanja obstoječih pri vzpostavljanju celovitega krajevnega medgeneracijskega središča je - kot na vseh drugih stopnjah - bistvena naloga sprotno izčrpno informiranje celotnega prebivalstva o dogajanju in delu, prav tako pa ozaveščanje o nalogah in možnostih, ki jih ima vsak posameznik, vsaka družina, organizacija in celotna skupnost pri skrbi za kakovostno staranje in solidarno sožitje generacij.

2.4 Menedžment za samostojno delovanje in razvoj krajevnega medgeneracijskega središča

Četrty pogoj za vzpostavitev in delovanje krajevnega medgeneracijskega središča je njegova organiziranost in vodenje v skladu z njegovim socialnim poslanstvom v skupnosti. Načela tega menedžmenta, ki jih ni mogoče obiti, so: 1. zakoreninjenost v celotno krajevno skupnost, 2. neprofitnost in poštenost pri njegovem vzpostavljanju in delovanju ter 3. delovanje programov v skladu s sodobnimi strokovnimi spoznanj gerontologije, medčloveškega sožitja in neprofitnega socialnega menedžmenta.

Medgeneracijsko središče je odgovor na potrebe ljudi v skupnosti. Vsakdo v skupnosti se stara, vsakdo ima pristno potrebo po lastnem kakovostnem staranju in po kakovostnem staranju bližnjih, vsakdo ima pristno človeško potrebo po lepem sožitju med mlajšimi in starejšimi v skupnosti. Glavni sila za vzpostavljanje medgeneracijskega središča v kraju je na voljo, ko se dovolj ljudi v skupnosti zave teh temeljnih socialnih potreb in uvidijo boljše možnosti za njihovo zadovoljevanje. Vzpostavljanje in vodenje medgeneracijskega središča na tem človeškem viru pomeni, da bo le-ta delovna naloga, last in ponos celotne skupnosti. Samo v tem primeru ne bo vodstvo krajevne skupnosti in njeno prebivalstvo pričakovalo rešitve problema staranja in oskrbe starih ljudi od kapitala, države in drugih zunanjih sil.

Seveda imajo tudi izvajalci programov, ki so v sestavi medgeneracijskega središča, svoje potrebe - druge kot je kakovostno staranje in krepitev medgeneracijske solidarnosti v skupnosti. Če je na primer investitor doma lastnik kapitala, je logično, da je njegov interes varna in donosna naložba njegovega denarja. Zaposleni negovalci onemoglih starih ljudi imajo ob vsem drugem svojo osnovno potrebo po varni zaposlitvi in zaslužku. Za skladno delovanje medgeneracijskega središča in njegovih programov je odločilno, da so potrebe in interesi vseh partnerjev prozorno opredeljeni in usklajeni s poslanstvom medgeneracijskega središča.

Za nastanek in razvoj krajevnega medgeneracijskega središča je nujna skupina sposobnih, uglednih in delavnih ljudi v skupnosti, ki se sami posvečajo poslanstvu kakovostnega staranja in medgeneracijskega sožitja v skupnosti na način, ki je primeren za današnje razmere. Izkušnja kaže, da ta skupina s svojim delovanjem navduši za to prioriteto nalogo celotno skupnost in da moralno in socialno vodi krajevno gibanje za kakovostno staranje in medgeneracijsko sožitje.

Pri oblikovanju začetnega soglasja in sprejemanju operativnega načrta za vzpostavljanje krajevnega medgeneracijskega središča, nato pa ves čas njegovega razvoja in delovanja, je najbolj zahtevna naloga vzpostavljanje in vzdrževanje sistema za sinergično sodelovanje vseh pristojnih in potrebnih subjektov v občini pri javni skrbi za kakovostno staranje in solidarno sožitje generacij. Nepogrešljivi subjekti tega sistema so: občinsko politično vodstvo in uprava, stranke, vse javne službe za vzgojo in izobraževanje (vrtci in šole), zdravstvo, sociala (dom za stare ljudi, oskrba na domu, dnevno varstvo, center za socialno delo ...), prostorsko urejanje in drugi javni resorji, ki vplivajo na starosti prijazno okolje in kraj, vse pomembne civilne organizacije (društvo upokojencev, medgeneracijsko društvo, RK, Karitas, mladinska organizacija, skavti ...) in posamezni ljudje, ki so pomembni za medgeneracijsko središče (strokovnjaki, zaslužni občani ...). Pri nekaterih od teh subjektov in programov je treba uvajati nove vsebine in oblike dela, ki so bistvenega pomena za medgeneracijsko središče (npr. medgeneracijsko vzgojo v vrtcih in šolah, medgeneracijsko usmerjenost v mladinskih in upokojenskih organizacijah). Pri tistih subjektih, ki sami izvajajo pomembne programe za kakovostno staranje, je zelo zahtevna menedžerska naloga njihovo partnersko vključevanje v celovito sinergično občinsko socialno mrežo in njihovo usposabljanje za učinkovito medsebojno sodelovanje.

Primerna organizacijska oblika medgeneracijskega središča je zavod, ki ga ustanovijo na principu javno-civilnega partnerstva občina in ustrezne civilne organizacije tretje, srednje in mlade generacije. Medgeneracijsko središče vodi strokovna služba, ki je specializirana za organizacijo medgeneracijske socialne mreže v skupnosti in za izvajanje potrebnih novih programov, ki jih potrebuje ta skupnost za področje kakovostnega staranja in krepitev medgeneracijske solidarnosti. Ta strokovna služba mora biti organizirana dinamično, da v praksi učinkovito vodi povezovanje obstoječih dejavnosti in razvoj novih potrebnih programov. Pomembno je, da je vodstvo delovno in sposobno, odločilno pa je, da je pošteno. Ker je delovanje vsakega medgeneracijskega središča nujno prepleteno s prostovoljstvom, je nujno, da je vsak zaposleni v medgeneracijskem središču tudi sam prostovoljec uro do dve tedensko, kot je socialna norma sodobnega prostovoljstva za osebno rast in skupnostni blagor.

Organizacijsko bistvo medgeneracijskega središča je ohranjanje stalnega ravnotežje med gibanjem za kakovostno staranje in solidarno sožitje v skupnosti ter med organizirano službo, ki poklicno opravlja svoje delo v ustanovah ali službah medgeneracijskega središča. Gibanje v skupnosti je nujni vir navdih in nepogrešljiva duša za živo delovanje medgeneracijskega središča, toda brez ustanove in služb se hitro konča v zmedu in splošnem razočaranju. Prevlada ustanove, plačanih služb, strokovnjakov in izvedencev nad pristnim gibanjem za kakovostno staranje in solidarno sožitje v skupnosti pa prinaša novo jalovo službo v breme skupnosti.

Vsako medgeneracijsko središče je treba ustanoviti in voditi v obliki, ki ustreza tej skupnosti in jo skupnost zmore. Organizacijska in pravna oblika, prostori in kadri, programi in način partnerskega sinergična povezovanja vseh subjektov morajo biti prilagojeni potrebam in možnostim kraja in ne serijski model nekega splošnega medgeneracijskega središča. V Komendi, kjer uvajajo številne nove programe za kakovostno staranje in sožitje generacij, so ustanovili nov zavod za izvajanje novih programov in za koordiniranje sinergičnega sodelovanja vseh subjektov, programov in nalog v občini, ki so pomembne za kakovostno staranje in solidarno sožitje med generacijami. V primerih, kjer prevladuje potreba po sinergični povezavi številnih obstoječih subjektov in programov pred uvajanjem novih, bo morda primerna kaka druga organizacijsko-pravna oblika medgeneracijskega središča; morda bo močan in stabilen organ, sestavljen iz vseh ključnih subjektov, vodil in s pomočjo svoje strokovne službe izvajal bistvene naloge krajevnega medgeneracijskega središča. Vsekakor izvaja operativna strokovna služba medgeneracijskega središča osrednje naloge na področju javne skrbi za kakovostno staranje in solidarno sožitje generacij, ki ne sodijo na področje plačljivih storitev.

Vzpostavljanje medgeneracijskega središča in njegovo delovanje mora potekati pod mentorstvom in supervizijo gerontološke strokovne ustanove, ki preverljivo razpolaga z znanji o oblikovanju in delovanju krajevnih medgeneracijskih središč; sedaj je to le Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje, ki je avtor zamisli medgeneracijskih središč in ta model razvija od leta 2002 teoretično in v praksi ter o tem poroča v domači in tuji strokovni javnosti.

Poleg koncepta, ki odgovarja na pristne pereče potrebe skupnosti, in metodike, ki je zmožna vzpostaviti medgeneracijsko središče v delovanje, je osnovno vprašanje o finančnih in človeških virih, ki so potrebni za njegovo delovanje. Medgeneracijsko središče mora biti zasnovano in organizirano na trdnih ekonomskih temeljih neprofitnega združniškega poslovanja v skupnosti in za skupnost. Slovensko socialno izročilo ima v Janezu E. Kreku pred sto leti vrhunsko svetovno izkušnjo tovrstnega ekonomsko socialnega poslovanja. Za vzpostavitev in delovanje krajevnega medgeneracijskega središča so na voljo trije viri:

- storitve, ki se same financirajo z neposrednim plačilom,
- javne finance občine, zavarovalnic, države in evropski viri,
- humanitarno-prostovoljski vir v obliki dela in donacij.

Za delovanje medgeneracijskega središča morajo biti na voljo vsi trije naštetih viri in vsi trije morajo biti med seboj sinergično prepleteni. Namestitev v domu za stare ljudi, socialna oskrba na domu, razne servisne storitve za stare ljudi na domu in podobne storitve imajo svojo tržno ceno, ki jo izvajalcu plača sam uporabnik, njegovi svojci, zavarovalnica ali javne finance po veljavnih predpisih. Povsem drugače je s programi, kot so planiranje celostne skrbi za urejen razvoj starajoče se družbe, informiranje in ozaveščanje celotnega prebivalstva, razvoj v smeri starosti prijaznega kraja, preventivne in vzgojne akcije za bolj ogrožene skupine ipd. Teh ne plačujejo niti posamezniki niti ni njihovo izvajanje redno financirano iz zavarovanj ali kakih drugih stalnih virov. Ker so javna sredstva občine, države in evropske skupnosti namenjena tistim javnim potrebam, za katere se skupnost odloči, da jih bo financirala, je tovrstne programe v kraju mogoče financirati edino na podlagi legitimno sprejetega občinskega programa. Za vzpostavitev in delovanje medgeneracijskega središča pa je humanitarno-prostovoljski vir prav tako nepogrešljiv, kot so plačane storitve in javna finančna sredstva skupnosti. V ta vir sodijo: neposredno

prostovoljsko delo organiziranih medgeneracijskih prostovoljcev ter prispevki in akcije, ki jih vlagajo društva, kulturne, izobraževalne, športne in druge organizacije, ustanove in posamezniki s svojim delom, znanjem in na druge načine v razvejano mrežo programov, ki so povezani v krajevno medgeneracijsko središče. Seveda sodijo v tretji vir za delovanje medgeneracijskega središča ali posameznih njegovih programov tudi finančne in druge materialne donacije podjetij in posameznikov.

Poudariti je treba, da sta prispevka v prostovoljskem delu in v znanju enako vredna za medgeneracijsko središče, kakor denar iz proračuna, iz plačila za storitve ali materialna donacija. Čas in znanje sta že sama po sebi merljiva v denarju, poleg tega pa potrebuje krajevno medgeneracijsko središče čisto določena znanja in prostovoljsko delo, ki ga ni mogoče naročiti in plačati na trgu, četudi bi bilo na voljo še toliko javnega ali zasebnega denarja. Prostovoljsko-humanitarni vir je nepogrešljiv, ker nekatere programe medgeneracijskega središča v principu lahko opravljajo samo prostovoljci. *Brez razvejanega medgeneracijskega prostovoljstva si ni mogoče zamisliti krepitev medgeneracijske solidarnosti v skupnosti in pri posameznikih, saj plačane storitve uspravajo in krnijo človeško solidarnost.* Pri nekaterih programih, ki so sicer tržne ali skupnostne narave in imajo zagotovljeno tržno ali javno financiranje, pa se mora izvajanje prepletati z prostovoljskim sodelovanjem, da ima humano noto človeške skupnosti; primera tega sta oskrba v domovih za stare ljudi in javno ozaveščanje skupnosti. Ker prostovoljstvo nepogrešljivo bogati tržni del storitev medgeneracijskega središča, mora tržni del redno prispevati nekaj od svojih zagotovljenih prihodkov za vzdrževanje prostovoljsko-humanitarnih programov medgeneracijskega središča. In ker sta organizirano prostovoljstvo in humanitarnost osnova kakovostnega življenja v vsaki krajevni skupnosti, je odgovornost za njuno delovanje primarna naloga župana in občinskega sveta kot izvoljenega vodstva skupnosti ter občinskih upravnih in drugih služb.

Tržne storitve za kakovostno staranje in sožitje med generacijami, javna politična skrb za to področje ter samopomoč in humanitarnost posameznikov, družin in organiziranih skupin prebivalcev v občini so torej trije viri za vzpostavljanje in delovanje medgeneracijskega središča. Vsi trije morajo stalno delovati in se med seboj prepletati. Zdravo napajališče vseh treh, še zlasti samopomoči in humanitarnosti, je človeška energija, ki se v ljudeh prebuja, ko se zavedo svojih potreb, stisk in zmožnosti na področju staranja in sožitja generacij. Ta prvinska energija samopomoči v skupnosti se krepi ob dobrih izkušnjah, ko ljudje doživljajo, da svoje potrebe po kakovostnem staranju in sožitju učinkovito zadovoljujejo sami sebi in drugim v svoji skupnosti.

3. Pomembnejši programi in dejavnosti medgeneracijskega središča

Krajevno medgeneracijsko središče mora imeti toliko lastnih programov in stabilnih partnerskih povezav s programi drugih, da bo izpolnjevalo svoje osnovno poslanstvo v skupnosti. Ob začetku svojega delovanja mora medgeneracijsko središče sistemsko na učinkovit način (sinergično) povezovati ali voditi vsaj 10 programov, ki se izrecno posvečajo delu za povezovanje generacij v kontekstu kakovostnega staranja v današnjih demografskih razmerah. Ti programi morajo biti razporejeni tako, da deluje vsaj po en program na vsakem od naslednjih področij:

- informiranje in ozaveščanje celotnega prebivalstva v skupnosti o kakovostnem staranju in solidarnem medgeneracijskem sožitju,
- pouk o staranju in vzgoja za solidarno medgeneracijsko sožitje v vrtcih, osnovnih in srednjih šolah, v programih izobraževanja odraslih in starejših ljudi,
- medgeneracijsko prostovoljstvo (skupine na principu samopomoči, družabništvo, spremljanje umirajočih in žalujočih ...),
- dejavnosti ali programi za zdravo in aktivno staranje ter za krepitev solidarnega sožitja med mlado, srednjo in upokojensko generacijo,
- dejavnosti in programi za pomoč družini, ki oskrbuje starega človeka,
- programi ali ustanove za poklicno oskrbo in nego onemoglih starih ljudi.

Bistvena naloga organa, ki je v skupnosti odgovoren za kakovostno staranje in medgeneracijsko solidarnost ter operativne strokovne skupine v medgeneracijskem središču je zaznavanje novih potreb in razvojnih rešitev na tem področju.

Vzpostavlanje krajevnega medgeneracijskega središča traja okrog tri leta. V tem obdobju je z dobro strokovno organizaciji ob resni politični volji vodstva in celotne skupnosti mogoče izvesti vsa bistvena dela od pobude za vzpostavitev krajevnega medgeneracijskega središča do njegovega polnega delovanja v kraju: informiranje in ozaveščanje skupnosti, legalno odločitev vodstva skupnosti na temelju ugotovljenih potreb in zmožnosti, načrtovanje konkretne podobe medgeneracijskega središča, ustanovitev zavoda ali druge organizacijske oblike, izgradnja prostorov, uvajanje potrebnih novih programov in partnersko sinergično povezovanje obstoječih, pridobivanje in usposabljanje kadrov, zagotavljanje stabilnih virov financiranja za delovanje medgeneracijskega središča, vzpostavitev kakovostnega vodenja in drugih mehanizmov za njegovo trajno samostojno delovanje in razvoj.

Ko je krajevno medgeneracijsko središče vzpostavljeno, ima skupnost sodobno orodje za uresničevanje svoje strategije za kakovostno staranje in krepitev solidarnega sožitja med generacijami v naslednjih desetletjih, ko se bodo demografske, socialne in gospodarske razmere zaostrovale zaradi naglega staranja prebivalstva.

4. Dva primera medgeneracijskih središč v nastajanju

V preteklih letih sta pri zamisli in vzpostavljanju medgeneracijskega središča dobro napredovali Občina Komenda in Zavod Antona Martina Slomška v Mariboru. V prvem primeru gre za vzorčno občinsko medgeneracijsko središče, v drugem pa za posebno pokrajinsko medgeneracijsko središče. Ko je bil spomladi leta 2009 na obisku v Sloveniji direktor Oddelka za staranje in življenjski potek pri Svetovni zdravstveni organizaciji (WHO) dr. John Beard, si je oba primera ogledal in poudaril, da njun vzorčni pomen daleč presega krajevni, pokrajinski in tudi slovenski nacionalni pomen; seveda pa ju je treba vzpostaviti do njunega polnega delovanja, da se lahko ta njuna laskava vloga uresniči.

4.1 Medgeneracijsko središče Komenda

Občina Komenda na Gorenjskem ima skoraj 5.000 prebivalcev, gospodarsko dobro uspeva, prebivalstvo pa naglo narašča zaradi priseljevanja mladih družin. Skupnost se je odločila, da poskrbi za sodobno socialno mrežo potrebnih programov za kakovostno staranje in krepitev solidarnega sožitja med mlado, srednjo in tretjo generacijo v naslednjih desetletjih. Gerontološki in medgeneracijski strokovni menedžment je poverila Inštitutu Antona Trstenjaka. Doslej je bilo pri vzpostavljanju opravljeno naslednje.

- Pripravljena je bila in na občinskem svetu sprejeta sodobna občinska strategija za kakovostno staranje in solidarno sožitje med generacijami do leta 2015.
- Vse prebivalstvo je bilo temeljito informirano o vsem preko številnih oddaj na lokalni TV, z rednim pisanjem v krajevnem mesečniku in preko široke javne razprave s številnimi predavanji, omiziji in akcijami iz druge operativne stopnje ter preko brošure za vsa gospodinjstva.
- Opravljena je bila terenska raziskava o potrebah in zmožnostih tretje generacije in z rezultati seznanjeno vse prebivalstvo občine.
- Ker kraj potrebuje in želi dom za stare ljudi, smo s podjetjem Firis organizirali ekskurzijo odgovornih ljudi iz političnega vodstva, služb, javnih ustanov in nevladnih organizacij, da so si na dvodnevni ekskurziji ogledali v Nemčiji nekaj domov četrte generacije in drugih sodobnih programov za oskrbo starih ljudi.
- Socialni subjekti, ki so pomembni za kakovostno staranje in solidarnost med generacijami, so bili deležni organizacijskega in menedžerskega svetovanja, da je prišlo do celovitega koncepta vseh potrebnih programov za kakovostno staranje in sožitje med generacijami. Operativni načrt medgeneracijskega središča je bil soglasno sprejet na vseh ravneh v občini.
- Na sodobnem principu javno-zasebnega partnerstva je bil ustanovljen nov zavod Medgeneracijsko središče Komenda; ustanovili so ga Občina Komenda, Medgeneracijsko društvo Komenda, Društvo upokojencev Komenda in Ustanova Petra Pavla Glavarja - to je lokalna socialna fundacija, ki ima več

kot dvestoletno izročilo in je bila lastnica Glavarjevega špitala (ta dvesto letna stavba je bila prvi dom za stare onemogle ljudi v Komendi).

- Postopoma poteka uvajanje in priprava novih programov: sodobnega doma za stare ljudi s šestdeset mesti, izvajanje socialne oskrbe na domu in druge servisne ter izobraževalne pomoči družinam, vključno s klubi svojcev za družine, ki doma oskrbujejo starega človeka, gradnja sodobnih oskrbovanih stanovanj na principu, da se, ko je potrebno, brez selitve starih ljudi spremenijo v gospodinjske skupine s polno domsko oskrbo, široko razvejano medgeneracijsko prostovoljstvo, izobraževanje za tretjo generacijo, zagovorništvo za stare ljudi, hospic, sistematično usposabljanje za kakovostno medgeneracijsko sožitje - in sicer otrok v vrtcu in OŠ, mladine v mladinski organizaciji in pri skavtih, upokojenecv in drugih. V celovito socialno mrežo bodočega krajevnega medgeneracijskega središča povezujemo javno vzgojo in šolstvo, prostorsko planiranje kraja v smislu starosti prijazne občine, številne nevladne organizacije, ki so v kraju zelo aktivne, in vse druge pomembne programe in službe.

V Komendi vlada velika zavzetost za vzpostavitev krajevnega medgeneracijskega središča. Duša tega razvoja je prostovoljsko delo domače organizatorke medgeneracijskih programov za kakovostno staranje in sožitje generacij gospe Viki Drolec. Vse to in vrsta ugodnih okoliščin pri tem obsežnem projektu kažejo, da bo v naslednjih letih v Komendi zaživel medgeneracijsko središče, ki bo vzorčno za Slovenijo in za širše območje Evrope.

4.2 Pokrajinsko medgeneracijsko središče Antona Martina Slomška v Mariboru

Zavod Antona Martina Slomška, ki deluje za širše področje Štajerske, prenavlja veliko stavbo na robu Maribora, v kateri že deluje več medgeneracijskih programov: vrtec, gimnazija, dijaški internat, študentski dom, programi za izobraževanje odraslih, rekreativni center s telovadnico, pridobljeno imajo državno koncesijo za dom za stare ljudi po sodobnem načinu gospodinjskih skupin, v načrtu je še osnovna šola in morda še kaj. Odločili so se za pionirski koncept v svetovnem merilu, da bo ob avtonomiji vsakega od teh programov v ospredju sistemska povezanost vseh v medgeneracijsko središče. Namen povezovanje vseh programov v medgeneracijsko središče je sodobno reševanje današnje pereče potrebe po krepitvi medgeneracijske povezanosti in solidarnosti pri vseh udeležencih in vzorčnost za modelno posnemanje na pokrajinski ravni.

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje so zaprosili za strokovno sodelovanje. S projektnim svetovanjem smo vodstvu in izvajalskim strokovnjakom pomagali, da so zasnovali sodoben dom četrte generacije (njihovo vodstvo in načrtovalci adaptacije stavbe so šli na dvodnevno ekskurzija ogleda sodobnih nemških domov za stare ljudi), vse učiteljsko osebje gimnazije je imelo intenziven celodnevni seminar o povezanosti vseh treh generacij, vodje bodočih organizacijskih enot in programov imajo občasno celodnevne in krajše delavnice o možnostih medgeneracijske povezanosti v tem kompleksnem sistemu, skupino njihovih študentov smo usposabljali za razumevanje starih ljudi in sožitje z njimi. Jeseni 2008 so izvedli množičen in zelo uspešen medgeneracijski festival. Uvajajo medgeneracijsko prostovoljstvo, med drugim gimnazijci starejše ljudi učijo računalništvo.

To medgeneracijsko središče bo posebno v več pogledih. Vse njegovo delovanje se bo odvijalo s sožitjem v ogromni ustanovi pod eno streho, zato ga bo treba tem skrbneje organizirati in izvajati, da bo sožitje vse bogatilo in ne oviralo. Zavod deluje za široko področje, njegov lastnik je mariborska škofija. Uvajanje novih programov za lepše sožitje med ljudmi in bolj človeško staranje v tem središču bo imelo velik vpliv na celotno področje vseh treh štajerskih škofij in na vso slovensko katoliško Cerkev. Zato je vzpostavljanje tega medgeneracijskega središča obenem izjemna priložnost in velika odgovornost. Ta naloga je tem težja ob izrazitem pomanjkanju denarja za gradnjo doma za stare ljudi in ob dejstvu, da je povodenj v novem in obnovljenem kletnem delu stavbe ob neurju poleti 2009 povzročila toliko škode, da bi s tem denarjem lahko adaptirali dobršen del stavbe za dom za stare ljudi.

5. Namesto sklepa: nadaljnje informacije o medgeneracijskih središčih

V tem prispevku smo se omejili na opis koncepta in metodični prikaz vzpostavljanja krajevnega medgeneracijskega središča. Izčrpniji prikaz bi zahteval razčlenitev razlogov za razvoj tega modela. Med formalnimi osnovami velja posebej opozoriti na slovenske in evropske politične dokumente, ki izrecno predvidevajo razvoj medgeneracijskih središč ali pa zahtevajo rešitve, ki jim ta model odgovarja (Madrid 2002, Berlin 2002, Leon 2007, Svet EU 2005, Resolucija 2006, Strategija 2006). Prav tako bi izčrpniji prikaz zahteval njegovo utemeljitev modela medgeneracijskih središč v današnjih družbenih razmerah in v perečih sodobnih potrebah. Nenazadnje opisani model medgeneracijskih središč ni niti razumljiv niti izvedljiv brez trdnih antropoloških osnov v celostnem gledanju na človeka v njegovi telesni, duševni, socialni, duhovni, eksistencialni in razvojni razsežnosti, v neločljivem dopolnjevanju telesnega, duševnega in socialnega zdravja, v komplementarni povezanosti vseh treh generacij ter v življenjskem ravnotežju med posameznikom in skupnostjo, pri čemer je nepogrešljiv vezni členom med obojim, to je družina in druge temeljne skupine, zlasti tiste, ki jih ljudje oblikujejo v okviru civilne družbe po lastni izbiri na principu samopomoči in solidarnosti. Vse to je deloma prikazano v drugih objavah o medgeneracijskih središčih, zato ob koncu navajamo te objave.

5.1 Objave o medgeneracijskih središčih

Šugman Bohinc, L. (2003). Pripovedovanje zgodb v socialnem delu in psihoterapiji. *Socialno delo* 42,6. Ramovš Jože (2002). Krajevni medgeneracijski centri - srce sodobnih programov za kakovostno staranje in povezovanje generacij. Spoznanja v luči analize socialnega varstva starih ljudi v Sloveniji. V: *Kakovostna starost*, letnik 5, št. 4, str. 17-33.

Ramovš Jože (2006a). Qualitätsvolles Altern und Zusammenleben der Generationen. Der Präventionsbedeutung von Frankls Logotherapie in den zeitgenössischen Programmen für qualitätsvolles Altern und Zusammenleben der Generationen. V: Wiesmeyr O., Batthyány A. (Hrsg.). *Sinn und Person. Beiträge zur Logotherapie und Existenzanalyse von Viktor E. Frankl*. Weinheim und Basel: Beltz Verlag, str. 269-289.

Ramovš Jože (2006b). Krajevni medgeneracijski center - rešitev številnih nalog javne skrbi za kakovostno staranje in sožitje generacij. V: *Zdravo staranje, iluzija ali realnost? Izobraževalni program iz javnega zdravja IV*. Maribor: Zavod za zdravstveno varstvo Maribor, str. 86-88.

Ramovš Jože (2006c). Medgeneracijsko središče za stare ljudi kot celostna organizacijska oblika skrbi za kakovostno staranje in sožitje med generacijami. Vabljeni predavanje na simpoziju "Ob 40-letnici slovenske gerontologije", Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje, Ljubljana, 6. dec. 2006.

Ramovš Jože, Simona Hvalič Touzery, Ramovš Ksenija (2007). New programmes for quality ageing in Slovenia. Referat: XIII. Ogólnopolski Zjazd socjologiczny, Zielona Góra, 13.-15.9.2007.

Ramovš Jože (2008a). Krajevno medgeneracijsko središče. V: *Kakovostna starost*, letnik 11, št. 1, str. 26-45.

Ramovš Jože (2008b). Krajevno medgeneracijsko središče. Gerontološko izrazje. V: *Kakovostna starost*, letnik 11, št. 2, str. 71-72.

Jože Ramovš, Ksenija Ramovš (2009). The Development of local Intergenerational Centres in Slovenia. V: *The Journal of Nutrition, Health and Aging*. 19th IAGG World Congress of Gerontology and Geriatrics. Paris, 5-9 July 2009 - Abstract Book, str. 707.

Ramovš Jože (2009). Krajevna medgeneracijska središča. Referat na 9. festivalu za tretje življenjsko obdobje. Ljubljana, 30.9. do 2.10.2009.

6. Literatura

Berlin (2002). <http://www.unec.org/ead/pau/age/conf2002frame.htm>.

Eržen Mateja (2005). *Brezposelne prostovoljke v mreži medgeneracijskih programov za kakovostno starost Trbovlje*. V: *Kakovostna starost*, letnik 8, št. 2, str. 2-14.

Leon (2007). http://www.unec.org/pau/age/ConferenceonAgeing_2007/ECE_AC30_2007_L1_E.pdf

Madrid (2002). <http://www.un.org/esa/socdev/ageing/waa/>.

Ramovš Jože (2002). *Krajevni medgeneracijski centri - srce sodobnih programov za kakovostno staranje in*

povezovanje generacij. Spoznanja v luči analize socialnega varstva starih ljudi v Sloveniji. V: Kakovostna starost, letnik 5, št. 4, str. 17-33.

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

Ramovš Jože (2006). Kakovostno staranje in sožitje generacij v Komendi. Komenda: Občina.

Resolucija o nacionalnem programu socialnega varstva za obdobje 2006-2010. Uradni list RS, št. 39/2006, 13.4.2006.

Strategija varstva starejših do leta 2010 - solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva (Vlada RS, 21.9.2006).

Izdalo: Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve oktobra 2007.

Svet EU (2005). Zelena knjiga "Odziv na demografske spremembe: nova solidarnost med generacijami". Bruselj, 2005 (uradni slovenski prevod)

HIŠA PRAVIH SREČANJ - KRAJEVNO MEDGENERACIJSKO SREDIŠČE V RENČAH

ZMAGA PROŠT

Društvo upokojencev Renče

POVZETEK

Člani Društva upokojencev Renče smo prepoznali možnosti in priložnosti, našli smo pot, da na lokalni ravni ustvarimo središče, prostor za raznolikimi dejavnostmi, v katerih pletemo medosebne vezi med vsemi generacijami. Tako se v naši Hiši pravih srečanj v odnosih med vsemi vpletenimi udeležujejo naslednje vrednote: solidarnost, sodelovanje, povezovanje, soustvarjanje, sožitje, izmenjava, pretok, spoštovanje, prijateljevanje, srečevanje, pomoč, samopomoč, svetovanje, posameznik, vključevanje, prostovoljstvo. Gre za projekt, v katerem so dejavnosti zasnovane na potrebah, interesih, željah in zmožnostih vseh treh rodov. Tako se prepletajo in povezujejo življenjske niti vseh sodelujočih. Gonilna sila gibanja za dejavno, ustvarjalno skupnost ljudi vseh starosti, smo upokojenci, predstavniki baby-.boom generacije. Ko tako skupaj načrtujemo, organiziramo, izvajamo in vrednotimo posamezne dejavnosti, udeležujemo ideje, cilje in strategije, ki so deklarirane v dokumentih evropske skupnosti in v naši nacionalni Strategiji varstva starejših do leta 2010-solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva.

Ključne besede: središče, razvojno-eksperimentalni projekt, vse generacije, valilnica novih socialnih mrež, prostovoljsko delo.

1. Prvi koraki na poti k starejšim ljudem

Spomladi leta 2008 smo v Društvu upokojencev Renče začeli izvajati projekt "Starejši za višjo kakovost življenja doma", ki poteka na nacionalni ravni pod okriljem Zveze društev upokojencev Slovenije. Štirinajst usposobljenih prostovoljk in prostovoljcev je obiskalo 214 ljudi starejših od 69 let na njihovih domovih. Srečanja s posamezniki, starejšimi ljudmi, so trajala povprečno uro in pol. Velika večina starejših nas je lepo sprejela, veseli so bili obiska in so nas vabili, da čim prej spet potrkamo na njihova vrata. Tovrstna izkušnja nas je prepričala, da je vredno spodbujati in razvijati medsebojno pomoč in podporo med starejšimi v kraju in da je naše poslanstvo poiskati poti in možnosti, da naredimo Renče še bolj prijazne starejšim.

V pogovorih z njimi smo izpolnjevali standardizirani vprašalnik o njihovih bivalnih, zdravstvenih in socialnih razmerah ter potrebah po organiziranem izvajanju novih storitev, programov v kraju. Radosti nas dejstvo, da so generacije znotraj širše družine (starejši, sinovi-hčere, vnuki) dobro povezane. Starejši varujejo

vnuke, pripravljajo hrano za mlajše družine, pomagajo pri čiščenju, različnih opravilih in popravilih v stanovanju, hiši, na vrtu. Mlajši nudijo pomoč, oskrbo in nego svojim onemoglim, bolnim staršem in jim tako omogočajo, da ostajajo vpeti v svoj naravni družinski krog. Nekatere družine so zaradi bolezni starejših, zlasti tam, kjer imajo v oskrbi dementne ali na posteljo priklenjene starejše družinske člane, zelo obremenjene. Relativno dobro je v naši vasi ohranjena in živa sosedska pomoč, kar kaže, da nismo gluhi in slepi za stiske, težave svojih sosedov. Materialni položaj je slabši v enočlanskih gospodinjstvih z eno samo skromno pokojnino. Starejši, ki živijo sami, nimajo v bližini svojcev ali jih ti poredko obiskujejo, pogrešajo družbo, se počutijo osamljene. In prav ti, ki se še niso zapredli v svojo osamelost, so pripravljeni prihajati na občasna srečanja z vrstniki, "pripadniki svoje generacije, ki žal odhaja".

2. Nagrada za prostovoljno delo

Pa se je zgodila strokovna ekskurzija, pravzaprav nagrada za opravljeno prostovoljsko delo v projektu. Petega decembra 2008, na mednarodni dan prostovoljcev, smo se sprehodili po parlamentu in obiskali Center dnevnih aktivnosti za starejše, ki ga vodi Mestna zveza upokojencev Ljubljana. Doživeli smo prijazen sprejem obiskovalcev-starejših ljudi, strokovnih delavk, prostovoljk in vodstva in zaznali neizmerno energijo, predanost, zaupanje, tovarištvo, pripadnost, zadovoljstvo. Na poti domov smo modrovali, kje in kako bi v Renčah lahko izvajali nekaj podobnega. Prazni prostori bivše trgovine v središču vasi?!

3. Podpora lokalne skupnosti

Predsednica sveta Krajevne skupnosti Renče, ki se s svojimi sodelavci trudi, da bi Renče kot skupnost ponovno zadihale s polnimi pljuči, nas je navdušence pozorno poslušala in nam naročila, naj pripravimo idejno zasnovo projekta. Prve dni februarja 2009 smo članom Sveta Krajevne skupnosti Renče, predstavili koncept eksperimentalnega razvojnega projekta "Krajevno medgeneracijsko središče", v katerem bomo organizirali in izvajali raznolike dejavnosti za starejše ljudi, pa tudi za vse druge, srednje in najmlajšo generacijo. Snujemo torej Hišo pravih srečanj vseh krajanov Renč. Vanjo vabimo tudi najbližje sosede, krajanje Bukovice, Volčje Drage in Vogrskega.

Naša hiša postaja in bo prostor za druženje, prijateljevanje, pogovore, sprostitev, učenje, delo, medsebojno pomoč, medgeneracijsko sodelovanje, vzgojo za dobre medsebojne odnose, zabavo, svetovanje, informiranje. Prostor, kjer se bo vsak dan kaj dogajalo, kamor bomo radi prihajali kot obiskovalci, pa tudi kot mentorji-izvajalci posameznih dejavnosti. Hiša bo odprta za vse, vanjo bomo prihajali po lastni odločitvi in dejavnosti bomo organizirali in izvajali pretežno s prostovoljskim (neplačanim) delom. "Ko se bomo tako povezovali med seboj, bomo zaživel vsak zase in vsi skupaj, prava srečanja, ki jih v današnjem času vsi zelo pogrešamo." Tako smo nagovorili od februarja do srede aprila 420 upokojenih krajanov in starejših ljudi ter njihovih družinskih članov, ki smo jih obiskali z namenom, da raziščemo njihove interese, želje in namen za vključitev v konkretno dejavnost. Zbrani podatki so nam v pomoč pri načrtovanju dela in organiziranju prvih srečanj. Posebej nas veseli dejstvo, da smo v tej akciji odkrili tudi nekaj sokrajanov, ki bodo svoje znanje in izkušnje delili kot mentorji, predavatelji.

4. Dejavnost Hiše je zaživila

Mesec maj 2009 je bil pomemben mejnik. Začeli smo izvajati prve dejavnosti. Izpeljali smo tečaj računalniškega opismenjevanja in začetni tečaj italijanščine. Odprtih rok smo sprejeli ponudbo Ljudske univerze iz Nove Gorice, ki izvaja razne delavnice, predavanja, tečaje in izobraževanja v okviru Točk vseživljenjskega učenja. Ljubitelji vrtnic smo si v spremstvu sokrajana, dobrega poznavalca starih sort vrtnic, ogledali zbirko burbonk na Kostanjevici nad Novo Gorico in se dogovorili za jesenska srečanja o vzgoji in oskrbi vrtnic. Delovna skupina naših prostovoljk in prostovoljcev je na delavnici razpravljala, kako čim bolj učinkovito obveščati zainteresirane o dejavnostih, ki bodo potekale v Hiši ter pripravila predlog hišnega reda in ga posredovala upravnemu odboru društva v sprejem. Društvo upokojencev Renče in Krajevna skupnost Renče sta podpisala pogodbo o oddaji prostorov bivše trgovine v dveletni najem. Nekaj finančnih sredstev za zagon dejavnosti v Hiši pravih srečanj smo pridobili na javnem razpisu občine Renče-Vogrsko, manjša popravila so brez plačila za delo opravili upokojeni kolegi in nam naklonjeni sokrajanje.

V septembru, ko je bila večina še v medgeneracijskih družinskih, sosedskih in prijateljskih družinah po vinogradih, smo zbirali prijave za tečaj angleščine, osnovno računalniško opismenjevanje, za ustvarjalno delavnico izdelave počitniškega albuma, za enodnevno medgeneracijsko srečanje na temo "čar vode". Med osnovnošolci smo nagovorili skupnico, ki bo starejše ljudi vodila skozi osnove dela z računalnikom (mednarodni projekt SOCRATES Gruntvig 2 za vseživljenjsko učenje, "TANDEMS GO", nosilec Ljudska univerza Ajdovščina). Ta program bomo izvajali v računalniški učilnici naše osnovne šole. Vodstvo in kolektiv sta nam naklonjena in odprta za sodelovanje.

5. Zagotoviti pogoje za redno delo

Ključni sodelavci projekta se sestajamo povprečno dvakrat na mesec. Od septembra dalje redno dvakrat na teden v Hiši dežuramo, sprejemamo obiskovalce, jih seznanjamo z namenom, cilji in programom, beležimo njihove želje, ideje, jih vpisujemo v zelene dejavnosti. Zavedamo se, da smo se lotili zahtevne naloge in ne želimo ostati na pol poti, zato že zbiramo informacije o možnostih za zaposlitev mlajšega, primerno strokovno usposobljenega sodelavca, ki bo pripravljen vpreči v naš voz. Seveda moramo poiskati in zagotoviti tudi različne stabilne vire financiranja.

Ker je Krajevno medgeneracijsko središče "Hiša pravih srečanj" v Renčah nov socialno-varstveni program, namenjen vsem generacijam in z njim v Društvu upokojencev udeležujemo enega od pomembnih ciljev, ki so opredeljeni v nacionalni Strategiji varstva starejših do leta 2010-solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva, upravičeno pričakujemo podporo iz državnega proračuna.

Zagnanci, upokojenci iz Renč, predstavniki "baby boom" generacije, smo prepričani, da smo ubrali pravo pot. Da bomo uspešni in učinkoviti v svoji novi socialni vlogi. Da bomo v odprtem, ustvarjalnem dialogu z vsemi generacijami sooblikovali socialno okolje, prijazno ljudem vseh starosti. Da bo naša Hiša pravih srečanj valilnica novih povezav, novih socialnih mrež, prispevek k večji kakovosti življenja posameznikov in skupnosti v celoti.

MEDGENERACIJSKO SODELOVANJE V IŽANSKI OBČINI

ALOJZ KOBAL

Društvo upokojencev Ig

POVZETEK

V prispevku predstavljamo izkušnje Društva upokojencev na Igu v zvezi z medgeneracijskim sodelovanjem v naši občini in prizadevanja pri skupnem projektu "Medgeneracijski center Ig". Poudarjamo zlasti potrebo po postopnosti, kar narekujejo kompleksne naloge, velika finančna vlaganja in sodelovanje vseh zainteresiranih.

Ključne besede: medgeneracijski center, dnevni center aktivnosti za starejše, medgeneracijsko sodelovanje, medgeneracijsko sožitje.

1. Uvod

O medgeneracijskih centrih in medgeneracijskem sožitju je bilo že toliko povedanega in napisanega, da verjetno kaj novega ne morem povedati. Predstavim pa lahko prizadevanja našega društva, da bi se v občini Ig celostna skrb za starejšo populacijo še bolj razvila in vas ob tem seznanim z dosedanjimi izkušnjami našega društva v zvezi s tem. Kot društvo upokojencev si že dalj časa prizadevamo, da bi starejši dobili ustrezno mesto v današnji družbi. Starejših od 69 let, nas je v občini Ig okoli 1000. Živimo v primestnem območju. Velik del starejših ljudi je še vezan na zemljo in jo zna tudi s pridom uporabiti.

Večina jih na primer vrtnari še v pozno jesen svojega življenja. Ne glede na to, da ste to že večkrat slišali, in ne glede na to, da to ni zraslo na mojem zelniku, moram ponoviti: v društvo se vključujemo upokojenci predvsem zato, da lažje uresničujemo humanitarne in materialne pravice in interese starejših ljudi ter si prizadevamo za izboljšanje njihovih življenjskih razmer v razsežnosti medgeneracijskega sodelovanja, solidarnosti in integracije. Medgeneracijsko solidarnost obravnavamo kot vrednoto in izhajamo iz tega, da starost za družbo ne sme biti odvečno breme, temveč le del družbeno koristnega življenjskega ciklusa. In to je naše vodilo.

2. Projekt medgeneracijski center Ig v načrtih občine in društva upokojencev Ig

V ciljih strategije varstva starejših je med drugim predvideno tudi razvijanje krajevnih medgeneracijskih središč, ki združujejo vse javne in civilne potenciale za kakovostno staranje in solidarno sožitje generacij v kraju. Marsikdo od nas si je, ko je prebral ta stavek, predstavljal predvsem velike stavbe - medgeneracijske centre, kjer se bo to vse skupaj dogajalo - zgradimo in bo! Daleč od tega!

Eden večjih projektov, za katerega smo dali pobudo občini, je zgraditev doma starejših na Igu. Starejši z našega območja, ki so v domovih, so namreč nameščeni po vsej Sloveniji. Opravili smo več razgovorov s strokovnimi službami pristojnega ministrstva, z nekaterimi koncesionarji, ki domove že upravljajo in z občinskim vodstvom. Izdelali smo vsebinski predlog. Rezultat tega je, da je občinski svet predlog podprl in da je možna lokacija vnešena v predlog prostorskega načrta občine Ig. Ko bo prostorski načrt sprejet, pričakujemo konkretno nadaljevanje.

Projekti medgeneracijskih centrov v celoti so tako kompleksni, da jih eno društvo, kot je naše, ni v stanju speljati samo in pravi naslov za to so občine. Smo pa upokojenci osnovna ciljna skupina, kateri so te dejavnosti namenjene, zato smo vsaj v naši sredini upokojenci pobudniki in aktivni sodelavci v vseh takih projektih. Lani smo pripravili elaborat o našem videnju medgeneracijskega centra in ga s predlogi aktivnosti posredovali občini Ig. V maju istega leta je občinski svet naše predloge soglasno podprl in sprejel tudi sklepe, s katerimi je občina Ig prevzela vlogo nosilca projekta "Medgeneracijski center Ig". Društvo upokojencev Ig bo pri tem projektu še naprej aktivno sodelovalo. Vsi se zavedamo, da bo do uresničitve tega programa preteklo še precej časa in tu velja pristati na postopnost. Imamo odprte oči in se seznanjamo tudi z izkušnjami drugih, ki so tu že naprej.

Z našega stališča dajemo poudarek predvsem naslednjemu:

- v sklopu projekta pripraviti celostni pregled stanja skrbi za starejše na našem območju ter idejne zasnove, investicijski program, terminski plan in tako naprej; vse to upoštevati v občinskih planskih aktih; vse to je naloga nosilca projekta;
- nadaljevati in izboljšati že uvedene programe skrbi za starejše; tu je glavni akter občina v sodelovanju s centrom za socialno delo;
- zagotoviti ustrezna zemljišča in jih uvrstiti v prostorske akte;
- takoj preizkušati in uvajati oblike dela, ki jih zlasti starejši vidimo v okviru projekta medgeneracijskih centrov ter nadaljevati tudi vse dejavnosti, ki v društvu že potekajo.

3. Dejavnosti v društvu upokojencev Ig

Mi upokojenci lahko ogromno pripomoremo pri vsem tem zlasti s svojimi izkušnjami, največ konkretnega pa storimo predvsem pri slednjem. Naj na kratko opišem nekatere naše aktivnosti, ki jih lahko smatramo kot redno delo v društvu pa tudi kot postopno nadgradnjo v smeri medgeneracijskega sodelovanja. Naše osnovno izhodišče je postalo to, da dejavnost društva ni več namenjena samo članom, pač pa vsem starejšim v našem okolju in vse bolj tudi medgeneracijskemu sodelovanju. Na socialnem področju sodelujemo v projektu Starejši za starejše, v sodelovanju s poverjeniki smo pozorni zlasti na bolne, zapostavljene in druge, ki so potrebni kakršnekoli pomoči ali le pozornosti. Imamo mešani pevski zbor, ki vneto vadi in nastopa na lokalnih in drugih prireditvah ter revijah, zelo pogosto pa tudi po domovih za starejše. Vsaj dvakrat letno skupaj kolesarimo. V društvu imamo odlične planince in ti nam organizirajo

po nekaj pohodov letno. V društvu je preko 50 aktivnih balinarjev, ki vneto vadijo in tudi igrajo v lokalnih ligah. Tu velja poudariti še dvoje: balinajo moški in ženske, odlično sodelujejo tudi z balinarskim klubom na Igu in nekateri nastopajo tudi zanj. Na razpolago imamo le odprto dvostezno balinišče, velika želja je, da zgradimo pokrito in dovolj veliko, da bo prostora tudi za balinarski klub Ig in druge udeležence. Vsako leto imamo najmanj 5 do 8 izletov. Udeležba je velika. Za naše boljše sodelovanje so pomembna tudi družabna srečanja. Vsako leto ob občinskem prazniku skupaj z občino organiziramo srečanje vseh starejših od 70 let. Poletni pikniki so že ustaljena praksa. Omeniti moram tudi uspešno izvedeno srečanje upokojencev naše pokrajinske zveze pred nekaj leti in srečanje ob 55- letnici delovanja našega društva, ki smo jo praznovali lani. Moram omeniti še naša dekleta, ki praktično za vsako večje srečanje spečejo ali skuhamo odlične domače dobrote in izdelke tudi razstavljajo. Nekatere tudi klekljajo. V društvu so tudi amaterski slikarji in fotografi, ki prav tako razstavljajo. Skratka, dejavnost v društvu je pestra in se najde za vsakega nekaj, samo volje je treba.

4. Dnevni center aktivnosti za starejše in medgeneracijsko sodelovanje

Če pozorno berete, vidite da so - razen kuhanja in peke seveda - to dejavnosti, ki se jih lahko izvaja zunaj v naravi, doma ali pa občasno v raznih drugih prostorih . Manjka pa infrastruktura, ki bi nam ves čas omogočala, da smo skupaj tudi ob slabših vremenskih pogojih pa tudi neformalno, predvsem pa da razširimo področje delovanja in krog udeležencev. No naše stalno prizadevanje je konec lanskega leta le obrodilo delne sadove. Izkoristili smo priliko in pridobili prostore nekdanje knjižnice Ig. Knjižnica se je namreč preselila v novi Center Ig, kot mu pravimo. V novih prostorih so poleg knjižnice tudi ambulante, patronaža, banka, lekarna, papirnica, dvoranica za sestanke in nekaj lokalov. Interesenti so bila tudi druga društva, vendar smo po večkratnih posvetovanjih pri županu le dobili ponudbo, da prostore knjižnice prevzamemo mi in jih upravljamo za potrebe devetih društev z našega območja. Skupaj z občino smo izpraznjene prostore knjižnice adaptirali in primerno opremili ter v njih omogočili delovanje upokojencem v Dnevnom centru aktivnosti za starejše ter še osmim drugim društvom. V pripravi je pogodba med občino, kot lastnico prostorov ter našim društvom kot upravljavcem in koordinatorjem uporabe o razmerjih s tem v zvezi. Prostorji so sicer skromni, skupaj merijo cca 95 kvadratnih metrov. Opremili smo jih z osnovno opremo za sestanke, tečaje, krožke, predavanja in druženje. Vzpostavili smo solidno informacijsko-telekomunikacijsko osnovo, kot so računalniški kabinet, internet, telefon in TV ter zagotovili izposojlo literature.

V dopoldanskem času so prostori na razpolago za dnevni center aktivnosti za starejše, ob večerih in preko vikendov pa imajo tu prostor društva za sestanke, trening šaha, krožke, pevske vaje in druge dejavnosti. Sodelujemo odlično. Skratka, tu sodelujemo ljudje vseh generacij! Na novo smo se spoznali in marsikateremu odvrnili misel, da to ne bo šlo skupaj. Po nekaj mesecih skupnega bivanja postajamo vsak dan bolj združljivi. Rešujemo probleme, ki jih včasih nismo mogli. Tudi v samem društvu upokojencev se je nekaj premaknilo, nastalo je nekaj novega, česar si sam prej nisem mogel zamišljati! V vseh društvih, ki smo skupaj, se je povečala aktivnost. Navadili smo se reda, ki smo si ga zapisali v hišnem redu. Vsi skrbimo tudi za red in čistočo. V dopoldanskem času izvajamo starejši svoje programe. Imamo razna predavanja in druženje. Včasih k nam pokukajo tudi člani drugih društev, ki so vedno dobrodošli. V nekaj besedah bi rad naštel, kaj konkretnega delamo skupaj z drugimi društvi:

- V šahovskem klubu so mladi: šoloobvezni otroci, dijaki in študenti, ki jih vodijo odrasli, izkušeni šahovski in organizacijski "mački". V samem centru so veliko vložili v računalniško opremo in jo tudi usposobili. Sodelovali so pri vzpostavitvi komunikacijskega sistema v objektu, omeniti pa moramo tudi njihov velik prispevek pri snovanju in izdelavi nove celostne grafične podobe našega društva. Vsem v centru so vedno na razpolago s svojim znanjem.
- Društvo Fran Govekar je najbolj aktivno. Z njimi sodelujemo pri organizaciji točke vseživljenjskega učenja, nekateri upokojenci so se že udeležili tečaja za uporabo računalnika, tečaja keramike, tečaja nemščine in podobno. Z nasveti pomagajo tudi pri delovanju našega pevskega zbora. Ob posebnih prireditvah nam ponudijo povezovalce in režiserske usluge.
- Planinsko društvo se nam je v centru pridružilo zadnje. V zadnjem času so med drugim organizirali dva medgeneracijska pohoda in zagotovili tudi strokovno vodenje. Med udeleženci je bilo preko 60 upokojencev.

- Čebelarstvo družstvo je zelo prizadevno. V njem deluje kar nekaj vrhunskih čebelarjev, med člani so tudi naši upokojenci.
- Skupaj domujemo tudi z Društvom žena in deklet s podeželja Ig. Tudi v tem društvu sodelujejo naše upokoženke. Društvo poskrbi za razna predavanja o zdravi prehrani ter o pripravi, peki, kuhanju in postrežbi. Poseben dosežek je nova knjiga "Ko zadiši po peki na Ižanskem", ki vsebuje zlasti recepte za pripravo dobrot iz naših krajev. V celoti so jo vsebinsko in oblikovno pripravile članice same.
- Turistično družstvo povečuje svojo aktivnost, malo tudi zaradi "uradovanja" v skupnih prostorih. Na skrbi imajo kar nekaj pomembnejših lokalnih prireditelj. V tem društvu sodelujemo tudi upokojenci, nekateri kot lokalni turistični vodiči.
- V svoji sredini imamo tudi tabornike. Na žalost v centru lahko le "sestankujemo", njihova glavna dejavnost pa se odvija zunaj, v naravi.
- Podobno je tudi s športnim društvom KBM, ki ima v centru le sestanke in posvete, športne aktivnosti pa izvaja zunaj ali v drugih namenskih objektih. V rekreativno dejavnost se v tem društvu vključujejo tudi nekateri upokojenci.

Tu pa se stvar ustavi. Nismo še zagotovili stalnega vodje centra in koordinatorja vseh dejavnosti. Trenutno center vodim jaz, z občino pa se dogovarjamo, da bi našli ustrezno osebo in jo zaposlili. Drug problem je mreža prostovoljcev, ki bodo organizirali in vodili posamezne dopoldanske dejavnosti v centru. Imamo odlične organizatorje petih osnovnih dejavnosti društva, ki sem jih opisal že prej, dela in udeleževanja v centru pa večina še ne jemlje kot nadgradnjo dosedanjega dela, temveč kot nekaj novega, posebnega, na kar se moramo vsi skupaj še privaditi. Kar se tega tiče, moramo še mnogo storiti, predvsem pa organizirati in usposobiti mrežo prostovoljcev, ki bodo znali ljudem stvari tako predstaviti, da bodo v center radi prihajali.

5. Kako naprej?

Delovanje v tem centru vidimo tudi kot odlično priložnost, da se učimo, kar je zelo koristno pri nadaljevanju skupnega projekta medgeneracijskega centra. Veliko priložnost za tisti del medgeneracijskega centra, ki je vezan na objekte, vidimo, seveda ne takoj, v načrtovanih skupnih rekreacijskih površinah in objektih, ki jih omenja občina v svojih načrtih in za katere se trudi zagotoviti tudi potrebna zemljišča. Objekti bi bili namenjeni vsem generacijam in tu smo tudi mi. Zanesljivo bodo potrebna velika finančna sredstva, in s tem obvezna postopnost realizacije. Že nekaj let si prizadevamo - zlasti upokojenci, da bi se zagotovilo ustrezna zemljišča. To je ena od pomembnih osnov. S skupnimi močmi bi nato lahko naredili nekaj več zase in za širšo skupnost. V občini Ig je primerno zemljišče (ki je v lasti države) za gradnjo takega centra, v prostorskem načrtu pa je že opredeljeno za družbene dejavnosti. Vprašali se boste, kdo pa naj bi gradil tak objekt? Moram vam kar odkrito povedati, da smo Ižanci res trmasti in vztrajni. Skupaj z občino si tak objekt upamo spraviti skupaj. Upokojenci smo že povpraševali tudi nekatere naše obrtnike in podjetnike. V večini so izrazili pripravljenost za pomoč, seveda v različnih oblikah. Ko bomo z gradnjo pričeli, se bo temu projektu gotovo še kdo priključil. V našem društvu smo na primer že pričeli zbirati namenska finančna sredstva, ki jih združujemo na posebnem računu. Ta sredstva se bodo lahko koristila le za medgeneracijski center. Ižanski upokojenci gredo naprej in živimo v upanju, da se nam bodo želje uresničile, k temu pa smo vedno pripravljeni marsikaj prispevati!

6. Zaključek

Kolikor spremljamo prizadevanja po Sloveniji, opažamo glede medgeneracijskih središč zelo različne pristope. Veliko je odvisno od razvitosti posameznih sredin, od neposredne vključenosti centrov za socialno delo v ta prizadevanja, od občinske politike in nenazadnje tudi od starejših samih. V večini primerov se pojavljajo starejši kot pobudniki preko gerontoloških društev, društev upokojencev, medgeneracijskih društev in podobno, v medgeneracijskih centrih pa sodelujejo praviloma le kot uporabniki. Ena od svetlih izjem so dnevni centri v Ljubljani. Pomembna naloga je tudi pred Zvezo društev upokojencev, pristojnim ministrstvom in navsezadnje pred nami vsemi, da se vloga društev upokojencev pri projektih medgeneracijskih centrov bolj jasno opredeli pa tudi pristojnosti s tem v zvezi. Upam, da ne bomo le goli uporabniki! Torej, vidite, da se trudimo, predvsem pa se še učimo. Ob tej priliki se iskreno zahvaljujem za dosedanje podporo vodstvu ZDUS-a, gospodu Dominkušu za nasvete, občinskemu vodstvu za konstruktivno sodelovanje in gospodu Sedmaku za strokovno pomoč.

PROSTOVOLJSTVO KOT POMOČ PROTI OSAMLJENOSTI

ZOLTAN KORNFELD

Združenje za pravice starejših v Italiji ADA (Associazione per i diritti degli anziani)

1. O nas

Združenje za pravice starejših A.D.A. (Associazione per i diritti degli anziani), ki deluje v deželi Furlaniji Julijski Krajini, je bilo povabljen k letošnji izvedbi festivala za tretje življenjsko obdobje, zato da bi predstavilo delovanje prostovoljstva v Italiji, namenjenega starejšim osebam. Združenje je prisotno na celotnem državnem ozemlju Italije in deluje znotraj sindikalne organizacije UIL - Unione Italiana del Lavoro - Italijansko delavsko združenje. Namenjeno je vsem tistim osebam, ki se znajdejo v težavnih situacijah na različnih področjih. V tem prispevku se bomo posvetili prostovoljstvu, njegovemu nastanku, delovanju, namenu in pomenu za celotno našo družbo.

2. Prostovoljstvo v Italiji

Prve oblike prostovoljstva v Italiji segajo daleč v preteklost, ko so se pojavile prve sirotišnice, zatočišča, bolnice za kužne bolezni in šole. Vse te ustanove so nudile svojo pomoč brezplačno in brezpogojno ter brez kakršnekoli diskriminacije vsem osebam v popolni anonimnosti. Takšen tip razširjene oskrbe in pomoči se je obdržal za več stoletij. V Italiji je bilo upravljanje bolnišnic, tako javnih kot zasebnih, do srede prejšnjega stoletja v rokah vernic in vernikov, ki so nudili svojo pomoč v obliki prostovoljstva.

Danes je prostovoljstvo porazdeljeno na tri različna upravljanja: versko, laično in mešano. Vse tri vrste delujejo in nudijo pomoč z enakimi dejavnostmi in storitvami samo na različne načine. Prostovoljstvo v Italiji se je razvilo z nastankom verskih skupnosti kot so: Don Bosco, Don Milani, Don Ciotti, Spello in drugih manjših, ki so prispevale pri oskrbi potrebnih ljudi. Z reorganizacijo zdravstvenega sistema je prišlo do ukinitve oskrbe s strani vernikov v zdravstvenih ustanovah in to je pomenilo prenehanje pomoči za manjše potrebe. Ta sprememba je pomenila velik preobrat v zdravstvenem in asistencialnem sistemu. Na eni strani se je znatno povečala kakovost z boljšimi medicinskimi storitvami, na drugi pa je prišlo do zmanjšanja in pomanjkanja oskrbe, s tem se je izgubila temeljna človeška in družinska značilnost, ki je do tedaj zaznamovala zdravstveni in oskrbniški sistem. Ob istem času je prišlo do odločitve, da se dokončno zaprejo oddelki za daljše bolniško obdobje. S tem se je pojavil velik socialni problem: kako oskrbovati starejše osebe, ki so potrebujejo stalno nego?

Država je v tem smislu napredovala in potrudila se je, da je našla razne rešitve in na nekaterih področjih je dosegla dobre rezultate v zdravstveni in socialni oskrbi, ustanovila je jasli, vrtce, strukture za oskrbo potrebnih ljudi. Ostal pa je nerešen problem za oskrbo starejših. Istočasno se je družinska stvarnost izredno spremenila, danes so družinski člani zasedeni v službi in nimajo več časa za oskrbo starejših doma, zato morajo poiskati alternativne rešitve in razne druge pomoči. Zato lahko rečemo, da se v sedanji novi družbi, ki se ukvarja pretežno z delom, pojavlja problem oskrbe starejših. V ta namen so se ustanovile razne skupine prostovoljcev, ki so sčasoma postale ONLUS - Organizzazione non lucrativa di utilità sociale (Organizacija za socialno pomoč v ne dobičkonosne namene). Treba je bilo dobiti nove rešitve in usluge za nastajajoče potrebe starejših. Nastali so prvi domovi za ostarele in prvi sprejemni centri. Velika večina struktur, ki so bile do tedaj aktivne pod versko upravo, je prenehalo obstajati. Kot podatek lahko navedemo, da je v Italiji leta 2008 bilo 50.000 ONLUS (statistični podatki ISTAT 2009), medtem ko je v deželi Furlaniji Julijski Krajini 1.030 prostovoljskih organizacij. Nekatere od teh so še danes aktivne, na primer Telefono Azzurro, to je telefonska številka na razpolago otrokom z različnimi problemi, projekt AMALIA, kjer je starejša oseba povezana s službo in monitorirana 24 ur na dan, poleg tega pa služba poskrbi za periodični telefonski klic in v primeru, da se oseba ne oglasi, se prostovoljec oglasi doma in preveri njegovo zdravstveno stanje in v slučaju primera pokliče pomoč. Potrebno je bilo ustanoviti več združenj in dobiti ljudi, ki bi nudili svojo pomoč v sodelovanju z drugimi realnostmi

(ustanove, zadruge in usluge), zato da se šibke osebe, potrebne pomoči in v težavnih situacijah, čutijo del družbe, v kateri živijo. Upoštevajoč najrazličnejše potrebe posameznika je bilo treba najti ustrezne rešitve za vse primere.

3. Biti prostovoljec danes

Prostovoljec je moderen samaritan, ki posveča večji del svojega časa nudenju pomoči, tolažbe, korajže naslednjemu, da reši vse tiste duševne in materialne težave, v katerih se znajde v današnji družbi. Biti prostovoljec je sprejeti izziv. Njegova naloga in želja je dobiti rešitve v primeru najrazličnejših potreb in v stanju socialne emarginacije.

4. Sprejemni centri

Glavni cilj sprejemnih centrov je ta, da se vse osebe v njih počutijo dobro, kljub različnosti v mišljenju, kjer je dialog vedno odprt v duhu medsebojnega spoštovanja in kjer se čutijo sprejeti. To je prostor, kjer je dobra volja neobhodno potrebna. V Italiji obstaja AVO - Associazione dei volontari ospedalieri - Združenje bolniških prostovoljcev, kjer prostovoljci dnevno obiščejo bolnišnice, da lahko nudijo potrebnim bolnikom pomoč pri osebni negi, manjših potrebah in pri obrokih. Združenje AVO je razširjeno po celotnem italijanskem ozemlju. Obstajajo še drugi večnamenski centri, ki nudijo strankam celo vrsto uslug za zadovoljitev njihovih potreb. Te so na primer San Martino al Campo, Don Milani in skupine Abele. V teh skupnostih so vsi pripravljeni na dialog, poslušanje, sprejetje, vključitev med vsemi prisotnimi. Ta način nudijo možnost vsem, da se počutijo se vedno aktivni in vključeni v skupnost v nekakem družinskem duhu, kar starejše osebe izredno potrebujejo. Združenje ADA si v tem smislu prizadeva in želi, da se bodo slovenski prostovoljci odzvali na povabilo, da v kratkem obiščejo nekatere od teh centrov.

prevod Martina Doljak

V ČEM JE MOČ PREZRTIH?

PRISPEVEK K CELOVITEJŠEMU RAZUMEVANJU STARIH LJUDI V SLOVENIJI

dr. NEVENKA BOGATAJ

Andragoški center Slovenije

POVZETEK

Stari ljudje v Sloveniji so del njenega razvoja in umestitve v evropski in globalni razvoj. Ljudi, določene s starostjo, družbenim statusom in življenjskimi vlogami, slabo poznamo. Posebej slabo poznamo tiste stare ljudi, ki izobraževalno niso dejavni. Zato smo svojo pozornost usmerili na podeželje, ker tam primanjkuje infrastrukture za učenje odraslih in sta formalna izobraženost in (funkcionalna) pismenost nizki. V tem kontekstu nas je zanimalo življenje starejših žensk, ker njihova formalna izobrazba zaostaja za ravno izobraženosti moških. Raziskovali smo lastnice gozda. Rezultate študije primera smo poskusili interpretirati z vidika moči te družbene skupine. Doseganje ciljne skupine prek elektronskih medijev ni bilo možno, za osebni stik in reprezentativni vzorec nismo imeli pogojev. Predstavljamo torej vtis o značilnostih gozdnih posestnic in njihovo oceno lastnega položaja. Študija primera kaže, da gre za v javnosti prezrto skupino, ki pa ni brez vpliva. Status večini ne daje ugleda, nizko je finančno vrednotenje prispevka te družbene skupine k razvoju in kakovosti bivanja. Njihova moč je v skrbi za (širšo) družino, za sosesko in za krajino. Uporno vztrajajo v omejevanju skrbi zase v dobro skupnih in dolgoročnih koristi, čeprav to ni skladno z danes uveljavljenimi načeli razvoja. Po našem mnenju so lastnice gozda obsežen, a prezrt vir znanja in vrednot in zlasti v času recesije upoštevanja vreden zgled, ki izvira v domačih

geografskih pogojih. Predstavitev lastnic gozda, čeprav na podlagi nereprezentativnega vzorca, obenem daje vpogled v življenje starih ljudi na slovenskem podeželju in tako prispeva k njihovemu celovitejšemu spoznavanju in razumevanju.

Ključne besede: Slovenija, stari ljudje, gozd, razvoj, lastnica gozda, podeželje

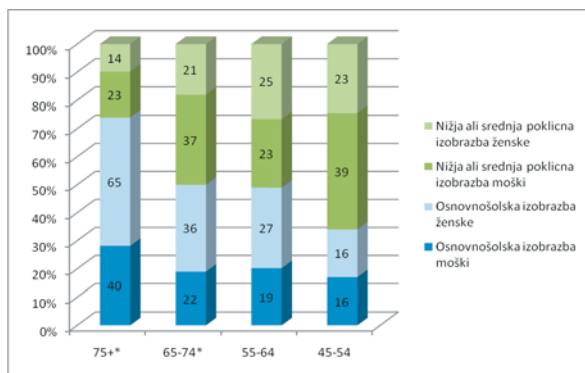
1. Uvod

V času materialne blaginje je mogoč pluralizem vrednot in posledično individualizacija življenjskih stilov. Socialna kohezija je zato manjša, skupni cilji teže opredeljivi, teže je organizirati povezujoče dogodke. Tako stanje je v primerjavi s strogimi družbenimi normami za posameznika osvobajajoče, za družbo kot celoto pa zahtevno. Teže je namreč uskladiti različne interese, jih povezati v enotno smer razvoja, še posebej v okoliščinah recesije, s katero se pričujemo soočati tudi v Sloveniji.

Tudi stari ljudje so izpostavljeni novim izzivom razvoja Slovenije in njenemu umeščanju v evropski in globalni razvoj. Slovenija kot kulturno okolje je z gozdom tradicionalno močno povezana in je v relativno kratkem času prešla iz agrarne družbe v družbo znanja (Ravbar 2000). Na stare ljudi smo postali bolj pozorni, ko je model blaginje postal ogrožen. Danes jih večina razprav obravnava kot vzdrževani del družbe, razprava pa se nanaša na razmerje med njihovim številom in pokojninskim sistemom. V nadaljevanju razumemo stare ljudi širše, in sicer kot temeljno in veliko sestavino narodnega telesa, ki s svojo prisotnostjo na delovnih mestih, v razvoju lokalnih okolij in v ožjih ter razširjenih družinah omogoča in bogati naše bivanje in razvoj na mikro, mezo in makro ravni. Uporabljamo pojem, ki ga utemeljuje Ramovš (2003), torej pojem stari ljudje.

Stari ljudje so bili mladi v času, ko sta bila vira preživetja obdelava zemlje in industrijska proizvodnja. Odtod izvirajo njihove izkušnje, ki jih pogosto navajamo kot temeljno moč starih ljudi (Bogataj in Findeisen 2007). Tudi življenjski vzorci so bili tedaj drugačni, mnoge ženske so se posvetile skrbi za dom in družino, še posebej, kjer so prevzele tudi delo in odgovornosti umrlih ali odseljenih v tujino ali v mesto zaradi vojne. Statistični podatki o formalni usposobljenosti (Dobnikar 2009 po AES), kažejo sliko, iz katere nista razvidna le postopno dviganje ravni formalne izobrazbe, ampak tudi časovno spreminjanje razmerij med spoloma (slika 1). Za starejše generacije so razlike v izobrazbenosti moških in žensk bolj izrazite kot za mlajše. Tudi na splošno dosegajo ženske v večini starostnih razredov večji delež na nižjih izobrazbenih ravneh, razlike pa so tako velike, da jih lahko potrdimo navkljub majhnim vzorcem v teh starostnih skupinah.

Slika 1: Deleži starostnih skupin po izobrazbi in spolu



* manj natančna ocena, previdnost ob interpretaciji

V starosti med 25. in 64. letom je 60% ljudi v Sloveniji izobraževalno nedejavnih. Prav tem smo se želeli posebej posvetiti, pri čemer nam je bil izhodišče tudi podatek, da je 80 % odraslih med 16. in 65. letom dosega najnižjo stopnjo pismenosti (Mohorčič Špolar s sod., 2005). Stari ljudje, zlasti ženske, so razmeroma nepripravljene na delovanje družbe, ki za vir preživetja in blaginje črpa zaslužek iz storitev, kar posledično pomeni druga in drugačna znanja, večjo mobilnost, drugačno organizacijo družbe, tudi osebnega življenja. Ljudi, določene s starostjo, družbenim statusom in življenjskimi vlogami, slabo poznamo. V izobraževanju odraslih ugotavljamo, da se na splošno sicer delež učno dejavnih starejših povečuje, a da k temu prispevajo predvsem bolj izobraženi, zlasti ženske (Mirčeva 2005). Razloge za to še iščemo, eden od možnih bi bil, da tudi starejše postopoma vstopajo iz zasebnega tudi v javno življenje, ker jim drugačne, boljše okoliščine (npr. odsotnost vojne, osamosvojitve otrok, zagotovljena osnovna materialna blaginja, razvoj učne ponudbe) to omogočajo. Svojo pozornost smo torej usmerili v ženske in jih izbrali po značilnosti, ki povezuje preteklost s sedanostjo in prihodnostjo: lastništvo gozda. Zanimalo nas je, kdo so lastnice gozda in kako živijo. Na tej podlagi smo želeli ugotoviti, ali lahko podatki o njih dopolnijo predstavo o starih ljudeh v Sloveniji kot enoviti skupini. Katere attribute moči lahko skupini, če jo bo mogoče identificirati, pripišemo?

2. Metodologija

Predpostavljali smo, da so ženske, povezane z gozdom, prezrta in manjšinska ciljna skupina. Velikopotezen in statistično utemeljen pristop nam ni bil dosegljiv, zato smo se naslonili na triangulacijo virov in metod, primerljivo z analizami v drugih evropskih državah (Turunen in Toivonen 2006, 30, Secco in Peruch 2006, 47).

Pripravili smo vprašalnik in dosegli ciljno skupino lastnic gozda prek različnih infrastruktur, ki so bodisi poklicno, interesno ali prek neformalnega izobraževanja v stiku z izbrano ciljno skupino. Iskali smo skupino žensk, lastnic gozda in jo skušali opredeliti s kvantitativnimi in kvalitativnimi kazalci.

Številčnost ciljne skupine smo pridobili posredno na Zavodu za gozdove (2009), kvalitativne kazalce pa smo zbirali sami na terenu. To so bili demografski in splošni podatki o prebivališču ter ocene anketiranih o izvoru vloge lastnice gozda, pretoku znanja (o gozdu), ravnanju (z gozdom), stališču o sebi in o lastnicah gozda kot družbeni skupini (kot lastnici gozda). Metode, s katerimi smo pridobili podatke, so bile predvsem kvalitativne: anketa (posredovana osebno prek infrastruktur in prek spletnega medija, marec 2009), fokusno skupino (marec 2009) in polstrukturiran intervju (marec do oktober 2009). Obdelava podatkov še poteka, zato so v nadaljevanju predstavljeni prvi in temeljni rezultati analize.

3. Rezultati

Dosegli smo dva do tri segmente lastnic gozda: lastnice oziroma solastnice večjih kmetij (gorskih, v velikem delu koroških), bodoče lastnice, predstavnice manjših kmetij v nižini ter zaposlene z manjšo posestjo, s katero gospodarijo v svojem prostem času. Število lastnic gozda presega število 100.000, pri čemer jih je večji del izključni lastnik (43%), manjši del pa njegov solastnik (18%, kjer so med solastnikoma večinski lastnik) (Zavod za gozdove 2009). Ženske med lastniki v Sloveniji torej niso manjšina.

Med anketiranimi (n=62) jih večina živi v okviru družine, pretežno na kmetiji, čisti ali mešani, in sicer različnih velikostnih kategorij. To pomeni, da jih pogosto najdemo v manjših zaselkih ali v osamljenih lokacijah, nekatere živijo same in na socialnem robu. Zaradi neurejenih lastninsko-pravnih razmerij je njihova starostna porazdelitev precenjena, vendar po dostopnih podatkih prevladujejo starejše posestnice: 40% jih je starejših od 60 let. Lastnic gozda, mlajših od 26 let, je manj kot 1%. Ženske posedujejo pretežno manjše posesti kot moški lastniki, posest pa so večinoma podedovale ali primožile. Dohodkovno so anketirane pogosto odvisne od dohodka iz gozda, kmečke ali vdovske pokojnine, redkeje od plačane službe. Vir znanja o gozdu so anketiranim predvsem sorodniki (50,7%), čemur sledi šola (38%) in z velikim zaostankom strokovnjaki (7,4%), literatura (2,9%) in mediji (0,7%). Bodoče lastnice so mlajše in bolj zaupajo znanju strokovnjakov. Opravila, povezana z gozdom, si običajno delijo s partnerjem, sorodnikom ali znotraj družine. V delitvi dela kriterij ni vedno tipična delitev med spoloma po težavnosti dela, ampak so kriterij prej konkretne okoliščine, o čemer se sproti uskladijo.

Lastnice gozda, s katerimi smo prišli v stik, kar je bil izziv posebne vrste, je naše zanimanje presenetilo in razveselilo. Le dve bi vlogo lastnice gozda sedaj zavrnili, v 60% bi to vlogo sprejelo ponovno, 42% pa jih na to vprašanje ni odgovorilo. Izrazita in enotna so njihova stališča do javne izpostavljenosti: ne želijo biti izpostavljene, zavračajo diferenciranje zaradi spola, svojo odsotnost v javnem življenju pa pojasnjujejo z negativnim odnosom javnosti do njih kot predstavnic kmečkega življenja ali nizko formalno izobraženih. Status lastnice gozda jim prinaša zadovoljstvo, stik s koreninami in tudi veliko znanja o gozdu in gospodarjenju z njim. V svojem okolju se večinoma čutijo dobro sprejete. Kljub različnim razlogom za stik z gozdom (gospodarjenje, rekreacija, lastništvo kot obveznost) čutijo, da so njihova stališča, argumenti ali pobuda v ožjem okolju sprejeti, v javnosti pa ne tudi zato, ker se zanje niti ne ve. 45% anketiranih svojega znanja ne ohranja le zase, temveč ga posreduje drugim. Mnoge zmorejo neutečene poti življenja ali se zanje hote odločijo (npr. izključno od dohodka iz gozda odvisna vdova vztraja v nelahkem socialnem položaju, brezposelna mlajša mati postane gozdna delavka, bodoča lastnica iz mesta se odloči za študij ženski netipičnega poklica). Pripisujejo si "komunikativnost, sposobnost organizacije in določen oseben stil" (I2 2009). Udeleženske fokusne skupine so svoje značilnosti podrobno opredelile, skupni imenovalci teh značilnosti pa sta:

- varovanje gozda, zlasti mladega in zadržana raba vseh gozdnih dobrin,
- skrb za bližnje in gozd hkrati ter vizija razvoja v zvezi s tem.

Moti jih nemir v gozdu, zavračajo smeti in hrup, pri soočanju z odgovornostjo za gozd pa se čutijo tudi nemočne. Izpostavljene so namreč samovolji lokalnih podjetnikov glede obsega sečnje in določanja cene lesa, kar ob bogatih izkušnjah na tem področju zlasti starejše med njimi občutijo kot žalitev. V njihov gozd prihajajo obiskovalci, ki jih motijo le, kadar spuščajo pse, za seboj puščajo sledi in smeti, pretirano odvezemajo gozdne sadeže ali se izogibajo stiku z lastnikom kot npr. divji lovci, motoristi. Ker je lastnik gozda sam odgovoren za vzdrževanje gozdne infrastrukture, gre torej poleg neposredne škode predvsem za kritiko nespoštljivega odnosa do gozda ali njih ter za nemoč uresničevanja svoje odgovornosti. Anketirane občutijo družbeno obrobnost ter odvisnost od sosedske ali družinske pomoči. Večina si lastni položaj in njegov razvoj interpretira s pozitivnega zornega kota in išče predvsem pozitivne vidike npr. umeščenost v socialno okolje, zadovoljstvo tako z njim kot z materialno skromnostjo, nadaljevanje naklonjenosti gozdu ter čustvene navezanosti nanj.

"Meni bo najbolj žal, k ne bom mogla u gozd. Tega bi zadnjega pustila. ... Pa nam je lepo, nič ne jamramo, smo se navadili. Pa lepo je tu pri nas; vsako jutro se dobimo za pol ure na kavo, pa klepetamo. Čeprav se poznamo že 60 let. Nam nikoli ni dolgčas kot drugi pravijo. Si sami naredimo. ... Če kaj pride vmes, si pač povemo in potem živimo naprej, ..." (I2 2009)

4. Razprava in zaključki

Stanje danes je posledica preteklega razvoja. V Sloveniji je dostop v gozd javen in brezplačen, odgovornosti lastnikov gozda pa so zakonsko predpisane, Številčnost žensk med lastniki gozda preseneča, prav tako njihova starostna porazdelitev, ob kateri pa kaže biti previden zaradi izvornih slabosti podatkov (njihova realnost zaradi neurejenih lastninskih razmerij, dvojna lastništva ipd.). Eno ključnih spoznanj pilotne raziskave z vidika razumevanja starih ljudi je, da smo prišli v stik s tistim njihovim delom, ki v javnosti ni zastopan in se tudi sam ne želi izpostavljati.

O ženskah, povezanih z gozdom, so podatki redki, razpršeni in navezani na posamezne vidike npr. na tradicionalni vidik upravljanja z gozdom kot virom pridelave lesa, na preučevanje delovanja družbe z vidika enakosti spolov in rodnostnega vedenja, formalne izobraženosti ali udeležbe v izobraževalni ponudbi (Medved 2004, Črnič Istenič 2003 in 2007, Mohorčič Špolar s sod. 2005). Podrobneje in dlje se posvečajo lastnicam gozdov v Skandinaviji (Lidestav 2007, Folo 2002 idr.), kjer so ob paleti raziskovalnih rezultatov razvili tudi bogato mrežo institucij za uveljavljanje glasu in koristi žensk, lastnic gozda. Nekateri podatki so med Slovenijo in Švedsko primerljivi, npr. delež žensk med gozdnimi posestniki. V Sloveniji smo trenutno na ravni vstopanja žensk v ekipe za tekmovanja v gozdnih delih, feminizacije študija in poklica gozdarstva in pilotnih analiz.

S triangulacijo metod, podatkov in analiz smo tako ugotovili, da so lastnice gozda v Sloveniji:

- številne, pretežno stare in slabo prilagojene na nove zahteve družbe;
- večinoma ekonomsko šibke, formalno neizobražene in družbeno prezrte, vsaj tiste z majhno posestjo. K temu je prispevalo najprej vojno obdobje, nato večdesetletno preziranje njihovega statusa (kmet je bila nekoč zmerljivka), v zadnjem času pa njihovo vztrajanje na podeželju, zlasti oddaljenem, kjer dostopnost infrastrukture ni enaka kot v mestu;
- v starosti prepuščene opori družine in soseske. Tudi zato jih je bilo izjemno težko doseči;
- del svoje volje in energije za več let, ponekod tudi večji del življenja, usmerile v gozd. Na to je po njihovem mnenju vplival zlasti njihov način življenja doma, uporabnost gozda, različne strokovne službe pa le v zanemarljivi meri;
- vesele zanimanja zanje, kar potrjuje njihovo oceno, da so v družbi obrobna skupina, ki svojo vlogo, potrditev in smisel najde v domačem okolju in v z gozdom povezanih odločitvah;
- vir neposredne koristi za nas kot posameznike in kot družbo, saj ne omejujejo rekreacijske rabe gozda in razvijajoče se gospodarske veje turizma, še več, njihovi otroci (točneje kmečki otroci) pa so v povprečju številnejši (černič Istenič 2003) ter študijsko nadpovprečni (Bevc 2002).

Kaj torej hipotetično loči preučevano skupino od drugih družbenih skupin? V čem je preučevana skupina močna? Po mnenju anketiranih in na podlagi predstavljenih podatkov je tudi naše mnenj, da so to vrednote prostora in družine. Moč preučevane skupine je v njihovi:

- vključenosti v lokalno okolje in v medgeneracijski stik,
- v funkcionalnosti znanj za neodvisno preživetje iz lokalnih virov,
- v preživetveni sposobnosti v omejenih materialnih razmerah in družbeni prezrtosti,
- v znanju jezikov in samoorganizacijskih sposobnostih,
- v njihovem zagotavljanju prvin, na podlagi katerih se razvija rastoča gospodarska veja - turizem,
- v osebnem smislu, iz katerega izvira njihova življenjska volja, ta pa vpliva na kakovost bivanja skupnosti v širšem smislu.

5. Sklep

V Sloveniji in v Evropi gredo spremembe družbe v smeri povečevanja deleža starih ljudi in povečevanja deleža nekmečkenga prebivalstva. Vrednote prostora, ki so bile zadnja desetletja izrinjene v zasebni in individualni prostor (Demšar, 2007), postajajo bolj aktualne. Z ekonomskega vidika je sicer razdrobljena posest 15 mio evropskih lastnikov, zlasti malih kmetov, slaba (Slee in Niskanen 2007), vendar je ekonomski vidik le eden od razvojnih vidikov. V tem kontekstu interpretiramo slovenske lastnice gozda kot ključen in (še) neviden zgled, trenutno preglašen z agresivnim in necelovitim razumevanjem razvoja, ki že kaže svoje negativne plati (npr. razgradnjo skupnosti, onesnaženje okolja, podnebne spremembe).

Zaključna misel naj torej preusmeri našo dosedanjo usmeritev iz preučevanja in spodbujanja samoiniciativno dejavnih proti tistim, ki potrebujejo spodbudo in skrb, iz enoplastnega razumevanja blaginje v njen kompleksnejši model, iz kratkoročne v dolgoročno perspektivo, iz koristi posameznika v korist skupnosti, in sicer po načelih, ki so hkrati tudi ekonomsko bolj učinkovita. Preučevana skupina večinoma starejših lastnic gozda je ob soočanju subjektivnega sveta s kulturnimi vzorci družbenega okolja uporabila vse tri oblike komunikacije: prilagoditev, kljubovanje in pogajanja za svoj položaj (Suoparjarvi 2009) ter s tem dokazala svojo vitalnost. V razvojnem kontekstu je njihovo udejstvovanje v socialnih vlogah (oskrbi družinskih članov, negi krajine) sicer še razumljeno le kot ekonomska "eksternalija", a hkrati brez alternativne rešitve, ker prenos teh vlog v storitve povzroča obstoječemu modelu blaginje nesprejemljivo visoke transakcijske stroške. Lastnice gozda, s katerimi smo prišli v stik, vztrajajo v omejevanju skrbi zase v dobro skupnih in dolgoročnih koristi, zato jih razumemo kot obsežen, a prezrt vir znanja in vrednot ter zlasti v času recesije upoštevanja vreden zgled. Njihova predstavitev, čeprav na podlagi nereprezentativnega vzorca, obenem daje vpogled v življenje starih ljudi na slovenskem podeželju in tako prispeva k njihovemu celovitejšemu spoznavanju in razumevanju.

6. Literatura

- Bogataj, N., Findeisen D. (2008). *Celostni model izobraževanja starejših odraslih v Sloveniji*, Ljubljana: ACS.
- Bevc M. (2002). *Učinkovitost dodiplomskega študija v Sloveniji: druga longitudinalna analiza (generacija študentov 1991/1992): predstavitev raziskovalnega projekta in vprašanja za razpravo, seminar šolskega polja na Centru za študij edukacijskih strategij*. Ljubljana: Pedagoška fakulteta, 26.3. 2002.
- Černič Istenič M. s sod. (2003). *Socio-ekonomski kontekst kot pojasnjevalni dejavnik razlik v rodnostnem vedenju*. *Statistični dnevi, Radenci*, 28. - 26. november 2003; <http://www.stat.si/radenci/referat/CERNIC,KVEDER,PERPAR.doc> (28.3.2006).
- Černič Istenič, M. (2007). *Attitudes Towards Gender Roles and Gender Role Behaviour Among Urban, Rural, and Farm Populations in Slovenia*. *Journal of Comparative Family Studies*; Summer 2007: 38,3. ProQuest Social Science Journals pg. 477-494.
- Demšar Mitrovič P. (2007). *R.A.V.E. Space, project final report : raising awareness of values of space through the education process*. Ljubljana : Ministry of the Environment and Spatial Planning, 108.
- Dobnikar, M. (2007). *Interno neobjavljeno gradivo*, Andragoški center Slovenije
- Folo, G. (2002). *A hero's journey: young women among males in forestry education*. V: *Journal of Rural Studies* 18: 293-306.
- Informatorica št. 2, 3. avgust 2009.*
- Lidestav G. (2007). *The gender situation in European and North American Forestry - state-of-art and how to bring about real changes IUFRO Division VI Symposium 14-20.8, Saarselkä, Finland*.
- Medved M. (2004). *Changes of the private forest property structure in Slovenia influence on management by forests, V: Human dimensions of family, farm and community forestry: March 29-April 1, 2004 symposium. Pullman (Washington): Washington State University, 43-49 ilustr.*
- Mirčeva, J. (2005). *Vključenost odraslih v izobraževanje*, Andragoška spoznanja, 4, 10-21.
- Mohorčič Špolar V. A. s sod. (2005). *Pismenost in ključne življenjske veščine v družbi znanja: družbeno skupinski vplivi udeležbe odraslih v izobraževanju kot dejavniki razvoja družbe znanja. Ciljni raziskovalni program Konkurenčnost Slovenije 2001-2006, zaključno poročilo*. Ljubljana: Andragoški center Slovenije.
- Ramovš J. (2003). *Kakovostna starost. Socialna gerontologija in gerontatogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in Slovenska akademija znanosti in umetnosti.
- Ravbar M. (2000). *Regionalni razvoj slovenskih pokrajin*. *Geographica Slovenica*, 33, 2: 9-81
- Secco, L., Peruch, L. (2006): *Italy. V : Time for action. Changing the gender situation in forestry. Report of the team of specialists on gender and forestry, FAO, Rome. 39-49.*
- Nisskanen, A., Slee, B. Ollonqvist, P., Pettenella B., (2007). *Entrepreneurship in the forest sector in Europe*. University of Joensuu, Faculty of Forestry, *Silva Carelica* 52.
- Suopajärvi T. (2009). *Negotiating gender in Finnish forestry; Making a difference through cooperation, networking and the establishments of role models; Making a difference in theory and practice, 2nd Gender and Forestry Conference, Umeå, Sweden, June 15 - 18, 2009.*
- Turunen, Kl., Toivonen, R. (2006). *Finnish female foresters employment and career development. V: Time for action. Changing the gender situation in forestry. Report of the team of specialists on gender and forestry, FAO, Rome 2006, 29-33.*
- Zavod za gozdove, interno neobjavljeno gradivo; preglednice pripravila Matijašič, D. in Pisek, R.*

BRANJE IN STAREJŠI LJUDJE

mag. TILKA JAMNIK
Mestna knjižnica Ljubljana

POVZETEK

Branje je življenjsko pomembna zmožnost, ki posamezniku omogoča normalno delovanje vsak dan, je osnova učenju in vseživljenjskemu izobraževanju ter bistveno prispeva k osmišljanju posameznikovega življenja in (prostega) časa. Branje je koristno in nudi užitek. Branje pa je lahko tudi "v pomoč", saj knjige obravnavajo različne probleme in lahko pomagajo pri razumevanju teh problemov. Prispevek prinaša glavne poudarke, zakaj je branje starejšim pomembno, še posebej procesno vključevanje v branje mlajšim. Poudarja pomen splošnih knjižnic in posebnih bralnih koticov ter prireditev za starejše. Med drugimi so bile takšne prireditve knjižne čajanke, ki so osem let potekale v trinajstih slovenskih krajih v sodelovanju med knjigarnami Mladinske knjige in splošnimi knjižnicami. Na podlagi teh se je npr. v Mestni knjižnici Ljubljana razvil Bralni krog.

Ključne besede: starejši, branje, posebne prireditve za starejše

1. Branje je pomembno starejšim ljudem:

- Ker je branje zahteven duševni proces, ohranja duševno svežino, zavira propadanje možganskih celic, je kot telovadba za možgane,
- omogoča stik s sodobnimi problemi, razmišljanji, trendi idr., ohranja stik s sodobnim življenjem,
- omili samoto, bogato zapolni (prosti) čas,
- s spoznavanjem drugih življenjskih zgodb in izkušenj daje občutek povezanosti z drugimi ljudmi, branje čustveno bogati in socializira,
- omogoča pogovor o prebranem, spodbuja izmenjavo mnenj (pisno, prek spleta, dejansko v srečanjih starejših bralcev),
- branje vnukom (ali drugim otrokom) pa je prijetno druženje ob knjigah, ki koristi obojim, otrokom spodbuja porajajočo bralno pismenost, starejšim jo ohranja, skupno branje pogloblja čustvene vezi ... glasno branje drugim pomeni dejanje in dajanje ljubezni,
- otrokom naj starejši berejo pravljice, zgodbe in pesmi iz svojega otroštva, s tem jim predajajo to, kar so imeli radi in nosili v sebi kot posebno bogastvo vse svoje življenje, pripovedujejo naj jim zgodbe oz. spomine iz svojega otroštva, pogovarjajo naj se z otroki in jih prosijo, da jim pokažejo svoje najljubše knjige,
- branje je poceni oz. (skoraj) zastonj, če so člani splošne knjižnice.

2. Starejši in splošne knjižnice:

- Starejši si (z minimalno članarino) v splošni knjižnici lahko izposojajo knjige in drugo knjižnično gradivo (tako imajo ves čas dovolj bralnega gradiva na voljo),
- knjižničarji jim svetujejo pri izbiri gradiva, lahko jim pomagajo izbrati lažje berljivo gradivo (nekateri založbe izdajajo knjige z nekoliko večjim tiskom, npr. založba Miš zbirko Srebrne niti), zvočne knjige idr.,
- starejši obiskujejo prireditve v knjižnici (literarne večere, predavanja, razstave, predstavitve knjig ipd.),
- morda imajo kakšno prireditev, namenjeno posebej starejšim, med drugim tudi računalniško izobraževanje,
- morda izvajajo prireditev, s katero pokušajo povezati starejšo generacijo z otroki (Babice in dedki pripovedujejo ipd.),
- morda bodo starejši sami predlagali kakšno prireditev ali obliko druženja; morda jo bodo sami tudi pripravili in izvedli (primer sodelovanja Univerze za tretje življenjsko obdobje),
- mnoge knjižnice organizirajo dostavo gradiva na dom starejšim, bolnim članom oz. tistim, ki je iz

- kakršnih koli razlogov ne morejo sami obiskati,
- v mnogih knjižnicah so posebni koticiki za starejše ljudi, v nekaterih imajo povečevalne naprave za branje.

3. Bralni koticiki za starejše in kaj jim beremo, ko sami ne morejo več brati:

- Starejši izobraženi ljudje berejo po svoji izbiri, opozarjamo jih na kakovostne novosti, omogočamo jim dostop do njih,
- sicer pa jim svetujemo raje manj zahtevna besedila, prijazna in pozitivno naravnana besedila,
- slovensko kulturno izročilo, ljudsko slovstvo, pripovedke in poezijo,
- priročnike za zdravo in aktivno starejše življenjsko obdobje, zdravstvene priročnike ipd.,
- otroške in mladinske knjige, da bi jih brali otrokom oz. vnukom, da bi bili seznanjeni, kaj ima sodobna mladina na voljo,
- mladinske poučne knjige so zanimive in privlačne (starejši bodo lahko ob njih tudi kritični),
- beremo jim, kar si pač želijo,
- skušamo jim pripraviti srečanje, v katerem ob živi besedi (estetsko) uživajo, se informirajo in jim je prijetno v druženju.

KNJIŽNE ČAJANKE

Knjigarna in knjižnica sodelujeta pri predstavitvi mladinskih knjig

METKA ZVER

Mladinska knjiga Trgovina

Čajanke so se izkazale za izredno uspešen model sodelovanja med knjigarnami in knjižnicami pri skupnem naporu pridobiti čim več bralcev. V 8 letih so postale uveljavljena in vedno bolj razširjena oblika promocije branja v Sloveniji. Njihov osnovni namen je bila predstavitev dobrih otroških knjig babicam in dedkom ter spodbujanje družinskega branja. Knjižne čajanke smo organizirali v knjigarnah Mladinske knjige, vodile pa so jih knjižničarke iz lokalnih knjižnic. Potekale so v 13 slovenskih krajih, vedno na isti dan, to je vsak tretji četrtek v mesecu od oktobra do maja.

Osrednji cilj knjižnih čajank je bil predstaviti predvsem mladinsko književnost starejšim ljudem in jih spodbuditi, da bi brali otrokom v predšolskem in zgodnjem bralnem obdobju, odraščajočim otrokom pa - kolikor je to le mogoče - ostali partnerji v pogovorih o prebranih mladinskih knjigah (in kot poznavalci knjižne produkcije tudi svetovalci). Začelo se je z vzpodbujanjem babic in dedkov, da bi brali vnukom, s čimer pridobijo oboji: branje prispeva k duševni čilosti starejših in prispeva k bralni vzgoji otrok, obenem pa pogloblja (čustvene) odnose med generacijama.

Sodelovanje knjigarn in knjižnic je bilo osnovno vodilo pri organizaciji knjižnih čajank. Knjižničarke iz splošnih knjižnic, strokovnjakinje s področja mladinske literature so izvedle čajanke na podlagi izbora knjig in osnovnih izhodišč, ki jih je centralno pripravljala mag. Tilka Jamnik iz Knjižnice Otona Župančiča. Knjigarne pa so poskrbele predvsem za organizacijo - razpošiljanje vabil, obveščanje medijev ter za primerno ureditev prostora in pogostitev s čajem in piškoti. Na vsaki čajanki se je zbralo okrog 20 ljudi, na vsaki smo predstavili povprečno 12-14 knjig. V eni sezoni to pomeni več kot 1600 ljudi ter okrog 120 knjig slovenskih založb.

Posamezne čajanke so bile tematsko zaokrožene. S knjižnimi čajankami smo želeli opozoriti, da je branje koristno in da nudi užitek. Promovirali smo vse vrste branja oz. predstavljali različno bralno gradivo: gradivo za informacijsko, kognitivno branje (strokovno literaturo) in za branje v estetski užitek (leposlovno literaturo); prvo je povezano s sodobno funkcionalno bralno pismenostjo in vseživljenjskim učenjem, drugo pa bolj s posameznikovim prostim časom.

Z letom 2009 se je projekt Knjižnih čajank zaključil. Vendarle svojo vrednost ohranja kot odličen model sodelovanja različnih partnerjev pri približevanju kulture - v tem primeru knjižne kulture - starejšim ljudem in spodbujanju le-teh k gradnji medgeneracijskih stikov. V anketi, ki smo jo izvedli med obiskovalci čajank, smo namreč izvedeli, da večina obiskovalcev doma otrokom bere iz knjig, ki smo jih priporočili na čajanki; nekatere kupijo v knjigarni, nekatere si izposodijo v knjižnici. Vsi so čajanke ocenili tudi kot dobrodošlo priložnost za druženje, izmenjavo informacij in mnenj o različnih knjigah, kot tudi priložnost za uživanje ob poslušanju pravljic ali pesmic, ki jih na čajanki prebere voditeljica.

Prepričana sem, da bodo izkušnje, pridobljene z organizacijo knjižnih čajank, prispevale k izgradnji novih, še boljših modelov srečevanja starejših in mladih s knjigami, tako v knjigarnah, kot v knjižnicah.

STAREJŠI BOLNIK IN NJEGOVI SVOJCI

Utrinki iz ambulante družinske zdravnice

POLONCA STEINMANN

Univerzitetni klinični center, Ljubljana, Center za vojne veterane

POVZETEK

Pogled družinske zdravnice na starejšega bolnika, staranje in obnemoglost in skrb za takega bolnika s strani svojcev, negovalcev ali drugih pomočnikov. Za starost je dobro, da o njej razmišljamo, se nanjo pripravimo in da poskrbimo pravočasno, še pri polni, zdravi pameti in da se pomenimo o tem z najbližjimi ali z ljudmi, ki jim bomo to skrb za nas zaupali. Pojdimo pripravljene k lečečemu zdravniku. Vprašanja si zapišimo na list papirja. O staranju se posvetujmo z lečečim zdravnikom te osebe. Previdni moramo biti, da ne pride do kakršnih koli zlorab.

Vsak človek na svetu si želi mirno, zdravo in srečno preživeti svolje življenje od rojstva do smrti in v krogu svojih domačih. Velikokrat se to res zgodi. Včasih pa so življenjske zgodbe posejane s številnimi življenjskimi preizkušnjami. Vsakomur je življenjska pot položena že "v zibelko". Tekom življenja si večina ljudi ustvari družino: žena dobi moža, mož ženo in oba otroke, kot sadove njune ljubezni.

Kdo je dolžan poskrbeti za ostarelo ali obnemoglo mamo ali očeta, teto ali strica? Starši skrbijo za svojo družino s pozitivno naravnostjo, z ljubeznijo v normalni, zdravi družini. Ko taki starši ostarijo, zbolijo ali jim poidejo življenjske moči, bodo poskrbeli zanje njihovi otroci, hčere ali sinovi. Tudi vnuki jim priskočijo na pomoč. Po potrebi poskrbijo otroci še za dodatne pomoči za varstvo, družbo, nego ali čiščenje. Otroci so večinoma še zaposleni in se lepo domenijo, kaj bo kdo postoril pri mami ali očetu. V nekaterih, velikokrat negativno naravnanih družinah, pa je sodelovanje staršev do otrok že v zasnovi slabše. Nimajo časa zanje, skrb za otroke prelagajo na stare starše ali jih celo dajo v posvojitev ali jih zavržejo zaradi različnih razlogov. Taki otroci so polni strahov, jeze ali drugih negativnih čustev. Seveda pa k sreči ni vedno tako. Otroci, ki razumejo, da so njihove starše tudi stari starši čustveno zanemarjali, ali zlorabljali, staršem odpustijo ravnanje v njihovem otroštvu.

Kot sem zgoraj omenil, je za staranje in za skrb do starejšega bolnika zelo pomemben pozitiven družinski vzorec. V taki družini ni nikoli problem poskrbeti za kateregakoli člana družine tudi za ostarelelega starša ne. V primeru, ko bolnik nima otrok, ima pa nečake, ali nima nikogar, vam svetujem, da se pomenite z najbližjimi ali z neko tujo osebo, ki bi ji zaupali, da bi v primeru potrebe poskrbela in skrbela za vas. Včasih se namreč zgodi, da ni nikjer nikogar in sploh ne vemo, koga obvestiti za potrebnega starejšega bolnika.

Ker so družine danes vedno bolj enogeneracijske, le včasih dvogeneracijske, je potrebno skomunicirati tudi želje našega starejšega bolnika, kako si predstavlja svojo starost. Upoštevati moramo tudi dejstvo, da starejši ljudje pogosto negirajo svoje težave, ali se jih sploh ne zavedajo, ker je pogosto prisotna tudi starostna depresija in strah pred smrtjo ali bolečino in osamljenostjo. Zato pojdite z ostarelim svojcem skupaj k družinskemu zdravniku ali pa se z njim posvetujte sami. Zdravniki ne moremo vedeti, kaj se dogaja z bolnikom doma, če nam svojci ne povedo in če bolnik ni več tako kritičen do sebe. Še enkrat naj vas spomnim, da si vsa opažanja, vprašanja tudi zapišite na večji list papirja. Svojci naj kontrolirajo vnos hrane, tekočine, redno in pravilno jemanje zdravil. Včasih se zgodi, da starejši človek hira, propada, kljub polnemu hladilniku. Sploh se ne spomni da mora imeti red v prehrani, uživanju tekočin in počitku. Večkrat se situacija čez noč poslabša, čeprav je bilo že nekaj časa opaziti predznake zanjo. Vedno delujmo z ljubeznijo in potrpežljivostjo, ker je starejši človek bolj počasen in seveda z odpuščanjem. Prosite družinskega zdravnika za nasvete v zvezi z vašim primerom, ki je čisto drugačen od drugega bolnika. Na pomoč vam lahko priskoči tudi patronažna sestra. Uporabite lahko še druge oblike pomoči na domu, ki delujejo na nivojih mesta, lokalnih skupnosti, kot prostovoljci ali v privatnih oblikah. Nekatere pomoči delujejo v okviru zdravstvenega zavarovanja, nekatere je treba plačati. Zato prosite družinskega zdravnika, naj v primeru težje obnemoglosti, bolezni ali nepokretnosti napravi dodatek za pomoč in postrežbo ali za telesno okvaro. Napišite tudi prošnjo za sprejem v dom starejših občanov.

Izredno pomembna je dobra komunikacija med posameznimi člani družine in porazdelitev dela. Na žalost pa je danes tako sodelovanje vse težje, saj so otroci večinoma zaposleni, prepogosto tudi pregoreli od svojih služb in kasneje tudi kot negovalci svojih staršev. Če imajo starši več kot enega otroka, skrbi za starše pogosteje hči, sinovi pa se kar bojijo sodelovati, ker se bojijo lastne obnemoglosti. Seveda pa nekateri sinovi tudi odlično sodelujejo.

Primeri bolnikov iz moje prakse:

1.primera: pred nekaj leti je bolnica prihajala še sama k meni v ambulanto. Čez nekaj mesecev zazvoni telefon, dvignem slušalko. Kliče njena soseda iz bloka: "Veste, gospa Marija je že zelo pozabljiva, kar tava po bloku in okrog. Kaj naj sosedje naredimo v tem slučaju?" Gospa Marija nima svojcev. Kasneje sem izvedela od zelo daljnih sorodnikov, da je bila gospa Marija sprejeta v bolnišnico zaradi demence, kasneje pa je bila premeščena v Dom starejših občanov.

2.primera: gospa Milica je bila vse življenje kuharica v ljubljanski tovarni. Veliko dobrega je skuhalo v službi in doma. Zaslužila si je majhno pokojnino. Kasneje je hodila kam še kaj pomagat. Sedaj pa delati ne more več, saj ima krepko čez 70 let. Rada je hodila na izlete z upokojenci. V naravi je obnovila življenjske moči. Ima dve hčerki, ki sta jo obiskovali, vendar sedaj živita zelo daleč po svetu. Par let je razmišljala, kako naj poskrbi za svojo starost. Odločila se je, da se preseli iz slovenske prestolnice nazaj v svoj rodni kraj, na njen otok v Dalmaciji, kjer ima še nekaj sorodnikov. Tam je živela nekaj let. Sedaj pa sem izvedela, da je postala pozabljiva. Ena od hčera, ki živi na drugem koncu sveta, se je zelo potrudila. Prišla je k mamici in ji uredila prostor v Domu starejših občanov. Njeni sorodniki jo radi obiskujejo in je srečna v njihovi bližini.

3.primera: gospa Fani je imela stoječe delovno mesto v podjetju. Za vse so jo porabili. Leta so tekla. Upokojila se je. Vendar je stalno iskala stik z naravo in obdelovala je majhen vrtiček. Starala se je. Ima dva sinova, ki sta ji sprva pomagala prelopatiti zemljo, potem pa se jima ni ljubilo več. Fani je zadela možganska kap. Nekaj mesecev se niti ona, niti sinova niso znašli. K sreči je bila kap lažja in se je njeno zdravstveno stanje počasi malo izboljšalo. Sinova sta mami pomagala, ima pa tudi dobre sosede. Kasneje me je že sama poklicala po telefonu, in povedala, da gre malo na njen vrtiček. "Veste, taka suša je, pa sinova niti flanc ne zalijeta." Potem sem izvedela, da sin, ki živi z njo zelo pije in ji pobere njen denar. Tudi jesti ji ne da. Pred nekaj dnevi mi je telefonirala: "Veste, ne morem hoditi in priti k vam, pa saj veste, da nimam nikogar, ki bi skrbel zame." Ali njena otroka ne vidita betežne in ostarele mame?

4.primera: gospa Mija je belolasa gospa z vedno enako pričesko, majhno figico ima. Nosi očala. Vedno je dobrovoljna, čeprav ji življenje ni bilo posejano z rožicami. Sprva je hodila v ambulanto sama, čez nekaj let pa je prišla v spremstvu hčerke, ki živi daleč čez Lužo. Gospa Mija je pazila svojo vnukinjo, ki je

kasneje odšla za mamico čez Lužo, v Ameriko. Zadnja leta pa je postajala pozabljiva in hči se je preselila k mamici in skrbela zanjo do njene smrti. Živela je skoraj 100 let.

5.primer: bolnica mi pred 20 leti pripoveduje: "Veste, imam prijatelja. Oba sva vdovca, jaz nimam otrok, on ima sina in hčerko. Živiva vsak na svojem domu in se srečujeva, hodiva skupaj na dopuste, v zdravilišče. Lepo se imava. Čez leta se je gospod postaral in živela sta skupaj. Dobil je pacemaker, srčni vzpodbujevalec. Sam je prihajal k meni v ambulanto. Po težjem prehladnem obolenju je moral na zdravljenje v bolnišnico. Gospa ni vedela, kako in kaj. Gospa je bila razpeta med njim in njegovima otrokoma. Sedaj živi gospod v Domu starejših občanov. Ima dva otroka, ki nikoli nista prišla na posvet v našo ambulanto, čeprav je oče bil desetletja moj bolnik.

6.primer: mamica je dobila hčerko. Po carskem rezu pride iz bolnišnice. Vsi so veseli njene hčerke Špelce. A kaj, ko je morala že po nekaj tednih oditi nazaj v službo. Pa še gospodinjiti mora sama. Kako ne bo takoj zelo utrujena ali pa bo čez leta pregorevala? Kdo bo poskrbel za njeno starost?

7.primer: Pred enim mesecem se je oglasil v naši ambulanti bolnik Tine. K nam hodi iz 50 km oddaljenega kraja, sam z avtom. Opažam, da vedno težje hodi. Vprašam ga: "Kako pa vi lahko šofirate tako daleč?" "O, saj gre, saj veste, da tako rad pridem k vam!", je odgovoril. Sama pa razmišljam: "Kako lahko tako težje pokreten bolnik reagira pri neučakanih, nemirnih norcih na cesti?" In potem nadaljujeva pogovor: "Gospod Tine, pripeljite drugič hčerko s seboj!" Tine samo milo pogleda, a nič ne reče. Po dveh tednih pride k meni v spremstvu vnukinje: "Zakaj ste pripeljali vnukinjo in ne hčerke?" Odgovori mi vnukinja: "Tega filma pa ne boste videli", in nadaljuje: "Veste, to je dolga štorija, ne bi o tem, nima smisla". Čez en teden vnukinja sporoči, da je dedi v bolnišnici. Čez nekaj dni izvem, da bo dedi premeščen na hčerin dom. Z vnukinjo vse urediva, tudi bolniško posteljo in vse ostalo, kar je potreboval.

8.primer: oče in mama sta moja bolnika. Imata dva otroka. Ko sta starša ostarela, smo z otroki lepo sodelovali. Porazdelila sta si skrb za ostarela starša. Pa še dodatno pomoč so si poskrbeli za nego.

9.primer, 10.primer, itd: otroci večinoma lepo poskrbijo za svoje ostarele ali obnemogle starše. Govorimo o zdravi, pozitivni družini, ki se zaveda, da sta starša tudi poskrbela lepo za svoje otroke. Sedaj pa otroci poskrbijo za svoje starše. V nekaterih družinah pa so prisotni nezdravi, negativni odnosi. Tam je pa včasih težko, ko starša obnemoreta. Imam pa kar nekaj primerov, ko ostarela žena skrbi za bolnega moža do njegove smrti. Ona je zelo utrujena, pregoreva. Ko ostane sama, pogosto zboli za težkimi boleznimi, kot je sladkorna bolezen, rak, itd.. Otroci pazite na starša, ki je ostal sam po smrti svojega zakonskega partnerja!

NAGRADNI NATEČAJ ZA RAZISKOVALNE NALOGE DIJAKOV IN ŠTUDENTOV

POVZETKI DIJAŠKIH RAZISKOVALNIH NALOG

1. mesto:

VSAK ČLOVEK JE SVET ZASE...

Avtorice: Nastja Hudina, Maja Lovrenčič, Mojca Pečnik, Klavdija Skrbinjek

Mentorica: Simona Luetič

Bistrica Srednja šola Slovenska

Običajno zremo v čas, ki se od nas odmika, a to lahko spremenimo in zremo v čas, ki se približuje ter pri polni zavesti doživljamo vsak trenutek sedanosti. Izkušnja vseh izkušenj je biti živ. In življenje je izziv. Ni blagoslov, še manj prekletstvo. Je preprost izziv. Vemo, da čakamo in vemo, na kaj. Medtem pa opazujemo ta svet in uživamo v radosti neskončnosti. Najhuje, kar nas lahko doleti, je smrt in ker je to že tako ali tako naša usoda, smo svobodni in se nimamo česa bati. Če se hočemo prepustiti čarobnosti, da se nas polasti, moramo le pregnati dvome iz svojih misli. Ko dvomi izginejo, postane vse mogoče. Zavedamo se, da so starostniki živeli v različnih okoliščinah in da imajo različne poglede na življenje in odnose z mladostniki. Prav zaradi tega smo se lotili raziskave, kjer smo se srečali s starostniki v Domu upokojencev v Slovenski Bistrici in starostniki, ki prebivajo v Domu v Poljčanah. Z njimi smo izvedli anketo, intervju, hkrati pa v zaključnem delu izpeljali skupno plesno točko, posneli kratek film ter pripravili zloženko.

2. mesto:

MATURA V SPOMINU DOBREPOLJČANOV NEKOČ IN DANES

Avtorica: Alenka Žnidaršič

Mentorica: Nina Levstik

Gimnazija Ledina

V raziskovalni nalogi sem raziskovala zgodovino mature kot zaključnega izpita na splošnih gimnazijah. V teoretičnem delu sem opisala preteklost mature in gimnazij na splošno, ter kdaj in kako se je matura razvijala, v praktičnem delu pa sem jo opisala skozi oči treh intervjuvanih posameznikov v različnih generacijah ter mene, bivajočih v občini Dobropolje. Pred začetkom raziskovanja sem postavila hipotezo, da se odnos do mature spreminja, saj ta postaja čedalje dostopnejša, kar se je na koncu s pomočjo spraševancev tudi potrdilo. Moja hipoteza je ta, da matura predstavlja različno vlogo v posameznikovih življenjih, kar je seveda tudi razumljivo, saj nekaterim šteje za vstopnico na fakulteto le opravljena matura, drugi pa morajo doseči visoke rezultate na maturi, da bodo sprejeti na želeno fakulteto. Hkrati pa predvidevam, da pomen zaključnega maturitetnega izpita v preteklosti ni odločilno vplival na posameznikovo življenjsko usodo, saj takrat še ni predstavljala tako velikega pomena v družbi, kot ga predstavlja danes, ko se dijaki strokovnih šol vse pogosteje odločajo za splošno maturo (poleg poklicne mature).

3. mesto:

BABICA MI JE PRIPOVEDOVALA: KEMIJA V VSAKDANJEM ŽIVLJENJU DANES IN NEKOČ

Avtorice: Saša Medja, Barbara Pavlin, Nika Tavčar, Tina Zorko

Mentorica: Marinka Kovač

Gimnazija Novo mesto

V nalogi smo se lotile raziskovanja razlik v življenju nekoč in danes, kako so bili nekoč iznajdljivi in bili sposobni narediti ogromno stvari sami. Želele smo ugotoviti, kakšna sredstva so v vsakdanjem življenju

uporabljali včasih, torej kako so pridobivali mila, shranjevali hrano, kako so učinkovito uporabili različne naravne materiale... Problema smo se lotile tako, da smo najprej poiskale nekaj teorije, nato pa smo se odpravile v Dom starejših občanov Šmarjeta, kjer smo v pogovoru s stanovalci dobile podrobne opise življenja nekoč. Naši glavni zaključki so, kakor smo tudi pričakovale, da se današnji vsakdan močno razlikuje od tistega izpred nekaj desetletij ter da smo danes (še posebej mladi) premalo osveščeni o življenju nekoč. Predvsem pa smo se iz te raziskovalne naloge ogromno naučile ter pridobile zelo veliko lepih izkušenj.

OPOMNIK ZA JEMANJE ZDRAVIL

Avtor: Mitja Ivančič

Mentor: Milan Ivič

Srednja elektro-računalniška šola Maribor

Inovacijski predlog rešuje probleme glede zanesljivosti pravočasnega zaužitja zdravil, ki jih bolnikom predpiše njihov zdravnik. Velikokrat se zgodi, da bolniki (predvsem starejši) pozabijo zaužiti zdravilo v pravih, od zdravnika predpisanih časovnih presledkih. Zdravnik npr. predpiše jemanje zdravil 3x na dan ali pa vsakih 12 ur po eno tableto itd. V odvisnosti od zdravnika, seveda tudi bolezni bolnika, je ta predpisani čas lahko različen. Vem pa, tudi iz moje okolice, da se mnogo bolnikov velikokrat „spomni“ zaužiti zdravilo kakšno uro, dve ali celo več po tistem, ko bi jo moral. Nekateri bolniki, predvsem starejši, si celo zapisujejo, da so zaužili zdravilo, saj se pri naslednjem obroku tega več ne spomnijo. Ob razmišljanju, kako bi v takšnih primerih pomagal bolnikom, sem prišel do zamisli, da izdelam napravo - Opomnik, ki bolnika opozori, da je prišel čas, ko mora zaužiti zdravilo. Takšno napravo sem tudi izdelal in jo poimenoval: Opomnik za jemanje zdravil.

PROSTOVOLJNO DELO NA SREDNJI ZDRAVSTVENI ŠOLI CELJE

Avtorice: Klementina Cizej, Klara Cetina in Urška Vasle

Mentor: Peter Cepin Tovornik

Srednja zdravstvena šola Celje

Namen raziskovalne naloge je bil ugotoviti, zakaj so se dijaki odločili za tovrstno opravljanje dela, kaj počnejo z varovancem, ali jim bo to delo služilo še v bodočnosti, kaj so s prostovoljstvom pridobili zase in ali so razveseljevali varovance. Predpostavili smo, da so dijaki bili zadovoljni oziroma zelo zadovoljni z opravljanjem prostovoljnega dela v različnih domovih, kar smo z raziskavo potrdili. Za raziskovalno nalogo smo uporabili metodo anketnega vprašalnika. Opravljanje prostovoljstva je zelo hvaležno delo, ki ni poplačano z denarjem, ampak na veliko boljši, lepši način. Kot prostovoljec lahko svoj čas veliko koristnejše izkoristiš, kar so priznali tudi dijaki-prostovoljci v anketnih odgovorih. Ne samo, da nekomu pomagaš, mu krajšaš čas in lepšaš trenutke, ampak se notranje bogatiš in si srečen, saj veš, da si nekomu pomagal. Za nas je bilo prostovoljno delo čudovita izkušnja. Delo smo opravljale v Domu od Savinji Celje. Z vsakim obiskom smo nadgrajevale naše znanje, odnos in zaupanje, katerega smo si pridobile z iskrenim ter dobrim odnosom do stanovalk. S takšnim opravljanjem prostovoljnega dela smo bile zelo zadovoljne, zato svetujemo vsem prostovoljcem, ki se odločajo za tovrstno opravljanje dela, naj zaupajo v svoje znanje ter sposobnosti, saj so zmožni opravljati to delo in s tem pridobiti veliko novih izkušenj za lažje opravljanje poklica, za katerega so se odločili, in nadaljnje življenje. Ugotovili bodo, da lahko svoj čas izkoristijo na precej boljši in koristnejši način tako, da nekomu polepšajo dan, nekaterim tudi življenje.

PROSTOVOLJNO DELO V SLOVENIJI IN DRUGOD PO EVROPI

Avtorice: Klementina Cizej, Klara Četina in Urška Vasle

Mentor: Peter Čepin Tovornik

Srednja zdravstvena šola Celje

Pomembno za dobro opravljanje prostovoljnega dela je kodeks etičnih načel v socialnem varstvu, ki usmerja prostovoljca k dobremu delovanju v prostovoljstvu, da se ravna po etičnih načelih, spoštuje človeka in njegove pravice, da spoštuje človekove pravice in njegovo samostojno izbiro. Opisale smo tudi zakonodajo, ki ureja področje prostovoljnega dela v Republiki Sloveniji in drugod po Evropi. Ugotovile smo, da se zakonodaja na področju prostovoljnega dela po Evropi ne razlikuje s predlogom zakona o prostovoljnem delu v Sloveniji.

SODELOVANJE SREDNJE ZDRAVSTVENE ŠOLE CELJE Z DOMOVI UPOKOJENCEV NA PODROČJU PROSTOVOLJNEGA DELA

Avtorice: Klementina Cizej, Klara Četina in Urška Vasle

Mentor: Peter Čepin Tovornik

Srednja zdravstvena šola Celje

V empiričnem delu so predstavljeni rezultati anketne raziskave o prostovoljnem delu. Anketne vprašalnike smo naslovile na stanovalce v domovih upokojencev, ki so imeli vsaj eno leto prostovoljca. Anketo je izpolnilo 92 stanovalcev različnih domov celjske regije. Rezultati so pokazali, da so stanovalci zadovoljni z delom, ki ga dijaki opravijo. Pri oskrbovancih nas je zanimal predvsem razlog, zakaj so se odločili za prostovoljca, odnos med njimi in prostovoljci, kako dijaki opravljajo svoje delo in kako so oskrbovanci zadovoljni s prostovoljci. Analiza anket je pokazala, da stanovalci s prostovoljci počenajajo različne stvari. Z njimi se pogovarjajo, hodijo na sprehode, kartajo, igrajo človek ne jezi se in šah ter še veliko drugih stvari. Ker tisti stanovalci, ki rabijo oziroma si želijo prostovoljca, sami izrazijo željo po njem, smo predvidevale, da bodo stanovalci na vprašanje Kako ste zadovoljni z njim/njo odgovorili v več kot 90 odstotkih, da so s prostovoljci zadovoljni oziroma zelo zadovoljni. Stanovalci so na to vprašanje odgovorili, da so 98 odstotno zadovoljni oziroma zelo zadovoljni s prostovoljci, zato je bila naša hipoteza potrjena.

ZGODOVINA PROSTOVOLJNEGA DELA NA SREDNJI ZDRAVSTVENI ŠOLI CELJE

Avtorice: Klementina Cizej, Klara Četina in Urška Vasle

Mentor: Peter Čepin Tovornik

Srednja zdravstvena šola Celje

V teoretičnem delu raziskovalne naloge smo se osredotočile na prostovoljno delo, ki poteka na Srednji zdravstveni šoli Celje že od šolskega leta 1995/96. Pomembno za dobro opravljanje prostovoljnega dela je kodeks etičnih načel v socialnem varstvu, ki usmerja prostovoljca k dobremu delovanju v prostovoljstvu, da se ravna po etičnih načelih, spoštuje človeka in njegove pravice, da spoštuje človekove pravice in njegovo samostojno izbiro. Opisale smo zgodovino prostovoljstva na Srednji zdravstveni šoli Celje. Opravile smo tudi intervju s prvo koordinatorico prostovoljnega dela na Srednji zdravstveni šoli Celje. Namen naše raziskovalne naloge je bil ugotoviti, kako je razširjeno prostovoljno delo med dijaki Srednje zdravstvene šole Celje.

BOŽIČNO-NOVOLETNI PRAZNIKI VČERAJ IN DANES NA MLINŠAH

Avtorica: Monika Ocepek

Mentorica: Nina Levstik

Gimnazija Ledina

Starejša generacija se dandanes spopada z raznimi problemi, vendar si današnja družba vse bolj prizadeva za več strpnosti v naši družbi, za več socialnega čuta in sožitja med vsemi generacijami. Sožitje generacij bo peljalo v družbo, ki si jo želimo in o kateri skupaj razmišljamo - družbo srečnih, sproščenih, zdravih in osebnostno varnih ljudi. K temu pripomorejo tudi naša dejanja. Pomembno vlogo imajo tudi družinski prazniki kot npr. božič in novo leto. V okviru teh praznikov se posvečamo družini in pripomoremo k vključevanju starejših v družbo in k medsebojnemu sodelovanju. Povezujejo mlajšo in starejšo generacijo in jim dajejo zagon za optimistično pričakovanje prihodnosti. Pri raziskovalni nalogi sem postavila cilj raziskovati podobnosti in razlike med starejšo in mlajšo generacijo pri preživljanju praznikov ter presoji, kako družba in okolje pripomore k vključitvi starejše generacije v družbo. Pridružila sem še področje sprejemanja obeleževanja praznikov skozi leta - vse osredotočeno na moj domači kraj: Mlinše. Pomembno mesto v moji raziskavi imajo intervjuvanci - na njihov izbor je vplivala odločitev, da so le-ti pripadniki različnih starosti oz. različnih generacij, skozi katere je možno videti podobnosti in razlike v njihovem preživljanju praznikov ter tudi njihov odnos do obeleževanja le-teh. Vse pa povezuje seveda tudi skupno bivalno okolje - kraj Mlinše.

ŠTUDENTSKE RAZISKOVALNE NALOGE

1. mesto:

ŽIVETI KAKOVOSTNO ŽIVLJENJE:

OSEBNOSTNE LASTNOSTI KOT DEJAVNIK ŽIVLJENJSKEGA ZADOVOLJSTVA STAROSTNIKOV

ANITA CELAREC

študentka managementov kadrov in delovnih razmerij na Fakulteti za družbene vede

POVZETEK

Preučevanje obdobja pozne odraslosti postaja zaradi zviševanja življenjske dobe in naraščanja števila starostnikov vse bolj aktualno. Študije se osredotočajo na različne vidike staranja, pri čemer v ospredje pogosto postavljajo bolezensko in ne zdravo stanje. V našem prispevku smo se osredotočili na pozitivni vidik staranja: na posameznikovo življenjsko zadovoljstvo. Nanj smo pogledali z vidika osebnostnih lastnosti kot pomembnega dejavnika pri napovedovanju življenjskega zadovoljstva posameznika. Rezultati naše študije, izvedene na vzorcu 95 razmeroma zdravih in dejavnih slovenskih starostnikov, kažejo, da se življenjsko zadovoljstvo pomembno pozitivno povezuje z ekstravertnostjo, čustveno stabilnostjo, sprejemljivostjo in odprtostjo. Tudi med vestnostjo in življenjskim zadovoljstvom smo našli pozitivno povezavo, vendar se ni izkazala kot statistično pomembna. Iz dobljenih raziskovalnih podatkov je moč sklepati, da obdobje pozne odraslosti ni "vsesplošno nezadovoljno", kot je pogost stereotip, temveč da je to, kako starostnik doživlja to obdobje, pomembno povezano s tem, kakšen je kot oseba.

Ključne besede: pozna odraslost, starostniki, življenjsko zadovoljstvo, osebnostne lastnosti.

1 Uvod

1.1 Izzivi sodobne dolgožive družbe

V zadnjih desetletjih smo pri ča hitremu naraščanju deleža starostnikov v populaciji. V sodobnem svetu vse več posameznikov dočaka zelo pozno starost. Zaradi podaljševanja življenjske dobe psihologija staranja ali gerontopsihologija vse bolj pridobiva na pomenu. Zlasti razvite družbe vse večji poudarek

namenjajo kakovostnemu staranju in kakovostnemu življenju tudi v t. i. "tretjem življenjskem obdobju" oziroma v obdobju pozne odraslosti, kot v razvojni psihologiji označujemo obdobje življenja, ki se začena približno med šestdesetim in petinšestdesetim letom starosti (Zupančič, 2004b). Uspešno prilagajanje na staranje in subjektivno zadovoljstvo sta postala sopomenki za življenjsko zadovoljstvo.

Med ljudmi se v povezavi s starostjo in staranjem pogosto pojavljajo številni negativni stereotipi. Starost večinoma povezujejo z upadom telesnega zdravja, nedejavnostjo, socialno izolacijo, finančno ogroženostjo in splošnim nezadovoljstvom. Poenostavljeno rečeno: v naših predstavah je dolžina življenja negativno povezana s kakovostjo življenja (Zupančič, 2002). Po drugi strani pa rezultati študij kažejo, da je lahko obdobje pozne odraslosti lahko pozitivno in zadovoljno, tako kot katerokoli drugo obdobje v posameznikovem življenju. Dokaz za to so mnogi posamezniki, ki v pozni odraslosti živijo polno, zadovoljno in koristno življenje. Prav tako ugotovitve številnih raziskav kažejo, da posamezniki celo v kontekstu vse večjih in številnejših objektivnih življenjskih omejitev ohranjajo svoje življenjsko zadovoljstvo v zelo pozno starost (Zupančič, 2004a).

Skozi čas so se raziskovalci posvečali preučevanju življenjskega zadovoljstva z različnih vidikov. Preučevali so zadovoljstvo z življenjem preko različnih življenjskih obdobj in ob različnih življenjskih prelomnicah. Ugotavljali so, kako se s posameznikovim življenjskim zadovoljstvom povezujejo različne sociodemografske spremenljivke, objektivni pogoji in subjektivne ocene le-teh (Zupančič, 2004a). Med drugim so se spraševali tudi, ali in kako dinamika in različni faktorji osebnosti posameznika napovedujejo življenjsko zadovoljstvo ter uspešno spoprijemanje s staranjem (Turner in Helms, 1993). V našem prispevku bomo odgovarjali na vprašanje, ali in kako se z življenjskim zadovoljstvom starostnika povezujejo njegove osebnostne lastnosti. Najprej bomo opredelili oba pojma s teoretičnega vidika in pregledali izsledke preteklih raziskav. Zatem pa se bomo osredotočili na povezanost življenjskega zadovoljstva in osebnostnih lastnosti na vzorcu slovenskih starostnikov.

1.2 Življenjsko zadovoljstvo

1.2.1 Opredelitev življenjskega zadovoljstva

Model zadovoljstva z življenjem je od leta 1984 razvijal Diener (Musek in Avsec, 2002). Model zajema osrednjo in globalno spremenljivko dobrega počutja in življenjskega zadovoljstva, ki jo je avtor označil z izrazom subjective well-being (SWB). Posameznika pojmuje kot zadovoljnega z življenjem takrat, ko je zadovoljen s pogoji svojega življenja (spoznavna sestavina) ter pogosto doživlja pozitivna čustva, negativna čustva pa doživlja redko (čustvena sestavina) (Lucas in Gohm, 2000). Življenjsko zadovoljstvo je torej kompleksen konstrukt, ki vključuje tako čustveni kot spoznavni vidik (Russi Zagožen, 1997, v: Giodani, 2003). Pomeni subjektivno vrednotenje življenja, pri katerem je pomembno posameznikovo lastno doživljanje, in ne to, kaj o dobrem življenju menijo strokovnjaki. Predstavlja odgovor na vprašanje, ali svoje življenje ocenjujemo kot dobro glede na standarde, ki si jih postavljamo sami. Posameznikove ocene življenjskega zadovoljstva so odvisne od preteklih izkušenj, od trenutnih razpoloženj in od pričakovanj v prihodnosti. Ocena o globalnem življenjskem zadovoljstvu pa predstavlja dokaj stabilno vrednotenje, ki ni zelo odvisno od trenutnega čustvenega stanja posameznika (Musek in Avsec, 2002).

1.2.2 Življenjsko zadovoljstvo v pozni odraslosti

Zadovoljstvo z življenjem v pozni odraslosti raziskovalci pogosto opredeljujejo v smislu objektivnega niza socialno-materialnih meril, ki določajo pogoje posameznikovega življenja in potencialno prispevajo h kakovostnemu življenju starostnikov (npr. primerno stanovanje, dostopnost zdravstvenih in socialnih storitev, zadostna pokojnina, priložnosti za socialno interakcijo) ter v smislu posameznikovih subjektivnih življenjskih izkušenj, tj. subjektivnih ocen njegovih objektivnih življenjskih pogojev (Smith, Fleeson, Geiselman, Settersen in Kunzmann, 1999, v: Zupančič, 2004a). Izsledki raziskav kažejo, da posamezniki, ki menijo, da jim je življenje prinašalo mnogo dobrega, ponavadi navajajo manj obžalovanj in poročajo o življenjskem zadovoljstvu ter imajo navadno pozitiven odnos do svoje preteklosti in prihodnosti. Življenjsko zadovoljstvo se pozitivno povezuje s posameznikovo socialno mrežo in oporo, ki jo najde v

medosebnih odnosih, poleg tega pa še z dobrim telesnim in psihičnim zdravjem, finančno varnostjo ter oceno posameznikovega nadzora nad življenjskimi dogodki (Turner in Helms, 1993).

1.2.3 Osebnost kot dejavnik življenjskega zadovoljstva v pozni odraslosti

Kljub temu, da se je mnogo raziskav v preteklosti osredotočalo na preučevanje povezanosti življenjskega zadovoljstva z demografskimi in socio-ekonomskimi spremenljivkami, ugotovitve večine študij kažejo, da življenjsko zadovoljstvo bolje napovedujejo osebnostne lastnosti posameznika (Wismeijer in Van Assen, 2008). Avtorji navajajo, da so zunanji dejavniki, kot so spol, starost, izobrazba, zdravstveno stanje in drugi, z življenjskim zadovoljstvom povezani v manjši meri kot notranji, intrapsihološki dejavniki. Osebnostne okoliščine posameznikovega življenja so sicer pomembno povezane z zadovoljstvom z življenjem, še bolj pomembne pa so posameznikove osebnostne lastnosti. Življenjsko zadovoljstvo je do neke mere dedljiva lastnost, ki je povezana z osebnostnimi dispozicijami in potezami (Musek in Avsec, 2002). Dispozicije in temperament določajo raven življenjskega zadovoljstva do določene stopnje, po drugi strani pa na to raven učinkujejo tudi dejanske izkušnje posameznika in pridobljeni oziroma naučeni načini predelave informacij ter razlaganje stvarnosti.

Po izsledkih večjega števila raziskav (Costa in McCrae, 1980, Costa, McCrae in Zonderman, 1987, Diener, 1996, Diener in Lucas, 1999a, b, Emmons in Diener, 1985a, b, Lucas in Diener, 2000, Schimack, Oishi, Diener in Suh, 2000, Watson in Clark, 1992, v: Musek in Avsec, 2002) med najboljše napovedovalnike življenjskega zadovoljstva sodita ekstravertnost in nevroticizem (čustvena nestabilnost). Nevroticizem se pozitivno povezuje z anksioznostjo (npr. Weinstock in Whisman, 2006, v: Wismeijer in Van Assen, 2008), doživljanjem negativnih čustev (npr. Hutchinson in Williams, 2007, v: Wismeijer in Van Assen, 2008), zaskrbljenostjo (Muris, Roelofs, Rassin, Franken in Mayer, 2005, v: Wismeijer in Van Assen, 2008) in širokim spektrom psihosomatskih simptomov (Rosmalen, Neeleman, Gans, in de Jonge, 2007, v: Wismeijer in Van Assen, 2008). Posplošeno gledano, nevroticizem se negativno povezuje z življenjskim zadovoljstvom.

Po drugi strani med ekstravertnostjo in življenjskim zadovoljstvom obstaja pozitivna povezava (npr. Argyle in Lu, 1990; Spangler in Palrecha, 2004, v: Wismeijer in Van Assen, 2008). Zelenski in Larsen (1999, v: Wismeijer in Van Assen, 2008) ugotavljata, da so pozitivni življenjski dogodki izzvali večje zadovoljstvo pri ekstravertnih kot introvertnih posameznikih. Ekstravertnost se je izkazala kot pomembno povezana z doživljanjem pozitivnih čustev, ne pa tudi z doživljanjem negativnih (Costa in McCrae, 1980, v: Lucas in Gohm, 2000). Vitters and Nilsen (2002, v: Wismeijer in Van Assen, 2008) ugotavljata, da se je napovedna vrednost ekstravertnosti na življenjsko zadovoljstvo zvišala v primerih, ko nevroticizem ni bila kontrolna spremenljivka. Zato poudarjata, da morata biti tako ekstravertnost kot nevroticizem merjena hkrati v vsakem modelu, ki vključuje napovedovanje življenjskega zadovoljstva, in da nobena od teh dveh spremenljivk ne sme biti izvzeta. Tudi K. Giodani (2003) je na vzorcu slovenskih razmeroma zdravih starostnikov, ki prebivajo v domovih za starejše občane, ugotovila, da se ekstravertnost pozitivno povezuje z življenjskim zadovoljstvom. Bolj ekstravertni posamezniki so izrazili višjo raven zadovoljstva s svojim življenjem kot manj ekstravertni, medtem ko se splošno zadovoljstvo ni pomembno povezovalo z ostalimi štirimi osebnostnimi dimenzijami (tj. sprejemljivost, vestnost, čustvena stabilnost in odprtost).

Ob preučevanju povezav življenjskega zadovoljstva z osebnostnimi lastnostmi sprejemljivost, vestnost in odprtost raziskovalcev niso pritegnile v tolikšni meri kot ekstravertnost in čustvena stabilnost. Kljub temu pa McCrae in Costa (1991) ugotavljata, da sta sprejemljivost in vestnost v pozitivni povezavi z doživljanjem pozitivnih izkušenj na socialnem področju oz. funkcioniranjem v družbi ter doseganjem postavljenih ciljev, kar se dalje pozitivno povezuje z življenjskim zadovoljstvom posameznika. Odprtost posameznika za nove izkušnje pa naj bi vodila k doživljanju tako pozitivnih kot negativnih čustev in naj bi torej ne bila v neposredni povezavi z zadovoljstvom. Vendar podatki zadnjih raziskav kažejo, da je tudi odprtost pozitivno povezana z življenjskim zadovoljstvom (Haslam, Whelan in Bastian, 2009).

1. 3 Problem raziskave in hipoteze

Preučevanje obdobja pozne odraslosti postaja zaradi zviševanja življenjske dobe in naraščanja števila starostnikov vse bolj aktualno. Študije se osredotočajo na različne vidike staranja, pri čemer v ospredje pogosto postavljajo bolezensko in ne zdravo stanje (Baltes in Mayer, 1999, v: Giodani, 2003). Razvite države v zvezi s starostniki vse glasneje opozarjajo zlasti na težave, ki jih imajo zaradi počasne demografske revolucije (npr. problem pokojninskega sistema). Tudi v zdravorazumskih predstavah je obdobje pozne odraslosti pogosto povezano z negativnimi stereotipi o staranju. Ljudje starost večinoma povezujejo z upadom telesnega zdravja, nedejavnostjo, socialno izolacijo in finančno ogroženostjo (Zupančič, 2002). Po drugi strani pa se kakovost staranja in tudi življenja nasploh zdita vse bolj ključni, tako v družbi na splošno, kot tudi v življenju vsakega posameznika. Vse bolj pomembno je ne le živeti dlje, temveč tudi bolje. Izsledki študij, ki preučujejo kakovost življenja v starosti so spodbudne. Kažejo, da je starost lahko tudi "lepa" in da je obdobje pozne odraslosti lahko enako zadovoljno kot katerokoli drugo obdobje življenja (Zupančič, 2004a). Tudi v naši študiji smo se osredotočili na pozitiven vidik staranja: na starostnikovo psihično blagostanje in življenjsko zadovoljstvo.

Namen naše študije je preučiti, kako se psihološki dejavniki, kot so osebnostne lastnosti, povezujejo z življenjskim zadovoljstvom pri starostnikih. Vrednost naše študije je tudi v tem, da smo razširili preučevanje osebnostnih potez iz klasičnega preučevanja ekstravertnosti in čustvene stabilnosti na vseh robustnih pet osebnostnih dimenzij - poleg omenjenih dveh tudi na sprejemljivost, vestnost in odprtost. Če upoštevamo, da je vsak posameznik edinstven v izraženosti osebnostnih lastnosti in glede na ugotovitve predhodnih raziskav, tj. da se osebnostne lastnosti povezujejo z življenjskim zadovoljstvom, bi lahko izpeljali logičen sklep o tem, da se potemtakem posamezniki razlikujejo tudi v ravni zadovoljstva z življenjem. In dalje, če se povezave med življenjskim zadovoljstvom in nekaterimi osebnostnimi lastnosti izkažejo za pomembne, bi logično sledilo, da potemtakem tudi niso vsi posamezniki enako (ne)zadovoljni z življenjem v starosti - torej bi tudi prepričanje o "vsesplošno nezadovoljnih starostnikih" nekoliko izgubilo na domnevni upravičenosti. Neupravičenost negativnega stereotipa o splošnem nezadovoljstvu v starosti bi lahko v tem primeru še dodatno utemeljili z ugotovitvami raziskav, ki kažejo, da se temeljne dimenzije osebnosti in osebnostne poteze nasploh s starostjo ne spreminjajo prav izrazito. Na podlagi pregleda različnih raziskav Costa in McCrae (1994) ugotavljata, da se osebnost posameznika oblikuje približno med 21. in 30. letom ter v kasnejših razvojnih obdobjih ostaja razmeroma stabilna. Če so osebnostne lastnosti ene ključnih napovedovalnikov življenjskega zadovoljstva, situacijski dejavniki pa igrajo pri tem manjšo vlogo, potem pravzaprav ni razloga za to, da bi se zadovoljstvo posameznika spremenilo oz. zmanjšalo le zato, ker je "star". Spreminjalo se bo predvsem v odvisnosti od tega, kakšen je posameznik kot oseba.

Postavili smo hipotezo (H1), da se bo življenjsko zadovoljstvo starostnikov povezovalo predvsem z dvema robustnima osebnostnima lastnostima: ekstravertnostjo in čustveno stabilnostjo. Predvidevali smo, da bo povezava pozitivna. U. M. Staudinger in sodelavci (1999, v: Zupančič, 2004a) so ugotovili, da so bolj ekstravertni starostniki bolj zadovoljni z življenjem, poleg tega se je zadovoljstvo negativno povezovalo z nevroticizmom. Te povezave so se potrdile tudi v mnogih drugih študijah pri različno starih odraslih (Costa in McCrae, 1980; Costa, McCrae in Zonderman, 1987; Diener, 1996; Diener, 1998; Diener in Lucas, 1999a, b; Emmons in Diener, 1985a, b; Lucas in Diener, 2000; Schimack, Oishi, Diener in Suh, 2000; Watson in Clark, 1992, v: Musek in Avsec, 2002). Odločili smo se preučiti tudi povezave med ostalimi robustnimi osebnostnimi lastnostmi starostnikov in njihovim življenjskim zadovoljstvom. Predvidevamo, da se bodo povezave med vestnostjo, odprtostjo in sprejemljivostjo pokazale kot pozitivno povezane z življenjskim zadovoljstvom starostnikov (H2), kar sklepamo na podlagi tujih študij, ki so našle pomembne pozitivne povezave med omenjenimi spremenljivkami, čeprav naj omenimo, da te študije niso bile opravljene izključno na vzorcu starostnikov (Haslam, Whelan in Bastian, 2009).

2. Metoda

2.1 Udeleženke in udeleženci

V raziskavi je sodelovalo 95 telesno razmeroma zdravih starostnikov. Njihova povprečna starost v času izpolnjevanja vprašalnikov je bila 66,7 let (SD = 7,52), z najnižjo starostjo 50 in najvišjo 87 let. Povprečna starost žensk je bila nekoliko nižja (65,4 let) kot povprečna starost moških (69,0 let). Udeleženk je bilo 63 %, udeležencev pa 37 %. Vsi posamezniki prihajajo iz Osrednjeslovenske regije. Večina starostnikov, zajetih v vzorec, je razmeroma dejavnih, in sicer je 64 % posameznikov vključenih v kakšen klub, organizacijo ali društvo.

2.2 Pripomočki

V raziskavi smo uporabili več pripomočkov. Prvi del vprašalnika je bil sestavljen iz niza vprašanj za pridobivanje sociodemografskih podatkov o udeležencih (spol, starost, vključenost v klub, organizacijo ali društvo). Drugi del je zajemal pripomočka za ugotavljanje zadovoljstva posameznika. Uporabili smo dva vprašalnika:

-Kombinirana lestvica subjektivnega zadovoljstva KLSZ (Diener, 1994, v: Cecić-Erpič, 1998) je mera posameznikovega splošnega življenjskega zadovoljstva. Sestavljena iz 27 lestvic (skupaj 200 postavk). Za potrebe naše raziskave smo uporabili sedem lestvic, ki obsegajo 25 postavk in smo jih za namene raziskave nekoliko priredili. Nanašajo se na različne vidike zadovoljstva z življenjem. Posameznik podaja odgovore na 5-stopenjski lestvici (1- nezadovoljen, 5-zelo zadovoljen). Na podlagi seštevka rezultatov na uporabljenih lestvicah smo oblikovali splošno oceno posameznikovega subjektivnega zadovoljstva. Ker smo vprašalnik KLSZ priredili za uporabo na vzorcu srednje in pozno odraslih, smo izračunali tudi njegovo zanesljivost. Analiza je pokazala zadovoljivo visok koeficient zanesljivosti za skupni rezultat na lestvici KLSZ (0,77), ki pa je nekoliko nižji od tistih, ki jih navajajo ostali raziskovalci, npr. S. Cecić-Erpič (1998) pri vzorcu mladih odraslih (0,85) in K. Giodani (2003) pri vzorcu starostnikov (0,84).

- Vprašalnik pet velikih faktorjev osebnosti (orig. Big five questionnaire oz. BFQ; Caprara in dr., 1997) meri pet glavnih dimenzij osebnosti, vsako izmed njih sestavljata dve poddimenziji. Pet velikih faktorjev so avtorji poimenovali energija, sprejemljivost, vestnost, čustvena stabilnost in odprtost. Pri vprašalniku BFQ dimenzijo energija sestavljajo značilnosti, ki jih poznamo kot ekstravertnost ali surgentnost. Ljudje, ki pri tej dimenziji dosežejo visok rezultat, sebe pretežno ocenjujejo kot zelo dinamične, dejavne, energične, dominantne in gostobesedne. Ravno nasprotno velja za osebe, ki na vprašalniku dosegajo nizek rezultat. Sprejemljivost se nanaša na dimenzijo, ki je navadno omenjena kot prijetnost in prijateljskost nasproti sovražnosti. Osebe, ki na tej dimenziji dosegajo visok rezultat, se opisujejo kot zelo sodelovalne, prijazne, nesebične, prijateljske, radodarne in empatične. Ravno nasprotno se opisujejo osebe, ki dosegajo nizek rezultat. Na področje vestnost sodi sposobnost samouravnavanja - tako z vidika zaviranja kot tudi aktiviranja dejavnosti. Osebe, ki pri tej dimenziji dosežejo visok rezultat, se opisujejo kot izrazito preudarne, natančne, urejene, skrbne in vztrajne. Za tiste, ki dosegajo nizek rezultat, velja ravno obratno. Čustvena stabilnost se nanaša na značilnosti, ki so nasprotje "negativnega čustva". Osebe, ki pri tej dimenziji dosegajo visok rezultat, se opisujejo kot neanksiozne in v manjši meri ranljive, čustvene, impulzivne, nestrpne, razdražljive. Nasprotno pa se opisujejo osebe, ki dosegajo nizek rezultat. Odprtost se nanaša na odprtost za izkušnje (mentalna odprtost). Osebe, ki pri tej dimenziji dosegajo visoke rezultate, se opisujejo kot izobražene, informirane, polne zanimanja za nove stvari in izkušnje, odprte za stike z drugačnimi kulturami in navadami. Osebe, ki dosegajo nizek rezultat, se opisujejo s temu nasprotnimi lastnostmi. Vprašalnik vsebuje skupno 132 postavk, pri čemer se jih po 12 nanaša na vsako poddimenzijo (6 pozitivnih in 6 negativnih), 12 pa jih sestavlja lestvico iskrenosti. Udeleženec s pomočjo 5-stopenjske lestvice ocenjuje, v kolikšni meri je neko vedenje, ki ga trditev opisuje, značilno zanj. Višje število točk pri posamezni dimenziji pomeni večjo izraženost le-te pri posamezniku. Koeficienti notranje zanesljivosti so razmeroma visoki in se gibljejo med 0,63 in 0,82 za posamezne poddimenzije, med 0,76 in 0,87 za dimenzije, za lestvico iskrenosti pa koeficient znaša 0,80 (Caprara in dr., 1997). Stabilnost faktorske strukture BFQ je bila podprta z izračunom koeficientov konsistentnosti (Gorsuch) za 6 različnih faktorskih rešitev glede na pogoje preverjanja. Povprečni koeficienti so: 0,95 za faktor energija, 0,93 za čustveno stabilnost, 0,89 za odprtost, 0,91 za vestnost in 0,90 za sprejemljivost (Caprara in dr., 1997).

2.3 Postopek

Raziskavo smo delno izvedli v Dnevnem centru aktivnosti za starejše v Ljubljani. Udeležence smo skladno z etičnimi smernicami (Bele Potočnik in Matjan, 2002) seznanili s potekom in podrobnostmi raziskave. Podobno smo se zbiranja podatkov lotili pri znancih: povprašali smo jih o pripravljenosti za sodelovanje v raziskavi in jih seznanili s potekom in podrobnostmi raziskave. Udeležence, ki niso bili neposredni znanci avtorice tega dela, je o pripravljenosti za sodelovanje povprašala oseba, ki je te posameznike poznala; ta oseba jih je prav tako seznanila s potekom in podrobnostmi raziskave. Za morebitna vprašanja je bila vsem udeležencem na voljo avtorica tega prispevka. Pri zbiranju podatkov smo uporabili prečni pristop in metodo samoocene. Vprašalniki so bili urejeni tako, da so udeleženci najprej odgovarjali na demografska vprašanja. Nato so izpolnjevali vprašalnika KLSZ in BFQ.

3. Rezultati

Najprej prikazujemo osnovne opisne statistike za uporabljene pripomočke, nato sledijo rezultati preverjanja hipotez.

Tabela 1. Opisne statistike za skupni rezultat na KLSZ (N = 87) in za velikih pet dimenzij osebnosti (N = 91).

Vprašalnik	M	SD	As	Spl	Z
KLSZ	110,75	13,52	-0,59	0,18	0,96
Dimenzije osebnosti (BFQ)					
Energija	75,46	9,44	-0,46	1,83	0,75
Sprejemljivost	79,45	7,99	0,71	1,90	1,00
Vestnost	79,87	7,67	-0,05	-0,08	0,48
Čustvena stabilnost	73,13	8,55	-0,13	0,49	0,68
Odprtost	79,16	9,35	0,82	0,22	1,21

Opombe: N = število udeležencev (podatkov), M = aritmetična sredina, SD = standardna deviacija, As = asimetrija, Spl = sploščenost. Statistika Z je izračunana na podlagi Kolmogorov-Smirnov testa normalnosti distribucije.

Aritmetična sredina na KLSZ je nad teoretično določeno mejo (t.j. aritmetično sredino) med zadovoljstvom in nezadovoljstvom. Vrednosti se porazdeljujejo normalno, enako kot tudi pri dimenzijah osebnosti. Na dimenzijah Sprejemljivost in Vestnost so povprečne vrednosti najvišje, najbolj razpršene pa so na dimenzijah Energija in Odprtost. Predpostavljali smo, da se bosta z življenjskim zadovoljstvom povezovali predvsem dve osebnostni značilnosti, tj. ekstravertnost (dimenzija Energija) in čustvena stabilnost, in sicer pozitivno. Kot merilo življenjskega zadovoljstva smo upoštevali skupni rezultat pri lestvici KLSZ, to mero pa smo nadalje korelirali s petimi dimenzijami osebnosti, kot jih meri vprašalnik BFQ.

Tabela 2. Povezanost osebnostnih dimenzij z življenjskim zadovoljstvom starostnikov.

Energija	Sprejemljivost	Vestnost	Čustvena stabilnost	Odprtost
KLSZ 0,26*	0,22*	0,18*	0,44**	0,31**

Opombe: Povezanost obravnavanih spremenljivk smo računali s Pearsonovim korelacijskim koeficientom. * p < 0,05; **p < 0,01.

Dimenziji Energija in čustvena stabilnost se pozitivno povezujeja s posameznikovim splošnim življenjskim zadovoljstvom. Prva povezava je nizka, druga pa srednje visoka. Z življenjskim zadovoljstvom starostnikov sta nizko pozitivno povezani Sprejemljivost in Odprtost. Vestnost se statistično pomembno ne povezuje z življenjskim zadovoljstvom starostnikov.

4. Razprava

V pričujoči nalogi smo odgovarjali na vprašanje, ali in kako se z življenjskim zadovoljstvom starostnika povezujejo njegove osebnostne lastnosti. Sklepali smo (H1), da se bo življenjsko zadovoljstvo starostnikov pozitivno povezovalo z ekstravertnostjo in čustveno stabilnostjo. Rezultati naše študije podpirajo to predpostavko. Izkazalo se je, da so ekstravertni starostniki bolj zadovoljni z življenjem, medtem ko manj čustveno stabilni posamezniki svoje življenje ocenjujejo kot manj zadovoljno in izpolnjujoče. Te ugotovitve se skladajo tudi z ugotovitvami tujih avtorjev (npr. Costa in McCrae, 1980; Costa, McCrae in Zonderman, 1987; Diener, 1996; Diener, 1998; Diener in Lucas, 1999a, b; Emmons in Diener, 1985a, b; Lucas in Diener, 2000; Schimack, Oishi, Diener in Suh, 2000; Watson in Clark, 1992, v: Musek in Avsec, 2002), ki ugotavljajo, da so starostniki, ki so bolj dinamični, dejavni, energični, komunikativni in asertivni, bolj zadovoljni s svojim življenjem kot tisti, ki se opisujejo kot takšne v manjši meri. Prav tako so starostniki, ki so manj občutljivi, anksiozni, impulzivni in razdražljivi, bolj zadovoljni s svojim življenjem kot tisti, ki se opisujejo kot bolj občutljivi, napeti, impulzivni, razdražljivi in nagnjeni k pogostemu menjavanju razpoloženja. Dobljeni rezultati so skladni tudi z izsledki nekaterih drugih raziskav; npr. K. Giodani (2003) je pri slovenskih starostnikih v domovih za starejše občane (v povprečju starejših in predvidoma manj zdravih starostnikov od zajetih v naš vzorec) ugotovila, da se s splošnim življenjskim zadovoljstvom pomembno pozitivno povezuje dimenzija Energija. Tudi podatki tujih raziskav (npr. Costa, Zonderman, McCrae in sod., 1987; Staudinger in sod., 1999, v: Zupančič, 2004a), izvedenih pri velikih vzorcih severnoameriških in nemških starostnikov, kažejo, da so bolj ekstravertni starostniki bolj zadovoljni z življenjem, poleg tega se je življenjsko zadovoljstvo negativno povezovalo z nevroticizmom.

Te povezave lahko pojasnimo s teorijo aktivnosti (Maddox, 1964, v: Giodani, 2003), ki predvideva, da je zadovoljstvo posameznika povezano z njegovimi dejavnostmi in vpletenostjo v družbo. Bolj dinamični, dejavni, energični, dominantni in gostobesedni starostniki so bolj vpleteni v družbo, ukvarjajo se z več dejavnostmi in ob tem doživljajo več zadovoljstva z življenjem kot tisti, ki se opisujejo kot takšni v manjši meri. Glede na to, da je ekstravertnost pozitivno povezana z doživljanjem pozitivnih čustev, čustvena nestabilnost pa z doživljanjem negativnih čustev (Diener, 2000), velja, da so posamezniki, ki pogosteje doživljajo pozitivna čustva, tudi bolj zadovoljni z življenjem kot tisti, ki jih doživljajo manj pogosto, in obratno: posamezniki, ki pogosteje doživljajo negativna čustva, so manj zadovoljni z življenjem kot tisti, ki jih doživljajo manj pogosto. Pogosto doživljanje pozitivnih čustev in redko doživljanje negativnih čustev sta namreč po podatkih raziskav pomembna napovedovalnika posameznikovega življenjskega zadovoljstva (Larsen in Diener, 1985, v: Diener, 2000). Zato se zdi smiselno, da so ekstravertni in čustveno stabilni starostniki bolj zadovoljni z življenjem kot introvertni in čustveno nestabilni. Čustveno nestabilni starostniki se, poleg tega, da v povprečju doživijo več negativnih čustev, manj učinkovito spoprijemajo s stresnimi situacijami, imajo več nestvarnih stališč in prepričanj o življenju (Costa in McCrae, 1985, v: Zupančič, 2004a), kar lahko ovira njihovo učinkovitost pri spoprijemanju s starostjo povezanimi težavami in tako znižuje njihovo zadovoljstvo. Po drugi strani je za ekstravertne starostnike značilna višja raven dejavnosti, zanimanja, samozaupanja, družabnosti (poleg pogostejšega doživljanja pozitivnih čustev) kot za manj ekstravertne, kar jim lajša spoprijemanje s spremembami v pozni odraslosti in tako povečuje zadovoljstvo s staranjem.

Preučili smo tudi povezave med vestnostjo, odprtostjo in sprejemljivostjo. Sklepali smo, da se bodo navedene osebnostne lastnosti pokazale kot pozitivno povezane z življenjskim zadovoljstvom starostnikov (H2). Izsledki naše študije kažejo, da se z življenjskim zadovoljstvom pomembno pozitivno povezuje Sprejemljivost in Odprtost. To pomeni, da so starostniki, ki se opisujejo bolj kot izobražene, informirane, polne zanimanja za nove stvari in izkušnje, odprte za stike z drugačnimi kulturami in navadami ter starostniki, ki so sodelovalni, prijazni, nesebični, prijateljski, radodarni in empatični, bolj zadovoljni z življenjem kot posamezniki, ki so takšni v manjši meri. Možno je, da posamezniki, ki so bolj odprti in bolj sprejemljivi, v svojem življenju doživljajo tudi več pozitivnih izkušenj kot posamezniki, ki so takšni v manjši meri. Ker so pozitivni življenjski dogodki povezani z doživljanjem pozitivnih čustev (Diener, 2000), to pa se povezuje z življenjskim zadovoljstvom, se tudi dobljena povezava zdi smiselna.

Poleg tega Smith in Baltes (1999, v: Zupančič, 2004a) ugotavljata, da so ekstravertnost, odprtost in doživljanje pozitivnih čustev pomembno povezani tudi z učinkovitim reševanjem vsakdanjih življenjskih problemov in učinkovitim prilagajanjem na spremembe. Tako učinkovito reševanje vsakdanjih življenjskih problemov kot tudi učinkovito prilagajanje na spremembe pa lahko pomembno prispevata k življenjskemu zadovoljstvu starostnikov. Uspešno prilagajanje na starost je namreč ključnega pomena za ohranjanje življenjskega zadovoljstva.

Tudi med vestnostjo in življenjskim zadovoljstvom smo našli pozitivno povezavo, čeprav se ni izkazala kot statistično pomembna. Možno je, da bi v primeru večjega vzorca starostnikov ta povezava bila statistično značilna. Kot ugotavljata npr. McCrae in Costa (1991), je vestnost v pozitivni povezavi z doživljanjem pozitivnih izkušenj ob doseganju postavljenih ciljev, kar se dalje pozitivno povezuje z življenjskim zadovoljstvom posameznika.

Rezultati naše študije torej ne podpirajo stereotipa o splošno "nezadovoljnih starostnikih". Če predpostavimo, da se posamezniki razlikujejo v izraženosti robustnih petih dimenzij osebnosti, se razlikujejo tudi v življenjskem zadovoljstvu, ki je z osebnostnimi lastnostmi pomembno povezano. Potemtakem tudi niso vsi posamezniki enako (ne)zadovoljni z življenjem. Implicitno lahko torej sklepamo, da je obdobje pozne odraslosti lahko zadovoljno, in sicer v odvisnosti od tega, kakšen je starostnik kot oseba oz. kako izražene so pri njem osebnostne karakteristike ekstravertnost, čustvena stabilnost, sprejemljivost in odprtost. Na podlagi rezultatov raziskave na vzorcu slovenskih starostnikov lahko torej zaključimo, da ekstravertni, čustveno stabilni, sprejemljivi in odprti starostniki doživljajo svoje življenje kot bolj zadovoljno v primerjavi s starostniki, ki so takšni v manjši meri.

5. Literatura

- Bele Potočnik, Ž. in Matjan, P. (2002). *Kodeks poklicne etike psihologov Slovenije*. Ljubljana: Društvo psihologov Slovenije.
- Caprara, G. V., Barbaranelli, C., Borgogni, L., Bucik, V. in Boben, D. (1997). *Model "velikih Pet"*. Ljubljana: Produktivnost, Center za psihodiagnostična sredstva.
- Cecić-Erpič, S. (1998). *Spremljanje razvoja življenjskih struktur življenjskega zadovoljstva v zgodnji odraslosti: primerjava med bivšimi vrhunskimi športniki in nešportniki*. Neobjavljena magistrska naloga, Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, Ljubljana.
- Costa, P. T., ml. in McCrae, R. R. (1994). *Set like plaster? Evidence for the stability of adult personality*. V: T. D. Heatherton in J. L. Weinberger (ur.), *Can personality change?* (str. 21-40). Washington, DC: American Psychological Association.
- Diener, E. (2000). *Subjective well-being: The science of happiness and a proposal for a national index*. *American Psychologist*, 55 (1), str. 34-43.
- Giodani, K. (2003). *Razvoj življenjskega zadovoljstva v povezavi s petimi dimenzijami osebnosti v pozni odraslosti*. Neobjavljeno diplomsko delo, Filozofska fakulteta Univerze v Ljubljani, Ljubljana.
- Haslam, N., Whelan, J. in Bastian, B. (2009). *Big Five traits mediate associations between values and subjective well-being*. *Personality and Individual Differences*, 46, str. 40-42.
- Lucas, R. E. in Gohm, C. L. (2000). *Age and sex differences in subjective well-being across cultures*. V: E. Diener in E. M. Suh (ur.), *Subjective well-being across cultures* (str. 291-317). Cambridge, MA: MIT Press.
- Musek, J. in Avsec, A. (2002). *Pozitivna psihologija: subjektivni (emocionalni) blagor in zadovoljstvo z življenjem*. *Anthropos*, 34 (1/3), str. 41-68.
- McCrae, R. R. in Costa, P. T. (1991). *Adding liebe und arbeit: the full five-factor model and well-being*. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 17, str. 227-232.
- Turner, J. S. in Helms, D. B. (1993). *Contemporary adulthood*. Fort Worth: Harcourt Brace College Publishers.
- Zupančič, M. (2002). *Predstave in dejstva o pozni odraslosti (starosti)*. *Panika*, 7 (1), str. 11-14.
- Zupančič, M. (2004a). *Osebnostni razvoj v pozni odraslosti*. V: L. Marjanovič-Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija* (str. 758-773). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.
- Zupančič, M. (2004b). *Predmet in zgodovina razvojne psihologije*. V: L. Marjanovič-Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna*

psihologija (str. 6-27). Ljubljana: Znanstvenoraziskovalni inštitut Filozofske fakultete.

Wismeijer, A. in Van Assen, M. (2008). Do neuroticism and extraversion explain the negative association between self-concealment and subjective well-being? *Personality and Individual Differences*, 45, str. 345-349.

2. mesto:

PRILAGODITEV NA UPOKOJITEV Z VIDIKA ZADOVOLJSTVA Z ŽIVLJENJEM IN AKTIVNOSTI

KATARINA LOGAR

študentka psihologije na Filozofski fakulteti v Ljubljani

POVZETEK

Starajoča se družba prinaša nove izzive, saj se povečuje število upokojenih oseb in podaljšuje življenjska doba. Upokojeni se odločajo za različne življenjske sloge, bolj ali manj aktivne, kar lahko prispeva k njihovemu zdravju v najširšem pomenu besede. V raziskavi nas je tako zanimalo, kako se različne demografske in druge značilnosti upokojenih, povezujejo s tem kako pogosto in s kako raznovrstnimi aktivnostmi se ukvarjajo. Zanimalo nas je tudi, kako se te značilnosti povezujejo z zadovoljstvom z življenjem, ki so ga izrazili upokojeni in ali se bolj aktivni upokojeni tudi bolj zadovoljni z življenjem. Odgovori na ta vprašanja nam lahko pomagajo odkriti ranljivejše za manjše zadovoljstvo z življenjem in hkrati pokažejo skrite potenciale za spodbujanje večje aktivnosti v obdobju pozne odraslosti.

1. Uvod

Svet se v današnjem času sooča s počasi starajočo se družbo. Delež prebivalstva nad 65. let počasi narašča še posebej v razvitih deželah, zaradi daljšanja življenjske dobe pa se povečuje tudi na splošno v svetu. Od leta 1975 do leta 2025 naj bi se število oseb nad 60 let povečalo kar za 224% in takrat naj bi ta starostna skupina predstavljala kar 13,7% vsega svetovnega prebivalstva (Vertot, 2008). Tudi Slovenija se srečuje s temi trendi, leta 1995 je bilo starih nad 65 let 12,5 %, leta 2008 že skoraj petina, leta 2060 pa naj bi jih bilo po projekcijah Evropop2008 35% (Vertot, 2008). Nastajajoča situacija predstavlja za našo državo težavo zaradi povečanih izdatkov za pokojnine, večjih zahtev po zdravstvenih storitvah in namestitvi za tiste starejše, ki samostojnega življenja ne zmorejo več. Po drugi strani pa je nanjo potrebno gledati kot na izziv, kar lahko bistveno pripomore k izboljšanju kvalitete življenja tako starejših kot celotne družbe nasploh.

Upokojitev predstavlja veliko spremembo v življenju posameznika. Po dolgem življenjskem obdobju, ko je bil velik del njihovega življenja strukturiran zaradi dela, je naenkrat ves dan na voljo, da si ga v veliki meri oblikujejo po lastnih željah. Pri tem se upokojeni na to odzivajo na različne načine, že iz vsakodnevnega življenja lahko spoznamo, da se nekateri odločijo za aktivno preživljanje svojega časa, včasih celo bolj kot pred upokojitvijo, med tem ko drugi vzpostavijo nekoliko pasivnejši način preživljanja svojega časa. Prav ukvarjanje s smiselnimi pristočnimi dejavnostmi predstavlja eno izmed temeljnih nalog obdobja pozne odraslosti, ki, če je uspešno dosežena, omogoča uspešno prilagoditev na obdobje upokojitve in staranje (Zupančič, Kavčič in Fekonja, 2004).

Zaradi velikega števila sprememb, ki jih s seboj prinaša upokojitev, bi lahko pričakovali, da bo morda vplivala na to, kako zadovoljne so osebe s svojim življenjem. Osebe se pri tem med seboj razlikujejo, večina med njimi pa je po upokojitvi zadovoljna vsaj v enaki meri, kot je bila pred upokojitvijo (Zupančič, 2004). Novejše raziskave zadovoljstva z življenjem so v večini primerov ugotovile, da se zadovoljstvo z življenjem s starostjo povečuje ali pa vsaj ohranja na enaki ravni (Diener, Suh, Lucas in Smith, 1999), zato smo podobno pričakovali tudi v naši študiji.

Vključevanje starejših v različne pristočasne dejavnosti lahko pomeni dobro pot za premagovanje izzivov, ki jih prinaša starajoča se družba, saj lahko posebej mladi, zdravi upokojeni, pa tudi vsi, ki to želijo, po svojih željah in možnostih še naprej aktivno prispevajo v družbo. Tisti, ki uspejo čim dlje v

starost ohraniti čim več njihovih prostočasnih in drugih aktivnosti, naj bi po eni izmed predpostavk teorije kontinuitete doživljali višje ravni psihološkega blagostanja (Burnett-Wolle in Godbey, 2007), torej bili bolj zadovoljni s svojim življenjem in doživljali več prijetnih čustev. S svojo aktivnostjo tako lahko upokojeni sami zase naredijo zelo veliko pri ohranjanju njihovega zdravja v najširšem pomenu. Zato smo se v naši raziskavi osredotočili na vsakodnevne aktivnosti, s katerimi se ukvarjajo upokojeni posamezniki ter kakšno zadovoljstvo z življenjem doživljajo. V njej nas je zanimalo, kateri demografski in drugi podatki prispevajo k večji aktivnosti oseb in k večjemu zadovoljstvu oseb v obdobju upokojitve. Če si uspemo odgovoriti na ta vprašanja, je mogoče nekoliko bolj ciljano spodbujati osebe k aktivnosti, saj šele s poznavanjem aktivnosti oseb v populaciji lahko opazimo skrite potenciale. Hkrati pa nas rezultati lahko opozorijo na to, katere dejavnike je potrebno še posebej spodbujati, da bi uspeli ohraniti življenjsko zadovoljstvo tudi v obdobju pozne odraslosti oz. ga povečati pri tistih, kjer je morda le to zmanjšano.

2. Metoda

2.1 Udeleženci

V raziskavi je sodelovalo 204 upokojenih, od tega 38% moških in 62% žensk. V povprečju so bili stari 67,93 let (SD=7,97 let), se upokojili pri 55,62 leta (SD=4,39 let), bili upokojeni 12,28 leta (SD=7,53) in imeli za seboj 11,85 let izobraževanja (SD=3,33 let). Izpolnitev starostne dobe je kot razlog upokojitve navedlo 71% upokojenih, 16% zdravstveni razlog, ostali razlogi pa so bili še dokup let, tehnološki višek, družinske razmere, vdovska pokojnina itd., ki pa jih je označil manjši delež udeležencev. Med moškimi in ženskami je prišlo do razlik pri stanu, saj je bil pri moških delež poročenih višji (84%), kot pri ženskah (54%), delež ovdovelih pa pri moških nižji (9%), kot pri ženskah (28%), čeprav se moški in ženske po starosti niso pomembno razlikovali.

2.2 Merski pripomočki

V raziskavi smo uporabili naslednje merske pripomočke:

- Vprašanja o demografskih podatkih: spolu, letnici rojstva, letnici upokojitve, stanu, številu ljudi v gospodinjstvu, skupnem številu dokončanih let izobrazbe.
- Ocena pokojnine od 1 (bistveno slabša) do 10 (bistveno boljša) v primerjavi z ostalimi Slovenci.
- Ocena splošnega zdravja od 1 (zelo slabo) do 10 (odlično), število bolezni (5 navedenih in rubrika dodatno, za tiste bolezni, ki niso bile vključene v seznam najpogostejših) in razlog upokojitve (starostni, zdravstveni ali drugo).
- Vprašalnik vsakodnevnih aktivnosti (Pushkar idr., 1997), ki sem ga nekoliko priredila. Osebe za vsako izmed 24 aktivnosti označijo, kako pogosto so se z njo ukvarjale v zadnjem letu: nikoli, nekajkrat letno, mesečno, tedensko ali dnevno. Vprašalnik nam da dva rezultata: pogostost aktivnosti in variabilnost aktivnosti. Slednjo smo izračunali kot seštevek vseh aktivnosti, na katerih so udeleženci označili pogostost letno ali več.
- Vprašalnik BSSSS, ki meri zaznano emocionalno in instrumentalno socialno oporo (Schwarzer in Schulz, 2000).
- Vprašalnik SWLS (Diener idr., 1985), ki meri splošno zadovoljstvo z življenjem

2.3 Postopek

Udeležence smo povabili k sodelovanju na naslednji način: prosili smo sorodnike, znance, sosede, preko obiska mesečnega srečanja enega izmed društev upokojenih ter občnega zbora drugega izmed društev, s čimer je bil pridobljen večinski delež udeležencev v raziskavi. Da bi jim zagotovili kar največjo anonimnost, smo jim vprašalnike razdelili skupaj s kuvertami z že izpisanim naslovnikom in prilepljeno znamko, tako da so lahko vprašalnike izpolnili doma in jih nato povsem poslali po pošti. S tem smo skušali tudi zagotoviti kar največjo iskrenost odgovorov, ki bi bili morda manj iskreni, če bi bili udeleženci v dvomih, da utegnejo biti prepoznani. Odziv je bil velik, saj je bilo razdeljenih okoli 300 vprašalnikov, vrnilo pa se jih je dobri dve tretjini. Po začetnih analizah podatkov smo se zaradi nenormalnosti porazdelitve nekaterih distribucij odločili za neparametrične analize, kjer je bilo to mogoče. Tako je kot korelacijski koeficient povsod uporabljen Kendallov koeficient Tau, za izračun pomembnosti razlik med dvema skupinama udeležencev pa je uporabljen Mann-Whitney U test.

3. Rezultati z interpretacijo

V rezultatih bomo najprej predstavili kako se upokojeni udeležujejo v različnih opravkih, dejavnostih ter ali se pojavljajo kake razlike v aktivnostih glede na spol, stan, zdravstveno stanje in kateri izmed raziskovanih dejavnikov najbolj vplivajo na aktivnosti. Sledi podoben prikaz za zadovoljstvo z življenjem in pregled, kateri dejavniki so z višjim zadovoljstvom z življenjem najbolj povezani. Zadnji del rezultatov je posvečen povezavi med aktivnostmi in zadovoljstvom z življenjem.

3.1 Aktivnosti

Udeležence smo spraševali po pogostosti ukvarjanja z zelo raznovrstnimi aktivnostmi. Njihovi odgovori so prikazani v tabeli 1.

Tabela 1. Prikaz pogostosti ukvarjanja s posameznimi aktivnostmi za aktivnosti, kjer nismo ugotovili statistično pomembnih razlik med spoloma.

	nikoli	nekajkrat letno	mesečno	tedensko	dnevno	vsota
Banka, položnice	5,47	20,90	63,18	10,45	0,00	100,00
Obisk zdravnika	3,94	75,37	19,21	1,48	0,00	100,00
Druženje	1,49	12,87	18,32	50,50	16,83	100,00
Vnuki	18,37	9,69	11,22	25,51	35,20	100,00
Družabne igre	42,05	31,28	8,72	14,36	3,59	100,00
Dopust, potovanje	15,08	77,39	7,04	0,50	0,00	100,00
Vrtnarjenje	10,55	12,06	5,53	34,17	37,69	100,00
Telovadba	12,38	10,40	6,93	25,74	44,55	100,00
Sprehod	5,97	5,47	9,95	39,80	38,81	100,00
Domača žival	45,23	3,52	1,51	4,02	45,73	100,00
Prostovoljno delo	30,41	34,54	14,95	16,49	3,61	100,00
Hobi	15,08	14,57	15,08	24,62	30,65	100,00
Kultura	25,12	51,72	18,23	4,93	0,00	100,00
Tečaji	54,87	29,74	5,13	9,74	0,51	100,00
Revije, časopis	0,00	1,47	1,96	17,16	79,41	100,00
Romani, poezija	23,47	33,16	17,86	11,22	14,29	100,00
Radio	2,96	3,45	1,48	3,94	88,18	100,00
TV	1,49	1,00	1,00	6,97	89,55	100,00

Opomba: Prikazani so % pogostosti posameznih odgovorov pri udeležencih.

V tabeli 1 lahko vidimo pogostosti plačevanja položnic oz. obiskovanja banke, obiskov pri zdravniku, druženja s prijatelji in znanci, ukvarjanja z vnuki, igranja družabnih iger in odhoda na počitnice oz. potovanje, ukvarjanja vrtnarjenjem, telovadbo, sprehodi, domačo živaljo, prostovoljnim delom, hobijem, obiskovanja gledališča, koncertov (kultura), izobraževanj za odrasle (tečaji), branja časopisov in revij, leposlovja, poslušanja radia in gledanja TV.

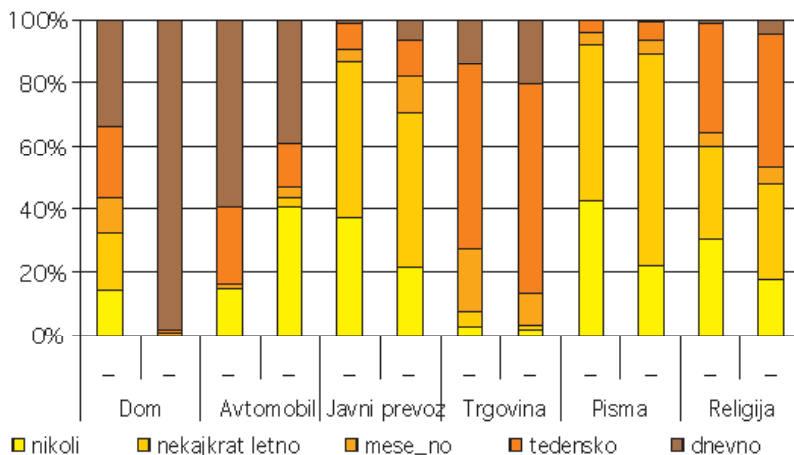
Opazimo lahko, da jih relativno majhen delež nikoli ali zgolj nekajkrat letno plačuje položnice in odhaja na banko, večinoma pa to upokojene osebe opravljajo mesečno. Večina obišče zdravnika nekajkrat letno, slabih 20 % pa mesečno, verjetno zaradi predpisa zdravil ali pa imajo morda kake hujše zdravstvene težave. Pri druženju z znanci in prijatelji je slika nekoliko bolj raznolika, največ jih je označilo, da se s prijatelji družijo tedensko, približno enak delež pa, da se dnevno, mesečno in nekajkrat letno. Razveseljivo je, da jih je zelo majhen delež označil, da se nikoli ne družijo, verjetno pa tudi delež oseb, ki se družijo nekajkrat letno morda ne uspe zadostiti potrebam po druženju. Po drugi strani pa gre lahko tudi za osebe, ki jim tolikšna pogostost druženja zadošča, ker so njihove potrebe po stikih z drugimi nekoliko manjše. Kar precejšen delež jih je označil, da se z vnuki dnevno ukvarjajo, kar kaže na pomembno vlogo starih staršev v vzgoji in varovanju svojih vnukov. Po drugi strani moramo upoštevati, da bi bil morda ta delež še nekoliko višji, če bi zajeli zgolj mlajše upokojece, saj so pri starejših vnuki pogosto že odrasli. Takrat se stiki pogosto nekoliko zmanjšajo. Preseneča majhen delež oseb, ki so označile, da se igrajo s

komerkoli družabne igre v svojem prostem času. Nekako stereotip iz hollywoodskih filmov predstavljajo starejše osebe, ki kartajo, igrajo tombolo in podobno. Očitno to v naši kulturi ni tako zelo razširjeno. Razveseljiva je novica, da si je večina udeležencev v zadnjem letu lahko privoščila počitnice ali potovanje, čeprav morda nekoliko precenjuje dejansko stanje v populaciji, saj pogosto nekatere pokojnine osebam zadoščajo zgolj za sprotno pokrivanje potreb in si zato verjetno težko privoščijo počitnice.

Nekako dve tretjini udeležencev se vsaj tedensko ukvarja z vrtnarjenjem. Nekateri ga imajo morda zgolj za hobi, drugim morda tudi pripomore k preživetju, saj veliko zelenjave uspejo pridelati doma. Morda ni odveč omeniti, da so bila pri zbiranju podatkov angažirana društva iz okolice Ljubljane, kar pomeni, da je večina udeležencev prihajala iz okolij, kjer živijo v stanovanjskih hišah in imajo torej več možnosti za ukvarjanje z vrtom. Po drugi strani pa vemo, da je tudi v mestnih okoljih vrtičkarstvo zelo priljubljeno, zato bi morda tudi na vzorcu upokojenih iz mestnega okolja dobili podoben rezultat. Nekako dve tretjini se jih ukvarja s telovadbo vsaj tedensko, dnevno pa polovica, kar je verjetno dober rezultat, vendar pa bi bilo zagotovo primernejše, če bi se jih še več ukvarjalo z njo. Sprehod smo kot ločeno kategorijo uporabili, ker smo opazili, da ga marsikateri izmed starejših ne razume kot fizično aktivnost v smislu telovadbe, deleži pa so podobni kot pri telovadbi. Slaba polovica oseb skrbi za vsaj eno domačo žival. Te so pogoste spremljevalke oseb v starosti. S prostovoljnim delom se jih ukvarja kar precej, vendar ostaja delež tistih, ki ga nikoli ne opravljajo ali zgolj nekajkrat letno, kar precejšen. Možno je, da pomoči, ki jo nudijo drugim, niso prepoznali kot prostovoljno delo, možno pa je tudi, da se zanj ne čutijo zmožne ali pa jih ne interesira. Morda se ravno tu še skrivajo skriti potenciali posebej mlajših upokojenih, ki bi jih veljalo poskusiti izkoristiti in jih povabiti k sodelovanju na področjih, ki bi jih morda zanimala. Nek hobi s katerim se ukvarjajo, označuje okoli 90% udeležencev, pogostosti ukvarjanja z njim pa se med njimi precej razlikujejo, kar dobra polovica pa se z njim ukvarja vsaj tedensko.

Nekoliko manj kot tretjina jih je označila, da nikoli niso šli na kak koncert ali v gledališče, ostali pa so označili, da so to storili vsaj nekajkrat letno. Izobraževanja za odrasle očitno sodeč po tem vzorcu še niso zelo razširjena, saj jih več kot polovica ni označila, da bi obiskovali kako izobraževanje za odrasle, zgolj dobrih 10 % pa jih ga je obiskovalo mesečno ali več. Skoraj 80% dnevno bere časopis ali revije, vsaj tedensko pa praktično vsi. Nekoliko bolj raznolika je podoba pri leposlovju, kjer ga redno (mesečno ali več) bere manj kot polovica oseb, slaba tretjina pa ga denimo ni vzela v roke nikoli v zadnjem letu. Pričakovano skoraj vsi dnevno gledajo TV in poslušajo radio, tako da to verjetno predstavlja eno izmed najbolj razširjenih aktivnosti.

Slika 1. Prikaz pogostosti delovanja v aktivnostih, kjer smo med moškimi in ženskami opazili statistično pomembne razlike v pogostosti.



Opazili smo nekatere razlike med spoloma, ki so zaradi večje preglednosti v razlikah so prikazane v obliki grafa (glej sliko 1). Pomembno pa je opozoriti, da razen za gospodinjska opravila, razlike med spoloma niso zelo velike. Ženske denimo so označevale, da nekoliko pogosteje od moških opravljajo gospodinjska dela. Nekaj gre morda na račun večjega deleža žensk v vzorcu, ki so ovdovele, kot moških, ki so ovdoveli, precej pa verjetno tudi na račun tradicionalne delitve gospodinjskega dela med zakoncema, ki je bila sploh v preteklosti pogosto neenakomerna.

Opazimo tudi razlike pri uporabi javnih prevoznih sredstev in vožnji avtomobila. Ženske v nekoliko manjši meri vozijo avtomobil, zato pa več uporabljajo javni prevoz, medtem ko je pri moških ravno obratno. Zakaj prihaja do teh razlik, je težko reči, verjetno pa so v veliki meri posledica tradicionalne delitve dela, namreč bolj pogosto je, da vozi moški, če se par skupaj odpravi kam, mnoge žene pa včasih vožnjo zaradi tega celo opustijo, lahko pa že v izhodišču niso opravile vozniškega izpita.

Opazili smo tudi razlike pri obisku trgovine, ženske so označile, da jo obiskujejo nekoliko pogosteje, kot moški. Možnih razlag za to je več. Nekaj k temu verjetno prispeva tradicionalna delitev dela med moškimi in ženskami, nekaj pa verjetno tudi to, da smo v vzorec zajeli več žensk, ki živijo same, kot pa moških. Tako lahko pričakujemo, da je več žensk v našem vzorcu takih, ki so same odgovorne za vse delo v gospodinjstvu in zato tudi pogosteje obiskujejo trgovino, kot če bi si delo delile s partnerjem. Po drugi strani je možno, da se v tem odražajo tudi različne nakupovalne navade moških in žensk, lahko da moški z manj pogostimi, a obsežnejšimi nakupi, uspejo zagotoviti dovolj živil za daljše obdobje in tako nimajo potrebe po pogostejših nakupih. Nakupovanje lahko za nekatere pomeni tudi vir druženja, v tem primeru lahko pričakujemo, da bodo osebe pogosteje odhajale v znano, bližnjo trgovino, da bi tam srečale znance in poklepetale.

Zanimivo je tudi, da smo dobili pomembne razlike na področju pisanja pisem, nekatere osebe so označevale tudi, da gre za pisanje elektronske pošte, česar pred začetkom žal nismo predvideli, da bi lahko v vprašalniku ustrezno ločili med elektronskimi in navadnimi pismi. Pri pisanju pisem prednjačijo ženske. Tega z našimi podatki natančno ne moremo razložiti. Mogoče imajo ženske večjo potrebo po ohranjanju stikov z bolj oddaljenimi osebami ali pa tudi po upokojitvi opravljajo več takih aktivnosti, ki zahtevajo pisno oz. elektronsko korespondenco. Več informacij pa nam podatki ne nudijo.

Razlika se je pojavila tudi pri obiskovanju verskih obredov. Ženske so večkrat označile, da obiskujejo verske obrede, kot moški. Morda gre za slučajen efekt vzorca ali upokojene ženske dejansko več obiskujejo verske obrede. Čemu je tako, si ne znamo razložiti. Morda gre za tradicionalne razlike med spoloma, različna stališča med spoloma (da so ženske npr. verskim obredom bolj naklonjene), imajo v verskih skupnostih več družbe kot moški, vendar tega zagotovo ne moremo trditi.

Razlik med spoloma v celotni pogostosti aktivnosti ($U=2659,5$; $z=-0,253$, $p=0,801$) in v variabilnosti aktivnosti ($U=4624,5$; $z=-0,652$, $p=0,515$) nismo ugotovili. To pomeni, da so tako moški, kot ženske aktivni v približno enaki meri, število različnih aktivnosti s katerimi se ukvarjajo, pa se ne razlikuje pomembno.

Ovdoveli in poročeni se med seboj deloma razlikujejo po aktivnostih, deloma pa ne. Ne razlikujejo se po pogostosti aktivnosti ($U=1313,0$; $z=-0,922$; $p=0,357$), na nivoju $p<0,001$ statistične verjetnosti pa se razlikujejo po variabilnosti aktivnosti ($U=1975,5$; $z=-2,872$; $p=0,004$), pri čemer so ovdoveli označili, da se ukvarjajo z manj številnimi aktivnostmi kot poročeni. To si razlagamo s tem, da se način življenja po izgubi partnerja za ovdovelo osebo precej spremeni, naenkrat ostane sama tudi pri opravilih, ki jih je prej morda opravljal umrl partner. Možno je, da mu pri teh opravilih pomagajo drugi ljudje, da si poišče nadomestne osebe ali pa tudi, da zaradi omejenih možnosti zmanjša variabilnost. Mogoče gre tudi zato, da so ovdoveli prej, ko so bili še poročeni, doživljali različne aktivnosti kot bolj prijetne, ker so jih opravljali skupaj s partnerjem, zdaj pa za njih ne najdejo prave motivacije. Ovdovele osebe so navadno tudi starejše od poročenih, pri starejših pa se navadno variabilnost aktivnosti zmanjšuje, kar so pokazali tudi naši rezultati, ki sledijo v nadaljevanju.

Tabela 2. Prikaz povezav pogostosti aktivnosti in variabilnosti aktivnosti z zdravjem, starostjo, oceno pokojnine in izobrazbo.

	Pogostost aktivnosti	Variabilnost aktivnosti
Zdravje		
Samooocena zdravja	0,178**	0,173**
Število bolezni	-0,129*	-0,070
Starost	-0,235**	-0,356**
Število let izobrazbe	0,196**	0,196**
Ocena pokojnine	0,125*	0,040

** Korelacija rTau je statistično pomembna na nivoju $p < 0,01$.

*Korelacija rTau je statistično pomembna na nivoju $p < 0,05$.

Iz tabele 2 lahko opazimo, da sta s samooceno zdravja povezani tako pogostost aktivnosti kot variabilnost aktivnosti, s številom bolezni pa le pogostost aktivnosti. Način, kako zaznavamo svoje zdravje, je torej povezan tako s tem, kako pogosto se upokojeni ukvarjajo z različnimi dejavnostmi, kot tudi s tem, kako različne so le te aktivnosti. Tisti, ki so o sebi prepričani, da so slabšega zdravja, se v aktivnostih nekoliko manj pogosto udeležujejo in se tudi udeležujejo v manj raznolikih aktivnostih. Število bolezni pa je povezano zgolj s pogostostjo, ne pa tudi z variabilnostjo aktivnosti. Osebe z večjimi objektivnimi zdravstvenimi težavami (večje število bolezni naenkrat) si verjetno prizadevajo za to, da se udeležujejo v enaki meri različnih aktivnosti kot bolj zdrave osebe, a morda jim njihova bolezen včasih prepreči delovanje, zato se z njimi nekoliko manj pogosto ukvarjajo. To potrjuje tudi to, da smo ugotovili, da so osebe z zdravstvenim razlogom upokojitve označile manjšo pogostost aktivnosti ($U=894,0$, $z=-2,773$; $p=0,006$) na nivoju statistične pomembnosti $p < 0,01$, ne pa tudi manjše variabilnosti ($U=1984,5$; $z=-1,339$; $p=0,181$), kar pomeni, da so se morda na bolezen prav tako prilagodili z manjšo pogostostjo aktivnosti, niso pa se odpovedali njihovi raznovrstnosti. Pomembno pa je reči, da so ugotovljene povezave nizke, zato ne moremo trditi, da so medsebojni vplivi zdravja in aktivnosti zelo veliki.

Starost po drugi strani kaže nekoliko intenzivnejše povezave s pogostostjo aktivnosti, še bolj pa z variabilnostjo. Starejše osebe so pogosto prisiljene podaljšati čas za aktivnosti, ki so potrebne za avtonomno življenje, saj jih s predhodnim tempom zaradi morebitnih zdravstvenih težav ne zmorejo več. Tako pogosto sami prilagodijo pogostost, še posebej pa raznovrstnost aktivnosti, pri čemer opustijo nekatere manj pomembne za vsakodnevno samostojno življenje. Pomembno pa se je zavedati, da je bila raziskava zaradi omejenega časa izvedena s prečnim pristopom, kar pomeni, da smo primerjali različne osebe med seboj in bi bilo potrebno za trdnejše sklepanje o učinkih staranja na aktivnosti izvesti vzdolžno študijo, ki bi spremljala iste posameznike skozi daljše časovno obdobje.

Izobrazba je povezana tako z večjo variabilnostjo kot pogostostjo aktivnosti. Osebe, ki imajo višjo dokončano izobrazbo, imajo morda že od časa pred upokojitvijo nekoliko bolj razvejan krog dejavnosti in tudi po upokojitvi ostanejo nekoliko bolj aktivne od tistih z nižjo izobrazbo. Lahko, da so večji aktivnosti zaradi drugačnih stališč (npr. do kulturnih aktivnosti) tudi bolj naklonjene. Ocena pokojnine kaže nekoliko manj intenzivne povezave z aktivnostmi. Verjetno višja pokojnina osebam omogoča, da se ukvarjajo z bolj različnimi dejavnostmi in tudi bolj pogosto, zagotavlja jim nekoliko večjo eksistencialno varnost. Vendar je ponovno potrebno opozoriti, da še posebej lastna ocena pokojnine nima zelo velikih medsebojnih vplivov z aktivnostmi, ti pa tudi za stopnjo izobrazbe niso zelo veliki.

Z namenom jasneje opredeliti vlogo posameznih dejavnikov pri raznovrstnosti aktivnosti upokojenih oseb, smo opravili multiplo regresijsko analizo, ki nam pove, kako dobro posamezen dejavnik pojasni rezultat osebe na nekem drugem dejavniku, ki nas zanima. V našem primeru nas je zanimalo, kateri izmed dejavnikov, ki smo jih proučevali, najbolj napovedujejo aktivnosti. Na podlagi pregleda celotnih

podatkov, sta se kot pomembna napovednika aktivnosti pokazala starost in število let šolanja. Multipla korelacija je znašala 0,566 in je bila statistično pomembna ($F(2,195)=46,03$; $p=0,000$).

Tabela 3. Rezultati multiple regresije za variabilnost (raznovrstnost) aktivnosti upokojenih.

<i>prediktorji</i>	<i>Standardizirani</i>	<i>t</i>	<i>p</i>	<i>R</i>	<i>R² (koeficient</i>
<i>R²_{cor}</i>	<i>SE_{napovedi}</i>				<i>determinacije)</i>
	<i>koeficienti</i>				
(konstanta)		16,209	0,000		
Starost				0,566	0,321
0,314	2,695				
	-0,484	-8,183	0,000		
Število let šolanja	0,263	4,446	0,000		

Iz tabele 3 je razvidno (stolpec standardizirani koeficienti), da ima starost nekoliko večjo vlogo pri tem s kako raznovrstnimi aktivnostmi se bodo ukvarjali upokojeni (-0,484) kot število let šolanja (0,263), saj pojasni nekoliko več razlik med posamezniki. Oba prediktorja skupaj pojasnita okrog 31% razlik (stolpec R² cor) med posamezniki v raznovrstnosti aktivnosti. To ni veliko, po drugi strani pa si lahko predstavljamo, da je dejavnikov, ki vplivajo na aktivnost upokojenih, zelo veliko in jih je tako zelo težko zajeti v eni sami raziskavi. V prihodnje bi bilo dobro vključiti tudi nekatere druge dejavnike, kot npr. nekatere osebnostne lastnosti ter predvsem razširiti vprašalnik z aktivnostmi v nekoliko obsežnejšo obliko.

3.2 Zadovoljstvo z življenjem

Povprečno zadovoljstvo z življenjem, kot so ga označili upokojeni, je znašalo 23,01 (SD=5,98), kar lahko po Dienerjevih kriterijih označimo kot "blago zadovoljstvo z življenjem". Iz tega lahko sklepamo, da se upokojeni nekoliko bolj kot z nezadovoljstvom, nagibajo na splošno k zadovoljstvu z življenjem, seveda pa so med njimi medindividualne razlike.

Povezanost med starostjo in zadovoljstvom z življenjem je praktično nična in statistično nepomembna ($r_{\text{Tau}}=-0,001$; $p=0,990$), kar pomeni, da ni moč zgolj iz starosti osebe kakorkoli sklepati na to, kakšno zadovoljstvo z življenjem bo oseba izražala. To predstavlja enega izmed bolj optimističnih podatkov, osebe tudi v času po upokojitvi in ko se starajo, ohranjajo zadovoljstvo z življenjem, čeprav so objektivno gledano soočene navadno z naraščajočimi izgubami, tako na področju zdravja, kot v medsebojnih odnosih, kjer navadno zaradi smrti izgubijo vedno večje število svojih prijateljev, znancev, partnerja. Pričakovali bi lahko, da bodo zato manj zadovoljne s svojim življenjem, a očitno zmorejo ta nihanja v zadovoljstvu zaradi teh dogodkov dobro uravnovesiti. Mogoče se z njimi tudi lažje spopadejo, saj predstavljajo dogodke, ki so v tem življenjskem obdobju pogostejši kot v drugih in jih zato lažje predvidijo in obvladujejo. Za trdnejše sklepanje o teh podatkih pa bi bilo potrebno izvesti vzdolžno študijo, ki bi primerjala iste posameznike skozi obdobje staranja.

Tabela 4. Povezanost med zadovoljstvom z življenjem in zdravjem.

	<u>Zadovoljstvo z življenjem</u>
Samocena zdravja	0,322**
Število bolezni	-0,166**

Med osebami z zdravstvenim razlogom upokojitve in tistimi s starostnim razlogom upokojitve so bile razlike v zadovoljstvu z življenjem nepomembne ($U=2258,5$; $z=-0,235$; $p=0,814$). Iz tabele 4 lahko opazimo, da je višje zdravje povezano z višjim zadovoljstvom z življenjem. Osebe, ki ocenjujejo svoje zdravje kot boljše, so s svojim življenjem tudi bolj zadovoljne. To je morda nekoliko v nasprotju s tem, da ni razlik v zadovoljstvu z življenjem glede na razlog upokojitve, vendar iz tega morda lahko sklepamo, da je pri osebah pomembnejša aktualna situacija glede njihovega zdravja in ne toliko tista, ki jih je v

preteklosti privedla do upokojitve iz zdravstvenih razlogov. Lahko pa so se na svojo bolezen že bolj navadili, ker jih spremlja že dalj časa ali pa se jim je zdravstveno stanje po upokojitvi izboljšalo zaradi več možnosti za počitek, zato so s svojim življenjem ponovno enako zadovoljni kot drugi. Verjetno pa je tudi to, da osebe, ki imajo pozitivnejši pogled na svoje življenje, tudi zdravje ocenjujejo nekoliko pozitivno pristrano in obratno.

Tabela 5. Povezanost med socialno oporo, zadovoljstvom z življenjem ter razlike po stanu.

	Zadovoljstvo z življenjem	Razlike poročeni-ovdoveli
Emocionalna SO	0,393**	U=2615; z=-0,182; p=0,855
Instrumentalna SO	0,302**	U=2483; z=-0,818; p=0,413

** Korelacija rTau je statistično pomembna na nivoju $p < 0,01$.

Iz tabele 5 lahko opazimo, da sta oba tipa socialne opore povezana z zadovoljstvom z življenjem, kar pomeni da so osebe, ki zaznavajo več čustvene opore svojih bližnjih (emocionalna SO) in jih zaznavajo kot bolj pripravljene priskočiti na pomoč (instrumentalna SO) bolj zadovoljne s svojim življenjem. Poročeni in ovdoveli zaznavajo enako količino socialne opore (glej tretji stolpec tabele 5), kar nekoliko preseneča, saj smo pričakovali, da bodo poročeni zaznavali višjo socialno oporo. Partner namreč v vseh obdobjih odraslosti, kot tudi v obdobju pozne odraslosti predstavlja enega izmed najpomembnejših virov čustvene opore kot tudi konkretne pomoči, ta pa je pri poročenih še na voljo, pri ovdovelih pa ne več. V nekaterih raziskavah so dejansko opazili, da npr. bolniki z rakom v starejših letih bistveno uspešneje kompenzirajo izgubo intimnega partnerja in imajo primerljive ravni emocionalne socialne opore s poročenimi enako starimi. Bolniki v mlajših letih, ki so sami, ločeni oz. ovdoveli, pa prejemajo manj emocionalne socialne opore, kot enako stari bolniki, ki so poročeni. Iz tega bi morda lahko sklepali, da prav starejši nekoliko uspešneje nadomestijo socialno oporo izgubljeno zaradi smrti partnerja (Schwarzer, Knoll in Rieckmann, 2003).

Med poročenimi in ovdovelimi pa so pomembne razlike pri zadovoljstvu z življenjem, pri čemer so ovdoveli nekoliko manj zadovoljni z življenjem kot poročeni ($U=1920, 5; z=-2,669; p=0,008$). To si morda lahko razložimo na ta način: osebe, ki izgubijo partnerja zaradi smrti, si verjetno sčasoma uspejo izgraditi nadomestno mrežo bližnjih, ki jim pomagajo in nudijo oporo v enaki količini kot predhodno partnerji. Vendar so kljub temu manj zadovoljne s svojim življenjem, saj jim morda ti stiki ne prinašajo enake mere zadovoljstva, kot ga je vez s partnerjem. Možno pa je tudi, da so bile te osebe že prej manj zadovoljne z življenjem, za kar so lahko imele zelo različne razloge, vendar tega v okviru naše raziskave ni bilo moč preveriti, saj bi bilo potrebno te osebe spremljati skozi daljše obdobje več let ter pred in po smrti njihovega partnerja.

Tabela 6. Povezanost ocene pokojnine in izobrazbe z zadovoljstvom z življenjem.

Iz tabele 6 lahko opazimo, da med obema spremenljivkama obstaja pomembna, a nizka povezava, kar pomeni, da sta ocena finančnega stanja in zadovoljstvo z življenjem med seboj povezana dejavnika. Osebe, ki višje ocenjujejo svojo pokojnino, so tudi bolj zadovoljne s svojim življenjem. Predvidevamo lahko, da je nekaj te povezave na račun dejanskega večjega zadovoljstva z življenjem zaradi višjih dohodkov oseb, nekaj pa je gre verjetno tudi na račun nekaterih osebnostnih lastnosti, ki pripomorejo tako k višji oceni pokojnine kot k višji oceni zadovoljstva z življenjem, npr. optimizma.

Podobno smo opazili tudi povezavo med stopnjo dokončane izobrazbe in zadovoljstvom z življenjem. Morda to lahko razložimo s tem, da imajo navadno osebe z nekoliko višjo izobrazbo tudi nekoliko boljše možnosti v življenju, da si ustvarijo dobre pogoje za življenje hkrati pa morda svoje življenje vidijo skozi drugačne oči, ter zato poročajo o višji ravni zadovoljstva z življenjem. Pomembno pa je poudariti, da so dobljene povezave šibke, zato lahko rečemo, da izobrazba in ocena lastne pokojnine pri naših udeležencih nista igrali pomembnih dejavnikov pri zadovoljstvu z življenjem.

Podobno kot pri aktivnostih, nas je tudi pri zadovoljstvu z življenjem zanimalo, kateri dejavniki so z njim najbolj povezani. Na podlagi pregleda literature in rezultatov, smo v model vključili socialno oporo (združili smo emocionalno in instrumentalno SO) ter samooceno zdravja. Multipla korelacija je bila statistično pomembna na nivoju $p < 0,000$ ($F(2, 189) = 51,630$; $p = 0,000$).

Tabela 7. Rezultati multiple regresije za zadovoljstvo z življenjem upokojenih.

<i>prediktorji</i>	<i>Standardizirani</i>		<i>t</i>	<i>p</i>	<i>R</i>	<i>R² (koeficient</i>	
<i>R²_{cor}</i>	<i>SE</i>	<i>napovedi</i>				<i>determinacije)</i>	
	<i>koeficienti</i>						
konstanta		2,576	0,011				
Samoocena zdravja	0,350	5,841	0,000	0,594	0,353	0,346	4,797
Socialna opora	0,410	6,845	0,000				

Iz tabele 7 je razvidno (stolpec standardizirani koeficienti), da ima socialna opora nekoliko večjo vlogo pri tem kako zadovoljni so s svojim življenjem ukvarjali upokojeni (0,410) kot samoocena zdravja (0,350), saj pojasni nekoliko več razlik med posamezniki. Oba prediktorja skupaj pojasnita okrog 35% razlik (stolpec R^2_{cor}) med posamezniki v zadovoljstvu z življenjem. Ponovno lahko rečemo, da to ni veliko in da bi bilo potrebno vključiti še nekatere druge dejavnike in jih raziskovati, da bi razlike med posamezniki bolj pojasnili. Rezultat, da sta z zadovoljstvom z življenjem najvišje povezana samoocena zdravja in socialna opora, nas ne preseneča, saj vrednota zdravja kot tudi skladni odnosi z drugimi, pogosto predstavljata sam vrh želja oseb in ciljev v njihovem življenju. Vrednota zdravja postane verjetno v pozni odraslosti še toliko bolj pomembna, ko se posamezniki začno soočati z nekaterimi težavami na tem področju. Socialna opora oz. topli, intimni odnosi, kjer so si osebe na voljo za medsebojno pomoč, pa predstavljajo za večino ljudi enega izmed najpomembnejših virov zadovoljstva z življenjem skozi vse življenje.

3.3 Povezava med zadovoljstvom z življenjem in aktivnostmi

V skladu s teorijo kontinuitete nas je zanimalo tudi, kako se med seboj povezujeta aktivnost in zadovoljstvo z življenjem. po njej smo predvidevali, da bosta večja pogostost aktivnosti in večja raznovrstnost aktivnosti povezani z višjim zadovoljstvom z življenjem.

Tabela 8. Prikaz povezav med pokazatelji aktivnosti in zadovoljstvom z življenjem.

	<u>Zadovoljstvo z življenjem</u>
Pogostost aktivnosti	0,123*
Variabilnost aktivnosti	0,116*

Iz tabele 8 lahko opazimo, da je pogostost aktivnosti kot tudi variabilnost aktivnosti pomembno, a nizko povezana z zadovoljstvom z življenjem. Iz tega lahko sklepamo, da obstaja pomembna povezava tako med raznovrstnostjo aktivnosti, kot med njihovo pogostostjo in življenjskim zadovoljstvom upokojenih oseb, a je le ta relativno nepomembna. Če bi želeli povsem podpreti hipotezo teorije kontinuitete, bi bilo potrebno nekoliko popraviti vprašalnike in jih razširiti z več različnimi aktivnostmi. Kljub trudu, da bi jedrnato zajeli najpomembnejše aktivnosti, s katerimi se ukvarjajo upokojeni, nam morda namreč ni uspelo zajeti vseh tistih, ki morda prispevajo k zadovoljstvu z življenjem.

4. Zaključki

Rezultati kažejo, da k zadovoljstvu z življenjem izmed v raziskavi zajetih dejavnikov najbolj prispevajo kvalitetni medosebni odnosi in svoja lastna ocena zdravja kot dobrega, sama starost, izobrazba, ocena pokojnine ne igrajo pomembne vloge. Torej je zadovoljstvo oseb enako, ne glede na to, ali so starejše ali mlajše, bolj ali manj izobražene, ocenjujejo svojo pokojnino kot višjo ali nižjo. So pa ovdoveli nekoliko manj zadovoljni s svojim življenjem. Raznovrstnost različnih aktivnosti pri upokojenih je najbolj odvisna od njihove starosti ter tudi od njihove izobrazbe, zdravje in ocena pokojnine pa nista tako zelo pomembna dejavnika. Obstaja še kar nekaj neizkoriščenih potencialov pri aktivnostih, saj se npr. razmeroma majhni deleži organizirano ukvarjajo s prostovoljnimi delom, z branjem leposlovja, izobraževanju za odrasle.

5. Literatura

- Burnett-Wolle, S. in Godbey, G. (2007). *Refining research on older adults' leisure: implications of selection, optimization, and compensation and socioemotional selectivity theories*. *Journal of Leisure Research*, 39, 498-513.
- Diener, E., Suh, E., Lucas, R. E. in Smith, H. (1999). *Subjective well-being: Three decades of progress*. *Psychological Bulletin*, 125, 276-302.
- Swarzer, R., Knoll, N. in Rieckmann, N. (2004). *Social support*. V: A. Kaptein in J. Weinman (ur.), *Introduction to health psychology* (str. 158-182). Oxford: Blackwell.
- Vertot, N. (2008). 1. oktober, mednarodni dan starejših (spletni vir). Sneto s spletne strani Statističnega urada Republike Slovenije, dne 25. 3. 2009. http://www.stat.si/novica_prikazi.aspx?id=1908
- Zupančič, M., Kavčič, T. in Fekonja, U. (2004). *Razvojne naloge v odraslosti*. V: L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija* (str. 634-654). Ljubljana: FF.
- Zupančič, M. (2004). *Poklicni razvoj v odraslosti*. V: L. Marjanovič Umek in M. Zupančič (ur.), *Razvojna psihologija* (str. 745-756). Ljubljana: FF.

Zahvala

Rada bi se iskreno zahvalila svojemu mentorju izr. prof dr. Matiju Svetini, za vso pomoč pri načrtovanju in izvedbi raziskave ter članom društev upokojujencev Log pri Brezovici in Vrhnika in vsem ostalim udeležencem, ki so bili pripravljeni na sodelovanje.

3. mesto:

STAREJŠI NA TRGU DELOVNE SILE: MED MOŽNOSTMI IN REALNOSTJO

ERNA STRUNA

Študentka kadrovskega menedžmenta na Fakulteti za družbene vede v Ljubljani

POVZETEK

Pričujoči izdelek je kratek povzetek diplomske naloge, katerega poglobitveni namen je bil analiza stanja starejših na trgu delovne sile. Analiza je bila usmerjena predvsem na starejše zaposlene, zaposlene, ki v celoti ali delno izpolnjujejo pogoje za starostno upokožitev, ter na same upokojujence. Aktivnost starejših sem proučevala omejeno na delovno aktivnost, ugotovljeno pa ovrednotila in umestila v sedanje in prihodnje potrebe Slovenije za čim večjo stopnjo delovne aktivnosti in obvarovanje socialne in družbene solidarnosti ter stabilnosti. Cilj naloge je bil ugotoviti, na kakšne načine in kako uspešno Slovenija s sprejeto strategijo zaposlovanja, zakonodajnimi določbami in drugimi ukrepi odgovarja na aktualne probleme staranja delovne sile. Sprejete ukrepe sem poskušala razčleniti z vidika njihovega učinkovanja na lažje in daljše vztrajanje posameznikov v zaposlitvi in njihove možnosti dela po upokožitvi ter pripravljenosti delodajalcev pri zaposlovanju starejših. S stimulativnim sistemom bi Slovenija ohranjala stabilen socialni sistem. Temeljna metoda raziskovanja naloge je bila analiza primarnih (zakonski in podzakonski akti, pravilnik) in sekundarnih virov (knjige, strokovni in časopisni članki, internetni viri). Vodilo naloge je bila hipoteza: "Slovenska zakonodaja ne vzpodbuja daljšega vztrajanja na trgu delovne sile, ne za posameznika ne za delodajalca".

1. Položaj starejših na trgu delovne sile

Na ohranjanje in spodbujanje zaposlovanja starejših vplivajo različni razlogi oz. lastnosti starejše generacije. Nekateri izmed teh razlogov temeljijo na stereotipih o delovni sposobnosti, znanju in kompetencah. Ena izmed večjih ovir, ki jih navajajo delodajalci, je nezdržljivost vse manjše produktivnosti in vse večjega plačila starejših zaposlenih (Duell et al. v Pušnik in drugi 2007, 38). Produktivnost naj bi s staranjem upadala, saj se zmanjšujejo fizične zmogljivosti. Različne raziskave to dejstvo potrjujejo, vendar pa je pri tem potrebno upoštevati, da je povezava med produktivnostjo in starostjo odvisna od delovnega mesta in posameznikov ter preteklega vlaganja v človeški kapital. Padec produktivnosti se lahko nadomesti z bogatimi izkušnjami, ki jih imajo starejši, in prilagojenostjo delovnega mesta. Prav tako naj bi plača in s tem strošek delodajalca naraščala z delovno dobo in naj ne bi bila vezana na produktivnost, temveč trajanjem

delovne dobe oz. senioriteto. Starejši zaposleni so tudi bolj zaščiteni z zakonodajnimi določbami, kot so primeri zaposlovanja in odpuščanja. To odvrta delodajalce od ponovnega zaposlovanja starejših, saj to za njih predstavlja večji strošek. Negativne lastnosti, ki se pripisujejo starejšim delavcem, so pomanjkanje fleksibilnosti, dinamičnosti, domiselnosti in iniciative, kaže se primanjkljaj specifičnih znanj, kot so tuji jeziki, nepripravljeni so za sodelovanje v izobraževanju, prilagodljivost novim delovnim pogojem je omejena, imajo pomanjkljivo znanje novih tehnologij. Starejši naj bi bili premalo inovativni, precenjujejo svoje sposobnosti in zmožnosti in svoj ugled gradijo na dosežkih iz preteklosti, namesto spremljanja sedanosti in vlaganje truda v spoprijemanje z novimi izzivi (N. M. 2006; Šlebinger in drugi 2006; Dodič Fikfak 2005).

Največja prednost starejše generacije so pridobljene izkušnje skozi leta dela in na ta način tudi pozitivni stranski posledici: dober odnos do dela in lojalnost organizaciji. Študije opredeljujejo starejše kot tiste, ki imajo znatno več strokovnega znanja in večje socialne sposobnosti ter so bistveno bolj pripravljeni delati (Zgonik 2006, 5). V prid zaposlovanju starejših so tudi dobro poznavanje delovnega sistema, zanesljivost in odgovornost (Šlebinger in drugi 2006, 75). Običajno so starejši tudi bistveno bolj motivirani za delo.

Celotna generacija starejših delavcev ali upokojenih ni zmožna ponovno vstopiti med delovno aktivne. Pripravljenost za delo je različna in je odvisna od kombinacije fizičnih, psihičnih, mentalnih in socialnih sposobnosti kot tudi motivacije in izkušenj. Delazmožnost ni odvisna od biološke starosti, temveč funkcionalne starosti.

Predvsem razlogi proti zaposlovanju starejših kažejo smer ukrepanja. Na trgu delovne sile so potrebni pogoji, ki ohranjajo zaposljivost starejših in vplivajo na njihovo pripravljenost za delo. Poleg teh so potrebni tudi ukrepi, ki povečujejo pripravljenost delodajalcev za zaposlovanje starejših (Šlebinger in drugi 2006, 76). V interesu države je, da s sprejetimi ukrepi spodbuja zaposlovanje starejših, s tem angažira njihov potencial, odvrta od prezgodnjega upokojevanja ter izgubljanja spretnosti in znanj, tako ohranja vzdržno razmerje med zavarovanci in vzdrževanim prebivalstvom in ohranja sistem socialne varnosti. S preprečevanjem prezgodnjega odhoda starejše delovne sile s trga bi se zmanjšale preobremenitve državnega proračuna za pokojninske in socialne transferje, zmanjšali bi lahko tudi predvideno krčenje delovno sposobnega prebivalstva in s tem delovne aktivne populacije.

Da bi države članice EU obdržale starejše na trgu delovne sile so se najpogosteje posluževale naslednjih ukrepov:

- odprava možnosti in spodbud za predčasno upokojevanje ter uvajanje finančnih spodbud za poznejše upokojevanje in mogočanje fleksibilnega upokojevanja;
- sprejemanje zakonodaje, ki preprečuje diskriminacijo zaradi starosti, vodenje kampanj, namenjenih ozaveščanju delodajalcev in spreminjanju njihovega odnosa do starejših;
- oblikovanje programov izobraževanja in usposabljanja, namenjenih starejšim;
- ukrepi za spodbujanje zaposlovanja v okviru aktivnih politik zaposlovanja in oblikovanje posebnih delovnih mest za starejše (Jepsen in Hutsebaut v Šlebinger in drugi 2006, 76).

2. Ukrepi na področju zagotavljanja zaposlovanja in dela starejših

2.1 Posebno varstvo starejših delavcev (pozitivna diskriminacija)

Zakonsko opredeljena kategorija zaščitenih delavcev predstavlja za delavce olajšane pogoje dela in zaščito pred odpuščanjem. Za delavce predstavlja zakon (ZDR Uradni list RS, št. 42/2002, z dne 15. 05. 2002 in ZDR-A Uradni list, št. 103/2007, z dne 13. 11. 2007) socialno zaščito. Za same delavce je to ugoden položaj, saj so v primerjavi z ostalimi zaposlenimi bolj zaščiteni, za njih lahko zakon predstavlja mehanizem lažjega vztrajanja v delu. Olajševalne okoliščine dela in finančne ugodnosti, ki so jih deležni tekom delovnega obdobja in tekom več generacij, predstavljajo za njih sredstva, do katerih so moralno in pravno upravičeni. Zmanjšanje ali ukinitve teh ugodnosti (npr. dodatek na delovno dobo, zaščita pred odpuščanjem, dodatni dnevi letnega dopusta, odpravnina ob upokojitvi) bi lahko predstavljalo zmanjšanje varnosti kategorije starejših, večjo podvrženost tokom povpraševanja na trgu delovne sile in odpor z njihove strani. Starejši so do nekaterih ugodnosti po preteku določene delovne dobe povsem

legitimno upravičeni, saj za opravljanje istega dela potrebujejo različne prilagoditve. Morda se pri tem postavlja le vprašanje oblike oz. kriterijev ugodnosti.

Sistem ugodnosti v smislu pozitivne diskriminacije starejših je v obstoječi obliki povsem upravičen. Tak sistem ugodnosti se je razvil na račun manjše vključenosti ali celo izključenosti zaposlenih v izobraževanje, izostajanja iz usposabljanja ob delu in dejavnosti za ohranjanje ugodnega zdravstvenega stanja ter manjše prilagoditve delovnih razmer zaposlenim. Namesto večjih investicij v človeške vire in prilagoditve delovnega procesa staranju delavcev, s katerim bi se tudi oblikoval sistem varnosti za ohranjanje zaposljivosti starejših, obstaja sistem varnosti, ki je zakonsko določen in omejen večinoma na neposredne finančne ugodnosti za zaposlene. V Sloveniji je še vedno razvita industrija, kjer se delavci zaposlujejo prej in so tudi prej izčrpani (Pirc 2007b), zato je v teh primerih zakonska zaščita starejših upravičena in razumljiva. V teh primerih ima veliko vlogo tudi kakovost posameznih delovnih mest. V veliko primerih obstoječi sistem varnosti ščiti starejše zaposlene pred odpuščanjem delodajalcev iz vzrokov racionalizacije poslovanja, pri čemer se kaže odnos delodajalcev do starejših zaposlenih, o njihovi miselnosti glede nekoristnosti in nesposobnosti starejših. Torej je zakonska zaščita starejših delavcev nekako razumljiv odgovor na dožemanje delodajalcev svojih starejših zaposlenih, ki jih tudi ohranja v delovnih razmerjih.

Z vidika delodajalcev pa je kategorija starejših delavcev stroškovno veliko bolj zahtevna in nefleksibilna. Delovnopravna zaščita starejših delavcev je z njihovega vidika ocenjena, da gre v obratnem sorazmerju z zaposljivostjo na trgu delovne sile. Starejši delavci so zaradi dodatka na skupno delovno dobo, večjega števila dni letnega dopusta, nemajhne odpravnine ob upokojitvi in drugih ugodnosti, ki jih uživajo kot zaščitene kategorije delavcev, za delodajalce dražji in tako težje zaposljivi ter posledično tudi diskriminirani in nezaželeni v primerjavi z drugimi kategorijami delovne populacije. Delodajalci starejše dojemajo kot večji strošek in zato tudi kot breme. Pomisleki se porajajo tudi v zvezi s preveliko zaščito starejših v primeru negativnega vpliva na zaposlovanje brezposelnih starejših. Delodajalci so lahko tako manj pripravljeni ali vzpodbujeni zaposliti starejše brezposelne zaradi njihove večje zaščite in večjih stroškov, ki bi jih s tem imeli. V to sodi odpravnina ob upokojitvi, dodatek na delovno dobo, ki ni vezan na delovno uspešnost, in tudi zaščita pred odpuščanjem v primeru ekonomskih težav delodajalca. Če pa spremljajo starejše delavce še nizka izobrazbenost in druge karakteristike premajhnega preteklega izobraževanja ali usposabljanja, je to še dodatni razlog za nezainteresiranost delodajalcev za zaposlovanje starejših (Globočnik 2007, 26).

2.2 Vključevanje starejših v aktivno politiko zaposlovanja in programe vseživljenjskega učenja

Spodbujanje starejših za njihovo participacijo je ključni element aktivnega staranja. Zato imajo ukrepi aktivne politike zaposlovanja velik pomen pri uresničevanju strategije aktivnega staranja, kakovosti življenja in varne prožnosti. Ukrepi države za povečanje človeškega kapitala starejših z izvajanjem ukrepov vseživljenjskega učenja še ne dosegajo vidnih rezultatov. Glede na podatke trga delovne sile (LFS data) je bil delež ljudi slovenske populacije, ki je bil vključen v aktivnosti vseživljenjskega učenja, v starosti od 55 do 64 let leta 2005 10 %, leta 2007 pa 6,9 % (Ignjatović 2007). Poročilo Evropske komisije (20. november 2008) o vseživljenjskem učenju za ustvarjalnost in inovacije je v sklopu področij, kjer so potrebne izboljšave, navedlo tudi potrebno povečanje sodelovanja starejših, nizkokvalificiranih odraslih in vseživljenjskem učenju (Evropski parlament 2008).

Ukrep spodbujanja novega zaposlovanja starejših, ki je določen tudi v ZZZPB-UPB1, z razporeditvijo finančnega bremena (plačila socialnih prispevkov) spodbuja predvsem zaposlovanje dolgotrajno brezposelnih starejših. Zmanjšanje stroškov delodajalcev pri zaposlovanju starejših brezposelnih predstavlja pomemben pogoj za ponovno zaposlitev starejših. Delodajalec se kot posameznik odloča o pozitivnih ali negativnih učinkih, ki bi jih zaposlovanje starejših lahko imelo zanj. Preložitev stroškov kot finančnega bremena na stran države predstavlja za delodajalca vzpodbudo za zaposlitev starejše brezposelne osebe. Tak ukrep ima lahko dolgotrajne pozitivne učinke v primeru, da je izkušnja delodajalca

ob zaposlitvi starejšega dobra. V tem primeru bo delodajalec ohranil starejšega v zaposlitvi, sam pa bo vzpodbujen k nadaljnjemu zaposlovanju starejših brez dodatne finančne vzpodbude.

V programih aktivne politike zaposlovanja je prisotno zavedanje o problematičnosti starejših v starosti od 55 do 64 let v povezavi z njihovim visokim deležem v strukturi brezposelnosti. Zaposljivost starejših in z njo povezana dolgotrajna brezposelnost je zmanjšana že zaradi nezadostne ali neustrezne izobrazbe (Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje 2001), kar je še dodatna ovira pri osebni nagnjenosti k dodatnemu izobraževanju, kar kažejo izsledki različnih raziskav. Ta skupina je zajeta v programih APZ, in sicer v ukrepih izboljšanja zaposlitvenih možnosti, zagotavljanja dostopa do zaposlitve in usposabljanja v celotnem aktivnem obdobju, ukrepih spodbujanja zaposlovanja starejših, v javnih delih, v javnih razpisih za izbor delodajalcev, ki bi bili pripravljeni zaposliti brezposelne osebe, starejše od 50 let, v ukrepih za usposabljanje na delovnem mestu in v aktivnostih za promocijo zaposlovanja starejših (program APZ v letu 2006, 2007, 2008). Podatki o vključenosti starejših v programe APZ kažejo na njihov majhen delež. Končni cilj aktivnosti je zaposljivost starejših oz. ponovna zaposlitev brezposelnih. V Ekonomskih izzivih, ki jih vsako leto pripravlja Urad za makroekonomske analize in razvoj, so zapisali, da bi bilo potrebno povečati vključenost nizkoizobraženih in starejših v programe izobraževanja in usposabljanja brezposelnih ter zaposlenih. Ker dolgotrajna brezposelnost zmanjšuje človeški kapital, bi bilo z vidika prožnosti treba razviti in okrepiti programe, ki preprečujejo prehod v dolgotrajno brezposelnost in okrepiti programe, ki spodbujajo zaposlovanje starejših. Dosedanje spremembe Zakona o socialnem varstvu (ZSV) in ZZZPB so povečale predvsem obveznosti brezposelnega glede sprejemanja zaposlitve, zadostne spodbude za delo in za ostajanje starejših v delovni aktivnosti pa še niso bile oblikovane (Urad RS za makroekonomske analize in razvoj 2008). Ukrepi APZ dosegajo določene cilje in prispevajo k daljšemu vztrajanju v delovni aktivnosti, vendar še vedno v manjši meri, kot bi lahko sicer. Vsekakor učinkovita APZ, ki bo preprečila prehod v dolgotrajno brezposelnost z ustreznimi programi usposabljanja, lahko v skladu z zagotavljanjem večje vključenosti starejših v vseživljenjsko učenje dosega vidnejše rezultate.

2.3 Prepoved diskriminacije starejših pri zaposlovanju

Dokumenti (ZDR, ZUNEO-UPB1 Uradni list, št. 93/2007, z dne 12. 10. 2007) nakazujejo raznovrstna področja, kjer naj bi se starejši zaradi svoje osebne značilnosti, tj. starosti, soočili z neenakopravnim ravnanjem. Prav tako nakazujejo potrebno usmeritev za vse akterje, ki se srečujejo s starejšimi in omogočajo enakopravno ravnanje z njimi. Starejše je potrebno na podlagi zakonodaje ob zaposlovanju obravnavati enako kot mlajše. Prav tako so starejši ob že izpolnjenih pogojih za starostno upokožitev v enaki obravnavi kot ostali na vseh področjih. Vendar ne glede na predpisane norme manjka višja družbena zavest, ki ne vodi k marginalizaciji starejših ali družbenemu razvrednotenju starosti (Pavliha 2008, 630). Stereotipi in predsodki še vedno kljub prepovedi diskriminatornih dejanj obstajajo in so zakoreninjeni v družbeni zavesti. To se kaže tudi v ravnanju starejših v podjetjih. Varuh človekovih pravic še vedno ugotavlja kršitev teh pravil in opozarja na potrebno ozaveščanje starejših oseb o njihovih pravicah (glej Cvahte 2007).

Navkljub varstvu pred neenakopravnim obravnavanjem starejših je v družbi prisoten pojav ageizma (starostnizma), definiran kot diskriminacija na podlagi starosti. Starostnizem kot diskriminacija temelji na koledarski starosti. Sposobnosti in vloge ljudi so določene glede na koledarska leta, izključuje pa se tudi možnost individualnosti, potem ko ljudje preživijo določeno število let. Starostnizem je proces sistematičnega stereotipiziranja in diskriminacije ljudi izključno na podlagi njihove starosti (Pečjak 2007, 94-95). Določitev starostne meje starejših delavcev je povezana tudi s starostno diskriminacijo, delodajalci težje zaposlijo celo osebe, ki so stare šele 40 let. Starost je z vidika delodajalcev tisti kriterij, ki ima veliko težo pri zaposlovanju. Bistvo starostne diskriminacije je v tem, da si posamezniki ustvarjajo sodbo na podlagi stereotipov, pripisanih starim ljudem, ne da bi upoštevali posameznikove značilnosti (Hvalič Touzery 2007a, 56). Starost (npr. 55 let), uporabljena v zakonih, politikah in postopkih se uporablja kot preprost mehanizem ločevanja ljudi in vsi ljudje pri določeni starosti nimajo enakih pričakovanih in možnosti prispevati družbi (Hvalič Touzery 2007a, 56). Realnost, s katero so soočeni starejši delavci na trgu delovne sile, je še krutejša. Delodajalci ne prepoznajo prednosti starejših in jih ne želijo zaposlovati.

Kljub dejstvu, da smo dolgoživa družba, ki jo v velikem številu in deležu tvorijo stari ljudje, in da lahko tudi mlajši člani pričakujejo, da bodo dolgo živeli (Hvalič Touzery 2007b, 69), se stvari prepočasi premikajo v smeri iskanja in priznavanja kvalitet starejših. Glede na rezultate raziskave Odnos podjetij do starejših zaposlenih¹ je kar 71 % anketiranih slovenskih podjetij, ki si ne prizadevajo zadržati starejših zaposlenih. Kar pomeni, da ne izvajajo nobenih ukrepov za ta namen na področjih, kot so prilagoditve delovnih mest, organizacija dela, zdravstvena preventiva. Razlogi tega stanja so po mnenju avtorjev raziskave lahko nepoznavanje in nerazvitost področja managementa starostnikov in stereotipno razmišljanje v zvezi s starejšimi. Podjetja, ki si prizadevajo zadržati starejše zaposlene in v ta namen izvajajo različne ukrepe managementa starostnikov, se zavedajo, da bo v prihodnosti njihova konkurenčna prednost v veliki meri temeljila na kadrih, tudi ali pa predvsem starejših (Inštitut za management in organizacijo na Ekonomski fakulteti Univerze v Ljubljani in Kapitalska družba pokojninskega in invalidskega zavarovanja 2008). Avtorji raziskave na podlagi dobljenih rezultatov ugotavljajo, da je zavedanje in posledično razvitost področja menedžmenta starostnikov med slovenskimi podjetji na zelo nizki ravni, čeprav je zavedanje glede staranja zaposlenih med podjetji precej prisotno. Iz tega je mogoče sklepati, da se, kot že prej omenjeno, delodajalci ne zavedajo in tudi ne raziskujejo, ali razvijajo kvalitet starejše delovne sile in se je celo izogibajo. Smiselno bi bilo, da bi čim več razmišljali o morebitnih pomanjkanjih delovne sile, povišanju stroškov v zvezi z zaposlovanjem, težavami z zadrževanjem znanja znotraj organizacij, o organizacijskih prilagoditvah delovnih shem in delovnih mest starejšim. Že danes in v bližnji prihodnosti bo postala potreba po iskanju prednosti starejših vse bolj izrazita, med drugim k temu spodbujajo cilji Lizbonske strategije (do leta 2010 naj bi bila stopnja zaposlenosti, starih od 55 do 64 let, 50 %). Zaradi posledic, ki se jih bo občutilo (ali pa se jih že danes) na mikroravni, bodo morala podjetja v dolgoživi družbi za ohranitev konkurenčnosti sprejeti določene ukrepe. Eden izmed njih, ki jih podjetja le izvajajo večinoma zaradi prenosa znanja s starejših na mlajše zaposlene in manj za razbremenitev starejših delavcev, so generacijsko mešane ekipe (Inštitut za management in organizacijo na Ekonomski fakulteti Univerze v Ljubljani in Kapitalska družba pokojninskega in invalidskega zavarovanja 2008).

2.4 Pokojninska zakonodaja

Izmed pomembnejših ukrepov na makronivoju, ki jih je sprejela država, je bila z začetkom leta 2000 izvajana pokojninska reforma s sprejetim Zakonom o pokojninskem in invalidskem zavarovanju (ZPIZ-1 Uradni list RS št. 106/1999, z dne 23. 12. 1999). Do danes je bilo sprejetih že več sprememb zakona. Najpomembnejše spremembe, ki jih je zakon prinesel, je višanje minimalnih pogojev za starostno upokožitev tako za moške in ženske, vpeljava bonusov in malusov v primerih upokojevanja po izpolnitvi minimalnih pogojev oz. upokojevanju pred izpolnitvijo I. in II. stopnje, vpeljava možnosti III. stopnje pokojninskega zavarovanja (dodatno pokojninsko zavarovanje in osebna rentna zavarovanja), vpeljava možnosti delne upokožitve in tudi nekaj primerov legalne oblike dela po upokožitvi.

Veljavni zakon (členi od 51 do 53 ZPIZ-UPB4) omogoča t. i. fleksibilno upokojevanje, tj. upokojevanje pri nižji ali višji starosti od polne starosti² ter z minimalno potrebno ali daljšo delovno dobo. Pri tem se pokojnina odmerja na način, da se ob nižji upokožitveni starosti predvideva daljše obdobje prejetanja pokojnine, zato se pokojnina temu ustrezno zniža, pri predvidenem krajšem obdobju pa se zneski pokojnine povišajo (Belopavlovič 2008, 556). Zaposleni so nagrajeni v višji pokojnini po upokožitvi, če vztrajajo v delovnem razmerju po določeni starosti ali po izpolnitvi polne delovne dobe. V prvem primeru se pokojnina poveča le prve tri mesece. Letno višanje pokojnine je trajno nagrajeno z vztrajanjem v delovnem razmerju po izpolnitvi polne delovne dobe. Zdajšnja ureditev za zavarovance pomeni, da se jim prva štiri leta dobe po dopolnjeni polni delovni dobi vrednotijo bistveno ugodneje ter da se jim tudi zaradi tega splača ostati v zavarovanju, saj si na tak način povišajo pokojnino. Iz določb zakona izhaja, da je prva od možnosti, ki jih ima delavec po izpolnitvi minimalnih pogojev za starostno upokožitev, možnost ohranitve delovnega razmerja in nadaljevanje obveznega pokojninskega in invalidskega zavarovanja, s čimer si delavec zagotovi višjo odmero pokojnine (Belopavlovič 2008, 557).

S poostrenimi pogoji in določenimi trajnimi kaznimi (malusi) ter nagradami (bonusi) za upokožitev pred oz. po izpolnitvi pogojev zakonodajalec skuša vplivati na trajanje delovne aktivnosti zaposlenih.

Vzdržnost pokojninskega sistema oz. javnih financ se s tem na dolgi rok rešuje (Kidrič 2006, 81), vendar se sistem zaostrovanja pogojev ne more nadaljevati v nedogled. V ospredje prihaja odziv ljudi, in sicer v takojšnji upokojitvi po izpolnitvi pogojev, saj prihaja do dvomov (strahu) o prihodnjih še ostrejših pogojih upokojevanja, ki bi jim bili lahko podvrženi. Vendar pa kljub zaostrovanju pogojev zakon še vedno omogoča upokojevanje ob delno izpolnjenih pogojih, ko se lahko uveljavlja dodana doba. V teh primerih se vzdržnost sistema ohranja, saj se dobo lahko dokupi.

Kvaliteta reforme slovenskega pokojninskega sistema je v tem, da so pri njenem oblikovanju sodelovali vsi akterji: vlada, zaposleni in delodajalci. Vpletenost vseh sodelujočih prispeva k postopni implementaciji ukrepov v daljšem obdobju več let ali desetletij. Tako leta 1999 zaključena pokojninska reforma pomika uveljavitev končnih pogojev v čas po letu 2020 (Bešter 2008), ko se zaključi prehodno obdobje. Tako lahko širša javnost (državljeni) lažje sprejema poostrene ukrepe upokojevanja. Potrebno pa je seveda tudi zavedanje, da je reforma pokojninskega sistema le en del celote, ki lahko prispeva k spremenjenim pogojem na trgu delovne sile in vzdržnosti obstoječega sistema. Brez skladno sprejetih ukrepov na trgu delovne sile in v samem delovnem okolju lahko spremembe pokojninskega sistema delujejo kot grožnja, zato je potrebno neprestano spreminjanje celotnega sistema. Zato zgolj normativno podaljševanje trajanja obveznega zavarovanja ni dovolj, je le prvi pogoj. In odgovor na vprašanje, kako povečati delovno aktivnost v starosti nad 55 let, še bolj pa nad 60 let, je pomembna razvojna naloga in izziv Slovenije (Javornik v Pirc 2007a, 34).

Pri generacijah, ki se ali se bodo upokojevale, je pomembno, da je prehod iz dela v nedelo postopen, netravmatičen in gladek oz. da je upokojitev fleksibilnejša. Slovenska zakonodaja pozna sistem delne upokojitve oz. delo s krajšim delovnim časom za starejše zaposlene. Tako se pri nas takšna oblika zaposlitve uporablja predvsem kot prehod v upokojitev za starejše delavce in kot oblika zaposlovanja invalidov. Delna upokojitev je mogoča in je tudi oblika, ki se je vsako leto več ljudi poslužuje, vendar le majhen delež populacije. Je mehanizem, ki omogoča lažji prehod iz aktivnega obdobja v pasivno, vendar le pod določenimi pogoji. Ta mehanizem omogoča ostati v delovnem razmerju s krajšim delovnim časom po izpolnitvi pogojev za upokojitev, omogoča pa tudi reaktivacijo po uveljavitvi polne pokojnine. To pomeni, da se delavec lahko po upokojitvi vrne na delo. Delavec je lahko zaposlen le z največ polovico delovnega časa, možnosti pa niso prožnejše v smislu izbire drugačnega razmerja aktivnega dela, na primer tretjinska upokojitev in dve tretjini zaposlitve ali obratno. Tako delna pokojnina delavca, ki ima sicer dvojni status, status delavca in uživalca pokojnine, znaša polovico starostne pokojnine, do katere je delavec upravičen. Višina pokojnine tako ni odvisna od višine plače, kar pomeni da delavec, ki dela manj kot polovični delovni čas, dobi tudi manj plače. Skupni finančni znesek v takih primerih ne dosega vrednosti v višini, kot bi jo lahko sicer. Morda je majhna prožnost tega sistema eden izmed razlogov, da se zaposleni v večjem deležu ne odločajo za to obliko dela. Število delnih upokojitev počasi narašča, vendar pa je glede na skupno število starostnih upokojencev število uživačev delne pokojnine zanemarljivo majhno: v letu 2003 je bilo 50 delnih upokojencev, v februarju 2004 85 upokojencev, v decembru 2007 pa 165 upokojencev. Drugi razlogi so še nepoznavanje te možnosti in obstoj drugih načinov dela po upokojitvi, ki so morda ugodnejši za njih (Belopavlovič 2008, 559). Od tega dela se še vedno plačujejo prispevki od plače. Delodajalci bi lahko v večji meri izkoristili to možnost, saj bi s tem vsaj za nekaj časa ohranili znanje in izkušnje starejših v organizaciji in hkrati z ustreznim programom omogočili prenos znanja starejšega delavca na mlajše zaposlene. Ta sistem tudi ustrezno odgovarja na problematično situacijo zaposlovanja mladih, ki bi lahko vstopili na trg delovne sile postopoma oz. z delom za krajši čas. Na ta način bi se lahko zaposlovalo mlajše in ohranjalo delovno aktivne tudi starejše zaposlene. Nenazadnje pa delno upokojevanje zagotavlja daljše plačevanje prispevkov in s tem zmanjšuje pritiske na pokojninsko blagajno, torej je sistem, ki je koristen tudi za državo (Belopavlovič 2007a, 18).

Slovenska zakonodaja omogoča ponovno reaktivacijo že upokojenih delavcev. Posameznikom tako dopušča možnost odločitve za ponovni vstop na trg delovne sile. Vendar se v zvezi s tem pojavlja tudi vprašanje možnosti nepretrganega dela oz. vztrajanja v zaposlitvi po izpolnitvi pogojev za starostno upokojitev s pomočjo finančnih ukrepov države. Ena izmed možnosti bi lahko bila finančna spodbuda,

če bi delodajalec po dosegju pogojev za starostno upokojitvev za zaposlenega ne več plačeval prispevka v pokojninsko blagajno. Na ta način bi se zmanjšali stroški dela. Ta sredstva pa bi moral nameniti za ustvarjanje delovnih razmer za starejše zaposlene ali subvencioniranje zaposlitve mladih v sistemu delitve dela (job sharing) (Kidrič 2006, 82).

ZPIZ-UPB4 omogoča tudi delo po upokojitvi, in sicer opravljanje samostojne dejavnosti, vendar je ta možnost omejena na določene pogoje. Oseba, ki se odloči za opravljanje postranske dejavnosti, je bila do upokojitve zavarovana na podlagi delovnega razmerja in je že opravljala postransko dejavnost. V primeru, da tem pogojem ne zadostuje, lahko še vedno registrira neko dejavnost, vendar je ne sme opravljati z lastnim delom, ampak mora imeti nekoga zaposlenega za nedoločen čas. Torej oseba, ki bi po upokojitvi sama želela nadaljevati delo v tej obliki (kot s.p.) in pred upokojitvijo ni opravljala postranske dejavnosti, tega ne more opravljati, če ne želi, da nadaljevanje dela vpliva na njeno prejetanje pokojnine. 18. člen ZPIZ-UPB4 upokojeni osebi omogoča vodenje ali nadzorovanje dejavnosti, izključuje pa možnost fizičnega opravljanja dejavnosti samega upokojenca (Belopavlovič 2008, 563). Zakonske določbe v tem primeru omejujejo nadaljevanja dela upokojenih. Obstoječa zakonodaja v tem primeru lahko posledično v praksi povzroča, da se delo opravlja na črno, saj je lahko posamezniku v interesu, da tudi sam osebno, poleg zaposlenega, opravlja delo, ki pa ne bi bilo zavedeno. Prav tako so postavljeni precej zahtevni pogoji, saj predvidevajo uspešno opravljanje dejavnosti v dovolj širokem obsegu, da je lahko nekdo zaposlen za nedoločen čas s polnim delovnim časom. Zakon tako ne omogoča upokojenim, da pridobljeno znanje iz dolgoletne prakse nadaljujejo v obliki samostojne dejavnosti in si na ta način samostojno razporedijo delovni čas in uspešnost dela prilagodijo trenutnim razmeram povpraševanja in svojim lastnim zmožnostim (tako fizičnim kot mentalnim). Opravljanje te dejavnosti bi upokojenim predstavljalo možnost dodatnega zaslužka, vendar kot dopolnilo primarnemu - pokojnini, možnost socialne vključenosti, občutek koristnosti in koriščenje sposobnosti, ki jih imajo.

Iz ZRRD (Uradni list, št. 96/2002, z dne 14. 11. 2002 in ZRRD-UPB1 Uradni list, št. 22/2006, z dne 28. 2. 2006) izhaja, da zasebni raziskovalec ne more biti upokojenec. Njegovo delo v raziskovalni dejavnosti je omejeno na vlogo mentorja mladim raziskovalcem ob določenih omejitvah. Ta pravilnik omejuje dostop nekdanjim raziskovalcem ali drugim upokojenim strokovnjakom, da bi prispevali s svojimi izkušnjami v raziskovalnem delu. V teh prepovedih so lahko prizadeti visoko izobraženi in mentalno sposobni upokojenci, ki bi družbi s svojimi inovacijami in delom še lahko veliko prispevali.

2.5 Pogodbeno opravljanje dela

Delo upokojenih oseb po avtorskem ali civilnem pravu je eden izmed pomembnih mehanizmov omogočanja dela starejših v času po upokojitvi. Ker se tovrstno delo ne šteje kot delovno razmerje, načeloma ni podvrženo plačilom pokojninskih in drugih socialnih prispevkov, odvede se le del pri dohodnini. To je eden izmed načinov zakonitega dela upokojencev, možnost dodatnega vira zaslužka, možnost, da ostanejo v stiku z nekdanjim delodajalcem ali nekim tretjim, na ta način prispevajo s svojim znanjem ali izkušnjami. Tako se lahko počutijo koristne in ostajajo v socialnem družbenem življenju oz. so del njega. Mnogim upokojencem se delo po avtorski pogodbi ali pogodbi o delu zdi veliko bolj finančno privlačnejše v primerjavi z delno upokojitvijo (Milakovič 2005). Prav tako lahko delodajalci koristijo tovrstni način zaposlovanja, s pomočjo katerega lahko uporabijo znanje in izkušnje nekdanjih zaposlenih ali drugih upokojenih strokovnjakov.

Kljub ugodnim pogojem, ki jih tovrstno delo omogoča, je mogoče zaslediti tudi omejitve pogodbenega dela. Omejeno je na občasno delo za krajši čas, ki ni vključeno v sistematizacijo del. Poleg tega pa je tudi dokaj visoko obdavčeno. Bistveno pri tem je, da ne glede na mesečno opravljeno število ur pogodbenega dela upokojenec ne opravlja dela, ki ima elemente delovnega razmerja. Prav tako pa se v zvezi s pogojem 13. člena ZPIZ-UPB4 zastavlja vprašanje, v kolikšni meri je mogoče opravljati delo in zanj prejemati plačilo, če je oseba upokojena. Zakon določa, da bi se vsakdo, ki prejema plačilo najmanj v mesečnem znesku minimalne plače, moral obvezno zavarovati. Ker status zavarovanca in uživalca pokojnine nista združljiva, vključitev v pokojninsko in invalidsko zavarovanje pomeni prenehanje izplačevanja pokojnine (Belopavlovič 2008, 562).

Strokovnjaki ugotavljajo, da prihaja v praksi do nezakonitega sklepanja pogodb, ko delodajalci sklepajo z že upokojenimi delavci podjemne pogodbe po 619. členu OZ za opravljanje kratkotrajnih oz. začasnih del. V bistvu pa gre za opravljanje del na sistematiziranih delovnih mestih (npr. upokojeni zdravnik nadomešča začasno odsotnega kolega v času dopusta itd.). Belopavlovič (Belopavlovič 2008, 561) predlaga, da bi tovrstno delo bilo mogoče legalizirati skozi definicijo delovnega razmerja ali pa v obliki tako imenovanega malega dela po Zakonu o preprečevanju dela in zaposlovanja na črno (ZPDZC Uradni list RS, št. 36, z dne 26. 4. 2000).

2.6 Varnost in zdravje pri delu

ZVZD (Uradni list, št. 56/1999 in 64/2001) ustrezno opredeljuje oz. določa ukrepe, ki jih je delodajalec dolžan zagotoviti za varno opravljanje dela. Zakon pa nikjer posebej ne opredeljuje starejšega delavca, za njegovo varnost so opredeljeni posebni ukrepi v ZDR. Zakon tako ne predvideva nobenega eksplicitnega ukrepa ali programa za prilagoditev delovnih pogojev starejših. V tem primeru bi bila ena izmed ustreznih možnosti uveljavitev posebnih olajšav za organiziranje delovnega okolja, ki bi bilo primerno za delo starejših (Dernovšek 2008, 2). Finančno podprta možnost za prilagoditev delovnega mesta s strani države v sodelovanju z delodajalcem ter zaposlenim bi predstavljala vzpodbudo starejšim za lažje in daljše vztrajanje v delovni aktivnosti. Vendar pa iz 8. člena zakona ZVZD izhaja, da je potrebno delovni proces prilagoditi delavčevim subjektivnim sposobnostim, kar posredno pomeni tudi njegovi starosti. Delodajalec je implicitno zavezan, da pri delovnih postopkih upošteva tudi predloge ergonomije in medicine dela. V primeru, da zahteve dela niso skladne z zmogljivostjo delavca, po mnenju medicine dela ni potrebna zamenjava delovnega mesta, ampak razbremenitev delavca (Belopavlovič 2007b, 346).

2.7 Sodelovanje delavcev pri upravljanju

Zakon (ZSDU-UPB1 Uradni list, št. 42/2007, z dne 15. 5. 2007) omogoča odprto komunikacijo za izražanje potreb delavcev, tudi starejših. Na ta način imajo predstavniki ne samo možnost, ampak tudi odgovornost razvijati zavest o prednostih starejših delavcev za podjetje in zagotoviti, da se starost ne bo uporabljala kot negativni kriterij pri zaposlovanju in usposabljanju (Pavliha 2005). Možnost imajo sporočati potrebe starejših delavcev v zvezi z delom (npr. v zvezi z delovnim časom, prilagoditvijo delovnega mesta oz. specifične potrebe starejših), na katere lahko delodajalci utrezno reagirajo s t.i. managementom starostnikov (age management). V raziskavi zaznavanja problematike staranja prebivalstva in delovne sile med slovenskimi podjetji, ki jo je naročila Kapitalska družba in izvedla v sodelovanju z Inštitutom za management in organizacijo na Ekonomski fakulteti v Ljubljani, so podjetja, ki so imela izdelane kadrovske načrte upokojevanja zaposlenih, imele tudi delujoči sindikat in svet delavcev, preko katerega so zaposleni lahko vplivali. Seveda so na izvajanje managementa starostnikov vplivali tudi ostali dejavniki (velikost podjetja, večji delež starejših zaposlenih).

Milan Pavliha ugotavlja, da bi morala postati skrb svetov delavcev za varnost in zdravje pri delu izredno pomembna in prednostna naloga, saj so takoj za zgodnjim upokojevanjem najpogostejši vzrok za neaktivnost zdravstvene težave, izvirajoče iz dela. Prav tako bi morali sveti delavcev igrati pomembno vlogo pri sprejemanju ukrepov s področja izobraževanja in usposabljanja. Njihova naloga bi lahko bila opominjanje in spodbujanje permanentnega izobraževanja in treninga starejših delavcev, da ostanejo produktivni in tako še vedno zaželeni ter koristni za delodajalca. Raziskave namreč kažejo, da ni povezave med starostjo delavcev in njihovo produktivnostjo. Ta je odvisna predvsem od njihovih spretnosti in novih tehnoloških znanj (Pavliha 2005). Prav tako fiziološka starost nima neposredne zveze s tezami, da so starejši delavci manj prilagodljivi in manj motivirani. Razvojna psihologija dokazuje, da lahko starejši delavec dokaj neobremenjeno povezuje pretekle izkušnje z vizijami o prihodnosti. Torej v delovni organizaciji, kjer se napovedujejo spremembe, praviloma starejši delavec pričakuje, da bo pri načrtovanju sprememb lahko na primeren način sodeloval, tako preko ustaljenih institucij v posameznem podjetju kot preko mehanizmov razvitega managementa starostnikov. V takih primerih se izkaže, da starejši niso manj motivirani za spremembe, vendar pa za sprejetje novosti potrebujejo argumentiran proces. Če so njegova vprašanja, zahteve ali nejasnosti po utemeljitvi sprememb zavržena, torej je starejši izključen iz procesa spreminjanja, to lahko okrepi njegovo "opozicionistično" držo, ki je razumljena kot

neprilagodljivost, zastarelost, kar pa lahko vodi do načelnega zavračanja sprememb (Stefanoski 2007).

Za aktivno vlogo starejših ima ZSDU pomembno vlogo. Tako torej zakon omogoča osnovo komuniciranja med zaposlenimi in delodajalcem, torej tudi med starejšimi zaposlenimi, ki počasi postajajo vse večja skupina v kontingentu delovno sposobnega prebivalstva. Starejši imajo v primeru prejšnjega opisa delodajalčeve napačno razumljene nemotiviranosti ali togosti možnost, da s pomočjo kanalov komuniciranja ta način dojemanja samih sebe (starejših) ali stereotipe tudi spremenijo.

3. Sklep

V raziskovalnem delu sem postavila vprašanje vpliva zakonodaje kot normativnega okvirja in s tem podlage za delovanje in zavedanje vloge delodajalcev in širše družbe v procesu aktivnega staranja. Zakonodaja in s tem vpliv države (makronivoja) je potreben, da se spodbudi razmišljanje v smeri sprejemanja izzivov v priložnosti za starejše delavce pri delodajalcih, da se prepozna zmožnosti starejših in izkoristi njihova znanja in izkušnje. Vsi ti ukrepi so potrebni za vzdržnost socialnega sistema in obstoj splošne družbene kohezije. Ukrepi, ki sem jih proučevala v zvezi s stanjem starejših, so bili s področja zakonodaje zaposlovanja, dela, upokojevanja in ukrepi v zvezi z vseživljenjskim učenjem in aktivno politiko zaposlovanja.

Vsakršno krčenje pogojev iz pravic pokojninskega zavarovanja ali zaostrovanje pogojev za upokojitev potrebuje za sprejetost tudi ukrepe, ki bi bili s strani družbe dojeti kot ugodnosti (prožna varnost zaposlitve, razvita aktivna politika zaposlovanja, ukrepi varnosti in zdravja pri delu ...). Skozi širšo razpravo v javnosti bi bilo potrebno obrazložiti sprejemanje reform na področju zaposlovanja in pokojninskega sistema. Istočasno bi bilo potrebno prispevati k večji promociji kategorije starejših, njihovih sposobnosti, ter povečati zavedanje družbe, tako samih zaposlenih kot tudi delodajalcev in menedžerjev, o drugačnem sprejemanju starejše populacije z vidika zaposlovanja in tako povečati njihovo družbeno funkcionalnost. Hkrati bi bilo s sprejetimi ukrepi odgovorno reševati potrebe mladih, ki imajo na trgu delovne sile slab položaj, saj so tudi oni nosilci medgeneracijske pogodbe. V tem se kaže potrebno povezovanje različnih področij ministrstev za usklajeno in celovito ter uspešno izvajanje strategije aktivnega staranja v starajoči se družbi.

Zastavljeno hipotezo, da slovenska zakonodaja ne vzpodbuja daljšega vztrajanja na trgu delovne sile, ne za posameznika ne za delodajalca, lahko tako delno potrdim, delno zavrnem. S sprejetimi dokumenti in ukrepi Slovenija nakazuje potrebno delovanje v smeri večjega zaposlovanja starejših in ohranjanja stabilnosti sistema. Vendar bi bilo potrebno posamezne ukrepe nadgraditi oz. dodati dimenzijo prožnosti, omogočiti več možnosti reaktivacije že upokojenih, razviti ukrepe za spodbujanje delodajalcev za zaposlovanje starejših, razvijati predupokojitvena izobraževanja, mentorstva.

Poleg zakonskih določil je treba povečati tudi zavest družbe, da je odgovornost na vseh nas, da nadaljujemo z medgeneracijsko pogodbo in da tudi sami prispevamo za svojo prihodnost.

Za raziskovalno nalogo bi lahko podala tudi omejitve. Delo izhaja predvsem iz teorije. V veljavi so tudi drugi številni zakoni ali ukrepi, ki jih naloga ni zajela. Prav tako ponujeni odgovori glede na analizo ukrepov niso nujno tudi najbolj primerni za dejansko izvajanje, saj je razkorak med analitično podanimi ukrepi in njihovim izvrševanjem oziroma zadanimi cilji lahko velik. Posebej v primeru, ko so snovalci ukrepov posamezniki le z nekaj področij in ne širše sfere.

4. Literatura

Belopavlovič, Nataša. 2007a. *Fleksibilne oblike zaposlitve: Delna upokojitev kot možnost aktivnega staranja*. Poslovna asistenca 14 (10): 18.

Belopavlovič, Nataša. 2008. *Pravna ureditev položaja delovno aktivnih oseb po izpolnitvi pogojev za upokojitev*. Delavci in delodajalci 8 (2-3): 551-566.

Bešter, Helena. 2008. *Demografske spremembe: Ali bomo doživeli upokojitev pokojninskega sistema? Kapitalska družba pokojninskega in invalidskega zavarovanja*. Dostopno prek: http://www.kapitalska-druzba.si/_files/720/Ali_bomo_doziveli_upokojitev_bester.pdf (25. oktober 2008).

-
- Dodič Fikfak, Metoda. 2005. Prednosti zaposlitve generacije srednjih let. *Kadri* 11 (14): 53-57.
- Evropski parlament. 2008. Poročilo o vseživljenjskem učenju za znanje, ustvarjalnost in inovacije - izvajanje delovnega programa "Izobraževanje in usposabljanje 2010". Dostopno prek: <http://www.europarl.europa.eu/sides/getDoc.do?language=SL&reference=A6-0455/2008> (3. februar 2009).
- Globočnik, Nina. 2007. Demografske spremembe - staranje prebivalstva in zaposlovanje. *Dnevnik*, (31. marec).
- Ignjatovič, Miroslav. 2007. Increasing Employment of Older Workers through Lifelong Learning: Statements and comments. *Peer Review* (10-11). Dostopno prek: http://pdf.mutual-learning-employment.net/pdf/IS07/Slovenia_IS07.pdf (23. januar 2009).
- Inštitut za management in organizacijo na Ekonomski fakulteti Univerze v Ljubljani in Kapitalska družba pokojninskega in invalidskega zavarovanja. 2008. Odnos podjetij do starejših. Poročilo raziskave z interpretacijo rezultatov in priporočili. Dostopno prek: http://www.kapitalska-druzba.si/_files/655/Raziskava_odnos_podjetij_do_starej%C5%A1ih_zaposlenih_KAD.PDF (23. avgust 2008).
- Kidrič, Dušan. 2006. Spodbude delodajalcem za podaljševanje aktivnosti starejših zaposlenih. *IB revija* 40 (4): 81-82.
- Milakovič, Tanja. 2005. Za upokojeince privlačnejše honorarno delo. *Večer*, 2. december. Dostopno prek: http://bor.czp-vecer.si/Vecer2000_XP/2005/12/02/2005-12-02%20STR-05-05%20MX-01%20ZD-01-02-03-04-05-06%20PAG-V-ZARISCU.PDF (10. december 2008).
- N.M. (2006). Mlajši neizkušeni, starejši manj domiselni. *Delo*, (19. september).
- Pavliha, Milan. 2005. Sveti delavcev in spodbujanje zaposlovanja starejših. *Industrijska demokracija* 9 (12): 19-21.
- Pirc, Vanja. 2007a. Slovenija je dolgoživa družba. *Mladina*, (3. marec).
- Pušnik, Ksenja, Monika Šlebinger, Barbara Bradač in Miroslav Rebernik. 2007. *The Age as Resource: Active Ageing in Slovenia and New EU Member States*.
- Stefanoski, Peter. Socialni pogled na problematiko staranja delovne sile z vidika delovne sile. *Delo in varnost*, 52 (3): 5.
- Šlebinger, Monika, Ksenja Pušnik in Barbara Bradač. 2006. Pristopi k politiki aktivnega staranja. *IB revija* 40 (4): 74-78.
- Urad Republike Slovenije za makroekonomske analize in razvoj. 2008. Okrogla miza ob izidu Ekonomskih izzivov: povzetki poglavij. Dostopno prek: [http://www.umar.gov.si/informacije_za_javnost/obvestila_in_sporocila_za_javnost/obvestilo/zapisi/okrogla_miza_ob_izidu_ekonomskih_izzivov_povzetki_poglavij/31/?tx_ttnews\[year\]=2008&tx_ttnews\[smnth\]=-1&tx_ttnews\[pointer\]=1&cHash=53ffbc47bf](http://www.umar.gov.si/informacije_za_javnost/obvestila_in_sporocila_za_javnost/obvestilo/zapisi/okrogla_miza_ob_izidu_ekonomskih_izzivov_povzetki_poglavij/31/?tx_ttnews[year]=2008&tx_ttnews[smnth]=-1&tx_ttnews[pointer]=1&cHash=53ffbc47bf) (11. november 2008).
- Zavod Republike Slovenije za zaposlovanje. Letno poročilo 2001. Dostopno preko: <http://www.ess.gov.si/slo/Predstavitev/LetnaPorocila/lp01/pogl3.htm> (23. september 2008).
- Zgonik, Alenka. 2006. Vse več podjetij najema upokojene strokovnjake. *Zaposlovanje v Nemčiji. Delo* (19. september).

DOM ZA STARE KOT PROSTOR NADALJEVANJA MEDGENERACIJSKIH ODNOSOV

TANJA BERGANT PETRIC

študentka socialnega dela z mladimi na Fakulteti za socialno delo

Na podlagi opravljenih intervjujev prikazujem medgeneracijske odnose v družini starostnikov pred njihovo vključitvijo v dom za stare in v času bivanja v njem, vpliv medgeneracijskih odnosov na počutje starostnikov med bivanjem v domu, težave starostnikov med bivanjem v domu ter opis odnosov, ki bi pripomogli k boljšemu počutju starostnikov med bivanjem v domu za stare. Želim, da bi raziskava služila kot prispevek k večji medgeneracijski povezanosti v družinah in v družbi nasploh. K izboljšanju stanja na tem področju so usmerjeni tudi moji predlogi.

MEDGENERACIJSKA PRIMERJAVA ISKANJA OPORE V PRIMERU TEŽAV V PARTNERSKEM RAZMERJU

META NOVAK

študentka sociologije vsakdanjega življenja na Fakulteti za družbene vede

Analiza socialnih omrežij postaja v zadnjem času eno najbolj uporabljenih orodij za analizo družbenih pojavov. Najpomembnejši vidik raziskovanja socialnega omrežja je povezan s področjem socialne opore. V pričujočem prispevku analiziramo emocionalno oporo, za katero je bil uporabljen generator imen: "Recimo, da vas tarejo problemi v odnosu z možem/ženo/partnerjem, ki jih sami ne morete razrešiti. Na koga bi se obrnili za pomoč, nasvet". Podatke so izbrali študentje Fakultete za družbene vede pri predmetu Osebna omrežja in študentje 1. letnikov Sociologije kulture na Filozofski fakulteti pri pouku Metodologija v šolskem letu 2008/2009. Osnovno raziskovalno vprašanje, ki smo si ga postavili je: kdo daje emocionalno oporo, kakšna je vloga družine, prijateljev in sosedov ter drugih virov socialne opore. Raziskovalno vprašanje smo opazovali v odvisnosti do dveh neodvisnih spremenljivk spola in starosti.

MEDGENERACIJSKO PRENAŠANJE ZNANJ V POVEZAVI Z NOVIMI TEHNOLOGIJAMI

GAŠPER STRNIŠA

študent informatike v organizaciji in managementu na Fakulteti za organizacijske vede

V procesu izobraževanja, je predvsem poznana oblika prenašanja znanj iz starejše generacije na mlajšo, vendar živimo v času, kjer bi se tudi starejši lahko veliko naučili od mlajših in od tega imeli določene koristi. Mišljeno je predvsem področje informacijsko komunikacijske tehnologije, katero po podatkih uporablja le majhen odstotek starejšega prebivalstva. V tem delu so predstavljeni statistični podatki o uporabi IKT, načini za doseganje povišanja uporabe, možnosti uporabe in priložnosti, s katerimi se lahko celo poviša osebne dohodke. Na koncu je navedenih celo nekaj konkretnih primerov uporabe interneta v dobičkonosne namene, v zaključku pa tudi primer dobre prakse medgeneracijskega sodelovanja.

MEDGENERACIJSKA SOLIDARNOST V POSTMODERNI DRUŽBI

IGOR ŠIŠKA

študent analitske sociologije na Fakulteti za družbene vede

S sledečo raziskavo sem poskušal predvsem prikazati nekatere mehanizme predvsem pa izpostaviti nekatere probleme in stereotipe, ki se pojavljajo v okviru procesov medgeneracijske solidarnosti v postmoderne družbi tveganj in hitrih sprememb. Raziskave sem se lotil na dveh nivojih in sicer na nivoju institucije družine ter na formalno-institucionalni ravni moderne države. Pri raziskovanju sem se poslužil predvsem teoretske analize katero sem osvetlil oziroma utemeljil z analizami empiričnih podatkov zbranih s kvalitativno metodo intervjuja. Intervjuji so bili delo skupine treh raziskovalcev oziroma raziskovalk: Marjance Feltrin, Andreje Pahor ter Igorja Šiška.

VSEŽIVLJENJSKO UČENJE, OS MEDGENERACIJSKEGA SODELOVANJA

JANJA TURK

študentka managementa na Fakulteti za management Koper

Medgeneracijsko sodelovanje in povezovanje ljudi različnih starostnih skupin postaja, zaradi podaljševanja življenjske dobe in posledično porasta števila starejše populacije, vse pomembnejše. V članku želim izpostaviti številne koristi sodelovanja med mlajšo in starejšo populacijo. Pozitivni učinki povezanosti mlajših odraslih, torej najstnikov in starejših odraslih, upokojujencev, so zelo zaželeni, in sicer: dvigujejo raven splošne izobraženosti, omogočajo prenos in izmenjavo znanja in izkušenj, krepijo medsebojne odnose, povečujejo zavedanje o medsebojni koristnosti, pomoči in poudarjajo čut do sočloveka, spodbujajo druženje in povečujejo življenjske aktivnosti ter zmanjšujejo občutek osamljenosti. Nasploh lahko trdim, da je medgeneracijsko sodelovanje potrebno in omogoča delovanje v skladu z zahtevami strategije vseživljenjskega učenja. V Sloveniji bi zato morali vzpostaviti programe, ki bi se strokovno ukvarjali z medgeneracijskimi skupinami.

PRIPISOVANJE STEREOTIPOV KOT PREDSDOKOVNI RAZLOG ZA NEVZPOSTAVLJANJE ODNOSOV

MAJA TRUDEN

študentka trženja komuniciranja in odnosov z javnostmi na Fakulteti za družbene vede

Moj namen je bil raziskati kakšno je sodelovanje med generacijami. V tej raziskavi sem skušala ugotoviti ali se generacije med seboj družijo, kakšno je to druženje, kaj je ključno za vzpostavljanje odnosov med generacijami in kako se generacije doživljajo in čutijo med seboj. Za to raziskavo sem uporabila metodo opazovanja, intervju, anketo in fokusne skupine. Ugotovila sem, da je samo razmišljanje in dojetje lastne generacije ključno za to, ali bomo vzpostavljali odnose z drugo generacijo. Generacije imajo veliko stereotipov o svoji generaciji, ki jih drugim generacijam preko svojega vedenja in izražanja posredujejo ter se vedejo v skladu s pričakovanji in predsodki o svoji generaciji. Tu pa tičijo vzroki za nesodelovanje z drugimi generacijam, kljub temu, da sem v raziskavi ugotovila, da si vse generacije želijo več druženja in medgeneracijskega sodelovanja.

IZZIVI POMOČI SKUPNOSTI IN PREMAGOVANJE MEDGENERACIJSKE VRZELI

MITJA FERENC

študent splošne medicine na Medicinski fakulteti v Mariboru

Kot posledica staranja prebivalstva in razvoja medicine so srčno žilna obolenja postala prevladujoč zdravstveni problem v skupnosti. Študentje medicine smo si s projektom Zdrava veselica zastavili cilj vplivati na dejavnike tveganja, hkrati pa s prijetnim druženjem vzpostaviti vez med mlajšimi in starejšimi generacijami. Delo v bolj ali manj kronološkem smislu obsega vse od ideje in uradne verzije zastavljenega projekta do same izvedbe; omenja nekatere težave, s katerimi smo se soočili, bogate izkušnje, ki smo jih pridobili, še najbolj pa poudarja našo energijo in zanos, s katerim smo se podali na pot izzivom pomoči skupnosti in premagovanja medgeneracijske vrzeli. Jasno in glasno: splačalo se je!

DIETA 1.0

VITO SEMIČ in ANDREJ ŠINIGOJ

študenta informatike na Tehniškem šolskem centru Nova Gorica

Predstavljena je računalniška aplikacija, ki je plod raziskovalnega dela v toku študija in izhaja iz osebnih potreb enega izmed avtorjev. Aplikacija je namenjena bolnikom za diabetesom v vseh starostnih obdobjih, katera je z prikazom kalorij lahko uporabljena tudi kot pomoč pri izvajanju različnih oblik diet. Aplikacija nam nudi dnevnik krvnega sladkorja in inzulina, ter izbiro obrokov in kalorij. Mladi bi na TŠC Nova Gorica na osnovi te aplikacije in izkazane podpore s strani pristojnih organizacij (zdravstvenih delavcev itd.) radi organizirali nekaj delavnic in predstavitev za zdravstvene delavce in starejše ljudi, v katerih bi prikazali uporabo programa in pomagali starejšim pri učenju uporabe tega programa.

NA POTI K STROKOVNOSTI: od prostovoljke na področju dela s starimi do zavedanja o pomembnosti znanja za strokovnost in prihodnost družbe

MOJCA GRUŠOVNIK

študentka socialnega dela na Fakulteti za socialno delo

Priložnosti za učenje so povsod. Prostovoljno delo je ena izmed njih in nudi veliko možnosti: kvalitetno preživljanje prostega časa, soočanje s svojimi pomisleki in strahovi, učenje zase in za druge ter vgradnjo nekaj pozitivnega v čas drugega. Prostovoljno delo se pojavlja na veliko področjih in eno izmed njih je področje dela s starimi. Stari so del družbe, ki zahteva posebno pozornost in znanje ter zavedanje, da so del, od katerega se lahko mlajše generacije učimo tudi za svojo prihodnost, v katero vstopamo. V njej bo zelo pomembna stopnja medgeneracijske solidarnosti, saj se delež starih ljudi povečuje. Za medgeneracijsko solidarnost in sožitje bo potrebnega veliko znanja, idej in zavedanja vseh značilnosti generacij. Z delom lahko začne vsak posameznik, eden izmed načinov za to pa je prostovoljno delo, tako priložnost zase in za druge, kot tudi osnova za znanje za strokovnost.
