

Jože Ramovš

Kakovostna starost

Antropologizacija gerontologije

Človek je bitje, ki uresničuje svoje zamisli, zato je prihodnost v marsičem odvisna od današnjih predstav ljudi. Kakšna bo torej starost današnje srednje generacije, je v marsičem odvisno od tega, kako si jo zamišlja in kakšne predstave goji o kakovostni starosti.

Izhajajoč iz tega izhodišča, sem letos pilotsko raziskoval, kakšen ideal o starosti ima srednja generacija. Nekaj deset ljudi je iz svoje življenjske izkušnje doživljajsko opisalo nekega starega človeka, za katerega si rečejo: »Tak(a) bi rad(a) bil(a), ko bom star(a)!« Za raziskovance je značilno, da imajo posebno veselje do dela s starimi ljudmi, kar pomeni, da se posvečajo vprašanjem o starosti bolj kakor povprečna populacija. Moja raziskava je namreč imela poleg eksplorativnega namena tudi akcijskega: spada v okvir našega iskanja poti za osebnostno detabuizacijo starosti.

Rezultati jasno kažejo, da je predstava kakovostne starosti pri teh ljudeh celostno razvit in celostno delujoč star človek s posebnim poudarkom na medčloveškem sožitju. V ospredju so stari vzorniki s prijetnim in globokim človeškim šarmom, enostavni in bogati, široko sprejemajoči sebe in druge – ob njih je človek miren, vester in sproščen.

Redko, a posebej dragoceno se mi zdi spoznanje, da tudi nemočen starček na postelji izzove v človeku to ali ono bistveno življenjsko izkušnjo. Petinštiridesetletna ženska je na primer zapisala: »... Doma negujem očeta, ki je star 82 let, bolan, nepokreten. Ko bom sama stara, ne bi bila rada tako bolna in nemočna, kakor je on. Zelo pa mi je všeč njegov odnos do mene, ki ga negujem. Zelo

sem mu hvaležna, ker je iz mene naredil krasno negovalko: daje mi sporočila, po katerih cenim samo sebe. »Hvala ti, ker si nežna z mano!« Ali pa: »Hvaležen sem ti, da nisi nestrpna z menoj!« Nihče mi doslej v življenju ni držal tako nežno zrcala pred menoj. Včasih pomislim, kdo v najinem odnosu je pravzaprav drugemu v oporo ...«

Eden od anketirancev pa je zapisal: »Ko v mislih pregledujem stare ljudi, ki jih poznam, se mi ne posreči, da bi me njihova pojavnost, njihovo bitje in žitje, njihova drža navdušila, da bi me pridobila za potrditev naslova tega zapisa ... Skratka, na delu je negativna selekcija. Ne, takšen nočem postati: nebogljen, odvisen, nemočen, osamljen, bolezensko omejen v telesnih in duševnih funkcijah, ali pa okorel, tog v življenjskih držah, ki se skozi ves življenjski potek ne omilijo, temveč le še utrjujejo (nergaštvo, ukazovalnost, oblikovanje predsodkov...). Kje in kakšen je torej človek, ki bi bil meni vzor za starost? Temu liku odgovarja na primer naš narodni heroj, olimpijonec Leon Štukelj. Telesno sposoben do stotih, jasnega duha, umirjenih stališč in življenjskih nazorov. Morda je to le njegova javna osebnost, ker ga boljše nisem poznal ...«

Tega primera ne navajam zaradi nerealno idealiziranih predstav, ki povzročajo v življenju frustracije, ampak zaradi abstraktnega iskanja vzora svoje starosti med ljudmi, s katerimi človek nima osebnih odnosov, do česar je kritičen tudi sam anketiranec. Pri detabuiziranju starosti, kar je pogoj za pripravo na kakovostno starost, pomaga le konkretni vzor

človeka, s katerim imamo osebni odnos, ne pa abstraktna idealizirana podoba ideala, ki ga poznamo samo iz javosti. Za osebni odnos je značilno, da se v njem srečujemo z drugim kot realnim človek v celostni podobi vseh njegovih razsežnosti; konkreten človek v medčloveški odnosih je celotna oseba. Danes se človek neredko niti sam ne čuti oseba, zato tudi drugega ne doživlja kot osebo. Ker imajo ljudje pomanjkljivo predstavo, kdo in kaj je človek, so pozorni samo na nekatere od človekovih razsežnosti – navadno na telesno in duševno, – druge pa zanemarjajo. Ko pri njih ali pri drugem odpove tista, na katero so pozorni (zdravje), odpove ves njihov odnos do sebe ali do drugega kot človeške osebe. Z vidika priprave na kakovostno starost je to usodno zgrešena usmerjenost.

Če hočemo torej sistematično razčleniti, kaj je kakovostna starost, moramo odgovoriti na vprašanje, kaj vse sodi v celostno podobo človeka. Tudi pri gerontologiji se potrjuje temeljno znanstveno spoznanje pokojnega Antona Trstenjaka, da je antropologija temelj vsake znanosti o človeku. To spoznanje vsebujejo vsa številna Trstenjakova dela, posebej pa jih razčlenjujejo tri njegove sistematične antropologije, vsaka s svojega vidika (Trstenjak 1968, 1985, 1988). Gerontologija je navadno povsem somatizirana – pozorna le na zdravje v starosti, ali pa ekonomsko sociologizirna – pozorna samo na materialno preskrbljenost starih ljudi. Po teh redukcijah se zdi, da prihaja v ospredje potreba po antropologizaciji gerontologije, ali z drugimi besedami, potreba, da na starega človeka gledamo v luči sistemske celovitosti vseh razsežnosti, ki so lastne človeku. Gre torej za isto menjavo paradigme, kakor jo Franc Pediček razčlenjuje za pedagoško področje, ki potrebuje po obdobjih psihologizacije in sociologizacije novo paradigmo antropologizacije (Pediček 1992, 1994).

Sistemsko celostni pogled na človeka

Sistemsko celostni pogled na človeka, ki ga razvijamo na temelju integralne antropologije v antropohigieni (Ramovš 1990, 1994, 1996), upošteva:

- vse človekove razsežnosti v prečnem preseku slehernega trenutka življenja,
- vzdolžni razvoj človeka od spočetja do smrti in
- ravnotežje pri nihanju v temeljni, to je količinsko kakovostni človeški polarnosti.

Model celostne podobe človeka v prečnem preseku je šestimenzionalnost človeka, ki je antropohigienska nadgradnja osnovne tridimenzionalne antropologije Viktorja E. Frankla (1946) v psihoterapiji. Po tem modelu je človek nedeljiva celota, ki jo sestavlja šest razsežnosti.

1. Biofizikalna ali telesna razsežnost je osnova vseh višjih razsežnosti ter skupni imenovalac človeka z drugo živo in neživo naravo. V telesno razsežnost sodi organizem z organi in organskimi sistemi, presnova in rast, razmnoževanje, zdravljenje in celjenje. Dinamični ali energetski potencial biofizikalne razsežnosti so vse organske potrebe ter fizikalno-kemijske zakonitosti, ki jim je podvržen človek enako kakor vsa druga živa in neživa narava.

2. Psihična ali duševna razsežnost je komunikacijska izmenjava med človekom in okoljem na temelju razvitega živčnega sistema, ki je človeku skupen zlasti z višje razviti sesalci. V duševno razsežnost sodi zaznavanje okolja in sebe s čutili, intelektualna predelava informacij, čustvena barva dogajanja v zavesti, spomin, navade, obnašanje; vse to na zavedni in nezavedni ravni. Dinamični ali energetski potencial psihične razsežnosti so vse človekove duševne potrebe.

3. Noogena ali duhovna razsežnost je človekovo samoprepoznavanje in njegova zavestna orientacija v ekološki celoti prostorsko–časovne stvarnosti. Njeni glavni lastnosti sta svoboda odločanja in odgovornost za svoje odločitve, kar predpostavlja zmožnost prepoznavanja več stvarnih možnosti ter vrednostno orientacijo med njimi. Dinamični ali energetski potencial noogene razsežnosti so človekove duhovne potrebe, zlasti potreba po svobodi.

4. Medčloveško–družbena razsežnost. Vanjo sodijo povezave med ljudmi na ravni temeljnih odnosov in parcialnih razmerij v temeljnih skupinah ter vsa razmerja v družbi. Dinamični ali energetski potencial medčloveško–družbene razsežnosti je človekova potreba po soljudeh ter po komunikaciji in sožitju z njimi z vso ambivalentnostjo privlačevanja in odbojnosti med ljudmi.

5. Zgodovinsko–kulturna razsežnost obsega človekov individualni ali ontogenetski razvoj od spočetja do smrti ter vrstni ali filogenetski razvoj človeštva od hominizacije naprej. Ker temelji razvoj na človekovi učljivosti in ustvarjalnosti, lahko zgodovinsko–kulturno razsežnost opazujemo na dejanski človekovi učljivosti in ustvarjalnosti ali pa na doseženem napredku. Na tej razsežnosti temelji tudi delitev človeškega življenja v tri glavna obdobja – mladost, srednja leta in starost – ter družbe na tri generacije – mlado, srednjo in staro. Človek sprejme v mladostnem obdobju iz nakopičenega kulturnega zaklada vsa glavna spoznanja in izkušnje dvomilijonske zgodovine človeštva, pride zlasti v srednjih letih z delom in ustvarjalnostjo do novih spoznanj in izkušenj, ki jih že sproti, dozorele pa v starosti vse do smrti predaja soljudem in tako vtke v kulturni zaklad in zgodovinski spomin. Dinamični

ali energetski potencial zgodovinsko–kulturne razsežnosti je človekova potreba po razvoju in napredku, po učenju in ustvarjalnosti.

6. Eksistencialna ali bivanjska razsežnost je človekovo spraševanje, kaj je smisel posameznega dejanja, trenutka ali situacije v okviru ekološke ali sistemske celote resničnosti, njegovo iskanje smisla večjih obdobj lastnega življenja ter smisla življenja, zgodovine in celotne stvarnosti. Dinamični ali energetski potencial eksistencialne razsežnosti je človekova volja do smisla.

Prvi dve od navedenih razsežnosti sta človeku skupni s celotno naravo in vsemi živimi bitji (biofizikalna) ali vsaj najvišje razvitimi živalmi (psihična), medtem ko so noogena med osnovnimi tremi in vse tri sestavljene razsežnosti izvorno človeške, značilne samo zanj.

Vseh šest razsežnosti je nedeljivo vtkanih v sleherni človekovo doživljanje in ravnanje skozi vse življenje. Seveda delujejo nekatere zmožnosti že od trenutka človekovega spočetja, druge pa se vključujejo v razvoj pozneje, zlasti med nosečnostjo ter v zgodnejših otroških in mladostniških letih. Dejstvo pa je, da se človek razvija vse življenje, prav do smrti. Razvojni psihologi so večinoma obravnavali razvoj samo do konca mladostništva, ker so imeli pred očmi le telesno in duševno razsežnost.

Če hočemo postaviti za temelj socialne gerontologije sistemsko celotno podobo človeka, moramo orisati tudi vzdolžni razvoj človeka po glavnih obdobjih in s tem značilnosti posamezne generacije.

Z vidika celostne antropologije prehodi človek v življenju tri obdobja: mladost, srednja leta in starost.

1. Mladost je razvojno obdobje človeka od spočetja do samostojnosti. V tem obdobju človek telesno dozori za razmnoževanje, v

osnovi pa se vključijo v delovanje tudi vse druge razsežnosti. Glavna naloga mladostnega obdobja je zdrava rast in temeljno učenje. Oboje se zraste v zmožnost za samostojno družino in delo. Danes se mladostno obdobje čedalje bolj podaljšuje, njegova povprečna meja je v naših civilizacijskih razmerah že prešla petindvajseto leto.

2. Srednja leta so obdobje, ko ljudje rodijo in vzgajajo naslednji rod potomcev ter proizvodno delajo za preživetje sebe, mlade in stare generacije. V naši civilizaciji sovpadajo to obdobje s službenimi leti do let za normalno polno upokožitev.

3. Starost je obdobje, ko človek prepušča skrb za materialni razvoj naslednji generaciji, sam pa ob nadaljnji aktivnosti človeško dozori do polne samouresničitve. Svoja zrela življenjska spoznanja in izkušnje zmore predati v zaklad kulture. Dejavno kljubuje starostnemu usihanju in boleznim, če pa to ni možno, oboje sprejema v svoj doživljajski svet, vključno s smrtjo, ki je zadnji mejnik življenja. Za socialno gerontologijo je pomembno, da razlikujemo tri vrste starosti: kronološko, ki jo kaže rojstni datum in se začneja z dopolnjenim 65. letom življenja, funkcionalno, ki se kaže v tem, koliko človek zmore samostojno opravljati temeljna življenjska opravila, in doživljajsko, ki se kaže v tem, kako človek sprejema in doživlja svojo starost in vse, kar je povezano z njo.

Vsako od treh obdobjih življenja se seveda deli na več podobdobjih. Razvojna psihologija se je posvečala predvsem mladostnemu razvoju človeka, ki je daleč najbolj razčlenjeno, medtem ko se razvoja človeka v srednjih letih in v starosti mnogi razvojni psihologi sploh ne dotaknejo. Eden redkih, ki je svojo razvojno shemo razširil na vse človekovo življenje, je Erik H. Erikson (1966),

pa tudi on se daleč najbolj posveča mladostnemu obdobju, ki ga deli v šest podobdobjih, medtem ko srednjim letom in starosti dodeli po eno samo obdobje. Vsekakor je tudi ti dve obdobji dobro deliti vsaj vsako na tri podobdobja: zgodnje, srednje in pozno, pri čemer je zgodnje starostno obdobje s kronološkega vidika od 66. do 75. leta, srednje starostno obdobje od 76. do 85. leta in pozno starostno obdobje po 86. letu starosti. S funkcionalnega vidika se človek v zgodnjem starostnem obdobju privaja na upokojsko svobodno življenje in živi zelo dejavno in polno, v srednjem starostnem obdobju se privaja na upadanje svojih moči in zdravja, v poznem pa postaja kot prejemnik pomoči nemi učitelj zadnjih temeljev človeškega dostojanstva mlajšima generacijama. Z doživljajskega vidika je lahko človek enako mladostno svež v vseh starostnih obdobjih vse do trenutka smrti, če je seveda pri polni zavesti, oziroma enako mladosten kakor v mladosti in v srednjih letih, tako da je doživljajsko starost v resnici ogledalo doživljanja sebe, drugih in sveta v prejšnjih obdobjih življenja; s tega vidika povsem drži slovenski pregovor: Kakršno življenje, takšna smrt.

Razčlenitvi človeškega življenja v tri glavna obdobja ustreza na družbeni ravni delitev prebivalstva v tri generacije: mlado, srednjo in staro. Tukaj se ne morem spuščati v širše utemeljevanje in kritiko generacijske delitve niti je ne moremo podrobneje prikazati. Poudaril bi rad le temeljno antropološko spoznanje o sistemski povezanosti vseh treh generacij v celoto družbe, ki ustreza povezanosti vseh treh obdobjih življenja v eno samo življenjsko celoto.

Četudi vlada med generacijami določena napetost, ki se kdaj lahko sprevrže v pravo družbeno patologijo (na primer gerontokracija, evtanazija nemočnih starcev, zanemarjanje otrok ...), je osnovno gibalno človekove-

ga razvoja komplementarno dopolnjevanje generacij. Poglejmo to na primeru prve in tretje generacije.

Temeljni smisel prvega obdobja življenja je, da otrok odraste v zrelega, samostojnega in uravnovešega človeka. Da se to zgodi, potrebuje otrok – tako majhen kakor mladostnik – veliko investicijo vloženega časa, človeških čustev in osebnih življenjskih izkušenj od starejših dveh generacij. Srednja generacija po svojem temeljnem poslanstvu rojeva potomstvo in dela za preživetje vseh treh generacij, zato ima zelo malo časa za otroke in mladino. Prav tako nima dovolj čustev za potrebe prve generacije; veliko se jih izgubi v neplodnih intrapsihičnih in odnosnih konfliktih in zgrešenih čustvenih naložbah, tako da ji pristnih čustev primanjkuje tudi za lastne medsebojne odnose, ki so temeljna vzgojna determinanta za mlado generacijo. Življenjska izkušnja pa dozoreva šele po prestani krizi srednjih let in v starosti.

Srednja generacija sama torej ni zadosten komplementarni pol za razvojne potrebe prve generacije. Zato pa ima stara generacija, če seveda sprejema svojo starost in jo živi kolikor toliko smiselno, svobodno na razpolago ves svoj čas. Čustva ostajajo v starosti sveža (»čustva ne poznajo skleroze«) in dozoriijo v smeri, kakor se je človek oblikoval v srednjih letih, zlasti pa dozori v starosti življenjska izkušnja. Zato je tesen stik stare in mlade generacije življenjskega pomena za obe. Mlada generacija je polna življenja, prešerno razposajena, eno samo »uka željno« učenje je, pred njo so vse življenjske možnosti. V nasprotju s tem se star človek približuje koncu življenja, njegove možnosti so vse bolj izčrpane, čedalje bolj je neokreten. Ob tesnem stiku z mladimi sodoživlja in vpija mladostne razsežnosti življenja, da lahko svojo starost živi polno in se bliža svojemu zatonu z upanjem v življenje; njegova temeljna izkušnja je: sta-

rost je povsem drugačna, kakor sta bili mladost ali srednja leta, vendar je enako smiselno del življenja.

Od sistemsko celostnega pogleda na človeka, ki ga razvijamo na temelju integralne antropologije v antropohigieni, nam je preostalo še tretji vidik: ravnotežje pri nihanju v temeljni, to je količinsko kakovostni človeški polarnosti. Martin Buber je izhajal iz dejstva, da je osnovna človekova determinanta odnosna povezanost, ta pa ima dve temeljni obliki: neosebno razmerje jaz–ono in osebni odnos jaz–ti (Buber 1982). Podobno je ugotavljal Fromm, da sta temeljni usmeritvi človeka »imeti« in »biti« (Fromm 1976). V Trstenjakovih antropoloških delih je rdeča nit razločevanje med količinskim ali kvantitativnim vidikom pri človeku, ki mu je v osnovi skupen z ostalo naravo, in med kakovostjo ali kvaliteto, po kateri se dviga na specifično človeško raven. V tem smislu bi lahko navedli klasične filozofske ali sodobne odnosne avtorje, ki s tega ali onega vidika ugotavljajo temeljno človekovo polarnost med njegovo usmerjenostjo v količinsko merljive in oprijemljive cilje, kateri mu omogočajo vsakdanje preživljanje, ter v kakovost človeškega življenja kot celote, ki ni količinsko merljiva, ampak osebno doživljajska kategorija. Prva od njiju je delavniška, z njo si človek zagotavlja materialno osnovo za življenje, druga je praznična, z njo si zagotavlja raven človeške samouresničitve, osebne sreče in spoštovanja pri ljudeh. Prva je rabna, saj se dobesedno sproti porablja, presnavlja in kviri, druga je presežna, saj ostaja neuničljivo shranjena v kašči človekove osebne izkušnje, javnega spomina nanj, zlasti pa v obliki urešničenih nalog na svetu – tudi potem, ko je sam osebno že mrtev. Človekovo življenje je nihanje med tema dvema polarnostima in od primernega ravnotežja pri tem nihanju je odvisna kakovost življenja.

Potrebe v starosti kot smerokaz pri prizadevanjih za kakovostno starost

V vsaki od šestih razsežnosti, ki smo jih prikazali zgoraj, ima človek specifične potrebe. Kakovost življenja je odvisna od tega, v kolikšni meri in v kakšni medsebojni skladnosti so zadovoljene vse njegove potrebe.

V različnih obdobjih življenja so prednostno dejavne različne človekove razsežnosti, zato so tudi specifične potrebe različne za vsako obdobje življenja. V predporodnem obdobju, v otroštvu in mladosti je najmočnejša potreba po telesnem in duševnem razvoju, v srednjih letih so v ospredju zlasti nogene potrebe po svobodi odločanja in odgovornosti ter po plodnem medčloveškem sožitju, ker je od njihove zadovoljenosti odvisna dejavna in rodovitna ustvarjalnost zrelega življenjskega obdobja.

Za starost velja enako kakor za obe prejšnji obdobji prednostna hierarhija potreb, ki jo je klasično opisal Abraham Maslow (1982), in pravi, da imajo prednost temeljne telesne in materialne potrebe, kar je s kančkom prijetne ironije izražal že rimski pregovor, da je treba najprej živeti, potem se pa filozofira (*primum vivere, deinde philosophari*). Osnovna zadovoljenost nižjih potreb je izhodišče za normalno zaznavanje in zadovoljevanje višjih potreb, ki pa šele omogočajo specifično človeško raven, tako da lahko parafraziramo Bubrovo spoznanje o človekovem rabnem razmerju in osebnem odnosu, da brez zadovoljitve osnovnih telesnih in duševnih potreb človek ne more preživeti, brez zadovoljitve potreb v višjih štirih razsežnostih pa človek ne živi na človeški, ampak zgolj na živalski ravni (prim. Buber 1982: 26).

Kakor v vsakem obdobju življenja imajo torej tudi v starosti prednost telesne potrebe

po hrani, obleki, toplem stanovanju, čistoči, zdravljenju bolezni ter čimvečji samostojnosti v gibanju in komunikaciji. V tem okviru so za pozno starost in terminalno obdobje značilni nekateri poudarki v telesnih in duševnih potrebah. Na primer potreba po telesnem stiku in kožnem kontaktu. Znano je, kako osamljen star človek kar steguje roke, da bi mu jih drugi prijel in stisnil, za umirajočega pa je najbolj pomirjujoče, če ga najbližji ljubeče držijo za roko.

Upoštevajoč povedano, pa moramo poudariti, da v tretjem življenjskem obdobju izstopajo predvsem višje tri človeške razsežnosti in njihove specifične potrebe:

1. Potreba po temeljnem ali osebnem medčloveškem odnosu. Star človek potrebuje reden osebni stik z nekom, ki ga ima za svojega, pa naj je to krvni sorodnik ali nekdo, s katerim sta povezana na prijateljskem principu. Veliko število specializiranih »tujcev« lahko s službenimi storitvami staremu človeku odlično zadovoljuje vse telesne potrebe, a nobenih drugih: že čustvenih ne, kaj šele, da bi se jim star človek lahko odprl s svojimi stiskami ali s svojim bogastvom življenjske izkušnje. Za temeljni osebni odnos je dovolj eden, ki ga star človek čuti kot svojega in je prepričan v trdnost in trajnost odnosa z njim. Ta eden je zadosten most do vseh priložnostnih in stalnih stikov z drugimi, da jim zaupa in da njihova storitev pri starem človeku doseže svoj polni človeški namen.

Če v starosti ni zadovoljena potreba po osebnem medčloveškem odnosu z nekom, je star človek osamljen, pa naj je okrog njega še toliko ljudi (na primer v večposteljni sobi doma za stare ljudi). Osamljenost je ena najbolj razširjenih in najhujših stisk današnjih starih ljudi.

2. Potreba po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj prvi in drugi generaciji. Za starega človeka je bistveno, da doživlja svoje dotedanje življenje kot nekaj vrednega in smiselnega. To pa se zgodi, če njegove življenjske izkušnje drugi – zlasti mlajši od njega – jemljejo resno. Človekove življenjske izkušnje so njegovo najbolj osebno in največje bogastvo, so temelj, ki daje vrednost vsemu drugemu premoženju. Če si je na primer nekdo v življenju pridobil materialno premoženje in se drugi zanimajo le zaradi tega, se čuti star človek v temelju razvrednotenega; zato neradko bogati ljudje zapustijo svoje imetje nekemu ali nečemu (fundaciji), ki ceni, upošteva in ohranja njihovo osebno življenjsko izkušnjo.

Človek je bitje napredka, saj vsaka generacija nadaljuje zgodovinski razvoj tam, kjer ga je prejšnja generacija končala. Ta proces temelji na človekovi temeljni potrebi, da v drugem, zlasti pa v tretjem življenjskem obdobju preda svoje življenjske izkušnje in spoznanja drugim ljudem in kulturi nasploh.

Pri tem je treba poudariti važno dejstvo, da so bile v preteklosti pomembne predvsem materialne in rabne izkušnje starih ljudi, to so izkušnje o delu in delovnih postopkih ter orodjih. Te so bile odločilne za preživetje ljudi. Danes je materialni napredek tako hiter, da tehnologija in delovne izkušnje zastarijo že v nekaj letih, zato so tovrstne izkušnje starih ljudi prvič v zgodovini mlajšima generacija nepotrebne in nekoristne. Pač pa so čedalje bolj iskane življenjske izkušnje o medčloveškem sožitju in o osebni spoprijemu z življenjem. Te pa doslej niso bile v ospredju pozornosti ljudi, zato se jih slabo zavedajo in o njih navadno ne znajo govoriti. Za sedanjo srednjo generacijo je ena od odločilnih nalog pri pripravi na starost tudi večja pozornost na osebnostni

razvoj ter na medčloveške odnose in komunikacijo. Ta prioriteta se postavlja predvsem zaradi tega, da bo srednja generacija sama živela in so-živela bolj zadovoljivo, ter bo seveda potem, ko ostari, imela kaj zanimivega in smiselnega povedati mladi in srednji generaciji.

Če v starosti človek ne more zadovoljiti potrebe po predajanju svojih življenjskih izkušenj in spoznanj prvi in drugi generaciji, doživlja svoje dotedanje življenje kot nesmiselno, s tem pa je povezana tudi bivanjska praznosta in brezcilnost v doživljanju same starosti, kar je pogosta tegoba današnjih starih ljudi.

3. Potreba po doživljanju svoje starosti kot enako smiselnega obdobja življenja, kakor so bila mladostna in srednja leta.

Voljo do smisla kot temeljno eksistencialno človeško potrebo in motnje, ki jih prinaša njena nezadovoljenost, je odkril in razčlenil že omenjeni Viktor E. Frankl. Življenje je smiselno kot celota, vključno s slehernim trenutkom ali situacijo, ali pa sploh ni smiselno. Tako doživlja človek potrebo po smislu. V mladosti in srednjih letih odkriva in uresničuje smisel predvsem v ustvarjalnem delu ter v doživljanju narave, kulture, sebe in drugih ljudi (ljubezen in medčloveški odnosi), v starosti pa je pred njim vse več neizogibne tragike v obliki trpljenja zaradi bolezni, zavesti o zmotah in krivdah v življenju, ob umiranju bližnjih in bližajoči se lastni smrti. Pot do doživljanja smisla v neresljivi tragiki je po Franklu vztrajno iskanje smiselnega stališča do teh izkušenj.

Tudi v starosti je prednostna pot za doživljanje smiselnosti lastnega življenja v ustvarjalnem delu in po doživljajski poti bogastva medčloveškega sožitja, doživljanja narave in kulturnega bogastva, vendar pa gotovo ne more mimo zahtevne naloge iskanja

smiselnega stališča do tragike življenja. Temu se izogne le, če se tako ali drugače omamlja, kar pa je beg iz človeške zavesti in od samouresničitve. Predpogoj za osebno iskanje smisla starosti je torej sprejetje starosti z vsemi njenimi specifičnimi možnostmi in omejitvami, ob prepričanju, da je enako smiselno obdobje življenja kakor mladost in srednja leta. In tudi upoštevanje dejstva, da je iskanje smiselnega stališča do tragike veliko težja naloga, kakor je doživljanje smisla, ko človek ustvarjalno dela ter bogato doživlja soljudi, sebe in svet.

Vsekakor je volja do smisla temeljna človeška potreba in energija. Če je zablokirana, doživlja človek svoje življenje kot prazno, »brez veze« (mladina), ko »se tako in tako ni nič splačalo« (stari ljudje). Če je pri človeku volja do smisla nezadovoljena, ostanejo jalovi tudi vsi drugi viri njegove energije. Nezadovoljenost potrebe po doživljanju smisla starosti se kaže kot brezciljnost in bivanjska praznosta današnjih starih ljudi, ki je čedalje bolj pogosta starostniška patologija.

Navedene tri temeljne potrebe v medčloveški, kulturno-zgodovinski in eksistencialni razsežnosti so specifična pogonska energija za kakovost življenja v tretjem življenjskem obdobju. Raven njihove zadovoljitve je odločilni pokazatelj kakovosti življenja v starosti oziroma starostne človeške samouresničitve. Seveda pa so, kakor smo že poudarili, tudi v tretjem življenjskem obdobju materialne in telesne potrebe ter na njih naslonjene duševne in noogene tista osnova, ki omogoča zadovoljevanje navedenih višjih treh potreb. Zato bi se bilo nesmiselno truditi za kakovostno zadovoljevanje teh višjih, ki so za starost specifične, ob zanemarjanju drugih.

Vendar te nevarnosti dandanes skorajda ni, saj so materialne potrebe starih ljudi v naših družbenih razmerah zadovoljene neprimerno bolj kakor kdaj koli v dosedanji člo-

veški zgodovini. Kljub temu so današnji stari ljudje verjetno veliko bolj osamljeni, doživljajo svoje življenjske izkušnje kot manj plodne in svojo starost kot bolj brezciljno in nesmiselno, kakor je to bilo v preteklosti. Kakovost življenja na stara leta je skupna raven zadovoljenosti vseh potreb na vseh šestih razsežnostih človeškega življenja. Zdi se torej, da je še veliko nalog, da dosežemo kakovostno življenje na stara leta.

Literatura

Buber Martin (1982). *Princip dialoga*. Ljubljana: 2000.

Erikson H. Erik (1966). *Identität und Lebenszyklus*. Frankfurt am Main: Suhrkamp Verlag.

Frankl Viktor E. (1946). *Aerztliche Seelsorge. Grundlagen der Logotherapie und Existenzanalyse*. Wien: Franz Deuticke, ali Frankfurt am Main: Fischer Taschenbuch 42157; 13 izdaj do 1985; slovenski prevod: Zdravnik in duša. Celje: Mohorjeva družba 1994.

Maslow Abraham (1982). *Motivacija i ličnost*. Beograd: Nolit.

Pediček Franc (1992). *Pedagogika danes*. Poglavja za antropološko snovanje slovenske pedagogike. Maribor: Založba Obzorja.

Pediček Franc (1994). *Edukacija danes*. Poglavja za pedagoško antropologijo. Maribor: Založba Obzorja.

Ramovš J. (1990). *Sto domačih zdravil za dušo in telo 1. Antropohigiena*. Celje: Mohorjeva družba.

Ramovš J. (1994). *Sto domačih zdravil za dušo in telo 2. Antropohigiena*. Celje: Mohorjeva družba.

Ramovš J. (1996). *Logotheoretische Grundlagen der Anthropohigiene*. V: *Journal des Viktor-Frankl-Institut. An International Journal for Logotherapy and Existential Analysis*, Vol 4, Nr 1 (Spring 1996), str. 78–96.

Trstenjak A. (1968). *Hoja za človekom*. Celje: Mohorjeva družba.

Trstenjak A. (1985). *Človek bitje prihodnosti*. Ljubljana: Slovenska matica.

Trstenjak A. (1988). *Človek končno in neskončno bitje*. Celje: Mohorjeva družba.

Prof. dr. Jože Ramovš, predstojnik Inštituta Antona Trstenjaka, antropolog in socialni delavec. Zadnjih 15 let se intenzivno ukvarja z gerontologijo. Svoja spoznanja je objavil v več prispevkih doma in po svetu.