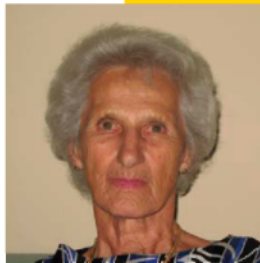


Kakovostna starost

REVIJA ZA GERONTOLOGIJO IN MEDGENERACIJSKO SOŽITJE
LETNIK 14 (2011), ŠTEVILKA 2



INŠTITUT ANTONA TRSTENJAKA

KAKOVOSTNA STAROST

letnik 14, številka 2, junij 2011

KAZALO

UVODNIK (Introductory)

- 1 Jože Ramovš

ZNANSTVENI IN STROKOVNI ČLANKI (Scientific and expert articles)

- 3 Jože Ramovš: Potrebe, zmožnosti in stališča starejših ljudi v Sloveniji: Predstavitev raziskave prebivalstva Slovenije starega 50 in več let
22 Božidar Voljč: Epidemiološka tranzicija in spremenjena narava staranja
27 Urška Končan: Kako generacije doživljajo druga drugo

IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE (Review of gerontological literature)

- 37 Socialna gerontologija (Simona Hvalič Touzery)
39 Ključni koncepti v socialni gerontologiji (Simona Hvalič Touzery)
40 Usklajevanje poklica in zasebnega življenja v negi (Tanja Pihlar)
42 Prostovoljstvo v domu Petra Uzarja (Klemen Jerinc)
44 Priročnik o demenci (Tanja Pihlar)
46 Presojanje družbenih konfliktov se s starostjo izboljša (Martina Starc)
47 O staromrzništvu v Veliki Britaniji (Tanja Pihlar)
50 Globalni vidiki staranja (Martina Starc)
52 Metulji otrok (Majda Brumec)
54 **Drobci iz gerontološke literature** (Martina Starc, Mojca Slana, Klemen Jerinc, Tanja Pihlar)
59 **Gerontološki dogodki** (Mojca Slana)

GERONTOLOŠKO IZRAZJE (Glossary of gerontology terms)

- 60 Jože Ramovš: Potrebe v starosti

SIMPOZIJI, POSVETI (Symposiums, workshops)

- 65 Zdravo in aktivno staranje za vse Evropejce »II«, VII. evropski kongres Mednarodne zveze za gerontologijo in geriatrijo (IAGG) (Martina Starc)

INTERVJU (Interview)

- 70 Helena Žigon in Božidar Voljč: Tek mi pomeni sprostitev, svobodo in užitek

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV (Reflections from the intergenerational programmes)

- 74 Barbara Tehovnik: Kakovostna mladost – Potenciali mladinskih organizacij na področju sodelovanja in sožitja med generacijami

KLASIKI O STARANJU IN SOŽITJU GENERACIJ (Classics on ageing and good intergenerational relations)

- 79 Martina Starc: Cvetje v jeseni: Tavčarjeva pozna ustvarjalnost

V tej številki je med klasiki o staranju in sožitju prikazan Tavčarjev roman *Cvetje v jeseni*. V oči zbode, da je pred slabimi sto leti (Tavčar je roman napisal med prvo svetovno vojno) bilo mogoče o 38-letnem krepkem moškem pisati kot o starem človeku. To kaže, kako se je od tedaj podaljšalo življenje in kako nam danes staromrzniški stereotip brani, da bi imeli za starega dvakrat starejšega 76-letnika. Literarni kritiki pa vidijo globljo osnovo tega romana: Tavčar je doživljal, da tedanja družba pod vodstvom pomehkuženega in skorumpiranega meščanskega sloja nazaduje in je iskal rešitve v idealističnem slikanju močnega kmečkega srednjega sloja.

Danes tudi doživljamo vrsto kriznih pojavov. Najbolj vidna je ekonomska kriza. Pod njo je etična kriza socialne poštenosti in solidarnosti. Nevarna je demografska kriza – ljudska modrost pravi, da »*Bog vse odpusti, ljudje včasih kaj malega, narava pa nikoli ničesar*«. Zakonitosti pri rojevanju in vzgoji otrok ter pri oskrbi onemoglih starih ljudi ni mogoče izigrati ne z javnim mnenjem ne z zakonodajo močnih skupin ne z denarjem milijonarjev. Z materialnim in telesnim, duševnim, duhovnim in socialnim zdravjem družine ne gre eksperimentirati, ker povzroči prehude posledice zlasti na mladem rodu in na starih ljudeh. V družini razvijamo svoje najdragocenejše socialne imunske zmožnosti samopomoči in solidarnosti; npr. starševski par, ko se pol stoletja brusi v medsebojnem sožitju, dve desetletji z vzgojo otrok, ob boleznih vsakega od družinskih članov, z oskrbo onemoglih starejših. Družina v današnjih razmerah nujno potrebuje javno pomoč pri svojem nenadomestljivem družbenem poslanstvu – strokovno, politično in kulturno ali medijsko pomoč. Današnji starši srednje generacije so obremenjeni kot nihče drug v družbi časovno, ekonomsko in v bivanjski skrbi za otroke. Kot nihče drug v družbi je družina časovno, ekonomsko in v bivanjski odgovornosti obremenjena z oskrbo onemoglih starih ljudi. Kar dve tretjini onemoglih starih ljudi je v domači oskrbi, v domovih za stare ljudi je nastanjenih ena tretjina. Javno pomoč in nego na domu nudijo v sosednjih evropskih državah deset krat več ljudem kakor pri nas. Spoznanja o tem, da je družina odločilna usoda za življenjsko usmerjenost otrok in za srečno starost, so znana, o tem enoumno soglašajo raziskovalni podatki na vseh koncih sveta.

Ko današnja ekonomija in politika kažeta svojo intelektualno in etično nagoto *cesarjevih novih oblačil*, s Tavčarjem iščemo zdrave moči za kakovostni razvoj slovenskega naroda in posameznega človeka. Za svobodno zorenje vsakega posameznika v skladu z vsemi njegovimi potrebami in za pošteno odgovornost do sebe, bližnjih, družbe in narave. Celostna antropologija ve, da je ravnotežje med svobodo in odgovornostjo pogoj za razvoj. Del politike se zaveda, da sta medgeneracijska solidarnost in samopomoč pogoj za vzdržni razvoj evropske družbe. EU dokument o odzivu na demografske spremembe »*Nova solidarnost med generacijami*« (2005) je to povedal zelo jasno, slovenska strategija za to področje (2006) prav tako. Od vedeti do narediti je seveda še nekaj naporne poti.

Kaj beseda problem v resnici pomeni? V Evropi uporabljamo za hudo težavo staro grško besedo problem (to problème). Slovar pravi, da beseda problem pomeni obenem *strma skala*, ob kateri se ladja razbije, in *pomol za rešilni pristanek ladje*. Prav tako pomeni *branilno orožje* in *prazen izgovor za predajo*. Kitajska beseda menda še jasneje izraža, da je problem križišče poti – sestavljena je iz znakov za besedi *propadanje* in *nova priložnost*. Beseda problem torej ljudem od nekdaj pove, da je to zahtevno križišče, odkoder sta dve poti: v novo kakovost ali v večje propadanje. Problem je križišče v razvoju posameznika ali družbe. Problem je stiska, stiska pa je energija. Tudi današnja ekonomska, etična in demografska stiska je energija. Raziskovanje potreb, zmožnosti in stališč ljudi govori, da jo hočemo speljati na turbino učenja nove solidarnosti med ljudmi. Stroke in politika smo servis, da to omogočimo.

KAKOVOSTNA STAROST *GOOD QUALITY OF OLD'AGE*

Revija za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

Izdajatelj in založnik / Publisher

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje
Resljeva 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana

ISSN 1408 – 869X

UDK: 364.65-053.9

Uredniški odbor / Editors

dr. Jože Ramovš (urednik)
dr. Božidar Voljč (za medicinsko gerontologijo)
Martina Starc

Uredniški svet / Editorial Advisory Board

prof. dr. Vlado Dimovski (*Univerza v Ljubljani, Ekonomska fakulteta*)
dr. Simona Hvalič Touzery (*Visoka šola za zdravstveno nego Jesenice*)
prof. dr. Zinka Kolarič (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za družbene vede*)
prof. dr. Ana Krajnc (*Univerza za tretje življenjsko obdobje*)
Vida Milošević Arnold (*Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo*)
prof. dr. Vid Pečjak (*psiholog in pisatelj*)
mag. Ksenija Ramovš (*Inštitut Antona Trstenjaka*)
prof. dr. Jože Ramovš (*Inštitut Antona Trstenjaka*)
dr. Božidar Voljč (*Inštitut Antona Trstenjaka*)

Mednarodni uredniški svet / International Advisory Board

prof. dr. Mladen Davidović (*Center for geriatrics, KBC Zvezdara, Beograd, Srbija*)
prof. dr. David Guttmann (*Faculty of Welfare and Health Studies, School of Social Work, University of Haifa, Izrael*)
dr. Andreas Hoff (*Oxford Institute of Ageing, VB*)
dr. Iva Holmerová (*Centre of Gerontology, Češka*)
prof. dr. Ellen L. Idler (*Institute for Health, Health Care Policy and Aging Research, Rutgers University, ZDA*)
dr. Giovanni Lamura (*National Research Centre on Ageing – INRCA, Italija*)

Pregled besedila: Polona Marc

Povzetki člankov so vključeni v naslednjih podatkovnih bazah:
Sociological Abstracts, Social Services Abstracts, Cobiss, EBSCO.

Oblikovanje in priprava za tisk: Salve d.o.o. Ljubljana, Rakovniška 6

Tisk: Itagraf d.o.o. Ljubljana

Cena: letnik 20 €, posamezna številka 6€

Spletna stran: <http://v2.inst-antonatrstenjaka.si/tisk-kakovostna-starost-arhiv.asp>

E-pošta: info@inst-antonatrstenjaka.si

Revijo Kakovostna starost v letu 2011 sofinancira Javna agencija za knjigo Republike Slovenije.

Jože Ramovš

Potrebe, zmožnosti in stališča starejših ljudi v Sloveniji

Predstavitev raziskave prebivalstva Slovenije, starega 50 let in več

Povzetek

Članek je prva predstavitev obsežne raziskave reprezentativnega vzorca prebivalstva Slovenije, starega 50 let in več. Njen naslov je *Potrebe, zmožnosti in stališča starejših ljudi v Sloveniji*. Operativna definicija pojmov potrebe, zmožnosti in stališča pokaže, da pridobitev pristnih informacij o teh treh področjih odgovarja potrebam zdravstvene, socialne in drugih strok, ki neposredno delajo s starejšimi ljudmi, prav tako pa potrebam politike pri odgovarjanju na izziv starajoče se družbe. Pregled znanstvenega in političnega zanimanja za starost, staranje in medgeneracijsko sožitje kaže, da se le-to naglo stopnjuje po letu 2000. Izhodišča raziskave so celostna antropološka podoba človeka v njegovi telesni, duševni, duhovni, socialni in razvojni razsežnosti, kar pomeni interdisciplinarni in intersektorski pristop. Obsežni vprašalnik zajema zdravstveno stanje, uporabo zdravil, varovanje zdravja, izkušnje in stališča do zdravstvenega sistema, gibljivost in opravljanje vsakdanjih opravil, stanovanje in njegovo prilagojenost za starost, sožitje z bližnjimi in oskrba v onemoglosti, duševno počutje, duhovna in bivanjska stališča, staranje, prenos življenjskih izkušenj, medgeneracijske odnose in solidarnost, življenje v domačem kraju in selitve, kulturo in materni jezik, informacijsko-komunikacijsko tehnologijo, poklic, zaposlitev, delo, uporabo svojih zmožnosti, upokožitev in premoženje, otroke in vnuke ter obsežen sklop demografskih vprašanj. Z osebnim anketiranjem na terenu je raziskava od vzorca 1800 uspešno zajela 1047 ljudi. V članku je podrobneje obdelana starostna in spolna struktura anketirancev, struktura glede na stan in razporeditev po celotnem prostoru Slovenije ter spoznanja iz anketiranja. Raziskava je bila pripravljena tako, da so rezultati raziskave primerljivi z velikimi mednarodnimi raziskavami na tem področju.

Ključne besede: raziskava 50+, Slovenija, potrebe starejših, zmožnosti starejših, stališča starejših

AVTOR: *Dr. Jože Ramovš je socialni delavec in dr. antropologije. Zadnji dve desetletji dela predvsem na področju socialne gerontologije in medgeneracijskega sožitja. V ospredju njegove znanstvene in akcijske pozornosti so zlasti: solidarno sožitje in komunikacija med mlado, srednjo in tretjo generacijo, osebna priprava na kakovostno staranje in družbena priprava na velik delež starega prebivalstva, oblikovanje novih medgeneracijskih programov, ki temeljijo na principu osebne in skupinske samopomoči ob doživetih potrebah, strokovne in javne podpore za razvoj samoorganizacije v skupnosti ter povezovanja v celovito krajevno socialno mrežo za področje staranja in sožitja.*

ABSTRACT

The needs, potentials and standpoints of elderly people in Slovenia: An introductory presentation of the Slovenian 50+ population research

The article is the first presentation of a comprehensive survey of a representative sample of Slovenia's population aged 50 years or more. Its title is *The needs, potentials and standpoints of elderly people in Slovenia*. Operational definition of terms needs, potentials and standpoints shows that obtaining authentic information in these three areas responds to the needs of health, social and other professions who work with elderly people, but also to the needs of policy makers in responding to the challenge of an aging society. Overview of the scientific and political interest in old age, aging and intergenerational relations shows that it escalates rapidly after the year 2000. The basis of the research is a holistic anthropological image of man in his physical, mental, spiritual, social and developmental dimensions, which calls for an interdisciplinary and inter-sector approach. The extensive questionnaire covers health status, medication, health, experience and attitudes towards the health system, walking and moving ability and performance of everyday tasks, residence and its adaptation for old age, relations with close others and care in frailty, mental well-being, spiritual and existential standpoints, ageing, the transfer of life experiences, intergenerational relationships and solidarity, living in home town and relocation, culture and language, information and communications technology, profession, employment, work, use of own abilities, retirement and wealth, children and grandchildren, and a comprehensive set of demographic questions. With a personal in-home interview we have successfully reached 1047 of the 1800 people in the planned sample. The article provides detailed data on the age and gender structure of respondents, structure according to marital status, the spatial distribution of the sample in the whole area of Slovenia and the basic findings from the in-home interviews. The survey was designed in a way that makes the research results comparable with major international research in this area.

Key words: research 50+, Slovenia, needs of elderly, potentials of elderly, standpoints of elderly

AUTHOR: *Dr. Jože Ramovš is an anthropologist and social worker. In the last two decades he is mainly working in the area of social gerontology. In the forefront of his scientific work is good intergenerational communication, personal preparation for quality ageing and social preparation for large share of old population, creation of the new intergenerational programmes for quality ageing and good intergenerational relations.*

1. OPREDELITEV POJMOV

V naši raziskavi so štirje ključni pojmi, ki jih vsebuje tudi naslov članka. Njihov pomen je naslednji.

Potrebe so samodejni vzgibi živega organizma, ki ga nagibajo (motivirajo) in usmerjajo v tako vedenje in sobivanje z okoljem, da se ohranja pri življenju in zdravo razvija. Ko govorimo o potrebah tretje generacije, imamo pred očmi vse človeške potrebe v vseh šestih razsežnostih, to je telesne, duševne, duhovne, socialno-sožitne, razvojne in bivanjske ali eksistencialne. Potrebe pojmujeemo kot osnovne motivacijske sile za razvoj. Pri konkretnem osebnem in socialnem menedžmentu staranja menimo, da je treba biti posebno pozoren na tri osnovne

potrebe, in sicer na telesno, duševno in socialno svežino ali gibljivost ter na njihovo medsebojno socio-psiho-somatsko povezanost. Relativna zadovoljenost teh treh potreb je osnova za dobro zadovoljevanje vseh drugih potreb: nižjih in višjih, splošnih človeških in specifičnih za staranje. Največje neizkoriščene možnosti za kakovostno staranje do konca življenja ne glede na onemoglost pa so verjetno v razvoju zadovoljevanja duhovnih potreb v starosti.

Zmožnosti (pogosto uporabljeni tujki sta potenciali in resursi) so zbir sposobnosti, znanj, veščin, izkušenj, moči, energije in drugih virov, ki jih ima človek ali skupina ljudi na voljo, da v danih okoliščinah z njimi zadovoljuje potrebe ter vodi osebni razvoj in razvoj družbe. V starosti ima človek poleg splošnih človeških zmožnosti in možnosti v vseh razsežnosti tudi specifične zmožnosti. Vsakdanja izkušnja in znanstveni podatki kažejo, da se v zadnji tretjini življenja manjšajo telesne in duševne zmožnosti. Duhovne in bivanjske zmožnosti pa se s staranjem lahko celo krepijo; v tem primeru njihov razvoj potegne za seboj tudi rast sožitnih in razvojnih zmožnosti ter učinkovitejše varovanje telesnih in duševnih zmožnosti, kolikor pa to ni možno, človek lažje rešuje njihov izpad s *ključovalno močjo duha*. (To je pojem Viktorja Frankla, ki se je med znanimi psihologi 20. stoletja posebej posvečal duhovni in bivanjski razsežnosti.) Zmožnosti, možnosti in življenjske naloge v starosti so komplementarni pol potreb. V razvitem svetu so zmožnosti upokojske generacije v družbi slabo izkoriščene, uporabljajo jih predvsem doma, saj 75 % ljudi, ki so stari nad 60 let, skrbi za svoje vsakdanje potrebe brez tuje pomoči (Redburn 1998, str. 14). Ker delež starejših naglo narašča, in če upoštevamo antropološko dejstvo, da sleherni človek vse do smrti lahko okolici tudi nekaj daje, bo treba v prihodnje bolje spoznati njihove zmožnosti in jih komplementarno vključiti v družbeni razvoj, kar bo odločilno doprineslo k premagovanju današnjih staromrznških stereotipov.

Stališča so osebna prepričanja in mnenja, po katerih človek usmerja svoje doživljanje sebe in družbe, svoje sožitje z ljudmi ter svoje ravnanje in delovanje.

V naslovu smo uporabili vsakdanji strokovno neopredeljen pojem **starejši ljudje** za populacijo naše raziskave, ki zajema reprezentativni vzorec prebivalstva starega 50 let in več. Vanjo smo poleg vseh obdobjih starosti zajeli tudi pozno srednje obdobje, ker je to čas za neposredno pripravo na tretje življenjsko obdobje. Ljudje v desetletju pred svojo upokojitvijo namreč s svojimi stališči do starosti zelo vplivajo na usmerjanje javnega mnenja o njej in o sožitju med generacijami, zlati pa zato, ker bo sedanja srednja generacija morala prva neposredno prevzemati bremena demografskega neravnovesja: pozneje se bo upokojevala, bolj bo morala organizirati lastno skrb za staranje in oskrbo v onemoglosti ter oblikovati nove modele medgeneracijske solidarnosti.

2. ZNANSTVENO IN POLITIČNO ZANIMANJE ZA STAROST IN SOŽITJE MED GENERACIJAMI

V evropskih in drugih ekonomsko razvitih državah se od zadnje četrtine 20. stoletja dogaja upad rodnosti pod stopnjo enostavne reprodukcije prebivalstva 2,1 otroka na žensko. Podobno kot drugod je bila tudi v Sloveniji po drugi svetovni vojni rodnost visoka, po letu 1980 pa je začela padati in povzročila s stopnjo 1,2 otroka na žensko alarmanten demografski

primanjkljaj. Demografsko neravnovesje med velikostjo generacij prinaša politiki, strokam, celotni družbi, družinam in posameznikom zahtevne probleme in naloge. Slovenci moramo te naloge rešiti še bolj zavzeto kot večji evropski narodi, ker smo zaradi manjšega števila ljudi bolj ranljivi.

Znanost je začela na krizni demografski razvoj glasneje opozarjati v zadnjem desetletju prejšnjega stoletja. Potekati so začele večje raziskave. V Angliji je bil pomemben raziskovalni projekt *GO – Growing Older Programme* v letih 1999 do 2004, ki je bil sestavljen iz 24 raziskav na številnih področjih kakovosti življenja in sožitja tretje generacije (Walker, I Iagan 2004). Njegovi izsledki so kazali, da so glavne sestavine kakovosti življenja v starosti: medčloveški odnosi (96 % anketiranih), dom in sosesčina (96 %), dobro psihično počutje in videz (96 %), aktivnosti in konjički (93 %), zdravje (85 %), socialna vloga (80 %) in neodvisnost (69 %). Pomembna so bila tudi spoznanja o osamljenosti. Posebej so analizirali razmerja med doživljanjem osamljenosti, socialno izolacijo in bivanjem brez sostanovalcev ter potrdili spoznanje, da so za stare ljudi socialne povezave izrednega pomena. Ločeni starejši moški so bili kategorija z najslabšim zdravjem, pri njih je bilo najbolj razširjeno zdravju škodljivo vedenje, ena tretjina jih je čezmerno pilo. Pomembna je vloga starega starša: kot najpomembnejšo ali eno od najpomembnejših v življenju jo je doživljalo 90 % ljudi, ki so stari pod 60 let, in 85 % ljudi, starih nad 60 let. Za kakovost življenja onemoglih starih ljudi v ustanovah so ugotovili, da je bistvenega pomena komunikacija, poleg govorne tudi nebesedna.

Po letu 1990 so začele pogostejše izhajati znanstvene monografije, ki so sintetično prikazovale demografsko stanje (Olson 1994; Redburn in dr. 1998; Kart, Kinney 2000) ali pa so se osredotočale na kakšen vidik staranja, najpogostejše sociološki, ekonomski, psihološki (Stuart-Hamilton 2000), socialnodelavski (Butler in sod. 2003) in drugi. Izhajati so začele številne nove gerontološke in medgeneracijske revije.

Vzporedno s tem je preusmerjala pozornost na staranje tudi politika. Leto 1999 je bilo razglašeno za mednarodno leto starih ljudi, ki je bilo tudi v javnosti zelo odmevno. Na prelomu v novo tisočletje je bil to mejnik iz *stoletja otroka v stoletje starih ljudi*. Leta 2002 je bila 2. skupščina OZN o staranju v Madridu, kjer sta bila sprejeta dva pomembna dokumenta: *Mednarodni načrt ukrepov v zvezi s staranjem* in *Politična deklaracija* (Madrid 2002). Isto leto je bila Berlinska ministrska konferenca evropskih držav, ki je poleg *Poročila* in *Deklaracije* sprejela tudi *Regionalno strategijo za uresničevanje madridskih dokumentov* (Berlin 2002).

Politične spodbude in pereče družbene potrebe po letu 2000 naglo stopnjujejo gerontološko in medgeneracijsko raziskovanje. Najpomembnejše so obsežne mednarodne multidisciplinarne longitudinalne raziskave staranja. Taka je *SHARE – Survey of Health, Ageing and Retirement Europe* (<http://www.share-project.org/>), ki zbira podatke o zdravju, ekonomskem stanju, socialni in družinski mreži, zaposlitvenem statusu in upokojevanju, stopnjo sreče in druge vidike Evropejcev, ki so stari 50 let in več. Njene izsledke uporablja vodstvo EU. Raziskava zajema nad 45.000 ljudi. Začela se je leta 2004 v državah različnih evropskih regij: na Danskem, Švedskem, v Avstriji, Franciji, Nemčiji, Švici, Belgiji, na Nizozemskem, v Španiji, Italiji in Grčiji. Leta 2005-06 so jo opravili tudi v Izraelu, leta 2006 so vstopile vanjo nove članice EU: Češka, Poljska in Irska ter sodelovale v drugem krogu zbiranja podatkov. Tretji krog raziskave *SHARELIFE* je v letih 2008-09 zbiral retrospektivne podatke življenjske zgodovine v trinajstih državah. Rezultati *SHARE* so objavljeni v številnih

člankih in znanstvenih monografijah v več evropskih jezikih (Engelhardt 2009; Bazzoli 2008; Börsch-Supan A. in dr. 2008).

Stanovanjske razmere starih ljudi prikazuje študija Oddelka za ekonomske in družbene zadeve pri Združenih narodih, ki vključuje 130 držav, med njimi tudi Slovenijo (UN 2005). Njene ugotovitve so pokazale, da živi sam vsak sedmi človek, ki je star nad 60 let; večina teh je žensk. V revnih okoljih so stari ljudje, ki živijo sami, najrevnejši med revnimi; deloma to velja tudi za razvite dežele. V Evropi in ZDA je najbolj pogosta oblika bivanja dvočlansko gospodinjstvo zakoncev, sledijo tisti, ki živijo sami. V Latinski Ameriki, Afriki in Aziji je najpogostejše skupno bivanje starih ljudi v večgeneracijski družini. Institucionalizacija starih ljudi je pogostejša v bogatejših državah, povsod je v ustanovah več žensk kot moških. Študija je vladam glede staranja v 21. stoletju priporočala kombinacijo ukrepov za spodbujanje samopomoči starih ljudi samih, javnih programov za tiste stare ljudi, ki potrebujejo pomoč, in sodelovanje družinskih članov pri oskrbi starih ljudi. Množično razširjenost osamljenosti in socialne izolacije starih ljudi ter vzroke tega problema je razčlenilo tudi irsko poročilo Nacionalnega sveta za staranje (Treacy in dr. 2005).

Skoraj povsem zanemarjeni so bili tako s strani politike kot znanosti družinski oskrbovalci, ki doma oskrbujejo svojega družinskega člana. Pozornost na pereče potrebe te velike in nenadomestljive skupine oskrbovalcev ter na iskanje rešitev zanje je prispeval raziskovalni projekt *EUROFAMCARE* (<http://www.ukc.de/extern/eurofamcare/>). Začel se je leta 2003 v šestih evropskih državah (v Nemčiji, Grčiji, Italiji, na Poljskem, Švedskem in v Veliki Britaniji). V okviru širše evropske skupine smo se vanj deloma vključili tudi mi (Ivalič 2007) in nato opravili prve večje slovenske raziskave o družinski oskrbi (Hvalič 2007, 2007a; Ramovš 2007).

Politika je po madridski skupščini OZN o staranju leta 2002 izdala več pomembnih dokumentov. V Evropi je leta 2005 povzela demografsko stanje in nakazala smernice za reševanje *Zelena knjiga Sveta EU »Odziv na demografske spremembe«* (Svet EU 2005) z značilnim naslovom *Nova solidarnost med generacijami*. Da je politično reševanje nalog v zvezi s staranjem prebivalstva preživetveno vprašanje evropske družbe in kulture, je ta dokument izrazil v prvem stavku: »Evropa se danes sooča z demografskimi spremembami, ki so po svojem obsegu in teži brez primere.« Dokument pod skupnim imenovalcem, da je v Evropi nujno ustvariti politične in druge pogoje za novo solidarnost med generacijami, združuje štiri najzahtevnejše naloge za skladen razvoj in ohranitev evropskih družb: 1. reševanje primanjkljaja mlade generacije zaradi nizke rodnosti, 2. uspešnejše vključevanje mladih ljudi v družbeno delitev dela, 3. ustreznjšo vključenost starejših ljudi v delovno in drugo družbeno življenje, kar pomeni aktivno in zdravo staranje, ter 4. vzpostavitev primerne sistema za oskrbo in nego onemoglih starih ljudi ob naglem naraščanju deleža najstarejših ljudi po 85. letu starosti.

Med pomembnimi političnimi dokumenti omenjamo še deklaracijo *Družba za vse generacije: izzivi in priložnosti*, ki je bila sprejeta leta 2007 v Leónu na ministrski konferenci UNECE – Ekonomske komisije za Evropo Ekonomskega in socialnega sveta Združenih narodov (León 2007). Konferenca se je odvijala z namenom, da pregleda stanje prilagajanja evropskih vlad na demografske spremembe prebivalstva. Pri pregledu uresničevanja obvez berlinske izvedbene strategije so ugotavljali, da je treba še veliko storiti, vendar pa se v mnogih evropskih državah izboljšuje oskrba starejših v ustanovah in doma, večja postaja izbira programov, povišuje se starost upokojevanja, zmanjšuje revščina v starosti, boljša

postaja nacionalna in regionalna koordinacija, večja se vključevanje državljanov v izdelavo politik glede staranja, večja se vključevanje organizirane civilne družbe in znanosti v reševanje nalog na področju staranja in sožitja med generacijami. Med smernicami Leónske deklaracije izstopa brezpogojna zavezanost cilju družbe za vse generacije, ki temelji na spoštovanju človekovih pravic, na zaščiti pred starostno diskriminacijo, socialnem sožitju in enakih možnostih za oba spola v vseh starostnih obdobjih. Ta deklaracija postavlja vprašanja o staranju v ospredje pozornosti na krajevni, nacionalni in mednarodni ravni. Ugotavlja, da bodo politike temeljile na medsebojni odvisnosti generacij. Po strukturi bodo morale biti celostne, povezane, ščititi bodo morale pravice oseb vseh starosti. Izdelke in storitve je treba prilagoditi starejšim ljudem, zlasti sodobno tehnologijo, razvoj je treba usmerjati v vseživljenjsko učenje in v možnosti za zaposlitev v poznejših letih. Deklaracija usmerja evropske države v razvoj sistemov za dolgotrajno oskrbo in spodbuja oskrbo v domačem okolju; pri tem vidi uspešno strategijo le v ravnotežju in koordinaciji med javnim in privatnim sektorjem ter družino in civilno družbo.

Slovenija je doživljala svoje cvetoče obdobje znanstvene in politične pozornosti na vprašanja staranja zelo zgodaj v primerjavi z ostalim svetom. Že leta 1968 je dr. Bojan Accetto ustanovil Inštitut za gerontologijo in geriatrijo v Trnovem v Ljubljani. Potekalo je obsežno interdisciplinarno izobraževanje in raziskovanje, dogajal se je nagel razvoj socialnih in zdravstvenih ustanov za stare ljudi (Accetto 1987, 2006). Žal pa sta ta inštitut in glavnina gerontološke dejavnosti v Sloveniji okrog leta 1988 zamrla z Accettovim odhodom v pokoj. Raziskovalno delo je nadaljevala zlasti Accettova učenka, žal prezgodaj umrla, Ida Hojnik Zupanc (1999).

Socialni gerontologiji in medgeneracijskemu sožitju posveča od ustanovitve leta 1992 velik del svoje razvojne in raziskovalne dejavnosti Inštitut Antona Trstenjaka (www.inst-antonatrstenjaka.si). Leta 1998 je začel izdajati prvo in edino slovensko znanstveno in strokovno revijo za to področje (*Kakovostna starost 1998*), ki objavlja domača in tuja nova gerontološka in medgeneracijska spoznanja. Na Inštitutu smo razvili vrsto sodobnih programov za kakovostno staranje in medgeneracijsko sožitje, med izdanimi knjigami je tudi obsežna celostna antropološko zasnovana gerontologija (Ramovš 2003). Med slovenskimi psihologi je oral gerontološko ledino Vid Pečjak (1998), v zdravstvu so izdali obsežen gerontološki učbenik slovenski travmatologi (Srnčolj in dr. 2004). Za gerontologijo je pomembna izčrpna monografija prostorske sociologije (Mlinar 2008), saj je starosti prijazno mestno in podeželsko okolje eno od najbolj obetavnih polj za obvladovanje nalog na področju staranja prebivalstva (SZO 2007).

Slovenska vlada praviloma na pet let pripravi strateški dokument o razvojnih usmeritvah za področje staranja in krepitev medgeneracijske solidarnosti (MIDDSZ 1997; Vlada RS 2007). Strategija iz l. 2005 vključuje poleg socialnega in zdravstvenega področja tudi večino drugih vladnih resorjev, ki so odločilnega pomena za reševanje nalog ob staranju prebivalstva; posebej pomembni so delo in zaposlovanje, vzgoja in izobraževanje ter urejanje okolja in prostora. Že od leta 2002 vse vlade prihajajo s programsko odločitvijo, da bodo s sprejetjem zakona poskrbele za sodoben in celovit sistem dolgotrajne oskrbe, z njim pa za razvojno usmeritev njenih raznovrstnih programov in stabilno financiranje. Kljub temu, da je bil predlog zakona že večkrat pripravljen in spomladi leta 2010 celo v javni razpravi, še ni

prišel v parlament. V razvoju sistema in programov za dolgotrajno oskrbo onemoglih starih ljudi sedaj Slovenija zaostaja za primerljivimi evropskimi državami vsaj za četrto stoletja: ima deseterkrat manj organizirane oskrbe in pomoči onemoglim starim ljudem na domu, sistem sofinanciranja oskrbe na domu in v ustanovah je neuravnotežen, sistem javno-zasebnega partnerstva s koncesijami za oskrbovalne ustanove blokira razvoj in kakovost tovrstnih ustanov ter ohranja razvojno zastarele oblike 2. in 3. generacije domov za stare ljudi. Potreba po razvoju na tem področju se izraža iz leta v leto bolj jasno na nacionalni in lokalni ravni. Eden od pokazateljev tega so številne predvolilne obljube županov, da bodo poskrbeli za krajevni dom za stare ljudi. Slovenija pa je med vodilnimi na svetu pri razvoju mreže starosti prijaznih mest in njenem vključevanju v svetovno mrežo pod okriljem Svetovne zdravstvene organizacije. V letu 2010 in 2011 se čedalje več občin zavestno odloča za celovito reševanje svojih krajevnih nalog na področju staranja in krepitev medgeneracijske solidarnosti. V ta namen pripravljajo z vidika strokovnega razvoja sodobne in politično soglasno sprejete dolgoročne razvojne načrte; prve so to storile že pred nekaj leti (Občina Komenda 2006).

V nasprotju z večino evropskih držav Slovenija nima sistematične raziskave o potrebah, zmožnostih in stališčih tretje generacije, niti ni vključena v kako tovrstno mednarodno raziskavo. Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje je kot osrednja nacionalna znanstvena ustanova na tem področju po letu 2005 začel prizadevanja za izvedbo tovrstne raziskave, ki bi bila primerljiva z mednarodnimi, ali za vključitev v eno od njih. Izvedena je bila delna tovrstna raziskava v dveh slovenskih občinah. Prvo smo izvedli v občini Komenda na reprezentativnem vzorcu prebivalcev, starih 60 in več let, o čemer je poleg znanstvenih člankov (Ramovš 2006, 2007; Lenarčič, Ramovš 2006) izšla tudi poljudnoznanstvena knjiga (Ramovš 2006a). Občina jo je dala vsem gospodinjstvom kot informacijo pri javni pripravi občinskega razvojnega načrta za področje staranja in krepitev medgeneracijske solidarnosti. Isto raziskavo sta ponovili in delno obdelali študentki socialnega dela v občini Radlje ob Dravi za svojo diplomsko nalogo (Stražišnik, Daks 2007).

Prizadevanje po celoviti gerontološko-medgeneracijski raziskavi v Sloveniji smo začeli uresničevati v letu 2008 z raziskavo *Stališča, potrebe in zmožnosti, ki jih imajo prebivalci RS, stari 50 let in več*, na področju zdravja in socialnega funkcioniranja. Do konca leta 2010 so bili pripravljeni njeni sumarni podatki. Zasnovo, sestavo, izvedbo in osnovne demografske podatke o tej obsežni slovenski raziskavi prvič predstavljamo v tem članku.

3. IZHODIŠČA, CILJI, VSEBINSKA PODROČJA, METODE IN POTEK RAZISKAVE

Pri pripravi koncepta, raziskovalnih orodij in izvedbi raziskave so nas vodila tri izhodišča.

1. Raziskovati interdisciplinarno z upoštevanjem celovitega človeka v vseh šestih razsežnostih: **telesni**, ki poleg organizma vključuje tudi zunanje materialne pogoje za življenje; **duševni** s kognicijo, emocionalnostjo, spominom in vedenjem; **duhovni** z osebno svobodo izbire in odgovornostjo za svoje odločitve; **socialni** s celotnim medčloveškim sožitjem na mikro in makro ravni; **razvojni**, ki obsega človekovo vseživljenjsko uclji-

vost in njegovo predajanje spoznanj in izkušenj drugim; ter **bivanjski** z voljo do smisla v posamezni življenjski situaciji in celoti življenja (Ramovš 2003, str. 63-179). Celostno antropološko izhodišče je narekovalo raziskavi tudi uravnoteženo gledanje na človekove lastnosti, potrebe in zmožnosti. Antropološka stalnica pri raziskovanju staranja na Inštitutu Antona Trstenjaka je neločljiva povezanost med kakovostjo staranja in sožitja med vsemi tremi generacijami. Poleg celovite interdisciplinarnosti je izhodišče in namen raziskave tudi intersektorski pristop k nalogam v zvezi s staranjem in sožitjem generacij; teh nalog ne more nihče dojeti ali rešiti sam: ne znanost, ne politika (še tem manj samo socialni, zdravstveni, gospodarski ali kak drug vladni resor), ne posamezna država, ne civilna združenja, ne religije, ne družine, ne posamezniki, ampak samo vsi skupaj. Raziskovalni podatki o stanju, potrebah, zmožnostih in možnostih starejših morajo biti za vse te ustrezni in vsem dostopni.

2. Izhodišče za izbiro raziskovalne vsebine so bile potrebe, zmožnosti in možnosti ljudi, kakor jih doživljajo sami v današnjih življenjskih razmerah, ter njihova stališča do zdravstva, socialne oskrbe v onemoglosti, sožitja, njihovih socialnih mrež in drugih stvari, ki so pomembne za kakovostno staranje in krepitev medgeneracijske solidarnosti. Ugotavljanje tega stanja naj poteka ciljno za konkretne potrebe političnega načrtovanja in ukrepanja, za potrebe strokovnega razvoja ter za potrebe posameznikov, družin in civilnih organizacij.
3. Metodično izhodišče je bilo zbirati raziskovalne podatke do skrajnih možnosti kakovostno z osebnim terenskim anketiranjem reprezentativnega vzorca slovenskega prebivalstva, ki je staro 50 let in več. Pri pripravi, izvedbi in interpretaciji raziskave se naslanjati na spoznanja tujih sorodnih raziskav in izvesti raziskavo tako, da bodo naši rezultati z njimi primerljivi.

Zakaj so osnovno zanimanje naše raziskave potrebe, zmožnosti in stališča?

Vsaka od šestih razsežnosti celostne antropohigienske podobe človeka ima specifične potrebe, ki so gibalo razvoja, in vsaka svoje zmožnosti, vse skupaj je povezano v nedeljivo sistemsko celoto, ki se na ravni osebne svobode najizraziteje kaže v obliki osebnih stališč. Pozornost na njegove osebne potrebe, zmožnosti in stališča je bil torej za to raziskavo najboljši način, da dojamemo staranje posameznega človeka. Ugotavljanje potreb, zmožnosti in stališč celotnega starajočega se prebivalstva pa je dobra pot do odgovorov na vse bolj pereče zagate ob staranju prebivalstva v celotni skupnosti, zlasti na potrebe trga dela ob zmanjševanju deleža aktivne srednje generacije, na vzgojne izzive po oblikovanju učnih in vzgojnih programov za solidarno sožitje, na politične stiske ob nujnosti prestrukturiranja sistemov socialne varnosti na principu medgeneracijske solidarnosti, na potrebe zdravstvene in socialne stroke, da odgovorijo na nastalo situacijo z novimi programi, na potrebe arhitekturne stroke po urejanju starosti prijaznega bivalnega okolja ter na potrebe drugih strok in političnih resorjev. Zaradi staranja prebivalstva se namreč naglo spreminjajo medgeneracijska razmerja, sisteme socialne varnosti in medčloveško sožitje pa je nujno potrebno ohraniti na principih humanih, etičnih in solidarnih načel, ki so omogočali dosedANJI družbeni razvoj. Vlade, stroke in civilna družba imajo danes glede tega tako zahtevne naloge, kot jih verjetno niso imeli še nikoli. Pogoj za ustrezne odgovore na te probleme, naloge in izzive, so pristne informacije o dejanskih potrebah, zmožnostih in stališčih ljudi. Posebej pomembne so te informacije

za socialno in zdravstveno področje; za svoje delo jih potrebujejo vladne in upravne službe ter zdravstvena in socialna stroka, ki najbolj neposredno delajo s starejšimi ljudmi in zanje.

Na osnovi teh izhodišč je imela raziskava naslednje cilje:

1. ugotoviti socialne in zdravstvene potrebe, ki jih čutijo prebivalci Slovenije, ki so stari 50 let in več;
2. ugotoviti njihove zmožnosti na področju krepitve vseh razsežnosti osebnega zdravja in socialne blaginje, še posebej medgeneracijskega sožitja z mlajšima generacijama;
3. ugotoviti njihova stališča in pričakovanja do zdravstvenih in socialnih storitev ter javnih služb na tem področju.

Metodično smo raziskavo zasnovali v obliki osebnega terenskega anketiranja reprezentativnega vzorca slovenskega prebivalstva, starega 50 let in več; vzorec je štel 1800 ljudi in ga je pripravil Statistični urad RS z dvostopenjskim vzorčenjem, tako da je obsegal 200 anketnih okolitev po 9 ljudi. Raziskovalni vprašalnik je kombinacija zaprtih vprašanj za kvantitativno obdelavo in odprtih vprašanj za bolj poglobljeno kvalitativno analizo večine področij, za katere smo zbirali podatke od ljudi. V vprašalniku smo zajeli naslednja področja.

1. **Zdravstveno stanje.** Anketna vprašanja so zbirala informacije o lastnem doživljanju celotnega zdravja (telesnega, duševnega, socialnega in duhovnega), o boleznih in motnjah (posebej padcih, kajenju in uživanju alkohola), o uporabi zdravil (na recept, brez recepta in domačih), ortopedskih in drugih pripomočkov ter o varovanju in krepitvi lastnega zdravja.
2. **Izkušnje z zdravstvenim sistemom.** Ta obsežni del vprašalnika obsega okrog štirideset podrobnih vprašanj o osebnih izkušnjah z izbranim zdravnikom, zobozdravnikom, specialisti, bolnišnico, zdravstvenim zavarovanjem, pritožbami, čakalnimi dobami in drugimi vidiki zdravstvenega sistema.
3. **Gibljivost, hoja in vsakdanja opravila.** Poleg vprašanj, s čim in kako anketiranec premošča večje in manjše razdalje, ko mora iti po opravkih – še posebej o hoji, je vprašalnik v tem delu zbiral informacije o tem, koliko anketiranec opravlja različna vsakdanja opravila sam oziroma, kdo in koliko mu pri tem pomaga.
4. **Opremljenost stanovanja in kako je le-to prilagojeno za starost:** kako veliko ima stanovanje, kako je to opremljeno z običajnimi elementi vsakdanjega udobja (topla voda, kopalna kad, tuš ...), katere pripomočke za lažje in varnejše življenje v starosti ima nameščene v svojem stanovanju, oziroma bi jih potreboval (oprijemala, dvigalo, kopalni sedež, napravo za klic v sili ...).
5. **Sožitje z bližnjimi in oskrba v onemoglosti:** skupno stanovanje in gospodinjstvo s sorodniki, stališča do različnih storitev oskrbe v starostni onemoglosti (dom za stare ljudi, oskrba na domu ...), njegove izkušnje o pomoči bližnjih v njegovi bolezni ali onemoglosti ter o lastni pomoči bližnjim.
6. **Duševno počutje, duhovna in bivanjska stališča, staranje, prenos življenjskih izkušenj:** pojavljanje starostnih duševnih težav in motenj, doživljanje sreče, doživljanje dosedanjega lastnega življenja in svoje prihodnosti, izkušnje z duhovnimi potrebami in zmožnostmi, s prenašanjem lastnih življenjskih izkušenj na mlajše, mnenje o tem, katere vrednote pomagajo človeku h kakovostnemu staranju, njegove temeljne življenjske izkušnje – posebej o smislu, doživljanje svojega staranja in odnosa do starih ljudi.

7. **Medgeneracijsko sožitje in solidarnost:** izkušnje z osebnimi odnosi in zaupnostjo, način in kraji druženja z znanci in prijatelji, stališča in izkušnje glede prejetja in dajanja solidarne pomoči drugim, posebej od sosedov in sosedom, razumevanje med generacijami in stališče glede izboljšanja komunikacije med mlajšimi in starejšimi, izkušnje z nasiljem in zanemarjanjem, nasveti odgovornim v kraju glede staranja in sožitja med generacijami.
8. **Življenje in sožitje v kraju,** kjer anketiranec živi, **ter njegove selitve:** članstvo v civilnih organizacijah, starosti prijazne in neprijazne stvari v kraju, pripravljenost delati za dobrobit svojega kraja in kaj, prostovoljstvo (biti sam in biti deležen prostovoljske pomoči).
9. **Kultura in slovenski jezik:** izkušnje z branjem časopisov, knjig, poslušanjem radia, gledanjem televizije, gledališčem in drugimi kulturnimi prireditvami, izobraževanjem, domačimi živalmi ter stališča do tega, koliko, kdo in kako naj skrbi za ohranjanje lepe in pravilne slovenščine v javni rabi, čitljivost in razumljivost javnih napisov.
10. **Informacijsko-komunikacijska tehnologija:** uporaba hišnega in mobilnega telefona, računalnika (posebej želja, da bi se ga naučili uporabljati).
11. **Poklic, zaposlitev, delo, uporaba svojih zmožnosti, upokožitev in uporaba premoženja;** posebej še zaposlitev po upokožitvi, stališča do upokožitve in priprava nanjo, stališča do oporoke, preživljanje prostega časa in hobiji, dohodki in preživljanje z njimi, finančna pomoč bližnjim, možnost prihraniti za dopust, izlete, potovanja in podobno, lastnina stanovanja.
12. **Otroci in vnuki:** število otrok in vnukov, kako jih doživlja, stiki in povezanost z njimi.
13. **Obsežen sklop demografskih podatkov o anketirancu:** spol, starost, stan, rojstni kraj in selitve, pripravljenost na selitev v prihodnje, vozniški izpit in pogostost vožnje avtomobila, kje živi (velikost naselja, na samem, nadstropje, velikost in vrsta stanovanja), potek anketiranja.

Celoten vprašalnik obsega 183 vprašanj, precej jih je imelo po več podvprašanj. Natisnjen je bil na 30 straneh; na prvi strani je bila predstavitev raziskave, na drugi navodila za anketarje. Anketiranje enega človeka iz vzorca je trajalo v povprečju blizu dve uri. Del vprašanj je bil povsem osebne narave, npr. o stališčih in doživljanju anketiranca, zato je nanje smel odgovarjati izključno on sam. Ta vprašanja so bila v vprašalniku označena s črko A. Drugi del je poizvedoval po zdravstvenem, socialnem ali kakem drugem objektivnem stanju; na ta vprašanja je prav tako odgovarjal anketiranec, če pa ni mogel zaradi bolezni ali kake druge ovire, je nanje lahko odgovarjal ključni svojec ali oskrbovalec v domu upokožencev. Ta vprašanja so bila označena z AB, anketar pa je sproti označeval, ali je nanje odgovarjal ključni svojec ali oskrbovalec, in na koncu napisal, kdo je to bil. Odgovore na nekaj vprašanj je vpisal sam anketar, ko se je prepričal o stanju, npr. v kakšnem naselju živi anketiranec, v katerem nadstropju ipd. Ta vprašanja so bila označena s črko C.

Vprašalnik in koncept raziskave je 22. septembra 2009 obravnavala Komisija Republike Slovenije za medicinsko etiko pod vodstvom predsednika akademika prof. dr. Jožeta Trontlja in izdala mnenje, da je raziskava etično neoporečna in izdala svoje soglasje za njeno izvajanje.

Posebno metodično pozornost smo namenili motivaciji anketirancev izbranega vzorca ter usposabljanju in spremljanju anketarjev ter vnašalcev podatkov v bazo.

Anketarji so bili študentje družboslovnih fakultet, ki so se za to delo priglasili in so na Inštitutu opravili za to anketiranje usposabljanje s posebnim seminarjem, ki je potekal dva-

krat po 3 ure. Med obema usposabljanjema je vsak opravil eno učno anketo na poljubnem človeku te starosti. Poudarki pri usposabljanju anketarjev so bili: boljše razumevanje starejšega človeka, metodika obiska in pogovora z njim ter enotno izpolnjevanje vprašalnika po navodilih. Njihovo delo na terenu smo preverjali telefonsko pri anketirancih ter s pregledovanjem oddanih anket. Plačilo za opravljene ankete so prejeli preko študentskih servisov. Podatke je zbiralo skupno 61 anketarjev. Anketiranje je potekalo osebno na domu anketirancev od decembra 2009 do junija 2010.

Eden od težjih problemov pri izvedbi raziskave je bilo dejstvo, da so ljudje – po mnogih njihovih lastnih izjavah – naveličani anketiranj in akviziterskega vsiljevanja v njihov osebni prostor. Anketarjem so izražali svoj občutek, da se razmere kljub vsem raziskavam in ponudbam slabšajo, zdi se, da vse manj zaupajo ne samo politikom in ustanovam, ampak tudi v znanost. Za motiviranje izbranih ljudi v vzorcu smo poleg temeljitega usposabljanja anketarjev uporabili tudi druga etično neoporečna sredstva. Vsak anketiranec iz vzorca je nekaj dni pred obiskom anketarja prejel osebno pismo, ki sva ga lastnoročno podpisala oba nosilca raziskave. Poleg prošnje, da sprejme anketarja in mu odgovarja na vprašalnik, so bile v pismu razložene nacionalne potrebe po teh podatkih zaradi priprave družbenih razmer na večje število starejših ljudi. Kot nagrado za sodelovanje je vsak anketiranec prejel posebej za ta namen pripravljeno knjigo *Za kakovostno staranje in lepše sožitje med generacijami* (Ramovš 2009), ki je obsegala 72 strani sodobnih znanj o teh vsebinah. Kljub vsej motivaciji pa je precejšen del ljudi odklonil odgovarjanje ali pa so bili nedosegljivi.

Del težav pri zbiranju podatkov so povzročili tudi anketarji. Izkušnja je potrdila govorice, da je del študentov pri teh delih navajen delati površno ali celo nepošteno; iz tega razloga smo ob kontrolah zavrgli kot neveljavne 114 anket.

Iz vseh zgoraj navedenih razlogov na določenih območjih Slovenije ni bila dovolj ustrezna reprezentativnost vzorca. Zato nam je Statistični urad RS pripravil nadomestni vzorec za pokritje izpadov. Tako smo dosegli visoko število uspešnih anket – nad 58 % vzorca – in visoko zanesljivost zbranih podatkov.

Podoben postopek usposabljanja, kontrole in plačila kot pri anketarjih smo uporabili tudi za vnašalce zbranih podatkov v bazo. To delo je opravilo 20 vnašalcev od marca do julija 2010 s pomočjo programske opreme za spletno anketiranje 1KA. Kontrole in čiščenje baze podatkov ter pripravo sumarnika smo opravili strokovnjaki na Inštitutu do konca leta 2010.

Naročnik in delni sofinancer raziskave je bila Vlada RS preko Ministrstva za zdravje, Ministrstva za delo, družino in socialne zadeve, manjši del vprašanj pa smo vključili tudi za Urad za slovenski jezik. Sofinanciranje teh ministrstev je pokrilo pripravo raziskave, terensko anketiranje, vnos podatkov in njihovo obdelavo do sumarnika.

Izvedba raziskave je bila načrtovana za leti 2008 in 2009. Zaradi težav s sofinanciranjem s strani Vlade in iskanjem finančnih sredstev za celotno raziskavo se je njena terenska izvedba zamaknila v leti 2009 in 2010. Tudi pri iskanju domačih in tujih sofinancerjev zanj v preteklih letih nismo uspeli. Razvoj družbenih potreb na področju staranja in težave s financiranjem raziskovanja so nam pokazale, da je smiselno raziskavo maksimalno razširiti in vse razpoložljive sile posvetiti terenskemu zbiranju podatkov, za katere bi sicer potrebovali več raziskav. Tako zastavljena raziskava bo namreč nudila osnovo za številne poglobljene analize in dala osnovo za longitudinalno ponovitev celote ali posameznih delov.

Odgovorna nosilca raziskave sta bila dr. Božidar Voljč za zdravstveni del in dr. Jože Ramovš za njen socialni in antropološki del. Pri pripravi in izvedbi raziskave so sodelovali zaposleni raziskovalci Inštituta: mag. Ksenija Ramovš, dr. Boris Kragelj, dr. Simona Ivalič Touzery, Mateja Zabukovec, Klemen Jerinc, dr. Tanja Pihlar, Maja Rant, Ivana Vusilović, Slavica Valenčak, Martina Starc in Mojca Slana ter več zunanjih sodelavcev, posebej aktiven je bil Blaž Podpečan. Večina od teh je v času priprave in preizkušanja vprašalnika poskusno anketirala posamezne ljudi, starejše od 50 let, ob začetku anketiranja pa opravila tudi terensko anketiranje najmanj enega anketnega okoliša.

4. RAZISKANI VZOREC POPULACIJE

Od množice zbranih podatkov naše raziskave bomo prikazali v tem uvodnem prispevku raziskave »osebno izkaznico« raziskane populacije, njenega načrtovanega in raziskanega vzorca: številčna razmerja po spolu, izobrazbi in stanu, razporeditev po statističnih enotah Slovenije, izkušnje ob anketiranju in še nekatere podatke o populaciji in vzorcu.

Populacija raziskave so bili prebivalci Slovenije, ki so bili 1. maja 2009 stari 50 let in več, torej rojeni pred letom 1960. Njihov načrtovani reprezentativni vzorec po starosti, spolu in statističnih pokrajinah, ki ga je pripravil Statistični urad RS, je štel 1800 ljudi in predstavlja skoraj 750.000 prebivalcev Slovenije te starosti. Pri izvedbi raziskave smo pridobili 1047 veljavno izpolnjenih anket – to je torej naš dejansko raziskani vzorec, ki ga v nadaljevanju predstavljamo.

Starostno in spolno strukturo raziskanega vzorca prikazuje Tabela 1. Primerjava z odgovarjajočimi skupinami celotne populacije na Sliki 1 kaže, da so deleži ljudi, ki jih je raziskava uspešno zajela v posameznem starostnem razredu, večinoma zelo podobni deležem v celotnem slovenskem prebivalstvu. Večja razlika je le v starostnem razredu 50 do 54 let. Pri anketiranju teh je bil primanjkljaj večji iz dveh razlogov: bolj pogosto kot drugi so bili konstantno nedosegljivi (za nekaj od njih so anketarji ugotovili, da so nedavno umrli) in bolj pogosto kot drugi so odklonili odgovarjanje na vprašalnik.

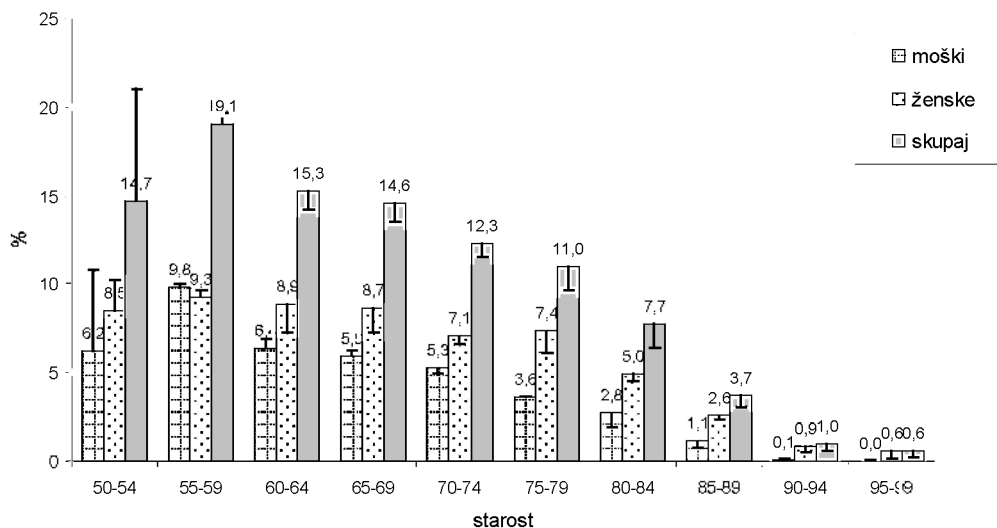
Povprečna starost anketiranih je bila 66,03 leta (moški 64,70 in ženske 66,95). Najmlajši obeh spolov so bili stari 50 let, najstarejši moški 91 let, najstarejša ženska 98 let.

V celotnem raziskanem vzorcu je žensk 17,5 % več kot moških. To razmerje odraža znano dejstvo, da živijo ženske povprečno skoraj desetletje dlje kot moški. Raziskane starostne skupine kažejo je iz leta v leto večji delež žensk, razkorak v razmerju je posebej opazen po 75. letu starosti. V starostni skupini 50 do 60 let pa je v vzorcu prebivalstva malce več moških kot žensk; pri izvedbi raziskave nam je to razmerje uspelo doseči v starostnem obdobju 55 do 59 let, medtem ko smo za obdobje 50 do 55 let zajeli več žensk kot moških.

Tabela 1: Starostna in spolna struktura raziskanega vzorca

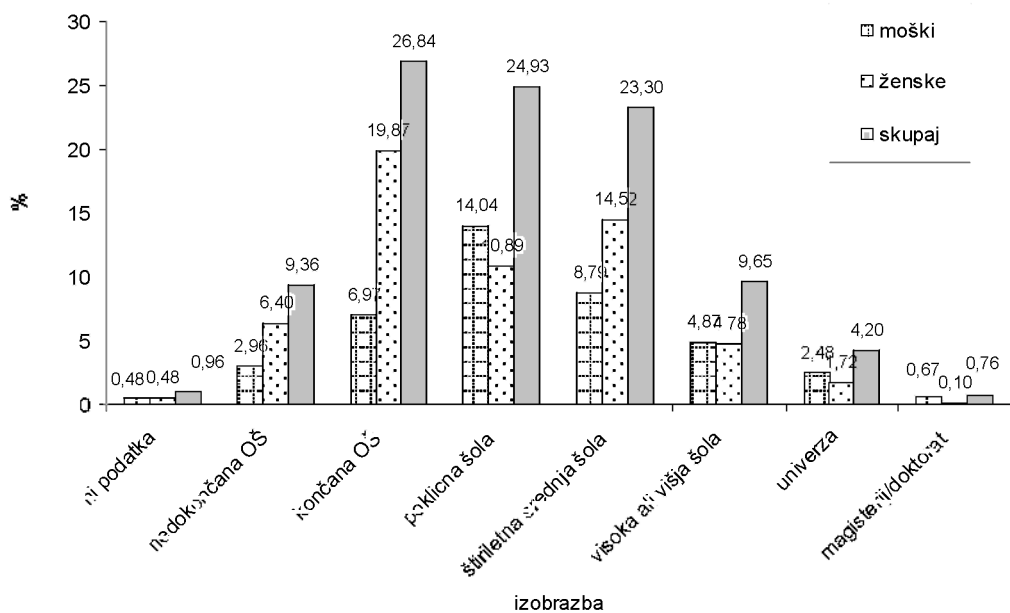
	moški (f)	ženske (f)	skupaj (f)	moški (%)	ženske (%)	skupaj (%)
50-54	65	89	154	6,21	8,50	14,71
55-59	103	97	200	9,84	9,26	19,10
60-64	67	93	160	6,40	8,88	15,28
65-69	62	91	153	5,92	8,69	14,61
70-74	55	74	129	5,25	7,07	12,32
75-79	38	77	115	3,63	7,35	10,98
80-84	29	52	81	2,77	4,97	7,74
85-89	12	27	39	1,15	2,58	3,72
90-94	1	9	10	0,10	0,86	0,96
95-99	0	6	6	0,00	0,57	0,57
skupaj	432	615	1047	41,26	58,74	100,00

Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010; N = 1047



Slika 1. Odstotek udeležencev po starostnih skupinah in spolu. Stolpci predstavljajo udeležence raziskanega vzorca, ročaji iz posameznih stolpcev pa razmerja celotne populacije teh starostnih skupin v Sloveniji. Vir za raziskavo Inštitut Antona Trstenjaka, 2010, N = 1047; vir za Slovenijo SURS, podatki za leto 2009, ko je bil izdelan vzorec za raziskavo.

Pri **izobrazbeni strukturi** raziskanega vzorca (Slika 2 in Tabela 2) izstopa sorazmerno velik delež ljudi z zelo nizko izobrazbo: več kot tretjina je ostala pri osnovnošolski izobrazbi, skoraj desetina ima celo nedokončano osnovno šolo. Če jim prištejemo še tiste s poklicno izobrazbo, jih ima popolno srednjo in višjo šolo dobra tretjina (37,9 %). Treba je upoštevati, da gre za populacijo, ki se je šolala pred, med in kmalu po drugi svetovni vojni. Tedaj je bilo šolanje do mature ali več veliko bolj redko kot pozneje, zato sorazmerno nizka izobrazba teh generacij v njihovem življenjskem okolju ne pomeni negativnega izstopanja.



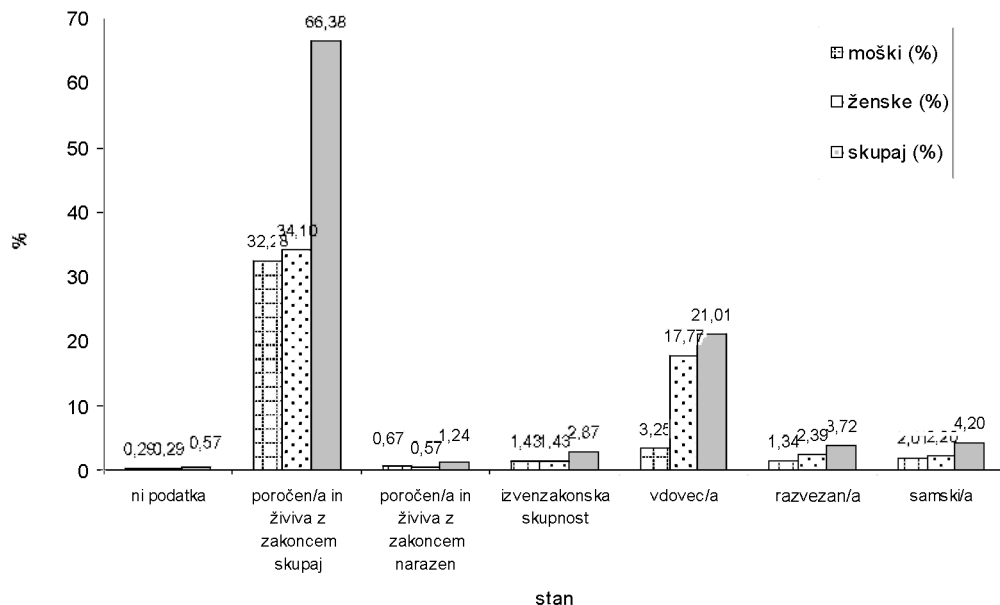
Slika 2. Izobrazbena in spolna struktura raziskanega vzorca. Vir: Inštitut Antona Trstenjaka 2010, N = 1047.

Tabela 2: Izobrazbena struktura raziskanega vzorca po starostnih skupinah

Starost (leta) / izobrazba	ni podatka (%)	nedokončana OŠ (%)	končana OŠ (%)	poklicna šola (%)	štiriletna srednja šola (%)	visoka ali višja šola (%)	univerza (%)	magisterij/doktorat (%)	skupaj (%)
50-54	0,19	0,67	2,58	3,82	4,30	2,10	0,76	0,29	14,71
55-59	0,10	1,53	4,97	6,02	4,11	1,53	0,86	0,00	19,10
60-64	0,48	1,24	3,34	3,44	4,11	1,72	0,76	0,19	15,28
65-69	0,00	1,34	2,96	3,82	4,11	1,81	0,48	0,10	14,61
70-74	0,00	0,96	3,34	3,34	2,87	0,76	0,86	0,19	12,32
75-79	0,00	2,10	3,72	2,48	1,81	0,76	0,10	0,00	10,98
80-84	0,10	0,96	3,06	1,34	1,24	0,67	0,38	0,00	7,74
85-89	0,00	0,29	2,01	0,57	0,67	0,19	0,00	0,00	3,72
90-94	0,00	0,29	0,38	0,10	0,10	0,10	0,00	0,00	0,96
95-99	0,10	0,00	0,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,57
skupaj	0,96	9,36	26,84	24,93	23,30	9,65	4,20	0,76	100,00

Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010; N = 1047

Strukturo raziskanega vzorca glede na stan kažeta Slika 3 in Tabela 3. Izstopa velik delež poročenih, ki živijo z zakoncem – skoraj natanko dve tretjini jih je (66,38 %). Med največjimi naložbami za starost je kakovostno sožitje v zakonu in družini. S kančkom hudomušnosti torej lahko rečemo, da je vsem tem potrebno le uspešno vodenje lepega sožitja in da nihče od njiju ne umre, pa imajo izpolnjen pomemben pogoj za kakovostno staranje. Na drugem mestu so ovdoveli, teh je dobra petina (21,01 %). Ker ženske živijo dlje kot moški in se njihov delež v primerjavi z moškimi v vsakim letu večja, je v celotni raziskani populaciji ovdovelih žensk (17,77 %) pet- in polkrat več kot moških (3,25 %). Skupaj s samskimi in drugimi skupinami, ki živijo brez partnerja, je slaba tretjina slovenskega starejšega prebivalstva bolj rizična za revščino, osamljenost in za oskrbo v starostni onemoglosti, če veljajo tudi za našo populacijo izsledki tujih in slovenskih raziskav. Vsi, posebno pa bolj rizični, lahko preprečujemo osamljenost na stara leta tako, da že v srednjih letih ustvarjamo trdnjše odnose z ljudmi, s katerimi bodo te povezave ugodne tudi v starosti. Če pa človek ostane sam zaradi smrti zakonca ali iz drugega razloga, je njegova prednostna naloga, da zdravo odžaluje izgubo bližnjega, navezuje nove stike z ljudmi in zaživi novo samostojnost z vsemi aktivnostmi, ki jih je zmožen. Zapiranje med štiri stene napravi starajočega se človeka kaj hitro onemoglega.



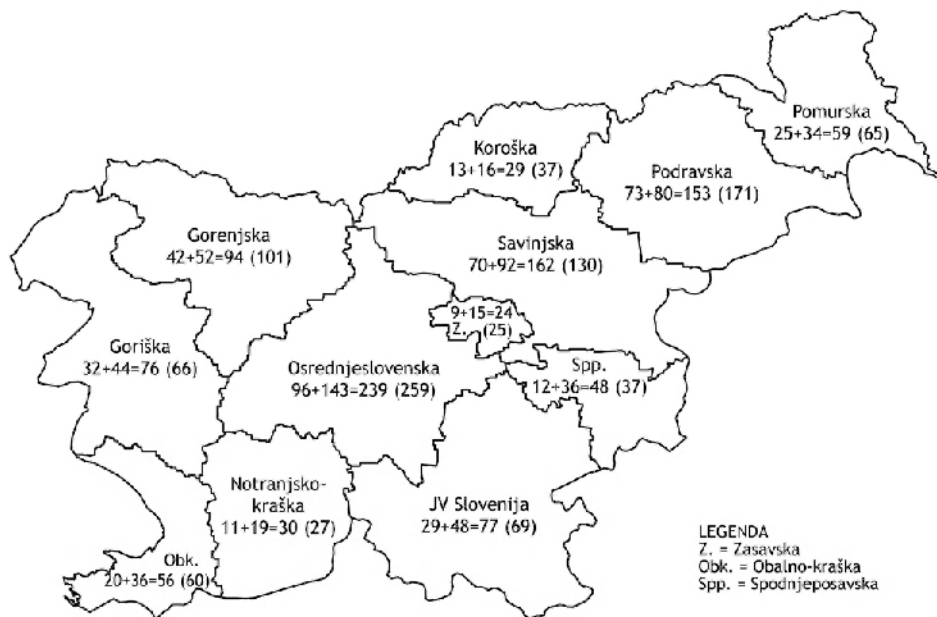
Slika 3. Struktura raziskanega vzorca glede na stan in spol. Vir: Inštitut Antona Trstenjaka 2010, N = 1047.

Tabela 3: Struktura raziskane populacije glede na stan in starostne skupine

starost (leta) / stan	ni podatka (%)	poročen/a in živiva z zakoncem skupaj (%)	poročen/a in živiva z zakoncem: ni razršen (%)	izvenzakonska skupnost (%)	vdovščina (%)	razvezan/a (%)	samski/a (%)	skupaj (%)
50-54	0,10	11,37	0,29	0,96	0,57	0,96	0,48	14,71
55-59	0,10	13,94	0,29	0,86	1,15	1,24	1,53	19,10
60-64	0,19	11,94	0,10	0,67	1,53	0,29	0,57	15,28
65-69	0,00	10,79	0,00	0,29	2,58	0,19	0,76	14,61
70-74	0,00	9,07	0,29	0,10	2,48	0,29	0,10	12,32
75-79	0,00	4,78	0,10	0,00	5,25	0,57	0,29	10,98
80-84	0,10	3,34	0,00	0,00	3,92	0,19	0,19	7,74
85-89	0,00	0,96	0,19	0,00	2,48	0,00	0,10	3,72
90-94	0,00	0,19	0,00	0,00	0,76	0,00	0,00	0,96
95-99	0,10	0,00	0,00	0,00	0,29	0,00	0,19	0,57
skupaj	0,57	66,38	1,24	2,87	21,01	3,72	4,20	100,00

Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010; N = 1047

V tej uvodni predstavitvi naše raziskave navajamo le še **strukturo raziskanega vzorca po statističnih regijah Slovenije** (Slika 4).



Slika 4. Porazdelitev raziskanega vzorca po statističnih regijah Slovenije. Enačba: število moških + število žensk = skupno število oseb v vzorcu, v oklepaju je navedeno število oseb, ki bi jih bilo potrebno zajeti v posamezni statistični regiji glede na velikost vzorca ob upoštevanju dejanske porazdelitve prebivalstva. Vir: Inštitut Antona Trstenjaka, 2010, N = 1047.

V raziskanem vzorcu prebivalstva je skoraj tri četrtine upokoјencev: 70,6 % brez dodatne zaposlitve in 2,6 % z dodatno zaposlitvijo. Zaposlenih s polnim delovnim časom je 14,9 %, z delnim delovnim časom ah sezonsko 1 %, kmetovalcev 0,6 % in 4,1 % brezposelnih.

Ker smo v zdravstvenem delu vprašalnika spraševali tudi po višini in teži anketirancev, dodajamo kot zanimivost tudi te podatke. Povprečna teža prebivalcev Slovenije, ki so stari 50 let in več, je 77,37 kg, visoki so 167,69 cm; in sicer so ženske visoke 161,24 cm in tehtajo 71,86 kg, moški pa so 174,13 cm visoki in 84,29 kg teški. Izračun povprečnega indeksa telesne mase (ITM) kaže za moške 27,63 in za ženske 27,33. Ker je ta indeks od 18,5 do 24,9 normalen, med 25,9 in 29,9 povišan, nad 30 pa pomeni debelost, naši podatki kažejo, da imamo Slovenke in Slovenci po 50. letu v povprečju po nekaj kg preveč, kar pomeni nekoliko večjo ogroženost za kronične nenalezljive bolezni, zlasti srčno žilne, za bolezni sklepov in hrbtenice.

Raziskano populacijo spoznamo bolje tudi po nekaterih podrobnostih, ki so jih anketarji zapisali v vprašalnik takoj po vsakem anketiranju.

O njihovi telesni, duševni in socialni svežini pove nekaj podatkov, da je 90,3 % anketirancev odgovarjalo samih na celoten vprašalnik, pri 9,7 % izpolnjenih vprašalnikih pa je na vprašanja, ki so bila označena z AB odgovarjal kdo od bližnjih; v dobri tretjini teh primerov zakonci, sledijo pa hčere, sinovi, vnuki, snahe, nečaki, posvojenci, medicinska sestra v domu za stare ljudi.

Velika večina anketirancev (94,9 %) je odgovarjala na vprašalnik sede, za 1,2 % so anketarji zapisali, da so odgovarjali leže – to so zelo bolni ah starostno oslabeledi, medtem ko so za 3,9 % zapisali nekaj v rubriko »drugo«: da so stali, sedeli in občasno vstali, se malo sprehodili po prostoru ali kaj postorili, npr. pri štedilniku, ker je odgovarjanje potekalo med kuhanjem obroka, sedeli in nato legli ali obratno, za nekaj primerov so zapisali, da so bili v invalidskem vozičku, za dva primera pa, da sta živčno hodila po sobi.

Glede na to, da stanuje v domovih za stare ljudi slabih 5 % starejših od 65 let, bi jih moralo biti med našimi anketiranci približno 25. Pri izvedbi smo se posebej trudili, da bi jih dobili čim več; uspeli smo jih zajeti 16. Pri nekaterih so sosedge vedeli le to, da je v nekem domu za stare ljudi, ne pa v katerem. Nekateri v domovih zaradi oslabeledosti niso bili zmožni nič odgovarjati, za odgovarjanje na vprašanja AB pa ni bilo mogoče dobiti niti svojcev niti oskrbovalcev. Sorazmerno majhno število ljudi v raziskanem vzorcu, ki živijo v domovih za stare ljudi, seveda ne dopušča nikakršnega sploševanja spoznanj o tej populaciji; za to bi bila potrebna posebna vzporedna raziskava reprezentativnega vzorca stanovalcev v domovih.

Anketiranje je potekalo v stanovanju anketiranca pri 87,6 %, pri 12,4 % pa drugje – najpogosteje na terasi, vrtu ali klopi pred hišo (7,6 %), na delovnem mestu (1,6 %), v stanovanju hčerk ali koga drugega od svojcev, na vikendu (1,2 %), v gostinskem lokalu (1 %) in v domu za stare ljudi.

Vsak anketar je poleg navedenih in podobnih podatkov čisto na koncu ankete lahko prosto zapisal svoja opažanja. Nekateri (zlasti Slavica Valenčak in Blaž Švab), ki so veliko in uspešno anketirali, pa so še dodatno napisali po več strani svojih osebnih opažanj, spoznanj, izkušenj in drugih utrinkov ob anketiranju. Ti zapisi anketarjev so pristen izraz mladih, socialno čutečih intelektualcev o materialnem, duševnem, socialnem in duhovnem bogastvu ter revščini slovenskih ljudi, s katerimi so prišli v globok socialni stik pri tem obsežnem anketiranju. Tudi ti zapisi zaslužiijo temeljito kvalitativno obdelavo.

5. SKLEP – NADALJNJE OBDELAVE IN OBJAVE

Z raziskavo *Stališča, potrebe in zmožnosti, ki jih imajo prebivalci RS, stari 50 let in več, na področju zdravja in socialnega funkcioniranja* dobiva Slovenije prvič obsežne raziskovalne in mednarodno primerljive podatke za to področje. Naš cilj je, da bi bili čim prej in čim bolj v celoti dostopni strokovni, politični in civilni javnosti, ki ta spoznanja potrebuje in jo zanimajo. Nekaj smo jih posredovali že pred to objavo.

Vlada RS je ob koncu leta 2010 prejela sumarne rezultate, da bi – zlasti ministrstvoma za zdravje ter za delo, družino in socialne zadeve – služili za orientacijo pri pripravi zakonodaje in strategij na področju staranja in medgeneracijske solidarnosti. V *Kakovostni starosti* je bila objavljena delna analiza podatkov o medgeneracijski komunikaciji (Ramovš, Slana 2010). Na evropskem gerontološkem kongresu aprila 2011 v Bologni sta bila predstavljena dva prispevka na osnovi te raziskave (Ramovš J., Ramovš K., Slana 2011; Ramovš J., Ramovš K., Starc 2011). Podatki o stališčih do varovanja slovenskega jezika so bili obdelani za mednarodni 47. seminar slovenskega jezika, literature in kulture ter objavljeni v zborniku.

V letu 2011 si bomo prizadevali za celovitejšo objavo in nekatere podrobnejše analize raziskovalnih podatkov.

LITERATURA

- Accetto Bojan (1987). *Starost in staranje. Osnove medicinske gerontologije*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Accetto Bojan (2006). *Med zdravniki in bolniki. 40-let od ustanovitve Inštituta za gerontologijo in geriatrijo*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje.
- Bazzoli M. (2008). *Misura e percezione della diabilità fra gli anziani. Un'analisi comparativa a livello europeo*. Padua: Università di Padua.
- Berlin (2002). <http://www.unecce.org/ead/pau/age/conl2002frame.htm>.
- Börsch-Supan A., Brügiavini A., Jürges H., Kapteyn A., Mackenbach J., Siegrist J., Weber G. (2008). *Health, ageing and retirement in Europe (2004-2007). Starting the longitudinal dimension*. Mannheim: Mannheim Research Institute for the Economics of Aging (MEA).
- Butler S. Sandra, Kaye W. Lenard, ured. (2003). *Gerontological Social Work in Small Towns and Rural Communities*. New York – London: The Haworth Social Work Practice Press.
- Engelhardt Henriette, Hrsg. (2009). *Altern in Europa. Empirische Analysen mit dem Survey of Health, Ageing und Retirement in Europe*. Bamberg: University of Bamberg Press.
- Hojnik Zupanc Ida (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Znanstvena knjižnica FDV.
- Hvalič Simona (2007). *Supporting Family Carers of Older People in Europe – The National Background Report for Slovenia*. Hamburg: Lit Verlag Dr. W. Hopf.
- Hvalič Simona (2007a). »Tukaj smo« Opazite naše delo« Pomagajte nam!« – Raziskava o oskrbi starega človeka v družini. V: *Kakovostna starost*, letnik 10, št. 2, str. 4–27.
- Kakovostna starost (1998 in naprej). Časopis za socialno gerontologijo in medgeneracijsko sožitje. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
- Kart S. Cary, Kinney M. Jennifer (2000). *The realities of aging. An introduction to gerontology*. Boston – London – Toronto – Sydney – Tokyo – Singapore: Allyn and Bacon.
- Lenarčič Blaž, Ramovš Jože (2006). Uporaba informacijsko-telekomunikacijskih tehnologij med tretjo generacijo v občini Komenda. V: *Kakovostna starost*, letnik 9, št. 1, str. 15–20.
- Leon (2007). *Deklaracija UNECE ministrske konference*; http://www.unecce.org/pau/age/ConferenceonAgeing2007/ECE_AC30_2007_L1_E.pdf
- Madrid (2002). <http://www.un.org/esa/socdev/ageing/waa/>.
- MDDSZ (1997). *Program razvoja varstva starejših oseb na področju socialnega varstva v Sloveniji do leta 2005*. Republika Slovenija: Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve.

- Zdravko Mlinar (2008). *Življenjsko okolje v globalni informacijski dobi. Prva knjiga. Prostorsko-časovna organizacija bivanja*. Raziskovanja na Koprskem in v svetu. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Občina Komenda (2006). Razvojni program skrbi za kakovostno staranje in za sožitje med generacijami v občini Komenda za obdobje od 2006 do 2015. Sprejet na 34. seji občinskega sveta, 28.9.2006. V: Ramovš Jože. *Kakovostno staranje in sožitje generacij v Komendi*. Komenda: Občina, str. 73–76.
- Olson L. Katz (1994). *The Graying of the World. Who Will Care for the Frail Elderly?* New York – London – Norwood (Australia): The Haworth Press.
- Pecjak Vid (1998). *Psihologija tretjega življenjskega obdobja*. Bled: samozaložba.
- Ramovš Jože (2003). *Kakovostna starost. Socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in SAZU.
- Ramovš Jože (2006). *Potenciali in potrebe tretje generacije v občini Komenda*. V: *Kakovostna starost*, letnik 9, št. 3, str. 19–33.
- Ramovš Jože (2006a). *Kakovostno staranje in sožitje generacij v Komendi*. Komenda: Občina.
- Ramovš Jože (2007). *Potreba po oskrbi in oskrbovanje tretje generacije v občini Komenda*. V: *Kakovostna starost*, letnik 10, št. 3, str. 28–43.
- Ramovš Jože (2009). *Za kakovostno staranje in lepše sožitje med generacijami*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.
- Ramovš Jože, Slana Mojca (2010). *Komuniciranje med generacijami*. V: *Kakovostna starost*, letnik 13, št. 3, str. 16–25.
- Ramovš J., Ramovš K., Slana M. (2011). Dependency and care in old age – preferences of older Slovenians. V: *Aging clinical and experimental research*, Vol. 23, Suppl. To No. 1, VII European Congress: Healthy and Active Ageing for All Europeans, Bologna (Italy), April 14–17.2011, str. 242.
- Ramovš J., Ramovš K., Starc M. (2011). Achievement of life purpose and subjective well-being among elderly (50+) in Slovenia. V: *Aging clinical and experimental research*, Vol. 23, Suppl. To No. 1, VII European Congress: Healthy and Active Ageing for All Europeans, Bologna (Italy), April 14–17.2011, str. 274.
- Redburn E. David, McNamara P. Robert (ur.) (1998). *Social gerontology*. Westport, Connecticut-London: Auburn House.
- Smrkolj Vladimir, Komadina Radko, ur. (2004). *Gerontološka travmatologija*. Celje: Grafika Gracer.
- Stražnišnik Polonca, Daks Iris (2007). *Družinska socialna mreža starostnikov v občini Radlje ob Dravi: diplomska naloga*. Ljubljana: Fakulteta za socialno delo Univerze v Ljubljani.
- Stuart-Hamilton Ian (2000). *The Psychology of Ageing. An Introduction*. 3rd edition. London – Philadelphia: Jessica Kingsley Publishers.
- Svet EU (2005). *Zelena knjiga »Odziv na demografske spremembe: nova solidarnost med generacijami«*. Bruselj, 2005, uradni slovenski prevod.
- Treacy Pearl, Butler Michelle et al. (2005). *Loneliness and Social Isolation Among Older Irish People*. Report No. 84, marec 2005.
- UN (2005). *Living Arrangements of Older Persons Around the World*. New York: United Nations Department of Economic and Social Affairs/Population Division; ST/ESA/SER.A/ 40.
- Vlada RS (2007). *Strategija varstva starejših do leta 2010 – solidarnost, sožitje in kakovostno staranje prebivalstva*. Ljubljana: Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve.
- WHO (2007). *Global Age-friendly Cities: A Guide*. Geneva: World Health Organization.
- Walker Alan, Hagan Catherine, (ur.) (2004). *Growing Older – Quality of Old Age*. Hennessy: Open University Press.
- <http://www.share-project.org/> (sprejem 1.6.2011).
- <http://www.ukc.de/extern/eurofamcare/> (sprejem 1.6.2011).
- www.inst-antonatrstenjaka.si.

Kontaktne informacije:

Dr. Jože Ramovš

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje
Resljeva 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana
e-naslov: joze.ramovs@guest.arnes.si

Božidar Voljč

Epidemiološka tranzicija in spremenjena narava staranja

POVZETEK

Pričakovano trajanje življenja ob rojstvu se podaljšuje že več desetletij. Po teoriji epidemiološke tranzicije prevzemajo nekdanjo vlogo nalezljivih bolezni kronične nenalezljive bolezni. V skladu s teorijo zgoščevanja obolevnosti pa se nastop kroničnih bolezni pomika v višja starostna obdobja. Moderna evropska družba starejših je zato drugačna od prejšnjih in izkazuje neizkoriščene intelektualne, izkustvene in fizične potencialne. Pričakovati je, da bo vedno več starejših vključenih v družbena dogajanja z najrazličnejšimi družbenimi aktivnostmi. S tem bo podaljšana zdrava starost utemeljila svoj strokovni in družbeni smisel.

Ključne besede: pričakovana življenjska doba, epidemiološka tranzicija, zgostitev obolevnosti, aktivnostna tranzicija starejših

AVTOR: *Doc. dr. Božidar Voljč, dr. med., je diplomant javnega zdravstva in specialist družinske medicine. Bil je direktor zdravstvenih domov, vodil je Zavod RS za transfuzijsko medicino, katerega delovanje je povzdignil na raven kolaborativnega centra Svetovne zdravstvene organizacije (SZO). V neodvisni Sloveniji je bil minister za zdravstvo v prvi slovenski vladi, član Izvršilnega odbora SZO, na Inštitutu Antona Trstenjaka pa vodi zdravstveno gerontologijo.*

ABSTRACT

Epidemiological transition and the changed nature of ageing

Life expectancy at birth has been on the rise for several decades. According to the theory of epidemiological transition, chronic non-communicable diseases are taking the former role of communicable diseases. In accordance with the theory of the compression of morbidity, the onset of chronic diseases is postponed to later ages. The modern European society of elderly people therefore differs from former societies and presents untapped intellectual, experiential and physical potentials. It can be expected that more and more elderly will be involved in social happenings with various social activities. This will substantiate the professional and societal meaning of extended healthy old age.

Key words: life expectancy, epidemiological transition, compression of morbidity, activity transition in the elderly

AUTHOR: *Dr. Božidar Voljč, M.D. is a specialist in family medicine and Public Health. He was a director of two primary health care centers in Ribnica and Kočevje and a director of The Blood Transfusion Centre of Slovenia that during his management became a collaborative centre of the World Health Organization (WHO). He was the minister of health in the first government in independent Republic of Slovenia and a member of the WHO Executive Board. He is also in charge of the Anton Trstenjak Institute's endeavors in medical gerontology.*

1. UVOD

Zadnji Ljubljanski maraton je v dolžini 21 kilometrov pretekla tudi 82 let stara gospa. Novica o tem je bila zgolj medijska poslastica in je v nekaj dneh poniknila v novih medijskih sporočilih. Slovenska strokovna javnost pa je v celoti spregledala zgodovinski pomen tega dogodka. Najbrž se tudi sama gospa ne sprašuje po širšem ozadju svojega dosežka. Bila je najstarejša udeleženka maratona, ki pa so ga uspešno pretekli tudi drugi starejši udeleženci in to v letih, ki presegajo biološki limit 70 let pričakovanega življenja ob rojstvu, ki ga je gerontološka znanost razglašala pred 40 leti. Po takratnih kriterijih je bila to starost, v kateri je v povprečju izčrpana življenska moč človeškega organizma. Zato so menili, da na tem področju ni mogoče pričakovati pomembnega izboljšanja (Satariano, 2006: 12). V Sloveniji je bilo takrat pričakovano trajanje življenja ob rojstvu za moške dobrih 65 let, za ženske pa 72 let (Cvahte, 1972: 13). Do leta 2005 se je ta meja za moške povečala na skoraj 75 let, za ženske pa na 82 let, na starost naše maratonke. Njen dosežek dokazuje, da življenska moč tudi v njeni starosti še ne more biti izčrpana. In res med starejšo populacijo danes po vsem svetu najhitreje narašča prav skupina starih 80 let in več. Vsako leto jih je po svetu več za 3,8 %, predstavljajo že več kot 10 % vseh starejših, do leta 2050 pa naj bi se njihovo število podvojilo (Vertot, 2008).

2. TEORIJA EPIDEMIOLOŠKE TRANZICIJE

Svet se stara, z njim pa tudi Slovenija. Nekdanjo visoko rodnost in umrljivost je zamenjala nizka rodnost, umrljivost pa se pomika v vse višjo starost. Zdravstveni, socialni, izobrazbeni in vedenjski razlogi daljšega življenja so več ali manj znani, manj jasne pa so posledice velike demografske tranzicije, ki še zdaleč ni končana. Povprečno trajanje življenja je danes v razvitem svetu okrog 85 let, vendar pa nihče več ne reče, da je to meja, ob kateri ne moremo več pričakovati velikih sprememb. Glavnina smrtnosti med starimi je res v času med 85 in 95 leti, vendar pa v Sloveniji tudi stoletnikov še nikoli nismo imeli toliko. Leta 2008 jih je bilo 164, med njimi tudi nekaj takih, ki so še vedno skrbeh sami zase (Vertot, 2008).

Velike spremembe so se zgodile tudi na epidemiološkem področju. Letos mineva 40 let, kar je Omran objavil teorijo epidemiološke tranzicije (Omran, 2005), s katero je napovedal današnjo sliko incidence in prevalence bolezenskih stanj. Rekel je, da s podaljševanjem življenja vlogo nalezljivih bolezni, ki so v vsej zgodovini krojile usodo posameznikov, družin, narodov in sveta, prevzemajo kronična nenalezljiva bolezenska stanja, predvsem kardiovaskularne bolezni in malignomi (IVZ, 2008: 69). Bolj ko se družba stara, več je med njenimi pripadniki kroničnih nenalezljivih bolezni. Pri tem je potrebno vedeti, da epidemiološka tranzicija v nobenem okolju ne poteka na pravičen in enakopraven način in da tako med posamezniki, kakor tudi med državami velja pravilo socialnega gradienta (Marmot, 2007). Po drugi strani pa je daljše trajanje življenja krhek dosežek, ki se lahko hitro sesuje, kakor je pokazal primer Rusije po razpadu Sovjetske zveze (Danishevski, 2008).

3. EKONOMISTIČNO IN POLITIČNO RAZUMEVANJE STARANJA

Ekonomisti, ki napovedujejo prihodnost, svarijo vlade pred posledicami naraščajoče dolgoživosti, ki so socialne, politične, ekonomske in zdravstvene narave. Če ne bo korenitih sprememb v dolžnostih in pravicah, pravijo, se bo zaradi močno povečanega števila bolnih in dolgotrajne oskrbe potrebnih starih ljudi dosedanja urejenost sistemov zrušila z neslutnimi družbenimi posledicami. Večina politikov in vlad deli z njimi enako mnenje. V skrbi za stabilnost pokojninskih in zdravstvenih blagajn uvajajo bolj ali manj korenite spremembe, sindikati in tisti, ki se bodo v kratkem upokojili, pa si prizadevajo ohraniti dosedanje pravice. Vzpostavljajo se razmerja, ki smo jim danes priča tudi v Sloveniji. Na tak način družba starejše sprejema predvsem kot problem, politika pa zaradi naraščajoče moči volilnih glasov starejših ne tvega odprtega spopada z njimi. Tako se vrtimo med ponudbami in obljubami na eni in grožnjami ter protesti na drugi strani.

4. TEORIJA ZGOSTITVE OBOLEVNOSTI

Ta kratek politični diskurz ni brez epidemiološkega ozadja, ki ga pooseblja teorija zgostitve obolevnosti. Objavil jo je Fries leta 1980 (Fries, 2005). Sprva je bila deležna hudih kritik, danes pa jo v razvitem svetu po večini sprejemajo, saj s svojim razumevanjem narave staranja ponuja možnost drugačnih političnih pristopov in rešitev. Teorija v nasprotju s splošnim prepričanjem, da se bo s staranjem prebivalstva močno povečala prevalenca kroničnih nenalezljivih bolezni z vsemi vrstami dolgotrajnih in nege potrebnih zdravstvenih problemov, pravi, da se ne podaljšuje le trajanje življenja, ampak tudi starost brez bolezni. S tem se začetek za starost značilnih kroničnih bolezni odlaga v vse višjo starost. Ker pa večina starih umre tja do 90. oz. 95. leta, za bolezni ne ostane več prav dosti časa. Zgoščenost obolevnosti tudi v starosti pozna prezgodnjo umrljivost, ki je posledica kroničnih bolezni in naravno smrt, ko človek ugasne zaradi izčrpane življenjske sile, čeprav ni bolan. Ob tem ne smemo pozabiti, da danes o kroničnih boleznih vemo več kot kdajkoli prej in jih znamo voditi tako, da so manj nevarne in da je tudi z njimi mogoče dolgo živeti na zdrav in aktiven način. In res, vedno več starih ohranja zdravje v pozna leta, pred smrtjo pa so bolni razmeroma kratek čas, neredko le nekaj tednov ali še manj. Dokaz za to je, da med starimi najhitreje narašča skupina vitalnih in samostojnih starostnikov nad 80 let, ki so sposobni preteči celo maraton. Ob tem lahko le obžalujemo, da so v preteklosti ljudje morali umirati tako mladi. Predvsem pa že dolgo več ne moremo sprejeti pogosto citirane misli rimskega filozofa Seneke, da je *»senectus ipsa morbus«*, da je starost že sama po sebi bolezen!

5. STAREJŠI KOT DRUŽBENI POTENCIAL

V razvitih okoljih, med katere sodi tudi Slovenija, se je od končane druge svetovne vojne naprej življenje posameznika v povprečju podaljšalo za 20 let (Vertot, 2008). Ta leta povečini zdravega življenja so dodana starosti in velika večina starih jih preživlja v vlogi upokojencev.

Kako dodano življenje sprejema družba, kako jo sprejema sama starejša generacija? Je starost še vedno čakalnica za odhod, ali pa je lahko taka, kakršna je danes, še kaj več? So starejši generacija, ki od družbe predvsem sprejema, ali ji s svojimi izkušnjami in znanjem še vedno lahko tudi kaj da? Je podaljšanje življenja le samemu sebi namen, je to res zgodovinski uspeh moderne družbe, ali pa je zaradi odprtih socioloških, ekonomskih in zdravstvenih posledic bolj neuspeh uspeha? Kje naj iščemo odgovore na ta vse bolj aktualna vprašanja? Na zadnji generalni skupščini *AGE Platform Europe*, maja 2010 v Bruslju, je evropska komisarka Viviane Reding rekla tudi tole: *»Res je, da smo soočeni z neprimerljivo demografsko spremembo. Vendar ne pozabimo, da starejši Evropejci svojim družbam, skupnostim in družinam lahko še veliko prispevajo. Oni niso naš problem, ampak so del rešitve.«* (Trama-Zada, 2010). S tem se lahko strinjamo s komaj kakšnimi pridržki. Le na tak način lahko kljub neveselemu stanju duha, ki s tem v zvezi danes prevladuje v naši Sloveniji, tudi pri nas iščemo perspektivne dolgoročne rešitve.

Ena največjih prednosti življenja v pokoju je v svobodi odločanja, na kakšen način, s kom in kje bomo preživljali svoj čas. Ni več šefov, ni več neizogibnega izpolnjevanja delovnih obveznosti, ne beleži se več delovnega časa, niti ne njegovih izkoristkov. So pa druge težave, ki zmanjšujejo ta krasni občutek svobode in zaradi katerih si marsikdo kmalu po upokojitvi želi zaposlitev nazaj, z vsemi njenimi nadlogami vred. Boli občutek, da so vse izkušnje, vse naše znanje od dneva upokojitve dalje za družbo povsem nepomembni. *»Veliko vem in marsikaj bi lahko še svetoval, pa me nihče nikoli nič ne vpraša«*, mi je pred leti rekel pokojni učitelj, prof. dr. Branko Kesić, svetovno znani hrvaški strokovnjak s področja javnega zdravstva. Nenadno obilico časa in občutek nekoristnosti pa je treba z nečim izpolniti. Pri nas se upokojemcem ponujajo številne prostočasne aktivnosti, izleti, prireditve, telovadbe, plesi, univerze za tretje življenjsko obdobje in podobno. Prostočasne aktivnosti še prevladujejo, čeprav se med upokojemci že uveljavljajo tudi družbene aktivnosti. Med te sodijo prostovoljstva, različne oblike nadaljevanja poklicnih aktivnosti, širiteljski tečaji in skupine, starosti prijazna mesta in občine, vključenost v raziskovalne projekte, politične aktivnosti in podobno, pa tudi kar naprej omenjana pomoč pri nadzoru in vzgoji vnukov. Pri teh aktivnostih starejši svoje znanje in izkušnje posredujejo svoji okolici, obenem pa vzdržujejo socialno in duševno aktivnost, ki jim daje občutek pripadnosti in koristnosti. Na ta način se doslej zanemarjani strokovni in izkustveni potencial starejših družbi vrača na načine, ki jih je omogočila šele naraščajoča dolgoživost.

6. AKTIVNOSTNA TRANZICIJA STAREJŠIH

Leto 2012 bo evropsko leto aktivnega staranja in medgeneracijskega sožitja. Evropska komisija in *AGE Platform Europe* pozivata države članice in njihove organizacije starejših, naj v svojih okoljih iščejo inovativne variante zaposlenosti in družbenih aktivnosti za starejše, pisane na kožo njihovih potreb, ki jih bodo na aktiven način vključevale v družbena dogajanja, in ne bodo konkurenca zaposlovanju mladih, ampak temelj dolgoročnega medgeneracijskega sožitja. Tradicionalna družbena vloga upokojemcev prej ali slej vodi v generacijsko pasivnost. Dolgoživost moderne družbe starejših in trenutna podoba epidemioloških razmer

pa pomenita osnovo še ene spremembe, ki jo na Inštitutu Antona Trstenjaka pojmuje kot aktivnostno tranzicijo starejših. Po njej bo število dolgoživih in zdravih upokojencev, ki bodo s svojim znanjem in izkušnjami želeli ostati družbeno aktivni, vedno večje. To jim bodo omogočale tudi nove oblike starejšim primernih zaposlitev. S tem se bo spremenilo tudi dosedanje družbeno in politično pojmovanje starosti. Izhajamo iz hipoteze, da je tak razvoj skladen s človeško naravo in da je povezan s socialno odgovornostjo ter kulturno tradicijo evropske družbe. Težko si je predstavljati, da bi potenciali podaljšanega življenja ostali neizkoriščeni, ker v takem primeru dolga in zdrava starost izgubi svoj naravni smisel.

82 let stara gospa Helena Žigon, ki je pretekla zadnji Ljubljanski maraton, ni le osamljen medijsko zanimiv primer, ampak napovednik nadaljnih epidemioloških in družbenih sprememb. V počastitev njenega dosežka objavljamo v tej številki še njeno pripoved o življenjskih in rekreacijskih izkušnjah.

LITERATURA

- Cvahte Saša, Kastelic Ivan, Neubauer Robert in Odar Zvone (1972). *Zdravstveno stanje prebivalstva SR Slovenije*. Ljubljana: Zavod SRS za zdravstveno varstvo.
- Danishovski Kirill (2008). The Russian Federation: Difficult history of target setting. V: Wismar Matthias, McKee Martin, Ernst Kelly, Srivastava Divya in Busse Reinhard (ured.) *Health targets in Europe: learning from experience*. Observatory Studies Series No. 13. Copenhagen (DK): WHO Regional Office for Europe v imenu European Observatory on Health Systems and Policies, str. 147–164.
- Fries James F. (2005). The compression of morbidity. V: *The Milbank Quarterly*, letnik 83, št. 4, str. 801–823.
- IVZ (2008). *Zdravstveno statistični letopis 2008*. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja RS.
- Marmot Michael (2007). Achieving health equity: from root causes to fair outcomes. V: *The Lancet*, letnik 370, št. 9593, str. 1153–1163.
- Omran Abdel R. (2005) The epidemiologic transition: A theory of the epidemiology of population change. V: *The Milbank Quarterly*, letnik 83, št. 4, str. 731–757.
- Satariano W. A. (2006). *Epidemiology of aging: An ecological approach*. Sudbury: Jones and Barlett Publishers.
- Trama-Zada D. (2010). *What can the EU do to promote older people's Fundamental Rights in today's ageing and recession context?* Plenary Session of the General Assembly of AGE Platform Europe, Bruselj, 7. 5. 2010.
- Vertot Nelka (2008). *Prebivalstvo Slovenije se stara – potrebno je medgeneracijsko sožitje*. Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije.

Kontaktne informacije:

Dr. Božidar Voljč

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

Resljeva 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana

e-naslov: bozidar.voljc@gmail.com

Urška Končan

Kako generacije doživljajo druga drugo

POVZETEK

Svetovno prebivalstvo se naglo stara, to pa postavlja nove izzive tudi na področju razumevanja med generacijami. Članek analizira podatke o medsebojnem doživljanju generacij. Raziskava je pokazala, da pri vseh generacijah prevladuje mnenje, da so se generacije v preteklosti bolje razumele med seboj (najbolj pri starejši generaciji). Anketiranci vseh treh generacij so največji prispevek k sožitju in medsebojnemu razumevanju najpogosteje pripisali srednji generaciji (najpogosteje mlada generacija). Podatki so pokazali tudi, da mlada generacija veliko bolj pozitivno doživlja tretjo generacijo kot tretja mlado. Demografska situacija zahteva, da se naučimo sprejemati vsako življenjsko obdobje in danosti, ki so v njem, ter da ponovno vzpostavimo močnejše medgeneracijske vezi.

Ključne besede: generacije, medgeneracijsko doživljanje, sožitje, razumevanje generacij

AVTORICA: *Urška Končan* je univerzitetna diplomirana sociologinja. Napisala je diplomsko delo *Medgeneracijsko zavezništvo skozi prizmo medsebojnega doživljanja generacij*. Je prostovoljka pri delu z mladimi in starejšimi. Že nekaj let je katehistinja in animatorka, vodi tečaj *Preprečimo padce v starosti* in obiskuje tečaj usposabljanja za medgeneracijsko druženje s starimi ljudmi.

ABSTRACT

How do the generations experience each other

World population is rapidly aging, and this poses new challenges for understanding between generations. This paper analyzes data on the mutual experience between generations. The research has shown that past generations understood each other better than today's and that the middle generation has a key role as a bridge for connecting, understanding and harmony between them. The data also showed that the views of the young generation on the third generation are much more positive than the views of the third generation on the young generation. The demographic situation demands that we learn to accept each life stage and its characteristics, and to re-establish stronger ties between generations.

Key words: generations, intergenerational experiencing, coexistence and understanding of generations

AUTHOR: *Urška Končan* graduated in the field of sociology. She wrote a thesis on *Intergenerational alliance through the prism of mutual experience of generations*. She is a volunteer working with young and older people. She is a catechist and animator, leads a group course on fall prevention in old age and attends a training course for intergenerational socializing with the elderly.

1. PREDNOSTI IN OVIRE ZA SOŽITJE MED GENERACIJAMI

Mlada, srednja in tretja generacija sestavljajo nedeljivo družbeno celoto. Da pa bi družba delovala enotno in kot celota, morajo vse tri generacije skupaj sodelovati in kolikor se le da bivati v sožitju. Generacije imajo v današnjih razmerah med seboj malo živih stikov. Pogosto druga druge niti ne poznajo, zato vladajo med njimi predsodki in stereotipna gledanja. Eden od njih je, da stari in mladi ne gredo skupaj. Trstenjak je zelo modro dejal: »*Važno je, da se poznajo in razumejo in da spoštujejo posebnosti, ki jih življenje samo prinaša: pri starih boleče slovo od življenja, pri mladih pa gorečo slovo po življenju*« (Trstenjak, 1991).

Generacije so v zadnjem stoletju dosegle izjemen razvoj znanja na materialno-tehničnem in naravoslovnem področju, medtem pa so pozabile na kakovost osebnega razvoja in sožitja med generacijami. Z daljšanjem povprečne življenjske dobe se spreminjajo deleži posameznih generacij, to pa spreminja odnose med generacijami. Te spremembe postajajo tako obsežne, da je njihove vplive moč čutiti na večini področij družbenega in gospodarskega življenja. Vse več je teženj, da bi generacije obravnavali ločeno z vidika pridobljenih pravic. Neustrezne sistemske rešitve lahko privedejo celo do medgeneracijskih konfliktov. Mnogi sistemi v družbi (npr. pokojninski, zdravstveni, dolgotrajna oskrba) so že postavljeni v novo stvarnost, drugi se s spremenjenimi razmerami šele srečujejo – vsekakor bo v prihodnosti potrebno obsežno in poglobljeno prilagajanje (Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve, 2008).

Pogled posamezne generacije je odvisen od tega, kateri generaciji sama pripada. Na odnose pomembno vplivajo osebne spremembe posameznika in nasploh spremembe v družbi. Velikokrat pozabljamo, da so medgeneracijski odnosi dvosmerni pojav. Vsak sprejema od drugega in prenaša na drugega. Tu imajo še posebno močan vpliv sorodniki, solidarnost in drugi faktorji, ki predstavljajo medgeneracijske razlike (Hojnik Zupanc, 1989:16).

Sedanje stanje v družbi pa ni ravno naklonjeno spodbujanju medgeneracijskega sožitja. Omenim naj le nekaj sprememb, ki so imele velik vpliv, da smo skozi leta zanemarili to pomembno vrednoto. Prva ovira je zagotovo ta, da so v preteklosti družine živele skupaj in so se tako generacije naučile bivati v sožitju, medtem ko sta danes zaželena individualizem in samozadostnost. Naslednjo socialno oviro ustvarja družba, ki povečuje mladost in hkrati daje občutek, da je staranje nekaj slabega, nekaj, česar se moramo bati. Ljudje pa danes živijo dlje, kot so kadarkoli prej. Naraščajoče število starejših in nenehna sporočila, da je staranje nekaj slabega, lahko vodijo do negativnih misli o starejših ljudeh (Spence, 2007).

Ena od velikih ovir današnjega časa pa je tudi pokojninski sistem. Delovno aktivna generacija (srednja generacija) mora skrbeti za vse, za otroke in za starejše, ki so že upokojeni. Starostne meje med končanim šolanjem in vstopom na trg dela ter donosno zaposlitvijo in upokojitvijo niso več tako jasno definirane kot včasih. Pokojninska blagajna se prazni in vedno težje bo izplačevati vse zahtevane prispevke. To pa povzroča nesoglasja med generacijami, pa naj si bo to do starejših ljudi ali pa do otrok (Blome, 2009).

Za doseganje večjega sožitja bi si morali prizadevati za boljše sodelovanje med generacijami, to pa prinaša izmenjavo izkušenj med njimi in predvsem nabiranje pomembnih izkušenj za mlajšo generacijo. Pomembno mesto v zbliževanju generacij prav gotovo zavzema vmesna generacija, ki tej temi pri vzgoji pogosto namenja premalo pozornosti. Srednja oziroma delovno aktivna generacija večino časa preživi na delovnem mestu in zato tu nastopi

pomembna vloga tretje generacije – skrb za vnuke. Dejstvo, ki ga moramo poudariti pa je, da si starejši s povezovanjem z mlajšimi generacijami zapolnijo svoje življenje. Povezovanje pa je koristno tako za mlajše kot starejše. Taki odnosi ponujajo možnosti, da se oboji naučijo novih veščin; dajo otroku in odraslemu smisel; omilijo strahove, ki jih ima lahko otrok do starejših; pomagajo otrokom razumeti staranje in ga tako kasneje tudi sami lažje sprejmejo; krepijo starejše ljudi in jim dajejo energijo; zmanjšujejo možnost depresije pri starejših; zmanjšujejo osamljenost starejših; zmanjšujejo praznino otrokom, ki nimajo starih staršev; pomagajo ohranjati družinske zgodbe in celotno zgodovino (Spence, 2007).

Otrok, ki nima stikov s starejšo osebo, ne bo mogel izkusiti vseh naštetih dejavnikov. Tu ima glavno vlogo srednja generacija. Majhni otroci razmišljajo zelo konkretno: kar vidijo, to vedo. To pomeni, da če se otrok ne druži s starejšimi ljudmi, jih bo težko razumel. Raziskave kažejo, da prej ko se otrok spozna s starejšimi ljudmi, bolje jih sprejema in zaznava. Otrokov negativno zaznavanje se veča z leti. Pozitivni odnosi v zgodnjih letih lahko zmanjšajo negativne zaznave (Spence, 2007). Če otrok vidi, da se njegov starš vede nespoštljivo do tretje generacije, je velika verjetnost, da bo razvil negativen odnos do starih ljudi. Vendar ko bo ta mlada generacija prešla v srednjo generacijo, se bo lahko ponovil vzorec obnašanja, kot so ga videli pri starših.

Kakovost življenja ljudi bi se zelo dvignila, če bi se generacije spet naučile držati skupaj, in sicer ne le v veselju, ampak tudi v trpljenju. Držati skupaj pa ne pomeni nič drugega kot zavedati se lastne smiselne funkcije znotraj družine in vztrajati, pa naj se zgodi karkoli. Če je eden od družinskih članov majhen, slaboten, bolan ali star, potem je za vse druge člane smiselno, da skrbijo zanj in ga varujejo ter si to med seboj porazdelijo. Stvari, ki psihično najbolj obremenjujejo, in sicer mnogo, mnogo bolj kot katerikoli preteklo izkustvo trpljenja ali neugodnih dejavnikov usode, so spori na medčloveškem področju. In psihična obremenjenost se toliko bolj stopnjuje, kolikor bolj gre za osebe, ki so si blizu. Nihče, pa naj bo še tako čvrst v sebi, ni dorasel stalnim konfliktom s tistimi, ki so mu blizu, še zlasti ne konfliktom z družinskimi člani (Lukas, 1993).

2. DOŽIVLJANJE GENERACIJ V PRETEKLOSTI

Laing, fenomenološki psihiater, je v pojem *doživljanje* vključil doživljanje samega sebe in drugih ljudi. Človek doživlja drugega kot objekt svojega doživljanja, hkrati pa se zaveda, da je tudi sam objekt doživljanja drugega. Odnos med mojim doživljanjem drugega in njegovim doživljanjem mene je medosebni odnos. Ta odnos vključuje na eni strani moje doživljanje lastnega vedenja in vedenja drugega človeka, ter po drugi strani to, kar doživlja drugi človek v zvezi z mojim vedenjem in samim seboj (Mussek, 1975: 357).

Včasih so bile generacije povezane v proizvodnji in potrošnji, kar je posledično povečevalo solidarnost in medsebojno odvisnost interesov ter gradilo emotivno-mentalno homogenost. Med seboj so si prenašali proizvodne izkušnje, moralne nazore in spomin na prednike. To je dajalo dominantno vlogo starejšim. Starejši so bili tudi lastniki zemlje in druge lastnine. Mladim je primanjkovalo izkušenj v proizvodnji in družbenem življenju, kar jih je posta-

vljalo v podrejen položaj. Tisto, kar so mladi morali vedeti, ni pisalo v knjigah, ampak se je prenašalo ustno ali pa s prakso. Izkušstvo je bila tista iztočnica, na kateri je temeljil odnos.

V sodobni družbi, polni dinamike in mobilnosti ter zavesti o obstoju drugačnega, pa so se začeli menjati odnosi med generacijami. Obseg sodelovanja mladih za prevzem vloge odraslih je postal vedno manj pomemben, čeprav je prej vzgoja temeljila predvsem na prenosu profesionalnih sposobnosti in vrednot z matere na hčer in z očeta na sina. Razmere so se bistveno spremenile in v proces vzgoje so vstopali tudi drugi agenti socializacije, ki so mlade vključili v globalno družbo. Tako se je že počasi začelo krhati sožitje, saj ni bilo potrebe po takem sodelovanju kot v preteklosti. Tesen stik stare in mlade generacije pa je življenjsko pomemben za dober razvoj prve generacije, prav toliko pa je pomemben tudi za tretjo generacijo. Tovrstne vezi med mlajšo in starejšo generacijo so pomembne in nujne za premagovanje sodobnih tabujev o starosti ter za oblikovanje pozitivnega odnosa mladih do starosti in starostnikov (Terčič, 2006).

Spremembe, ki so se odvale v vsch teh letih, se kažejo tudi v zasebnem življenju in sožitju med generacijami. Včasih je imel glavno besedo oče, danes mlajši vedno bolj pridobivajo na moči. Starši imajo vedno manj potrebe po formalnem izkazovanju avtoritete. Vedno bolj se uveljavljajo oblike refleksivnega pogovora med generacijami in intenzivna kultura pogovora.

Rojstvo vnukov pomeni za stare ljudi priložnost, da znova navežejo tesnejši stik z najmlajšo generacijo, pomemben del odnosa predstavlja pripovedovanje življenjskih zgodb in posredovanje družinskega spomina (Pihlar, 2010).

Družina naj bi imela v preteklosti večji občutek odgovornosti in skrbi za mlajše družinske člane, ostarele člane družine in bolne. Danes pa je ta občutek odgovornosti in dolžnosti precej manjši, tako da so ljudje manj pripravljeni nuditi oporo oziroma pomoč svojim sorodnikom (Finch v Novak, 2004).

Dobri odnosi so potrebni v vsakem življenjskem obdobju, od njih je odvisno dobro počutje posameznika. Raziskave so pokazale, da je za starejše pomembnejša njihova kvaliteta kot kvantiteta, prav tako je odločilnega pomena, da imajo osebe v pozni starosti vsaj eno zaupno osebo (Pihlar, 2010).

Človek mora v vsakem obdobju življenja poskrbeti za intenzivno povezanost vsaj z enim pozitivno usmerjenim človekom iz vsake generacije; z enim mladim, enim srednjih let in enim starejšim. Pri tem je bistveno, da je komunikacija med njimi osebna, redna in da predvsem poudarja pozitivne vsebine (Ramovš, 2003).

3. RAZISKAVE O ODNOSIH MED GENERACIJAMI

V nadaljevanju bom predstavila nekaj raziskav o odnosih med generacijami. Ramovš in Slana (2010) sta v raziskavi *Stališča, potrebe in zmožnosti prebivalcev RS* ugotavljala, da so imeli anketiranci, stari 50 let ali več, največ stikov s srednjo in tretjo generacijo, najmanj pa z mladimi. Pokazalo se je, da je vsaj desetina prebivalstva Slovenije, ki je stara 50 let ali več, zelo ogrožena v medčloveškem sožitju. Če to povežemo z ugotovitvijo, da je za zdrav socialni razvoj v starosti potreben tedensko vsaj en lep stik tudi z mladim človekom, je ogrožena četrtina starejšega prebivalstva.

Študije kažejo, da mlajši ljudje kljub pogostim stikom s starejšimi poročajo o nezadovoljajočih odnosih z njimi. Starejši ljudje so manj prilagodljivi in velikokrat pretirano govorijo o sebi in svojih težavah, mladi pa to težje poslušajo (McCann, 2005).

Tilli in Vuorela (1994 v Ilojnik Zupanc, 1999) sta primerjala vrednote med tremi generacijami na Finskem: med starejšimi Finci, *baby-boom* generacijo in mladimi Finci. *Baby-boom* generacija je bila prva, ki ni preživela vojne in je živela bolj aktivno življenje v obdobju hitre ekonomske rasti in blaginje, zato jo Finci imenujejo tudi prva generacija blaginje (*welfare*). Med njimi sta zelo cenjena delo in prosti čas. Ta generacija je za svojo blaginjo trdo delala, zato tudi ceni delo kot pomembno vrednoto. V primerjavi z njimi starejša generacija kot najpomembnejšo vrednoto ceni le delo, medtem ko mlajša generacija kot najpomembnejši vidik življenjskega stila ocenjuje prosti čas in porabo.

Giles, Noels, Williams, Lim, Ng, Ryan in Somera (2003 v Ramovš in Slana, 2010) so primerjali medgeneracijsko interakcijo študentov s starejšimi sorodniki in nesorodniki v treh ameriških in treh azijskih državah. Rezultati so pokazali, da imajo Američani več interakcij s starejšimi ljudmi kot Azijci. Oboji pa imajo več interakcij s svojimi vrstniki kot s starejšimi ljudmi. V obeh kulturah pa so starejši sorodniki bolj prilagodljivi v komunikaciji z mlajšimi kot starejši nesorodniki.

Raziskava Gilesa idr. (2008 v Ramovš in Slana, 2010) je pokazala, da čeprav mlajši čutijo, da morajo biti spoštljivi, doživljajo starejše sogovornike kot manj prilagodljive od svojih vrstnikov. Starejši se bolj pritožujejo, ne poslušajo in stereotipno zaničujejo mladino.

Državljan EU se večinoma strinja, da se stari in mladi ljudje ne sporazumejo tako lahko pri tem, kaj je najboljše za družbo (temu je pritrdilo 69 % ljudi v državah članicah EU, v Sloveniji pa 59 %). Vsak deveti od desetih Evropejcev meni, da bi v šolah morali vzpodbujati boljše odnose med mladimi in starimi. Prav takšno podporo ima tudi mnenje, da naj bi lokalne oblasti vzpodbujale pobude in združenja za večjo povezanost med mladimi in starimi ljudmi (Hvalič Touzery, 2009).

Tudi slovenska raziskovalna analiza pogovorov mladih prostovoljcev s starimi ljudmi je pokazala na težaven odnos med mlado in tretjo generacijo. Navidezno vitalni starostniki so pogosto aktivni v skupnosti, živahni in komunikativni, vendar pa hkrati delujejo pretežno enostransko propustno iz sebe navzven. Zaverovani so v svoje poglede in vase, zato niso resnično sposobni poslušati drugih in ustvarjati z njimi dialoga. Ti javni monologi s sabo pred drugimi pa so do drugih zelo zahtevni. S takimi starejšimi ljudmi so trajnejši in globlji osebni odnosi skorajda nemogoči za večino mladih ljudi, saj le-ti danes zahtevajo enakovredni prostor v odnosu (Ramovš in Slana, 2010).

Sporočila, ki jih starejši dobivajo od mlajših, pa pomembno vplivajo na njihovo zadovoljstvo z življenjem in na samospoštovanje. Prilagojena in ne pokroviteljska komunikacija z mlajšimi ima pozitivne učinke na psihično blagostanje starejših (Ramovš in Slana, 2010).

4. OPIS RAZISKAVE

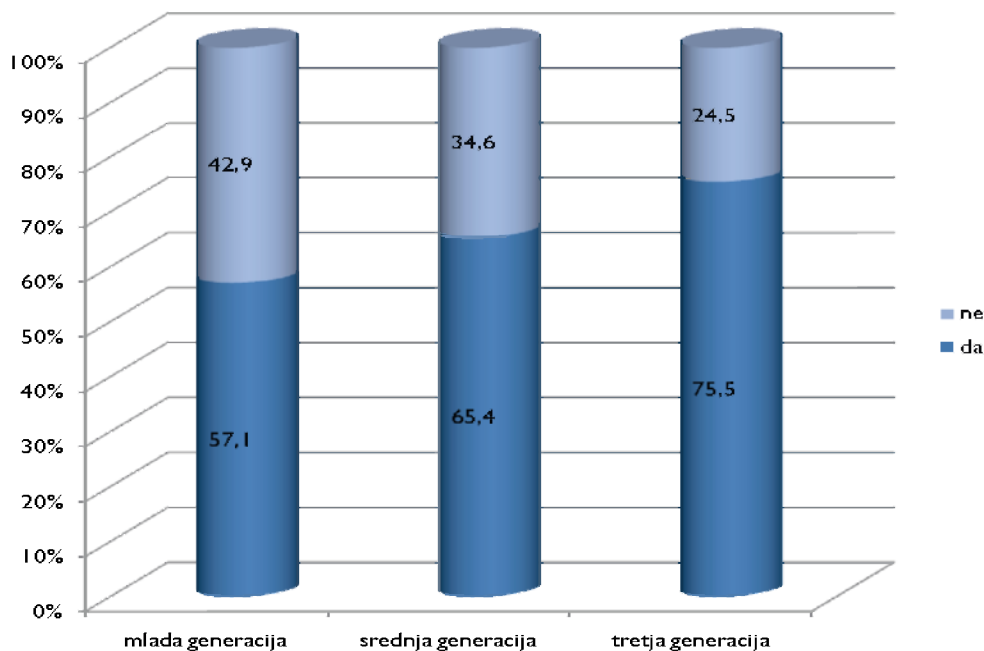
V svojem diplomskem delu z naslovom *Medgeneracijsko zavezništvo skozi prizmo medsebojnega doživljanja generacij* (Končan, 2011) me je zanimalo, kako se generacije doživljajo

med seboj. V tem članku bom predstavila nekatera konkretna spoznanja, in sicer, ali anketiranci menijo, da so se včasih generacije bolje razumele med seboj, katera je tista generacija, ki skrbi za medsebojno sožitje vseh generacij, ter ali mlada generacija bolj pozitivno doživlja starejšo generacijo kot starejša mlado.

Anketo sem opravila na slučajnem vzorcu. Anketirala sem 150 ljudi, iz vsake generacije po 50 predstavnikov. Pri anketiranju je sodelovalo 26 moških in 124 žensk. Najmlajši anketiranec je rojen leta 1993, najstarejši pa leta 1918. Razmejitev med mlado in srednjo generacijo sem naredila glede na povprečno starost prve zaposlitve, med srednjo in tretjo pa glede na povprečno starost upokojitve. Torej, mlada generacija: rojstvo do 30 let, srednja: 31 do 60 let, tretja generacija: 61 in več let. Večina anketiranih v mlajši generaciji je študentov. Predstavniki srednje generacije so večinoma učitelji oz. profesorji, predstavniki starejše generacije pa prebivalci dveh ljubljanskih domov za stare ljudi.

4.1. DOŽIVLJANJE RAZUMEVANJA MED GENERACIJAMI V PRETEKLOSTI IN DANES

V preteklosti so bile generacije navajene živeti skupaj in so bile odvisne druga od druge, zato me je zanimalo, ali se anketirancem zdi, da so se včasih generacije bolje razumele med seboj. Zastavila sem jim preprosto vprašanje, na katerega so lahko odgovorili z da ali ne. Strnjeni podatki o njihovih odgovorih so razvidni v spodnji sliki.

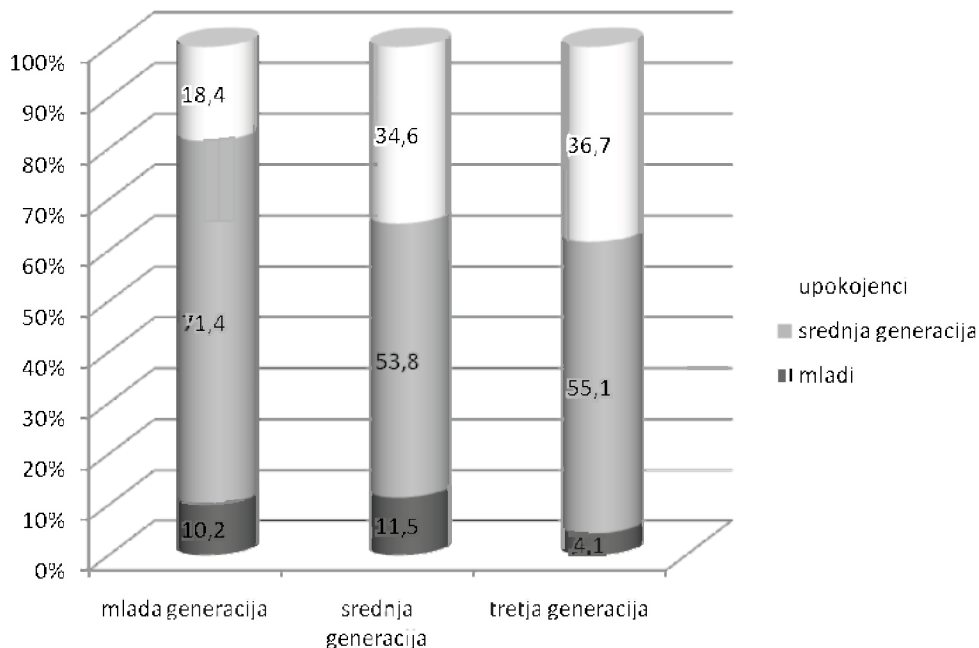


Slika 1: Se vam zdi, da so se včasih generacije bolj razumele med seboj kot danes?

Podatki so pokazali, da se več kot polovica vseh anketiranih strinja s tem, da so bili odnosi v preteklosti boljši. Tretja generacija, ki je sama marsikaj doživela in lahko primerja preteklost z današnjim stanjem v odnosih, je s 75,5 odstotki pritrdila vprašanju. Celo več kot polovica

mladih (57,1 %) meni, da so bili včasih boljši odnosi. V zadnjih desetletjih so se spremenile vrednote, ki jih vsaka od generacij najbolj ceni, to pa je prispevalo tudi k temu, da je danes večji razkol med njimi. Poleg tega lahko rezultate povežemo z že prej omenjeno raziskavo, kjer so Evropejci izrazili mnenje, da bi morali v šolah in lokalnih skupnostih bolj spodbujati lepše odnose med mladimi in starejšimi.

4.2. DOŽIVLJANJE PRISPEVKA GENERACIJ K MEDGENERACIJSKEMU SOŽITJU



Slika 2: Katera od generacij največ prispeva k sožitju in medsebojnemu razumevanju?

Vse tri generacije so izbrale možnost, da je srednja generacija tista, ki največ prispeva k sožitju in medsebojnemu razumevanju med generacijami. Anketirani mladi s kar 71,4 %, srednja generacija s 53,8 % in tretja generacija s 55,1 %. Rezultati niti niso presenetljivi, saj je srednja generacija nekakšen most med mlado in tretjo generacijo. Njen odnos do drugih dveh je tudi naložba za njeno kakovostno staranje – kakor bo srednja generacija obravnavala tretjo, takšen vzorec doživljanja bo tudi leta pozneje, ko bo mlada prešla v srednjo in srednja v starejšo, sama prejela.

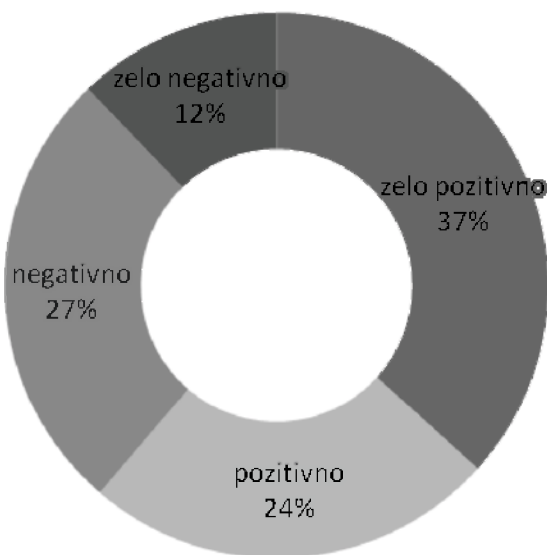
4.3. SOŽITJE MED MLADO IN SREDNJO GENERACIJO

Ko toliko poudarjamo, da se družba stara, pozabljamo, da staranje ni nekaj slabega. Preprosto pomeni, da ljudje živimo dlje, kot so nekoč. To je dobro, saj (lahko) prispeva k blaginji in kakovosti življenja. Vendar brez kakovostnega staranja in sožitja vseh generacij, tega nikakor ni mogoče doseči. Ljudje različnih starosti se morajo naučiti sobivati v isti skupnosti in to tako, da je za vse koristno.

Ob vrnitvi na znani stavek, da mladi in stari ne gremo skupaj, se je pojavilo vprašanje, kako mladi doživljajo starejše ljudi in obratno. Ustavimo se najprej pri tem, kako mlada generacija doživlja starejšo. Navajam nekaj lastnosti, ki so jih mladi navedli o starejših.

Pozitivne: pomoč otrokom in vnukom, poznavanje življenja, izkušnje, modrost, dobro-srčnost, koristnost, prosti čas, delavnost, dajanje nasvetov, prebujanje vere in upanja ...
Negativne: jamranje, dolgčas, osamljenost, bolezen, zagrenjenost, neaktivnost, nemobilnost, monotonost, vdanost v življenje, slab ekonomski status, ukazovanje ...

Ko pogledamo ali prevlada pozitivno ali negativno doživljanje mladih o tretji generaciji, je slika pozitivna. Kar 61 % mladih doživlja starejše (zelo) pozitivno in le 39 % (zelo) negativno.



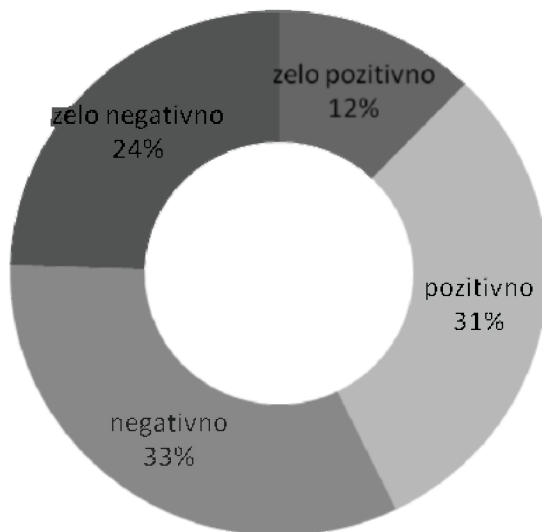
Slika 3: Kako anketirani mladi doživljajo tretjo generacijo (N=100)

Poglejmo sedaj še, kakšne konkretne pozitivne in negativne lastnosti je tretja generacija pripisala mladi generaciji.

Pozitivne: skrb za izobrazbo, vedoželjnost, odprtost, ustvarjalnost, iznajdljivost, spontanost, samozavest, optimizem, sami svoji gospodarji, ustvarjanje družine ...

Negativne: brezskrbnost, razvajenost, netolerantnost, agresivnost, uživaštvo, egocentričnost, želja po hitrem zaslužku, prevelika naravnost na internet ...

Tu pa je slika obratna. Tretja generacija namreč bolj negativno doživlja mlado generacijo kot mladi starejšo. Kar 57 % tretje generacije mlade doživlja (zelo) negativno in 43 % (zelo) pozitivno.



Slika 4: Kako anketirana tretja generacija doživlja mlado generacijo (N=100)

Rezultati niso presenetljivi, če jih primerjamo s podobnimi raziskavami iz prejšnjega poglavja, da so nekateri starejši enostranski sogovorniki in to potem vpliva tudi na njihov odnos dojemanja mladih. Primerjajo preteklost s sedanostjo in vidijo, kaj vse se je spremenilo, koliko vsega je danes mladim na voljo, hkrati pa jim ne znajo prisluhniti. Mladi starejše doživljajo bolj pozitivno, saj vidijo njihovo pomoč družinam, vedo, da so že marsikaj preživeli in pretrpeli v življenju, ter se jih tako lažje potrudijo poslušati.

5. SKLEPNA SPOZNANJA

Mlada generacija bolj pozitivno doživlja tretjo generacijo kot obratno. Očitno v njih še tli zaupanje v modrost in življenjske izkušnje, ki jih ima tretja generacija, ter tudi ogrožen socialni status, ko mnogi komaj preživijo z nizkimi pokojninami. Na drugi strani pa imamo tretjo generacijo, ki mlade doživlja precej drugače. Bolj se jim zdijo razvajeni, preveč imajo vsega in ne znajo ceniti stvari. Sami so v življenju izkusili pomanjkanje, revščino, delo, večina tudi vojno in morda od tu izhaja nekakšna zamera, da mladi danes tako lahkotno in samoumevno jemljejo stvari.

Raziskava v diplomskem delu je pokazala, da so anketiranci mnenja, da so se včasih generacije bolje razumele med seboj in da ima največjo vlogo pri sožitju srednja generacija. Način življenja, vrednote in zahteve po izobraženosti so se v zadnjih desetletjih zelo spremenile. Z leti se je to tako stopnjevalo, da znanje tretje generacije danes ne pomeni skoraj nič, saj se že otroci v osnovni šoli učijo o stvareh, za katere tretja generacija verjetno še slišala ni. Poudariti pa želim, da ima starostnik neprecenljiv dar, ki se ga ne da naučiti iz nobene knjige. Ima modrost, ki pride z leti izkušenj. To je neprecenljiv dar, ki ga lahko tretja generacija posreduje srednji in mladi generaciji.

Vsako življenjsko obdobje je lepo, če ga znamo ceniti in najti v njem smisel. Dejstvo je, da ne moremo živeti drug brez drugega, zato je pomembno, da se za medsebojne odnose tudi trudimo. Vedno in povsod. In ko se bomo naučili gledati na ljudi vseh generacij pozitivno in spoštljivo, za to ne bomo porabili več veliko truda. Veselje zahteva veliko manj energije, kot če se človek jezi in prepira.

Naučiti se moramo ponovno stopiti skupaj, si pomagati in se sprejemati v vsej različnosti, ki jo vsako življenjsko obdobje prinese. Če se bomo generacije potrudile razumeti druga drugo in sodelovati skupaj, potem nobena ovira ne bo prehuda, da ne bi živeli v lepem medsebojnem sožitju.

LITERATURA

- Blome Agnes, Wollgang Keck in Jens Alber (2009). *Family and the welfare state in Europe: intergenerational relations in ageing societies*. Cheltenham (UK), Northampton (MA): E. Elgar.
- Hojnik Zupanc Ida (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Znanstvena knjižnica FDV.
- Hvalič Touzery Simona (2009). Medgeneracijska solidarnost v Evropi. V: *Kakovostna starost*, letnik 12, št. 3, str. 53–58.
- Končan Urška (2011). *Medgeneracijsko zavezništvo skozi prizmo medsebojnega doživljanja generacij*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Lukas Elisabeth (1993). *Družina in smisel*. Celje: Mohorjeva družba.
- Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve (2008). *Konferenca Medgeneracijska solidarnost za družbe sožitja in socialne povezanosti*. Brdo, 27.–29. april 2008.
- McCann Robert M., Dailey Rene, Giles Howard in Ota Hiroshi (2005). Beliefs about intergenerational communication across the lifespan: Middle age and the roles of age stereotyping and respect norms. V: *Communication Studies*, letnik 56, št. 4, str. 293–311.
- Musek Janek (1975). *Teorije osebnosti*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Novak Mojca (2004). *Omrežje socialne opore prebivalstva Slovenije*. Ljubljana: Inštitut republike Slovenije za socialno varstvo.
- Pihlar Tanja (2010). Socialni odnosi v starosti. V: *Kakovostna starost*, letnik 13, št. 2, str. 58–61.
- Ramovš Jože in Slana Mojca (2010). Komuniciranje med generacijami. V: *Kakovostna starost*, letnik 13, št. 3, str. 16–25.
- Ramovš Jože (2003). *Kakovostna starost: socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in Slovenska akademija znanosti in umetnosti.
- Spence Lynda in Radunovich Heidi Liss (2007). *Developing intergenerational relationships*. Univeristy of Florida: IFAS Extension.
- Terčič Mateja (2006). *Vzgoja za smisel življenja*. Diplomsko delo. Ljubljana: Fakulteta za družbene vede.
- Trstenjak Anton (1991). *Med ljudmi*. Celje: Mohorjeva družba.

Kontaktne informacije:

Urška Končan

e-naslov: ursa.koncan@gmail.com

IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE

Dannefer D., Phillipson C. (ured.) (2010). *The SAGE Handbook of Social Gerontology*. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore, Washington DC: Sage Publications.

SOCIALNA GERONTOLOGIJA

Pričujoča publikacija obravnava eno ključnih in kompleksnih področij človeške družbe – staranje prebivalstva. Zasnovana je na treh gerontoloških spoznanjih. Prvo, da je kljub številnim raziskavam o družbenem vidiku staranja še vedno velik del gerontoloških programov ohranil podobno strukturo in vsebino, kot so jo imeli pred 20 ali celo 30 leti. Pri procesu staranja je opazna prevlada medikalizacije in biološkega pristopa kljub neovrgljivim dokazom, da družbene determinante močno določajo fiziološki in psihološki proces staranja. Drugo, da je staranje zelo heterogen proces, ki se dogaja v različnih kulturnih in ekonomskih pogojih in ki na globalni ravni pomeni različne izzive in dojemanja. Tretje pa je spoznanje, da je prišlo v socialni gerontologiji do pomembnega razvoja, o katerem pričajo tudi številne obravnavane teme v publikaciji.

Skoraj 700 strani obsežna gerontološka knjiga daje izjemen pregled glavnih konceptov v socialni gerontologiji, pri pripravi katerega je sodelovalo kar 69 priznanih strokovnjakov z različnih področij socialne gerontologije in kontinentov. Na kratko bi lahko dejali, da so v knjigi zbrane družbene, ekonomske in kulturne determinante staranja. Dejansko pa knjiga v svojih petih ključnih poglavjih razgrne paleto različnih pomembnih tem, ki obravnavajo staranje svetovnega prebivalstva z vidika družboslovnih disciplin (npr. sociologije, eko-

nomije, demografije, socialne antropologije). Ta poglavja so:

1. Osnovne in disciplinarne perspektive staranja. V poglavju so povzeta spoznanja ključnih disciplin znotraj socialne gerontologije (demografija, epidemiologija, ekonomija ipd.).
2. Staranje in socialna struktura. Poglavje povzema ključne družbene institucije in družbene strukture, ki vplivajo na življenje ljudi (socialna neenakost, spol, vloga religije, socialne mreže).
3. Staranje kot individualni izziv. Poglavje obravnava različne vidike posameznikovega staranja (*self*, identiteta, kognitivni procesi, doživljanje, modrost).
4. Staranje, kultura in razvoj. Poudarek poglavja je na raznovrstnosti doživljanja staranja v različnih družbenih in kulturnih okoljih (staranje v globalnem kontekstu, migracije, starostarševstvo, medkulturnost).
5. Staranje in socialna politika. Poglavje povzame glavne socialno-politične izzive, ki zadevajo starejšo populacijo na različnih koncih sveta (socialna politika, dolgotrajna oskrba, tehnologija, zaposlovanje, upokojevanje, kriminal, umiranje, zaporniki, etika).

Knjiga torej s svojo širino pokriva najrazličnejša področja od temeljnih, o katerih se veliko piše in govori (demografske spremembe, epidemiologija in ekonomija staranja, migracije, socialne politike ipd.), pa do nekoliko manj razširjenih, a zelo zanimivih in pomembnih tem, kot so okoljski vidik staranja, prijateljstvo v starosti, doživljanje lastne identitete v starosti, homoseksualnost, modrost, osamljenost, stres v starosti, čas in staranje, novo podjetništvo pove-

zано s staranjem, ostareli zaporniki ipd. Skupna točka vseh tematskih področij je povezovanje individualnega in družbenega vidika ter proučevanje načinov, kako družbeni procesi vplivajo na staranje z vidika celotnega toka življenja.

Naj omenimo le majhen del zanimivih spoznanj, ki so jih nanizali avtorji poglavij.

- Slovenija je uvrščena na 10. mesto svetovnih držav z najnižjim številom rojstev (8,9) na 1000 prebivalcev (str. 69).
- Pojav »transnacionalnih družin« (pretežno na južni polobli), to je družin, kjer starši za dlje časa migrirajo v drugo državo, kjer delajo, medtem pa za njihove otroke skrbijo stari starši (v večji meri stare mame) ali tele. Ti se soočajo s problemom revščine, migrante pa najverjetneje na njihovo starost čaka temna prihodnost (str. 145).
- Raziskave v Evropi in Severni Ameriki kažejo na višjo stopnjo vernosti med starejšimi ljudmi v višjih starostnih skupinah, vendar pa obstajajo različne variacije v vernosti starejših. Velik izziv predvsem krščanskih cerkva so povojne *baby boom* generacije, ki se sedaj upokojujejo in so se v mladosti množično odrekale religiji. To se lahko pokaže tudi v upadu religioznosti v starejših kohortah (str. 171).
- Medgeneracijski odnosi so najšibkejši v državah z dobro razvitim javnim sektorjem in individualistično kulturo (npr. Norveška, Švedska), najmočnejši v državah s šibkejšim javnim sektorjem in močno družinsko kulturo (Grčija, Španija, Italija), zmerni v državah, ki so med omenjenima skrajnostima (Združeno kraljestvo, Nemčija, Francija) (str. 179).
- Starejši imigranti bolj verjetno kot domačini iste starosti živijo v večgeneracijskih gospodinjstvih. Delitev stanovanja lahko prinaša različnim generacijam vzajemne koristi, prinaša pa tudi odvisnost starejših generacij od mlajših (str. 184).

- Prijatelji tudi v starosti pomenijo pomembno socialno mrežo, vendar pa se ta spreminja in v visoki starosti zaradi zunanjih dejavnikov skrči. Pomembno spoznanje britanske longitudinalne študije, ki se je začela pri 65. letih starosti anketirancev, je, da je število prijateljev v šestnajstih letih študije res upadlo, vendar pa so mnogi v tem obdobju razvili nova prijateljstva (str. 244).
- Weisssova teorija loči dve dimenziji osamljenosti: čustveno osamljenost, ki je povezana z intimnim odnosom, in družbeno osamljenost, ki je povezana s širšimi socialnimi mrežami (str. 319). Različne severnoevropske in ameriške študije ugotavljajo, da od 5 do 10 % starih ljudi pogosto čuti osamljenost, od 20 do 40 % pa občasno. Osamljenost se sicer pogosteje pojavlja pri ljudeh, ki velik del časa preživijo sami, a so v britanski študiji ugotovili, da je tretjina tistih, ki so bili pogosto sami, dejala, da osamljenosti nikoli ne občutijo. Z občutkom osamljenosti sta močno povezana telesno in duševno zdravje, še posebno pojav depresije (str. 320–321). Študije kažejo, da se s starostjo občutek osamljenosti povečuje tudi zaradi negativnih sprememb, ki so jim ljudje izpostavljeni v starosti. Osamljenost ni homogen fenomen in razlike so precejšnje že znotraj Evrope. Eurobarometer raziskava je pokazala, da je bil v Evropi delež starih ljudi, ki se pogosto počutijo osamljeni, najnižji na Danskem (5 %), nato v Nemčiji in na Nizozemskem (7–9 %), najvišji pa na Portugalskem (23 %) in v Grčiji (36 %). Razlogi za osamljenost so različni, povsod je pomemben razlog slabo zdravje, na Nizozemskem je povezan še z odsotnostjo partnerja in majhnimi socialnimi mrežami, v Italiji pa s socioekonomsko odvisnostjo in samskim življenjem (str. 323). Stari ljudje izražajo osamljenost bolj v državah, kjer so tradicionalne družinske vrednote v nasprotju z individualističnimi

življenjskimi praksami. V vseh evropskih državah pa večina starih ljudi ne občuti osamljenosti (str. 325).

- Britanska kulturna sociologa Feathersone in Hepworth sta z izrazom »maska staranja« prva poimenovala naraščajoči prepad med doživljanjem in »izgledom« staranja; stare ljudi se namreč spodbuja, da se ves čas počutijo mladi, a jih njihova telesa pri tem enkrat izdajo. Obsesija postmoderne družbe z večno mladostjo dopušča malo možnosti, da se telesno staranje dojema kot smiselni del staranja (str. 359).
- V številnih državah so stari starši pomemben vir pomoči pri skrbi za vnuke. SIARE raziskava je pokazala, da okoli 40 % starih staršev v mediteranskih državah vsak teden skrbi za vnuke, in le 20 % v skandinavskih državah. Razlog za to so kulturne razlike in različne oblike države blaginje (str. 453).
- Stari ljudje v vsakodnevem življenju uporabljajo različne moderne tehnologije (TV, mikrovalovna pečica, mobilni telefoni, avtomobili ipd.). Vprašanje, ki si ga zastavljajo gerontologi, tehnologi in politiki, pa je, v kolikšni meri je starim ljudem dostopna in prilagojena digitalna doba z IKT (str. 453).

Multidisciplinarni in interdisciplinarni vidiki staranja, ki so zajeti v knjigi, ji dajejo posebno širino in uporabnost kot študijsko, raziskovalno in socialno-politično gradivo za vse zainteresirane za to problematiko z različnih koncev sveta. V publikaciji je v posameznih poglavjih vključena tudi Slovenija, tako je npr. zelo zanimivo 38. poglavje o socialnih politikah do starajoče se populacije v Evropi, kjer so podrobno opisane blaginjske politike. Izjemna knjiga in dober priročnik bo vsekakor doprinos h knjižnici vsakega, ki se ukvarja s področjem gerontologije.

Simona Hvalič Touzery

Philips J., Ajrouch K. in Hillcoat -Allétamby S. (2010). *Key Concepts in Social Gerontology*. Los Angeles, London, New Delhi, Singapore, Washington DC: Sage Publications.

KLJUČNI KONCEPTI V SOCIALNI GERONTOLOGIJI

V letu 2010 je v okviru SAGE Publications izšla še ena zanimiva publikacija s področja socialne gerontologije, ki pa je sicer po naravi popolnoma drugačna od knjige *The SAGE Handbook of Social Gerontology*. Dobrih 200 strani dolga publikacija se namreč na zanimiv in inovativen način loti 50 ključnih konceptov iz socialne gerontologije. Ti so predstavljeni po abecednem redu, kar nekoliko spominja na slovar gerontološkega izrazja, tudi z zelo jasno definirano strukturo, s katero so predstavljeni koncepti. Pa vendar gre za več kot za slovar izrazja, saj vsak od konceptov vsebuje pregledno razpravo o zgodovini, aplikaciji, teoriji, raziskovanju in na koncu še kritično oceno o pomenu koncepta za prakso. Kot pravijo avtorice knjige, so teh 50 konceptov, ki se nanašajo na zahodne družbe, izbrale na podlagi njihove pogostosti pojavljanja v študijskem gradivu in raziskovanjih. Drugi dejavnik selekcije pa so bile discipline, ki jih znanstveno in strokovno pokrivajo avtorice (geografija, socialno delo, socialna politika, demografija, družinska politika, sociologija).

Da so koncepti res aktualni, priča sam izbor, v katerem boste našli področja, ki jim sodobna socialna politika, znanost in družba namenjajo veliko pozornosti: oskrba, staromrznštvo, krhkost, globalno staranje, osamljenost, dolgoživost, demenca, kakovost življenja, dolgotrajna oskrba, paliativna oskrba, medgeneracijske prakse, pokojnine, socialna izključenost, neodvisnost, evtanazija, žalovanje, umiranje ipd.

Za boljši vpogled v strukturo knjige predstavljamo enega od konceptov, ki so ga predstavile avtorice, in sicer paliativno oskrbo. Na začetku poglavja je najprej zapisana definicija, da je pali-

ativna oskrba oblika oskrbe, ki se jo zagotavlja ob koncu življenja. Temu sledi tekst s podrobnejšo razlago izvora pojma in današnjega razumevanja. Avtorice opozorijo na dve dimenziji paliativne oskrbe: paliativno zdravljenje (nadzorovanje simptomov in z njimi povezano bolečino – npr. kirurški poseg, kemoterapija) in podporno oskrbo (usmerjenost na čustvene, duhovne in socialne potrebe vseh vključenih, družine, oskrbovalcev). Poudarijo, da je glavni namen paliativne oskrbe skrb za trpeče in pomoč pri doseganju kakovosti življenja, dostojanstva in neodvisnosti, kolikor je to mogoče. Bralce opozorijo na različno razumevanje in definiranje paliativne oskrbe v različnih kulturnih okoljih. Temu sledi razprava o zgodovinskih začetkih paliativne oskrbe, z ustanovitvijo hospica in dvema pomembnima začetnicama, Cicely Saunders in Elisabeth Kübler Ross. Po kratkem zgodovinskem pregledu spregovorijo o novem modelu oskrbe ob koncu življenja, ki je danes usmerjen na pomoč od diagnoze do konca življenja in ne le na zadnje tedne življenja. Ta model upošteva individualnost pacienta in različne pomembne dejavnike. Pri paliativni oskrbi sodelujejo zdravstveni delavci, pacienti in družina oz. oskrbovalci. Osrednja oseba pa je pacient. Avtorice opozorijo na vrsto problematik, povezanih z umiranjem: a) prostor smrti – večina starih ljudi umre v bolnišnici, kljub temu da bi jih npr. 75 % v Združenem kraljestvu želelo umreti doma; b) kvaliteta oskrbe – usposabljanje zdravstvenega osebja se osredotoča le na proces zdravljenja, primanjkuje ustrezne usposobljenosti zdravstvenega osebja z znanji s področja paliativne oskrbe, prisotnost staromrznštva z vidika dostopnosti oskrbe; c) tabu smrti – delo z umirajočimi prinaša številne osebnostne in profesionalne izzive; usposabljanje mora biti usmerjeno ne le na znanje, ampak tudi na doživljanje in odnos osebja; d) čas smrti – paliativna oskrba ne pospešuje niti ne podaljšuje umiranja, čeprav določenemu zdravstvenemu osebju prinaša moralno dilemo; e) dobra smrt –

kaj je dobra smrt, je predmet razprav. Ob koncu pregleda koncepta avtorice bralca usmerijo še na nekatere druge koncepte, ki so povezani s pravkar prebranim, v našem primeru na staromrznštvo, oskrbo, umiranje, demenco, staranje prebivalstva, kvaliteto oskrbe in socialno oporo. Zaključni del je izbor literature, ki nudi bralcu dodatne informacije, kje lahko o prebranem izve še več.

Avtorice so v uvodnem delu h knjigi zapisale, da je njen namen spodbuditi razprave o specifičnih problematikah staranja, kar jim je po našem mnenju tudi uspelo. Publikacija je zelo uporabno gradivo, s katerim študentje in vsi, ki jih gerontologija zanima, dobijo hiter, a dober vpogled v glavne koncepte in problematike starosti in staranja, s katerimi se sooča sodobna družba. Posebna odlika knjige je tudi navzkrižno citiranje med različnimi koncepti, s čimer dajejo avtorice študentom širšo perspektivo koncepta.

Simona Hvalič Touzery

Initiative Neue Qualität der Arbeit (2010). Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie in der Pflege fördern. 44 str. V: <http://www.inqa.de/Inqa/Redaktion/Zentralredaktion/PDF/Publikationen/pflege-hh4-beruf-und-familie> (sprejem 7. 6. 2011)

USKLAJEVANJE POKLICA IN ZASEBNEGA ŽIVLJENJA V NEGI

Eden od najbolj perečih problemov, s katerimi se dandanes srečujejo številni zaposleni, je tudi usklajevanje poklica in zasebnega življenja. To velja zlasti za ženske, ki morajo pogosto zaradi rojstva in vzgoje otrok, pa tudi zaradi potrebe po negi in oskrbi onemoglih staršev in drugih sorodnikov, prekiniti svojo kariero. Posledice so lahko preobremenjenost, pogostejša odsotnost z dela, manjša učinkovitost, zdravstveni problemi ipd. Delodajalci se vedno bolj zavedajo pomena, ki ga ima dobro usklajevanje poklica in zasebnega življenja pri zaposlenih, saj to vpliva na njihovo učinkovitost in zadovoljstvo na delovnem mestu, pa tudi na večji ugled podjetja kot prijaznega do

družin. Zato ponujajo različne rešitve, kot je npr. fleksibilen delovni čas.

Pričujoča knjižica z naslovom *Spodbujanje usklajevanja poklica in družine v negi* (*Die Vereinbarkeit von Beruf und Familie in der Pflege fördern*), ki jo je izdala nemška Inicijativa za novo kakovost dela (*Initiative Neue Qualität der Arbeit*), prinaša smernice in priporočila za prakso. Nastala je v okviru projekta Smernice za nego v praksi, v katerem so sodelovali Inštitut za delo in tehniko iz Gelsenkirchna in njegovi partnerji. Avtorji so knjižico sestavili skupaj z negovalci iz bolnišnic ter stacionarnih in ambulantnih negovalnih ustanov.

V uvodnem poglavju je orisano aktualno stanje. Avtorji ugotavljajo, da bodo zaradi demografskega staranja narasle potrebe po negovalcih in bo vedno težje najti dobro usposobljeno osebje. Vrnitev v poklicno življenje pogosto onemogoča slaba usklajenost poklica in zasebnega življenja, zlasti pri ženskah. Pri načrtovanju kariere družina ne sme biti ovira, ženskam in moškim je treba zagotoviti enake možnosti. Marsikaj je še treba narediti na področju varstva otrok in nudenja pomoči družinskim oskrbovalcem. V Nemčiji imajo starši šele v otrokovem tretjem letu starosti zajamčeno pravico do otroškega varstva. Po podatkih Zveznega ministrstva za družino, starejše, ženske in mladino je kar 90 % onemoglih starih ljudi v družinski oskrbi. K razbremenitvi družinskih negovalcev je bil storjen prvi korak z omogočanjem, da lahko le-ti ostanejo doma v obdobju do enega leta, pri čemer imajo zagotovljeno vrnitev na delovno mesto. Avtorji ugotavljajo, da imajo ukrepi za boljše usklajevanje poklica in zasebnega življenja prednosti za obe strani: po eni strani vodijo k znižanju stroškov za delodajalca, saj se zaposleni pogosteje bolj zgodaj vračajo na delovno mesto in ne potrebujejo dodatnega izobraževanja. V podjetjih in ustanovah, v katerih so zadovoljni zaposleni, narašča tudi zadovoljstvo uporabnikov. Po drugi strani prinaša večjo učinkovitost in zadovoljstvo na delovnem mestu

ter manjšo fluktuacijo. Podjetja in ustanove, ki so prijazni do družin, so tudi bolj privlačni za zaposlovanje.

Drugo poglavje je posvečeno oblikovanju delovnega časa, ki ustreza družinskim zahtevam in je namenjeno zlasti vodstvu in načrtovalcem razporeda zaposlenih v negovalni službi. Za lažje usklajevanje poklica in zasebnega življenja ponujajo delodajalci različne modele delovnega časa z različnimi deleži zaposlitve. To zagotavlja razpoložljivost osebja, ki ustreza potrebam po osebju, hkrati pa ustreza tudi zaposlenim, ki imajo različne potrebe v družini. Zanje je pomembno zagotoviti tudi primeren zaslužek. Na tem področju večinoma prevladujejo zaposlitve za krajši čas, polne zaposlitve so redke, zlasti za tiste, ki nimajo ustrezne izobrazbe. Ne tako redko imajo zaposleni več delodajalcev. Avtorji v knjižici ponujajo nekaj praktičnih primerov za boljšo prilagoditev delovnega časa. V primeru negovalca, zaposlenega za polni delovni čas, ki doma neguje ostarelo mater, predlagajo naslednjo rešitev: njegov delovni čas naj se zmanjša na 84 %, pri čemer naj opravlja enak delež dnevne in nočne službe. Na teden naj ima tri proste dneve. Višina dohodka, ki se je zmanjšal zaradi krajšega delovnega časa, se izravna z dodatkom na nočno delo. Službo lahko opravlja tudi vsak drugi konec tedna, ker je njegova žena tedaj prosta in lahko prevzame nego tašče.

Sledijo priporočila za načrtovanje razporeda zaposlenih. Pomembno je upoštevati ustrezno kombiniranje različnih deležev zaposlitve (za polni in krajši delovni čas) in modelov delovnega časa, kar olajša načrtovanje razporeda in stabilizira razpoložljivost osebja. Priporočljivo je, da v primeru večjih potreb priskočijo na pomoč zaposleni za krajši čas. Tistim, ki želijo, je treba občasno omogočiti tudi večji obseg zaposlitve, kot npr. v času večjih potreb po negi, ob praznikih ali v času nočne službe. Avtorji posebno pozornost namenjajo tudi načrtovanju nočne službe, službe ob koncih tedna in praznikih. V posameznih

primerih je treba omogočiti osebj, da opravlja le nočno delo (pod naslednjimi pogoji: zadostna utemeljitev prošnje, zaposlitev za krajši delovni čas, časovna omejitev opravljanja tovrstnega dela in dobro vključevanje v tim), podobno velja tudi za izključno dnevno delo (pod enakimi pogoji kot v je bilo opisano v prejšnjem primeru), pri delavcih, ki delajo v izmenah, je treba upoštevati njihove želje glede manjšega/večjega deleža nočne službe in dolžine delovnega časa. Treba je upoštevati, da imajo zaposleni na voljo dovolj zaporednih prostih dni, da jih lahko smiselno izrabijo. Dolgoročno je treba pri načrtovanju razporeda za konec tedna in praznike vključevati tudi zaposlene, dopuste pa je treba načrtovati pravočasno in v okviru letnega načrtovanja razporeda. Nadalje je treba paziti, da se obseg zaposlitve in oblikovanje delovnega časa dobro ujemata z aktualnimi potrebami zaposlenih, ki so povezane z družino. Delo bo potekalo stabilno, če se bodo odstopanja od razporeda dopuščala le izjemoma. Razvidna pravila v zvezi z razpoložljivostjo na delovnem mestu in razvidna pravila za načrtovanje razporeda osebj omogočajo, da sodeluje pri načrtovanju. V delovnem okolju, ki je prijazno do družin, bo osebj našlo podporo tudi v izjemnih situacijah, ki nastanejo v družini.

Avtorji v posebnem poglavju obravnavajo ukrepe, ki naj pomagajo izboljšati usklajevanje potreb zaposlenih, povezanih z družinskim življenjem. Večje ustanove lahko npr. organizirajo lastne vrtce ali sodelujejo z lokalnimi vrtci in zagotovijo mesta za svoje zaposlene. V primeru, ko so zaposleni zaradi varstva v stiski, lahko zagotovijo varuško ali vsakodnevno pomoč pri varstvu (sodelavci na porodniškem dopustu, pomožno osebj ipd., ki ima razpoložljive ure ali to delo opravlja prostovoljsko). Prav tako lahko v času letnih dopustov zaposlenih ponudi možnost varstva otrok v času, ko so starši v službi. Priporočljivo je, da za razbremenitev uslužbencev delodajalci izkoristijo možnosti, ki jih že imajo na voljo; tako lahko npr. v ustanovah, kjer imajo

lastno menzo, nudijo možnost prehrane tudi družinskim članom zaposlenih, pa tudi druge storitve, kot npr. pranje in čiščenje. Delodajalci lahko pomagajo zaposlenim, ki se znajdejo v finančnih težavah: z ugodnim denarnimi posojili, s kritjem stroškov za varstvo otrok, nego in prehrano. Pomembna je tudi, da se pri organizaciji izobraževanj in nadaljnjih poklicnih usposabljanj upošteva družinsko življenje zaposlenih in zagotavlja, da imajo od njega v enaki meri korist zaposleni in zaposlene. V času odsotnosti osebj iz družinskih razlogov je treba tudi poskrbeti, da ohranijo stike s sodelavci in so seznanjeni z dogajanjem v službi, kar omogoča lažjo vrnitev na delovno mesto. Delodajalec lahko razbremeni zaposlene tudi s posebnim pooblaščenjem za družine, ki skrbi, da na enem mestu dobijo vse informacije, ki jih potrebujejo o varstvu in šolanju otrok, o pomoči pri denarnih težavah, zasvojenostih v družini ipd.

Knjižico priporočamo v branje, saj najdemo v njej številne ideje, kako je mogoče z nekaj ukrepi narediti organizacije bolj prijazne do družin. Gre nedvomno za problematiko, ki bo v prihodnosti pridobila na pomenu.

Tanja Pihlar

Jelar Vesna (2009). Prostovoljstvo v domu Petra Uzarja: diplomska naloga. Univerza v Ljubljani, Fakulteta za socialno delo.

PROSTOVOLJSTVO V DOMU PETRA UZARJA

Avtorica Vesna Jelar v svojem diplomskem delu ugotavlja, kakšne koristi imajo od prostovoljk stanovalke Doma Petra Uzarja, kakšne koristi imajo od stanovalk doma prostovoljke in kako so s prostovoljstvom zadovoljne prostovoljke in stanovalke doma.

Starost je stanje posameznika ali naroda, staranje pa je proces, ki traja od rojstva do smrti. Življenjska doba ljudi se hitro podaljšuje in visoka starost je lahko velik dosežek, hkrati pa

je tudi izziv za našo družbo, ki terja spremembo miselnosti in ravnanja. Vse skupine prebivalstva se morajo pravočasno naravnati na nastale družbene spremembe tako, da jim bo omogočeno uresničevati svoje pravice človeka in državljana.

Starost je obdobje v življenju, ki mora biti prav tako pomembno, kot so pomembni mladost in srednja leta. Današnja starajoča se družba narekuje nove pristope pri medgeneracijskem povezovanju in hkrati predstavlja nov izziv za celotno družbo. Potrebni so novi premiki pri gledanju na starejšo populacijo. Starejša generacija predstavlja velik odstotek celotne populacije, hkrati pa nudi velik odstotek dela, ki ga opravlja prostovoljsko in brezplačno. Kakovostne starosti ni brez dobre priprave. Zato si moramo skozi vsa življenjska obdobja prizadevati ravnati tako, da se pripravljamo na svojo starost. Starost je lahko kakovostna, če zapolnimo svoj prosti čas s stvarmi, ki jih radi počnemo. Na tak način ohranjamo mrežo socialnih stikov in imamo možnost, da navežemo nove stike. Ena od številnih možnosti, ki jih družba ponuja starejšim, so medgeneracijske skupine, v katere se starejši ljudje lahko vključijo.

Sam prehod v tretje življenjsko obdobje je lahko za marsikoga zelo težaven. Aktiven človek čez noč postane pasiven in kar naenkrat se znajde v situaciji, ko ne ve, kaj naj sam s seboj. Vsak tak dogodek starejšemu človeku pomeni stres in nelagodje.

Diplomska naloga je kombinacija kvalitativne in kvantitativne raziskave. Kot merski instrument je bil uporabljen vprašalnik. Populacijo anketiranih sestavlja 28 prostovoljk, starih od 14 do 65 let, in 28 stanovalk Doma Petra Uzarja, starih od 59 do 98 let.

Anketirane stanovalke Doma najpogosteje obiskujejo njihovi otroci, sledijo bratje in sestre stanovalk, vnuki, nečaki, prijatelji. Bližnji anketirane stanovalke v Domu obiščejo v povprečju enkrat tedensko, temu pa sledijo obiski večkrat na teden. Anketirane stanovalke imajo v domu

vsaj enega prijatelja, le ena anketirana stanovalka v domu nima prijateljev.

Prostovoljke v Domu Petra Uzarja so se s prostovoljskim delom seznanile preko svojih prijateljic, ki so tudi same prostovoljke, četrtna prostovoljk se je s prostovoljskim delom seznanila preko izobraževanja Slovenskega društva hospic. Nekaj jih je s prostovoljskim delom seznanila socialna delavka. Mlajše prostovoljke so se za prostovoljsko delo odločile predvsem zaradi lažje odločitve za nadaljnje šolanje in veselja do dela s starimi ljudmi, medtem ko starejše prostovoljke delajo prostovoljsko predvsem zaradi veselja do dela s starejšimi, druženja in razveseljevanja starih ljudi. Pri stanovalkah doma je glavni motiv za druženje s prostovoljkami druženje samo, temu pa sledi pogovor.

Več kot polovica prostovoljk se s prostovoljskim delom ukvarja od enega do petih let. Večina stanovalk pa se s prostovoljkami družijo že več kot dve leti. Njihova srečanja potekajo v večini primerov enkrat na teden, k dvema stanovalkama pa prostovoljke hodijo večkrat na teden.

Pri druženju s stanovalkami so prostovoljkam najbolj pomembni dobra volja in veselje, temu sledi pogovor. Na drugi strani stanovalke dajejo največji pomen druženja pogovoru, temu sledi pozornost in sproščen odnos. Na srečanjih prostovoljke in družabnice največ časa posvetijo pogovoru in sprehodom. Prostovoljke stanovalkam prinašajo veliko dobre volje in zadovoljstva, medtem ko stanovalke posredujejo prostovoljkam življenjske izkušnje, nasvete in modrosti. Prostovoljke motivacijo za prostovoljsko delo dobijo v veselju stanovalk in druženju. S stanovalkami doma se bodo prostovoljke večinoma družile toliko časa, kolikor jim bo to dopuščal njihov čas. Raziskava kaže, da bi prostovoljke in stanovalke, v primeru da bi se druženje nenadno prekinilo, najbolj pogrešale druženje, pogovor ter veliko smeha in dobre volje.

Med predlogi avtorice gre izpostaviti predlog, da se v Domu Petra Uzarja več pozornosti name-

ni pridobivanju prostovoljcev. Avtorica namreč opaža, da je še veliko stanovalcev in stanovalk, ki bi se želeli družiti s prostovoljci.

Prostovoljci lahko s svojo energijo ogromno prispevajo h kakovosti življenja stanovalcev doma. Za prostovoljsko delo s starim človekom je zelo pomembna sposobnost poslušanja starejšega človeka. Starejši imajo namreč veliko potrebo po tem, da so slišani, in prav prostovoljci jim to izkušnjo lahko nudijo ter s tem pripomorejo k zmanjšanju socialne izključenosti stanovalcev doma in tudi drugih starejših ljudi, s katerimi se prostovoljsko družijo. Pomembna komponenta prostovoljskega dela je pristna želja prostovoljcev za prostovoljsko delo in sposobnost za delo s starejšimi. Za dobro izvajanje prostovoljskega dela vsak prostovoljec potrebuje strokovno podporo, s katero premaguje ovire, s katerimi se srečuje pri tem delu.

Avtorica se je s svojim diplomskim delom dotaknila tematike, ki je danes za družbo zelo pomembna. Veliko ljudi opravlja prostovoljsko delo, vendar se o tem premalo piše. Menim, da bi se morali bolj zavedati pomena prostovoljskega dela, saj ima to delo velik družbeni doprinos. K prostovoljskemu delu je potrebno spodbujati vse generacije in z dobrimi zgledi pokazati, da je tako delo pomembno za osebni razvoj človeka, saj s tem, ko pomaga drugemu, pomaga sebi.

Klemen Jerinc

Pochobradsky Elisabeth, Bergmann Franz, Nemeth Claudia in Preninger Barbara (2008). *Betreuungsangebote für demenziell erkrankte Menschen – Demenzhandbuch*. Bundesministerium für Arbeit, Soziales und Konsumentenschutz. 279 str. V: http://www.bmsk.gv.at/cms/site/attachments/6/4/5/CH0060/CMS1218447318867/demenzhandbuch_inter.pdf (sprejem 7. 6. 2011)

PRIROČNIK O DEMENCI

Avstrijsko Zvezno ministrstvo za delo, socialno in zaščito potrošnikov je leta 2008 izdalo

praktičen priročnik z naslovom *Priročnik o demenci (Demenzhandbuch)*, ki poleg osnovnih informacij o bolezni vsebuje tudi pregled ponudb institucionalnega varstva demenčnih oseb v celotni Avstriji. Nastal je v okviru projekta, ki ga je na podlagi naročila Zveznega ministrstva izvedlo Zdravje Avstrija (*Gesundheit Österreich / Geschäftsbereich ÖBIG*).

Tako kot v drugih evropskih državah se tudi v Avstriji podaljšuje življenjska doba starejših ljudi. Večina je zdravih in aktivnih do visoke starosti, vendar po drugi strani narašča tudi število tistih, ki potrebujejo nego in oskrbo. V zadnjih letih je omenjeno ministrstvo v svojih prizadevanjih posebno pozornost namenilo osebam z demenco in njihovim svojcem; po ocenah je v Avstriji trenutno okoli 100.000 bolnikov s to boleznijo in po predvidevanjih se bo njihovo število še močno povečalo. Ta bolezen povečuje tveganje za odhod v dom za stare oz. za sprejem v negovalno ustanovo (prav demenca je eden od poglavitnih razlogov za odhod v dom in potrebo po negi). Sestavni del ukrepov za bolnike s to boleznijo so tudi ukrepi za razbremenitev družinskih oskrbovalcev. V priročniku ugotavljajo, da v državi še vedno prevladujejo ponudbe institucionalnega varstva za zdrave in aktivne stare ljudi, medtem ko ponudba za bolnike z demenco ni zadovoljiva – od okoli 900 domov za stare in negovalnih domov jih trenutno le okoli 8 % nudi varstvo in oskrbo zanje – in jo bo treba razširiti ter prilagoditi naraščajočim potrebam. Gospodinske in stanovanjske skupnosti se v Avstriji večinoma šele uveljavljajo. Pomembno vlogo ima tudi oskrba v družini, saj vsaka demenčna oseba ne potrebuje namestitve v ustanovo. Zato je poudarek tudi na zagotovitvi alternativnih ponudb za razbremenitev družinskih oskrbovalcev, kot je npr. dnevno varstvo.

Obsežen priročnik o demenci je po vsebini razdeljen na dva dela: prvi del prinaša osnovne informacije o bolezni, pregled splošnih kriterijev kakovosti za varstvo bolnikov, oris položaja in-

stitucionalnega varstva v Avstriji in opis izvedbe raziskave. V osrednjem delu knjige so zbrani Portreti domov po posameznih zveznih deželah, v katerih so podrobno predstavljeni domovi, ki v svojo ponudbo vključujejo varstvo dementnih oseb. V dodatku se nahajajo vprašalniki, ki so bili uporabljeni v raziskavi.

Avtorji ugotavljajo, da je večina ustanov za varstvo dementnih ljudi usmerjenih v medicinsko nego in oskrbo. Za zagotavljanje kakovosti oskrbe niso nič manj pomembni tudi drugi dejavniki. Za določanje kakovosti razlikujejo tri kriterije – oblikovanje prostora, usposobljenost osebja in oblikovanje vsakdanjika. Pri tem je treba upoštevati, da imajo bolniki z različno stopnjo napredovanja bolezni različne potrebe, zaradi česar je treba ponudbo prilagoditi različnim potrebam bolnikov. Najustreznejši obliki stacionarnega bivanja zanje so t. i. gospodinske skupine, v katerih je stalno navzoča hišna gospodinja, ter stanovanjske skupnosti, kjer oskrbo zagotavljajo zunanji servisi. Z ustreznim izborom barv, oblik, pohištva in razsvetljave je mogoče pri bolnikih okrepiti občutek varnosti, izboljšati njihovo orientacijo ter spodbujati njihovo samostojnost. Ustrezno prilagojen prostor zmanjšuje tudi sekundarne simptome bolezni, kot so npr. strah, nemir in agresivnost. Najprimernejši so prostori, ki so oblikovani po stanovanjskem modelu in vključujejo skupne prostore, kuhinjo in zasebne sobe. Za spodbujanje giblivosti je posebej pomembna ureditev poti v zunanosti in notranosti domov (npr. okrogli hodniki).

Drugi kriterij za kakovost, ki ga obravnavajo avtorji, je usposobljenost osebja. Za varstvo dementnih oseb so najprimernejši timi, sestavljeni iz različnih poklicev, kot so negovalci, zdravniki, psihologi, fizioterapevti ipd. Pomembno je, da dobro obvladajo komunikacijo z dementnimi osebami, da imajo zmožnost empatije in razumevanja, da znajo ravnati z osebami z vedenjskimi motnjami, da so fleksibilni pri delu in da dobro obvladajo timsko sodelovanje.

Pri oblikovanju vsakdanjika v ustanovah je pomembno, da njegov potek ni togo določen, ampak se prilagaja oskrbovancem. Pomembno vlogo pri varstvu dementnih oseb imajo tudi individualno načrtovanje varstva in knjiga z življenjskimi zgodbami, ki vsebuje gradivo iz življenja oskrbovanca, pomembno za njegovo boljše poznavanje in razumevanje.

Osrednji del priročnika predstavlja pregled ponudb institucionalnega varstva v Avstriji za dementne osebe. Podatki so bili zbrani na podlagi omenjene raziskave, ki je bila izvedena leta 2007. V njenem okviru so domovom v Avstriji, ki jih je skupaj okoli 900, poslali vprašalnike in jih zaprosili, da podrobneje predstavijo svojo ponudbo. Anketo je prejelo tudi 250 nosilcev. Za vključitev v projekt so morale ustanove izpolnjevati naslednje kriterije: na voljo imajo posebno enoto, v kateri bivajo izključno dementni ljudje (gospodinska skupina, stanovanjska skupnost, oddelek za dementne ipd.), osredotočene so na varstvo bolnikov z demenco, nudijo dnevno varstvo dementnim osebam. Na anketo se je odzvala vsaka druga ustanova (433), od katerih jih je 70 izpolnjevalo kriterije – 69 jih je predstavljenih v priročniku, ena ustanova je svojo predstavitev odklonila. Avtorji so podatke o domovih aktualizirali in dopolnili; prav tako so preiskali podatke o nosilcih, ki so dostopni na internetu oz. so v podatkovni bazi Zveznega ministrstva.

Po izsledkih projekta je v Avstriji trenutno na voljo 2200 mest za dementne osebe. V večini ustanov, ki so sodelovale v projektu, imajo zanje urejene posebne enote. Slaba polovica vseh mest je na oddelkih za dementne, četrtnina jih je v stanovanjskih skupnostih. Večina oddelkov za dementne in enot za dnevno varstvo nima skupne kuhinje, ki je urejena le v gospodinskih in stanovanjskih skupnostih. Le maloštevilne ustanove imajo organizirano tudi dnevno varstvo, v celoti je na voljo 214 mest. V večini ustanov sprejemajo bolnike z različno stopnjo bolezni, v nobeni ni sprejem pogojen z lažjo obliko bolezni. V 28

ustanovah za sprejem ni čakalne dobe, v preostalih je ta zelo raznolika. Obiski svojcev so skoraj povsod mogoči ob katerem koli času. Prav tako v večini ustanov lahko stanovalci prinesejo s seboj svoje pohištvo, marsikje so dovoljeni tudi domači ljubljenci. V večini ustanov so prostori brez arhitektonskih ovir in prilagojeni dementnim osebam. Obroki so na voljo bodisi v jedilnicah ali pa v skupnih kuhinjah, ponekod se jih lahko postreže tudi v zasebnih sobah. Ponudba vsakodnevnih dejavnosti je zelo raznolika. Nadalje v vseh ustanovah ponujajo različne vrste nege, terapije in svetovanje – po potrebi so na voljo fizioterapija, logoterapija, ergoterapija, dietetika ipd. Kar zadeva zdravniško oskrbo, ima večina ustanov svojega zdravnika, v polovici ustanov ima enkrat na teden ordinacijo splošni zdravnik, v osmih je na voljo 24-urna zdravniška oskrba. V večini ustanov je mogoča tudi zobozdravniška oskrba, vizite nevrologa oz. psihiatra so redne ali po potrebi. Za nujne medicinske primere je poskrbljeno na različne načine – prevoz z rešilnim vozilom v bolnišnico, dežurna služba, domski zdravnik ipd.

Posamezne ustanove so v priročniku podrobno predstavljene na enoten način: nazivu ustanove sledijo splošni podatki (naslov, telefon, elektronski naslov, domača spletna stran ipd.), dostop z javnimi prevoznimi sredstvi, storitve, ki so na voljo v ustanovi in njeni bližnji okolici (frizerski salon, pedikura, pralnica, pošta, slaščičarna ipd.). Sledi opis ponudbe za dementne osebe: vrsta ponudbe (oddelki, gospodinske skupine, stanovanjske skupnosti ipd.), število mest, kriteriji za sprejem, čakalna doba, čas obiskov, možnost, da imajo oskrbovanci svoje pohištvo in domače živali, možnost dnevnega varstva, stroški namestitve in možnost pridobitve finančne pomoči. Podrobne informacije najdemo tudi o ureditvi enot za dementne: nastanitvene možnosti (vrsta in opremljenost sob, prilagojenost prostorov, ostali prostori, ki so na voljo oskrbovancem ipd.), organizacija prehrane, različne storitve v ustanovi

(ponudba prostočasnih dejavnosti, terapija in svetovanje, doplačila storitev), varstvo in nega (posebni koncepti nege, izvajalci storitev, prostovoljci), zdravniška oskrba (zdravnik splošne medicine, specialisti, medinska prva pomoč) in možnosti vključevanja svojcev v oskrbo dementnih oseb (prirejanje večerov s svojci, možnosti udeležbe na internih usposabljanjih, izletih, pri vsakdanjih dejavnostih ipd.).

Zelo pregleden priročnik o demenci z izčrpnimi informacijami in številnimi podatki o institucionalnem varstvu za bolnike z demenco je nedvomno zelo koristen pripomoček za bolnike in njihove svojce, za skrbnike in vse zainteresirane. Želeti si je, da bi podobno publikacijo čim prej dobili tudi v slovenskem prostoru.

Tanja Pihlar

Grossmann Igor, Na Jinkyung, Varnum Michael E. W., Park Denise C., Kitayama Shinobu in Nisbett Richard E. (2010). Reasoning about social conflicts improves into old age. V: *Proceedings of the National Academy of Sciences of the United States of America*, letnik 107, št. 16, str. 7246–7250.

PRESOJANJE DRUŽBENIH KONFLIKTOV SE S STAROSTJO IZBOLJŠA

V javnosti velja prepričanje, da ljudje s starostjo postajajo modrejši, četudi se soočajo z upadom mnogih oblik kognitivnega procesiranja. Stari ljudje imajo več življenjskih izkušenj, še posebno z medosebnimi odnosi. Ideja o modrosti v starosti se sklada z vodilnimi teorijami v razvojni psihologiji. Psiholog Paul Baltes modrost opredeli kot znanje, uporabno pri soočanju z življenjskimi problemi, ki vključuje zavedanje različnih življenjskih okoliščin in spreminjanja le-teh, prepoznavanje, da imajo posamezniki in skupine različne vrednote in življenjske cilje, priznavanje negotovosti življenja ter znanje o načinih, kako se z negotovostmi soočati. Podobno sta Michael Basseches in Deirdre Kramer, predstavnika post-

formalnega pogleda na mišljenje, oblikovala niz spoznavnih shem, ki so potrebne pri modrem mišljenju. To so priznavanje pogledov drugih, razumevanje okoliščin, širših od trenutne zadeve, občutljivost za možnost spremembe družbenih odnosov, razumevanje možnosti različnih izidov nekega družbenega konflikta, skrb za razrešitev konflikta in naklonjenost kompromisom.

Pretekle študije o povezanosti modrosti s starostjo so dajale nekonsistentne rezultate. Raziskovalci v študiji, ki jo predstavljamo, so poskušali preseči nekatere omejitve prejšnjih študij z merjenjem presojanja s strukturiranimi intervjuji z raziskovalci in ne preko pisnih nalog ter z uporabo naravnih, kontekstualno bogatih zgodb, ki so se nanašale na družbene konflikte. Uporabili so dva tipa zgodb. V prvih so se konflikti pojavljali med družbenimi skupinami, v drugih pa med posamezniki.

Merjenje modrosti je potekalo preko analize besednih razmišljanj udeležencev o možnih načinih nadaljnega razvoja opisanih družbenih konfliktov. Izpeljali so šest dimenzij modrosti: menjanje perspektive, prepoznavanje možnosti spremembe, prožnost napovedi, prepoznavanje negotovosti in omejenosti znanja, iskanje razrešitve konfliktov in iskanje kompromisov. Študija je vključevala mlade (25–40), srednje stare (41–59) in stare odrasle ljudi (nad 60 let). Starejši udeleženci so pri presojanju konfliktov med družbenimi skupinami dosegali višje rezultate na vseh dimenzijah modrosti, kot tudi v skupni oceni modrosti. Pri konfliktih med posamezniki so starejši udeleženci prav tako dosegali višje rezultate na vseh dimenzijah razen pri razreševanju konfliktov in negotovosti. V zgornjih 20 % rezultatov je bilo pomembno več starejših ljudi. Povprečna starost udeležencev z najboljšimi dosežki je bila tako 64,9 let, medtem ko je bila povprečna starost v spodnjih 80 % skoraj 20 let nižja. Spol ni bil povezan z modrostjo, napovedovali pa so jo višji socio-ekonomski status (SES), izobrazba in kristali-

zirana inteligentnost, ki je močno povezana z izkušnjami. Ob nadaljnjem preverjanju povezav se je izkazalo, da starost pomembno prispeva k modrosti ne glede na SES, izobrazbo in kristalizirano inteligentnost. Po drugi strani pa SES in izobrazba nista samostojno prispevala k razvoju modrosti, saj je razlika pogojena predvsem s tem, da imajo ljudje z višjim SES in izobrazbo tudi višjo kristalizirano inteligentnost.

V študiji torej ugotavljajo, da se modrost v starosti povečuje, kljub s starostjo povezanim upadom fluidne inteligentnosti. Zmožnost presojanja konfliktov se torej s starostjo povečuje. Do porasta modrosti pride predvsem med srednjo odraslostjo in starostjo. Podatki podpirajo idejo, da bi starejši ljudje lahko imeli ključne družbene vloge v zvezi s pravnimi odločitvami, svetovanjem in medskupinskimi pogajanjem. Hkrati pa študija tudi poudari in prikaže eno izmed pomembnih notranjih moči starejših ljudi.

Martina Starc

Ray Sujata, Sharp Ellen in Abrams Dominic (2006). *Ageism - A benchmark of public attitudes in Britain. Age Concern Reports. London: Age Concern England. 74 str.*

O STAROMRZNIŠTVU V VELIKI BRITANiji

Publikacija z naslovom *Staromrzništvo – Kazalci javnega mnenja v Britaniji (Ageism - A benchmark of public attitudes in Britain)*, ki ga je leta 2006 izdala organizacija *Age Concern*, raziskuje pojav staromrzništva v Veliki Britaniji in njegovo razširjenost v vsakdanjem življenju in na različnih področjih v družbi. Nastala je na podlagi prve obsežne raziskave tega pojava v omenjeni državi. Po mnenju avtorjev je staromrzništvo v primerjavi z rasizmom in seksizmom precej slabše raziskano. Čeprav je poročilo malce starejšega datuma, je dragoceno, saj prinaša številna spoznanja o predsodkih, povezanih s starostjo, in razumevanje tega, kako nastanejo,

kar je pomembno, če želimo preprečiti njihovo širjenje.

V raziskavi so iz reprezentativnega vzorca intervjuvali 1864 oseb, starih med 16 in 92 let (povprečna starost je bila 49 let), in sicer 45 % moških in 55 % žensk. V vprašalniku, ki so ga sestavili s pomočjo akademskih raziskovalcev in ga najprej pilotno testirali v poizvednih skupinah, so raziskali naslednje pojme: kategorizacija starosti, stereotipi in pozitivni predsodki, ogrožanje med skupinami, sprejemanje moči oz. položaja, vrednote in odnos do enakih možnosti, stiki med skupinami, dojemanje predsodkov ter izkušnje z diskriminacijo. Cilj raziskave je bil ugotoviti, ali je mogoče kazalnike diskriminacije, ki so bili uporabljeni v raziskavah o rasizmu in seksizmu, uporabiti tudi pri pojavu staromrznosti in ugotoviti njihovo večjo oz. manjšo relevantnost. Poleg tega sta bila cilja tudi raziskati razširjenost izkušnje diskriminacije na podlagi različnih vidikov socialne identitete ter podati ključne kazalnike za oceno razširjenosti staromrznosti.

Avtorji razlikujejo tri vrste sorodnih izrazov: stereotipe, predsodke in diskriminacijo. Pri stereotipih gre za umeščanje ljudi v kategorije (kot npr. ženska/moški, beleč/črnci ipd.) in vključujejo pripisovanje določenih značilnosti skupinam ljudi. Predsodki so čustveno obarvani in zajemajo nepreverjene sodbe o drugih skupinah ljudi. Diskriminacija in diskriminatorno vedenje pomenita neenako obravnavo posameznikov oz. določene skupine v primerjavi z neko drugo. V obravnavanem poročilu izraz staromrznost vključuje stereotipe in predsodke, ki so povezani s starostjo, starostna diskriminacija pa pomeni neenako obravnavo na podlagi starosti.

V raziskavi so kategorizacijo starosti ugotavljali z vprašanjem, kdaj se po mnenju vprašanih konča mladost in kdaj se začne starost. Izsledki so pokazali, da je umeščanje v skupino mladih in skupino starih odvisno od starosti vprašanega; starejši, ko so bili, višje so ocenjevali starost, pri kateri sodijo v tretjo generacijo. Najstarejši (več

kot 75 let) so menili, da se starost začne po 70. letu in mladost konča pri 55 letih, najmlajši (med 16. in 24. letom) pa so menili, da se starost začne okoli 55. leta in da se mladost konča pri 37 letih. V povprečju (ne glede na starost vprašanih) se mladost konča pri 49 letih, starost pa se začne pri 65 letih. 27 % ljudi ni odgovorilo na vprašanje (njihova povprečna starost je bila 57,1 let). Eden od pokazateljev predsodkov je tudi odnos do starostne skupine, v katero se umeščajo. Pokazalo se je, da imajo mladi (pod 30 let) in starejši (več kot 75 let) močan občutek pripadnosti svoji starostni skupini, medtem ko so ob tem nezadovoljstvo občutili ljudje srednjih let (med 45. in 64. letom).

Nadalje so raziskali stereotipe, ki zadevajo obe starostni skupini. Pri tem so se navezali na spoznanja raziskav, po katerih se različnim skupinam v družbi pripisujejo stereotipi na podlagi dveh primarnih značilnosti: kompetentnosti (inteligentnost, sposobnost ipd.) in topline (prijaznost, simpatičnost, prijetnost ipd.). Mogoče so štiri kombinacije: tople in kompetentne, hladne in kompetentne, tople in nekompetentne, hladne in nekompetentne. Tako se npr. ljudem z višjim položajem pripisuje kompetentnost in ne toplina, invalidnim osebam pa nekompetentnost in toplina. V omenjeni raziskavi so na splošno starejše ljudi označevali kot tople in nekompetentne, mlade pa kot hladne in kompetentne. V raziskavi so ugotovili, da so tudi starejši ljudje (več kot 65 let) žrtve tovrstnih stereotipov, čeprav je pri njih stereotip o nekompetentnosti v primerjavi z drugimi starostnimi skupinami manj razširjen. Prav tako so o starejših razširjeni stereotipi, da so moralni, prijazni in občudovanja vredni, za mlade pa, da so sposobni, inteligentni in prijazni. Stari ljudje si v večji meri kot to velja za mlade pripisujejo lastnosti, kot so moralen, inteligenčen in sposoben.

V nadaljevanju so ocenjevali poglede na enake možnosti. Vprašani so na splošno menili, da bi bilo treba enake možnosti za starejše nekoliko izboljšati, vendar so v bistvu dobre. 40 % jih je

menilo, da starejši nimajo dovolj enakih možnosti pri zaposlovanju. Večina jih je menila, da morajo imeti enak dostop do zdravstvenega varstva (93 %) in različnih storitev (76 %); nekoliko manj (68 %) jih je bilo prepričanih, da morajo imeti enak dostop do izobraževanja. Pri odgovorih je bilo mogoče zaslediti nekaj opaznih razlik med starostnimi skupinami: starejši so menili, da ne potrebujejo enakega dostopa do možnosti izobraževanja, kar pomeni, da so tudi sami žrtve stereotipa o nekompetentnosti oz. da se morajo zaradi napredovanja izobraževati predvsem mladi. Nadalje so starejši bolj zavezani delovni etiki (»ljudje, ki niso uspeli v službi, niso dovolj trdo delali«) kot druge starostne skupine, prav tako so se v primerjavi z njimi manj strinjali s tem, da je treba zagotoviti enakost za vse starostne skupine.

Pri ocenjevanju predsodkov o starosti, ki nastanejo na podlagi tekmovalnosti med skupinami, so bili vprašani na splošno prepričani, da se z naraščanjem števila starega prebivalstva njihovo življenje, kar zadeva varnost, življenjski standard, možnosti zaposlovanja in izobraževanja ne bo spremenilo (tretjina jih je bila nasprotnega mnenja). Prav tako večina razlik med generacijami v običajih, navadah in načinu življenja ni občutila kot ogrožajoče. 56 % jih je nadalje menilo, da so stari ljudje vložili več v gospodarstvo, kot bodo sami imeli koristi od tega, medtem ko so bili mladi (od 16. do 24. leta) mnjenja, da to ne drži. Pri vprašanih, ki so se nanašala na sprejemanje moči oz. položaja, je večina odgovarjala, da se počuti ugodneje, če so na vodilnih položajih starejši (nadrejeni v službi, nacionalni voditelji ipd.) in ne mlajši. To po drugi strani kaže tudi na to, da so mlajši žrtve stereotipov o starosti.

Nadalje se je pokazalo, da izkušnje s pozitivnimi stiki med ljudmi različnih starosti zmanjšujejo predsodke in diskriminacijo, povezano s starostjo, medtem ko negativne izkušnje povečujejo verjetnost za njihov nastanek. V raziskavi so bili stiki najpogostejši med pripadniki iste generacije. Mlajši so imeli tesnejše stike z ostalimi starostni-

mi skupinami; 80 % jih je imelo tesnega prijatelja z osebo, staro manj kot 30 let, med osebami, ki so stare več kot 70 let, jih je imelo tesnega prijatelja 67 %. Večina je menila, da ljudje, ki so stari manj kot 30 let in več kot 70 let, nimajo med seboj veliko skupnega oz. sploh nimajo ničesar skupnega. V raziskavi so ugotovili, da je pri osebah, ki imajo tesnejše stike s starimi ljudmi, večja verjetnost, da opažajo podobnosti med generacijama, in manjša možnost za prepričanje, da se s starostjo zmanjšuje kompetentnost.

Izsledki raziskave so pokazali, da je starostna diskriminacija v primerjavi z drugimi vrstami diskriminacije – spolno, versko, rasno oz. etnično diskriminacijo, diskriminacijo zaradi invalidnosti in zaradi spolne usmerjenosti – najpogostejša oblika diskriminacije. Okoli 28 % vprašanih je odgovorilo, da so v preteklem letu doživeli tovrstno diskriminacijo. Pri ženskah je bila starostna diskriminacija v primerjavi s spolno nekoliko manj razširjena; pri invalidih je bila starostna diskriminacija bolj razširjena kot diskriminacija zaradi invalidnosti. Mlajši ljudje so pogostejše poročali, da doživljajo različne oblike diskriminacije, medtem ko je bila pri starejših njihova pogostnost manjša – z izjemo starostne diskriminacije, ki narašča pri starejših delavcih v starostni skupini od 55 do 64 let. To kaže na to, da se starejšim pripisuje stereotip o nekompetentnosti, pa tudi sami so pogosto žrtve tega stereotipa, zaradi česar imajo manjša pričakovanja in menijo, da s tem ni nič narobe. Mlajši, ki so prepričani, da so bolj kompetentni od starih ljudi, imajo lahko občutek, da si zaslužijo več priložnosti, kot jih dobijo. Vprašani so kot najbolj pereče probleme označevali rasno oz. etnično diskriminacijo, diskriminacijo zaradi invalidnosti in versko diskriminacijo. Za 52 % staromrzištvo ni pomenilo resnega problema. Podobno je bilo s spolno diskriminacijo: starejšim ljudem in ženskam se pripisuje stereotip topline in nekompetentnosti, kar so pozitivni stereotipi, zaradi česar se jih na splošno ne občuti kot problematične. Pomembno

je podatek, da v raziskavi starejši v staromrznishvu niso videli resnega problema, kar zopet kaže na njihovo ujetost v stereotipe.

Avtorji so na podlagi zbranih podatkov ugotovili, da staromrznishvo v Veliki Britaniji obstaja v vseh starostnih skupinah in je razširjeno zlasti v obliki pokroviteljskega odnosa do starih ljudi, pri čemer se jim pripisujejo stereotipi, da so prijazni, moralni in občudovanja vredni, vendar se jih ima za manj sposobne in inteligentne. Da se mlajša in srednja generacija ne počutita ogroženi, lahko izhaja tudi iz tega, da se starim ljudem pripisujeta stereotipa topline in nekompetentnosti. Takšni stereotipi so pogosto prikriti in se jih tisti, ki jih širijo, pa tudi njihove žrtve, sploh ne zavedajo in mislijo, da so neškodljivi. Pokroviteljski odnos ima negativen vpliv na različna področja življenja; tako se npr. pričakuje, da je povsem naravno, da imajo stari ljudje manjša pričakovanja, manjše možnosti izbire in nadzora ter da je njihovo mnenje manj upoštevanja vredno. Pomembna ugotovitev je bila, da stari ljudje niso prav nič manj kot v drugih starostnih skupinah nagnjeni k starostnim predsodkom. Tako so npr. osebe, stare več kot 65 let, podobno kot v ostalih starostnih skupinah, podlegle stereotipu, da so stari ljudje topli in nekompetentni, kar še zlasti velja za starejše od 75 let. Za osebe, stare več kot 75 let, je bilo najmanj verjetno, da želijo enake možnosti za stare ljudi – kar 12 % jih je menilo, da ne potrebujejo enakih možnosti za izobraževanje. Prav tako ti starostne diskriminacije niso občutili kot perečega problema. Po mnenju avtorjev je takšno stališče posledica razširjenosti staromrznishva v družbi, zaradi česar se sprejema takšen odnos kot nekaj povsem običajnega, kar ima med drugim za posledico zmanjšanje osebnih ciljev in pričakovanj pri posamezniku.

Avtorji kot ključna dejavnika za odpravo staromrznishva navajajo spodbujanje sožitja med generacijami in vključevanje v medgeneracijske projekte. V iniciative za njegovo odpravo je treba kot aktivne partnerje vključiti tudi stare ljudi.

V raziskavi so razvili kazalnike, s katerimi je mogoče ugotavljati razširjenost staromrznishva v družbi in njegov vpliv na življenje in možnosti ljudi. Ti kazalniki so: kategorizacija starosti in njeni učinki na lastno dožemanje mladosti in starosti, zadovoljstvo in identiteta z lastno starostno skupino, stereotipi o toplini in kompetentnosti mladih in starih ljudi, pogledi na enako dostopnost zdravstvenega in socialnega varstva, zaposlitve in izobraževanja za stare ljudi, dožemanje, v kakšni meri naraščajoče število starih ljudi ogroža gospodarstvo, življenjski standard, običaje in navade, pozitivni stiki med različnimi generacijami v družbi, izkušnje s starostno diskriminacijo, dožemanje resnosti staromrznishva. Menijo, da bi bilo treba kazalnike še nadalje razviti in periodično spremljati javno mnenje.

Pričujoče poročilo je dragoceno, ker osvetljuje pojav staromrznishva z različnih vidikov in pripomore k njegovemu boljšemu razumevanju. Čeprav so zbrani podatki za Veliko Britanijo, ugotovitve in spoznanja veljajo tudi za ostale evropske države. Takšno raziskavo bi bilo priporočljivo izvesti tudi pri nas.

Tanja Pihlar

Fishman Ted C. (2010). *As populations age, a chance for younger nations*. *The New York Times*. V: <http://www.nytimes.com/2010/10/17/magazine/17Aging-t.html> (sprejem 18. 3. 2011).

GLOBALNI VIDIKI STARANJA

Ted C. Fishman je avtor knjige *Shock of Gray* (*Šok sivine*), ki govori o tem, kako je staranje svetovnega prebivalstva povezano z dinamiko moči med generacijami, narodi, delavci in delodajalci ter podjetji in njihovimi konkurenti. Njegov članek, ki je izšel v *New York Timesu*, povzema glavne poudarke knjige. Že sam naslov namiguje, da je avtor namen do določene mere tudi šokiranje bralcev z različnimi svetovnimi statističnimi podatki. Vendar pa avtor izpostavi nekatere zanimive globalne vzroke in posledice

staranja, ki dajejo mednarodni oz. globalni pogled na problematiko staranja.

Zanimiva je povezava staranja prebivalstva z globalizacijo. Vzpon ekonomij v veliki meri temelji na poceni energentih in mladi delovni sili. Staranje prebivalstva v današnjih ekonomskih sistemih podjetja »sili« v globalizacijo. Starejši delavci z dolgo delovno dobo imajo višje plače in dajatve, zato so za podjetja dražji. V nekaterih primerih njihove izkušnje pomenijo dodano vrednost, ki te stroške upraviči, situacija pa je drugačna v primeru nizkokvalificirane delovne sile, predvsem v proizvodnih podjetjih. V starajoči se družbi je za taka podjetja doma na voljo manj poceni (mlade) delovne sile, zato iščejo svoje delavce drugje, v državah v razvoju.

Najboljši primer hitrega razvoja zaradi množičnega seljenja proizvodnje v države z mlajšim prebivalstvom je Kitajska. Kitajska je v zadnjih desetletjih aktivno spodbudila več sto milijonov mladih ljudi, da se preselijo v mesta. Širijo se obstoječe metropole, nekatere, kot je na primer Shenzhen, pa so zgrajene povsem na novo, da bi zadostili potrebam novih tovarn. Gre za številke, ki so skorajda nepredstavljive. Podjetje *Foxconn Technology Group*, ki je eno največjih svetovnih proizvajalcev elektronike, zaposluje skoraj milijon delavcev, od katerih so skoraj vsi mlajši od 25 let. Starejši delavci so izključeni, ostajajo na robu družbe, na nerazvitem podeželju ali v obrobni mestnih četrtih. Vendar pa se bo morala Kitajska kmalu soočiti z lastnim staranjem prebivalstva. V času ene generacije bo njena populacija starejša od populacije ZDA, kar bo pomenilo izgubo ekonomske prednosti, ki jo prinaša mlada delovna sila. Eden največjih političnih strahov Kitajske je, da se bo postarala, preden se pridruži razvitim državam. Da bi se temu izognili, poskušajo privabiti svetovni kapital in produkcijo, dokler je njena delovna sila še mlada. V veliki meri to delajo tudi tako, da delavcem ne omogočajo pravic do pokojnine in zdravstvenega varstva. Ponujajo mlade delavce s kratko delovno dobo

in zanemarljivimi dajatvami. Kitajska ni edina, ki privlači globalni posel in investitorje. Večina držav v razvoju, predvsem v Aziji in Latinski Ameriki deluje na podoben način.

Staranje prebivalstva torej pospešuje globalizacijo, hkrati pa globalizacija in z njo povezana urbanizacija povratno vplivata na staranje prebivalstva. Globalizacija je omogočila lažjo izmenjavo tehnologij, medicinskega znanja in predvsem porasta pismenosti, kar so vse pozitivni dejavniki, ki prispevajo k podaljševanju življenjske dobe. Hkrati pa je v globaliziranem svetu rodnost nizka. Čas izobraževanja se podaljšuje, vse več mladih žensk je zaposlenih in odlaga rojevanje otrok, dodatni dejavnik je tudi to, da je vzgoja otrok v mestih dražja.

Tržna naravnost v mlado delovno silo po eni strani povzroča seljenje proizvodnih obratov v mlade države, po drugi strani pa masovno imigracijo v razvite države s starajočo se populacijo. Ti premiki lahko do neke mere omilijo hitrost staranja prebivalstva v neki državi, kar se kaže na primeru ZDA. Vendar pa mladi imigranti za seboj puščajo starejše generacije, kar za emigrantsko državo pomeni, da se bo postarala hitreje; manj mlade delovne sile pa pomeni tudi manjšo možnost razvoja. Medtem v razvitih državah zunanje izvajanje del pomeni izgubo delovnih mest, predvsem za starejše delavce v proizvodnji, ki so z vidika trga dela med najranljivejšimi. Starejši delavci se težje prilagodijo na izgubo službe, novo zaposlitev iščejo dlje časa, težje osvojijo nove veščine in so deležni največjih izgub na račun globalizirane ekonomije. Številna področja sveta, ki se najhitreje starajo, so danes v državah v razvoju tudi zato, ker je tam urbanizacija najhitrejša. Težko si je zamisliti situacijo, v kateri se ljudje zopet selijo na podeželje in imajo večje družine. Današnje mlade države, kot je Kitajska, bodo v prihodnosti tiste, ki bodo iskale mlajše delavce v tujini. Za vsako naslednjo mlado državo v tem procesu pa je zelo verjetno, da se bo postarala še hitreje kot mlade države pred njo.

Avtor tako opozarja na nekatere vidike staranja, ki jih le-to prinaša svetovnemu gospodarstvu in ekonomskemu ravnovesju, vendar pa hkrati pušča vtis, da globalna moč temelji na tem, v kolikšni meri je država pripravljena zanemariti svoje starejše državljane in ne ponuja odgovorov na številne izzive in vprašanja, povezana s staranjem prebivalstva. Daljše življenje in manjše število otrok pomenita tudi, da je vse več ljudi s kakovostno izobrazbo in številnimi izkušnjami. Morda je to tisti potencial, ki ga bomo morali izkoristiti v prihodnosti, saj gospodarski modeli, ki temeljijo na mladi delovni sili, kmalu ne bodo več vzdržni. Pravi globalni izziv v spremenjenih družbenih pogojih tako še vedno ostaja premik v smeri k starejšim delavcem, njihovem znanju in izkušnjam.

Martina Starc

Käch Hanni (2009). *Metulji otrok: nega umirajočega otroka doma*. Maribor: Hiša knjig, Založba KMS, 190 str.

METULJI OTROK

»Bil je 8. junij 1992. Maja je stala na našem malem travniku in opazovala trave, marjetice in mravlje. To je delala s takšno intenzivnostjo in zatopljenostjo, da so me polile solze.

Pravkar smo se vrnili iz bolnišnice, kjer so ji diagnosticirali težko anemijo. Za naslednji dan so bile načrtovane natančnejše preiskave.

V tem trenutku mi je bilo jasno, da moj glodajoči strah ni nobena fantazija – čutila sem, da ogroženost še nima nobenega imena, je pa že realnost.

Štiriindvajset ur pozneje sva z možem pred bolnišnico jokala. Naša dveinpolletna Maja je imela tumor nadledvične žleze. Stadij IV. Upanje na ozdravitev je bilo strašljivo majhno.

V dnevnik sem zapisala:

Nosimo jo na rokah, pojemo njene pesmi, jo umijemo in položimo v posteljo. Tako bore malo je, kar lahko storimo zanjo.

Borim se s solzami, ko reče, da bi rada šla domov.»

S temi besedami mama, medicinska sestra Ianni Käch začne pisati knjigo *Metulji otrok*, v kateri opisuje nego hudo bolne hčerke in doživljanje družine ob njenem umiranju.

Sreča je, da umre za hudo boleznijo malo otrok. Kadar pa se to vendarle zgodi, starši umiranje otroka zelo težko sprejmejo, saj ni naravno, da otrok umre pred njimi. Zbrati pogum in moč ter omogočiti otroku, da umre doma, je za otroka veliko olajšanje. Je tudi dejanje, ki za vedno ostane v spominu staršev in jim prinaša zadoščenje, da so za otroka naredili vse, kar je bilo mogoče.

Avtorica v obliki dnevnika opisuje lastne stiske, potrebe in doživljanje umirajoče hčerke Maje, njene sestrice Heidi ter življenje družine v času otrokove hude bolezni in umiranja. Vsebina dnevnika se prepleta z izkušnjo nege in strokovnimi napolki, kako organizirati in izvajati nego umirajočega otroka doma. Knjiga daje dragocen napotek staršem in sorodnikom, ki jih lahko doleti podobna usoda. Celotna vsebina knjige pa je tudi zelo dobro učno gradivo vsem zdravstvenim in drugim strokovnim delavcem, ki otroku in družini nudijo pomoč: zdravljenje, zdravstveno nego, varstvo, igro in zabavo ter socialno in pravno pomoč.

V uvodnem delu avtorica piše o slutnji resnice, sprejemanju bolezni in pomenu odkritega pogovora o smrti – tudi z otrokom znotraj družine ter večkratnim pogovorom z zdravnikom in drugimi zdravstvenimi delavci. Otroci – tudi majhni – namreč slutijo in razumejo mnogo več, kot mislimo! Razumejo na svoj način, starosti in razvoju primerno.

V nadaljevanju opisuje odločitev za nego doma, pripravo pripomočkov in okolja, potrebo po sprejetju pomoči od drugih – sorodnikov in strokovnih služb.

V osrednjem delu govori o načinih nege in zdravljenja v poteku bolezni, ki omogočajo otroku »živeti«, kolikor dolgo gre. Z izjemno

tankočutnostjo opisuje čas umiranja, način in trenutke slovesa od mrtvega otroka. Govori tudi o pomenu poslovnega obreda zanjo in za vse družinske člane.

V zadnjem poglavju govori o doživljanju lastne žalosti in pomenu žalovanja za odrasle in otroke.

Spremno besedo je napisala prim. Majda Benedik Dolničar, ki pravi: *»Da družina vse to zmore, potrebuje tako čustveno kot fizično pomoč s strani ustreznih strokovnih služb, kot so pediatrični onkološki tim, hospic, usposobljeni prostovoljci, sorodniki, prijatelji ...«* Knjigo priporoča staršem, ki se znajdejo v položaju, ko njihov otrok umira. Da pa bodo prizadeti starši upali knjigo vzeti v roke, jim lahko pomagamo strokovni delavci, s katerimi prihajajo v stik: medicinske sestre, zdravniki, psihologi, vzgojitelji, svetovalni delavci ...

Avtorica knjige je Švicarka Ianni Käch, učiteljica zdravstvene nege, mati štirih otrok. Knjigo je prevedla medicinska sestra Marija Cehner. Ilustracije je narisala Anni Brunner-Koch, babica umirajoče deklice. Na zadnjih straneh knjige so objavljeni koristni spletni naslovi, organizacije in društva za podporo hudo bolnim otrokom in staršem ter priporočena literatura v slovenščini. Knjigo lahko naročite pri Slovenskem društvu hospic, Maribor.

Po prvič na mah prebrani knjigi, sem čutila le željo, da se mi to ne bi zgodilo. Ko jo znova in znova prebiram po poglavjih, pa kot mati in medicinska sestra čutim, kako blizu smo lahko umirajočemu otroku in njegovi družini, če le upamo, želimo in znamo začutiti njihovo stisko. Da bi bilo veliko pogumnih bralcev predstavljene knjige!

Majda Brumec

DROBCI IZ GERONTOLOŠKE LITERATURE

Zbrali: Martina Starc, Mojca Slana, Klemen Jerinc, Tanja Pihlar

EVROPSKA UNIJA: PRVI SESTANEK USMERJEVALNE SKUPINE NA PODROČJU INOVACIJ ZA AKTIVNO IN ZDRAVO STARANJE

Evropsko partnerstvo za inovacije za dejavno in zdravo staranje (ang. *European Innovation Partnership on Active and Healthy Ageing, EIP on AHA*) je del strategije Evropske unije Unija inovacij. Gre za eno od vodilnih iniciativ v novi evropski strategiji Evropa 2020, s katero naj bi spremenili ideje v nova delovna mesta, zeleno rast in družbeni napredek. Cilj Unije inovacij je trojen: 1. spremeniti Evropo v vrhunsko svetovno silo znanosti; 2. revolucionarizirati način sodelovanja javnega in privatnega sektorja, predvsem preko partnerstev za inovacije; 3. odstraniti zastoje, kot so npr. drago patentiranje, razdrobljenost trga, nizko postavljanje standardov in pomanjkanje večšin, ki trenutno preprečujejo, da bi se ideje realizirale na tržišču.

Pred kratkim se je v Bruslju prvič sestala usmerjevalna skupina Partnerstva. Razpravljali so o tem, kako izboljšati zdravje in kakovost življenja starejših ljudi, povečati vzdržnost zdravstvenih sistemov in ustvariti novo rast in tržne priložnosti za Evropo. Usmerjevalni skupini na visoki ravni predsedujeta podpredsednica Evropske komisije za digitalno agendo Neelie Kroes in evropski komisar za zdravje in varstvo potrošnikov John Dalli, vključuje pa države članice, regije, industrijo, stroko v zdravstvu in socialnem varstvu, organizacije za starejše in paciente ter druge zainteresirane skupine. Neelie Kroes: »Staranje je priložnost, ne breme. Generacija, ki je gradila Evropo, si zasluži vse koristi tehnološkega napredka, ki ga je omogočila. Še posebej sem prepričana, da lahko digitalne tehnologije veliko ponudijo

za boljše življenje starejših ljudi ter njihove družine in skrbnike. Daljše in bolj zdravo življenje pomeni priložnost, da imajo starejši aktivno vlogo v družbi, pomagajo pri oblikovanju in vplivanju na odločitve za bodočo Evropo, ki bo boljša za vse generacije. Imeti moramo aktivno vlogo pri zagotavljanju uspeha inovacij za kakovostno staranje.«

John Dalli: »S tem partnerstvom smo zaozarili ledino. Aktivno in zdravo staranje je prva tema, ki je bila izbrana kot prednostna naloga na področju inovacij v evropskem partnerstvu za inovacije. Menim, da je to zelo pomembno politično sporočilo. Aktivno in zdravo staranje je ključnega pomena za naše državljane. Naš skupni cilj je dvig povprečnega števila let zdravega življenja za 2 leti do leta 2020.«

To je prvič, da so v Evropi združile moči vse zainteresirane strani v tem obsegu in se zavezale pospeševanju inovativnosti za aktivno in zdravo staranje. Osrednji cilj Partnerstva za inovacije za aktivno in zdravo staranje je učinkovitejša izraba evropskih javnih in zasebnih sredstev, porabljenih za raziskave in inovacije. Rezultati naj bi neposredno koristili bolnikom in državljanom. Partnerstvo bo moralo tudi opredeliti in odstraniti ovire za uporabo tehnologij, ki izboljšujejo in rešujejo življenja. Povezalo bo raziskovanje in inovacije in jih poneslo iz laboratorijev k državljanom. Partnerstvo želi pospešiti in povečati sprejemanje inovacij, vključno z rešitvami, ki temeljijo na informacijsko-komunikacijski tehnologiji (IKT).

Vir: Europa (2011). *Active and Healthy Ageing: EU sets up group to steer innovation*. V: Press Releases RAPID, <http://europa.eu/rapid/pressReleasesAction.do?reference=IP/11/519> (sprejem 25. 5. 2011)

ŠVICA: PRIX CHRONOS ALI BRANJE POVEZUJE GENERACIJE

»Ko mi je dedek prebiral zgodbe, se mi je zazdelo, da smo štirje in ne dva. V mojem dedku se je zasmel otrok in v meni se je nasmehnil starec.«

Prix Chronos je mladinski projekt branja, medgeneracijski projekt in spodbuda za branje v enem. Cilj projekta je, da starejši berejo z mladimi med desetim in dvanajstim letom mladinske knjige in izmenjujejo mnenja. Vsako leto je na to temo izbranih pet knjig. Projekt spodbuja zabaven način razumevanja in dialog med generacijami.

Zakaj *Prix Chronos*? *Chronos* je bil grški bog časa, ki prav tako simbolizira življenjsko dobo. Vse knjige pa imajo osrednjo temo medgeneracijskih odnosov.

Osnovni koncepti in cilji projekta so spodbujati dialog in razumevanje med generacijami, spodbujati veselje do branja pri otrocih, seznanjati se z razvojem življenja, posredovati pozitivno sliko staranja, prebirati dobre romane o medgeneracijskih odnosih in vzbujati zanimanje avtorjev in ilustratorjev za medgeneracijska vprašanja.

V projekt se lahko vključijo otroci in starostniki, posamezniki ali skupine, razredi, medgeneracijski bralni klubi, knjižnice, domovi upokojencev in drugi. Kako udeleženci berejo, je odprto: lahko samostojno, lahko celoten razred, lahko babica z vnuki, v starostno raznolikem bralnem krogu ali v knjižnici.

Knjige so izbrane po naslednjih navedenih kriterijih. Osrednja tema mora biti razmerje med generacijama. Ni nujno, da nastopajo povsod mladi in stari ljudje, lahko nastopajo tudi živali ali znanstvena bitja. Izbira otroške in mladinske literature je široka; od psiholoških do realističnih zgodb, pa do znanstvene fantastike. Pomembno je, da je odnos med generacijama predstavljen verodostojno in z empatijo. Razmerje je treba

opredeliti z odprtostjo in spoštovanjem: stari in mladi se učijo drug od drugega in kažejo drug drugemu drugačen pogled na svet in na življenje, kar pomeni obogatitev za oboje. Fantje in dekleta, ali moški in ženske se bodo pojavili kot protagonisti. Sama kakovost literature omogoča posredovanje vrednot, zato so izbrane tiste knjige, o katerih lahko dobro pripovedujemo skozi različne jezike in življenjske figure. Izbrane knjige morajo nagovoriti bralce in bralke. Zato so zahteve za izbrano besedilo visoke, a lahko razumljive in zanimive.

Projekt se je lansko leto odvijal sedmič. Zgodbe so odvisne od fantov in deklet, starih staršev in modrosti starejših ter od globokega prijateljstva in močnih čustev. Tematika je o mladih in starih, o skupnih izkušnjah in odpravljanju težav. Pogovori pa so najbolj zanimivi ravno takrat, ko se srečajo spomini in sanje.

Prix Chronos je začel delovati leta 1996 v Franciji, leto kasneje pa v Švici. Organiziran je bil v sodelovanju s švicarskim inštitutom za otroke in mladino. Krog sodelujočih, ki berejo, je vsako leto večji. Knjižnice, šole, domovi za stare, bralni krožki, ki jih združuje skupna ideja o branju in o razpravljanju o otroških knjigah, ki obravnavajo odnose med generacijami.

Dejavnosti *Prix Chronos* se izvajajo v kantonskih in v regionalnih organizacijah, kar omogoča, da se program lahko odziva na lokalne razlike in iz širokega spektra storitev izbere tiste, ki ustrezajo potrebam lokalne skupnosti.

Na koncu šolskega leta poteka slovesnost. Vsi udeleženci prejmejo majhno nagrado in potrdilo o sodelovanju v projektu.

Vir: *Prix Chronos* (2011). V: *Pro Senectute*, <https://www.pro-senectute.ch/angebote/generationenprojekte/prix-chronos.html> (sprejem 2. 3. 2011)

SLOVENIJA: POVEŽIMO GENERACIJE

Projekt z naslovom Povežimo generacije izvaja Inštitut Os. Namen Inštituta je opravljanje zdravstvene, socialne in drugih dejavnosti, s katerimi se veča kvaliteta življenja tretje generacije. Osnovni cilj je povezovanje generacij preko novih pristopov. Na tak način želijo zmanjšati osamljenost, socialno izolacijo in izključenost posameznikov.

Pri samem projektu sodelujejo prostovoljci, ki so družabniki starejšim ljudem na različnih športnih, kulturnih in drugih prireditvah. S tem želijo v različne dogodke aktivneje vključiti tudi starejšo generacijo in zmanjšati njihovo izolacijo. Prostovoljci v projektu v zahvalo dobijo brezplačno vstopnico za ogled dogodka, na katerem spremljajo starejšega Ljubljana oz. Ljubljanko. K sodelovanju vabijo starejše ljudi iz Ljubljane, da skupaj s prostovoljci Inštituta Os obiščejo dogodke, ki bi se jih radi udeležili.

Vir: Projekt Poveži generacije v Ljubljani. V: http://www.seniorji.info/MEDGENERACIJSKO_Projekt_Povezi_generacije (sprejem 23. 5. 2011)

JAPONSKA: ZA KAJ PORABIJO ČAS STAREJŠI ODRASLI NA JAPONSKEM

Japonski starejši odrasli (nad 50 let) imajo edinstven položaj na področju upokojevanja, saj se upokojujejo kasneje kot v večini držav OECD in ohranjajo visoko stopnjo delovne aktivnosti. Delež ljudi v vmesnem obdobju, ki ni niti čas polnega dela niti upokojitve, je večji od enake skupine ljudi v evropskih državah. Trg dela na Japonskem nudi več možnosti zaposlitve kot v Evropi, zato starejši Japonci v primerjavi z Evropejci delajo relativno več za plačilo in jim ostaja manj časa za druge, neplačane dejavnosti, med katere npr. sodijo nudenje pomoči ali oskrbe, dejavnosti v skupnosti in verske dejavnosti.

Prvi rezultati japonske raziskave o staranju in upokojevanju JSTAR iz leta 2009 (v stratifi-

ciranem vzorcu petih občin vzhodne Japonske je sodelovalo 4200 posameznikov) kažejo, da se delež Japoncev, starih nad 55 let, zaposlenih v tržni (plačani) dejavnosti, giblje med 80 % in 90 % pri moških ter med 70 % in 80 % pri ženskah. Po drugi strani pa je delež tistih, ki nudijo pomoč (netržne dejavnosti), precej manjši, saj znaša za moške in ženske manj kot 5 %.

To je presenetljivo v primerjavi z ugotovitvami raziskave o zdravju, staranju in upokojevanju v Evropi (SHARE), po kateri npr. znaša delež starejših odraslih moških, ki delajo za plačilo 30 % v Franciji in Avstriji ter nad 60 % v Švici. Delež moških, ki nudijo pomoč pa se giblje med 50 % na Danskem ter 13 % v Španiji. Na Japonskem se dela v večjem obsegu, kot je maksimum v Evropi, medtem ko je obseg zagotavljanja pomoči manjši od minimuma evropskih držav.

Kar zadeva dejavnosti prostovoljskega dela in drugih družbenih dejavnosti, raziskava o zdravju, staranju in upokojevanju v Evropi kaže, da imajo države z večjim deležem ljudi, ki sodelujejo pri zagotavljanju neformalne pomoči ali oskrbe, tudi večji delež ljudi, ki sodelujejo v prostovoljskih dejavnostih. Večji delež je v nordijskih državah in nižji v sredozemskih državah. Delež tistih, ki sodelujejo v prostovoljskih dejavnostih na Japonskem, pa je primerljiv s skupino evropskih držav, kot sta Nemčija in Francija, ki sta po obsegu nudenja pomoči v Evropi uvrščeni v srednjo skupino. Vendar delež tistih, ki nudijo pomoč, ostaja na Japonskem precej nižji kot v evropskih državah.

Kljub dejstvu, da so številni starejši Japonci dolgo aktivni, pa jim še vedno ostane nekaj časa za dejavnosti, ki ne sodijo v redno delo, saj prvi rezultati že omenjene japonske raziskave o staranju in upokojevanju JSTAR kažejo, da se jih med osebami, starimi od 55 do 75 let, približno 20 % ukvarja s hobiji, 15 % je dejavnih v skupnosti, 10 % se jih ukvarja s prostovoljstvom

(vključno z dobrodelnostjo), 10 % s športom, od 5 do 9 % se jih posveča učenju (udeležujejo se izobraževanja ali usposabljanja), manj kot 5 % se jih ukvarja z verskimi dejavnostmi, s pomočjo drugim (ljudem v soseski) in s politiko.

Porazdelitev časa, namenjenega delu in prostemu času ali osebni in družbeni dejavnosti, določa kakovost življenja in je pomembna za oblikovanje javne politike tako na Japonskem kot tudi pri nas v Evropi.

Vir: Hidehiko Ichimura, Hideki Hashimoto in Satoshi Shimizutani (2009). Japanese Study of Aging and Retirement. V: <http://www.rieti.go.jp/en/projects/jstar/index.html> (sprejem 17. 6. 2011).

EU: PROGRAM ZA PODPORO STAREJŠIM OSEBAM PRI SAMOSTOJNEM ŽIVLJENJU

Evropska komisija je predstavila poročilo o napredku skupnega programa za podporo starejšim osebam pri samostojnem življenju. Program za financiranje raziskav in razvoja vključuje 23 držav iz EU, ki želijo izboljšati kakovost življenja starejših oseb s pametnimi rešitvami, ki temeljijo na informacijsko-komunikacijski tehnologiji. Nove rešitve, ki jih program razvija, bodo v dveh do treh letih pripravljene za uporabo na trgu.

Od leta 2008 naprej je bilo izvedenih več kot 50 projektov za raziskave in inovacije, in sicer na področju obvladovanja kroničnih bolezni in družbenih stikov starejših državljanov. Primeri vključujejo robote, ki opravljajo gospodinjstva dela in pomagajo osebi, da ostane povezana s svojo družbeno okolico, ter »pametne domove«, ki se odzivajo na gibanje in obnašanje stanovalcev ter jim tako olajšajo življenje. Da bi bili pozitivni učinki programa čim večji, Komisija pri snovanju rešitev priporoča tesnejšo in bolj smiselno udeležbo končnih uporabnikov. Skladnejša pravila glede upravičenosti in financiranja morajo čim

bolj zmanjšati operativne pomanjkljivosti in zamude, ki včasih vplivajo na nemoten potek projektov.

Poročilo kaže, da je bil skupni program zelo uspešen pri združevanju 23 sodelujočih držav za spopadanje s perečim družbenim izzivom. Prav tako je zapolnil vrzel med naprednimi raziskavami in ambicioznimi tržnimi rešitvami za aktivno in neodvisno življenje starejših oseb. K temu, da je skupni program za podporo iz okolja pri samostojnem življenju tako uspešen, so prispevale tudi visoke finančne naložbe sodelujočih držav. Drugi odločilni dejavnik za uspeh je zelo močna udeležba malih in srednje velikih podjetij v projektnem konzorciju.

Komisija bo tudi nadalje krepila vezi med skupnim programom za podporo iz okolja pri samostojnem življenju, drugimi programi za raziskave in inovacije, ki jih financira EU, ter evropskim letom aktivnega staranja in medgeneracijske solidarnosti v 2012.

Vir: Evropska unija (2010). Digitalna agenda: močno zanimanje MSP in vladna podpora pri IKT za pomoč starejšim osebam. V: <http://europa.eu/rapid/pressReleasesAction.do?reference=IP/10/1726&format=HTML&aged=0&language=SL&guiLanguage=en> (sprejem 27. 12. 2010)

ZDA: URGENCA PO MERI STAROSTNIKOV

Bolnišnice v ZDA skušajo za starejše paciente na urgenci poskrbeti na nov in sodoben način – sobe na urgenci posodabljajo oz. gradijo tako, da čimbolj ustrezajo potrebam starostnikov.

V ta namen prostore opremljajo s stenski-mi oprijemali, tla so neдрseča, na posteljah so posebne vzmetnice za zmanjšanje pritiska, ki ponujajo tudi možnost alarma, če pacient vstane iz postelje. Sobe so nežneje osvetljene, ure na stenah so večje, vsaka soba pa ima na voljo tudi hojico, očala za branje in slušne aparate. Zdravniki upajo, da bodo starostnikom

prijazne urgentne sobe pomagale zmanjšati število ponovnih hospitalizacij in hkrati tudi zmanjšale tveganje za škodljive interakcije zdravil. V bolnišnici St. Joseph Mercy v zvezni državi Michigan so poskrbeli tudi za osebje; zdravnike in medicinske sestre so na delavnicah poučili o boljši komunikaciji s starostniki in njihovimi skrbniki. Medicinskemu osebju je posebej naročeno, da si morajo vzeti dovolj časa za vsakega pacienta, saj le tako lahko v celoti razumejo njegovo stanje. Pri pacientih izvajajo tudi presejalne kognitivne preglede, s pomočjo katerih lahko odkrijejo še nediagnosticirane primere demence in depresije.

Po besedah dr. Hwangove, stroka nekaj let nazaj ni bila preveč navdušena nad idejo o urgenci za starostnike, danes pa večina zdravnikov ta koncept že sprejema. Vedno več ljudi nad 65 let bo namreč prihajalo v bolnišnice s svojimi zdravstvenimi težavami, zato je na to treba biti ustrezno pripravljen.

Vir: Martina Alyson in Rashidian Nushin (2011). Emergency rooms built with the elderly in mind. The New Old Age: Caring and Coping. The New York Times. V: <http://newoldage.blogs.nytimes.com/2011/03/14/hospitals-building-emergency-rooms-for-the-elderly/> (sprejem 25. 3. 2011)

INDIJA: ŠTUDENT STOLETNIK

Bholaram Das iz Gawahata v Indiji je bil v življenju v marsikateri vlogi – borec za svobodo, učitelj, odvetnik, sodnik, zdaj pa se

kot stoletnik vrača na univerzo kot doktorski študent. S tem je postal najstarejši študent v Indiji, verjetno pa tudi edini stoletni študent na svetu. Sprejet je bil na Univerzo Guwahati v Assamu; družini in prijateljem je to razkril na svoj 100. rojstni dan. Pravi, da za pridobivanje znanja ni starostne omejitve. Tema njegovega doktorata je vloga njegove rojstne vasi Bohori v okrožju Barpeta v zahodnem Assamu v širjenju neo-Vaišnavitskega gibanja, egalitarne smeri hinduizma.

Ko je bil Das star 19 let, je bil zaprt med gibanjem za osvoboditev od britanske nadvlade. V zaporu je preživel dva meseca, potem pa diplomiral iz trgovskih ved, kasneje tudi iz prava. Mnogi so obnemeli ob njegovi vnemi, da pridobi doktorski naziv v tako visoki starosti. Verjamejo, da je lahko vzor naslednjim generacijam, saj je stoleten študent velika redkost po vsem svetu. Das je še vedno gibčen in aktiven, pri hoji si pomaga s palico, spremlja tekme kriketa na televiziji in z navdušenjem bere. Ima pet sinov in eno hčerko, deset vnukov ter enega pravnuka. »Rad se smejem in sem vedno srečen,« pravi in bere naprej.

Vir: Asian Tribune (2010). Turned 100, he's World's oldest student. V: World Institute For Asian Studies, letnik 10, št. 249, <http://www.allvoices.com/s/event-7069375/aHR0cDovL3d3dy5hc2l-hbnRyaWJ1bmUuY29tL25ld3MvMjAxMC8xM-C8yMy90dXJuZWQlMTAwLWhlc3R3b3JzZHM-tb2xkZXN0LXN0dWRlbnQ-> (sprejem 28. 12. 2010)

GERONTOLOŠKI DOGODKI

Zbrala Mojca Slana

V SLOVENIJI

11. festival za 3. življenjsko obdobje

Organizira: Inštitut Hevrek!

27.–29. september, Ljubljana

Spletni naslov: <http://www.f3zo.si>

V TUJINI

The Science of Ageing – Global Progress

Organizira: British Society for Research on Ageing and The International Association for Biomedical Gerontology

11.–14. julij, Brighton, Združeno kraljestvo

Spletni naslov: <http://www.bsra.org.uk>

Answers on Aging

Organizira: National Association of Area Agencies on Aging

16.–20. julij, Washington, ZDA

Spletni naslov: <http://www.n4a.org/training-events/annual-conference>

Sexuality, Intimacy and Aging: What Every Professional Needs to Know

Organizira: Sexuality and Aging Consortium at Widener University

23. september, Pensilvanija, ZDA

Spletni naslov: <http://www.sexualityandaging.com/save-this-conference-date-sept-23-2011>

1st International Conference on Age-friendly Cities: Building the WHO Global Network

Organizira: IFA, Ireland's Age Friendly County Programme, WHO

28.–30. september, Dublin, Irska

Spletni naslov: <http://www.afc-internationalconference.ie>

7th Congress of the EUGMS (European Union Geriatric Medicine Society)

Organizira: EUGMS, European Union Geriatric Medicine Society

28.–30. september, Málaga, Španija

Spletni naslov: <http://eugms-segg2011.org>

International Congress on Ageing and Elderly

Organizira: Foundation of Elderly Sciences and Technologies

29. september – 2. oktober, Bursa, Turčija

Spletni naslov: <http://www.agingcongress2011.org>

Dubai Congress on Anti-Ageing & Aesthetic Medicine

Organizira: F&E A Tarsus Group Company

2.–3. oktober, Dubaj, Združeni arabski emirati

Spletni naslov: <http://www.anti-agingevents.com/dubai>

9th Asia/Oceania Regional Congress of Gerontology and Geriatrics

Organizira: Australian Association of Gerontology

23. – 27. oktober, Melbourne, Avstralija

Spletni naslov: www.aeging2011.com

GERONTOLOŠKO IZRAZJE

Potrebe v starosti

angleško: *needs*

nemško: *die Bedürfnisse*

francosko: *besoins*

špansko: *necesidades*

italijansko: *bisogni, necessità*

Potrebe so samodejni vzgibi živega organizma, ki ga nagibajo (motivirajo) in usmerjajo v tako vedenje in sobivanje z okoljem, da se ohranja pri življenju in zdravo razvija.

Vsaka potreba je informacija, kaj živo bitje trenutno potrebuje za svoj obstoj in napredek, obenem pa daje motivacijsko energijo za doseg ali uresničenje tega cilja. Živo bitje občuti svoj notranji energetski potencial kot napetost, stisko ali nujno, dokler energija ni porabljena oziroma potreba zadovoljena. Potrebe so tudi glavna energija ali gibalno za človekov osebni in vrstni razvoj. Stiska ob nezadovoljenosti potreb poganja osnovni socialni imunski vzgib, to je samopomoč. Kakor za vsako energijo v naravi velja tudi za energijo človeških potreb, da ne more ostati neuporabljena, pri uporabi pa ne more biti nevtralna: smiselno se izlije v ustvarjanje ali pa se nesmiselno uporabi v razdiralnosti.

Vsa živa bitja imajo skupne osnovne preživetvene potrebe, vsaka vrsta in vsako posamezno bitje pa ima v vsakem trenutku tudi svoje specifične potrebe. Človek ima najbolj kompleksno širino potreb. Humanistični psiholog Abraham Maslow je leta 1954 človeške potrebe razvrstil po hierarhiji v osnovne ali biološke, ki jim sledijo višje človeške potrebe: po varnosti, po ljubezni in pripadnosti, po ugledu in samospoštovanju, povsem na vrhu piramide pa je potreba po samouresničitvi, ki vključuje potrebe po odkrivanju neznanega, doživljanju lepote in opravljanju smiselnih nalog v življenju. Višje človeške potrebe se

prebudijo večinoma šele, ko so nižje zadovoljene. Osnovna zadovoljenost nižjih potreb je izhodišče za normalno zaznavanje in zadovoljevanje višjih potreb, toda šele zadovoljenost višjih potreb omogoča specifično človeško raven življenja. Tu torej v celosti velja spoznanje Martina Bubra o človekovem rabnem razmerju in osebnem odnosu: brez zadovoljitve osnovnih telesnih in duševnih potreb človek ne more preživeti, brez zadovoljitve potreb v višjih štirih razsežnostih pa ne živi na človeški, ampak zgolj na živalski ravni.

Med velikim številom najrazličnejših človeških potreb se najlažje orientiramo, če imamo pred očmi vse človeške razsežnosti. Naša šestrazsežnostna antropohigienska podoba človeka nam daje naslednjo razporeditev potreb:

- v telesni ali biofizikalni razsežnosti so temeljne potrebe po ohranitvi sebe (potrebe po rasti, zdravju, hrani in tekočini, toploti, gibanju in počitku) in ohranitvi človeške vrste (razmnoževanje, skrb za otroke);
- v duševni ali psihični razsežnosti so potrebe po informacijah, užitku, varnosti, veljavi;
- v duhovni ali noogeni razsežnosti so potrebe po svobodi, odgovornosti in življenjski orientaciji;
- v sožitni ali medčloveško družbeni razsežnosti so potrebe po temeljnih medčloveških odnosih in funkcionalnih razmerjih, po lastnem ugledu v družbi, po smotrni organizaciji družbe in reda v njej;
- v razvojni ali zgodovinskokulturni razsežnosti so glavne potrebe po učenju, razgledanosti in napredovanju, po ustvarjalnosti in delovni uspešnosti, po predajanju svojih življenjskih spoznanj in izkušenj drugim ljudem in v konzerviran kulturni zaklad;
- v bivanjski ali eksistencialni razsežnosti pa ima človek zelo močno *voljo do smisla* (Frankl),

to je potrebo po doživljanju smisla trenutka, v katerem živi, ali situacije, v kateri se nahaja, po doživljanju smisla posameznih obdobji v svojem življenju ter svojega življenja kot celote, pa tudi potrebo po doživljanju smisla človeške zgodovine in celotne resničnosti.

Značilnost bioloških potreb je, da delujejo kot nuja, ki ne prenese veliko časovnega odlaganja niti vsebinskih sprememb v zadovoljitvi: dihanje, uživanje tekočine in hrane ter podobne potrebe mora človek zadovoljiti bolj ali manj take, kot so, in takrat, ko se pojavijo. Potrebe v višjih človeških razsežnostih pa so bolj gibljive. Njihovo zadovoljitev je možno dlje časa odlagati, deloma tudi nadomeščati z zadovoljitvijo, ki ni direkten odgovor na to, ampak na druge človeške potrebe, in je v dani situaciji bolj smiselna. Odlaganje zadovoljitve potreb in nadomeščanje direktne zadovoljitve z bolj smiselno je pri človeku potrebno za poln razvoj svobode, odgovornosti ter kakovostnega življenja in sožitja, seveda pa so tudi pri tem možna nesmiselna pretiravanja, ki povzročajo psihično bolestin ali nevrotične motnje.

V vsem živem svetu se pojavljanje in uresničevanje potreb odvija samodejno in nezavedno po instinktih, človek pa se svojih potreb bolj ali manj zaveda in mora zavestno iskati načine, kako jih bo zadovoljil. Zadovoljevanje osnovnih bioloških potreb je tudi pri človeku tem bolj kakovostno, čim bolj samodejno poteka po naravnih nagonskih vzgibih. Mnoge osnovne in višje potrebe zadovoljujemo rutinsko na način, kot smo se navadili z učenjem, bodisi spontanim posnemanjem socialnega okolja bodisi zavestnim učenjem. Nekatere potrebe pa lahko zadovoljujemo le tako, da se vsakokrat posebej zavestno odločimo za zadovoljitev in za način zadovoljitve – to velja zlasti za najvišje sožitne, duhovne in bivanjske potrebe.

Zadovoljevanje naravnih potreb, ki jih ima človek v vsaki od razsežnosti, je pogoj za normalen človeški razvoj in življenjsko uresničitev.

Kakovost človeškega življenja se meri po tem, koliko in v kakšni medsebojni skladnosti so zadovoljene vse njegove potrebe. Če človek še tako dobro zadovoljuje nekatere potrebe, ob tem pa zanemara druge pomembne potrebe, si povzroča večje ali manjše motnje ne le v daljši razvojni perspektivi, ampak si lahko na ta način izniči tudi vse tekoče zadovoljstvo obstoječe zadovoljitve. Pogosta današnja izkušnja je na primer, da imajo stari ljudje dobro zadovoljene materialne potrebe, so zdravi in duševno čili, vendar pa so nezadovoljni, ker so osamljeni in frustrirani na področju medčloveškega sožitja, duhovnih in bivanjskih potreb.

Za redno in uravnoteženo zadovoljevanje potreb ima človek v vsaki od razsežnosti vgrajene tudi samodejne obrambne ali imunske vzgibe. Ti so najvišja in najbolj dragocena stopnja človekovih zmožnosti, kajti če ti obolijo ali ne delujejo razvojno, ni v človeku ničesar več, kar bi mu pomagalo k celostnemu telesnemu, duševnemu, socialno-sožitnemu, duhovnemu in bivanjskemu zdravju. Toda kot vsaka človekova danost lahko tudi potrebe in njihovi obrambni mehanizmi obolijo. V telesni razsežnosti je znana skorajda usodna teža imunskih in avtoimunskih bolezni, začenši pri alergijah in aidsu. Še težje je s človekovim in družbenim razvojem pri hujših obolenjih potreb in obrambnih mehanizmov v višjih človeških razsežnostih. Človeško spoznanje, ki mu sledimo v zgodovini kultur, vseskozi odkriva neko zmedo ali anomalijo v človekovih potrebah. Nekaterih pristnih človeških potreb ljudje pogosto ne zaznavamo dovolj jasno, da bi jih zadovoljevali, ali pa jih zaznavamo in vseeno ne zadovoljujemo. Nekatere potrebe pa občutimo pretirano in jih kaj hitro zadovoljujemo čezmerno. Oboje se v daljšem obdobju ali sistemsko izkaže za škodljivo, tako za človeka samega kakor za druge ljudi in okolje. V pretiravanje in neuravnovešenost se nagiba zlasti dojemanje in zadovoljevanje:

- potrebe po lastni veljavi, ugledu in položaju med drugimi (grška in krščanska modrost zahodnega izročila sta med sedmimi glavnimi grehi ali koreninami zla to anomalijo v človekovih potrebah poimenovali napuh);
- potrebe po imetju in zalogah (v izročilu zahodne kulture sta to lakomnost in nevoščljivost);
- potrebe po hrani in tekočini (požrešnost);
- potrebe po protismiselnem izkoriščanju lastne ali tuje spolne in erotične potrebe (prešuštvovanje, nečistost);
- potrebe po uravnoteženem delu in počitku (v zahodnem izročilu je to lenoba, ki ji danes odgovarja druga skrajnost v pretiranem garaštvu);
- potrebe po samoobrambi (jeza; menim, da moramo ob njej z imenom omeniti še strah, ki je tudi korenina številnih človeških motenj v vedenjskih vzorcih vsakdanjega življenja in hudih zločinov v sožitju med ljudmi).

Živalski nagoni teh anomalij v potrebah ne poznajo. Povezane so s človeško zmožnostjo spoznavanja smiselnih in nesmiselnih možnosti, osebnega odločanja med možnostmi različne vrednosti ter s stopnjo dobrih navad za udejanjanje svojih smiselnih odločitev. Svobodno odločanje in uresničevanje smiselnih odločitev pri zadovoljevanju vseh človeških potreb namreč kar usodno zavirajo človekove prejšnje slabe izbire, ki utirijo vzorec nereda pri zadovoljevanju potreb – slabe navade. Zato je človeštvo vgradilo v izročilo vseh kultur veliko pozornosti duhovni vadbi pri ozaveščanju vseh pristnih potreb ter asketskemu treningu za pridobivanje in vzdrževanje dobrih navad za uravnovešeno zadovoljevanje vseh potreb.

Poleg naravnih potreb, ki so prirojene, si človek lahko privzgoji ali pridobi tudi umetne potrebe. Najpogosteje se to zgodi z učenjem ali vadbo po metodi pogojevanja, ko človek neko obliko vedenja ali ravnanja spremeni v rutino ali navado. Na podlagi te zakonitosti vzbuja ljudem nove umetne potrebe moderna industrijska

proizvodnja z reklamo, ki ima tem večje možnosti in moč, čim bolj razvita je informacijska tehnologija. Umetne potrebe so lahko človeku koristne. Pospešujejo ali podpirajo njegov razvoj in samouresničevanje ali pa kompenzirajo določen primanjkljaj, ki se pojavi zaradi načina življenja. Tak primer umetne potrebe je navada umivanja zob, ki lahko postane prava nuja, tako da človek ne more zaspati, preden si ne umije zob. Umetne potrebe pa so lahko človeku tudi škodljive. Take so razne vedenjske razvade, na primer razne oblike neolikanega obnašanja in kvantanja, ki človeku kvarijo jasnost mišljenja in značaj, obenem pa jemljejo ugled in uspeh v družbi. Škodljiva umetna potreba je uživanje raznih psihoaktivnih snovi, ki postanejo po možganskem utirjanju (nevroanatomske) vedenjske razvade, hkrati pa se organsko vgradijo v način presnove (nevrokemično), tako da postanejo celostna človeška potreba – zasvojenost, ki jo definiramo kot umetno škodljivo potrebo. Začetniki psihoterapevtskih šol so izhajali iz posamezne bolne, frustrirane ali množično nezadovoljene potrebe, npr. Freud iz potrebe po užitku, Adler iz potrebe po ugledu v družbi, Frankl iz potrebe po smislu.

Na konkretno zavedanje določene potrebe in na obliko njenega zadovoljevanja imata zelo močan vpliv človekova osebna zrelost in kulturno okolje. Nezrel človek, pa naj bo otrok ali odrasel – na primer zasvojenec, nekaterih svojih bistvenih potreb ne prepozna. V družbi je zadovoljevanje nekaterih potreb lahko tabuizirano ali pozabljeno. Pri zadovoljevanju drugih potreb so lahko utirjeni nesmiselni vzorci vedenja, ki škodujejo. Neredko so v družbi do popolne samoumevnosti razširjene določene škodljive umetne potrebe, ki jih javno mnenje ali reklama skozi daljši čas vzdržujeta, da jih ljudje doživljajo kot pristne človeške potrebe. Čim več je nereda v zdravem zadovoljevanju pristnih človeških potreb, tem bolj je družba nezrela ali propadajoča. Čim bolj je človek osebno zrel, tem

bolje prepozna svoje pristne potrebe in realne možnosti za njihovo zadovoljevanje. Čim bolj je določeno družbeno okolje kulturno zrelo, tem bolj je naklonjeno polnemu in uravnoteženemu zadovoljevanju vseh človeških potreb in tem boljše vzorce vedenja in sožitja ima za njihovo zadovoljevanje.

Vsak človek ima do neke mere specifično sliko svojih potreb. Prav tako se potrebe deloma spreminjajo v teku življenjskega razvoja: nekatere so precej stalne skozi vse življenje, druge se pojavljajo v posameznih obdobjih življenja s precej različno močjo, tretje so značilne skorajda samo v posameznem obdobju življenja.

V starosti so nekatere potrebe še posebej značilne in njihovo zadovoljevanje pomembno. Z vidika celostne antropološke analize človeškega življenja dosegajo po 60. letu življenja svoj največji razpon predvsem višje tri človeške razsežnosti – medčloveško družbena, zgodovinskokulturna in eksistencialna; če ne v celoti, vsaj nekateri pomembni vidiki v njih. Menimo, da so med temi potrebami v starosti posebno značilne tri višje.

1. Potreba po temeljnem ali osebnem medčloveškem odnosu. Star človek potrebuje vsaj enega »svojega« človeka, ki ga pozna in je z njim v prijetnem človeškem odnosu. Za kakovosten psihosocialni razvoj v starosti pa bi bilo potrebno, da je v rednem osebnem odnosu vsaj s tremi kakovostnimi ljudmi: z enim mladim, enim srednjih let in enim starejšim vrstnikom.
2. Potreba po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj mladi in srednji generaciji. Človekovo najbolj osebno in najbolj dragoceno premoženje so njegove življenjske izkušnje in spoznanja. V starosti je za zdravo samospoštovanje in za doživljanje smisla zelo pomembno, da človekove izkušnje in spoznanja drugi sprejemajo in cenijo.
3. Eksistencialna potreba, da človek doživlja svojo starost kot enako smiselno in vredno obdobje življenja, kakor sta bili mladost in srednja leta. Danes je v zahodni kulturi množično

razširjen zgrešen stereotip staromrzništva (ageizem), ki človeka ovira, da bi sam doživljal staranje in starost tudi s pozitivne strani, prav tako pa celotno družbo, da bi v generaciji starih ljudi prepoznala njihove zmožnosti in pozitivne prvine za komplementarnost družbe vseh treh generacij. Ta stereotip je danes huda ovira za doživljanje smisla starosti, zato je potrebno tej potrebi po 50. letu življenja posvetiti posebno pozornost.

Osnova kakovostnega staranja pa so vsekakor uravnoteženo zadovoljene osnovne potrebe po materialni preskrbljenosti ter po ohranjanju telesne, duševne in delovne svežine. V pozni starosti je neredko posebej pomembna potreba po negi in oskrbi v onemoglosti. Na poseben način je v starosti živa človeška potreba po nesmrtnosti: da s smrtjo človek, njegov grob in dela ne ostanejo povsem pozabljeni in da se bistvo njegovega življenja ne uniči; skrbi za to potrebo se posebej posvečajo verske skupnosti.

Raziskovanje konkretnih telesnih, duševnih, socialno-sožitnih, duhovnih, razvojnih in bivanjskih potreb starajočega se prebivalstva je zelo primeren način za pridobivanje pristnih informacij, ki jih potrebuje politika za načrtovanje in vodenje razvoja starajoč se družbe. Prav tako je poznavanje in upoštevanje vseh človekovih potreb pogoj za kakršnokoli smiselno delo s starejšimi ljudmi ali zanje. Stroke, zlasti zdravstvena, socialna, vzgojna in arhitekturna, potrebujejo tekoče informacije o potrebah ljudi za razvoj kakovosti svojega dela s starejšimi ljudmi in zanje. Ker pa je reševanje nalog za kakovostno staranje neločljivo povezano z nalogami za krepitev medgeneracijske solidarnosti in izboljševanje sožitja med ljudmi, je raziskovanje pristnih potreb prav tako kot pri tretji generaciji potrebno tudi pri mladi in srednji. Končno je analiza človeških potreb nenaдомestljivo izhodišče za celostno antropologijo in v njenem okviru za celostno gerontologijo.

Eden od pokazateljev, kako so danes zadovoljene različne potrebe starih ljudi, je pisanje

v javnih obćilih. Pretežno je usmerjeno na področje materialnih potreb starega človeka – v vse tisto, kar se da kupiti z denarjem: stanovanje, hrana, zabava, potovanja, kulturna ponudba, zdravstveno varstvo, socialna nega, fizioterapija, družbeni položaji in službe ... Čim več ima star človek denarja, tem bolje lahko poskrbi za zadovoljitev svojih materialnih potreb in želja. Toda materialne in telesne potrebe so osnova, ki omogoča, da se pojavljajo in nato zadovoljujejo vse višje človeške potrebe. Zato bi se bilo nesmiselno truditi za kakovostno zadovoljevanje višjih človeških potreb, ki so za starost specifične, če so zapostavljene osnovne. Vendar pa je nevarnost dandanes druga. V razvitih modernih družbah so materialne potrebe starih ljudi zadovoljene neprimerno bolje, kakor so bile kdajkoli v dosednji človeški zgodovini, vendar pa so stari ljudje bolj osamljeni, doživljajo svoje življenjske izkušnje kot manj plodne, svojo starost pa kot bolj brezciljno in nesmiselno, kakor je to bilo v preteklosti. Celo svojih delovnih sposobnosti današnji ljudje po upokojitvi pogosto ne morejo

več polno uporabljati. Če upoštevamo spoznanje, da je kakovost življenja na stara leta skupna raven uravnotežene zadovoljenosti vseh potreb v vseh šestih razsežnostih človeškega življenja, je treba opraviti veliko nalog, da v naših družbah dosežemo na stara leta kakovostno življenje; veliko več je treba narediti na področju zadovoljevanja višjih človeških kakor osnovnih materialnih potreb. Kajti če so zapostavljene višje človeške potrebe, je dokaj neuspešen trud za dobro materialno varnost – stari ljudje so tudi ob njej zagrenjeni, črnogledi, sitni ter težavni sami sebi in vsem, ki z njimi živijo ali zanje skrbijo.

Celota vseh človekovih potreb v starosti je smerokaz pri prizadevanjih za kakovostno staranje. Njihovo poznavanje je dobra osnova za celostno gerontologijo. V gerontatogiki pa tvori energija vseh potreb osnovo za kvaliteten človeški razvoj v starosti, kajti posebnim potrebam v starosti odgovarjajo posebne zmožnosti, možnosti in naloge, ki jih ima star človek.

Jože Ramovš

SIMPOZIJI, POSVETI

**ZDRAVO IN AKTIVNO STARANJE
ZA VSE EVROPEJCE »II«****VII. evropski kongres Mednarodne zveze za
gerontologijo in geriatrijo (IAGG)****Bologna, Palazzo della Cultura e dei Congressi,
14.–17. april 2011**

Mednarodna zveza za gerontologijo in geriatrijo (ang. *International Association of Gerontology and Geriatrics*, IAGG) vsaka štiri leta organizira mednarodni evropski gerontološki kongres. Skupaj s svetovnim gerontološkim kongresom (naslednji bo potekal čez dve leti v Seulu, v Južni Koreji) je ta kongres eden od ključnih načinov, s katerimi IAGG dosega svoje cilje. Na njem se zberejo mednarodno priznani strokovnjaki s področij gerontologije in geriatrije ter delijo svoje znanje in izkušnje preko plenarnih predstavitev, simpozijev, ustnih predstavitev in posterjev. Strokovnjaki prihajajo z raznovrstnih področij od biologije, biomedicine, kemije in inženirstva pa do medicine, zdravstvene nege, psihologije, družbenih znanosti, javnega zdravstva in politike. Letošnji kongres je potekal aprila v Bologni. Udeležili smo se ga tudi predstavniki Inštituta Antona Trstenjaka, in sicer s prvimi izsledki iz raziskave *Stališča, potrebe in zmožnosti, ki jih imajo prebivalci RS, stari 50 in več let, na področju zdravja in socialnega funkcioniranja*. Predstavljali smo nekaj ugotovitev na področjih kakovosti življenja starejših ter dolgotrajne oskrbe. V štirih dneh predavanj in predstavitev so bile prikazane številne nove ugotovitve, od katerih bomo povzeli nekaj najzanimivejših.

Padci

Precejšen del vsebin je bil namenjen tematiki padcev, njihovim posledicam in preprečevanju. V enem od simpozijev, posvečenim padcem, so

posebno pozornost namenili metodam merjenja. Eden od dejavnikov tveganja za padec je tudi strah pred padci, vendar raziskovanje le-tega temelji na številnih različnih merskih inštrumentih. Uporabljajo se različne metode od preprostih vprašanj, kot je »Ali vas je strah padcev?«, do psihometrično izdelanih merskih pripomočkov, ki ponujajo širši vpogled v tematiko. V primerjavi različnih metod se je izkazalo, da se kompleksnejši vprašalniki ponašajo z večjo zanesljivostjo in veljavnostjo, medtem ko so posamezna vprašanja manj primerna. Vsebinsko je pri strahu pred padci pomembno, na kaj se strah nanaša. Pogosto namreč ne gre le za strah pred poškodbo in nezmožnostjo, pač pa tudi za strah pred sramom in izgubo socialne identitete. Starejši se bojijo, da bodo osramočeni, brez kontrole, breme drugim ... Novejši vprašalniki prav tako upoštevajo, da se strah pred padci povezuje z različnimi aktivnostmi. Nekoga tako na primer ni strah, da bi padel v stanovanju, strah pa mu lahko preprečuje, da bi opravljal dela na vrtu ipd.

Pri analizi padcev starejših v domovih za stare ljudi se je pokazalo, da do kar 41 % padcev pride pri prehodih med stanji ležanja ali sedenja in stojo. Tako bo potrebno v preventivi padcev pozornost nameniti tudi ergonomiji stolov in postelj in jih oblikovati v skladu s starosti prijaznimi načeli. Če primerjamo razna opravila glede na število padcev na enoto aktivnosti, posebno izstopata kopalnica in stranišče, saj se na vsakem koraku pripeti več dogodkov in prehodov. Programi preprečevanja padcev naj v telesno vadbo zato vključijo prav prehode.

Kljub množičnemu razvoju tehnologij in pripomočkov za pomoč starejšim so zaenkrat le-ti imeli izredno majhen družbeni in tržni vpliv, saj take pripomočke uporablja le 4,5 % vseh

potencialnih uporabnikov. S tem je povezana nizka sprejemljivost, zanesljivost in ergonomičnost pripomočkov, hkrati pa tudi relativno visoka stopnja lažnih alarmov. Deloma je to tudi posledica primanjkljaja natančnih podatkov o resničnih padcih, saj večina študij temelji na simuliranih padcih v laboratorijih. Novejši raziskovalni merski pripomočki pa že omogočajo nemoteče nošenje v domačem okolju in zbiranje podatkov o realnih padcih, kar je dobra osnova za prihodnje študije na tem področju.

Starost in okolje

Pri preučevanju kakovostnega staranja obstaja nevarnost, da se raziskovalci pretirano osredotočijo na osebne vire in moči, pri tem pa zanemarijo kontekst in okoljske dejavnike. Obstaja težnja po dekontekstualizaciji staranja. Hans Werner-Wahl je poudaril, da gre pri staranju za sovplivanje tako osebnih kot okoljskih dejavnikov, upoštevati pa je potrebno tudi fizično-prostorsko-tehnološko okolje, življenjski potek in zgodovinske spremembe. V starosti se zmanjša poudarek na agentnosti (tj. delovanju v okolju) in poveča poudarek na pripadnosti. Današnji starejši prihajajo v konflikt med poudarjeno družbeno težnjo po ohranjanju agentnosti, kolikor dolgo je le mogoče, in naravno težnjo po poudarjanju pripadnosti v kasnejših letih življenja.

Maria Haak je predstavila projekt ENABLE-AGE. Model dobrega življenja, ki so ga upoštevali v projektu, vključuje poleg vedenjskih kompetenc, psihološkega blagostanja in zaznane kvalitete življenja tudi objektivne značilnosti okolja. V projektu so preučevali, kako se domače okolje povezuje z zdravim staranjem. Judith Phillips je predstavila raziskavo o uporabi nepoznanega prostora pri starejših. Pri tem so z različnimi metodami ugotovili, da se kognitivni zemljevidi okolja ključno povezujejo s pomenom, ki ga ima okolje za posameznika. Znajde-nje v okolju pomeni tudi uporabo pomenskih

informacij, spominov in zgodovine nekega kraja. Vse te informacije pa seveda manjkajo, kadar se človek znajde v neznanem okolju. V raziskavi so uporabili različne tehnike, med drugim tudi simulacijo sprehoda po neznanem mestu v projekcijski sobi z več platni in sprehod v realnem okolju. Ugotovili so, da laboratorijske metode pomembno podcenjujejo kompleksnost okolja. Pri pravem sprehodu je pogosto prihajalo do senzornih in informacijskih preobremenitev, starejši so predvsem poudarjali hrup, ki v laboratoriju ni bil prisoten. Medtem ko so starejši v laboratoriju zlahka opazili različne znake (na primer za stranišča in avtobusne postaje), pa je večja kognitivna obremenitev v realnem okolju pomenila tudi večje težave pri opažanju znakov med samo hojo. Načrtovalci okolij morajo te omejitve upoštevati in načrtovane ureditve preizkusiti v realnem okolju.

Emocionalni vidiki staranja

Guadalupe M. Jiménez je predstavila navidezni paradoks subjektivnega blagostanja, ki se pojavlja v starosti. Kljub številnim izgubam, s katerimi se soočajo starejši (od fizičnih do družbenih), se njihov občutek blagostanja ne zmanjša. To dejstvo raziskovalci razlagajo z več socio-emocionalnimi viri, s katerimi razpolagajo starejši, in s povečano psihološko odpornostjo. S starostjo pride do različnih čustvenih sprememb, na primer v pogostosti in intenziteti čustev. Starejši ljudje bolj potlačujejo svoja čustva. Sprememba je še posebno izrazita pri ženskah. Medtem ko mladi in srednje stari moški čustva potlačujejo bolj kot ženske, pa jih le-te v starosti »dohitijo« in med njimi ni več razlik. Prihaja tudi do sprememb v čustveni pozornosti. Starejši se manj posvečajo grožnjam iz okolja in so bolj pozorni na pozitivne informacije. Bolje se spominjajo pozitivnih dogodkov iz preteklosti, negativnim pa pripisujejo bolj pozitiven pomen. Zanimive so tudi spremembe v spoprijemanju s čustvi. Več je iskanja emocio-

nalne podpore, sprejemanja in ponovnih ocen v pozitivni luči, hkrati pa tudi več potlačevanja, ki bi v mlajših letih veljalo za manj primeren način prilagajanja. V starosti pa pridobi bolj pozitivno funkcijo, saj je kontrola v starosti ključnega pomena. Ohranjena kontrola povečuje prožnost in omogoča prilagajanje ciljev.

Pereče teme v gerontologiji in geriatрії

V plenarnih predavanjih, ki so spremljala slovesno otvoritev konference, so predavatelji predstavili najbolj pereče teme v gerontologiji. Bruno Vellas, predsednik IAGG, je spregovoril o potrebi po povezovanju v gerontologiji in geriatрії. Predstavil je nekaj IAGG iniciativ, med drugim Globalno socialno iniciativo o staranju (ang. *Global Social Initiative on Ageing, GSIA*). Njen namen je transnacionalno sodelovanje pri ustvarjanju in prenosu znanj v povezavi z globalnimi trendi in staranjem populacije. Pomembne teme so na primer vzdržnost starejše populacije na podeželju, medgeneracijska podpora, ekonomski vidiki in socialno skrbstvo.

Jean-Pierre Baeyens, predsednik evropske regije IAGG je govoril o pogosto spregledani temi – podhranjenosti v starosti. V današnjem času se znanost in stroka v veliko večji meri soočata s težavami debelosti, podhranjenost, ki je bila aktualna še pred nekaj desetletji, pa počasi izginja iz zdravstvene zavesti in postaja pozabljen tema medicine. Podhranjenost pri starejših lahko privede do sarkopenije, izgubljanja mišične mase, v drugi fazi pa do kaheksije, ki je hujša oblika mišične degeneracije z veliko možnostjo, da ne pride do okrevanja. Kar 15 % starejših zaužije manj kot 1000 kcal na dan, kar je manj kot polovica priporočenega povprečnega dnevnega vnosa kalorij. 15–25 % starejših, ki živijo doma, in kar 25–45 % starejših v bolnišnicah je podhranjenih. Obstaja močna povezava med praznim hladilnikom in možnostjo sprejetja v bolnišnico. Na tem področju je zavedanje problema zelo nizko,

tako v družinah in med starejšimi samimi kot tudi med profesionalci. Le 33 % vseh primerov podhranjenosti je diagnosticiranih. Hkrati pa je diagnoza podhranjenosti enostavna – vse, kar je potrebno, je rutinsko preverjanje teže, ITM in prehranskih navad. Izvor podhranjenosti je lahko socialen, ekonomski, zdravstveni ... Znano je, da manj jedo starejši, ki živijo sami, in da so skupni obroki dobra preventiva pred podhranjenostjo. Nekateri starejši jedo manj, ker si hrane ne morejo privoščiti. Tek pa spreminjajo tudi različna zdravila, zdravstvene težave z zobmi, zmanjšan občutek okusa, manjše izločanje sline ipd. Posledice podhranjenosti so resne in vključujejo bolezni, infekcije, smrtnost, padce ter pogosto nepopravljivo izgubo mišičnega tkiva. Med podhranjenimi je možnost smrti skoraj osemkrat večja kot pri normalno prehranjenih.

Jorge Pinto Antunes, predstavnik Evropske komisije, je predstavil pilotni evropski projekt Evropsko partnerstvo za inovacije za dejavno in zdravo staranje (ang. *European Innovation Partnership on Active and Healthy Ageing, EIP on AHA*). Gre za projekt v okviru vodilne pobude Unija inovacij, katerega glavni cilj je do leta 2020 v EU povečati povprečno zdravo življenjsko dobo za dve leti. Projekt je osredotočen na uveljavljanje inovacij v širšem obsegu v primerjavi z današnjim na področjih, kot so spodbujanje zdravja, preventiva, zgodnje odkrivanje bolezni in zdravljenje, celostni in skupni sistem zdravstvenega in socialnega varstva, samostojno življenje in podporna tehnologija za starejše. Znano je, da imajo ženske daljšo pričakovano življenjsko dobo kot moški, vendar pa se spola ne razlikujeta v pričakovani zdravi življenjski dobi. Povprečen moški tako preživi 14 let v slabem zdravju, ženska pa kar 20. Dvig zdrave življenjske dobe za dve leti je ambiciozen cilj, katerega izpolnitev bo zahtevala vrsto sprememb in inovacij. Več informacij o partnerstvu je na voljo tudi na spletni strani <http://ec.europa.eu/active-healthy-ageing>.

Niccolò Marchionni, predsednik letošnjega kongresa in predsednik italijanskega združenja za gerontologijo in geriatrijo (it. *Società Italiana di Gerontologia e Geriatria, SIGG*), je predstavil poseben primer starostne diskriminacije v zdravstvu na primeru srčnih bolnikov. Podatki jasno kažejo, da se s starostjo zmanjšuje verjetnost, da bodo bolniki deležni najboljšega možnega zdravljenja. Medtem ko se učinkovitost klasičnega in naprednega zdravljenja pri mlajših bolnikih ne razlikuje, pa pri starejših napredno zdravljenje občutno poveča zmožnost okrevanja. Mlajši so torej deležni tretmajev, ki jim možnosti okrevanja ne povečajo, starejšim pa se take tretmaje odreka, čeprav je pri njih, sploh pri obstoju komorbidnosti, dodani učinek takega zdravljenja občutno večji.

Biologija staranja

Med bolj zanimivimi in dinamičnimi predavanji je bilo gotovo predavanje Rattana Suresha, ki je o staranju govoril z biološke perspektive. V biologiji je znan pojem esencialne življenjske dobe, to je dobe od rojstva do zaključka reproduktivne dobe. Pri ljudeh le-ta traja okoli 35–40 let. Maksimalna dokazano dosežena starost človeka je 122 let, povprečna pa med 75 in 80 let. Z biološkega vidika pride do staranja, ko presežemo esencialno življenjsko dobo. Ena od pomembnih ugotovitev biologije staranja je, da v nas ne obstajajo »morilski geni«, torej ni nikakršnega inherentnega mehanizma, notranje ure, ki bi v principu omejevala našo življenjsko dobo. Obstaja pa na stotine genov, ki vplivajo na staranje. Dejavniki, ki vplivajo na staranje, so hkrati tudi dejavniki, ki nas ohranjajo pri življenju. Gre za škodo, ki nastaja pri dihanju, metaboličnih procesih in kopiranju genetskega materiala, torej pri procesih, brez katerih življenje ni mogoče.

Človeka v interakciji z okoljem si lahko predstavljamo znotraj dveh območij – notranje je območje ranljivosti, zunanje pa homeodina-

mično območje. Homeodinamično območje zmanjšuje škodo, ki jo povzročajo vplivi iz okolja. Staranje je v svojem bistvu zmanjševanje homeodinamičnega območja, kar povečuje ranljivost in možnost bolezni. Pri zmanjševanju in preprečevanju škode ima pomemben pomen koncept hormeze. Gre za koristne oz. blagodejne učinke izpostavljanja nizkim dozam sicer škodljivih okoliščin na funkcionalno delovanje celic in organizma. Primer, ki ga vsi poznamo, je že vsakodnevna telovadba. Z besedami dr. Suresha: »*Ko telovadimo, se najprej zgodi vse slabo, nato pa sledi vse dobro.*« Majhna doza napora začasno poruši ravnovesje v telesu, povečajo se srčni utrip in tlak, vnos prostih radikalov, metabolični procesi ... Vendar pa lahko kasneje zaradi telovadbe uživamo koristi, ki povečujejo našo odpornost in zdravje. Ta začasna preizkušnja za naše telo torej spodbuja obrambo pred izzivi. Hormetini so pogoji, ki omogočajo hormezo in so lahko fizični, psihološki, v zadnjem času se veliko govori tudi o prehranskih, na primer v preučevanju omejevanja vnosa kalorij ipd. Koncept hormeze ni samo stvar biologije, pojavlja se v psihologiji (na primer razvoj frustracijske tolerance, soočanje s stresom ...) in tudi v duhovnosti (samopremagovanje in samopreseganje). Gre torej za mehanizem delovanja, ki povezuje zdravje in človekov razvoj na vseh nivojih človekovega delovanja: telesnem, psihološkem in duhovnem. Seveda pa koristni učinki hormeze temeljijo na preventivi, torej preprečevanju zmanjševanja homeodinamičnega območja. Priporoča se, da se s hormezo začne malo pred iztekom esencialne življenjske dobe. Še vedno pa je v zvezi s hormezo potrebna določena mera previdnosti, saj veliko raziskav temelji na poskusih z živalmi, manj pa je sistematičnih študij na ljudeh.

Obolevnost in umrljivost

Dorly J. H. Deeg je predstavila nekatere izsledke glede podaljševanja življenja v povezavi z umrljivostjo in obolevnostjo. Ključno

vprašanje pri dolgem življenju je, ali podaljšanje življenjske dobe spremlja tudi izboljšanje zdravja. Do daljše življenjske dobe je prišlo zaradi manjše umrljivosti v vseh življenjskih obdobjih – otroštvu, odraslosti in starosti. V otroštvu predvsem zaradi boljše higiene, v odraslosti kot posledica socialnega varstva, v starosti pa zaradi napredka v zdravstveni oskrbi in negi. V današnjem času je zato umrljivost koncentrirana v poznih letih življenja. Vzorec obolevnosti je sledil epidemiološki tranziciji iz prevladujočih nalezljivih v prevladujoče nenalezljive degenerativne bolezni. Vprašanje je, ali se hkrati s podaljševanjem življenjske dobe pojavlja tudi t. i. zgostitev obolevnosti (ang. *compression of morbidity*, slabo zdravje zgolj v poznih letih) ali pa prihaja do razširjenja obolevnosti (ang. *expansion of morbidity*), ko obolevnost ne sledi vzorcu smrtnosti in tako ljudje preživijo veliko let v slabem zdravju. Slednje lahko označimo tudi za t. i. »neuspeh uspeha«, saj podaljšanje življenjske dobe pomeni podaljšanje obdobja slabega zdravja. Želeli bi si, da bi epidemiološka tranzicija prešla v svojo zadnjo teoretično fazo, fazo zakasnelih degenerativnih bolezni, ko bi se le-te pojavile tik pred smrtjo, če sploh.

Teorija zgostitve obolevnosti je nastala na podlagi podatkov iz ZDA, ki kažejo trend zmanjševanja obolevnosti. Vendar pa podatki mednarodne primerjalne študije kažejo, da v kar petih od dvanajstih vključenih držav ni dokazov za zgostitev obolevnosti. V zadnjih letih je naraslo število kroničnih bolnikov, predvsem takih z milo obliko nezmožnosti, večji pa je tudi delež posameznikov, ki svoje zdravje ocenjujejo kot srednje ali slabo. Zelo verjetno je, da bodo vzorci obolevnosti še naprej različni v različnih državah, zato se pri raziskovanju zgostitve obolevnosti ne bi smeli naslanjati zgolj na podatke iz ZDA. Ključnega pomena je ugotoviti, kaj je tisto, kar dela države različne – zakaj pri nekaterih prihaja do zgostitve, v drugih pa do širitve obolevnosti.

Kritična gerontologija

Simon Biggs je predstavil zanimiv sociološko-psihološki vidik demografskih sprememb. Pomenljiva je že njegova formulacija bodoče demografske »piramide«, saj bo le-ta imela obliko gobe. Veliko se govori o tem, kaj to pomeni za vzdržnost ekonomskih, zdravstvenih in socialnih sistemov, predavatelj pa je poudaril, da gre tudi za vprašanje empatične vzdržnosti. Daljše življenje se skoraj izključno interpretira z vidika ekonomskega redukcionalizma, ko daljše življenje enostavno pomeni tudi podaljševanje delovne dobe in s tem direktne ekonomsko-tržne koristi. Prihaja do vse večje uniformnosti med generacijami, kar pa vodi tudi do tekmovanja, saj se potegujejo za isti družbeni prostor – prostor dela. Meje med generacijami so zabrisane, prihaja do konfliktov in ambivalentnosti. Nasproti temu se postavlja koncept generacijske inteligentnosti, ki označuje zavest o starostno specifičnih življenjskih nalogah, empatično doživljanje položaja drugih generacij ter sposobnost pogajanj. Prihodnost družbe in soočanje z bodočimi izzivi bo ključno odvisna od generacijske inteligentnosti njenih posameznikov.

Kongres je torej ponudil dober pregled trenutnega dogajanja na področju gerontologije in geriatrije v raziskovanju in praksi. Posebni poudarki so bili namenjeni sodelovanju in povezovanju med državami in različnimi strokami, upoštevanju vseživljenjske perspektive in konteksta ter premiku od biogerontološkega in zdravstvenega fokusa k bolj celostnemu pogledu, ki vključuje ekonomske, sociološke, psihološke, družbene, socialnovarstvene, okoljske, tehnološke in druge vidike. Vse bolj pomembne postajajo teme, kot so aktivno staranje, neenakosti, družbena vključenost in sodelovanje, socialno varstvo, mentalne sposobnosti, stališča in predsodki, tehnologija in okoljska ureditev.

Martina Starc

INTERVJU

*Helena Žigon, Božidar Voljč***Tek mi pomeni sprostitve, svobodo in užitek**

Ključne besede: maratonka, tek, aktivna starost

AVTORJA: *Helena Žigon* je bila rojena 1928 v Žireh. V slovenski javnosti jo poznamo kot eno najstarejših maratonk. Pri 82-ih letih je pretekla mali ljubljanski maraton (21 km), udeležuje pa se tudi vseh večjih tekov v Sloveniji in zamejstvu. Vse kaže, da na tem področju kljub svoji starosti še ni rekla zadnje besede. Poklicno življenje je preživela v administraciji različnih, največ gradbenih podjetij. Poročena je že več, kot 60 let, je mati dveh hčera, babica in prababica, ki ima veliko veselje s svojim mladim potomstvom. Svoje starosti ne sprejema kot breme. "Kaj pa sploh je to starost?", je vprašala v našem pogovoru z njo. S takšnim stališčem ter dobrim zdravjem in vitalnostjo, kot ju izkazuje, bomo na področju aktivne starosti lahko o njej še slišali.

Doc. dr. Božidar Voljč je diplomant javnega zdravstva in specialist družinske medicine. Bil je direktor zdravstvenih domov, vodil je Zavod RS za transfuzijsko medicino, katerega delovanje je povzdignil na raven kolaborativnega centra Svetovne zdravstvene organizacije (SZO). V neodvisni Sloveniji je bil minister za zdravstvo v prvi slovenski vladi, član Izvršilnega odbora SZO, na Inštitutu Antona Trstenjaka pa vodi zdravstveno gerontologijo.

VOLJČ: *Gospa Helena Žigon, lani ste pozitivno presenetili slovensko javnost, ko ste v starosti 82 let pretekli mali Ljubljanski maraton, ki je dolg 21 kilometrov. Tudi v mednarodnem okolju so taki dosežki redki, in kolikor vemo, se pred tem pri nas kaj takega še ni pripetilo. To pomeni, da je bila vaša uspešna udeležba tudi zgodovinski dogodek, ki bo ostal zabeležen v naši športni pa tudi prebivalstveni zgodovini. Od kod prihajate in ali tečete že od otroških let?*

ŽIGON: Rodila sem se leta 1928 v Žireh na Gorenjskem. Po mojih predvidevanjih so mi roje-nice kot nezakonskemu detetu namenile žirovsko trmo, trnjevo pot skozi življenje in zdrave hitre noge, kot da bi vedele, da jih bom v življenju še kako potrebovala. Tečem že od otroštva. V začetku sem morala teči, saj mi je mačeha, kadar me je kam poslala, vedno dala zelo malo časa, pozneje pa mi je to prešlo v navado. Ko sem pri

17 letih na prigovarjanje kolegic prvič tekla »tek čez drn in strn« in med prehitevanjem pritekla prva na cilj, se je pričela moja tekmovalna pot. V mladosti mi je bilo v veselje, da sem bila vedno med prvimi. Danes pa se na vsakem teku potrudim, da nisem med zadnjimi, čeprav sem med udeleženci najstarejša.

VOLJČ: *Koliko pa je bilo na lanskem maratonu udeležencev, starejših od sedemdeset let?*

ŽIGON: Če štejem ženske in moške udeležence, jih je bilo približno 20.

VOLJČ: *Pretekli ste že veliko maratonov. Kje vse ste tekli? Imate v spominu kakšen prav poseben dogodek? Je bil Ljubljanski zadnji med njimi?*

ŽIGON: Pretekla sem tudi prave maratone, dolge 42 kilometrov in 195 metrov. Najbolj mi je ostal v spominu prvi maraton, ki sem ga pretekla v Kranju 23. oktobra 1982, ko sem imela 54 let.

Tekla sem 3 ure 32 minut. Za gorski maraton Bolnišnica Pavla, pa sem porabila 4 ure 40 minut. Medaljo mi je izročila sama dr. Pavla, ki je med vojno delala v tej bolnišnici. Na žalost je bila bolnišnica odkrita in požgana. V letih 1982 in 1983 sem pretekla vse maratone Treh src, in sicer v Kranju, Bovcu in Radencih, pa v Kromerizu leta 1985. Zadnji maraton, ki sem ga pretekla, je bil v New Yorku leta 1995.

Malih maratonov je bilo precej več, in sicer: Radenci, Kranj, Bovec, Kumrovec, Črna na Koroškem, Umag, Kamniška Bistrica, Bled, Gorica, Trst – bilo jih je toliko, da se vseh niti ne spomnim.

Pretekla sem tudi nekaj smučarskih tekov, in sicer 42 kilometrov dolg Trnovski maraton Črni Vrh nad Idrijo, pa 30-kilometrski smučarski tek na Blokah, sledili so teki v Cerkljah na Gorenjskem, Dupljah, Yassa maraton na Pokljuki in Tek treh dežel od Kranjske Gore preko Trbiža do Arnoldsteina. Bili so tudi triatloni, smučarski tek – kolesarjenje – tek na Vršič, pa plavanje – kolesarjenje – tek na Bledu, pa od Kamnika do Dolskega itd.

V lanskem letu je bil Ljubljanski maraton zadnji, vendar upam, da bom letos lahko nadaljevala, če mi bo le zdravje služilo. Mislim, da bo šlo, saj sem 6. marca letos pretekla mali maraton dveh dežel v Gorici in 27. marca 8-kilometrski tek v Sežani.

VOIJC: Se je starost najstarejših udeležencev v času vaših maratonov kaj povečala?

ŽIGON: Ne bi rekla, občutek imam, da celo upada.

VOIJC: Kaj vam pomeni tek?

ŽIGON: Tek mi pomeni sprostitev, svobodo in užitek. Ko pritečem v cilj, sem srečna, da še zmorem. Vedno spremljam, kje je kakšna tekaška prireditelja, ki bi se je lahko udeležila. Seveda sedaj izbiram bolj tiste prireditve, ki so bližje doma in v okolici Ljubljane.

VOIJC: Ste se ukvarjali še z drugimi športi?

ŽIGON: Čeprav mi je tek pisan na kožo, ni moja edina športna panoga. Rada imam tudi smučanje in še pred nekaj leti sem smučala na Krvavcu. Veliko sem hodila tudi v hribe in še

sedaj se redno udeležujem pohodov na izletniške točke v okolici Ljubljane. Včasih sem tudi rekreativno drsala, šla sem tudi na jadranje.

V mladih letih sem zelo rada plesala. Ob nedeljah so bili plesi po vseh telovadnicah v mestu, na plesu sem leta 1948 spoznala tudi moža. Najraje sem hodila k mojstru Jenku, ki je poučeval vse dni v tednu. Hodila sem tudi k folklori in sem prosila mojstra Jenka, da je prišel poučevati folklorne ples v podjetje, kjer smo ustanovili ekipo in potem po vseh gradbiščih po Sloveniji šli razveseljevati naše zaposlene.

Pri podjetju smo imeli tudi zimske in letne športne igre. Vsako leto smo šli za en teden v Kranjsko goro ali na mariborsko Pohorje, kjer smo imeli tudi počitniški dom in smo trenirali alpsko smučanje in smučarske teke, nato pa je bila olimpijada tekmovalcev vseh gradbenih podjetij, katere se je udeležilo od 600 do 700 smučarskih navdušencev. Imeli smo tudi svoje kegljišče, kjer se je izurilo nekaj odličnih kegljačev in kegljačic, ki so dosegali tudi državne rekorde.

Tudi po upokojitvi sem ohranila stike s podjetjem, saj sem sprejela nalogo, da bom vodila upokoјence, ki bi želeli sodelovati na pohodih v naravo in pri kolesarjenju, kar se je dobro obneslo. Veliko se nam jih je pridružilo in še danes člani društva Kodeljevo vsako sredo organiziramo pohode na manj zahtevne gričke v okolici Ljubljane. Vsi smo zadovoljni in se veselimo druženja, saj so bili nekateri osamljeni, tako pa se pogovarjamo, si zaupamo težave, s katerimi se spopadamo, in nam je vsem lažje.

VOIJC: Kako ocenjujete dosežke naših športnikov?

ŽIGON: Veselim se njihovih zmag, saj širijo slavo Slovenije po svetu. Vendar so v ospredju le nekateri športi in športniki, imamo pa še veliko drugih srčnih športnikov, ki si zelo prizadevajo za svoje dosežke, pa se zanje namenja manj denarja in zato ostajajo v ozadju. Tudi rekreativni športi so postali zelo dragi. Marsikdo si ne more več privoščiti visokih štartnin in udeležbe na raznih športnih prireditvah.

VOLJČ: *Vas je kdo spodbujal k teku in vam pomagal? Ste kdaj redno trenirali in tekmovali za barve kakšnega kluba?*

ŽIGON: Spodbujanja nisem potrebovala, saj sama dovolj rada tečem. V mladih letih sem trenirala, vendar je bil takrat tek za ženske dolg največ 2 km. V letu 1980 sem se pridružila klubu Brazde vzdržljivosti, ki ga je ustanovil Mito Trefalt, takrat zaposlen na TV Slovenija. Še danes sem članica tega kluba. Pred leti sem se zaradi rednih treningov pridružila klubu Polet in mu ostala zvesta vse do danes, ko sem tudi njegova častna članica.

VOLJČ: *Kdor je v vaši starosti sposoben preteči maraton, mora svojo kondicijo posebej skrbno vzdrževati. Tečete redno vsak dan ali tek razporedite po dnevih v tednu kakor utegnete?*

ŽIGON: Tečem največkrat dvakrat na teden. Če le utegnem, se najraje priključim klubu, saj je potem trening res kakovosten.

VOLJČ: *Imate kakšno posebno tekaško dieto?*

ŽIGON: Nobene tekaške diete nimam, jem vse od kraja in kar mi tekne. Le pred tekaško prireditvijo skušam pojesti čimveč, predvsem testenin in riža. Malo pa se držim tudi nasvetov dr. Nade Rotovnik-Kozjek, ki je tudi sama odlična tekačica.

VOLJČ: *Kako ocenjujete svoje zdravje? Ste bili vedno tako vitki?*

ŽIGON: S svojim zdravjem sem kar zadovoljna in želim si, da bi še dolgo tako ostalo. Vse življenje sem bila vitka, za kar se moram zahvaliti predvsem »materi naravi«, da me je ohranjala takšno. Moja teža je vedno nihala med 60 in 62 kg.

VOLJČ: *Ste imeli kdaj kakšno hujšo bolezen?*

ŽIGON: V letu 1992 sem zbolela za rakom na želodcu. Po operaciji in terapijah sem močno shujšala in oslabela. Vendar sem z močno željo po življenju, teku, sprehodih v naravi in z veliko pomočjo mojega soproga, z njegovo pozornostjo in požrtvovalnostjo dokaj hitro ozdravela in se vrnila v normalno življenje.

VOLJČ: *Jemljete kakšna zdravila?*

ŽIGON: Nobenih zdravil ne jemljem, le občasno kakšno tableto za spanje, ker včasih zelo malo spim in sem nato utrujena. Enkrat mesečno dobim v ambulantni vitaminsko injekcijo vitamina B12, kar mi je predpisal onkolog po zdravljenju. Priznati moram, da se po injekciji kar bolje počutim.

VOLJČ: *Ali poznate višino svojega krvnega tlaka, maščob in sladkorja v krvi?*

ŽIGON: Višino krvnega tlaka, maščob in sladkorja v krvi poznam. Včasih so sicer manjša odstopanja, vendar se to hitro popravi, tako da imam vse vrednosti večinoma v mejah normale.

VOLJČ: *Ste kdaj kadili in če ste, kako huda kadilka ste bili?*

ŽIGON: Ko sem bila še zaposlena, sem kadila kakšnih 10 let, vendar nikoli nisem bila prava kadilka. Pokadila sem največ 10 cigaret na dan in še to bolj zaradi druženja s sodelavci ob kavici. Doma nisem nikoli kadila, in ko sem se upokojila, sem sklenila, da je s tem konec. Pokadila nisem nobene cigarete več, kajenja pa tudi nisem pogrešala.

VOLJČ: *Kakšen pa je vaš odnos do alkohola?*

ŽIGON: Glede tega bi v šali lahko rekla, da se držim pravila naše znane popevke, »le po pameti ga pijmo, da še glave ne zgubimo«. Pri kosilu rada popijem kozarček vinčka, po teku pa je obvezno pivo, po čemer me tekači že poznajo.

VOLJČ: *Kako je potekala vaša poklicna pot?*

ŽIGON: Dokaj pestro poklicno pot sem imela, začela pa sem jo z novim letom 1946. Najprej sem bila zaposlena v Kartonažni tovarni Bonač v Ljubljani, nato pri gradbenem podjetju Gradis v Ljubljani in na Jesenicah. Nato sem bila na Bledu v hotelu Jelovica v sprejemni pisarni, od koder sem odšla nazaj v Ljubljano na takratne Električne cestne železnice – današnji LPP. Sledile so ljubljanske Cvetličarne in časopisno založniško podjetje Polet. Na prigovarjanje kolegic sem se vrnila k gradbenemu podjetju Gradis, kjer sem bila od leta 1955 do upokojitve leta 1981.

VOLJČ: *Skrbite poleg sebe še za koga drugega?*

ŽIGON: Odkar sta se hčeri osamosvojili in si ustvarili družini, sva z možem ostala sama, vendar z velikimi načrti, saj sva želela potovati in videti še veliko sveta. Te načrte nama je žal prekrizala moževa huda bolezen – multipla skleroza, v zadnjih nekaj letih pa še pešanje srčne mišice. Hodiiva le na krajše sprehode. Zadovoljna sva s tem, kar imava in za kar sva si prizadevala vsa leta. Skrbiva drug za drugega in nama je lepo.

VOLJČ: *Ali doma opravljate vsa gospodinjska dela?*

ŽIGON: Še vedno opravljam vsakodnevna gospodinjska dela. Poleg tega je še delo na vrtu, kar pa je bolj konjiček in sprostitev. Dela v hiši in na vrtu si deliva z možem, enkrat tedensko pa imava pomoč pri natančnejšem pospravljanju hiše, saj sva rada prosta težjih del, če je le mogoče.

VOLJČ: *Ali vas posnema še kdo iz vaše družine?*

ŽIGON: V teku me najbolj posnema vnukinja Helena, ki je zelo vztrajna in po rezultatih v samem vrhu rekreativnih tekačic. Udeležuje se tudi triatlonov in rada smuča. Pri teku, plavanju, košarki in smučanju se ji večkrat pridruži tudi njen sinček. Tudi vsi ostali moji vnuki, skupaj jih imam pet, so zelo športni, čeprav se s športom ukvarjajo predvsem rekreativno, saj jim vsakodnevne obveznosti kaj več ne dovoljujejo. Kakor kaže, bodo po njihovih stopinjah šli tudi moji pravnuki, pet jih je, ena ali eden se jim bo kmalu pridružil. Verjetno je ta nagnjenost k športnemu življenju delno podedovana, delno pa tudi privzgojena zaradi aktivnega načina življenja, ki ga podpiramo vsak po svoje in v njem uživamo.

VOLJČ: *Kako sprejemate svojo starost?*

ŽIGON: Kaj pa je pravzaprav starost? Velikokrat rečemo, da smo stari toliko, kolikor se počutimo. Jaz se počutim zelo dobro, torej še nisem stara in po tej plati najbrž tudi nikoli ne bom. Ne sprašujem se, koliko let še imam pred seboj, s tem se ne obremenjujem in poskušam uživati vsak dan posebej. Kadar me kdo vpraša po letih, mu rada in

brez zadrege povem. Včasih pa v šali tudi obrnem leta, kot na primer lani, ko sem jih imela 82, pa sem jih obrnila na 28, pa še letnico rojstva sem imela 1928. Letos imam po tej metodi 10 let več.

VOLJČ: *Kako ocenjujete življenje v današnjih razmerah? Kaj bi pohvalili in kaj pograjali?*

ŽIGON: Posebej pohvaliti ne morem ničesar, grajati pa tudi nima nobenega smisla, saj bi bilo naštevavanje predolgo. Življenje v današnjih razmerah gospodarske krize, ko v vseh sferah našega življenja prevladujejo pohlep, egoizem in borba za oblast, je za večino ljudi zelo kruto. Še posebej so na udaru mladi, ki jim prihodnost ni niti malo naklonjena, veliko drugih ljudi, tudi upokoјencev, pa je na robu preživetja. Ko spremljam dogajanja v naši prelepi deželi in po svetu, sem ob tem pehanju za denarjem, kriminalu in naravnih katastrofah, ko je zelo malo lepega, žalostna. V moji mladosti smo po celodnevnem delu šli zvečer delat še udarniško, urejali smo okolico stanovanjskih blokov, ob nedeljah pa s tovarnjaki na ekonomijo, kjer smo pridno delali vse dopoldne, popoldan pa smo po skromnem kosilu zaplesali, se poveselili in bili zadovoljni ter pripravljeni na nov delovni teden. Tako solidarnost in veselje do prostovoljnega dela med ljudmi danes zelo pogrešam.

VOLJČ: *Se boste udeležili tudi naslednjega Ljubljanskega maratona?*

ŽIGON: Če mi bo sreča mila in mi bo zdravje služilo kot doslej, potem se že vnaprej veselim naslednjega, 16. Ljubljanskega maratona. Trudim se po najboljših močeh, da bi ga lahko pretekla. Če pa bom čutila, da ne zmorem, bom pač tekla krajši tek in prav tako uživala v prireditvi.

VOLJČ: *Spoštovana gospa Helena Žigon, hvala za vaše iskrene odgovore! Iz vsega, kar ste nam povedali, se vsi lahko veliko naučimo. S svojim življenjem in dosežki ste vzor vsem tistim številnim Slovenkam in Slovencem, ki svoje življenje preživljajo na pošten, aktiven, odgovoren in zdrav način. Želimo vam še veliko lepih in veselih let!*

IZ MEDGENERACIJSKIH PROGRAMOV

KAKOVOSTNA MLADOST – POTENCIALI MLADINSKIH ORGANIZACIJ NA PODROČJU SODELOVANJA IN SOŽITJA MED GENERACIJAMI

Opis projekta

Vse se je začelo spomladi leta 2009, ko je Ministrstvo za šolstvo in šport razgrnilo javni razpis za izbor projektov s področij socialnih, državljanskih in kulturnih kompetenc za obdobje 2009–2012. Razpis je bil usmerjen v mladinske organizacije ter organizacije za mlade, in spletlo se je kar osem »mladinskih« mrež, ki razvijajo in delujejo na različnih področjih. Vse vpletene nas torej zadnja leta podpirajo finance iz Evropskega socialnega sklada. Naša mreža oziroma konzorcij štirinajstih partnerjev se je zavzela za medgeneracijsko dimenzijo znotraj mladinskih organizacij. Delujemo pod naslovom projekta *Mreža MGS – razvoj potencialov mladinskih organizacij za medgeneracijsko sožitje in sodelovanje*.

Projekt sestavlja delo na štirih področjih: razvoj konceptov in usposabljanje kadrov, izvajanje mikroprojektov, razvoj mreže in komunikacija z zunanjimi javnostmi. Naša vizija oziroma želja, ki jo imamo pred seboj in jo postavljamo nekam v leto 2013, je, da bi imele vse mladinske in druge organizacije v naši mreži razvite potenciale za ustvarjanje medgeneracijskega sožitja in stičnih točk za sodelovanje. Želimo si na enem mestu zbrati vse znanje o poznavanju medgeneracijskih potreb, problemov in možnosti (v okvirih mladinskega dela) in ga na prijazen način ponuditi vsem, ki se in se še bodo v prihodnosti ukvarjali z medgeneracijskimi izzivi. V smislu »uččega se okolja« si želimo to znanje narediti kar se

da uporabno, pretočno in priznано kot dodano vrednost pri razvoju družbe na lokalni, nacionalni in evropski ravni.

Cilji projekta

- Povezati mladinske organizacije, ki vsaka zase bolj ali manj uspešno vključujejo v svoje delo različne prakse medgeneracijskega sodelovanja.
- V delo vključiti strokovnjake z dobrimi referencami na področju medgeneracijskega sodelovanja in sožitja.
- Izboljšati sposobnosti mladinskih nevladnih organizacij pri vodenju medgeneracijskih projektov in skupin s prenosom znanja in izkušenj.
- Vzpostaviti sistem kakovosti in preverljivosti neformalno pridobljenih znanj, sposobnosti, izkušenj, ki bodo udeležencem omogočili boljše izhodišče delovanja na področju medgeneracijskega sodelovanja in sožitja.
- Izpeljati vsebinska usposabljanja za izvajalce programov in mikroprojektov s področja priprave načrtov in vrednotenja doseganja učinkov medgeneracijskega sožitja.
- Dvigniti prepoznavnost mladinskih organizacij in zavezati se za boljše delovanje, ki vključuje pozitiven odnos med generacijami, boljše vrednotenje tovrstnih znanj, izkušenj in sposobnosti, ki so pridobljene v programih ter dobrih praksah.

Odgovornost za projekt nosi Zveza tabornikov Slovenije. V ožji ekipi partnerjev, ki ima delovno ime »operativna skupina«, smo poleg tabornikov še skavti (Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov) ter v manjšem obsegu tudi Socialna akademija. Ti trije partnerji nekako skrbimo za splošen potek projekta,

spremljamo kakovost in izvajanje mikroprojektov in koordiniramo delo ter obveščanje med vsemi partnerji.

V začetku leta 2010 smo oblikovali tudi »študijsko skupino« oziroma skupino, katere bistvo je razvoj koncepta medgeneracijskega sodelovanja in sožitja znotraj mladinskih organizacij oziroma v okvirih mladinskega dela. V študijski skupini sodelujejo še ostali konzorcijski partnerji, in sicer Društvo katoliških pedagogov Slovenije, Mladinsko informacijski center, Mladinski svet Ajdovščina in Zavod Antona Martina Slomška. Po dobrem letu delovanja smo se v študijski skupini dobro seznanili z različnimi pogledi na medgeneracijsko dimenzijo v mladinskem delu. Pripravili in izvedli smo obsežno raziskavo zgoraj omenjenega področja, ki smo jo razdelili na dva dela. Prvi del raziskovanja obsega anketo med približno 1000 mladimi in pregleduje splošno mnenje in predstavo o medgeneracijskih vezeh v današnjem času. Drugi del raziskave je potekal v obliki intervjujev s približno 50 menedžerji v mladinskih organizacijah (in sorodnih organizacijah), s katerimi smo pregledovali, kako je medgeneracijska dimenzija formalno vpeta v delovanje organizacij. To pomlad se bomo po zaključku raziskave začeli ukvarjati s pripravo in izdajo dveh priročnikov (teoretični in praktični), ki bosta pomagala vsem voditeljem medgeneracijskih projektov in skupin. Namen in cilj teh dveh priročnikov in hkrati tudi študijske skupine je na enem mestu zbrati vse znanje o poznavanju medgeneracijskih potreb, problemov in možnosti ter nabor metod dela in idej za medgeneracijske projekte in delo v medgeneracijskih skupinah.

Pri izvajanju mikroprojektov (dobre prakse) na lokalni in nacionalni ravni sodelujejo še naslednji partnerji: Mladinski svet Ljubljana, Društvo MEPI, Mestna zveza tabornikov Ljubljana, Turistična zveza Slovenije, Srednja vzgojiteljska šola in Gimnazija Ljubljana, Šolski center Rudolfa Maistra Kamnik (Srednja ekonomska šola) in Gimnazija Šiška.

Vse delo, ki se odvija v sklopu projekta, poskušamo širiti z dobro besedo in dobrim zgledom. Izdajamo bilten *Generacija*, v katerem se na osmih straneh vsakič posvetimo določeni temi – do sedaj so izšle štiri številke (1. prosti čas, 2. delo in pokojnine, 3. socialna izključenost, 4. družina). Delo »zbiramo« in promoviramo tudi preko spletne strani <http://www.mgs-mreza.si>.

Mreža MGS

Mreža MGS je oznaka za skupino štirinajstih partnerjev, ki odkriva in razvija potenciale za medgeneracijsko sodelovanje in sožitje. Ključno vlogo igrajo mladinske organizacije ter organizacije za mlade. V nadaljevanju bom na kratko orisala delo vsakega od partnerjev, ki bo hkrati tudi oris medgeneracijskih prizadevanj in dobrih praks, ki izhajajo »od spodaj navzgor«, kot se radi pošalimo v mreži MGS. V mreži se namreč prepoznavamo kot eni od redkih v Sloveniji oziroma celo prvi, ki razvijamo koncept medgeneracijskega sodelovanja iz smeri mladinskega dela oziroma iz smeri mlade generacije k ostalim generacijam.

Zveza tabornikov Slovenije. Glavna naloga tabornikov je vodenje in koordinacija celotnega projekta, odgovornost za doseg vseh zadanih ciljev in skrb za partnerje. Njihov osrednji medgeneracijski mikroprojekt so Družinski tabori, kjer je poudarjeno skupno preživljanje časa različnih generacij v družini, skupno premagovanje ovir preživetja v naravi ter prenos osebnih zgodb in izkušenj s staršev na otroke in obratno ob tabornih ognjih. Poleg družinskih taborov so organizirali še programirane aktivnosti na 12-dnevnem taborjenju za udeležence stare od 12 do 98 let in Prijateljski voz, projekt, preko katerega so se mladi aktivno vključevali v svoje lokalne skupnosti in bili glasniki ter pobudniki medgeneracijskega sodelovanja v domačih krajih.

Združenje slovenskih katoliških skavtinj in skavtov. Skavti sodelujemo in pomagamo no-

silcem pri koordinaciji in vodenju projekta ter vodimo operativno skupino. Skavtski mikropojekti so razdeljeni v tri faze. Najprej smo vzeli pod medgeneracijski drobnogled tabore, ki so jih mladi prostovoljci pripravljali za mlade člane, nato smo prenesli pozornost na skupne aktivnosti s srednjo in starejšo generacijo (aktivna srečanja s starši in sodelovanje z domovi za ostarele), kjer se srečujemo z zelo različnimi izkušnjami, interesi ter načini sodelovanja, v zadnji fazi pa se bomo osredotočili na sodelovanje z generacijo starejših skavtov, kjer bomo raziskovali, kako izgleda medgeneracijsko sodelovanje v okolju, kjer so vrednote, interesi ter način sodelovanja zelo podobni.

Socialna akademija. Ena od ključnih vlog v projektu je vodenje študijske skupine in skrb za razvoj projekta na vsebinskem področju. Deloma je naloga Socialne akademije tudi strokovna podpora ter podpora pri usposabljanju kadrov. V sklopu mikropojektov so čisto na začetku ugotavljali, katere izmed petih vrednot (delo, družina, identiteta, izobraževanje, umetnost) so ljudem najpomembnejše. Izdali so knjižico *Kaj meniš o ...?*, kjer so zapisali ugotovitve tega mikropojekta. Lotili so se še zanimive izvedbe diskusijskih kavnov, kjer so različno stari udeleženci debatirali o isti temi ter ustvarjali skupne povzetke. V nadaljevanju se lotevajo še metode biografskega učenja oziroma učenja iz življenja in za življenje, metoda, ki je še kako primerna za medgeneracijske skupine, saj navsezadnje velikokrat slišimo besede, kot so na primer: »izkušnja je najboljša učiteljica«, »iz napak se učimo«, »saj ga bo življenje naučilo«.

Društvo katoliških pedagogov Slovenije se je posvetilo raziskovanju medgeneracijskega prostovoljstva. S projektom *Mostovi* vključujejo v prostovoljsko delo vse tri generacije. Prostovoljsko delo opravljajo tako mladi (študenti, dijaki, mladi zaposleni) kot starejši (zaposleni in mlajši upokoјenci). Posebnost projekta je, da mladi in stari skupaj pridobivajo izkušnjo prostovolj-

skega dela in pri tem tudi osebno napredujejo. Prejemniki pomoči so različnih generacij in iz različnih okolij – otroci, upokoјenci, slepi, bolni, begunci.

Mladinsko-informacijski center. Sodelavci in prostovoljci mladinsko-informativnega centra izvajajo usposabljanja prostovoljcev za delo z otroki na vikend-delavnicah. Prostovoljci so večinoma mladi pari, ki se pripravljajo na zakonsko življenje in dobijo z delom veliko večšin za delo z otroki in izkušenj za vzgojo lastnih otrok, ki jih čaka v prihodnosti. Otroci pa pridobijo nove ročne spretnosti, prijateljstva, toplino in poučne zgodbe od prostovoljcev. Njihov drugi mikropojekt se imenuje *Pota*, gre pa za medgeneracijske izkušnje pri misijonarskem delu v tujini.

Zavod Antona Martina Slomška tudi gradi mostove med generacijami. Lahko bi rekli, da so že organizirani kot neko medgeneracijsko središče, saj imajo na enem mestu tako vrtec, dijaški in študentski dom, gimnazijo in glasbeno šolo ter izvajajo razne aktivnosti za starejše. Njihov mikropojekt *Mostovi med generacijami* obsega družabna in izobraževalna srečanja med mladimi in starimi najrazličnejših vrst: fotografija, kulinarika, računalništvo, ročne spretnosti, glasba (izkustvene delavnice, medgeneracijska pedagogika). Obe generaciji se preko aktivnosti učita potrpežljivosti in nabirata izkušnje tako v komunikaciji kot v sodelovanju. Vsako leto (2009, 2010, 2011) pripravijo tudi medgeneracijski festival z naslovom *Mladost je srce. Kdo je brez nje?*

Mladinski svet Ajdovščina in Mladinski svet Ljubljana skrbita za razvoj in izvajanje politik na temo medgeneracijskega sodelovanja na lokalnem nivoju. Konec leta 2010 so skupaj v sklopu tega projekta izdali publikacijo *Mladi in občina, sodelovanje generacij posebne vrste*.

Društvo MEPI sodeluje z mikropojektom *Vesele urice*. Urice so izvedli štirikrat na različnih lokacijah po Sloveniji, vsakič pa se je dogodka udeležilo okoli 60 ljudi različnih generacij. Program *Veselih uric* je obsegal kulturne prispevke

(glasba, oder), z njim so spodbujali pozitiven odnos do prostovoljstva, neformalnega izobraževanja in medgeneracijskega sodelovanja.

Mestna zveza tabornikov Ljubljana je v letu 2010 pripravila in izvedla obsežen festival z delavnicami za otroke in mlade, kjer se je v organizacijo in izvedbo vključilo tudi zunanje starejše sodelavce ter bivše člane.

Turistična zveza Slovenije, Srednja vzgojiteljska šola in Gimnazija Ljubljana, Šolski center Rudolfa Maistra Kamnik (Srednja ekonomska šola) in Gimnazija Šiška kot zunanji partnerji skrbijo za obveščanje in informiranje o projektu ter za vključevanje članov, dijakov in drugih uporabnikov v raziskavo in dobre prakse partnerjev. Vloga šol je tudi ponudba možnosti za izvajanje izobraževanj in delavnic v njihovih prostorih. Gimnazija Šiška je v sklopu projekta skupaj z dijaki izvedla osemurni brezplačni računalniški tečaj za upokoјence iz okoliša. Turistična zveza Slovenije pa je poudarila medgeneracijsko dimenzijo na spomladanskih čistilnih akcijah.

Konferenca Medgeneracijsko sodelovanje: pogled mladih

2. marca smo v Mestnem muzeju Ljubljana pripravili vmesno konferenco, na kateri smo predstavili dosedanje rezultate projekta, delili mnenja s povabljenimi strokovnjaki ter povabili vso javnost, da nam poda povratno informacijo, na podlagi katere želimo nadaljevati naše delo še bolje. Konferenca se je osredotočala na pogled mladih na medgeneracijsko tematiko in zdi se, da je prva take vrste v Sloveniji. Eden od namenov konference v Ljubljani je bil, da bi bilo srečanje udeležencev odskočna deska za nadaljnje mreženje na področju medgeneracijskega sodelovanja in mladinskega dela. V veliko čast nam je bilo namreč stopiti v korak z evropskim dogajanjem, saj je ravno konec februarja 2011 (dva dni pred konferenco v Ljubljani) na Poljskem potekala podobna konferenca *Intergenerationes*, katere namen je bil povezovati akterje na evropski ravni.

Na konferenci smo poslušali uvodno predstavitev vodij projekta (ZTS in ZSKSS), sledila je predstavitev dveh raziskav študijske skupine. Vodja prve raziskave Lidija I lamler (ZAMS) nam je predstavila razmišljanja anketirancev o lastnostih, ki za posamezne generacije veljajo, o tem, kaj se lahko z medgeneracijskim sodelovanjem naučimo in kaj vse zaobjema pojem »medgeneracijsko sodelovanje« v mnenju mladih. Drugo raziskavo med vodilnimi v organizacijah je vodil in na konferenci tudi predstavil Matej Cepin (SAK). Slišali smo povzetke in ugotovitve, kako danes mladinski menedžerji vodijo organizacije, kako poteka prevzemanje odgovornosti, s kom največkrat sodelujejo in kako poteka komunikacija med člani. Na tem mestu velja poudariti, da tovrstnih raziskav še nismo zasledili v Sloveniji in tudi na evropski ravni ne.

K sodelovanju smo povabili dr. Jožeta Ramovša, predstojnika Inštituta Antona Trstenjaka, ki nam je predstavil njegov pogled na to, kaj moramo mladi že danes narediti, da bomo bolj pripravljeni za jutri. Ob koncu konference pa so se predstavili še vsi partnerji s svojimi uspešno izvedenimi medgeneracijskimi projekti, ki potekajo v okviru Mreže MGS.

Na isti dan smo izvedli še usposabljanje z uvodno okroglo mizo in delavnicami. Udeleženci okrogle mize so bili Tadej Beočanin (MSA), Matej Planko (Planinsko društvo Slivnica pri Celju), Barbara Tchovnik (ZSKSS) in Ivan Štuhec (ZAMS), izhodiščno vprašanje pa je bilo »kako se soočati z izzivi in ovirami medgeneracijskega sodelovanja pri vodenju organizacij«. Usposabljanje se je nadaljevalo s štirimi delavnicami. Pri Poloni Rožman (ZTS) smo spoznali nekaj osnovnih lastnosti in značilnosti generacij, ki so ključne, ko želimo uspešno komunicirati z vsemi v organizaciji. Komunikacijski kanali, umeščeni v zgodovino različnih generacij, so bili tema druge delavnice, katero je vodila Marjana Korošec (MIC). Pri Sašu Kroneggerju (mladinski trener) smo iskali rešitve, kako preiti iz medgeneracijskih

dogodkov na medgeneracijsko dogajanje. Četrto delavnico pa sta vodila predstavnika Zavoda za medgeneracijsko sodelovanje Ypsilon, Katja Pleško in Borut Jeglič. Predstavila sta nam jesensko akcijo Simbioz@ in njihovo metodo učenja medgeneracijskih veščin.

Glede na odzive prisotnih in izvajalcev je bila konferenca uspešno izvedena in upamo, da bo tovrstnih aktivnosti znotraj mladinskih organizacij več, predvsem pa da se bo bogato znanje, ki ga medgeneracijske organizacije imamo, uspešno preneslo v prakso tudi v drugih organizacijah.

Povzetek – Mladi premikajo meje dojemanja medgeneracijskega sodelovanja in sožitja

V družbi, v političnih pogovorih, v finančnih perspektivah pa tudi v vsakdanjem življenju na splošno se zadnje čase vse bolj »vleče na površino« pojem in »problem« medgeneracijskega sodelovanja in sožitja. Verjetno se je tako močan poudarek začel v času slovenskega predsedovanja EU, ko se je Evropa odločila, da bo dodelila temu pojavu celo svoj praznik, 29. april – Evropski dan medgeneracijske solidarnosti.

Tako smo se v raziskovanje pojma, še posebej v tistem delu, ki govori ne samo o sožitju med generacijami, temveč o konkretnem sodelovanju, kjer morajo različne generacije nujno iskati skupne točke in poti, če želijo priti do cilja in boljših rezultatov, podali tudi v naši mreži. Mladinske organizacije, zbrane v Mreži MGS, ocenjujemo stanje na tem področju takole.

- V mladinskih organizacijah se medgeneracijskega sodelovanja zaenkrat še ne prepozna kot vrednoto, zato se trudimo s projektom ozavestiti vse že obstoječe dobre prakse med-

generacijskega sodelovanja in jim dati globlji pomen.

- Potencial prenosa vrednot med generacijami ostaja bolj ali manj neizkoriščen, ker je stičnih točk med polji delovanja različnih generacij premalo in lahko rečemo, da so vezi med generacijami natrgane ali jih ni. Preko vzpostavitve novih sodelovanj in s pomočjo mladinskih delavcev si želimo obnoviti oziroma ustvariti zdrave medgeneracijske vezi.
- Pri odnosu mladi – stari je veliko predsodkov, pogojenih s stereotipi in preslabim poznavanjem značilnosti različnih generacij. S pomočjo študijske skupine, konferenc in dobrih praks, ki jih izvajajo partnerji, predstavljamo pojem »različnosti generacij« v zdrava in konstruktivna okolja.
- Motivi za prostovoljsko delo, kjer se srečujejo predstavniki različnih generacij in pripravljenost za delo, so različni.
- Mladinsko delo je premalo povezano z delom ostalih generacij. To je razlog, da v delo na našem projektu vključujemo delo starejših strokovnjakov in prenašamo znanje ter posodabljammo izkušnje s področja raziskav o kakovostnem staranju v kakovostno mladost.
- Ni dovolj znanja niti veščin za sodelovanje oziroma to, kar je, je premalo razširjeno in sprejeto v družbi. Preko povezovanja partnerjev, delovanja operativne in študijske skupine ustvarjamo na projektu nove vsebine in usposabljanja, ki krepijo veščine za vodenje medgeneracijskih projektov in skupin.

*Barbara Tehovnik
skavtinja in sodelavka na projektu MGS*

KLASIKI O STARANJU IN SOŽITJU GENERACIJ

Martina Starc

Cvetje v jeseni: Tavčarjeva pozna ustvarjalnost

POVZETEK

Tavčar v *Cvetje v jeseni* opiše pozno ljubezen glavnega junaka Janeza Kosma, pri čemer pa gre pri njegovih 38 letih prej za starost duha kot telesa, življenjsko naveličanost, ki jo doživlja v mestu. Beg na podeželje je idealistični poskus življenjske spremembe, ki pa se zaradi smrti neveste ne uresniči. Povest je hvalnica slovenskemu kmetu in kmetici, načinu življenja, ki spoštuje trdo delo, pravičnost, iskrenost in ljubezen. Tavčar se v vojnem času s povestjo predstavi kot zagovornik tradicionalnih vrednot, ki naj človeku prinesejo smisel, narodu pa preživetje in blaginjo.

Gljučne besede: kriza smisla, kriza srednjih let, vrednote, mesto-podeželje, slovenski narod

Avtorica: *Martina Starc* je univerzitetna diplomirana psihologinja, ki je diplomirala s področja vpliva emocij na pozornost in zaznavanje, posveča pa se tudi nevroznanstvenim temam. Na Inštitutu Antona Trstenjaka je zaposlena kot raziskovalka, sodeluje pri pripravi revije *Kakovostna starost* in oblikovanju spletnih strani.

ABSTRACT

Autumn blooms: Tavčar's late creativity

Tavčar's short novel *Autumn blooms* describes the late love of the main character Janez Kosem. His »old age« at 38 years, however, comes from an aged spirit and the world-weariness that he experiences in the city rather than an aged body. His planned escape to the countryside is an idealistic attempt at life change, though the death of his bride prevents it from coming true. The novel praises the Slovene farmers and a way of life that respects hard work, fairness, honesty and love. Thus in time of war, Tavčar becomes a proponent of traditional values that should bring meaning to man and survival and prosperity to the nation.

Key-words: crisis of meaning, mid-life crisis, values, city-countryside, Slovenian nation

Author: *Martina Starc* is a psychologist who graduated in the field of the influence of emotions on attention and perception. She is also involved in neuroscientific research. She is a researcher at Anton Trstenjak Institute, takes part in the preparation of the journal *Good Quality of Old Age* and web page design.

1. UVOD

Tavčarjeva povest *Cvetje v jeseni* je med najbolj priljubljenimi slovenskimi literarnimi deli. Doživela je že blizu 40 knjižnih izdaj, številne prevode, filmsko in dramske upodobitve (Hladnik, 2008). Janez Kosem, ljubljanski odvetnik, ki izvira s podeželja, trem ljubljanskim gospem pripo-

veduje zgodbo o pravi, vseмогоčni ljubezni, ki ga je doletela v poznih letih. Uporaba okvirne zgodbe omogoči pripovedovanje z distance, saj je večkrat vključena perspektiva mesta ter kritika mestnih običajev in načina življenja. Že na začetku Janez gospe izzove, da so svoje zakone sklepale prej iz koristi kot pa iz ljubezni. »Čas, recimo moderni čas je tak, da je zakonska ljubezen prav važno blago, ki se za visoko ceno prodaja, za visoko ceno kupuje.« (str. 183) Ženske mu ne ostanejo dolžne, češ kaj pa bo star samec vedel o ljubezni. »Zasmehujte me, kolikor vas je volja! Da, prijateljice, kar vam ni bilo dano, dano je bilo meni! Pretresla me je ljubezen, enaka vihurju, enaka nevihti! Prišla je pozno, prav tako je prišla, kakor pride časih kako cvetje v pozni jeseni. Sadu ni rodila, kakor ga ne rodi jesenski cvet.« (str. 183) Metafora cvetja v jeseni je v slovenski zavesti trdno zasidrana kot simbol starostne ljubezni, ljubezni med starcem in mladim dekletom, tako da nas lahko ob ponovnem prebiranju knjige, ki smo jo vsi spoznali že v osnovni šoli, presenetijo dejstva, da je glavni junak Janez star šele 38 let. Tudi njegove uvodne besede zvenijo prej kot kriza srednjih let z dolgočasenega samca, ki svoje dneve preživlja brez pravega življenjskega smisla.

»Ko se je po travnikih otava kosila — katerega leta je to bilo, nima za vas, častile gospe, nikakega pomena — sem vzel v roko pratiko ter izračunal, da dosežem točno po štirinajstih dneh osemindeseto leto svojega, brezpomembnega življenja. Teh osemindeset let mi je tičalo neprijetno v kosteh: spodaj se mi je pričenjalo telo že nekako nesimetrično zaokrožati, zgoraj ob sencih pa je že nekaj sivelo, kakor po zimi, če leži ivje na vejevju. Sicer pa se mi je dobro godilo. Nekaj let že nisem poznal nikakih skrbi, kakor so me svoj čas davile na visoki šoli, in v pravdah sem koval če že ne rumenjakov, vsaj srebrnjake, tako da sta se napolnila dan za dnevom lonec in skleda. Vzlic temu pa me je tistega dne, ko sem ob roki pratike določil svojo starost, zaveš, da se staram, prav potlačila in ravnotako me je potlačilo prepričanje, da mi na svetu ne ostaja drugega, nego tisto, kar imenuje Latinec: *fructus consumere*.« (str. 184) Janez na sebi opaža prve znake staranja, ki ga terjajo v razmišljanje o smislu svojega življenja. V zadnjem času mu je njegov poklic omogočil lagodno življenje, ki pa mu ne pušča pravega občutka smisla. Zaveda se, da je vse to zgolj zanj, da lahko svoje premoženje uporablja zgolj v sebične namene, preveva ga slutnja, da bo vse skupaj izginilo z njim, ostane pa mu samo *fructus consumere*, (hedonistično) uživanje sadov svojega dela. Ponavljajoča se lagodna rutina mestnega vsakdana v njem pušča občutek, da je zgolj stroj, ki se bo nekoč enostavno iztrošil in postal odveč.

»Stroj si, — tako sem govoril sam sebi — ki bo tekel, dokler so posamezni deli količkaj v redu. Potem pa tuintam kaj odneha, oči ti pokvari kratkovidnost, lasje ti izpadejo in po členkih se ti nabere apno, da teče stroj le še s stokanjem in ječanjem. Pri koncu pa vse skupaj pade, in kakor staro šaro te odneso v stran! Če se pa ob najzadnjem koncu vprašaš, je-li tvoje življenje imelo kaj višjega pomena ali namena, ne moreš drugega odgovoriti, nego: 'Ni ga imelo!' Tako sem govoril sam sebi, in prav živo sem čutil, kako me je potrla teh osemindeset let, katere skoraj dopolnim.« (str. 184) Že iz teh besed lahko torej sklepamo, da gre pri Janezu bolj za krizo smisla kot pa za krizo starosti. Smisel in starost sta ključno povezana, saj kakovost starosti in doživljanje njene smiselnosti nujno izhaja iz kakovosti in smiselnosti vseh prejšnjih obdobj (Ramovš, 2003). Nekdo, ki je živel polno, povezano in ljubeče življenje, bi se pri osemindesetih lahko počutil na višku življenja. Bivanjska praznота pa za Janeza pomeni, da se počuti starega, ostarelega, neuporabnega.

Prvi odziv na Janezovo samopomilovanje s strani znanca, trgovca Bona, ki ga sreča na cesti, je neusmiljen. »Kam pa? Kam pa?« je povpraševal. Odgovoril sem čemerno: 'Sam ne vem

kam!' 'No, vidiš, ali ti naj do sodnjega dne trobentam, kako sam si! Plevel si na njivi, za katerega se nihče ne briga! Čisto tako, kot plevel, tudi pogineš! Dohodke imaš; lahko bi preživel ženo in otroke. — Oženi se vendar!' Kar videl sem, da živi v veri, da je spregovoril najmodrejšo besedo pod solncem in pod zvezdami! Tu modrost pa me ni potolažila, ker je ženska le slaba tolažba možu, če je star osemintrideset let.« (str. 184–185)

Ker znančeve modrosti ni pripravljen sprejeti, se zateče h gospe Heleni in njeni mladi, še nedorasli hčerki. »Kako togrmicevje rase, mi pa se staramo in življenje nam je v nadlego!' Po teh besedah nisem mogel zadržati globokega vzdihla. Gospa Helena me je skoraj pol ure tolažila ter mi dokazovala, da pri meni o starosti še ne more biti govora. Končno pa se je zagledala v strop in je nekaj premišljevala.« (str. 186) Gospa Helena ga dolgo časa tolaži, kmalu pa se izkaže, da je njeno »zdravilo« za Janezovo otožnost kaj podobno prejšnjemu nasvetu, in ko Janez doume, da mu je pripravljena v zakon ponuditi kar svojo lastno hčer, se brž poslovi.

Zunaj naleti še na tretjega »dobrotnika«, svojega zdravnika, ki ga prime še ostreje. »Pokril sem glavo in bliskoma sem stal z znojem oblit na ulici. Tam pa sem padel v roke svojemu zdravniku, ki z bolniki ni bil nikdar ljubezniv. 'Kaj se potikaš po tlaku?' je zakričal osorno, in to z obrazom, ki je podoben kozolcu, če ga prevrne burja po zimi. 'Bolani sem!' 'Vraga si bolan! Delaš, če se tisto pravdno pisarjenje sploh delo imenovati more, delaš kot navit avtomat! Misliš malo, ješ pa veliko, kot prešček pri koritu! Polenaril si telo, polenaril si dušo, in rediš se, kakor da je masl glavni namen tolstelega tvojega življenja! Poslušaj moj svet: Sedaj ko se otava kosi, odrini v kako pogorje! Lazi po skalah! Pridruži se koscem! I hodi, hodi in delaj! Potem kmalu sprevidiš, da je življenje dar božji in da se zgolj le tepci dolgočasijo v njem!' Nato je odrinil.« (str. 187) Ta življenjska modrost, dostavljena z dozo avtoritarnega kričanja, Janeza vendarle nekoliko zdrami iz njegove otopenosti in spomni na pismo bratranca Boštjana z Jelovega brda. Tako se na mah odloči, da sprejme njegovo vabilo in se po zdravnikovem nasvetu odpravi po dozo zdravilnega trdega dela na kmete.

2. ČARI OTROŠTVA

Janeza takoj ob prihodu narava in pokrajina spomnita na otroštvo, ki ga je preživel na podeželju. »Bili smo del narave in nehote smo občutili, da pripadamo k zemlji, kakor pripada k tej zemlji jelka, ki zraste na slemenu Mladega vrha. Z naravo smo skupaj zrastle in eno smo se čutili z njo! Zatorej me sili vse nazaj v rojstni svet in tja me bo sililo, dokler me bodo noge nosile! Kadar zopet pridem v rojstno krajino, me v hipu obdajo otroška leta. Niti najmanjši pripetljaj ni pozabljen in spominjam se vsakega kraja, kamor je nosila ptica svoje gnezdo, kjer smo kurili krese, kjer smo lovili rake koščake ali tolkli kozo 'pod novim cesarjem gori in doli!' Vsi ti spomini ti mrgole pred dušo, telesu pa je, kakor bi se kopalo v bistri in okrepčevalni vodi.« (str. 188) V njegovem spominu in v pristnosti podeželskih ljudi je ohranjena preprostost, ki jo tako pogreša v mestu. »Vstopivši v hišo, opazim Boštjana za mizo. Kar čutil sem, kako se je v njem vse vnelo od veselja, da ga obišče sorodnik. Takrat je pri nas sorodništvo še nekaj cene imelo, in če si sorodnika obiskal, si vedel, da si prišel k svojim ljudem. Vzlic temu pa Boštjan pri mojem vstopu niti izza mize ni vstal. In da bi si bila v roko segla, o tej gosposki šegi tista leta v Jelovem brdu še govorice ni bilo! S svitlim očesom me je pogledal in dejal: 'No!' In jaz sem odgovoril: 'No, da ste le zdravi!'« (str. 240)

Naslednje, usodno, srečanje z nedolžnostjo pa je za Janeza prihod Mete, ki ga povsem prevzame. »Hišna vrata so se lahno odprla; gospodar in gospodinja pa sta utihnili. Nekaj časa je obstala, nato se je približala peči, da je stopila vsa njena postava na svello. Takoj sem videl, da je še pol otroka, pol device, torej najlepša stvaritev, s katero je osrečil Bog zemljo in moške na nji! Visoka je bila kot klas na njivi. Obraza še nisem mogel opaziti, ker je imela ruto tako zavezano, da ga je z njo skrivala. 'Sem pojdi, Meta!' sem jo pozval nekoliko osorno. 'Saj grem!' je odgovorila tiho. Nato je pristopila k mizi, sedla na stol in odvezala ruto pod obrazom, da ji je padla na rame. Na obraz ji je padala polna svetloba. Kako naj vam, ljube prijateljice, popišem ta obraz? To je ravno: ne da se popisati! Pogledal sem jo, ali takoj je odmaknila oči ter jih dvignila proti stropu. Prešinila me je misel: ta obraz, nebeški Rafael, se je moral nekdat že zibati pred tvojim duhom! In res, v Bologni je bilo, ko sem koprnel pred Rafaelovo podobo svete Cecilije! Naša Meta je imela obraz te svete Cecilije. Čarobni utis pa so še povečavali svitli, na rdeče spominjajoči lasje, ki so v debelih kitah težili sveto Cecilijo z Jelovega brda. V meni je vse zakipelo, česar pa nisem smel otroku pokazati. Moja osornost jo je bila prvi hip preplašila, pa se je hitro ojačila. Meni nič, tebi nič je spregovorila: 'Brado pa proč deni! Samo živina ima lase po celi glavi!' Moja brada, na katero sem toliko ponosen, ni bila vseh temu osatu! To so bile edine besede, katere je Meta tisti večer v moji družbi spregovorila.« (str. 243)

Janeza prevzame lepa narava, ljub spomin na otroštvo, pristno občevanje s podeželan in slednjič srečanje z »najlepšo stvaritvijo, s katero je osrečil Bog zemljo in moške na nji«. Izrazil je prikaz nasprotja med mestom in podeželjem – med sivino, narejenostjo, dolgočasjem in brezsmiselnostjo, ki jo Janez doživlja v mestu, ter, vsaj na prvi vtis, nedolžnostjo, pristnostjo in lepoto podeželja. »Pri meščanskih damah je vse narejeno, od umetnih frizur do zlaganih fraz; samo na kmetih gospoduje ponekod še priroda, 'resnična mati resnične poezije'.« (Boršnik, 1962, str. 100) Naslednji dan se hitro pokaže, da je Janeza »starostna bolezen« zapustila. Prihod na kmete ga poživi, odžene njegovo brezvoljnost in brez težav premaga domačega hlapca v košnji. »Danijel je mislil, da bo imel z mano lahko opravilo, in zategadelj me je poklical na dvoboj s koso. Tiste čase, drage prijateljice, še nisem bil ta žalostna podrtija, kakor sem danes; žilava moč se je pretakala po mojih udih in nisem se kmalu zbal nasprotnika.« (str. 245) Postane jasno, da o starosti vsaj v fizičnem smislu ne more biti govora. »Tavčarjevih osemintrideset let, ki jih predstavlja junak te zgodbe, naj bi torej pomenilo že jesen njegovega življenja? V njegovem pojavu je toliko moškega zdravja, energije in življenjske moči, da se nam ne more zdeti zgolj gorenjsko bahaštvo, ko naglaša, kako prvači pri košnji, pri vasovanjih in podobnih fantovskih podvigih.« (Boršnik, 1962, str. 102) Postane živahen, malone otroški, ko skupaj z Meto lovita kobilice. »In ljubljanski kavalir se je plazil po bregu, ter pokorno lovil brzokoke kobilice. Trl sem jim glavice, tako da sem imel v hipu rumene prste na roki. Čestite dame, z otrokom sem postal otrok, naravi sem slonel v naročju, z njo sem dihal in živel! In prav nič se ne sramujem, povedati vam, da se mi še danes sanja v dolgi noči, kako lovim kobilice po travah ob slapih šumeče Karlovšice!« (str. 248)

Poveljevanje otroške preprostosti in iskrenega doživljanja se kaže tudi v Janezovem ponovnem obisku cerkvice na Gori.

»Gorsku cerkev je bila že v otroških letih vrhunec mojim željam. In res, ko sem dobil prve hlačice, me je vlekla mati na Malega šmarna dan na Goro. Težko sem hodil, žejo sem trpel, a vse je bilo pozabljeno, ko me je mati v cerkvi tik sebe imela. Veroval sem v nebesa in mislil sem, da sem tisti dan vsaj v predne

Globoko me je zanimala ob strani na zidu velika freska, kjer je gonil sv. Jurij konja proti velikemu zmaju. In ta zmaj — prava peklenska prikazen — je bila zame najpomembnejša točka. Še bolj sem ga občudoval, kot devico, ki je tičala za zmajem ter kazala največjo grozo. To devico naj bi bil rešil sv. Jurij s svojim naskokom. Legenda sv. Jurija se je predstavljala torej v največji naivnosti, a vzlic temu zelo dobrodejni naivnosti.

Mogočno konkurenco tej sliki pa je ustvarjal veliki oltar, na katerem je kraljevala Naša Gospa z Gore. V zidu za oltarjem je bilo napravljeno okno iz rumenega stekla, in kadar je sonce zasijalo, je bilo videti Marijo, kakor bi se kopala v samem zlatu. Po moji takratni sodbi se sploh ni moglo na svetu kaj lepšega nahajati.

Ko je nato stopil pred oltar mašnik v srebrnem plašču, ko se je po božjem hramu kadila vonjava in so na koru zapele pevke, sem bil trdno prepričan, da prebiva v naši sredi Bog in da bo njegova mati zdaj in zdaj stopila s trona, ki je bil obdan z rumenimi solnčnimi žarki.

Tudi danes je bila cerkvena polna. Na steni je še vedno reševal sv. Jurij svojo devico in na čeladi je še vedno nosil velika štrucova peresa. Tudi Mati božja je kraljevala v svojem zlatu. Od oltarja so se kadile vonjave in na koru je pela Žganjarjeva Urša: 'Ko v jasnem pasu primiglja ...' Kje pa so bili moji nekdanji občutki?

Sv. Jurij se mi je videl, da je slabo slikan, in devica, katero je reševal, je imela pravzaprav obraz brez vsakega življenja. Mati božja v svojem rokoko-tronu je bila slabo izrezljana in prekričče z barvami prevlečena. Vrhu tega je bil nerodni cerkovnik ubil rumeno šipo v oknu, da se je videla luknja, ki je močno motila zlati svit okrog sv. Device. Žganjarjeva Urša pa se je časih bolj drla, nego pela.

Žalibog, da ni dano človeku, da bi ostal otrok vse svoje življenje!» (str. 293–294)

Življenje torej neusmiljeno »kvari« čistost izkušnje, naj gre za veličastnost zunanjega sveta ali pa za lepoto ženske. Janezova pripoved je hvalnica preprostosti, iskrenosti in čistosti, ki ostaja naivno otroška in se starosti izmika. Podeželje je zanj idealizirana podoba, ki mu je ostala še iz otroštva.

3. ODNOS Z METO

Na Gori se začne odnos med Janezom in Meto poglobljati. Skupaj se odpravita do cerkve, po maši skupaj plešeta in Janez Meti kupi veliko lectovo srce s pomenljivim napisom. »Snoči je jokala, dan's ni vesela, to bo še stokala, starca je vzela.« (str. 295) Mimogrede se zaplete še v pretep za Metino čast, ko jo bratje Urbel zaradi njenih rdečih las zmerjajo z lisico. »Zgodilo se je torej! Doctor utriusque iuris — strokovnjak zasebne in cerkvene pravice se je stepel pri cerkveni slavnosti ter nastopil tako junaško, da mu nasprotniki še krivcev vzeti niso mogli! Večje slave v pogorju doživeti ne moreš! Ko pa sem prišel k zavesti, me je kar mrzav preletaval in sram me je bilo, da si nikomur nisem upal pogledati v obraz. Končno sem pa le dvignil pogled proti njej, ki je bila pravzaprav povod vsemu pretepu. Iz njenih oči mi je žarelo nasproti največje občudovanje in vsa srečna je vzdihnila: 'Grozno zal se mi zdiš! Žel sem torej največje priznanje, ker je v pogorju 'grozno' ali 'strašno' vrhunec, ki se sploh doseči da.« (str. 296) Ko je vse mimo, Janeza popade sram nad svojim ravnanjem, v njem se zbudi »mesto« in zave se neprimernosti svojih dejanj – tako pretepa kot tudi naklonjenosti Meti. Meto pa Janezova zmaga nad brati navduši, da ga

kasneje potihem vpraša, kaj naj bi pomenili verzi, ki ji jih je dal. »Kaj če biti, kar je napisano na srcu?' Čmerno sem odgovoril: 'Kaj če biti? Če mlada starega vzame, joka potem! Drugega biti ne more'. In dodal sem: 'Če mene vzameš, pa boš tudi jokala!' Vstran je obrnila obraz in ničesar ni več govorila. —« (str. 297) Osramočeni Janez ostane čemerin in ji odgovori z nejevoljo. Meta utihne, vendar ostane v njenih očeh še vedno »grozno zal«, kar Janez vidi naslednji dan, ko najde srce. »Dan pozneje sem šel nekaj iskat v gorenjo hišo. Hodeč mimo čumnale, kjer je imela Meta svoje reči, vidim, da je bila odprta njena skrinja. V predalu za obleko je bila razgrnila nad to kos belega papirja, in na tem papirju je ležalo moje 'srce' z Gore; listek z napisom pa je bila Meta prav skrbno odstranila. O moji starosti potemtakem Presečnikovo dekle ni bilo prepričano!« (str. 298)

Tedni hitro minevajo in Meta se skoraj nikoli ne loči od Janeza. Malo pred odhodom v Ljubljano se skupaj odpravita na Blegoš. Janez razmišlja o svoji ljubezni do Mete, a ga ustavlja zavest o njeni starosti. »Časih sva se srečala s pogledi; nekaj se je zasvetilo iz njenega očesa, ali vzlic temu je dejala: 'Nikar me tako čudno ne glej!' Kako naj bi bil torej govoril o svoji ljubezni! Danes je bila zgolj otrok, ki se je veselil, da je smel biti v moji družbi!« (str. 361) Vendar pa sta oba nekako pomlajena, Meta kot otrok, Janez kot »zaljubljen dijak«. »Tolkla sva orehe ter jedla jedra s črnim kruhom, kar je dobro. Tudi suhe češplje sva jedla s črnim kruhom, kar zopet ni slabo. Ihladno vodo pa sva pila iz ene in iste 'repuljice' in kakor zaljubljen dijak sem pil vedno na tistem mestu, kamor je bila poprej pritislila Meta rožnata svoja usteca.« (str. 363)

Za Janeza odhod na podeželje pomeni možnost ponovne mladosti, preprostosti in nedolžnosti, ljubezni z mladim dekletom, kar je pravi balzam za njegovo postarano dušo. Meto vidi kot rešitev vseh svojih težav, vendar se zaveda, da je ne more pripeljati v mesto. »Gotovo, šel sem že skoraj predaleč. Igračanja z mlado dušo bi tudi sorodništvo, katero je naju vezalo, ne moglo opravičiti. Jezil sem se sam na sebe, da sem mogel tako čisto pozabiti svojih let in da sem se obnašal kakor smešni starec, ki je lazil nekdaž za Suzano, ko se je kopala. Ali vsi ti očitki niso olajšali mojih muk. Ko je tako v ljubki mladosti ležala pred mano in ko je v spanju še celo nekaj besed spregovorila, katerih pa nisem umel, je prihajala moja jeza ter še silnejša. Videlo se mi je, da sem zagrešil neodpustljiv greh, ko sem motil ravnotežje mlade duše. Kaj naj počnem? Bil bi ji lahko oče, ali sedaj naj jo vzamem? Morda kakor kralj David Moubičanko, da ga je grela v postelji? Ozrl sem se na vitko telo, ki je tako naravno počivalo na zeleni trati; ali ob enem sem si predstavljal, kako bi bilo to telesce, če bi ga vtaknil v tiste smešne cunje, v katere tako rade lezejo naše gospe in gospodične! In kak bi bil ta obrazek, če ga potisnem pod tisto, kar imenujejo gosposke ženske klobuk, ki je vselej nekaj zmečkanega, nekaj pomandranega, nekaj takega, kar ni ničemur podobno, kar je vrhunec neokusnosti in kar, čestite dame, pametnega človeka z največjo silo od vas odganja! V taki smešnosti naj bi živel Meta z Jelovega brda; prej nego poteče leto, jo pograbi jetika in jaz naj postanem njen morilec!« (str. 364)

Bolj kot njuna starost in njuno sorodstvo ju razdvojujeta svetova, v katerih živita. Nenazadnje starostna razlika dvajsetih let za tisti čas ni bila izrazito nenavadna (Ihladnik, 2008). Zdi se, da Janezu ženitne ponudbe dežujejo od vsepovsod in v sami povesti se dekla Liza omoži še z veliko starejšim posestnikom. Ključna omejitev je razkol med mestom in podeželjem. Vsaj v Janezovih očeh je mesto »postarano«, podeželje pa mladostno nedolžno. »Tavčarjev svet preprostih gorjanskih ljudi pa je sam zase vrednota. Ti ljudje so čisti in dob

more biti polovičarstva, v vsem gredo do kraja, v ljubezni, v nerazumnih strasteh, v dobroti in sovražstvu.« (Vozlič, 1976, str. 126) Janez se boji, da bi mesto Meto pokvarilo in jo naredilo nesrečno, tako kot je bil v mestu nesrečen tudi sam. Ob slovesu zato zavrne Metin predlog, da bi odšla z njim v mesto kot gospodinja.

»Kje naj dobim sorodnico? Če je mlada, ne bo hotela priti.' V bližini je nekaj belo cvetelo. — Nadaljeval sem: 'Kaj potem? Tak sem, kot to-le: sedaj pred zimo cvete in kaj bo iz tega? Cvet odpade in prav nič ne bo iz tega. Če je mlada, ali naj jo vzamem?' Rdeče se ji je žalil obrazek, ko je zastokala: 'Kdo govori o tem?' Roko je pritiskala na prsi, da bi ukrotila razburjeno srce. Odgovoril sem: 'Če to ni, potem je pa še manj! Ti ne poznaš mesta in njegovih hudobnih jezikov. Ne boš štiri tedne pri meni, pa se na ulico ne boš upala, tako te bo sram.' Vsa kri ji je zapustila lice. Pogled pa, ki ga je proti meni obrnila, je bil podoben pogledu srne, če si v zelenem gozdu streljal nanjo ter jo težko obstrelil. 'Jezus, kdo pa govori o meni?'« (str. 412)

4. VRNITEV V MESTO

Po vrnitvi v mesto ostaja Janez enako, če ne še bolj, nejevoljen kot prej. Življenje na kmetih ga je okrepilo, a hkrati postavilo pred težko ljubezensko zagato. Zato ni prav nič vesel komplimentov svojih znancev. »Razkačili so me tudi prijatelji in prijateljice. Kdor me je srečal, mi je silil pod nos, kako krepak in mlad sem videti. Moj zdravnik — da se mi je slaba volja do skrajnosti pomnožila — mi ni dal miru, da me je smel vestno in točno preiskati. Prekljuval mi je hrbet in prsi, tipal me je okrog srca in jeter, potem pa sodil: pljuča kakor hlod, srce kakor risovo in tudi jetra so se prav čedno skrčila do svojega dopustnega obsega, Potem je še zakričal: 'Zdaj vidiš, kako dober svet pomaga! Da spet ne začneš preveč piti, zverina!' Tudi gospod Bon me je srečal ter gostobesedil: 'Tak si kot roža. Ni vraga, da bi se sedaj ne ženil! Pridi k nam kaj pogledat,' — med tem časom se je bil revež oženil — 'z ženo imava zate že nekaj izbranega.' Ker ni hotel izginiti v deveto deželo, sem ga pustil sredi ceste, ne da bi mu kaj odgovoril. Še to! ko sem bil vendar sklenil, da pred enim letom o ženitvi ne govorim! Vzlic temu sem neprestano mislil na svojega deklečiča na Jelovem brdu in to še celo pri delu, ko sem koval najdalgočasnejše tožbe. Njena podoba me je obdajala ponoči in podnevu. V sanjah sva hodila na Goro, na Blegoš ter še enkrat preživela šesttedensko v skupno bivanje pri Presečnikovih. Časih so me ti spomini tako preobdali, da sem vrgel delo v kot, zapustil suhoparno pisarno ter taval okrog Rožnika in po njegovih plešastih gozdovih, jezen na ves svet in predvsem nase, zaljubljenega starca!« (str. 413–414)

Janez ostaja zaljubljen v kmečki ideal, ki ga pooseblja Meta. »Meta je simbol človeške čiste duše in lepote, Meta je hkrati simbol pisateljeve lastne privrženosti in zvestobe vrednotam, ki jih podirajoči se meščanski svet vedno bolj zanemarlja. Zato nam Meta predstavlja vez s pristnostjo, naravnostjo, neizumetničenostjo, predstavlja nam ideal takega življenja, ki premore ohraniti take vrednote.« (Vozlič, 1976, str. 127) Rešitev njegovih muk pa mu princse nepričakovani sel. »Malo zardel sem, ko se je tako odkrilo, o čemer sem menil, da je tajno vsemu svetu. Takoj pa me je prešinila velika sreča ob misli, da je to rešitev, edina mogoča rešitev, in sramoval sem se, da že takoj od pričetka nisem mislil nanjo. Čemu naj bi deklico v mesto jemal? Sam se preselim na Jelovo brdo, se oženim, pa obdelujem zemljo, svojo lastno zemljo, in rodim otroke, svoje lastne otroke! Sladka zavest mi je polnila dušo, in umazani ta Danijel se mi je videl sel, poslan od Boga, da me je privodil na pravo

pot, ki je itak ležala pred mano, ki je pa v svoji zaslepljenosti opaziti nisem mogel.« (str. 117) Janez je hipoma pripravljen zavreči vse, kar je gradil v mestu, in začeti znova, se preroditi, postati zopet mlad. »I lodeč proti Jelovemu brdu sem se čutil čisto novega človeka: sedaj sem pravzaprav šele vedel, kaj hočem, pred dušo mi je bilo vse jasno in dvomi me niso več mučili. Sedaj sem bil s tisočerinami vezmi prikovan na svojo slovensko zemljo, in če me ta ne bo živila, kedo me naj živi? Tisto leto je bila čudovito lepa jesen in še v listopadu smo imeli gorko vreme.« (str. 161) Dokončen odhod na kmete deluje kot pogumna rešitev, vendar je v resnici beg pred samim seboj.

Janez želi postati povsem nov človek, zanikati svojo preteklost in pozabiti vse mestno, pri čemer pa ostaja dvom, ali je to v resnici možno. Poln poguma in bahavosti Boštjanu naznani svoj načrt selitve na Jelovo brdo. Boštjan dvomi v iskrenost njegove želje in volje, še bolj pa je presenečen, ko mu naznani namero, da se oženi z njegovo hčerjo. Vmes poseže Melina mati Barba: »'Boga zahvali, da se ti hči mož! Skoraj si res tako neumen, da bi takega zeta od hiše metal! Že nekaj časa se mi zdi, da ti nekaj v možgane uhaja!'« (str. 163) Z Barbino podporo in Boštjanovim molččim pristankom se Janez opogumljen odpravi k Meli in ji zlagoma razkrije svoj načrt, da se preseli na Jelovo brdo, tu tudi oženi in slednjič, da se je za ženo namenil vzeti njo, če ga le hoče. »'Za vselej prideš na Jelovo brdo?' 'Za vselej! Za vse življenje bova mož in žena.' 'Mož in žena!' Takrat se je spustila v jok in jokala je, kakor še nikdar nisem slišal ženske jokati. Vse telo se ji je treslo in krčevito se je pritiskala k meni. 'Moja tolažba je ostala brezuspešna. 'Mož in žena vse življenje!' — to so bile zadnje besede, katere je turnala med solzami! Naenkrat sta se ji razrešili roki, s katerima je bilo objela moj vrat, in desnica ji je onemogla zdrknila črez mojo ramo. Obrazek, ki se je nagnil od mojega lica, je bil brez vsake kaplje krvi. Oči so se ji široko odprle, in okrog ust, kalera so tudi narazen silila, se ji je napravila črta bolesti in muke. V hipu je brez zavesti ležala v mojem naročju — —

In tedaj, častite prijateljice, sem mislil, da je tudi meni prišla zadnja ura! Umeti nisem mogel, da je umrla, da mi je v rokah umrla, a še danes, ko je preteklo toliko let in ko se še vedno vsak hip živo spominjam tistega trenutka, imam občutek, da ni resnica, da je zgolj le moja domišljija, da je umrla, — pa je v resnici umrla! Zdravniki so sicer trdili, da ji je srčna hiba vzela življenje in da bi bila morala prej ali slej od kake večje razburjenosti umreti, ali jaz vem bolje: zavest sreče ji je vzela življenje!« (str. 165–166) V trenutku največje sreče se Janezu možnost novega življenja razblini, vrne se v mesto in ostane sam.

5. HVALNICA PODEŽELJU

Kaj je torej v ozadju ljubezenske zgodbe, o kateri pripoveduje povest? Literarni kritiki so v povesti prepoznali različne druge motive. Iladnik (2008) med drugim špekulira, da je Tavčar za metaforo cvetja v jeseni skril svojo lastno pozno ustvarjalnost, saj je povest napisal v 66. letu, ko so ga nekateri kot pisatelja že odpisali. »Junakovih 38 let nikakor ni mogoče imeti za 'jesen življenja', ampak kvečjemu za njegov 'poldan', in naslov povesti že ne more meriti nanje. Nad svojo starostjo sicer jamra Janez tako, kot je v njegovih letih jamral Tavčar, a ni prav verjeti ne enemu ne drugemu, saj Janez vendar premaga mlajše v košnji in pretepu, vitalni Tavčar pa je po poroki šele vstopil v svoje najbolj aktivno obdobje. Junakove tožbe zaradi starosti so le kamuflaža (krinka, alibi, izgovor, sprenevedanje), ki prikriva pravi

pomen naslovne metafore 'cvetje v jeseni'. [...] Ne nanaša se torej na 38 junakovih let, ampak na 66 pisateljevih let. Naslov razodeva, da je Tavčar v ljubezensko zgodbo vpletel zgodbo svoje pisateljske ambicije, kar je v pogovoru z Izidorjem Cankarjem tudi priznal. V pozni ustvarjalni izbruh so ga 'prisilili več ali manj politični nagibi', to je občutek, da so ga njegovi mlajši strankarski kolegi zaradi starosti že odpisali, še bolj pa to, da pri Ljubljanskem zvonu ne računajo več na njegovo literarno sodelovanje: 'Moja samoljubna zavest pa je, da take reči silno nerad poslušam. Zatorej sem napisal *Cvetje v jeseni*'. Tavčar je povest napisal, da bi dokazal svojo pisateljsko kondicijo in vitalnost. [...] Naslovna metafora 'cvetje v jeseni' seveda do neke mere ustreza tudi zapozneli ljubezni, sicer Tavčar ne bi izgubljal toliko besed na to temo. Vendar se zdi, da je Janez pretiraval s starostnimi skrbmi zato, da bi ga sogovorniki potolažili in ga potrdili v tistem prepričanju, da je še v najboljših letih. (Hladnik, 2008) Povest je zato tudi Tavčarjevo razmišljanje o usodi in prihodnosti slovenskega naroda. Nastajala je v času prve svetovne vojne, »sredi svetovnega klanja«. Krize, ki jo je prinesel vojni čas, pa plehko, nezdravo, razvajeno meščanstvo ne bo moglo preživeti (Boršnik, 1962). »Tako je vnesel Tavčar v svoje delo izrazito nacionalni poudarek z neko občečloveško razsežnostjo: iz krize, v katero sta nas pahnila svetovna vojna in splošen propad izkoriščevalske meščanske družbe, se lahko izkopljemo, če bomo iskali neke trajnejše človeške vrednote. Trajne in dragocene človeške vrednote pa so v čistem in poštenem življenju preprostega človeka. Iz krize se bomo izkopali z zemljo in ljudmi, ki so zakoreninjeni v njej. Z naravo povezan in etično trden domači človek ponuja rešitev, ponuja zdravje in moč.« (Vozlič, 1976, str. 129)

Vendar pa v povesti ponujena rešitev za Janeza ostaja neuresničena. Morda je v tem prikazan avtorjev lasten dvom, da bi bila taka duhovna preobrazba za razvajenega meščana sploh realno izvedljiva in možna. Povest je tako prej zgovoren prikaz drugačnega načina življenja, ki ga je moč doseči s spremembo vrednot in prizadevanjem že od malega, v vseh pomembnih življenjskih odločitvah. »Eno je glavno: naša zemlja se nam ne sme vzeti in narod slovenski mora stati kot večno drevo, kateremu korenine nikdar ne usahnejo! V to moramo delati vsi, na to moramo misliti takoj, ko se zavedamo življenja, misliti takrat, kadar se odločujemo za poklic, in predvsem tedaj, kadar se ženimo! Kdor se ženi, naj se ženi tako, da mu bo zakon oklep, ki ga še bolj zveže z domovino, in otroke naj rodi, ki bodo pomnožili slovensko vojsko in armado slovenskih delavcev!« (str. 470) Poudarjena je osebna odgovornost do lastnega naroda, o kateri nase in na svojo stisko osredotočeni Janez niti ne razmišlja.

Čeprav v zgodbi ne manjka trpkih zgodb, povest ohranja vedrino, ki je ne pokvari niti Metina smrt. »Kljub nevestini smrti konec povesti ni čisto resignativen. Žalost porivata v kot dve reči: zapoznelo rojstvo Metinega bratca in sklepni optimistični apel pripovedovalca. [...] Mogoče se bo komu zazdelo, da je govoriti o idiličnosti ob tem, da najbolj simpatična oseba v pripovedi umre, čudno. Temu je potrebno pojasnilo, da je smrt značilna že za prvo slovensko pripovedno idilo, Marjetico Antona Kodra (1877, 1894). Idiličnost v literarni tradiciji ni identična popisu vsakdanje sreče, kot si običajno predstavljamo, ampak je ime za pomirjanje oziroma odsotnost socialnih nasprotij, ki jih idila noče ugledati.« (Hladnik, 2008) Janezov pobeg na kmete je idealistični poskus življenjske spremembe, za katerega pa se ves čas zdi, da je obsojen na propad. Kot Janezu pove Boštjan: »No, pač —' je Boštjan še vedno dvomil, 'par mesecev se že dela na kmetih, potem bo pa vrag, ko ne bo ne mesa, ne kofeta in ne belega kruha.' Bil sem užaljen. Odgovoril sem bahato: 'Belega kruha bo pač lahko, saj je plačano, a denarja mi še precej ostane!'

'Ni tako!' me zavrne izkušeni, mož. 'Če dan na dan ješ beli kruh, ga hoče jesti tudi družina. Če si kmet, bodi pravi kmet; če si pa gosposki kmet, se ti bajta že naprej podira!'» (str. 462). Življenje se hitro lahko zdi enostavno, ko človek odide na počitnice v čudovito odmaknjeno naravo. Vendar pa tak začasni oddih zamegli bolj kruto realnost vsakdanjika. Tudi žentev z mladim dekletom se ne izkaže kot rešitev. To leta po Metini smrti ugotavlja tudi Janez sam: »Da sem jo vzel, potrl bi jo bil zakon, potrl bi jo bilo delo. Vse to bi bilo streslo cvet z njenega telesa, dočim mi živi dandanes še vedno v tisti cvetlični nežnosti, katera pri ženski tako rada in tako hitro usahne!« (str. 466). Prav zato, ker je Meta umrla, je lahko Janez ohranil svojo »vsemogočno«, idealizirano ljubezen, vendar pa nikoli ni bil deležen realne, življenjske ljubezni, ki izhaja iz skupnega življenja, dela in vzgoje otrok, kot so je bile morda deležne mestne gospe, ki jim marsikaj očita na začetku zgodbe. Kako ali če sploh je Janez premagal svojo krizo smisla, ne izvemo, je pa povest hvalnica slovenskemu kmetu in kmetici, načinu življenja, ki spoštuje trdo delo, pravičnost, iskrenost in ljubezen. »Cvetje v jeseni je svetel izraz odpora do tedanje mračne dobe, hkrati pa tudi najodločnejši leposlovni nastop proti vladajoči umetnostni struji, ki je v tistih časih s Cankarjem na čelu verno zrcalila našo družbeno, politično in kulturno bedo: naš obup, našo majhnost in našo nemoč. Kolikor Tavčar vsega tega ni hotel videti, marveč je bežal v življenje, kjer je lahko proslavljal veličino, toliko naj velja za romantika. Kolikor pa poveljuje s srednjim kmetom, ki se mu zdi hrbitišče zdravega naroda in trdne države, hkrati pa tudi kmečkega garača, prepričan, da lahko samo delo uravnava pravične odnose med ljudmi in da more samo ljubezen ljudi različnih stanov vezati v ubrano celoto, lahko damo Tavčarju prav tudi v izjavi, da je to delo 'do fermenta »demokratično«' in da njegova romantika ni samo povečevanje minljivega, marveč tudi slutnja lepšega, v prihodnosti morda uresničljivega življenja.« (Boršnik, 1962: 104) Povest je ideal ali pa – odmik od realnosti, ki nam omogoča, da na življenje pogledamo z bolj preproste in veliko bolj iskrene perspektive. Kdo izmed nas pa v trenutkih stiske ne sanjari o odmaknjemem, enostavnejšem življenju, kot se nam ponuja na stresnih ulicah vsakdana? Pa vendar, iskati in najti v sebi moč za iskrenost v pogojih, ki so daleč od ideala, je tisti vsakdanji življenjski pogum, ki v vseh obdobjih življenja omogoča hojo po poti smisla.

LITERATURA

Boršnik Marja (1962). Tavčar in Cvetje v jeseni. V: Tavčar Ivan, *Cvetje v jeseni*. Ljubljana: Mladinska knjiga, str. 99–105.

Iladnik Miran (2008). *Cvetje v jeseni*. V: <http://lit.ijs.si/cvetje.html> (sprejem 23. 5. 2011).

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

Tavčar Ivan (pseud. Leon) (1917). Cvetje v jeseni. V: *Ljubljanski zvon*, letnik 37, št. 3, <http://www.dlib.si/v2/Details.aspx?URN=URN:NBN:SI:DOC-ZUUL2I7C> ali [http://sl.wikisource.org/wiki/Cvetje_v_jeseni_\(LZ\)](http://sl.wikisource.org/wiki/Cvetje_v_jeseni_(LZ)) (sprejem 23. 5. 2011).

Vozlič Pavel (1976). Ivan Tavčar, Cvetje v jeseni. V: Tavčar Ivan, *Cvetje v jeseni*. Ljubljana: Mladinska knjiga, str. 125–130.

Kontaktne informacije:

Martina Starc

Inštitut Antona Trstenjaka za gerontologijo in medgeneracijsko sožitje

Resljeva 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana

e-naslov: martina.starc@inst-antonatrstenjaka.si

POSŁANSTVO REVİJE Z NAVODILI AVTORJEM

Poslanstvo revije *Kakovostna starost* je zbiranje sodobnega znanja o starosti, staranju in medgeneracijskem sožitju ter posredovanje teh znanj vsem, ki jih v slovenskem prostoru potrebujejo.

Revija je vsebinsko znanstvena in strokovna, jezikovno pa si posebej prizadeva, da so prispevki napisani v lepi in vsem razumljivi slovenščini. Pri tem so nam vzor jezik, znanstveno in strokovno delo Antona Trstenjaka, enega največjih slovenskih duhov v dvajsetem stoletju.

Revija je usmerjena v **celotno gerontologijo**, ki upošteva pri znanstvenem in praktičnem delu za kakovostno staranje in solidarno sožitje naslednja štiri izhodišča.

1. Celotna antropološka podoba človeka v njegovi telesni, duševni, duhovni, sožitno-socialni, razvojni in eksistencialni razsežnosti ob nedeljivi sistemski celoti vseh teh razsežnosti.
2. Celovit človekov razvoj skozi vsa življenjska obdobja od spočetja do smrti, isto dostojanstvo in smiselnost človekove mladosti, srednjih let in starosti ter povezanost vseh treh generacij v solidarnem družbenem sožitju.
3. Interdisciplinarno dopolnjevanje vseh znanstvenih ved in kulturnih panog, katerih znanja in tehnologije prispevajo h kakovostnemu staranju in solidarnemu sožitju; v reviji prevladujejo gerontološki in medgeneracijski prispevki iz psihosocialnega, zdravstvenega, vzgojno-izobraževalnega ter okoljsko-prostorskega področja.
4. Intersektorsko sodelovanje vseh družbenih in političnih resorjev, ki so pomembni za kakovostno staranje in solidarno sožitje; posebna pozornost je posvečena medsebojnemu dopolnjevanju družine, krajevne skupnosti, civilne družbe in države.

Posamezni prispevki naj obravnavajo svoje področje tako, da so usklajeni z navedeno jezikovno in antropološko usmeritvijo celotne gerontologije.

Revija izhaja štirikrat letno. Voden je v domačih in mednarodnih znanstvenih bazah.

Prvi del revije je namenjen izvirnim in preglednim člankom; ti so recenzirani. Praviloma vsebujejo s presledki od 10.000 do 30.000 znakov. Prispevki v drugem delu revije povzemajo informacije o novih tujih in domačih spoznanjih in izkušnjah na področju starosti, staranja in medgeneracijskega sožitja. Njihova dolžina se razteza od kratke zabeleške z nekaj sto besedami do obširnejših prispevkov o gerontoloških dogodkih ter spoznanjih in izkušnjah iz literature in prakse. Prispevki so objavljeni v slovenščini.

Uporabljene vire in literaturo se v člankih praviloma navaja sproti v tekstu v oklepaju na sledeči način: (priimek prvega avtorja, letnica izida: stran) ali pa v opombah pod črto. Uporabljena literatura se navaja na koncu članka po abecedi priimkov prvega avtorja. Primeri za navajanje posameznih zvrsti uporabljene literature:

- knjiga: Trstenjak Anton (1989). *Skozi prizmo besede*. Ljubljana: Slovenska matica;
- članek iz revije: Trstenjak Anton (1998). Štirje letni časi življenja. V: *Kakovostna starost*, letnik 1, št. 1, str. 4–7 (če je več avtorjev, se navajajo vsi, loči jih vejica);
- samostojni prispevek iz zbornika ali avtorsko poglavje v knjigi drugega avtorja: Trstenjak Anton, Ramovš Jože (1997). Sciences as a global problem. V: Pejovnik Stane in Komac Miloš (ured.). *From the global to the roots: learning – the treasure within*. Forum Bled '96, 13 – 15 October, 1996. Ljubljana: Ministry of Science and Technology of the Republic of Slovenia, str. 134–139;
- če je avtor organizacija: World Health Organization (2007). *Global Age-friendly Cities: A Guide*.
- spletno besedilo: Trstenjak Anton. *Skozi prizmo besede*. V: <http://www.inst-antontrstenjaka.si> (datum sprejema besedila na spletu).

Izvirni in pregledni znanstveni in strokovni članki imajo naslednjo obliko: ime avtorja oziroma avtorjev, naslov članka, povzetek (do 250 besed) v slovenščini in v angleščini, ključne besede (2–5) v slovenščini in v angleščini, avtorjevi biografski podatki (do 100 besed v tretji osebi), kontaktni naslov avtorja ali avtorjev (poslovni in elektronski). Besedilo naj bo smiselno razčlenjeno v uvodni del, osrednji prikaz spoznanj, sklepne misli ter navedbo uporabljene literature. Napisano naj bo urejevalniku besedila Word s standardno pisavo brez dodatnih slogovnih določil, velikost črk 12 pt z razmakom med vrsticami 1,5. Rokopis se pošlje v elektronski in

Kakovostna starost

LET. 14, ŠT. 2, 2011

Good quality of old age

VOL. 14, NUM. 2, 2011

ZNANSTVENI IN STROKOVNI ČLANKI

SCIENTIFIC AND EXPERT ARTICLES

Jože Ramovš

Potrebe, zmožnosti in stališča
starejših ljudi v Sloveniji

3

The needs, potentials and standpoints
of elderly people in Slovenia

Božidar Voljč

Epidemiološka tranzicija
in spremenjena narava staranja

27

Epidemiological transition and the changed nature
of ageing

Urška Končan

Kako generacije doživljajo druga drugo

27

How do the generations experience each other

IZ GERONTOLOSKE LITERATURE

37

**REVIEW OF
GERONTOLOGICAL LITERATURE**

GERONTOLOŠKO IZRAZJE

60

GLOSSARY OF GERONTOLOGY TERMS

SIMPOZIJ, POSVETI

65

SYMPOSIUMS, WORKSHOPS

INTERVJU

70

INTERVIEW

**IZ MEDGENERACIJSKIH
PROGRAMOV**

74

**REFLECTIONS FROM THE
INTERGENERATIONAL PROGRAMMES**

KLASIKI O STARANJU IN SOŽITJU GENERACIJ

79

**CLASSICS ON AGEING AND GOOD
INTERGENERATIONAL RELATIONS**



**INŠTITUT
ANTONA TRSTENJAKA**

RESLJEVA 11, p.p. 4443,
1000 Ljubljana, Slovenija
Tel.: + 386 1 433 93 01

<http://www.inst-antontrstenjaka.si>