

*Ksenija Ramovš*

---

## **Analiza pogovorov s starimi ljudmi pri usposabljanju za osebno družabništvo**

---

### **POVZETEK**

Avtorica v članku prikaže spoznanja svoje raziskave o osebnem družabništvu z osamljenim starim človekom. Analizirala je 187 pogovorov, ki so jih opravili prostovoljci mlade generacije s starostniki. Glavni spoznanji raziskave sta, da družabniški odnos zadovoljuje potrebe tako starostnikov kakor družabnikov ter da je kakovost družabniškega odnosa odvisna predvsem od socialne propustnosti vedenja starih ljudi v odnosu do drugih ljudi, po kateri jih avtorica prepozna kot vitalne in navidezno vitalne starostnike.

**Ključne besede:** stari ljudje, družabništvo, prostovoljci, osamljenost, vitalni starostniki, navidezno vitalni starostniki

*AVTOR: Ksenija Ramovš je diplomirana socialna delavka in raziskovalka na Inštitutu Antona Trstenjaka. Z akcijskimi projekti je v socialno delo uvedla prijateljske skupine zdravljenih alkoholikov, skupine mladih za zdravo življenje in dobre medčloveške odnose, zdaj pa sodeluje pri uvajanju in razvijanju programov za kakovostno starost.*

### **SUMMARY**

Analysis of the conversations with old people conducted as part of the education for personal companionship

In this article the findings of author's research study on personal companionship with lonely old people are presented. The author analysed 187 conversations conducted by young generation of volunteers working with elderly people. She reached two major conclusions. Firstly, that the companionship satisfies the needs of elderly people as well as the needs of companions. Secondly, that the quality of companionship depends mostly on social permeability of behaviour of old people in relation to other people. By using this factor, the author established the difference between vital and seemingly vital old people.

**Key words:** old people, companionship, volunteers, loneliness, vital old people, seemingly vital old people

*AUTHOR: Ksenija Ramovš is a social worker and a researcher at the Anton Trstenjak Institute. She introduced friendly groups of treated alcoholics, groups of young people for healthy living and good human relationships into social work. Currently she is taking an active part in the introduction of programmes for quality ageing.*

## 1. Uvod

Na Inštitutu Antona Trstenjaka razvijamo zadnja leta program osebnega družabništva z osamljenim starim človekom (Ramovš 2000, str. 14-15). Ljudje iz srednje generacije, pa tudi mladi, se vključujejo v program osebnega družabništva iz treh glavnih razlogov:

1. da s prostovoljsko solidarnostjo zadovoljujejo temeljno nematerialno socialno potrebo starih ljudi po medčloveških odnosih z mlajšima dvema generacijama (Potočnik 2000); s tem preprečujejo njihovo osamljenost, ki je ena najhujših stisk starega človeka (Rassmussen 1998), neredko vodi v depresije in alkoholizem starih ljudi (Razboršek 2001, Forbes 1996);
2. da spoznavajo stare ljudi in se s tem pripravljajo na lastno starost;
3. ker imajo doma ali v sorodstvu starega človeka in so negotovi v svojih odnosih z njim.

Prostovoljci, ki se usposabljaajo za osebne družabnike z osamljenim starim človekom, se med drugim vadijo v navezovanju stika in pogovarjanju s starim človekom. Pri pogovorih s starim človekom morajo biti pozorni na vsebinske dejavnike, od katerih je odvisna kakovost pogovarjanja s starim človekom, in na vrsto okoliščin, ki spremljajo pogovor, na primer vreme, čas in kraj pogovora, lastno počutje in počutje sogovornika, nepredvideni dogodki med pogovorom in podobno. Podatke o poteku, okoliščinah in vsebini pogovora zapisujejo v »dnevnik individualnega družabništva«, ki je učni pripomoček pri njihovem usposabljanju. Ta »dnevnik« ima obliko deloma zaprtega deloma odprtega vprašalnika, ki ga tečajniki skozi dva do tri mesece izpolnjujejo in oddajo kot učno nalogo, obenem pa tudi kot raziskovalno gradivo za izpopolnjevanje koncepta in metodike osebnega družabništva z osamljenim starim človekom. Vsak prostovoljec, ki se usposablja za družabništvo, stopi v stik z več različnimi starostniki, s katerimi se pogovarja po eno uro tedensko. Z nekaterimi imajo tečajniki pogovorni stik samo enkrat, z drugimi večkrat, pra-

viloma enkrat tedensko, da bi se nato povezali v redno tedensko družabništvo z enim, s katerim se obojestransko dobro ujameta.

Jeseni leta 2000 je na Inštitutu potekalo usposabljanje skupine prostovoljcev, študentov Visoke šole za socialno delo. Od decembra 2000 do konca februarja 2001 je 15 študentk in študentov v okviru usposabljanja opravilo 178 pogovorov s starostniki, ki so zapisani na obrazcu »dnevnik individualnega družabništva«. Njihov prvenstveni smoter je bil edukativen prav za prostovoljce pri usposabljanju, v tej raziskavi pa so bili »dnevniki« raziskovalno gradivo. Ko smo »dnevnike« prebrali, smo ugotovili, da so zapisi »gosti« in zelo zanimivi, da njihova raziskovalna analiza lahko prinese nova spoznanja o starostnikih, s katerimi so se prostovoljci pogovarjali, in o usposabljanju za osebno družabništvo z osamljenim starim človekom. Za to raziskavo smo »dnevnike« šifrirali na sledeči način: na prvem mestu je številka družabnika (od 1-15), na drugem mestu je črka, ki označuje vrstni red družabnikovega starostnika (od A najprej, kolikor jih je pač posamezni družabnik imel), na tretjem mestu pa je tekoča številka pogovora družabnika s tem starostnikom.

**Cilj naše raziskave** je priti do spoznanj o starostnikih, s katerimi so se prostovoljci pogovarjali, in ovrednotiti praktični del usposabljanja prostovoljcev za osebne družabnike, do neke mere pa tudi ovrednotiti družabništvo samo, saj so pogovori med družabniki in starostniki temeljno dogajanje v družabniškem odnosu.

**In čemu bodo pridobljena spoznanja služila?** Pridobljena spoznanja bodo koristna za razumevanje procesov navezovanja stikov med družabnikom in starostnikom kakor tudi starostnikov samih, prav tako pa bodo pomagala pri načrtovanju in izvajanju usposabljanja prostovoljcev za individualno družabništvo.

Še nekaj besed o **vsebini raziskave**. Najprej se bomo spraševali o medčloveškem odnosu in o posledicah odnosa v procesu družabništva; postavili bomo vprašanja, na katera bomo posku-

šali v tej raziskavi najti odgovore. Nato bomo navedli in interpretirali kvantitativne statistične izsledke in se ustavili pri nepredvidljivih dogodkih, ki so nastopili med družabniškimi pogovori. Sledita poglavji, ki razgrinjata počutje udeležencev pogovorov in vsebine, o katerih so se pogovarjali. Posebej smo se posvetili vedenju starostnikov med pogovori in vezem, ki so se stkale med njimi in družabniki, pri čemer smo odkrili bistveno razliko med vitalnimi in navidezno vitalnimi starostniki. Na temelju raziskovalnih podatkov smo lahko obe skupini opisali in opredelili. Prav tako nam je gradivo, ki smo ga raziskovali, narekovalo, da smo se posebej ustavili pri osamljenosti starih ljudi. Na koncu tega raziskovalnega poročila pa spregovorimo o spretnih in nespretnih potezah prostovoljcev v odnosu do starostnikov.

Zahvaljujem se skupini študentk in študentov, ki so se kot prostovoljci usposabljali za osebno družabništvo z osamljenim starim človekom in s svojim zavzetim delom in zapisovanjem v »dnevnik družabništva s starim človekom« omogočili spoznanja v tej raziskavi. Enako pa velja zahvala tudi naši pripravnici socialnega dela Katji Tomažič, ki je pridno sodelovala pri vnašanju in agreciranju kvantitativnih podatkov te raziskave.

## 2. Proces zorenja poteka v odnosu

Dvaindvajsetletna prostovoljka je po pogovoru z vitalnim sedemdesetletnim gospodom zapisala v poročilu o individualnem družabništvu: »Tudi starost je lahko lepa, če ohraniš iskro življenja v sebi; ko znaš sprejeti svoje napake kot izziv za lastno rast in svoje uspehe kot potrdilo za dobro opravljeno delo.« (2A1) Spoznanje prostovoljke, da je starost lahko lepa, je že samo po sebi svojevrstno odkritje za vsakega mladega človeka, zlasti pa v današnjem postmodernem času. Zakaj ta študentka tako misli in iz česa to sklepa? Življenjska zgodba sproščenega in umirjenega sogovornika ji je utrnila misel, da v lepo starost vodi sprejemanje sebe

takšnega, kakršen si, s svojimi napakami in uspehi vred – obojega pa se v dolgem življenju nabere veliko. Osebnostna rast, če jo razumemo kot dejaven proces zorenja človeka, ki je vedno bolj zadovoljen in spravljen s seboj in z drugimi, teče vse življenje. Raziskani primeri pri tej analizi nakazujejo in potrjujejo, da proces rasti ali zorenja poteka v odnosu. Odnos z drugim, ki se razvija v pogovoru, poraja nova spoznanja in prinaša osrečujoče občutja obema v odnosu.

Kaj pa če sogovornika odnosa ne vzpostavi, če eden ali drugi celo beži pred njim? Menim, da beg iz odnosa in pred odnosi z drugimi »lepi na čevlje« nemir in da poraja strah pred ljudmi. Posledica takega medčloveškega kontakta je občutek izigranosti in praznine pri enem ali pri drugem ali pri obeh. Vprašanje je, ali so prostovoljci sprejeli v odnos starostnike ali so starostniki sprejeli njih? Kako se je to zgodilo ali zakaj se ni? Kako so družabniki doživljali starostnike in kako mislijo, da so oni doživljali njih? O čem so se pogovarjali in kako so se pogovarjali? Kako so se obnašali med pogovorom?

Na ta vprašanja smo iskali odgovore, ko smo v postopku kvalitativne analize premlevali material; tega se je po treh mesecih nabralo za več kot 400 strani.

## 3. Stosedeminosemdeset pogovorov v treh mesecih

Po opravljenem pogovoru s starim človekom je prostovoljec med usposabljanjem izpolnil obrazec »Dnevnik individualnega družabništva«. V prvi del obrazca je vnesel naslednje podatke: ime in starost osebe, s katero se je pogovarjal, datum, dan in uro pogovora, podatke o prostoru, vremenu ter lastnem in sogovornikovem počutju. V drugem delu formularja je družabnik napisal glavne vsebine pogovora in podroben opis le-teh. Bil je pozoren tudi vedenje in na nepredvidljive dogodke med pogovorom. Zapisal je svoja spoznanja in opisal svoje doživljanje pogovora.

### 3.1. PODATKI O STAROSTNIKIH IN DRUŽABNIKIH, ZAJETIH V RAZISKAVI

Prostovoljci, ki so pisali »dnevnik družabništva«, so bili študentje prvega in drugega letnika Visoke šole za socialno delo, ki so se odločili za usposabljanje in izvajanje prostovoljskega družabništva z osamljenim starim človekom. Bilo jih je 15, prevladovala so dekleta – bilo jih je 13, fanta pa dva. Njihova starost je bila 19 do 21 let.

Prostovoljci so se v času, ki ga zajema raziskava, pogovarjali z 81 starimi ljudmi. Poudariti velja, da so si za druženje poiskali stare ljudi, s katerimi se pred tem niso poznali niti niso bili z njimi v sorodstvu. Med starostniki je bilo 66 žensk in 15 moških; tako pri družabnikih kakor pri starostnikih torej zelo prevladujejo ženske. Vsi prostovoljci-družabniki so v tem času opravili 187 pogovorov, kar pomeni, da se je vsak družabnik pogovarjal s starim človekom v povprečju 12,5-krat oziroma enkrat na teden.

TABELA 1: Starost starostnikov

Starost	št.	%
<95	1	1,2
85 – 94	20	24,7
75 – 84	31	38,3
65 – 74	17	21,0
>65	6	7,4
X	6	7,4
SKUPAJ	81	100

Kot vidimo v Tabeli 1, je največ starostnikov starih med 75 in 84 let.

Med sogovorniki družabnikov je bilo tudi 6 lažje duševno ali težje telesno prizadetih ljudi, ki kronološko še ne sodijo med stare ljudi, vendar je družabništvo z njim enako potrebno in podobnega značaja kakor s starostniki, saj je tako njihov socialni položaj kakor doživljanje lastne nemoči v marsičem podoben izkušnji življenja starostnikov (Ramovš 1999).

### 3.2. DOBRA POLOVICA VSEH OBISKOV JE BILA MED PRAZNIKI IN KONEC TEDNA

#### 3.2.1. Dnevi obiskov

Med tednom, to je od ponedeljka do četrta, se je zgodilo 44% vseh obiskov. Konec tedna, to je v petek, soboto in nedeljo pa 56%. Če h koncem tednov prištejemo še praznike, ki so bili med tednom v raziskovalnem obdobju (božič, novo leto, pust), se je 65% pogovorov s starim človekom odvijalo konec tedna ali med prazniki.

TABELA 2: Dnevi pogovorov

DNEVI OBISKOV	ŠTEVILO
ponedeljek	22
torek	10
sreda	32
četrtek	19
konec tedna	104
SKUPAJ	187

#### 3.2.2. Del dneva, v katerem so tekli pogovori

Najpogosteje so se študentje pogovarjali s starostniki popoldne. Kar 61% obiskov so družabniki opravili med 12.00 in 18.00 uro. Dopoldne je hodilo na družabniške pogovore 32,5%, samo 6,5% pa zvečer.

### 3.3. KRAJ POGOVOROV

TABELA 3: Kraj pogovora

Št.	Kraj	Število pogovorov	%
1	domovi za stare ljudi	116	62
2	starostnikov dom	50	27
3	izven št. 1,2,4	18	10
4	družabnikov dom	3	1
	SKUPAJ	187	100

Čeprav nad 95% starostnikov v Sloveniji preživlja jesen svojega življenja doma, so družabniki pogosteje poiskali starostnike v domovih za stare (glej tabelo 3); predvidevamo, raziskovali tega nismo posebej, da zaradi večje dostopnosti in koncentracije starih ljudi v zavodih. Največ pogovorov je potekalo v sobah oskrbovancev. Družabniki pa so se pogovarjali tudi na domovih starostnikov, praviloma v svoji soseski ali v bližnji okolici svojega bivališča. To razberemo iz opomb, ki so jih napisali, in iz zapisov prvih pogovorov, ko omenjajo, da so imeli neposreden ali posreden stik prek pripovedovanja sorodnikov in znancev že pred prvim (uradnim) pogovorom. »Izven 1,2,4« v tabeli 3 pomeni izven fizične stavbe zavoda, starostnikovega ali družabnikovega doma, to je na avtobusu, na sprehodu ali na cesti; tako se je odvijalo 10% pogovorov, medtem ko se jih je na družabnikovem domu zanemarljivo malo.

### 3.4. VREME

Načelno vemo, še bolj pa verjamemo, da sta vreme in počutje med seboj odvisni kategoriji. Iz naših podatkov te povezanosti ne prepoznamo. To soodvisnost predpostavljamo le v redkih primerih, ko družabnik iz lastnih opažanj sklepa na vremensko pogojene spremembe pri starostniku, kar pa ne zadošča za postavljanje kakršnih koli hipotez. Ena izmed prostovoljk je kot svoje spoznanje zapisala: »Opazila sem, da na sogovornico vpliva tudi vreme; ko je sončno, je vesela kot sonček, ko pa je vetrovno in oblačno, pa je zelo nemirna.« (6D)

Za popestritev povejmo, da je bilo v času pogovorov vreme največkrat (48%) oblačno, suho, včasih mrzlo in vetrovno, a brez padavin, v 38% primerih je bilo vreme lepo, sončno, svetlo ali jasno, le redko (v 14%) pa so bile padavine (dež, sneg, huda megla...). Letnemu času primerno!

## 4. Nepredvidljivi dogodki

To so dogodki, ki so se med obiskom prostovoljca pri starostniku zgodili nepričakovano in so pritegnili pozornost obeh sogovornikov. Večina nepredvidenih dogodkov se je zgodila v domovih za stare.

### Osebe doma je vstopalo med pogovorom v sobo in opravljalo svoje dolžnosti:

- Sobarica je prišla menjat posteljnino.
- Sredi pogovora je vstopil zdravstveni tehnik (dvakrat); med drugim pogovorom je starostnici izmeril krvni pritisk.
- Prihod medicinske sestre v sobo, ne da bi pred tem potrkala.
- Prihod medicinske sestre in negovalke (trikrat).
- Obisk medicinske sestre in civilnega vojaka med pogovorom.
- Negovalka je prinesla čaj.

### Sooskrbovanci doma so prihajali na obisk v sobo:

- Prihod druge stanovalke doma, ki se je za pet minut vključila v pogovor, potem pa je odšla.
- Prihod soseda, v sosednji sobi pa je potekalo friziranje.
- Obisk neke druge gospe (dvakrat); enkrat tudi vključitev v pogovor.
- Prihod več varovancev doma.
- V pogovor se je vključila tudi neka druga gospa, nato je prišel še gospod, ki se je tudi vpletel v pogovor.

### Na obisk so prišli sorodniki:

- Obisk oskrbovankine hčere in nato pogovor med vsemi tremi (dvakrat).
- Prihod vnuka.
- Prihod snahe.

Nepredvidljiva dogodka, ki ju prostovoljski družabniki navajajo, sta še **gostoljubnost starostnikov in nenadna sprememba zdravstvenega stanja starostnika.**

Nepredvidljivi dogodki so vedno posegli v potek pogovora tako, da so ga preusmerili ali za krajši čas prekinili, velikokrat pa so pripomogli k temu, da se je pogovor predčasno zaključil. Nepredvidljivi dogodki sami po sebi nimajo negativnega predznaka: sobarica, ki je potrkala, preden je vstopila v sobo in vljudno vprašala, če lahko menja posteljnino, je delovala popolnoma drugače kot negovalke ali medicinske sestre v drugih primerih, ki so brez trkanja vstopile v sobo, opravile nego, razdelile zdravila in brez besed odšle iz sobe.

Sostanovalci so mnogokrat prišli pogledat, kaj se dogaja pri sosedih in »nehote« zmotili pogovor. Običajno so se po nekaj minutah poslovili in »dovolili« da se pogovor med starostnikom in prostovoljcem nadaljuje. Sorodniki, ki so prišli na obisk med pogovorom, so praviloma vnesli novo dimenzijo v pogovor, in prostovoljci so se v takih primerih velikokrat obzirno dogovorili za naslednje srečanje in nato odšli domov; tako ravnanje je gotovo primerno.

V nekaterih primerih so starostniki prostovoljce prijetno presenetili s svojo gostoljubnostjo: postregli so s piškoti in čajem ter s toplo in prijazno besedo ob tem. Včasih pa so se prostovoljci ob starostnikih znašli tudi v bolj ali manj hudih zadregah: starostnika je med sprehodom nenadoma obšla slabost, gospa je zaprosila prostovoljko, da ji zamenja spodnje perilo. Prostovoljci sicer niso opisali, kako so reševali take situacije, predpostavljamo pa lahko, da uspešno, kajti s istimi starostniki so se srečevali tudi po teh nepredvidljivih dogodkih in jim je bilo lepo.

## 5. Prostovoljci so bili pozorni na lastno počutje in na počutje sogovornika

Spraševanje po počutju je nagovarjanje človeka in vzpostavljanje kontakta. Pomeni, da se zanimamo za človeka, s katerim smo prišli v stik. Če se vprašamo o lastnem počutju, pomeni, da

ozaveščamo svoja občutenja, jih v mislih definiramo in formuliramo. Če jih izrazimo sogovorniku, vgradimo odnosno dimenzijo v kontakt.

In kaj je počutje? Tukaj ga bomo preprosto opredelili kot zaznavanje družabnikovega ali starostnikovega psiho-fizičnega stanja.

V tej raziskavi so družabniki na začetku pogovora starostnika spraševali po počutju ali pa ga ocenili na podlagi verbalne in neverbalne komunikacije. Zabeležili so tako starostnikovo kot lastno počutje, kajti v pogovor sta bila vpletena oba in zato sta za nas oba enako pomembna.

Počutja starostnikov in sogovornikov smo razdelili v dve kategoriji in sicer na pozitivna in na negativna. Če bi namesto »pozitivno« in »negativno« uporabili »dobro in slabo«, bi s tem izgubili odtenke počutij kakor tudi bogastvo besed, s katerimi so družabniki izrazili svoja in sogovornikova občutja.

Med vsemi zapisi pogovorov smo našli 377 pozitivno opredeljenih občutij, kar je 77,1% od vseh izraženih občutij v »dnevnikih«, in 112 negativno opredeljenih občutij, kar je 22,9% od vseh izraženih.

### 5.1. VEČINA SE JIH JE DOBRO POČUTILA

V tabeli 4 so prikazani pojmi, ki izražajo počutje s pozitivnim predznakom starostnikov in družabnikov, število (N) pa označuje frekvenco podrejenih pojmov, ki sodijo v posamezno kategorijo. Med pogovorom sta se tako družabnik kot njegov sogovornik največkrat počutila »dobro« in »vedro«. Pojem »dobro« je tudi sicer najbolj pogost v vsakdanjem življenju za izražanje pozitivnega razpoloženja in je sam po sebi zelo splošen; težko je presoditi, koliko je izraz dejanskega osebnega počutja. Iz tega izraza lahko sklepamo le, da se človek ni počutil slabo. Izraz »veder« pa je zanimiv zato, ker ga v vsakdanjem pogovoru o počutju redko izrazimo; tukaj ima svoj interpretativni značaj za skupino pojmov, kot so umirjeno, sproščeno, prijetno in podobni.

Ksenija Ramovš, Analiza pogovorov s starimi ljudmi pri usposabljanju za osebno družabništvo

TABELA 4: Počutje starostnika in družabnika s pozitivnim predznakom:

šifra	pojmi	N
0	zelo dobro	32
1	dobro	126
2	dobro razpoložen	55
3	radostno	47
4	odprto za pogovor	20
5	vedro	76
6	odprto za srečanje	7
7	brez posebnih pričakovanj	14
0-7	SKUPAJ	377

## 5.2. NEKATERI SO SE POČUTILI SLABŠE

TABELA 5: Počutje starostnika in družabnika z negativnim predznakom:

šifra	pojmi	N
0	zelo slabo	2
1	slabo	15
2	potrto	16
3	slabe volje	2
4	nerazpoložen za pogovor	6
5	odsočno	11
6	utrujeno	21
7	hlepenje po družbi	2
8	zbegano	17
9	togo	20
0-9	SKUPAJ	112

Družabniki in starostniki se pred in med pogovorom niso vedno dobro počutili, kar je prikazano v tabeli 5. Na splošno oznako za slabo počutje, to je »slabo«, naletimo pri 15 pogovorih. Pogostejši so pojmi, ki precizirajo slabo počutje. Največ se jih je počutilo slabo zaradi utrujenosti in togosti. Iz kontekstov, v katerih se ta dva pojma najpogosteje pojavljata, zvedemo, da gre v večini primerov za utrujene družabnike zaradi študijskih obveznosti in utrujene starostnike zaradi starostne izčrpanosti ali bolezní. To-gost je velikokrat pojav pred prvim pogovorom,

ko se družabnik in starostnik še ne poznata, in pri neposrečenem vodenju pogovora. Ob tem se odpirajo vprašanja, ali se je počutje med pogovorom spremenilo in kakšno je bilo po pogovoru. Da bi lahko odgovorili na ta vprašanja in bolj učinkovito spremljali dinamiko odnosov, bi morala biti v obrazcu »Dnevnika individualnega družabništva« za to ustrezna vprašanja.

## 6. Vsebine, o katerih so se pogovarjali družabniki in starostniki

Prostovoljci, ki so se usposabljali za osebno družabništvo, so običajno v zadregi pristopili k starostnikom in so bili veseli, če je starostnik dajal pobude in iztočnice za pogovor. To sklepamo po tem, ker so mnogi napisali, da jim je bilo veliko lažje ali so se kar oddahnili, če so naleteli na sogovornika, ki je bil zgovoren in je on prevzel pobudo za pogovor.

Vsebine pogovorov niso bile vnaprej določene, zato se je vsak pogovor odvijal drugače, pač glede na takratne okoliščine.

TABELA 6: Najpogostejše teme:

Tema	število
zdravje in zdravstvene težave	47
otroci: sinovi, hčere	36
življenje in počutje v domu	28
starši, bratje, sestre	28
prijatelji, sosede, sostanovalci	26
šola, šolanje, izpiti študentov	25
prazniki	23
vnuki	21
o ženi, možu	17
njena/njegova družina	16
otročstvo, igre in vragolije v otroštvu	16
življenje družabnika	15
delo, ki ga je opravljal/a v svojem poklicu	15
pokojna žena, mož	11

Teme pogovorov so se porajale spontano, med pogovorom. V mnogih primerih sta sogovornika zamenjala več popolnoma različnih tem med enim pogovorom. V pogovorih je prevladovala dvo-smerna komunikacija. Stari ljudje so mladim radi pripovedovali svojo življenjsko zgodbo, mladi pa so starim največ govorili o svojem študiju in o vsem, kar je s tem povezano.

Družabniki so pogosto navajali, da so se določene teme ponavljale, še posebno o zdravju in o otrocih, kar ponazarja tudi tabela 6. Starostniki so se v nekaterih primerih radi pogovarjali o smrti; tak pogovor je bil mladim praviloma vedno tuj in nekoliko mučen, zelo zavzeto pa so sodelovali v pogovorih o današnji mladini in o zasvojenosti. Menimo, da komentar tukaj ni potreben.

## 7. Skoraj v vseh primerih so družabniki pristopili k starostnikom

Prostovoljski družabniki so najbolj pogosto izbrali za kraj srečanja s starostniki dom za stare ljudi. Pred prvim pogovorom so običajno malo v zadregi postopali po hodnikih doma ali pa so na priporočilo socialne delavke, medicinske se-

stre ali fizioterapevtke potrkali na vrata določenega oskrbovanca. Mnogi so oboroženi z informacijami sorodnikov ali znancev vzpostavili stik s starim človekom iz okoliša, v katerem živijo. Med družabniki so bili tudi taki, ki so šele med usposabljanjem postali bolj pozorni na stare ljudi, in so »odkrili, da obstajajo«. Postali so radovedni in pogovor je stekel na cesti, na pragu hiše ženice, ko je božala svojo mačko, ali na avtobusu na poti iz Ljubljane v svoj domači kraj. Le v enem primeru se je zgodilo, da je neznan star človek potrkal na vrata prostovoljke.

Iz gradiva ni razvidno, ali je bil prvi obisk napovedan ali ne. Iz vedenja sogovornikov, ki so jih družabniki popisovali v »dnevnik«, ni razvidno, da bi bili starostniki presenečeni, ko so družabniki pristopili k njim. Mlade so praviloma takoj sprejeli in so jih bili veseli. V nekaj primerih pa razberemo razpoloženje, ki ni ravno veselo, ni pa nujno, da je tako zaradi obiska družabnika. V tabeli 7 navajamo najpogostejše in najbolj tipične primere zapisov vedenja in razpoloženja med prvim pogovorom (pojmovni zvezi »propustno vedenje« in »nepropustno vedenje« bomo opredelili pozneje):

TABELA 7: Vedenje starostnikov

<i>propustno vedenje starostnikov</i>	<i>nepropustno vedenje starostnikov</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• sproščen</li> <li>• živahne kretnje rok, spreminjajoča mimika obraza</li> <li>• živahna govorica, tudi z rokami</li> <li>• sproščeni in uglajeni gibi telesa, iskrive oči, nasmehi</li> <li>• počasni gibi, mile in prijazne oči</li> <li>• zažarela ob prihodu družabnice, pozorna na besede in premike sogovornice, težko se premika</li> <li>• sproščena, veselo hodila po sobi, smehljala se je; objemala je obiskovalko</li> <li>• gledala je v oči med pogovorom; bila je vesela</li> <li>• bila je presenečena in zelo vesela</li> <li>• težko pokreten, toda bil je vesel</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• zamišljeno je zrla v tla</li> <li>• roke je imela prekrižane na hrbtu, zibala se je naprej in nazaj, gledala je v daljavo</li> <li>• bila je negibna in otopela</li> <li>• begal je z očmi, kot da se mu mudi, nemiren</li> <li>• bil je napet, kot da se mu mudi, občutek, da beži pred družabnico</li> <li>• neprestano je zamahoval z roko, češ, to ni nič; imel je obtožujoč in srdit pogled</li> </ul>



Mladi so bili zelo pozorni na oči sogovornika: te so zgovorno izražale njegovo občutenje in doživljanje. Mimika obraza in kretnje rok so dopolnjevale tisto, kar so izražale oči. Sproščene in živahne kretnje ter žareče oči starostnice ali starostnika so privabljale in navduševale družabnike in v njih netile radovednost.

Redko, a nič manj zgovorno, je bilo vedenje starih ljudi, ki se niso dobro počutili med prvim pogovorom, lahko bi celo sklepali, da jih med pogovorom »ni bilo zraven«: zrenje v tla, pogledi v daljavo, nemirni ali srditi pogledi kažejo na to, da so sogovorniki verjetno ostali nekje v svojem svetu oziroma daje slutiti, da se sogovorniku umikajo.

Za mnoge stare ljudi pa menimo, da tli v njih iskrica življenja, ki kliče po prebujenju. Slednje ponazarjamo s primerom 2C v naslednjem poglavju, ko se je starostnik »prebudil in vrnil«. Sicer ne vemo, ali se je prebudil in postal socialno propusten samo na nekaj srečanjih z družabnikom ali je »prebujenje« trajalo dalj časa, toda nam zadoščajo take izkušnje prostovoljcev za spoznanje, da družabniški kontakt vzdržuje in prebuja socialno propustnost in starostnike doživljajsko osvežuje.

### 7.1. VEZ MED DRUŽABNIKOM OZIROMA ZUNANJIM SVETOM IN STAROSTNIKOM JE Z VSAKIM NASLEDNJIM SREČANJEM MOČNEJŠA

Mnogi prostovoljci, ki so se usposabljali za družabnike, so se pogovarjali z različnimi starimi ljudmi in si tako pridobili specifične izkušnje za navezovanje stikov s starimi ljudmi. Večina je s tistim starejšim človekom, s katerim se je »ujela«, ohranila stike. Tako so se mnogi tudi šestkrat do osemkrat pogovarjali z istim človekom. V nekaterih takih primerih se zelo lepo vidi vse večje odpiranje starega človeka in večanje medsebojnega zaupanja iz srečanja v srečanje. Poglejmo nekaj primerov.

#### Primer 2C:

1. *srečanje*: Ob prihodu družabnice je bila gospa zamišljena in je gledala v tla.

2. *srečanje*: Med pogovorom se je obraz gospe počasi jasnil. Gugala se je z nogami in mahalila z rokami. Ko se je zamislila, je zastrto gledala predse.

3. *srečanje*: Gospa je bila manj razigrana, manj je gugala z nogami kot na zadnjem srečanju. Bila je utrujena, izčrpana, zasanjana v svoj svet in je odsotno zrla predse.

4. *srečanje*: Družabnici je gospa prihitela naproti, podala ji je roko in jo stisnila k sebi. Napeto je poslušala pripovedovanje družabnice. Med pripovedovanjem se je nasmihala ob utrinjih iz mladosti.

5. *srečanje*: Gospa je bila sproščena in vesela. Gugala je čelo, medtem ko je sledila pogovoru.

6. *srečanje*: Sproščena je bila in vesela.

#### Primer 2E:

1. *srečanje*: Gospa je imela roke prekrizane na hrbtu, zibala se je naprej in nazaj. Obrazna mimika je bila zelo izrazita. Po pogovoru so njene oči izžarevale nežnost, zaupljivost, prijaznost, naklonjenost.

2. *srečanje*: Ob prihodu družabnice so gospe zasijale oči, roke je med pogovorom pogosto prekrizala na hrbtu.

3. *srečanje*: V začetku pogovora je gospa pogosto obračala pogled v steno. Po pogovoru je bil njen pogled zadovoljen in prijazno se je nasmehnila. Njeni gibi so bili sproščeni.

4. *srečanje*: Ko je družabnica vstopila, se je starostnica razveselila. Bila je sproščena. Njeni gibi so bili počasni, a usklajeni.

V primeru 2C opažamo postopno odpiranje in približevanje starega človeka družabniku. Na prvem srečanju je bila starostnica še zelo odsotna, na drugem srečanju pa jo vidimo že precej bolj živahno. Družabnica, ki je pozorno spremljala vedenje starostnice, je opazila, da so na dru-

## Znanstveni in strokovni članki

gem srečanju oči že »nekaj izžarevale« med pogovorom. Na tretjem srečanju je bila starostnica spet odsotna in družabnica je menila, da se je izgubila nekje v svojem svetu; mi pa lahko dodamo, da je kljub izgubljenemu videzu srkala vase bližino in odprtost družabnice, kajti sicer bi težko razumeli veliko spremembo v vedenju, ki se je zgodila po tretjem srečanju. Starostnica je zgovorno pokazala družabnici ne samo, da je vesela, ampak da jo sprejema in da jo želi razumeti, kajti trudila se je razumeti to, kar ji pripoveduje sogovornica; med njima je stekla komunikacija.

Pri drugem primeru pa opazamo pozitivno spremembo v vedenju med vsakim pogovorom posebej. Pri četrtem pogovoru zaslutimo že v začetku toliko medsebojnega zaupanja, da dobro razpoloženje ostane neskaljeno do konca.

Starostnici sta s pomočjo družabnic postali »propustni« za svet, pred katerim sta se po svoje že umikali. Vzpostavljena odnosna dimenzija je naredila starostnici sproščeni in srečni; kljub temu da ne vemo, ali samo za čas srečanja ali tudi za obdobje med srečanja, lahko sklepamo, da družabništvo zadovoljuje temeljno človekovo potrebo po druženju.

## 7.2. TELESNI STIK IN MAJHNE POZORNOSTI POŽIVLJAJO STARE LJUDI

Tabela 8: Telesni stik in spoznanja ob njem

<i>telesni stik med družabnikom in starostnikom</i>	<i>spoznanja družabnikov</i>
<ul style="list-style-type: none"> <li>družabnica jo je pobožala in počutje starostnice se je izboljšalo (2B)</li> <li>starostnica je družabnici podala roko in jo stisnila k sebi (2C, 2E, 2F, 4B)</li> <li>družabnica jo je objela (2G)</li> <li>zaradi šibkosti je bila nesposobna za pogovor; njena roka je močno oklepala družabničino (7A)</li> <li>dolgo je držala družabnico za roko (12A)</li> <li>držala je družabnico za roko in jo božala po ramenu (12A)</li> <li>majhnega darilca je bila gospa zelo vesela (13C)</li> <li>starostnica je naenkrat postala "preveč domača" in ji je z roko »potrkala« na lice – kot to počno tetke svojim nečakom (20A)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>majhne pozornosti veliko prinesejo in bogatijo (2C)</li> <li>starostnici je moja telesna bližina dobro dela, jaz pa sem bila vesela, da jo je tako majhna pozornost, kot je stisk in božanje roke, pomirilo in osrečilo (2E)</li> <li>majhna darilca – majhne pozornosti zelo osrečujejo stare ljudi (12A)</li> <li>star in onemogel človek je zadovoljen z majhnimi pozornostmi (8C)</li> <li>gospa ima rajši majhne pozornosti kot velika darila (13C)</li> <li>gospa je imela očitno potrebo po fizični bližini, ni pa nujno, da bi bilo to vseč tudi družabniku (20A)</li> </ul>

Stisk roke ali kakšen drug dotik je prinesel vidno zadovoljstvo starostniku takrat, ko sta se družabnik in starostnik že nekoliko spoznala, praviloma na drugem, tretjem srečanju. Družabnice so začutile, da ima dotik za starostnike še posebno sporočilno vrednost in da lajša občutek osamljenosti in bolečine ali pa sporoča veselje zaradi

obiska družabnice in vabi na naslednje srečanje. Družabnikom telesna bližina starostnikov ni bila nadležna in niso to doživljali kot vdor v njihov intimni prostor, razen v dveh primerih. Primer, ki je zgoraj naveden (20A), rahlo kaže na medgeneracijski konflikt, ki je normalno prisoten med starši in odraščajočimi otroki; družabnika je očitno

bolj motil način dotika in njegovo sporočilo kot ga je sam interpretiral, kot pa dotik sam.

V drugem primeru gre za družabnika, ki mu je bila telesna bližina s starostniki v mnogih primerih mučna, kar pa je verjetno posledica šibkih odnosnih vezi med starostnikom in družabnikom, saj se z večino starostnikov družabnik ni ujel. Kljub temu da se je trudil, je naredil veliko napak že pri pristopu k starostniku in tudi med pogovorom samim. Nismo pa preverjali, kako redno se je udeleževal usposabljanja, ki je bilo namenjeno tudi metodiki vzpostavljanja stika in pogovora s starim človekom. Vsekakor so njegovi vestni in iskreni opisi zgovorni ne le za našo raziskavo, ampak tudi za učenje pogovarjanja in druženja s starimi ljudmi.

Zanimiva je tudi izkušnja družabnikov, da so starostniki veseli majhnih darilc, kot so sladkarija, cvet, ročno izdelan predmet. Darilo ima v sebi vedno tudi sporočilno vrednost in svoj simbolični pomen. V praksi obdarujemo tiste, do katerih imamo neki odnos; starim ljudem izkazane drobne pozornosti očitno veliko povedo in zato jim tudi veliko pomenijo. Starostniki so bili v mnogih naših primerih tudi sami zelo pozorni do svojih družabnikov in so jim pripravljali majhna darilca, jih posedali za mizo, jih pogostili s čajem in piškoti.

## **8. Vitalnost in navidezna vitalnost starih ljudi; socialna propustnost starih ljudi**

Kaj razumemo pod pojmom **vitalni starostniki**?

Na kratko bi jih lahko opredelili: vitalni starostniki so stari ljudje, ki so psihosocialno in duhovno kleni; so ljudje, ki so se naučili slabe in dobre izkušnje sprejemati in jih reciklirati za osebno rast, za rast, ki se kaže v kvaliteti dajanja in sprejemanja.

To so starostniki, ki so razvili in ohranili socialno propustnost. **Socialna propustnost** nam

tukaj pomeni komunikacijo z mikrookoljem, to je z ljudmi, s katerimi prihaja starostnik v svojem okolju v stik. Vitalni starostniki kljub psihofizični krhkosti izžarevajo duhovno energijo, ki se kaže v dialogu; znajo prisluhniti sogovorniku, opazijo potrebe drugih in ne zanemarjajo svojih, svoje staranje sprejemajo kot neizogiben del življenja, se znajo veseliti vsega, kar jim prinese življenje dobrega njihov sistem zdrave obrambe, ki je pri vsakem človeku specifičen in so ga v življenju odkrili in razvili, jim pomaga, da prebrodijo hujše in lažje stiske in težave ter tako s svojim optimizmom in življenjsko modrostjo bogatijo sebe in druge.

Za potrebe naše raziskave smo določili in razložili pomen besednih zvez: vitalni starostnik in socialna propustnost. Dejstvo pa je, da ne moremo vseh starostnikov uvrstiti v tako definirano kategorijo in bi jih bilo potrebno razvrstiti v več kategorij. Mi smo razvrstili starostnike le v dve kategoriji, to pa zato, da bolj poudarimo dve vrsti primerov, ki sta relativno pogosti v raziskovalnem gradivu ter za nas in naše delo še posebej zanimivi.

To, da sta ti dve kategoriji v gradivu pogosti, ni naključje, saj so prostovoljci stopali v stik s takimi starostniki, od katerih so pričakovali, da bodo lahko z njimi podelili življenjske izkušnje in izvedeli kaj lepega o starosti. Večini so se pričakovanja izpolnila, vendar pa ne vedno. Med družabniki ni bilo nikogar, ki bi imel samo izrazito slabe izkušnje, in nikogar, ki bi imel samo izrazito dobre.

V nekaterih primerih prostovoljci niso bili zadovoljni. Posebej pozorno smo analizirali tiste pogovore družabnikov, ki so se po srečanju s starostniki počutili izrazito neprijetno in celo ogoljufane. Ugotovili smo določena podobna dogajanja in vedenja takih starostnikov in doživljanje družabnikov. Kot smo že zapisali, je vsak družabnik opravil v povprečju več kot deset pogovorov z različnimi sogovorniki, tako je skoraj vsak naletel tudi na negativno izkušnjo,

ko se je srečal s starim človekom, ki ga bomo poimenovali »navidezno vitalni starostnik«.

**Navidezno vitalni starostniki** so stari ljudje, ki so psihosocialno zaprti v svoj sistem in so razvili svojo specifično obrambo, ki je podrejena njihovemu zaprtemu sistemu. To so ljudje, ki svojo osebno energijo porabljaajo za vzdrževanje videza vitalnosti, a se dejansko umikajo iz okolja v svoj »obzidan« svet, v katerem je vse trdno zakoličeno. V njihovem vedenju in komunikaciji se obnašajo tako, kot da imajo vselej prav in da vedno vedo, kaj je za koga dobro in slabo. Strah jih je, da bi izgubili stik s svetom, zato se ga še bolj oklepajo in to tako, da druge črpajo, nič pa ne dajejo ali pa dajejo le toliko, da navežejo drugega nase.

Navidezno vitalni starostniki so **socialno nepropustni**, kar pomeni, da niso sposobni dvosmerne komunikacije. V literaturi naletimo na izraz izoliran starostnik, za katerega je značilno čustveno doživljanje osamljenosti in to, da je ločen, izoliran od socialnega sistema, v katerem živi; takšno subjektivno doživljanje pa starostnika dejansko še bolj zapira pred svetom (Forbes 1996). Pogosti so njihovi monologi, ki popolnoma izključijo sogovornika ali pa si ga podredijo. Ne sprejemajo svojega staranja in starosti, svet pa doživljajo kot krivičen. Stiske in težave še bolj utrjujejo njihovo prepričanje o tem, kako je svet slab. So zagrenjeni, črnogledi, pesimistični, doživljajo hudo osamljenost, radi obrekujejo in se pritožujejo čez druge in tako postajajo vedno večje breme sebi in drugim.

Poudariti pa moramo, da nam tukaj ne gre za oblikovanje novih socialno diagnostičnih pojmov »vitalni starostnik in navidezno »vitalni starostnik«. Navedeni besedni zvezi sta se nam zdeli najprimernejši za poimenovanje dveh kategorij, do katerih smo prišli pri analizi podatkov.

### 8.1. Vitalni starostniki so mojstri življenja

Iz opisov in doživljanja pogovorov prostovoljcev s starostniki smo zbrali pojmovne zve-

ze, ki izražajo kvaliteto odnosa med starostniki in prostovoljci in ki posredno ali neposredno prikazujejo lastnosti vitalnih starostnikov, kot smo jih pravkar definirali. Segregiranih pojmovnih zvez v obliki trditev oziroma kategorij smo oblikovali pet.

#### 8.1.1. Prva kategorija: družabniki pozitivno doživljajo pogovor s starostnikom

Prostovoljcev niso pozitivno presenetili samo zanimivi pogovori s starimi ljudmi, ampak starostniki sami kot občudovanja vredni ljudje. Ta kategorija nam pove, kakšno je bilo razpoloženje prostovoljcev po pogovoru s starostniki. Na vprašanje, zakaj so družabniki lepo doživeli starostnike, najdemo odgovor v treh variablah. Še prej pa v tabeli 9 navajamo dva konkretna primera doživljanja družabnika ob pogovorih s starostnikom.

Variable prve kategorije:

- *pogovor je pozitivno presenetil družabnike*: s svojo zanimivostjo, bogatimi izkušnjami starostnikov, preseženo tragiko;
- *družabniki so občudovali sogovornike*: lastnosti starostnice ali starostnika, staro gospo kot čudovito žensko, bistrost in šaljivost, optimizem, pozitivno naravnost starostnikov, notranjo energijo, znanje, izkušnje;
- *pozitivni občutki družabnic po pogovoru s starostnikom*: optimistična, sproščena, napolnjene baterije, srečna, občutek, da je čas koristno porabljen, razbremenjena, občutila je hvaležnost.

Družabniki so odhajali po pogovoru domov s pozitivnimi občutki o smiselno porabljenem prostem času. Mi pa na podlagi njihovega doživljanja lahko še dodamo, da je druženje med mladimi in starostniki smiselno, ker srečanja dejansko bogatijo prostovoljce; kot bomo videli v nadaljevanju, so mladi prišli do številnih spoznanj v zvezi z lastnim odnosom do starostnikov in starosti. Zagotovo pogovori pozitivno vpli-

Ksenija Ramovš, Analiza pogovorov s starimi ljudmi pri usposabljanju za osebno družabništvo

vajo tudi na starostnike, kar se kaže v vedenju in počutju starih ljudi na srečanjih, o čemer smo že govorili. Nas pa najprej zanima, kaj se je dogajalo, da so družabniki v teh kontaktih z več starostniki doživeli lep in osrečujoč pogovor. Starostniki, ki so jih mladi prostovoljci občudovali in so se ob njih dobro počutili (ne samo na prvem pogovoru z njimi, ampak tudi na naslednjih), so imeli skupne značilnosti ali lastnosti, zaradi katerih smo jih poimenovali vitalni

TABELA 9: Vitalni starostniki

ŠT.	VEDENJE	TEME POGOVOROV	SPOZNANJA DRUŽABNIKA	DOŽIVLJANJE POGOVOROV/ DRUŽABNIKI
1A	1. srečanje: sproščen, povezan pogovor 2. srečanje: se ni veliko premikal, odprt 3. srečanje: obračanje glave proti sogovorniku zaradi slepote 4. srečanje: popravljanje slušnega aparata 5. srečanje: premikal le roke in rame zaradi invalidnosti	nesreča, ko je oslepel, pokojna žena in družina, šolanje, življenje v domu za stare, prazniki, fizioterapija, socialno delo, mladi, izpiti, zdravje, ekologija, valentinovo, astrologija, pust, zasvojenosti, dobre gostilne	izžareva optimizem, presežena invalidnost, razgledan, ima svoje mnenje, spomnil se je prejšnjega pogovora, vesel obiskov in sprehodov, življenjska modrost bogati družabnika, zaupanje, pričakovanje naslednjega srečanja se povečuje	vliva optimizem, pridobljeno zaupanje, navadila sta se drug na drugega, vsako srečanje je enkratno doživetje
9G	1. srečanje: nasmeh, veselje, zadovoljstvo 2. srečanje: žalosten obraz ob pogovoru o težkih preizkušnjah, ponudila je piškote 3. srečanje: pekla je potico, potem sedla za mizo, vesela 4. srečanje: potrtni in razočaran obraz ob spominu na preteklost	tragična smrt moža, volja do življenja, bolezen, pust	Sogovornica je lep primer kljubovanja v težkih preizkušnjah in da sovraštvo ni nikoli rešitev. Starejši ljudje so pogosto žalostni ob praznovanjih, ki jih spominjajo na mlade dni. Kljub skromnim materialnim razmeram so nekateri stari ljudje zadovoljni in srečni.	Sproščen in prijeten pogovor je podaril veliko dragocenih življenjskih izkušenj. Občutek, da je obisk družabnico zelo osrečil.

starostniki. Ena od značilnosti starostnikov, ob katerih so se prostovoljci dobro počutili, je njihova odprtost oziroma propustnost.

### 8.1.2. Druga kategorija: starostniki odprto sprejemajo družabnike v medsebojni odnos

Starostniki so že s svojim vedenjem pokazali, da odprto sprejemajo družabnike v svojo družbo; zgoščeni sorodni pojmi ali variable, razčlenjujejo kategorijo, ki prikazuje, kako starostniki sprejemajo družabnike:

- *z naklonjenostjo*: pozoren pogled, prijazne, zavzete besede;
- *z izrazom oči*: prijazne, tople, iskriive, dobrodušno uprte v sogovornika;
- *z vedrino*: nasmeh, smeh, veselje »od znotraj«;
- *s sproščenostjo*: usklajeni gibi, umirjen in sproščen videz;
- *z izžarevanjem*: življenjske moči, pozitivne energije, kljub žalosti je izžarevala voljo do življenja;
- *z živahnostjo*: kretnje rok, mimika obraza.

Prostovoljci so ob prvem stiku s starimi ljudmi doživeli, da jih ti ne samo sprejemajo, ampak da so jih prav veseli. Starostniki so bili naklonjeni mladim, mlade je pritegnila njihova živahnost, vedrina in izžarevanje življenja. Vendar pa nam način, kako so starostniki sprejemali družabnike v svojo družbo, sam po sebi še ne pove veliko. Tudi starostniki, ki smo jih imenovali navidezno vitalni, so **ob prvem stiku** dajali precej podobno sliko in so bili v glavnem veseli prostovoljcev, kar bomo prikazali pozneje. Prva kategorija sama na sebi nam zato pove zgolj to, kaj je mlade pritegnilo k starim ljudem. Vsebine in oblika srečanj ter razvoj odnosov skozi eno ali več srečanj pa potrjujejo propustnost starostnika ali jo zanikajo. Oblika komunikacije je klasičen pokazatelj kvalitete medsebojnega odnosa in naslednja kategorija je segregat variabel, ki so nujne spremljevalke dobrega, uravnoveženega pogovora.

### 8.1.3. Tretja kategorija: dialog

Pogoj za dobro komunikacijo je medsebojno sprejemanje. Če pogledamo primer 1A, ki je naveden v tabeli 9, bomo v koloni »vedenje« prebrali, da je starostnik obračal glavo k družabniku in si popravljal slušni aparat, kar pomeni, da ga je želel poslušati. Tudi pri mnogih drugih starostnikih najdemo verbalne izraze in neverbalne geste, ki nam posredno govorijo o obliki komunikacije:

- *zavzetost starostnika*: ogret za pogovor, postavljanje vprašanj prostovoljki, pozorno poslušanje;
- *vživljanje starostnice v prostovoljca*: sočustvovala je z družabnico ob izgubi njenega dedka, iz oči ji sije spoštovanje in občudovanje družabnice, ko ji je zaupala svojo zgodbo;
- *pozornost do prostovoljca*: prijazna beseda, prigrizek, se zahvali družabnici za malenkosti, prisrčno se zahvali za družbo, hvaležna je za malenkosti.

Mladi so starostnike doživeli, da so zavzeti za pogovor, da so pozorni in obzirni sogovorniki, ki so mlade upoštevali. Dragoceno se jim je zdelo, da so se znali vanje vživeti in z njimi sočustvovati. Za odnos, ki vključuje opisane oblike komunikacije, lahko predpostavljamo, da se je odvijal horizontalno, torej v dialogu.

### 8.1.4. Četrta kategorija: skupne pogovorne teme starostnikov in družabnikov

Prostovoljec in starostnik sta soudeležena v pogovoru takrat, ko sta bila oba aktivna pri istem predmetu pogovora, bodisi kot aktivna poslušalca ali kot govornika. Četrta kategorija so skupne pogovorne teme starostnikov in družabnikov:

- *aktualne teme družabnikov*: šolanje, študij, mladi, socialno delo, izpiti, zasvojenosti, družina;
- *aktualne teme starostnikov*: peka, urejanje grobov, darila sorodnikom, hišni ljubljenci, zdravje;
- *življenjske teme starostnikov*: stari običaji ob

praznovanju, življenjska zgodba, poklic, delo, prosti čas.

Tako družabnik kot starostnik sta na prvih pogovorih intenzivno spoznavala drug drugega in zato na vsakem srečanju izmenjala več zelo raznolikih tem iz sveta družabnika in starostnika, ki so bile zanimive za oba. Pestrost tem na prvem pogovoru je lepo vidna v primeru 1A, v tabeli 9, v koloni »teme pogovorov«. Ena od pomembnih značilnosti vitalnih starostnikov je, da se zanimajo za »svet«: radi so poslušali družabnike, ki so pripovedovali o svojem življenju, zanimal jih je njihov stil življenja, hkrati pa so vpletli v pogovor teme, ki so bile mladim privlačne, ali pa teme, pri katerih so mladi v pogovoru lahko sodelovali s svojimi izkušnjami. V pogovorih z vitalnimi družabniki so vsaj na prvih srečanjih prevladovala aktualne teme, ko pa je postal odnos med prostovoljcem in starostnikom zaupljivejši, so pripovedovali več iz lastnega življenja, vendar na način, ki je mlade spodbujal k aktivnemu razmišljanju o vsebini, o starostniku ali o sebi. Mladi so od takih pogovorov odhajali domov običajno bogatejši za lepa spoznanja. Vrsta in vsebina spoznanj, do katerih so prihajali družabniki v pogovoru s starostniki, je prikazana v tabeli 10. Predpostavljamo, da nabiranje pozitivnih spoznanj o starostniku in staranju pozitivno vpliva na odnos do starih ljudi in do staranja kot neizbežne faze življenja slehernika. Družabništvo s starostnikom dejansko dosega enega od njegovih glavnih smotrov, ki je detabuizacija starosti in (pri mladih je to daljna) priprava na lastno kakovostno starost. Do kakšnih spoznanj so se dokopali prostovoljci v pogovoru z vitalnimi starostniki, pa bomo razčlenili v naslednji kategoriji.

#### **8.1.5. Peta kategorija: pozitivna spoznanja družabnikov ob pogovoru s starostniki**

Spoznanja in nove pozitivne izkušnje so pričakovani rezultati pogovorov med vitalnimi sta-

rostniki in družabniki ter doživljanja družabnikov pri tem. **Družabniki so prišli do pozitivnih spoznanj po pogovoru s starostniki.** Skozi vsa spoznanja družabnikov se nanašajo na lasten odnos do življenja in na spoznanja o starih ljudeh in starosti, na potrebe starih ljudi, na odnose med starostniki ter na odnose med otroci in starostniki.

Iz tabele 10 lahko najprej sklepamo, da so pogovori s starostniki dali mladim misliti. Prihajali so do spoznanj. Njihova spoznanja smo strnili v tri podkategorije. Mlade so pogovori obogatili za življenjska spoznanja. Zdravje in mladost sta samoumevni dobrini mladih, pogovor s starostniki pa jih je napeljal k razmišljanju o dragocenosti teh dobrin. Mladim so starostniki podajali svoje izkušnje o kljubovanju v težkih trenutkih; pa ne samo to, za mlade so bili starostniki živ dokaz za življenjsko pokončnost in uspešno kljubovanje težavam. Od starostnikov so se mladi nalezli življenjskega optimizma in so začeli razmišljati o starosti. Spoznali so, da je tudi starost lahko lepa, da so starostniki ljudje z bogatimi življenjskimi izkušnjami in da imajo veliko znanja. Spoznali so, da premorejo starostniki načine, s katerimi se branijo pred osamljenostjo in malodušjem ter da imajo poleg običajnih potreb, ki so lastne vsem generacijam, tudi svoje posebne potrebe. Na tem mestu velja pohvaliti prostovoljce za njihovo socialno občutljivost, ki se je najlepše kazala ravno v prepoznavanju teh posebnih potreb. Tudi naša raziskava potrjuje, da je smiselna dejavnost v starosti enako pomembna kot v mladosti in srednjih letih, kajti smiselna dejavnost človeka osrečuje, dviga in brani pred dolgočasjem, osamljenostjo in malodušjem, kot ugotavljajo prostovoljci. Smiselne dejavnosti so vitalna potreba, ki jo vitalni starostniki zadovoljujejo na zelo pestre načine (glej tabelo 10, kolona: spoznanja o potrebah starih ljudi). In kakšne so te dejavnosti? Skrb za nekaj ali za nekoga, ki so mu potrebni, predajanje svojih življenjskih

## Znanstveni in strokovni članki

TABELA 10: Spoznanja družabnikov ob pogovoru s starostniki

spoznanja, ki bogatijo družabnika in povečujejo njegova življenjska spoznanja	spoznanja o starih ljudeh, o njihovih medsebojnih odnosih in o starosti	spoznanja o potrebah starih ljudi
<ul style="list-style-type: none"> <li>- življenjske modrosti starostnika bogatijo družabnika</li> <li>- z voljo je možno doseči stvari, ki se zdijo nemogoče</li> <li>- življenje je treba sprejemati, ne pa se predajati malodušju</li> <li>- tudi starost je lahko lepa, če človek ohrani iskro življenja v sebi; ko znaš sprejeti svoje napake kot izziv za lastno rast in svoje uspehe, kot potrdilo za dobro opravljeno delo</li> <li>- stiske je potrebno podeliti, da se njihova teža razporedi</li> <li>- zdravje je dragocena dobrina</li> <li>- gospa govori s spoštovanjem o mladosti in daje vedeti, da jo je treba izkoristiti na pameten način</li> <li>- življenje je dragoceno in ga je treba pametno izkoristiti</li> <li>- družabnica je razmišljala o sebi, ko bo stara</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- starostnik je izžareval optimizem kljub invalidnosti ali težki preteklosti</li> <li>- vitalni stari ljudje so aktivni tudi v pozni starosti</li> <li>- gospa se izogiba rutini in monotonosti</li> <li>- starostniki so zelo ranljivi</li> <li>- stari ljudje razmišljajo o smrti in jih smrti ni strah</li> <li>- starost je lahko lepa, če jo znaš sprejemati</li> <li>- s spoznavanjem starostnikov se podirajo predsodki o njih</li> <li>- starostnik je še vedno željan informacij, novega znanja in branja</li> <li>- starostnica se kljub letom ni zapustila in je mladostna</li> <li>- ostarelim staršem veliko pomeni uspešnost njihovih otrok</li> <li>- kljub skromnim materialnim razmeram so nekateri stari ljudje zadovoljni in srečni</li> <li>- starejši imajo veliko praktičnih znanj</li> <li>- sestanovalki imata veliko skupnega in sta se ujeli</li> <li>- prijazno nagovarjanje sestanovalecev ji lajša osamljenost</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- starim v domu pomenijo obiski od zunaj stik s svetom</li> <li>- majhna darilca naredijo veliko veselje</li> <li>- gospa se pogovarja z rožami in to jo osrečuje</li> <li>- starostniki pogrešajo v domu za stare zasebnost, ko bi bil star človek lahko sam</li> <li>- gospa skrbi za mačko, kot da bi bila njen otrok</li> <li>- pogovor in skupne teme gradijo vez med generacijami</li> <li>- tudi v starosti mora človek iskati smisel, nekaj, kar ga dviga in brani pred dolgočasjem</li> <li>- gospa je bila vesela, ker je lahko družabnico učila tisto, kar zna</li> <li>- starostnik je navezan na sorodnike; najbolj je vesel obiskov svojih najbližjih</li> <li>- stari ljudje radi preživijo praznike s svojimi najbližjimi</li> <li>- pomoč sovarovancem starostnico notranje izpolnjuje</li> <li>- potreba po telesni bližini</li> </ul>

izkušenj in znanja, sprejemanje informacij in pozornosti predvsem svojih najbližjih itd.

Vitalne starostnike smo v tej raziskavi definirali in prepoznavali na podlagi petih segregatov, dobljenih iz gradiva. Izluščili smo relevantne kode in primere, ki podpirajo teze oziroma kategorije o vitalnih starostnikih. Te teze so: družabniki so pozitivno doživljali pogovor s starostnikom, starostniki odprto sprejemajo družabnike v medsebojni odnos – dialog, skupne teme pogovorov starostnikov in družabnikov,

družabniki so prišli do pozitivnih spoznanj po pogovoru s starostniki.

## 8.2. NAVIDEZNO VITALNI STAROSTNIKI SO MOJSTRI V OHRANJANJU SVOJEGA ZAPRTEGA SISTEMA

Pri natančnejšem pregledu pogovorov, ki so jih prostovoljci opravili, smo ugotovili, da v nekaterih primerih prostovoljci niso bili zadovoljni. Posebej pozorno smo analizirali tiste pogo-



Ksenija Ramovš, Analiza pogovorov s starimi ljudmi pri usposabljanju za osebno družabništvo

vore družabnikov, ki so se po srečanju s starostniki počutili izrazito neprijetno in celo ogoljufane. Ugotovili smo določena podobna dogajanja in vedenja takih starostnikov in temu odgovarjajoče doživljanje družabnikov. Kot smo že zapisali, je vsak družabnik opravil v povprečju več kot deset pogovorov z različnimi sogovorniki, tako je skoraj vsak naletel tudi na negativ-

no izkušnjo, ko se je srečal s starim človekom, ki ga bomo v naši raziskavi imenovali »navidezno vitalni starostnik«.

### 8.2.1. Družabniki so z mešanimi občutki ali pa slabo doživeli pogovor s starostnikom

Mladi družabniki so med vrsto uspešnih pogovorov s starostniki, ki so se kazali v pozitivnem

TABELA 11: Navidezno vitalni starostniki

ŠT.	VEDENJE	TEME POGOVOROV	SPOZNANJA DRUŽABNIKA	DOŽIVLJANJE POGOVOROV/ DRUŽABNIKI
2G	1. srečanje: negovana gospa G, polna življenja 2. srečanje: izgubljenost, osamljenost, žalost, zbežnost, tih glas, kot bi jo v grlu nekaj bolelo, težko hodi, izgublja spomin, zavedanje o sebi in okolici, pozabila na prvo srečanje, družabnica jo objame 3. srečanje: prijazna, očesni stik, monolog	življenjska zgodba gospe G	velika potreba gospe G po pripovedovanju ostaja v domu za stare kljub številnim sestanovalcem nezadovoljena	oklepanje gospe G je pripeljalo do mešanih občutkov, družabnica se je počutila zelo izčrpano in slabo
10F	1. srečanje: ni veliko kretenj, sedi, se smehlja 2. srečanje: mil, rahlo otožen obraz ob spominu na potovanja, jezna na nečake, ker jo obiščejo samo, ko jo potrebujejo; sogovornica je veliko govorila, ni upoštevala njenih pripomb, ni ji pustila do besede	poklic učiteljice, organizacija dneva, hobiji, življenje v bloku, nečaki	zelo kritična je bila do sprememb; starejši ko so ljudje, manj so tolerantni in težje se prilagajajo na spremembe	ob daljših obdobjih tišine se je počutila neprijetno; neprijetni občutki, občutek prevaranosti

doživljanju in v bogastvu spoznanj, s katerimi so prostovoljci odhajali domov, včasih doživeli tudi kak pogovor, ki jim je pustil za sabo grenak priokus. Tudi v tem primeru nas je zanimal vzrok.

Najprej smo vzeli pod drobnogled prostovoljce. So se ti slabo počutili morda že pred začetkom pogovora in je pogovor ne glede na vrsto in kondicijo sogovornika stopnjeval njihovo slabo razpoloženje, s tem pa tudi vplival na doživljanje starostnikov? Možno, toda prostovoljci, ki so zapisali, da so prihajali k starostnikom utrujeni, slabe volje, so po stiku z vitalnimi starostniki odhajali domov v večini primerov z »napolnjenimi baterijami« ali z zavestjo, da so smiselno porabili čas, le manjši del se jih je počutil enako, nihče pa slabše. Zato smo v primerih, kjer je družabnik doživel pogovor negativno, šli iskat vzrok k starostnikom. Res smo razliko našli pri starostnikih in te starostnike poimenovali »navidezno vitalni starostniki«. Kako so prostovoljci doživljali pogovore s temi starostniki?

V tabeli 11 smo prikazali dva primera. Družabnica je v pogovoru z gospo 2G začutila, da se je je ta oklenila, kar je pripeljalo do mešanih občutkov. Po pogovorih se je prostovoljka počutila zelo izčrpano. Tudi v primeru 10F je imela družabnica neprijetne občutke po pogovoru, počutila se je ogoljufano.

Doživljanje družabnikov po pogovorih bi lahko strnili v naslednje pojme: zmedeno, napeto, izčrpano, občutki prevaranosti, nervozno, neprijetno in dolgočasno.

Skoraj redno so prostovoljci poleg lastnega doživljanja po pogovoru s starim človekom navajali tudi razloge za tako doživljanje, še posebej dosledno v primerih, ko doživljanje ni bilo pozitivno.

In kakšne vzroke navajajo prostovoljci za negativno doživljanje?

### 8.2.2. Starostniki niso sprejeli mladih družabnikov v medsebojni odnos

Vzroke za negativno doživljanje lahko zgoštimo v stavku oziroma v kategoriji: starostniki

niso sprejeli mladih družabnikov v medsebojni odnos. Mladi so starostnike odklanjali z verbalno in neverbalno komunikacijo že med prvim pogovorom, običajno pa na drugem, tretjem ali celo četrtem srečanju; zakaj so prostovoljci sorazmerno redko doživeli oziroma prepoznali odklonitev že ob prvem stiku, smo opisali v točki 8.1.2.

Če pogledamo v tabelo 11, sta obe prostovoljki navedli monolog sogovornikov kot ključno oviro v medsebojnem odnosu. Ena od njiju je zapisala: »Sogovornica je veliko govorila, ni upoštevala mojih pripomb, ni mi pustila do besede.« Skratka, kot najpogostejši razlog za negativno doživljanje prostovoljcev najdemo ignoriranje in neupoštevanje ali omalovaževanje mnenj in izkušenj prostovoljcev ter protežiranje lastnih potreb. Na prostovoljce je zelo močee delovalo tudi obrekovanje sostanovalcev in bližnjih sorodnikov. Najpogostejše neverbalne geste pa so bile: zamahovanje z roko (*»To ni nič!«*) in gledanje prek človeka ali v prazno.

### 8.2.3. Monologi

Zaklepanje človeka pred drugimi ljudmi, s katerimi bi bil lahko v interakciji, vodi v izolacijo (Mullins in Elston 1996). Navidezno vitalni starostniki so izolirani, ne vidijo potreb drugih ljudi in so, predpostavljamo, zelo vpeti v svoje lastne potrebe, zato niso sposobni dialogov, ampak imajo monologe. Nekateri starostniki imajo zelo močne predstave o svetu, se pravi svoj prav. Eden izmed prostovoljcev starostniku je povedal, da študira socialno delo. Starostnik se je razjezil nanj, češ da je tak študij izguba časa in da socialni delavci naredijo več škode kot koristi. Ko mu je poskušal študent povedati, zakaj študira in kaj mu je pri tem poklicu všeč, ga je starostnik gladko zavrnil, da njegovih neumnosti pač ne bo poslušal in začel pripovedovati o sebi.

Nimajo pa svojih predstav samo starostniki, ampak tudi družabniki, in če so zelo močne in drugačne kot pri sogovorniku, nujno nastopi

konflikt. Zasluge za konflikt imata običajno obe strani. Do konfliktnih situacij v naših primerih skoraj ni prihajalo; tam, kjer ni stekel dialog, so se družabniki praviloma umaknili in prekinili z družabništvom, kajti osnovni namen druženja med prostovoljci in starostniki je spoznavanje starih ljudi, sebe v odnosu s starimi in usposabljanje za družabništvo, ne pa vzpostavljanje trajnejših družabništev.

#### 8.2.4. Starostnik in družabnik sta zelo redko imela skupne teme pogovorov

Običajno se je pogovor odvijal tako, da je starostnik govorili na določeni temi, tu in tam kaj vprašal prostovoljca in ne glede na odgovor nadaljeval s svojo temo. Starostniki v svojih pripovedih pogosto izražajo razočaranje nad svojimi bližnjimi in svetom in so črnogledi ter malodušni. Nekateri starostniki radi pripovedujejo svojo življenjsko zgodbo, drugi pa so nezaupljivi in govorijo zelo na splošno ter neosebno. Starostnike pogosto najdemo zamrežene v določeno pesimistično temo, ki jo nenehno ponavljajo. Primeri takšnih tem so:

- sorodniki X so starostnico izigrali pri dediščini,
- gospa Y je pred 20 leti naredila starostnici krivico,
- današnji svet je obsojen na propad.

Zdi se, da starostniki s ponavljanjem nekaterih vsebin utrjujejo svoj zaprti sistem. Mladi so v pogovoru s starimi ljudmi to večkrat začutili ali opazili, nekateri so se spraševali, kako pomagati, da bi se starostnik znebil zagrenjenosti in črnogledosti ali da bi vsaj videl svojo težavo še s kakšne druge perspektive, če se že ne more odlepiti od nje. Na srečo se prostovoljci niso posluževali kakšnih psihoterapevtskih prijemov, saj za to niti niso bili usposobljeni niti ni psihoterapija namen družabništva. Iz gradiva je razvidno, da so prostovoljci poskušali v takih primerih preusmeriti pogovor, običajno neuspešno, ali povedati kakšne spodbudne besede.

Po takem pogovoru je ostal nelagoden občutek, kljub temu pa so družabniki znali izluščiti iz pogovora dragocena spoznanja o starostnikih in starosti.

#### 8.2.5. Spoznanja družabnikov, da je starost trpko obdobje človekovega življenja

Kakšna so torej najbolj tipična spoznanja družabnikov po pogovoru z navidezno vitalnimi starostniki? Navajamo nekatere:

- pogleda na težave pri gospe D ni možno spreminjati, lahko pa ji družabnik prinese malo dobre volje;
- izoliran človek si želi družbe, hkrati pa se je boji, čeprav tega ne kaže;
- slabo mnenje o socialnem delu pri starostniku daje misliti, da socialno delo ni samo dobro in razvidno, ampak tudi težko;
- človek je na stara leta nemočen kljub titulam, ki si jih je pridobil v mlajših letih;
- četudi si v mladosti znan in bogat, si na stara leta siromak;
- starejši ko so ljudje, manj so tolerantni in težje se prilagajajo spremembam.

Zaključimo lahko, da so prostovoljci spoznali v pogovoru z zagrenjenimi in ranjenimi starostniki, ki jih tukaj imenujemo navidezno vitalni starostniki, da sta staranje in starost lahko tudi zelo boleče in trpko obdobje v človekovem življenju. Tudi to je realnost starosti in morda ni narobe, da prostovoljci med usposabljanjem prihajajo v stik tudi s starostniki, s katerimi se ne želijo identificirati; morda pa so ravno takšni starostniki zanje spodbuda, da se bodo nekoč bolj zavzeto pripravili na lastno starost.

## 9. Osamljenost

Kaže, da so stari ljudje še posebej osamljeni ob koncu tedna in med prazniki. Prostovoljci so obiskovali starostnike v času, ko se vrstijo za mnoge najlepši prazniki v letu: božič, novo leto in pust.

Iz naših zapisov je indirektno vidna relacija med vrsto dneva in občutkom osamljenosti; kljub temu da so se stari ljudje praviloma razveselili družabnika, je sedem družabnikov opazilo osamljenost starostnika v tem času. Za ilustracijo navajamo zapis družabnika: *»Gospa so se orosile oči, ko sva spregovorili o praznikih; zazrla se je v prazno, bilo je očitno preveč boleče, kajti tudi letos bo za božič sama.«* Druga družabnica pa je zapisala: *»Gospa ne mara bučnih praznovanj v domu, kajti spominjajo jo na lepa praznovanja z njenimi najbližjimi v mladosti; raje ostane sama s svojimi spomini. Ob praznikih je zelo žalostna.«*

Osamljenost in žalost – stanje in čustvo, ki se prepletata in povzročata bolečino in malodušnost. Prostovoljci so se živeli v starostnike in v osamljenost starih ljudi, kar jih je obremenilo; napisali so, da jim je osamljenost starih ljudi, s katerimi so prišli v stik, vzela kar nekaj veselja do praznovanj.

### 9.1. OSAMLJENOST V DOMOVIH ZA STARE LJUDI

Eden izmed paradoksov naše civilizacije je, da smo v urbanih, gosto naseljenih prostorih lahko celo bolj osamljeni kot kjerkoli drugje; v domovih za stare ljudi se to kaže še prav posebno. To potrjujejo tudi številne raziskave (Forbes 1996). Prostovoljka je svoje dojemanje tega problema izrazila takole: *»Velika potreba po pripovedovanju ostaja v domu za stare nezadovoljena kljub številnim sestanovalcem.«* Druga pa je zapisala: *»Kljub številnim dejavnostim v domu za stare se gospa počuti osamljeno.«*

### 9.2. OSAMLJENOST POD DOMAČO STREHO

Osamljeni pa niso samo stari ljudje v domovih za stare, ampak tudi starostniki pod domačo streho. Doma biva 95% vsega starega prebivalstva, ni pa znano, kakšen je med njimi delež osamljenega starega prebivalstva. Sklepamo lah-

ko, da obstaja, in predvidevamo, da je velik, kajti tradicionalna trigeneracijska družina razpada, novi vzorci sožitja in komunikacije pa se še nastajajo (Ramovš 1995).

Družabniki so osamljenost svojih sogovornikov opazili in zapisali:

- gospa je osamljena, čeprav živi s sorodniki v isti hiši;
- kljub veliki družini je gospa osamljena, ker jo redko obiskujejo;
- gospa je osamljena, kljub temu da živi pri sinovi družini.

Družabniki ugotavljajo, da so starostniki, kljub temu da imajo sorodnike, celo bližnje sorodnike v neposredni bližini, osamljeni. Stari ljudje, ki jih obiskujejo otroci, niso manj osamljeni od tistih, ki jih otroci ne obiskujejo, ugotavljata Mullins in Smith (1996). V tej raziskavi se ne sprašujemo o vzrokih osamljenosti, ampak nam zadostuje spoznanje, da osamljenost starostnikov obstaja tudi pod domačo streho, zato je medgeneracijsko družabništvo enako dobrodošlo za stare ljudi v domovih in za stare ljudi v domačem okolju.

### 9.3. LAJŠANJE OSAMLJENOSTI

Pogovor z družabnikom se kaže kot zelo dobro zdravilo proti osamljenosti. To izpričujejo izluščena spoznanja družabnikov. Eno od tipičnih spoznanj se glasi: *»Ko me je gospa bolje spoznala, se je razživila in manj razmišljala o svoji osamljenosti.«*

Kaj še so spoznali družabniki, da lajša osamljenost starih ljudi? Skrb za cvetje, živali in urejanje bivalnih prostorov. Nagovarjanje sooskrbovancev in osebja v domu. Tistim, ki so manj komunikativni, menijo družabniki, lajša osamljenost stisk roke in nasmeh popolnoma tuje osebe. Nenazadnje lajšajo osamljenost tudi slike sorodnikov na steni.

## 10. Spretne in nespretne poteze prostovoljcev v odnosu do starostnikov

Večina prostovoljcev si je med usposabljanjem nabirala prve izkušnje z načrtnimi pogovori z bolj ali manj izbranimi starostniki, ki niso bili njihovi sorodniki in jih prej sploh niso poznali ali pa so jih poznali slabo. Zato so zadrega, negotovost in togost prostovoljcev razumljivi spremljevalci njihovih prvih stikov s starostniki. Ta stanja pa so s številom srečanj med družabnikom in starostnikom kopnela, kakor smo že ugotavljali v tej naši raziskavi. Pregovor pravi, da kdor dela, greši, in študentje so med pogovori s starostniki naredili tudi nekaj napak. Tukaj navajamo najpogostejše in najbolj očitne, ki so bistveno vplivale na potek in kvaliteto pogovora med družabnikom in starostnikom.

**Dva družabnika in en starostnik.** Prostovoljki sta družno in dalj časa obiskovali oskrbovanko doma za stare. Med pogovori s starostnico sta prostovoljki ugotovili, da imata zelo različne poglede na številna vprašanja. Med njima se je vnel boj za premoč (Glasser 1998) in tekmovali sta za naklonjenost starostnice. Ena izmed njiju je zapisala: »Kolegica mi je postala prav zoprna, ko je vneto pripovedovala gospe o svojih pogledih, za katere sem vedela, da ima gospa čisto drugačne od njenih. Najini pogledi z gospo so se ujemali in vzljubila sem jo. Želela sem si, da bi bila sama z njo, brez kolegice, brez motenj.« Pogovor v troje se torej ni obnesel, onemogočil je dialog in celo izgubil svoj osnovni namen. Družabnici sta postali zelo občutljivi na svoj medsebojni odnos, gospa pa je pristala na stranskem tiru v vlogi neprostovoljne razsodnice.

Prostovoljec je v domu za stare med pogovorom s starostnikom **sedel za službeno mizo socialnega delavca**. Ko se je usedel na službeni stol, je formaliziral svojo vlogo in pogovor. Po zapisu sodeč je vedenje starostnika postalo bolj

podobno zasliševanju na policijski postaji kot pa prijetnemu pogovoru.

**Vrtanje v starostnikove boleče rane in neposredno komentiranje izrečenega.** Starostniki so zaradi svoje nemoči zelo občutljivi in ranljivi. Marsikateri starostnik hitro zaupa ljudem, s katerimi pride v stik, in jim odpre tudi kako svojo zelo bolečo rano. V taki situaciji mora družabnik starostnika z naklonjenostjo poslušati in mu nuditi človeški suport, nikakor pa ni primerno, da z vprašanji vrta v boleče točke starostnika, da komentira ali »znanstveno« analizira, kar je starostnik povedal. Vse to namreč starostnika še dodatno obremenjuje.

Za večino pogovorov, ki so jih prostovoljci opravili s starostniki, pa lahko dokaj zanesljivo predvidevamo, da so bili kvalitetno izvedeni. Študentje so bili do starostnikov razumevajoči in obzirni, znali so se živeti vanje. Zelo pozorno so poslušali starostnike in jih opazovali, ob pogovorih in po njih so razmišljali ter prišli do mnogih pomembnih spoznanj in čudovitih doživetij. Ob vitalnih starostnikih so kljub njihovemu neprivlačnemu telesnemu videzu prepoznali nevidno lepoto starosti v njihovi toplini, modrosti in pozornosti. Ob tem so si »polnili baterije in nabirali energijo za lažje premaganje svojih vsakdanjih težav«.

V »dnevnik osebnega družabništva« so skrbno zapisovali potek pogovora in dogajanje ob njem. S tem so sami napredovali v metodiki navezovanja stikov in pogovorov s starimi ljudmi, obenem pa omogočili, da smo prišli do nekaterih novih spoznanj, ki so pomembna za razvijanje osebnega družabništva z osamljenim starim človekom.

### LITERATURA

Forbes Anne (1996). *Loneliness*. V: *British Medical Journal*, Vol. 313, št. 7053, str. 352.

Glasser William (1998). *Teorija izbire*. Radovljica: TOP, Regionalni izobraževalni center.

Mullins C. Lary, Smith Roxenne (1996). *An examination of the effects of self-rated and objective*

## Znanstveni in strokovni članki

- indicators of health condition and economic condition on the Loneliness of older persons. V: *Journal of Applied Gerontology*, Vol. 15, št. 1. str. 23-38.
- Mullins C. Lary, Elston Claudia Hall (1996). *Social Determinants of Loneliness among older Americans*. V: *Genetic, Social and General Psychology Monographs*, Vol. 122, št. 4, str. 455-474.
- Potočnik Irena (2000). *Zadovoljevanje nematerialnih potreb starostnikov v skupinah za kakovostno starost*. V: *Kakovostna starost. Časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, letnik 3, št.1-4, str. 19-30.
- Ramovš Jože (1995). *Današnja kriza vzorcev vedenja za medgeneracijsko prenašanje vrednot v družini*. V: *Družina. Zbornik predavanj na osrednjih strokovnih prireditvah v Sloveniji v letu družine*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, str. 263-288.
- Ramovš Jože (1999). *Priprava na kakovostno starost in preseganje invalidnostne tragike*. V: *Uršič Cveto, Zupan Anton in Krofljč Marjan (ured.). Invalidi in staranje. Zbornik predavanj (posvet 3. december 1999)*. Ljubljana: Inštitut Republike Slovenije za rehabilitacijo, str. 49-61.
- Ramovš Jože (2000). *Krajevna mreža medgeneracijskih programov za kakovostno starost*. V: *Kakovostna starost. Časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, letnik 3, št.1-4, str. 2-18.
- Rasmussen R. Paul (1998). *Psychological Challenges of Older Adulthood*. V: *Redburn E. David in McNamara P. Robert. Social Gerontology*. Westport, Connecticut – London: Auburn House, str. 17-27.
- Razboršek Vinko (2000). *Depresije*. V: *Kakovostna starost. Časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, letnik 3, št.1-4, str. 50-53.
- Razboršek Vinko (2000). *Alkohol in starejši ljudje*. V: *Kakovostna starost. Časopis za socialno gerontologijo in gerontagogiko*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, letnik 3, št.1-4, str.54-58.