

kakorkoli srečujejo z ljudmi, ne le bolnimi, dementsnimi in depresivnimi starimi ljudmi, in sicer tako, da bi izboljšali kakovost svojega poklicnega dela. Ker so se nekateri avtorji v zborniku dotaknili tudi jezika (govorice) duševne prizadetosti v javnosti, so med vrsticami povedali resnico o nesorazmerjih, ki pestijo sodobno civilizacijo. Kakovost bi bilo mnogo lažje doseči, če bi lahko ljudje izbrali poklic, ki jih veseli, in če v obdobju aktivnega poklicnega življenja ne bi prihajalo do tako velikih razkorakov med osebnim / zasebnim življenjem in poklicnim delom. Način, kako sodobnik v javnosti govori o demenci in depresiji, kar kliče po tem, da bi bilo treba obnoviti oz. povečati prostor komunikacije in sploh razvijati občutek za prostor. Kljub vsem mogočim navigacijskim pripomočkom, ki jih človeku ponuja sodobna tehnologija, bo v prihodnosti vedno več demence, duševne prizadetosti in depresije, če se ne bodo v temelju premaknili vrednostni kazalci in se ne bo začel spreminjati odnos do demence in duševne prizadetosti. Zbornik je tudi pobuda za to, da bi postala oskrba širši pojem kot zgolj institucionalna oskrba v posebnih ustanovah. Ker se v zborniku veliko govori o duhovnosti v povezavi s cerkvami, to lahko razumemo kot izraz potrebe, da se pojem oskrbe vključi tudi v oblikovanje verskih skupnosti in da cerkve prizadetih ne bi izločale ali stigmatizirale ali zanje pripravljale posebnih obredov, kakor da običajna bogoslužja zanje niso več dobra ali kakor da dementsni in drugače prizadeti ljudje niso več sposobni prisostvovati običajnim bogoslužjem. Tu gre tako za jasnejše razlikovanje med religioznostjo in duhovnostjo kot tudi za večjo pozornost verskih občeštev do izobraževanja o potrebah starih ljudi. Zato se v zborniku pojavlja tudi vprašanje o zdravi cerkvi. Eina od predavateljic na konferenci je rekla, da je zdrava *vključujoča cerkev*, o kateri govori apostol Pavel v Prvem pismu Korinčanom (12,14–26). »*Prav je, da so vsi ljudje, prizadeti in ne-prizadeti, usposobljeni za to, da postanejo pravi člani verskega občestva*« (str. 238). MacKinlayjeva nadaljuje: »*Praktična oskrba*

se ne more spremeniti, dokler ne bomo pokazali, da razpolagamo s solidnim bazičnim znanjem in modeli oskrbe na področju pastoralne in duhovne oskrbe« (str. 238). Če je zbornik na eni strani zares koristen pripomoček pri razumevanju današnjega stanja, večina avtorjev ugotavlja, da primanjkuje bazičnih znanj, da bi lahko bistveno spremenili duhovno oskrbo oz. jo vključili v kurikulum profesionalne oskrbe. Današnja dognanja kličejo po novih (predvsem kvalitativnih) raziskavah, ki so bolj prožne v postavljanju vprašanj in v medsebojnem poslušanju. Prakso je težko spreminjati tudi zato, ker so podatki, pridobljeni s kvalitativnimi raziskavami, v znanosti še vedno obravnavani kot ne dovolj objektivni in manj pomembni.

Anton Mlinar in Barbara Oražem Grm

Oswald, Wolf D., Gerald Gatterer in Ulrich M. Fleischmann (2008). *Gerontopsychologie. Grundlagen und klinische Aspekte zur Psychologie des Alterns*. Berlin: Springer. 266 str.

GERONTOPSIHOLOGIJA

Literature s področja gerontopsihologije ni ravno na pretek. Če kdo npr. išče po ključnih besedah v cobissu, ta izraz sploh ne bo imel zadetkov. Tudi iskanje vzporednih pojmovnih zvez, kot sta npr. psihologija staranja ali psihologija starih, ni vzpodbudno. Poglavitni razlog za to je najbrž v tem, da je psihologija staranja še eno nediferencirano področje psihologije, pri čemer si psihologija pri starih ljudeh postavlja vprašanja podobno kot pri mladih ali ljudeh v srednjih letih. Ni pa to edini vzrok. Izraz *gerontopsihologija* tudi ni splošno sprejet. Ian Stuart I Hamilton poleg tega izraza omenja še dva druga: psihogerontologija in geropsihologija (I Hamilton, Ian Stuart. 2006. *Psychology of Aging*. London: Jessica Kingsley, str. 269). Podobno jo opredeljuje Nancy Hooyman v svoji leta 2008 izdani Socialni gerontologiji (*Social Gerontology: A Multidisciplinary Perspective*. Needham Heights:

Allyn & Bacon). Do podobnih rezultatov bi najbrž prišli pri mnogih drugih avtorjih. Knjiga, ki jo tu predstavljam, izhaja iz teoretičnega in praktičnega ozadja zelo znanega Inštituta za psihogerontologijo Univerze v Erlangenu (<http://www.geronto.uni-erlangen.de/index.shtml>), ki je v nemškem prostoru poskrbel, da se je izraz v tem jezikovnem prostoru splošno uveljavil. Knjigo s tem naslovom je prvič izšla že leta 1983 in je pomenila veliko novost. Takrat se je zdelo, da je razprava o posebni psihologiji starih ljudi še stvar prihodnosti, danes pa, podobno kot na mnogih drugih področjih, starost in staranje že močno narekujeta dinamiko obravnavanja vprašanj, povezanih s posameznimi obdobji človeškega življenja. Knjiga ima isto strukturo kot pred petindvajsetimi leti, a je sedaj dopolnjena in posodobljena z novimi spoznanji, doseženimi na področju farmacevtskih in nevrofizioloških raziskav. Med avtorji posameznih delov te monografije jih je tudi nekaj, ki niso člani omenjenega inštituta v Erlangenu. Sicer pa že bežen pogled na šifrant, ki ga ponuja spletna stran omenjenega inštituta, pove, da ima v Nemčiji teoretično in praktično delo na tem področju že dolgoletne in razvejane izkušnje.

Življenjski moto prvega avtorja te knjige, Wolfa D. Oswalda, je: *Starost je prihodnost*. Po tem, pravi, se morajo danes usmerjati vsi poklici na področju psihosocialnih storitev. Stari ljudje bodo v prihodnosti ne le mnogo številnejši, pač pa bo bolj kompleksna tudi problematika duševnih in duhovnih vprašanj, povezanih s starostjo. Vedno pomembnejša bodo vprašanja o tem, kako pomagati starim ljudem, da bi ostali čim dlje samostojni. Z zdravstvenopolitičnega zornega kota je to na poseben način povezano z mrežo dovolj diferenciranih socialnih in psiholoških storitev, ki ne bodo daleč od kraja, kjer stari ljudje živijo. To se nekako dotika prestrukturiranja celotnega človeškega okolja.

Staranje je razvojni proces, ki postavlja posameznikom zelo izrazite zahteve po prilagoditvi.

Govoriti o prilagajanju v starosti se zdi absurdno, a le, če se starost obravnava pretežno kot biološki proces z bolj ali manj jasno zarisanim potekom. Danes je starosti več vrst. Oswald Wolf govori o veliki variabilnosti starosti znotraj posameznika in tudi med starimi posamezniki z ozirom na njihovo zdravstveno stanje, mobilnost in naloge, ki si jih zadajajo in ob katerih rastejo. Oswald Wolf se že desetletja ukvarja z vprašanjem starih ljudi v prometu. Opaža, da med posamezniki, ki se znajdejo v prometu, skoraj ni primerjave (str. 3). Raziskave med starimi ljudmi kažejo na velike kognitivne rezerve starajočih se možganov in na posebno spretnost starostne inteligentnosti v razmerju do inteligentnosti mladih, kot npr. pri uporabi prilagodljivih vedenjskih strategij ali na področju čustvene inteligence, o čemer sicer starostni stereotipi govorijo povsem drugače. Telesna in duševna ter zlasti duhovna moč nikakor niso odvisne od linearnega otrdelega procesa razgradnje, temveč so med posamezniki različne glede na to, ali je posameznik pripravljen spopadati se z nalogami, ki ga čakajo, kakšne kompenzacijske strategije je razvil in koliko časa porabi za vajo in prilagajanje novim razmeram. To sicer ne pomeni, da se je psihologija doslej motila o starosti ali da je starost zaradi procesov staranja manj izpostavljena izkušnjam izgube in upadanju potencialov. Nasprotno, psihologija v novi vodilni podobi *aktivnega starega človeka* ne vidi niti novega pravila niti ne preproste rešitve staranja, pač pa si kritično postavlja vprašanje o tem, če in na kakšen način je tudi sama prispevala k temu, da je *uspešno staranje* postalo nekakšna dogma. V realnem družbenem okolju je podoba drugačna: mnogo manj je *uspešnega staranja* in mnogo več je družbene neenakosti. Tradicionalni gerontologiji so se zdele primerjave med udeležbo v družbenih procesih ter osebnem procesu staranja in domnevnih zdravstvenih priložnostih pri starih ljudeh tako rekoč upravičene, to pa je odvrčalo pogled od resničnih problemov starosti in staranja v prihodnosti.

To je motiv za nastanek knjige, ki je že leta 1983 v podnaslovu govorila o psihologiji starih ljudi. Oswald Wolf je novo izdajo pospremil z mislijo, da hoče knjiga času primerno povedati, da je mogoče o psihogerontologiji govoriti hkrati na znanstven način in tudi tako, da modne silnice, kot je npr. tudi fraza *uspešno staranje*, avtorjev ne bi odvrnile od tega, da predmeta ne bi predstavili na način, ki je vsem razumljiv in hkrati dovolj nov, da ne bi prišlo do nepotrebnih zamenjav. Bralec bo zlahka ugotovil, da je to avtorjem v knjigi povsem uspelo.

Knjiga ima trinajst poglavij. Prvih šest je bolj teoretskih in obravnavajo različne med seboj povezane gerontopsihološke teme, ki ohranjajo stil posameznih avtorjev, naslednjih sedem poglavij pa je bolj praktično usmerjenih.

Prvi avtor knjige, Wolf D. Oswald, najprej predstavi naslovno temo, gerontopsihologijo, osnovne probleme in perspektive te vede (str. 1–12). Posebej obravnava psihološki razvoj starih, njihove kognitivne sposobnosti in njihovo duševno odzivnost. Meni, da je kognitivna kondicija pri starem človeku premosorazmerna s preventivnimi in terapevtskimi možnostmi. Nalogo gerontopsihologije vidi v poglobljenem študiju starostno pogojenih zmanjšanih spoznavnih zmožnosti. Pod tem vidikom predstavi tudi zgodovino vede in njeno perspektivo.

V drugem poglavju Rolland Ruprecht predstavi psihološke teorije procesa staranja (str. 13–26). Naslanja se na uvodno poglavje in pokaže na nekatere dosežke v psihologiji starosti in staranja iz preteklosti, npr. Havighurstovo terijo osebnosti in Eriksonove razvojne stopnje. Gre za klasično prepričanje psihologov, ki ga podpirajo tudi sodobna nevrolška spoznanja, da na isti ravni obstajata t. i. deficitni model in model usposobljenosti in da model usposobljenosti pomeni, da se krivulja psihološke pristojnosti oziroma usposobljenosti z aktivnim, kontinuiranim in selektivnim optimiranjem spoznavskih možnosti s starostjo še vedno dviga. V tretjem poglavju Ulrich M. Fleischmann

razpravlja o inteligenci, učenju in mišljenju (str. 27–42), izpostavlja relativno nasprotje, ki ga na tem področju predstavljajo različne teoretske konstrukcije o inteligenci, in poudarja, da človek v večini primerov ohranja sposobnost učenja vse do visoke starosti. Večji del možganov kljub upadanju zmožnosti ostaja nedefiniran in torej v bistvu odprt za novosti (Lutz Jäncke).

Posebno poglavje v gerontopsihologiji so človekove spominske zmožnosti. Wolf D. Oswald v četrtem poglavju (str. 43–58) predstavi različne vidike spominjanja in spominskih zmožnosti. V svojem prispevku pojasni zlasti tri vidike spomina: reflektivno obdelavo informacij, njihovo shranitev in njihov ponovni priklic v spomin. Thomas Gunzelmann, strokovnjak za vprašanja demence, v podobnem smislu razpravlja o »merljivosti« starosti (str. 59–78). V nevrologiji danes prevladuje prepričanje, da je staranje večdimenzionalno dogajanje in da podatki, pridobljeni z meritvami, kažejo na različno intenzivnost na področju staranja, razpoložljivih energij in razvoja osebnosti. Z energijami niso mišljene količine, pač pa sposobnosti in spretnosti človeškega spominjanja oziroma reflektivnega obravnavanja svojih znanj in svojega položaja v družbi. Ideal predstavlja človek, ki v teku življenja aktivno vpliva na razmere in čuti težo svojih besed in dejanj. Nasprotno temu so prizadeti zlasti tisti, ki niso dali slišati svojega glasu, niso tvegali v dejanjih in jih v življenju v nekem trenutku nihče več ne posluša. Gunzelmann v svojem prispevku predstavi v Nemčiji zelo znan Nürnberški starostni arhiv, ki zaradi obsežnosti še vedno velja za pomembno orodje ocenjevanja sodobnih dosežkov na področju raziskovanja demence.

Naslednji dve poglavji, *Socialna psihologija staranja* (str. 79–101) in *Psihološka preventiva, terapija in rehabilitacija* (str. 102–128), je napisal Heinz Jürgen Kaiser, sicer tudi direktor Inštituta za psihogerontologijo v Erlangenu. Njegovo področje je socialnopsihološko raziskovanje staranja in razvijanje perspektiv gerontopsihologije, na drugi strani se spopada s stereotipi

staranja, ki še vedno igrajo pomembno vlogo pri oblikovanju identitete starih ljudi. Po njegovem mnenju so stari ljudje bolj *dejavni* pri ustvarjanju stereotipov kot druge starostne skupine, čeprav se zdi njihov očitek mlajšim, češ da jih ne razumejo ali ne upoštevajo, upravičen. To na svojevrsen način vpliva na položaj starih ljudi v družbi ter na razvijanje družbenih vlog po upokojitvi. Po avtorjevem mnenju gre za pomembno raziskovalno področje, ki že na prvi pogled govori o odločilni vlogi družine in družinskih odnosov v življenju vsakega človeka.

Kaiserjev že omenjeni drugi prispevek, *Psihološka preventiva, terapija in rehabilitacija*, v knjigi začne drugi, bolj praktični del razprav. V tem prispevku predstavi nekatere možnosti psiholoških znanj v praksi. Kaiser osvetli predvsem možnosti in koristi t. i. interventne gerontologije (nem. Interventionsgerontologie), ki je po njegovem sicer kombinacija metod in tehnike psihoterapije. Podobno kot je psihologija v drugih življenjskih obdobjih predvsem preventivna veda, ki praktično shaja brez predpisovanja zdravil ali drastičnih ukrepov, je tudi v starosti njena naloga razvijati koncepte preprečevanja škode in pomagati oblikovati psihosocialna *orodja*, ki bi stare ljudi spodbujala, da bi si krepili telesno, duševno in duhovno zdravje.

Andreas Ackermann in Wolf D. Oswald v osmem poglavju razvijata naprej perspektivo prejšnjega poglavja in razpravljata o treh zdravstvenih ciljih oz. o treh oblikah psihološke preventive: *Ohraniti samostojnost, preprečiti, da bi postal odvisen od drugih in preprečevati demenco* (str. 129–140). V poglavju predstavi projekt SimA (Selbstständig im Alter), njegova spoznanja in psihološka orodja za vaje v spominjanju. Projekt je obrodil izjemne sadove. Na osnovi spoznanj tega projekta je bilo objavljenih že veliko znanstvenih in strokovnih del, razvile pa so se tudi številne praktične vaje v spominjanju in obvladovanju pozabljivosti. V naslednjem poglavju nato s tega vidika Gerald Gatterer razpravlja o demenci (str. 141–172), ki

se je stari ljudje najbolj bojijo. Gatterer trdi, da je treba k starostni demenci pristopati z vidika normalnih kognitivnih sprememb pri starem človeku, da bi si lahko kasneje postavili bolj diferencirana vprašanja o tem, kakšne so kognitivne spremembe pri bolezenski sliki demence in kako zaznati prve simptome te bolezni. Njegov cilj je ne le razvijati praktične vaje spominjanja in reflektivnega dela z informacijami, ki nenehno zasipajo človeka, pač pa tudi izpopolnjevati psihološko diagnostiko, ukrepati z nemedikamentoznimi kognitivnimi in psihosocialnimi metodami ter postavljati rehabilitacijo v običajen/normalen socialni prostor, kjer so na razpolago ustrezne in demencnemu človeku bolj primerne terapevtske metode.

Kaj pomeni psihološka storitev nega, v desetem poglavju pojasni Gabrielle Neubauer in Gerald Gatterer (str. 173–194). V razpravi predstavita različne modele psihološke pomoči, pri čemer razumeta psihološko pomoč kot dialoški oziroma komunikativni proces. Ta se ne odvija samo med terapevtom in starim človekom, ki potrebuje pomoč, pač pa med vrstniki (starimi ljudmi) in na poseben način med generacijami (medgeneracijska solidarnost). Avtorja poudarjata, da so pomembni nenehen proces ocenjevanja, vrednotenje, stimulacija, pa tudi druge neinvazivne metode, kot sta aromaterapija in kinestetika (= razvoj zdravja skupaj z razvijanjem človekove aktivnosti). Sabine Engel v enajstem poglavju (str. 195–212) pokaže, da sta interakcija in komunikativni proces predvsem stvar širše družine. »Svetovanje sorodnikom z namenom izboljšati položaj dementne osebe, za katero sorodniki skrbijo, je eno osrednjih vprašanj gerontopsihologije.« Sorodniki, ki so najbolj pomemben humani vir psihogerontološke pomoči v družbi, so neredko pod velikim pritiskom domačih razmer in zato tudi bolj podvrženi različnim obolenjem. Tega se širša družba premalo zaveda.

V dvanajstem poglavju se Christoph Rott in Dagmara Wozniak v svojem prispevku (str. 213–235) vprašujeta, zakaj nekateri ljudje ži-

vijo dlje. Predstavita različne tipe raziskav o dolgoživosti, osredotočita pa se na psihološke dejavnike dolgoživosti, kot so vzdrževanje kognitivne kondicije (zdrava radovednost in učljivost), razvijanje samopodobe, subjektivno diferencirano stališče do svojega zdravja, zadovoljstvo v življenju, vedenjske navade, življenjski stil in pogojenost s spolom. Seveda pri tem ne pozabita na družbene dejavnike, kot so družinsko življenje, družbeni položaj, družbena podpora, dostopnost do zdravstvenih storitev ipd. Znova poudarita, kako pomembno je, da so stari ljudje *slišani* in da znajo tudi sami *poslušati*. Ne pozabita tudi omeniti nekaterih dejavnikov, ki skrajšujejo življenje, a se pri tem ne zadržujeta. V vseh pogledih je zanju najbolj sumljivo kajenje. Avtorja pokažeta tudi nekatere novejšje teoretične modele dolgega življenja, ki jih razvijajo nekateri specializirani centri po svetu. Značilna za nove interpretacije dolgoživosti je integracija različnih dejavnikov, integrativna vloga pa je ena osrednjih nalog gerontopsiholoških storitev.

V zadnjem poglavju Gerald Gatterer razmišlja o smrti (str. 237–255). Smrt in umiranje vstopata v središče zanimanja zaradi sprememb v družbenem življenju. Poglobljena znanstvena refleksija na tem področju je vseeno možna le pogojno, saj je doslej na razpolago malo podatkov. Skrb zbujajoča je dnevna zdravstvenopolitična razprava, ki prinaša na to področje več nejasnosti kot jasnosti. Avtor se zavestno omeji do politično motiviranih razprav in se posveti številnim drugim dejavnikom, kot so verski, psihološki, medicinski, filozofski, sociološki in ekološki. Glede na prejšnja obdobja, v katerih je bila smrt predvsem družinski dogodek, in glede na to, da je danes smrt vse bolj vprašanje zdravstvene politike, vidi v pravkar omenjenih dejavnikih nekakšne vzrode za ukrepanje. Ne gre za ukrepe v pravem pomenu besede niti ne za recepte, metode ali razvijanje novih zdravil, pač pa za spremljanje do praga smrti. Avtor govori o vlogi gerontopsihologije v okviru hospica in paliativne

nege (in obratno). Vloga gerontopsihologije v današnji tehnični kulturi je razviti novo filozofijo umiranja. Kot rečeno, težišče ni več ukrepanje, pač pa spremljanje, lajšanje trpljenja, hranjenje, pomoč pri dihanju, duhovna in duševna pomoč, pa tudi svetovalna podpora sorodnikom.

Knjiga je zamišljena kot priročnik za strokovnjake v gerontologiji in za psihologe, ki se ukvarjajo s starostjo in staranjem. Glede na jezik, nazorno delitev tematike in prikaz praktičnih modelov je knjiga namenjena tudi poklicem v zdravstvu in socialni in še komu. Knjiga je namreč pregledna, znanstvena utemeljenost pa ne ovira razumevanja, postavljanja vprašanj in ustvarjalnega iskanja novih poti. Ker knjiga na eni strani spodbuja razvoj poklicev v delu s starimi ljudmi, na drugi strani na času primeren način opredeljuje trajne rešitve, spodbuja pa tudi strokovne in znanstvene kroge, da si ustvarijo teoretično bazo za bolj kakovostno delo, zasluži najvišjo oceno.

Anton Mlinar

Vertot Nelka (2008). *Prebivalstvo Slovenije se stara - potrebno je medgeneracijsko sožitje*. Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije, november 2008, 71 str. http://www.stat.si/doc/pub/Staranje_prebivalstva_slo.pdf

PREBIVALSTVO SLOVENIJE SE STARA

Leta 2005 je Evropska komisija v Zeleni knjigi *Odziv na demografske spremembe: nova solidarnost med generacijami*, pozvala k nujnosti razvoja novih oblik solidarnosti med generacijami z medsebojno podporo in prenosom znanja in izkušenj. Pred kratkim, 29. aprila, smo praznovali 1. evropski dan solidarnosti med generacijama, na ravni EU potekajo prizadevanja, da se leto 2012 razglasi kot evropsko leto aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti, v času slovenskega predsedovanja Evropski uniji, sta slovensko predsedstvo Sveta EU in Evropska komisija aprila 2008 organizirala odmevno konferenco o medgeneracijski solidarnosti za družbe sožitja in