

---

*Dr. Jože Ramovš*

---

## **Krajevna mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost**

---

### **POVZETEK**

Avtor v obširnem temeljnem članku prikaže svoj koncept mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost. Razčleni teoretična izhodišča pri nastajanju koncepta in konkretne okoliščine, v katerih se je razvijala njihova akcijska konkretizacija, pojasni pojem socialne mreže in potem, ko sumarno povzame spoznanja pri dosedanjem uvajanju mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost, opiše vsakega od šestih programov te mreže, ki so: program ozaveščanja vsega prebivalstva o kakovostni starosti in nujnosti zavestne priprave nanjo, program osebnega usposabljanja za kakovostno starost, program usposabljanja družine za lepo sožitje s starejšim družinskim članom, program osebnega družabništva z osamljenim starim človekom, program medgeneracijskih skupin za kakovostno starost ter program samoorganiziranja mreže v krajevno medgeneracijsko društvo za kakovostno starost.

**Ključne besede:** socialna mreža, starost, medgeneracijski odnosi, samopomoč

*AVTOR: Jože Ramovš je socialni delavec in dr. antropologije. Posveča se socialni problematiki zasvojenosti, kjer dela raziskovalno, pedagoško in praktično v terapiji in preventivi; o tem je napisal več knjig in številne članke, v zadnjem desetletju pa dela predvsem na področju socialne gerontologije in gerontagogike, pri čemer so v ospredju njegove znanstvene in akcijske pozornosti medgeneracijski odnosi, priprava na kakovostno starost ter ustvarjanje sodobne postmoderne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost na principu samopomoči ter strokovne in javne pomoči za krepitev socialne samopomoči in samoorganizacije prebivalstva v sedanjih razmerah.*

### **SUMMARY**

#### **Local network of intergeneration programmes for the quality of old age**

The author in comprehensive article presents his own concept of intergeneration programmes for the quality of old age, dismembers the theoretical starting-point by formation of this concept and explains the notion social network and describes each of the six programmes of this network, which are: programme for raising of awareness of all population about quality of old age and the necessity of preparing on old age, programme for a personal education on the quality of old age, programme for the education of a whole family for a comfortable life with an older person, programme for individual partnership with an old, lonely person, intergeneration programme for quality of old age and programme of self-organisation of a network in local intergenerational association for quality of old age.

**Key words:** social network, the aged, self-help, relation between generation

*AUTHOR: Dr. Jože Ramovš is a social worker and doctor of anthropology. Much of his attention is devoted to social problems of addiction. In this field he researches and teaches aspects of ther-*

apy and preventive. He has written many books and articles. In last decade he worked in the field of social gerontology and geriatrics. Most of his work deals with relation between generation, preparation for quality of old aged and the creation post-modern social network of intergeneration programmes. This programmes includes the principles of self-help, professional and public help.

## 1. Izhodišča

Delež starega prebivalstva je v Sloveniji visok: konec leta 1999 je bilo 13,85%, to je 275.400 ljudi starih nad 65 let in 19,03%, to je 378.298 ljudi starih nad 60 let (Statistični letopis 2000). Podobno kakor druge evropske države spadamo v kategorijo zelo starega prebivalstva. Ta delež se naglo veča in v naslednjih desetletjih, ko bo starega prebivalstva petina ali celo več, bo to najzahtevnejša socialna naloga in verjetno ena najtežjih preizkušenj zahodne civilizacije v vsem njenem obstoju.

Za kakovostno življenje v starosti je bistvena pomena, da ima človek zadovoljene osnovne materialne potrebe, ki jih zagotavljajo starostna pokojnina in druge materialne socialne pravice ter lastni prihranki, ob tem pa je enako nujen pogoj, da ima zadovoljene tudi osnovne nematerialne socialne potrebe, ki so zlasti:

1. Oseben medčloveški odnos in komunikacija. Star človek potrebuje tesen medčloveški odnos in redno komunikacijo z nekom, ki ga doživlja kot "svojega": sorodnikom, znancem, prijateljem. Če tega nima, je osamljen. Osamljenost pa je ena od najtežjih duševnih in socialnih tegob v starosti. Osamljenost pri starem človeku v veliki meri izniči učinke materialnega blagostanja, po psihosomatski poti povzroča ali povečuje telesna in duševna obolenja ter dela starega človeka težavnega za sožitje v socialnem okolju.

2. Sprejemanje starosti in doživljanje njene smiselnosti. Star človek mora svojo starost sprejeti in jo doživljati kot življenjsko obdobje, ki je v primerjavi z mladimi in srednjimi

leti življenja specifično v svoji pojavnosti in po življenjskih nalogah, vendar pa enako smiselno kakor prejšnji dve obdobji življenja. Pogoj za zadovoljevanje te potrebe je zavestna priprava na kakovostno starost že v srednjih letih. Nezadovoljenost potrebe po sprejemanju starosti in doživljanju njene smiselnosti povzroča brezcilnost in bivanjsko praznoto, ki sta težki motnji tako za starega človeka sama kakor za njegovo socialno okolje. Staremu človeku onemogočata kakovostno preživljanje starosti, socialnemu okolju pa preprečujeta, da bi temu človeku nudil kakršno koli uspešno pomoč. Zadovoljevanje potrebe po sprejemanju starosti zelo otežuje tabuizacija starosti v današnji zahodni civilizaciji. Danes je namreč starost tabuizirana na podoben način, kakor je bil nekoč tabuiziran začetek človeškega življenja skupaj s spolnostjo. Anton Trstenjak je kot antropolog rad poudarjal: "En konec človeškega življenja je navadno tabuiziran." Tabuizacija starosti pa avtomatično povzroča več negativnih socialnih pojavov:

- marginalizacijo starih ljudi,
- slepo pego srednje generacije, da se ne zaveda naloge lastne priprave na kakovostno starost,
- nevarnost gerontokratske politično-gospodarske premoči številčno povečane stare generacije, ki s svojimi materialnimi zahtevami lahko zelo ovira ali celo onemogoči življenje mlade in srednje generacije; to nevarnost nekateri označujejo kot možno vojno generacij v prihodnjih desetletjih, ki se lahko izrodi v hude zgodovinske zaplete, na primer uvedbo evtanazije starih ljudi.

3. Predajanje življenjske izkušnje mladi in

srednji generaciji. To potrebo je možno zadovoljevati samo, če so vse tri generacije povezane v sistemsko celoto, tako da je med njimi tekoča komunikacija na osebni in bivanjski ravni in ne zgolj na funkcionalni. Današnji način življenja in sožitja ločuje medseboj vse tri generacije: mlado, srednjo in staro – še zlasti staro od obeh mlajših –, tako da je komunikacija med njimi v glavnem le funkcionalna; do osebno-eksistencialne komunikacije, ki je za medčloveške odnose nujna, pa je zelo težko priti. Prepad med generacijami usodno škodi vsem trem generacijam, najbolj pa jo občuti stara generacija, ki ne more svojih življenjskih izkušenj predati mlajšima dvema, zlasti mladi, kar povzroča pri starem človeku občutek nekoristnosti, brezcilnosti in nesmisla življenja.

Slovenija ima s sistemom pokojnin, socialnih dajatev, z zdravstvenim varstvom ter s kakovostjo in količino kapacitet za institucionalno domsko oskrbo relativno zelo visok materialni standard socialne oskrbe starostnikov. To ponudbo zadnja leta dopolnjuje z novimi programi, kot so nega in pomoč na domu, dnevno varstvo ipd., ki so v razvitem svetu zelo v ospredju (Hojnik 1999, Program 1997). Zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb v starosti pa je bilo do pred kratkim povsem slepa pega v naši javni skrbi za stare ljudi. Pogoji za kolikor toliko znosno zadovoljevanje naštetih nematerialnih socialnih potreb v starosti so zelo slabi, kajti socialna mreža tradicionalne kmečko-obtniško-stanovske kulture v današnjih življenjskih razmerah ni več uporabna, postmoderna civilna socialna mreža medčloveških odnosov pa še zdaleč ni tako razvita, da bi nudila dobre pogoje za zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb.

Prva dobra izkušnja na tem področju so bile skupine starih za samopomoč. Z njihovim uvajanjem smo začeli že leta 1987, naprej naključno ob izobraževanju za skupinsko delo, v letih 1989–91 pa sistematično kot so-

cialni akcijski projekt (Ramovš 1991), katerega rezultat je bilo okrog 50 skupin v 9 krajih po Sloveniji; njihov razvoj, koncept in metodika dela – vse to je podrobno opisano v priročniku Skupine starih za samopomoč (Ramovš, Kladnik, Knific in sod. 1992). Od leta 1992 je Inštitut Antona Trstenjaka razvijal ta model in redno usposabljal prostovoljke in prostovoljce za ustanavljanje in vodenje skupin. Do leta 2000 je usposobil nad 500 voditeljic in voditeljev, ki so v več kakor sto krajih po Sloveniji ustanovili in vodijo nad 400 skupin. Pridobivanje finančnih sredstev za delovanje skupin na terenu in samoorganiziranje pa je potekalo deloma na krajevni ravni, na nacionalni pa preko Združenja za socialno gerontologijo in gerontagogiko, ki je bilo ustanovljeno leta 1992.

V tem obdobju je bil dosežen velikanski napredek v projektu skupin starih za samopomoč. Poleg že omenjenega količinskega širjenja skupin je to zlasti konceptualni in metodični razvoj, ki se kaže na primer v številnih prispevkih na strokovnih srečanjih in v javnih medijih na krajevni, nacionalni in mednarodni ravni, v številnih glasilih in zbornikih posameznih krajevnih mrež skupin starih za samopomoč, knjigah, ki so jih izdale posamezne skupine (Pražnikar 1998, Vreže 1999), ter zadnja leta v reviji *Kakovostna starost* (Kakovostna starost 1998 in naprej), katere izhajanje je prvi dve leti omogočala donacija Zavoda za odprto družbo. Združenje in Inštitut sta skupaj z znano italijansko nevladno ustanovo za uvajanje socialnih programov Ce.I.S. kandidirala s projektom skupin starih za samopomoč pri evropskem programu Phare-Lien (Projekt "človek" za stare ljudi) in leta 1987 je bil ta projekt sprejet v dveletno sofinanciranje s strani EU, kar je prineslo zlasti veliko novega znanja o socialnih mrežah iz zahodnoevropskih držav ter supervizijsko pomoč nekaterih njihovih odličnih strokovnja-

kov (Groterath 1998, Pollo 1988, 1999).

Velik dosežek je tudi sprejem projekta v nacionalni program varstva starejših prebivalcev (Program 1997), leta 2000 pa v nacionalni program socialnega varstva do leta 2005 (Nacionalni program 2000), po katerem naj bi bila v tem času vzpostavljena mreža skupin za 3% starega prebivalstva nad 65 let, to je 900 skupin. Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve je program sofinanciralo že prej, vse od njegovega akcijsko raziskovalnega začetka. Poudariti pa je treba, da je vodenje skupin, ki zajema največjo količino porabljenega časa v tem velikem projektu, ves čas prostovoljsko. Večji del se je tudi izvajalo povsem prostovoljsko v prostem času, deloma pa je (v okviru centrov za socialno delo in zlasti domov za stare ljudi) potekalo v službenem času kot prostovoljsko dodatno delo posameznih strokovnjakinj ob njihovih rednih delovnih obveznostih. Koncept projekta temelji na prostovoljstvu za lastno kakovostno starost in pripravo nanjo, finančna sredstva pa se iščejo le za razvoj, organizacijo in pokrivanje dela materialnih stroškov.

## 2. Koncept krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost

Iz zgoraj navedenih izhodišč smo v zadnjih dveh letih razvili pri Inštitutu Antona Trstenjaka koncept, model in metodiko delovanja krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost, ki smo ga v letu 2000 začeli množično uvajati v praksi, tokrat zlasti v Ljubljani. Zasluga za razvoj in uvajanje mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost gre sofinancerjem, ki so bili deloma omenjeni že zgoraj pri razvoju in uvajanju skupin starih za samopomoč: Ministrstvu za delo, družino in socialne zadeve, Ministrstvu za znanost in tehnologijo in Mestu Ljub-

ljana ter donatorju Zavodu za odprto družbo.

Preden prikažemo koncept krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost, se kratko ustavimo ob samem pojmu socialne mreže.

### 2.1. Pojem socialne mreže

Beseda mreža nas spomni na ribiško mrežo za lovljenje rib, na mrežo na igriščih za odbojko ali tenis, na mrežo za sejanje peska, na zaščitne okenske mreže pred roparji ali poleti pred komarji, na prestrezne mreže pod vrvohodci in skakalci na trapezu v cirkusu...

Pojem socialne mreže je socialno delo prevzelo iz sistemske teorije. Z njim označuje vsakdanjo operacionalizirano temeljno človeške značilnosti, da je namreč družbeno bitje. Človekova družbenost izhaja iz temeljne človeške potrebe po medčloveških odnosih in razmerjih. Za zadovoljevanje te potrebe je odločilna temeljna človeška zmožnost za občevanje in občenje izkušenj in spoznanj med ljudmi, to je **občilnost** (Ramovš 2000); o tej zmožnosti je začel govoriti klasični pionir raziskovanja medčloveških odnosov Jakob Levy Moreno (Moreno 2000).

Medčloveške povezave so za človeka nekaj temeljnega, kar nujno potrebuje za preživetje, podobno kakor sta na telesnem področju hrana in zrak. Človeku je od spočetja do smrti nujno potrebna vpletenost v bolj površinska razmerja z nešteti ljudmi, prav tako pa globoka povezanost z nekaj ljudmi v osebnih medčloveških odnosih (Ramovš 1995: 58-60). Če je človek osamljen, je to huda nesreča, kakor je bila na primer za znanega literarnega junaka brodolomca Robinzona; iz te nesreče se skuša čim prej rešiti. Osamljenost je kot zaporniška samica druga najhujša kazen, takoj za smrtno.

Medčloveška razmerja in odnosi so za človeka v resnici kot mreža, v katero je ujet vse življenje, če hoče ali ne. Medčloveška razmer-

ja in odnosi so socialna mreža, ki človeku:

- pomaga, da uspeva, ustvarja in napreduje,
- postavlja v življenju pravila igre za družbeno sožitje,
- seje njegovo vedenje in ravnanje v sprejemljive in nesprejemljive vloge,
- nudi varstvo pred pomanjkanjem in nevarnostmi, čeprav mu s svojimi omejitvami povzroča tudi nevšečnosti,
- v trenutku njegove težave pomaga, da ne propade.

Vendar pa je odločilno, da socialne mreže ne gledamo kot brezosebnega robota, ki je človeku nadrejen, pač pa jo pojmujejo antropološko, da je namreč v socialnih mrežah človek voz, v katerem se križajo niti družbe, on pa jih s svojo osebnostjo in odgovornostjo veže v trdne točke človeškega življenja in medčloveškega sožitja.

Socialno delo s socialnimi mrežami je odgovor na prenehanje enovite tradicionalni družbe in na nastop kompleksnih modernih in postmodernih družb. V enoviti družbi lahko sledimo celoti človeškega življenja, če poznamo le en njegov del; z oporo enemu samemu vidiku pomagamo lahko njegovi celoti.

Sodobna kompleksna družba pa je sestavljena iz številnih fragmentov z različnimi vrednostnimi usmeritvami, načinom življenja in stališči, med katere je človek vpet (Pollo 1999), zato lahko človeku ali skupini pomagamo tako, da delamo z njegovimi socialnimi mrežami raznih vrst:

- z naravnimi socialnimi mrežami (družina, soseska, sorodstvo, prijateljstvo...),
- z umetno oblikovanimi socialnimi mrežami za krajši čas ali za zelo parcialne vidike življenja,
- s trajnejšimi in bolj celostnimi socialnimi mrežami za socialno urejanje,
- z nadomestnimi socialnimi mrežami ob izpadu kake bistvene socialne funkcije iz naravnih socialnih mrež in podobno.

V preteklosti je ljudi povezovala v tradicionalne socialne mreže predvsem nuja v boju za preživetje: skupno imetje, medsebojna odvisnost, norme in običaji tradicije, avtoriteta in moč. Danes povezuje ljudi v sodobno postmoderno socialno mrežo predvsem dvoje: samostojnost (avtonomnost) in sodelovanje (kooperativnost).

Eden od glavnih dejavnikov življenjskega zadovoljstva sodobnega človeka je njegova **samostojnost ali avtonomnost**: materialna, čustvena, intelektualna, osebna, skupinska, nacionalna, verska in vsakršna druga. Posameznik se kar najbolj svobodno odloča za vključitev, za sožitje ali sodelovanje v določeni socialni mreži, v njej svobodno ostaja ali se iz nje svobodno trga. Zato je bistvena značilnost sodobne socialne mreže, da je **decentralizirana**: čim več pravic in dolžnosti mora biti prenesenih na najnižjo raven mreže, to je na posameznike v njej, pri večjih, na primer nacionalnih mrežah, pa na krajevne mreže.

Drugi glavni dejavnik življenjskega zadovoljstva sodobnega človeka je uspešnost njegovega **sodelovanja z drugimi ljudmi**. Za sodobno socialno mrežo je zato odločilno, koliko zna in zmora svoje ljudi usposablja za dobro komunikacijo, ki je pogoj sodelovanja. Pri komunikaciji je odločilen pretok informacij. Zato je druga bistvena značilnost sodobne socialne mreže **informacijska povezanost**, to je tekoč pretok informacij v vse smeri in dostopnost vseh pomembnih informacij v vsaki njeni točki. Pri pretoku informacij v socialni mreži je pomembno, da gredo spoznanja, izkušnje in druge informacije v obe smeri, oziroma – če se izrazimo s strokovnim izrazem – s periferije v center in obratno. En konec socialne mreže je posameznik, posamezna podskupina ali skupina – tega imenujejo periferija, drugi konec pa je osrednje organizacijsko vodstvo mreže na krajevni, pokrajinski, nacionalni ali svetovni ravni – temu

pravijo center. Danes je socialna mreža informacijsko povezana zlasti na tri načine:

- z osebnim stikom med posamezniki, podskupinami in skupinami v mreži,
- s klasičnim medsebojnim informiranjem, na primer preko glasila, dopisov, telefona in podobnih sredstev, ter
- po sodobni elektronski informacijski poti, na primer z internetom.

Avtonomnost posameznika ter komunikacija in sodelovanje na temelju dobrega pretoka informacij sta odločilna dejavnika za kakovost sožitja v sodobni postmoderni socialni mreži. Avtonomnost posameznih nižjih socialnih mrež in pretok informacij med njimi pa sta odločilna dejavnika za kakovost delovanja sestavljenih socialnih mrež na višji, na primer nacionalni ravni.

## 2.2. Vsebina krajevne socialne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost

O mreži smo začeli govoriti že pri uvajanju skupin starih za samopomoč. Tako smo konec leta 1995 ustanovili prvo krajevno mrežo skupin starih za samopomoč v Vipavski dolini, ko so bile tam uvedene skupine po domača vseh krajevnih skupnostih. Sama ajdovsko-vipavska mreža skupin z voditeljicami na čelu se je za to priložnost predstavila v obširnem zborniku (Razgibana jesen 1955), njemu razvoju pa je bila posvečena tudi večina druge številke Kakovostne starosti leta 1998 (Kakovostna starost). Od leta 1997 naprej smo izdelovali koncept mreže skupin starih za samopomoč v domovih za stare ljudi (Ramovš 1999), ki se v več domovih zelo lepo razvija; razvejana domska mreža skupin starih za samopomoč v mariborskem domu je bila prikazana v celotni drugi številki Kakovostne starosti leta 1999. Ob Projektu "človek" za stare ljudi v okviru evropskega Phare-Lien programa pa smo izdelovali in uvajali

koncept krajevne, pokrajinske in nacionalne mreže skupin starih za samopomoč.

Mreža skupin starih za samopomoč je bila izreden socialni dosežek, sistemski pristop k zadovoljevanju nematerialnih socialnih potreb pa terjaja poleg skupin še več drugih programov.

Vsak človek je skupinsko bitje, toda strokovna spoznanja in vsakdanje izkušnje govorijo, da se eden lažje povezuje, bolje komunicira in se bolje počuti v najmanjši človeški skupini, to je v paru, drugim pa za temeljne človeške odnose bolj ustreza majhna skupina od treh do kakih osem ljudi. Na tem spoznanju smo ustvarili koncept osebnega medgeneracijskega družabništva med starim človekom in nekom iz srednje ali mlade generacije. Osebno medgeneracijsko družabništvo ima povsem iste osebne in družbene cilje kakor skupine, ki jih v okvirih krajevne mreže programov razvijamo kot medgeneracijske skupine za kakovostno starost. Redni člani medgeneracijske skupine za kakovostno starost so torej vsaj iz dveh generacij, srednje in stare, težiti pa morajo po sistemski povezanosti tudi z mladimi.

Individualno družabništvo in medgeneracijske skupine za kakovostno starost sta dva od šestih temeljnih programov krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost.

Naslednji program mreže pomaga h kakovostni starosti posameznemu človeku. Ob upokojitvi je idealen čas, da človek zavestno naredi odločilni korak za kakovost svoje starosti. V mreži je stalna ponudba kratkih tečajev za lastno kakovostno starost ob upokojitvi. Tudi ta program je povezan z medgeneracijskim druženjem, zato se tečajnice in tečajniki neredko odločijo za osebno družabništvo ali sožitje v medgeneracijski skupini.

V krajevni mreži je prav tako stalna ponudba kratkega usposabljanja za lepše medgeneracijsko sožitje in komunikacijo s starim

družinskim članom, pa naj ta živi v istem gospodinjstvu ali pa drugje. Strokovna spoznanja in izkušnje namreč kažejo, da današnja srednja generacija ne zna plodno komunicirati z ostarelimi svojci in obratno.

S širšega socialnega vidika pa je v krajevni mreži temeljnega pomena program ozaveščanja vsega prebivalstva o kakovostni starosti in o nujnosti priprave nanjo v srednjih letih. Ta program hoče zajeti vse krajane. Z njim se v kraju ustvarja socialno vzdušje za dobro delovanje ostalih petih programov, njegov trajni prispevek v mreži pa je priprava družbe na izjemno povečan delež starega prebivalstva v prihodnje.

Stalni nosilec vseh omenjenih programov je krajevna mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost, ki se samoorganizira kot občinsko društvo.

Krajevna mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost, ki jo sedaj razvijamo na Inštitutu Antona Trstenjaka in uvajamo na terenu po občinah, je torej sestavljena iz šestih komplementarnih programov:

1. program ozaveščanja vsega prebivalstva v kraju o kakovostni starosti in o možnostih priprave nanjo,

2. program osebnega usposabljanja na kakovostno starost ob upokojitvi,

3. program usposabljanja družine za lepo sožitje s starejšim družinskim članom,

4. program osebnega medgeneracijskega družabništva z osamljenim starim človekom,

5. program medgeneracijskih skupin za kakovostno starost in

6. program samoorganiziranja mreže v krajevno medgeneracijsko društvo za kakovostno starost.

Preden jih prikažemo bolj natančneje, bomo navedli nekaj pomembnih strokovnih spoznanj ob dosedanjem delu razvijanja, uvajanja in širjenja mreže skupin starih za samopomoč in najnovejše čase mreže medgeneracij-

skih programov za kakovostno starost.

### 3. Spoznanja pri dosedanjem uvajanju mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost

Krajevna mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost je tipičen razvojni socialni projekt akcijsko raziskovalne vrste. Razvija se torej na temelju stalne analize in raziskovanja:

- pri ustvarjanju koncepta mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost,
- pri iskanju antropoloških temeljev za programe te mreže v sodobnih spoznanjih celostnega gledanja na človeka in sistemskega zadovoljevanja vseh njegovih temeljnih potreb,
- pri iskanju primerljivih tujih izkušenj za tovrstne socialne mreže,
- pri praktičnem uvajanju mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost v različnih socialnih okoljih na terenu ter
- pri sprotne evalviranju delovanja uvedene mreže na terenu.

Tukaj bomo sumarno navedli naša pomembnejša spoznanja ob analiziranju dosedanjega uvajanja mreže.

#### 3.1. Kratek prikaz akcijskega socialnega projekta skupin starih za samopomoč v Sloveniji

• V dosedanjem razvoju projekta skupin starih za samopomoč so vidne naslednje štiri faze:

1. naključni začetek dela s skupinami starih za samopomoč ob usposabljanju za skupinsko delo v letih 1987-88,

2. akcijski projekt uvajanja skupin starih za samopomoč v Sloveniji v letih 1989 do 1991,

3. naglo širjenje skupin po Sloveniji v letih od 1992 do 1996 in

4. sistematični razvoj mreže skupin starih v letih od 1997 do 1999.

- Ob koncu leta 1999 je število skupin pre-

koračilo številko 400; od tega je bilo 55% skupin v domačem okolju, 45% pa v domovih za stare ljudi. Skupine so bile vpeljane v najrazličnejših okoljih po več kakor sto krajih Slovenije, od skrajno pasivnega podeželskega okolja, kjer so v oddaljeni hribovski vasi skoraj sami stari ljudje, do najbolj razvitih urbanih naselij, od majhnih zaselkov do večjih mest, od domov za stare ljudi do domačega okolja. Najbolj nepokrito področje glede skupin je ljubljanska kotlina, zlasti samo mesto Ljubljana.

- Razlog za obstoječi razpored skupin je spontan razvoj projekta. Skupine so nastajale tam, kjer so se odločali za uvajanje tega projekta in za usposabljanje za voditelje skupin strokovnjaki ali vodstveni kadri na občinah, v domovih za stare ljudi, v centrih za socialno delo, pri Rdečem križu ali Karitas in podobnih organizacijah.

- Razlogi, da se ta akcijski socialni projekt v Ljubljana ni uvajal in širil tako kakor drugod po Sloveniji, so zlasti: nihče ni dal za to pobude, veliko mesto je bistveno manj pregledno kakor manjši kraji, življenje ljudi pa veliko bolj anonimno, v ustanovah vlada nezavedna samozadostnost metropole, da je tu "vse boljše" kakor v provinci.

- V prvih letih je bila pobuda za uvajanje skupin skoncentrirana predvsem v osrednjih javnih socialnih ustanovah: centrih za socialno delo in domovih za stare ljudi; natančneje povedano, pobudniki na terenu so bili predvsem sposobni in entuziastični strokovnjaki in vodstveni delavci v javnih socialnih ustanovah.

- Delo v skupinah na terenu poteka po ustaljeni metodiki, ki pospešuje osebno komunikacijo in ustvarjanje temeljne medčloveške povezanosti med člani skupine.

- Skupine v visoki meri dosegajo svoj cilj ustvarjanja temeljne človeške povezanosti, v bistveno nižji meri cilj povezovanja vseh treh generacij v celoto, zelo nizko pa cilj sprejema-

nja starosti.

- Projekt deluje na temelju petih etičnih načel:

1. načela smisla starosti,
2. načela prostovoljstva,
3. načela povezovanja generacij,

4. načela medsebojne povezanosti in sloge v projektu ter temeljne naklonjenosti navzven in

5. načela prilagoditve konkretnim razmeram v okolju.

### 3.2. Spoznanja o delovanju medgeneracijskih skupin za kakovostno starost

- Zadnji dve leti smo pri delu Inštituta zaradi novih spoznanj in vsebinske širitve koncepta opustili prvotni naziv "skupine starih za samopomoč", ki je izražal predvsem način njihovega delovanja na temelju samopomoči, in uvedli novo ime "medgeneracijske skupine za kakovostno starost", ki izraža dva bistvena vsebinska poudarka: medgeneracijsko povezanost in prizadevanje za kakovostno starost sedanje in bodoče tretje generacije.

- Kakovost delovanja skupine je odvisna predvsem od osebnostne zrelosti in dobre usposobljenosti voditeljev in voditeljskih sodelavcev.

- Skupino vodita praviloma dva usposobljena člana druge generacije: en voditelj z dveletnim tečajem in en voditeljski sodelavec s trimesečnim tečajem, ki obvladuje samostojno vodenje posameznih srečanj in dejavnosti.

- Odločilnega pomena je izboljševanje modela za pridobivanje primernih prostovoljcev za voditelje skupin in za voditeljske sodelavce, za njihovo temeljno usposabljanje ter stalno izpopolnjevanje. Ta model smo v zadnjih letih bistveno izboljšali in novosti preizkusili; rezultati so dobri.

- Metodiko delovanja skupin – in s tem tudi usposabljanja voditeljev in organizatorjev mreže – je treba dopolniti tako, da bo bolje



dosegala tretji cilj projekta: "sprejemanje starosti" in s tem povezano detabuizacijo starosti pri udeležencih projekta in v kraju delovanja mreže.

### 3.3. Spoznanja o mreži medgeneracijskih programov za kakovostno starost

- Mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost mora biti organizirana na krajevni, pokrajinski in nacionalni ravni.
- Pri tem se bistveno razlikuje mreža v domovih za stare ljudi in mreža v domačem okolju.
- Najprimernejši nosilec mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost na krajevni ravni je samostojno občinsko medgeneracijsko društvo za kakovostno starost.
- Krajevna medgeneracijska društva za kakovostno starost se na pokrajinski in nacionalni ravni povezujejo v zveze funkcionalne in ne hierarhičnega značaja.

### 3.4. Spoznanja o delovanju krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost

- Za kakovost delovanja krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost je odločilnega pomena sistemska povezanost prostovoljnih voditeljic skupin in družabnic, ki se udejanja z rednimi mesečnimi intervizijskimi srečanji.
- Vpeljan model dela krajevne intervizijske skupine je dobra osnova za njeno uspešno delovanje. Dokaj dobro je dodelan za tekočo medsebojno izmenjavo izkušenj med prostovoljci v krajevni mreži in za koordinacijo njihovega dela, dopolniti pa ga je treba zlasti za permanentno usposabljanje in "profesionalno" higiensko preventivo izgorelosti prostovoljcev pri njihovem voditeljskem, družabniškem in drugem prostovoljskem delovanju za kakovostno starost.
- Temeljnega pomena za kakovost delova-

nja krajevne mreže je dodatna usposobljenost ene od voditeljic mreže za organizatorko krajevne mreže.

- Delo organizatorjev mreže ne more biti prostovoljsko, morajo pa v skladu s prostovoljskim duhom projekta prostovoljsko voditi svojo medgeneracijsko skupino za kakovostno starost in biti v osebnem družabništvu z osamljenim starim človekom.
- Model usposabljanja organizatorjev mreže, ki smo ga izdelali in preizkusili, se je izkazal kot primeren za organizacijo in vodenje krajevne mreže, dopolniti pa ga je treba za supervizijo, ozaveščanje prebivalstva o kakovostni starosti ter za samostojno usposabljanje posameznikov za kakovostno starost, družin za lepo sožitje s starejšim družinskim članom, prostovoljcev za osebne družabnike z osamljenim starim človekom ter prostovoljcev za voditelje medgeneracijskih skupin za kakovostno starost.
- Sodelovanje v programih za kakovostno starost je človekova osebna odločitev, pa naj gre za vključenost v katerikoli program na ravni njegovega uporabnika ali pa na ravni dejavnega izvajalca. Izvajanje programov v mreži je prostovoljsko civilno socialno delovanje za vse, le organizator ali organizatorka mreže je poleg tega tudi profesionalno zaposlena pri mreži. Človek lahko namreč le sam – in seveda v svobodni civilni povezavi z drugimi – poskrbi za svojo srečo, država pa je dolžna, da posamezniku in civilni družbi ustvari pogoje za to. V našem primeru to pomeni, da država poskrbi za možnost uvedbe in delovanja socialne mreže programov za kakovostno starost kot drugi krog socialne mreže, takoj za javnimi socialnimi ustanovami. Programi socialne mreže, ki jih tu opisujemo in uvajamo, omogočajo človeka vredno medčloveško sožitje med generacijami, podobno kakor javna mreža domov za stare ljudi omogoča materialno preskrbo tistih, ki ne morejo živeti doma. Ka-

kovost sodobne države in družbe se meri po tem, koliko in kako dobrih socialnih mrež ima, mrež v katerih lahko ljudje svobodno zadovoljujejo vse svoje potrebe, tudi potrebo po medčloveških odnosih, da ne bodo na starost osamljeni.

- Metodika za izvajanje programov v medgeneracijski mreži za kakovostno starost je specifična in izhaja iz koncepta in vsebine programov ter iz konkretnih razmer v kraju. Usposabljanje prostovoljcev in druga usposabljanja temeljijo na socialnem učenju. Zato so glavne učne metode male skupine, delavnice ob različnih učnih pripomočkih ter ob osebnih izkušnjah udeleženk in udeležencev, vaje in treningi nekaterih pomembnih veščin (pogovora, reševanja sporov, odkrivanja možnosti, poguma za nova tveganja...), stalno izpopolnjevanje ob izkušnjah po intervizijski metodi, projektno organiziranje v skupnosti, javno nastopanje in druge skupnostne metode; za intelektualno učenje pa zlasti samostojen študij iz tiskanih virov s skupinsko razpravo ter kratka predavanja z razpravo.

### 3.5. Spoznanja o delovanju pokrajinskih mrež in nacionalne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost

- Potrebna je pokrajinska povezava krajevnih mrež v pokrajinsko zvezo po načelu smiselnega grupiranja krajev, kjer delujejo krajevne mreže.

- Če so občinske mreže premajhne, je organizator mreže profesionalno zaposlen za pokrajinsko mrežo, tako da lahko organizacijsko skrbi za delovanje in razvoj krajevnih mrež ter za njihovo medsebojno povezanost, prav tako pa tudi za pretok informacij iz skupinske in krajevne ravni do nacionalne in obratno.

- Primeren normativ za polni delovni čas organizatorja mreže bi bil, če skrbi za mreže s 50 do 100 prostovoljci – glede na to, koliko je mreža že ukoreninjena v kraju. V sodelo-

vanju med mrežami in državo je treba izdelati normative in tudi standarde za delo organizatorjev mrež medgeneracijskih programov za kakovostno starost.

- Za slovenske razmere bi bila primernejša velika kompetentnost pokrajinskih mrež, ki bi bila zagotovljena tako, da bi bili organizatorji pokrajinskih mrež direktno financirani iz nacionalnega programa socialnega varstva, ne pa preko nacionalnih zvez. Njihova odgovornost pa je, da skupaj s krajevnimi mrežami skrbijo za potrebna finančna sredstva iz lokalnih virov za delovanje skupin.

- Glavna naloga organiziranosti mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost na nacionalni ravni je skrb za:

1. pretok informacij na vseh nivojih,

2. temeljno usmeritev projekta po petih etičnih načelih,

3. skupna organizacijska izhodišča in

4. razvoj mreže na nacionalni ravni.

- Nacionalna mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost mora biti decentralizirana, tako da organizacija na nacionalni ravni nima mehanizmov in kompetenc, ki bi postavljale v materialno ali moralno odvisnost skupine, voditelje, krajevne in pokrajinske mreže, kajti neposredni učinki programov so vidni predvsem na krajevni ravni in tudi ustvarjalna moč zadovoljevanja perečih potreb za kakovostno starost se hrani le z neposredno ustvarjalnostjo na osebni, skupinski in krajevni ravni. Pomemben razlog za decentraliziranost organizacije v projektu je tudi spoznanje o nujni prilagoditvi konkretnim razmeram (5. etično načelo), ki so po slovenskih pokrajinah zelo različne.

### 3.6. Spoznanja o pomanjkljivostih v dosedanjem razvoju socialnega projekta skupin starih za samopomoč

Poudariti je treba, da ne gre za pomanjkljivosti v smislu napak, temveč za razvojne po-

trebe, ki so se pokazale na današnji stopnji ob sicer naglem in uspešnem razvoju in širjenju skupin starih za samopomoč. Ne gre torej za iskanje napak v preteklosti, ampak za razvojne naloge v prihodnje. Takšne pomanjkljivosti oziroma naloge so zlasti:

- Vezanost projekta na javne službe. V začetnem obdobju je bilo smiselno, da so javne socialne službe uvajale skupine starih za samopomoč. V tranzicijskem obdobju iz monopolne socialistične socialne v pluralistično je to koristilo tem službam samim, prav tako pa tudi razvoju projekta skupin, ki bi se zaradi pasivnosti civilne socialne samoiniciative po obdobju socialistične socialne države težko aktiviral v takšni meri kot se je; za to imajo veliko zaslugo javne službe, ki so v tem primeru odlično delovale po načelu javne in strokovne pomoči za prebujanje in razvijanje samopomoči. V sedanjem obdobju pa je vezanost krajevnih mrež na javne socialne službe ovira tako za javne socialne službe, zlasti za centre za socialno delo, ker vodenje medgeneracijskih skupin ni njihova javna socialna storitev in je zato ne morejo opravljati "prostovoljsko" v delovnem času, kar je bilo pogosto, prav tako pa je ovira za razvoj mreže skupin v kraju, ker se ne more uveljaviti kot samostojna civilna organizacija v kraju s široko podporo javnosti. Seveda pa ostaja sodelovanje javnih socialnih služb s temi mrežami njihova pomembna naloga, sodelovanje njenih strokovnih delavcev pa njihova odlika in poklicno higienska pridobitev.

- Velika centraliziranost projekta. Ker je vse vodenje skupin na terenu prostovoljsko, v dosedanji praksi pa tudi velik del organizacijskega dela, centraliziranost projekta usodno zavira bazične energije. Mehanizem, po katerem se to dogaja, je zlasti finačna odvisnost skupin, krajevnih mrež in intervizijskih skupin od denarja, ki ga Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve daje centralno in se je

zaradi neprofesionaliziranosti organizatorjev mreže delil po ključu "skupinam". Ta sredstva so v primerjavi s prostovoljskim delom in dejanskimi materialnimi stroški krajevnih mrež sicer zelo nizka, vendar pa so za nekatere skupine edini finančni vir. Potrebna je decentralizacija v krajevna društva in pokrajinske zveze s polno kompetenco, da so zmožne s svojim organizatorjem mreže same izvajati vse programe, vključno z usposabljanji, in tudi finančno skrbeti za delovanje programov, seveda pa lahko le država zagotavlja organizacijo mreže s plačilom zaposlenih organizatorjev mreže. Zdi se tudi, da bi bilo zaradi razvojnega mehanizma konkurence še bolje, da je več nacionalnih organizacij za povezovanje krajevnih in pokrajinskih mrež kot ena sama, ki lahko kaj hitro podleže zaviralnemu mehanizmu monoplnosti.

- Neprofesionaliziranost organizatorjev mreže. Ustanavljanje in vodenje skupin je prostovoljsko delo, organizacija projekta na krajevni, pokrajinski in nacionalni ravni pa lahko uspeva le, če se temu službeno posveča usposobljen prostovoljski voditelj, ki je dodatno usposobljen za organizacijo mreže. Vsebinsko – v smislu učinkovitosti v kraju – je najbolj pomembno profesionalno službeno vodenje organizacije mreže na krajevni ravni ali – dokler je prostovoljcev v eni občini premalo za polno ali delno službeno delo – na pokrajinski ravni.

- Slab pretok informacij v projektu na horizontalni ravni med krajevnimi mrežami in na vertikalni ravni od nacionane organizacije na vrhu pa vse do posameznih skupin in voditeljev v bazi in obratno. Nujno potrebna je vzpostavitev sodobnih informacijskih kanalov v vse smeri in na vseh nivojih.

- Bela lisa pri razširjenosti skupin v Ljubljani in Ljubljanski kotlini. V naslednjih letih se je treba posebej posvetiti uvedbi in širjenju projekta v glavnem slovenskem mestu in nje-

govi okolici, kjer smo začeli sistematično z uvajanjem mreže šele v letu 2000.

- Omejenost mreže na skupine. Za ustvarjanje pogojev za zadovoljevanje nematerialnih socialnih potreb v starosti ter za ozaveščanje prebivalstva o potrebi priprave na kakovostno starost je treba poleg medgeneracijskih skupin v krajevno mrežo za kakovostno starost uvesti še nove programe, ki bodo poleg skupinske uporabljali tudi individualno metodo ter metode skupnostne organizacije. To so zlasti naslednji novi programi:

1. program ozaveščanja celotnega prebivalstva v kraju o kakovostni starosti in o možnostih priprave nanjo,

2. program osebne usposabljanja na kakovostno starost ob upokojitvi,

3. program usposabljanja družine za lepo sožitje s starejšim družinskim članom,

4. program osebne medgeneracijske družabništva z osamljenim starim človekom in

5. program samoorganiziranja mreže v krajevno medgeneracijsko društvo za kakovostno starost.

### 3.7. Nekatera gerontološka in gerontagoška spoznanja ob dosedanjem delu pri projektu

- Potreba po antropologizaciji gerontologije. Gerontologija mora izhajati iz celotnega pojmovanja človeka, kakor ga na primer obravnava antropohigiena v šestdimenzionalnem konceptu (Ramovš 1996), in iz teorije vseh človekovih potreb kot gonilne sile za osebno in javno skrb za kakovostno starost (Ramovš 2000a).

- Potreba po celostni, sistemski, interdisciplinarni gerontologiji. Napajati se mora iz vseh znanstvenih disciplin o človeku in družbi ter upoštevati sodobnega človeka v njegovi celostni vsakdanji realnosti.

- Človek naj bi ostal do konca življenja ali vsaj čim dlje v starosti samostojen v nepo-

sredni ali posredni povezanosti s svojo družino. Vendar sodobna družina potrebuje določeno usposabljanje, da razume proces staranja in s tem svojega starega družinskega člana, da zna ustrezno komunicirati z njim in med seboj glede vsebin, ki se nanašajo na starost. Brez tega prisotnost starega človeka današnje družino pogosto psihično in odnosno preveč moti in bega, tako da tudi brez objektivne potrebe odda starega človeka v ustanovo.

- Idealni čas za neposredno osebno pripravo na kakovostno starost je leto, ko se človek upokojuje. Tedaj je motiviran za sprejemanje ustreznih informacij o kakovostni starosti, za učenje novih oblik ravnanja, za sprejemanje ustreznih stališč do starosti in do samega sebe, za iskanje novih možnosti delovanja in samouresničevanja po upokojitvi ter za potrebne akcije za doseg vsega tega.

## 4. Programi medgeneracijske krajevne mreže za kakovostno starost

V drugem poglavju smo v prikazu vsebinskega vidika krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost našli vseh šest programov, ki jih razvijamo in uvajamo na terenu, kjer po občinah vpeljujemo to mrežo ali dopolnjujemo že obstoječo mrežo skupin starih za samopomoč. Izhajajoč iz vsebine in ciljev smo pripravljali podrobne programe za medgeneracijsko mrežo za kakovostno starost. Del ciljev in vsebin je vsem šestim programom skupen, del pa za vsak program specifičen. Sedaj bomo na kratko prikazali vsakega od posameznih programov.

Vseh šest programov ima nekaj skupnih delovnih vsebin. Te so zlasti:

- spoznavanje razvojne antropologije in psihologije človeka skozi mladostno, srednje in starostno življenjsko obdobje s posebnim poudarkom na starostnem obdobju,

- spoznavanje komplementarnosti vseh treh generacij in možnosti za medgeneracijsko povezanost v sodobnem postraditionalnem življenju,
- spoznavanje izbranih vsebin iz socialne gerontologije o glavnih vidikih kakovostne starosti, zlasti o zdravju v starosti, duševnem življenju v starosti, samostojnosti starega človeka, medčloveških in medgeneracijskih odnosih, življenjskih izkušnjah v starosti, smislu starosti,
- spoznavanje specifičnih možnosti in nalog v tretjem življenjskem obdobju.

Druge delovne vsebine so za vsakega od šestih programov posebne. Vsem pa je skupno, da imajo isti namen, to je ustvarjanje možnosti za zadovoljevanje osnovnih nematerialnih socialnih potreb in da dosegajo iste cilje pri različnih kategorijah prebivalstva v občini.

#### **4.1. Program ozaveščanja vsega prebivalstva o kakovostni starosti in nujnosti zavestne priprave nanjo**

Kakor se mora mlad človek s šolanjem, vzgojo in samovzgojo zavestno pripraviti na srednja leta, če hoče uspešno delati in živeti v svoji družini, tako se mora človek vsaj v poznih srednjih letih – po "srečanju z Abrahamom" – zavestno pripraviti na svojo starost.

Ker pa se bo v prihodnjih letih delež starega prebivalstva v družbah zelo povečal in bo čez deset, dvajset let to eden od najzahtevnejših socialnih problemov, se morata danes država in družba zavestno pripraviti na to.

Obe omenjeni nalogi – tako na osebni oziroma individualni ravni kot na družbeni in državni – pa danes skrajno ovira tabuiziranost starosti. Ljudje ne sprejemajo starosti kot enako smiselnega obdobja življenja kakor sta mladost in srednja leta. Zato so osebne in družbene naloge priprave na kakovostno starost slepa pega, ki se je ljudje sploh ne zavedajo.

Zaradi tabuiziranosti starosti je skrajno te-

žavna naloga, kako celotno prebivalstvo kraja ozavestiti o nujnosti osebne priprave na kakovostno starost in družbene priprave na povečano število starega prebivalstva. Program, ki je konceptualno in metodično namenjen tej nalogi, smo poimenovali "Ozaveščanje vsega prebivalstva o kakovostni starosti in o nujnosti zavestne priprave nanjo". To je temeljni program krajevne mreže, iz katerega raste ostalih pet.

V občini, kjer uvajamo ali širimo mrežo, že v prvem mesecu z ozaveščanjem dosežemo vsa gospodinjstva in s tem vse ljudi. S primernim gradivom, ki ga dobijo po pošti, jih seznanimo z osnovnimi dejstvi o kakovostni starosti in pripravi nanjo, s krajevno mrežo in njenimi programi, z uvajanjem mreže v kraju in s konkretnimi možnostmi za njihovo sodelovanje. Med ozaveščanjem pridobimo potrebno število prostovoljcev za osebno družabništvo z osamljenim starim človekom in za voditelje medgeneracijskih skupin za kakovostno starost. Zainteresirani se vključijo v programe osebnega usposabljanja na kakovostno starost in družinskega usposabljanja za lepo sožitje s starim človekom. Ves čas uvajanja mreže v kraju na razne načine nadaljujemo z ozaveščanjem vsega prebivalstva: medijsko, s predavanji in okroglimi mizami, prireditvami in osebnim informiranjem krajanov. Projekt uvajanja krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost traja namreč v celoti dve leti. Njegov zadnji program pa je krajevno osamosvajanje mreže in njeno sodobno samoorganiziranje, da postane v občini jedro stalne skrbi za kakovostno starost ter ozaveščanja prebivalstva o kakovostni starosti in drugih programih medgeneracijske mreže za kakovostno starost.

#### **4.2. Program osebnega usposabljanja za kakovostno starost ob upokojitvi**

Leto pred upokojitvijo ali po njej je prime-

ren čas, da naredimo zavesten korak za svojo kakovostno starost. Upokojenci so po vključitvi v projekt medgeneracijskih skupin opisovali svoje krizno obdobje ob upokojitvi in redno ugotavljali, da bi bili morali tedaj dobiti primerno pomoč za prestrukturiranje življenja v tretjem življenjskem obdobju. Upokojujev je pomembna prelomnica v življenju človeka, po njej je vse drugače, kakor je bilo prej. Bilo naj bi boljše, saj ima človek po upokojitvi prvič v življenju ves svoj čas svobodno sam na razpolago, ob tem pa dozorele življenjske izkušnje in – upajmo – zagotovljeno osnovno materialno varnost. Resda začne pešati zdravje in se pojavljajo tudi druge tegobe, toda človek sam ima veliko možnosti pri skrbi za svoje zdravje in duševno svežino, njegova socialna klenost in medčloveško sožitje pa sta še bolj odvisna od njega samega.

Da bi bil vstop v tretje življenjsko obdobje čim uspešnejši, imamo v okviru krajevne mreže za kakovostno starost kratek, 10-urni tečaj za kakovostno starost ob upokojitvi. Zainteresiranim nudimo z metodo osebne socialnega učenja v mali skupini poleg zgoraj naštetih skupnih vsebin za vse programe mreže zlasti spoznanja in tehnike za:

- prestrukturiranje življenjskega ritma po upokojitvi (urnik, prehrana, družba...),
- iskanje novih možnosti za izrabo življenjske energije in opravljanje novih smiselnih nalog po upokojitvi,
- iskanje možnosti za kakovostno povezanost starajočega se človeka z ljudmi srednje in mlade generacije.

#### 4.3. Program usposabljanja družine za lepo sožitje s starejšim družinskim članom

Mnoge družine imajo starejšega družinskega člana, ki živi z njimi doma ali kje drugje, morda v domu za stare ljudi. Največ starih ljudi še vedno zadovoljuje del svojih nematerialnih socialnih potreb v družinskem krogu

svojcev druge in prve generacije. Vendar pa v današnjih postmodernih družbenih razmerah nobena od treh generacij v družini ni komunikacijsko usposobljena na kakovostno sožitje, zato so njihovi odnosi pogosto prazni ali pa napeti. Dandanes so namreč življenjske razmere tako drugačne od tradicionalnih, da še zakonci in partnerji med seboj ne znajo zadovoljivo komunicirati in usklajevati medčloveških odnosov, s starim družinskim članom pa seveda še toliko manj. Ljudem ne manjka volje za lepo sožitje, pač pa jim manjka primernih načinov za medsebojno komuniciranje v današnjih razmerah. Ni jim treba dajati nove vsebine za lepo sožitje, ampak "orodja", da bodo svoje želje po lepem sožitju lahko uresničili v praksi.

Podobno kakor posameznike ob upokojitvi, tudi družinske člane usposabljammo s kratkim 10-urnim tečajem za lepo medgeneracijsko sožitje s starejšim družinskim članom. Tudi ta program poteka v krajevni mreži za kakovostno starost po metodi socialnega učenja v mali skupini in nudi zainteresiranim družinskim članom poleg vsebin o starosti, ki so skupne vsem programom mreže, še zlasti spoznanja in tehnike preizkušanja naslednjih nalog:

- o bistvenih spremembah v družini na prehodu iz tradicionalnih v postmoderne razmere,
- o možnostih za komplementarno dopolnjevanje generacij v sodobni družini,
- o osnovnih pravilih za uspešno komuniciranje v družini,
- o načinih reševanja konkretnih težav in specifičnih nalog v sožitju družine s starim človekom.

#### 4.4. Program osebne medgeneracijskega družabništva z osamljenim starim človekom

Simon Gregorčič je zapisal: "Gorje mu, ki v nesreči biva sam, a srečen ni, kdor srečo u-

živa sam!" Rimski pregovor pa prvi: "Gorje samemu!"

Najbolj osebna oblika medčloveške povezanosti je prijateljstvo dveh ljudi. Par je najmanjša človeška skupina, ki je ne le biološko plodna v zadovoljevanju temeljne naravne potrebe po nadaljevanju človeške vrste, ampak prav tako v zadovoljevanju globokih čustvenih, duhovnih, socialnih, razvojnih in eksistenčnih potreb. Vsak človek potrebuje poleg včlenjenosti v širšo družbo in v razne skupine tudi druženje z enim samim človekom. Nekateri ljudje pa so usmerjeni zelo individualistično; iz tega ali onega razloga se izogibajo večjih skupnosti in skupin ter se pred njimi človeško zapirajo. Taki lahko sprejemajo življenjske izkušnje le od enega človeka, s katerim so v prijateljski povezavi, in samo temu lahko zaupajo svoje izkušnje. Stari ljudje, ki so tako naravnani, lahko samo prek osebnega družabništva z enim človekom srednje ali mlade generacije sprejemajo sodobne življenjske izkušnje teh dveh generacij in samo njemu – ter prek njega – predajajo svoje bogate življenjske izkušnje. Prav tako pa je precej ljudi srednje in mlade generacije, ki so voljni biti prostovoljni osebni družabniki osamljenemu staremu človeku, niso pa pripravljeni voditi skupine.

Temu odgovarja v krajevni medgeneracijski mreži za kakovostno starost program osebnega ali individualnega medgeneracijskega družabništva z osamljenim starim človekom.

Individualno družabništvo prostovoljcev srednje ali mlade generacije z osamljenim starim človekom se je pokazalo ne le za nujno potrebni komplementarni pol medgeneracijskih skupin za kakovostno starost, temveč tudi kot zdrav temelj zanje, saj kdor vodi skupino, ne da bi imel osebni odnos z vsemi njenimi člani, nevede dela s skupino kot s predmetom, ne pa kot z osebnimi ljudmi. Osebno družabništvo zadovoljuje obema generacijama, ki se prijateljsko družita, iste socialne po-

trebe kakor skupine in daje iste družbene koristi tistemu delu populacije, ki ni primeren za vključevanje v skupine.

Individualno družabništvo z osamljenim starim človekom je za prostovoljca metodično lažje kakor vodenje skupine, vendar pa terja ustrezno usposabljanje, da doseže kakovostni učinek za starega človeka in za družabnika srednjih let. Družabništvo namreč bogati in osrečuje tako starega človeka kot prostovoljca, sicer je neplodno za oba. Ni namreč službena storitev za stare ljudi, ampak obojestransko zadovoljujoč človeški odnos. Prostovoljce iz mlade in srednje generacije s posebnim tečajem usposabljammo za osebno družabništvo z enim samim starim človekom, ki bi bil sicer osamljen. V to usposabljanje se vključijo prostovoljci, ki jim je pri srcu osebna priprava na lastno starost in priprava družbe na povečano število starih ljudi, ki imajo nekaj veselja za druženje z enim samim starim človekom in so si pripravljene vzeti eno uro na teden za osebno družabništvo z njim ter potreben čas za aktivno sodelovanje v krajevni mreži za kakovostno starost.

Tečaj za prostovoljsko osebno družabništvo z osamljenim starim človekom se odvija v mali skupini po metodi socialnega učenja. Poleg vsebin o starosti, ki so skupne vsem programom mreže, obsega še posebej spoznanja in tehnike za:

- komunikacijo s starim človekom,
- spoznavanje pomena rednega in poglobljenega osebnega stika s starim človekom za lastno pripravo na kakovostno starost,
- odkrivanje energetskih potencialov za zdravo človeško solidarnost in prostovoljsko socialno delo,
- preventivne tehnike proti izgorelosti in drugim oblikam patologije pri prostovoljskem delu z ljudmi,
- pomen in načine redne povezanosti prostovoljcev v krajevno medgeneracijsko mrežo

za kakovostno starost,

- samoorganizacijo mreže in delo v njej ter vloge mreže v pripravi družbe na kakovostno starost ter na povečan delež starega prebivalstva.

#### 4.5. Program medgeneracijskih skupin za kakovostno starost

Medgeneracijska skupina za kakovostno starost je prijateljska skupina, v kateri se redno tedensko srečuje nekaj ljudi iz tretje in druge generacije, pa tudi iz prve, ali pa je z mladimi vsaj občasno tesneje povezana. Ljudem, ki so v teh skupinah, se sožitje v njih tako priljubljuje, da jih doživljajo kot svojo pravo družino. Skupina starim ljudem prepreči osamljenost, srednja generacija se v njej pripravlja na svojo kakovostno starost, mladi pa odkrivajo modrost življenja pri starih ljudeh.

O konceptu medgeneracijskih skupin za kakovostno starost ter o metodiki in programu dela v njih je bilo že veliko napisanega – tudi v tej reviji –, zato tukaj ne bomo nadaljevali z opisovanjem tega. Poudarili bomo le še eno spoznanje. Za dobro delovanje skupin v krajevni mreži – od tega pa je odvisno njihovo širjenje – je odločilno pridobivanje primernih prostovoljcev srednje generacije in njihovo dobro usposabljanje za ustanovitev in vodenje skupine. Pri usposabljanju so poleg vsebin, ki so potrebne za vseh šest programov mreže, v programu vse vsebine, ki smo jih našli zgoraj pri usposabljanju prostovoljcev za družabništvo z osamljenim starim človekom, specifične pa so še:

- osnovna spoznanja o skupini in skupinskem delu,
- metodika za ustanovitev in samostojno vodenje skupine,
- skupnostna metodika za sodelovanje skupin v mreži,
- spoznanja in veščine o sodelovanju dveh sovoditeljev pri ustanovitvi in vodenju skupi-

ne, oziroma enega voditelja in enega voditeljskega sodelavca.

#### 4.6. Program samoorganiziranja mreže v krajevno medgeneracijsko društvo za kakovostno starost

Glavni namen uvajanja krajevne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost je, da se njeni programi v občini ukoreninijo, dajejo rezultate, ki so javno razvidni, ter da se mreža osamosvoji in deluje polno iz svojih lastnih potencialov. Inštitut je strokovni izvajalec, ki v občini mrežo v celoti vpelje in osamosvoji, da deluje v polnosti z vsemi programi.

Projekt osnovnega uvajanja občinske mreže s temi šestimi programi traja dve leti. V tem času potekajo vsi programi, med njimi tudi pripravljane osamosvojitve krajevne mreže. Temu pa je namenjen poseben metodični program, katerega rezultat je samoorganiziranje mreže v krajevno medgeneracijsko društvo za kakovostno starost.

Občinsko društvo za kakovostno starost postane v občini glavni nosilec skrbi za kakovostno starost sedaj in v prihodnje, zlasti na področju medčloveških odnosov. V njem so dejavni občani, ki čutijo skrb za kakovostno starost danes in jutri, od javnih delavcev do preprostih ljudi, seveda pa tudi vsi usposobljeni prostovoljci, ki so glavni občinski potencial znanja in delovanja za kakovostno starost.

Odločilno strokovno gibalno dobrega delovanja samostojne krajevne mreže pa je posebej usposobljen prostovoljec za organizatorja mreže medgeneracijskih programov za kakovostno starost; to je ponavadi šolan strokovnjak s socialnega področja. Organizator krajevne mreže je delno ali polno zaposlen pri občinskem medgeneracijskem društvu za kakovostno starost. Njegova profesionalno delo je organiziranje trajnega delovanja in širjenja vseh programov krajevne medgeneracijske



mreže za kakovostno starost, seveda pa ob tem prostovoljsko vodi medgeneracijsko skupino za kakovostno starost in je prostovoljski osebni družabnik osamljenega starega človeka, tako kakor vsi drugi prostovoljci v mreži.

## 5. Sklep

Mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost je postmoderna socialna mreža na krajevni, pokrajinski in nacionalni ravni, ki s svojim delovanjem odgovarja na naslednje pereče družbene potrebe:

1. zadovoljuje nematerialne socialne potrebe starih ljudi,

2. povezuje vse tri generacije v celoto na nivoju osebne komunikacije,

3. detabuizira starost in s tem odločilno pomaga k demarginalizaciji starih ljudi v družbi,

4. pripravlja srednjo generacijo na lastno starost in

5. pripravlja v družbi in državi socialno mrežo za povečan delež starega prebivalstva, s čimer preprečuje zaostrovanje socialne problematike zaradi tega v prihodnjih letih in stranpoti kulture v hude zablode, kakršna je evtanazija starih ljudi.

“Brez muje se še čevljev ne obuje,” pravi pregovor. Kakovostne starosti ne prinese Miklavž, Božiček ali Dedek Mraz. Človek sam in občina kot osnovna družbena skupnost morata v današnjih razmerah za to nekaj storiti. Nekoč se je človek vsega, kar je potreboval za življenje in poklic, naučil spontano, danes pa se je treba vsega zavestno naučiti, od vožnje z avtomobilom do uporabe novega gospodinjanskega stroja, ki ga nabavimo. Starost je tretjina človeškega življenja – lahko je najbolj klavrna ali pa najbolj bogata. Zavestna osebna in družbena priprava nanjo je edino, kar lahko naredimo, da bo tehnična preživljanja in doživljanja starosti prevladala na dobro stran.

## LITERATURA

Groterath Angelika (1998). *Utrinki ob delu medgeneracijskih skupin za kakovostno starost*. V: *Kakovostna starost, letnik 1, št. 2, str. 4-6*.

Hojnik Zupanc Ida (1999). *Samostojnost starega človeka v družbeno-prostorskem kontekstu*. Ljubljana: Znanstvena knjižnica FDV.

*Kakovostna starost (od 1998 naprej)*. Časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

Moreno L. Jakob in T. Zerka (2000). *Skupine, njihova dinamika in psihodrama*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

*Nacionalni program socialnega varstva do leta 2005 (2000)*. Uradni list Republike Slovenije 31, 7. 4. 2000, str. 3777-3787.

Pollo Mario (1988). *Il gruppo come luogo di comunicazione educativa*. Torino: Elle Di Ci.

Pollo Mario (1999). *Socialna mreža se rodi iz življenjske nuje*. V: *Kakovostna starost, letnik 2, št. 2, str. 2-5*.

Pražnikar Irena, ured. (1998). *Spominčice*. Griže: Center za socialno delo Žalec.

*Program razvoja varstva starejših oseb na področju socialnega varstva v Sloveniji do leta 2005 (1997)*. Ljubljana: Republika Slovenija, Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve.

Ramovš Jože (1991). *Skupine starih za samopomoč*. Raziskovalno uporabni projekt za dvig kvalitete življenja ostarelih. Sklepno poročilo. Ljubljana: Univerzitetni zavod za zdravstveno in socialno varstvo, 19. 12. 1991.

Ramovš Jože (1995). *Slovenska sociala med včeraj in jutri*. Druga predelana in dopolnjena izdaja. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka.

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

Ramovš Jože (2000). *Skupina in skupinsko delo*. Prispevek k antropologizaciji teorije skupine in praksi skupinskega dela. V: Moreno J.L. in Z.T. *Skupine, njihova dinamika in psihodrama*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, str. 339-376.

Ramovš Jože (2000a). *Medgeneracijska povezanost, samopomoč in kakovostna starost*. V: *Socialno delo 39, št. 4-5, str. 315-329*.

Ramovš Jože, Kladnik Tone, Knifšič Branka in sodelavci (1992). *Skupine starih za samopomoč*. Ljubljana: Inštitut za socialno medicino in socialno varstvo.

*Statistični letopis 2000*. Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije.

Vreže Suzana, Čakš Mira, ured. (1999). *Zgodbe iz čebelnjaka*. Šmarje pri Jelšah: Dom upokojencev.