

- Hojnik-Zupanc I., Ličer N., Hlebec V. (1996). *Razvoj centra za pomoč na domu kot temelj za oblikovanje mreže informacijsko-koordinacijskih telekomunikacijskih centrov v Sloveniji. Zaključno poročilo. Ljubljana: FDV, Center za prostorsko sociologijo – IDV; 120 str.*
- Hospic (2003). *Poročilo o delu slovenskega društva Hospic v letu 2002. V: Hospic, let. VIII, št. 1, pomlad 2003, str. 35-40.*
- Hvalič S. (2001). *Care of the elderly between family and the state - A comparative analysis of Denmark, Italy and Slovenia. Magistrska naloga. Ljubljana: FDV; 88 str.*
- Hvalič Touzery S., Felicijan P. (2003). *Zloraba starih ljudi. V: Nasilje nad starostniki. 13. letno srečanje svetovalcev; 8-9. nov. 2003. Kranjska gora: Zveza slovenskih društev za telefonsko pomoč v stiski.*
- Hvalič Touzery S., Felicijan P. (2004). *Dogaja se mnogim. Ne bi se smelo. Raziskava o zlorabah starih ljudi v Sloveniji. V: Kakovostna starost, let. 7, št. 1, str. 12-21.*
- Jakič J. (1997). *Skrb za starejšega člana družine. Diplomatska naloga. Ljubljana: FDV; 66 str.*
- Kaučič Z. (2000). *Situation and standards in the field of care for the elderly population in Slovenia. V: Gathy V. (ur.). Introducing quality standards in elderly care. Social innovation foundation. Budimpešta; str. 88-102.*
- Kolektivna pogodba za dejavnost zdravstva in socialnega varstva Slovenije. *Uradni List RS, 15-570/1994, str. 831, 62-3344/2001, str. 6469.*
- Lunder U., Logar V. (2003). *Paliativna oskrba v Sloveniji in izzivi za prihodnost. Zdravstveni vestnik. 72: 643-647. Dosegljivo na: <http://vestnik.sz.d.si/st3-11/st3-11-643-647.htm>*
- MDDSZ. (2004). *Stopnjevanje pomoči za stare glede na potrebe - podatki za december 2003. Interno gradivo.*
- Palir Čuješ T. (2002). *Pomoč svojcem pri skrbi za bolne in stare družinske člane. Diplomatska naloga. Ljubljana: VŠSD; 123 str.*
- Ramovš J. (2003). *Kakovostna starost. Socialna gerontologija in gerontagogika. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka, SAZU; 584 str.*
- Popis (2003). *Popis prebivalstva, gospodinjstev in stanovanj 2002 – Rezultati. Statistični urad RS (SURS). Dostopno na: <http://www.stat.si/po-pis2002/>*
- Skupina avtorjev. (1999). *Strateški razvojni program Skupnosti socialnih zavodov Slovenije. Ljubljana: Skupnost socialnih zavodov Slovenije.*
- SL (2003). *Statistični letopis 2003 (SL). Ljubljana: Statistični urad Republike Slovenije (SURS). Dostopen na: <http://www.gov.si/zrs>*
- Svetičič B. (2002). *Spremembe v življenju oskrbovalcev. Skrb za starega človeka v družini. Diplomatska naloga. Ljubljana: VŠSD; 116 str.*
- Šenica A. (2003). *Patronažna zdravstvena nega starostnika v podeželskem okolju. V: Strokovno srečanje. Celostna obravnava starostnika. 2003, 7.-8. maj; Otočec, Celje: ZDMSZT-ZZN Slovenije; str. 35-41.*
- Toth M. (2003). *Materialne možnosti zagotavljanja rehabilitacije oseb v domačem okolju. V: Erjavec T., Marn Vukadinović N. Možnosti in potrebe po rehabilitaciji starostnikov na domu - zbornik. Ljubljana: Združenje za fizikalno in rehabilitacijsko medicino – SZD: Gerontološko društvo Slovenije; str. 9-12.*
- Toth M. (2004). *Možnosti in potrebe po dolgotrajni negi v Sloveniji. V: Drole J., (ur.). Tudi starejši spreminjamo svet - za vse generacije: zbirka prispevkov, okroglih miz in predavanj. Festival za tretje življenjsko obdobje; 6.-7. oktober 2003; Ljubljana: Zveza društev upokojencev in Infos; str. 47-59.*
- Trupi D. (2004). *Oskrba starejših v občini Laško. Kakovostna starost. Let. 7, št. 2, Ljubljana; str. 44-47.*
- Venišnik Babič V. (2003). *Zavod za oskrbo na domu Ljubljana. V: Odsev, let. 1, dec. 2004. Logatec: Firs Imperl & Co. d.n.o.*
- ZDUS (2001). *Skupaj lahko naredimo več za kakovost življenja starejših. Ljubljana: Zveza društev upokojencev Slovenije.*
- ZSV-C (2004). *Zakon o spremembah in dopolnitvah Zakona o socialnem varstvu ZSV-C. Uradni list RS 2/2004.*
- ZOD (2003). *Zavod za oskrbo na domu - rezultati raziskave. Okrogla miza: Preprečevanje nasilja zlorab in diskriminacije starejših. Festival za tretje življenjsko obdobje; 2003, 6.-7. oktober.*
- ZZZDR. (1976). *Zakon o zakonski zvezi in družinskih razmerjih (ZZZDR). Uradni list SRS, 15-644/1976.*
- ZPIZI (1999). *Zakon o pokojninskem in invalidskem zavarovanju (ZPIZI). Uradni list RS, 106/99 Dostopno na: http://www.dz-rs.si/si/aktualno/spremljanje_zakonodaje/sprejeti_zakoni/sprejeti_zakoni.html*

Kontaktne informacije:**mag. Simona Hvalič Touzery**

Inštitut Antona Trstenjaka

Resljeva 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana

e-pošta: simona.hvalic@guest.arnes.si

Jože Ramovš**Star človek v današnji družini****POVZETEK**

Več kakor tri četrtine starih ljudi preživi starost do smrti v lastnem družinskem okolju, toda sodobna družina ima poleg prednosti tudi hude ovire za kakovostno sožitje s starim družinskim članom in njegovo oskrbo: ima slabe časovno-materialne pogoje in ni usposobljena za medgeneracijsko sožitje in komuniciranje. Naglo raste težnja po oddajanju starih ljudi v množične ustanove za stare ljudi, kjer je zelo težko zadovoljiti potrebo po osebnih medčloveških odnosih. Članek analizira te probleme, prikaže izkušnje Inštituta Antona Trstenjaka s programi usposabljanja družine za kakovostno sožitje s starim družinskim članom ter zamisel uvajanja nastanitve in oskrbe starih ljudi v tuji, to je oskrbniški družini, pri čemer bi z razvojnimi projektom razvili model, ki bi združeval nekatere bistvene prednosti družinske in institucionalne oskrbe starih ljudi.

Ključne besede: star človek, družina, sožitje generacij, medgeneracijsko spoznavanje, učenje komunikacije

AVTOR: *Jože Ramovš je socialni delavec in dr. antropologije. Zanjih petnajst let dela predvsem na področju socialne gerontologije in gerontagogike, pri čemer so v ospredju njegove znanstvene in akcijske pozornosti zlasti medgeneracijski odnosi in komunikacija, priprava na kakovostno starost ter ustvarjanje sodobne postmoderne socialne mreže medgeneracijskih programov za kakovostno staranje, ki temeljijo na principu samopomoči ter strokovne in javne podpore za samopomoč in samoorganizacijo prebivalstva na tem področju.*

ABSTRACT**Old persons in a modern family**

More than three quarters of old people spend their old age until their death in the family environment. However, modern family is facing, apart from advantages, also severe obstacles towards good relations with an old family member and his care: they have little time and poor material conditions and they are not trained for good intergenerational relations and communication. The aspirations for placing old people into massive institutions for elderly people are rapidly increasing, for it is difficult to satisfy the need for interpersonal relations. This article analyzes the problems, and describes the experiences of the Anton Trstenjak Institute with the programmes for training family for better relations with an old family member as well as the idea of implementing placement and care for elderly people in so-called »foster families«. They aim to develop through the experimental project, the model of foster family that will unite some major advantages of family and institutional care for elderly.

Key words: elderly, family, adult foster care for old people, intergenerational relations, communication skills

AUTHOR: *Dr. Jože Ramovš is a social worker and a doctor of anthropology. In the last 15 years he is mainly working in the area of social gerontology and gerontagogic. In the forefront of*

his scientific work are intergenerational relations and communications, the preparations for quality ageing and creation of post-modern social network of intergenerational programmes for quality ageing that are based on the principle of self-support and on professional and public support for self-support and self-organisation of the population in this area.

V tradicionalni družbi so bili vsi ljudje tretje generacije v celoti vključeni v skupnost svoje družine in soseske. Družina je za stare ljudi skrbel materialno, oni pa so v njenem krogu in v krogu soseske prispevali svoj ustvarjalni delež z delom, izkušnjami in na druge načine. V družini in soseski so bili stari ljudje vse do smrti, pokopani in v spominu nanje po smrti živo vključeni v medčloveško sožitje vseh treh generacij. Seveda so tudi tedaj nekateri preživljali svoja stara leta izjemno kakovostno, drugi kar dobro, tretji pa so bili skrajno zanemarjeni – seveda glede na tedanje družbene in življenjske razmere.

V moderni družbi je materialna oskrba v starosti zelo podružbljena z zavarovanji in drugimi socialnimi pravicami ter ustanovami, ki skrbijo za nego, zdravje, razvedrilo in druge potrebe starih ljudi. Družina je izgubila veliko svoje preskrbovalne vloge starih ljudi, še vedno pa je v družinah do smrti preskrbljenih veliko več ljudi kakor v ustanovah, saj umre v Sloveniji letno v domovih kake 3.000 starih ljudi, medtem ko umre vseh ljudi te starosti več kakor 14.000 letno. Vendar družina – soseska in ustanove seveda še toliko manj – v današnjih življenjskih razmerah večinoma ne zna ali ne zmore vzpostaviti živega sožitja med mlajšima in tretjo generacijo, odnosa, ki bi odgovarjal današnjim prevladujočim vrednotam, da bi bil vsakdo osebno kar najbolj samostojen in bi vztrajal svobodno v sožitju, ker bi doživljal, da je to sožitje koristno in plodno zanj in za ljudi ob njem. Sodobna evropska družba še ni našla novega, razmeram ustreznega modela za kakovostno medčloveško sožitje med generacijami. Temeljna človeška potreba po trdnih in kakovostnih osebnih odnosih – in s tem po notranjem človeškem osebnem zorenju – je zelo slabo za-

dovoljena tudi pri mladi in srednji generaciji, pri tretji pa še toliko slabše. Zato je najbolj pogosta stiska starih ljudi osamljenost. Pogosto se jih polašča razočaranje nad ljudmi in nad svojim življenjem, ki neredko prehaja v pravo zagrenjenost in s tem povezano nezmožnost za lepe odnose z drugimi.

Pri misli na kakovost življenja po upokojitvi ter na oskrbo v starosti in je torej treba razlikovati zunanjo materialno preskrbljenost in notranjo osebnostno kakovost življenja, ki je odvisna predvsem od kakovosti osebnega medčloveškega sožitja starajočega se človeka z najbližjimi. Za kakovostno staranje sta potrebni tako materialna preskrbljenost kakor dobro medčloveško sožitje. Človeku je na starost najhujše, če mu manjka oboje. Če ima dobro poskrbljeno le za eno od obojega, pa kaže praksa, da je star človek, ki živi v slabih medčloveških odnosih, popolnoma nezadovoljen tudi ob najboljši materialni oskrbi, medtem ko tisti, ki živi v lepem medčloveškem sožitju in je notranje osebno bogat, ohranja življenjsko zadovoljstvo kljub relativno slabi materialni preskrbljenosti. Če k temu dodamo še zgoraj omenjeno dejstvo, da je v današnji zahodni kulturi bolje poskrbljeno za materialno varnost kakor za medčloveško sožitje, se pokaže neizkoriščena možnost za bolj kakovostno staranje v tem, da najdemo načine za izboljšanje medčloveškega in medgeneracijskega sožitja.

Ko govorimo o oskrbi starih ljudi in kakovostnem staranju, moramo imeti pred očmi še drugo dejstvo. Vsakdanja izkušnja in raziskovalni podatki kažejo, da je v današnjem razvitem svetu okrog 75% tretje generacije povsem samostojne (Redburn 1998, str. 14) – tako, da ne skrbi le zase, ampak naredi za mlajši dve ge-

neraciji več kakor oni dve zanjo. Blizu 15% potrebuje delno ali občasno pomoč pri lastni oskrbi, dobrih 10% starih ljudi pa potrebuje stalno oskrbo, del od teh zelo veliko nege in oskrbe. Poznavanje in upoštevanje tega dejstva nam pomaga, da se otresemo predsodkov in negativnih stereotipov o starih ljudeh in staranju; kajti dokler živimo pod diktatom nezavednega tabuja starosti, je nemogoče, da bi se sami kakovostno starali in živeli v kakovostnem sožitju s starim človekom.

Pri sodobni individualistični tržni zahodni miselnosti po načelu »*dam-dobim*« je pri oskrbi nemočnega človeka odločilno vprašanje, ali ta samo prejema pomoč ali tudi kaj daje, oziroma kaj oskrbovalec pri svojem delu dobi. Odločilno je torej vprašanje, kaj danes motivira ljudi za medgeneracijsko sožitje ter za oskrbo starih in drugih nemočnih ljudi, ki potrebujejo pomoč drugih za svoje preživetje in kakovostno življenje.

V družini jih motivirajo človeška čustva in čut dolžnosti do najbližjih. Ta dva nagiba zadoščata za sožitje mlajših generacij s tretjo in za prizadevno oskrbo nemočnega starega človeka – seveda v primeru, da so za to vsaj minimalni stanovanjski, časovni in drugi pogoji. Ne zadoščata pa za kakovost tega sožitja. Pravkar upokojena hči, njen mož in odrasli otroci, ki negujejo oslabelega starega očeta, doživljajo pri tem, da jih to stane veliko časa, moči, odrekanja in drugih vlaganj, medtem pa ne doživljajo, da bi od tega imeli kake koristi, ki bi smiselno bile enakovredne njihovem vložku v sožitje s starim človekom in v njegovo oskrbovanje. Omenjena čustveno-etična motivacija na osnovi krvnih vezi tudi ne zadošča, da bi zmogli negativno doživljanje in druge težave sproti zdravo »*kompostirati iz gnoja v koristno gnojilo*«; takšno sprotno predelovalno odstranjevanje negativnega doživljanja pa edino lahko preprečuje njihovo izgorevanje z vsemi slabimi zdravstvenimi, duševnimi, socialnimi in duhovnimi posledicami. Prav tako danes samo družinska čustva in

zavest, da je negovanje starega družinskega člana dolžnost, ne zadostujeta, da bi pešajoči stari oče ob oskrbi svojcev doživljal notranji mir in zadovoljstvo, da mlajšim s tem tudi daje in ne le prejema od njih – to doživljanje pa je bistveno za kakovostno sožitje.

Odločilno vprašanje je torej, ali so v sodobni krvni ali nadomestni večgeneracijski družini kake neodkrite »*energetske zaloge*« drugih virov motivacije za večgeneracijsko sožitje s starim človekom – so kaka neopazna, toda trdna življenjska dejstva, ki bi pomagala k obojestranskemu doživljanju koristi od medgeneracijskega sožitja s starim človekom? Če so, jih je treba odkriti in ustvariti modele za črpanje njihove energije za medgeneracijsko sožitje, saj prehajamo v obdobje, ko postaja velik delež starega prebivalstva ena najtežjih nalog trajnostnega razvoja – preživetvena naloga evropske kulture. Tudi sicer je potreba po kakovostnem medčloveškem sožitju čedalje bolj živa pri sodobnih ljudeh, saj ob najvišjem materialnem blagostanju v dosednji človeški zgodovini razočarani doživljajo, da jim prav nemoč za kakovostno sožitje usodno niža kakovost življenja.

Poglejmo v luči sodobnega kriterija »*dam-dobim*« še motivacijo za oskrbo nemočnih starih ljudi v ustanovah; v slovenskih domovih je namreč množica 13 tisoč starih ljudi – to je okrog 4,5% starih nad 65 let in zanje skrbi nad 5 tisoč zaposlenih. Temeljni motiv pri vsaki zaposlitvi v tržni družbi je zaslužek za lastno socialno varnost. Med zaposlenimi je seveda največja skupina negovalk in drugih, ki neposredno skrbijo za preskrbo starih ljudi. Kdor pozna njihovo oskrbovalno delo, ve, da sta poklicno izčrpavanje in izgorevanje izredno pogosta in pričakovana, četudi delajo z veseljem in srce; poklicna izgorelost pa usodno niža njihovo delovno učinkovitost in kakovost uslug ustanove (Maslach, Leiter 2002). Dejstvo je tudi, da zaposleni odhajajo – če se jim ponudi priložnost – iz negovanja starih ljudi v druge, »*lažje in boljše službe*«, in

ne obratno. Pomembno dejstvo je tudi, da je »ustanova«, ki se posveča oskrbi starih ljudi, danes najmanj od vseh v nevarnosti za stečaj, zato se lastnikom kapitala zdi naložba v tovrstno »podjetje« zelo mikavna in donosna. Menedžersko delo v ustanovi za oskrbo starih ljudi pa je sicer lahko zelo neprijetno, nikakor pa ni tvegano, da bi propadlo, kakor je v proizvodnih podjetjih. Zato se skorajda nujno izkaže – tudi pri nas se je že v zadnjih letih –, da je kapitalaska naložba v profitno oskrbovalno podjetje za stare ljudi konec koncev tvegana zadeva tako za lastnike kapitala, za oskrbovalce v takem domu, za zaposlene in celo za menedžment. Motiv za služka za oskrbo starih ljudi je legitimen in neobhoden, saj je materialna varnost ob lastnem delu in imetju osnovna človeška potreba, toda osebna medčloveškega odnosa ni mogoče oblikovati na tej motivaciji. Sožitje s starimi ljudmi pa mora poleg materialne oskrbe vsebovati tudi nekaj osebnega človeškega odnosa, sicer postane nezanosno tako za starega človeka kot za njegove oskrbovalce. Ob naglo rastoči potrebi po oskrbi starih ljudi in kvalitetnem človeškem življenju do smrti se torej tudi pri institucionalni oskrbi starih ljudi postavlja podobno vprašanje, kakor prej za družinsko sožitje s starim človekom: obstajajo kake neodkrite »energetske zaloge« dodatnih drugih virov motivacije za kakovostno, obojestransko zadovoljujoče poklicno in službeno oskrbovanje starih ljudi?

Tem vprašanjem se znanstveno in v praksi posvečamo na Inštitutu Antona Trstenjaka, posvečena jim je tudi obširna monografija (Ramovš 2003). Nedavno smo v članku razgrnili problematiko in spoznanja o izboljševanju kakovosti medčloveškega sožitja v domovih za stare ljudi (Ramovš 2004), v tem članku pa bomo pregledno nakazali nekaj spoznanj in možnosti za izboljšanje kakovosti medčloveškega in medgeneracijskega sožitja s starim človekom v lastni in oskrbniški družini. Presenetljivo je, da so verjetno »neodkrite energetske zaloge« virov za

izboljšanje kakovosti sožitja in oskrbe v osnovi iste za družinsko in za institucionalno oskrbo.

Temeljna lastnost družinskega odnosa je družinska ljubezen

Za kakovostno sožitje v družini, v kateri živi star človek, predpostavljamo dvojje:

1. da imajo za skupno življenje vsaj minimalne stvarne pogoje: stanovanjske, zdravstvene, časovne, da so glede na službo ali šolo lahko s starim družinskim članom, kolikor je potrebno, in druge potrebne stvarne pogoje za skupno življenje,
2. da se imajo radi.

Minimalni stvarni pogoji za skupno življenje so, ali pa jih ni; če jih ni, je neizbežna rešitev ustanova za starega človeka. Če so ti pogoji na meji ali nekoliko pod njo, je včasih mogoče nekaj storiti, da se zagotovijo vsaj minimalni, vendar samo v primeru, če je med družinskimi člani pristna družinska ljubezen. Kaj je zdrava ljubezen, razčlenjuje Erich Fromm v svoji knjigi *Umevanje ljubezni*; navaja štiri njene značilnosti (1974, str. 37 sl.):

1. **Skrb** – »Ljubezen je dejavno zavzemanje za življenje in rast tistega, kar ljubimo.«
2. **Odgovornost** – »Odgovornost v pravem pomenu besede je popolnoma prostovoljno dajanje; to je moj odgovor na izražene ali neizražene potrebe drugega človeškega bitja. Biti odgovoren pomeni zmožen in pripravljen odgovarjati.«
3. **Spoštovanje** je »... zmožnost, videti človeka takega, kakršen je, zavedati se njegove enkratne individualnosti. Spoštovati pomeni zavzemati se za to, da bi drugi rasel in se razvijal tak, kakršen je. Tako spoštovanje hkrati izključuje izkoriščanje.«
4. **Vednost** – Poznati in vedno znova spoznavati drugega je temeljna lastnost ljubezni, brez katere ne more biti niti prejšnjih treh. »Plasti vednosti je mnogo. Vednost, ki je aspekt ljubezni, ne ostane na površju, tem-

več prodre do jedra. Šele tedaj omogoča, da mi uspe preseči zavzemanje zase in vidim drugega človeka z njegovimi očmi.« Plasti vednosti se v ljubezni raztezajo od ponižnega in poštenega poglobljanja v bivanjsko skrivnost človeka do nenehnega vsakdanjega spoznavanja konkretnega sočloveka, s katerim se trenutno druživa, zlasti s tem, da ga dobro poslušam.

Sposobnost ljubiti je osnovna človeška sposobnost, ki jo ima vsakdo prirojeno. Toda prirojena je le sposobnost ljubiti, nikakor pa ne dejanska ljubezen v doživljanju in ravnanju. Dejanska ljubezen je zavestno osebno usmerjanje svojega doživljanja in ravnanja do drugega človeka, za katero se človek odloča, se tega vse življenje uči, da postaja čedalje bolj spontana drža; za svojo usmeritev v ljubezen si prizadeva, če jo v vsaki situaciji medčloveškega sožitja čim bolj smiselno in primerno uresničuje; ljubezenska usmerjenost mu je temeljna vrednota. Ljubezen je torej najbolj celostno doživljanje (Ramovš 1990), ki ga sestavljajo spontana čustva ter premišljena in naporna dejanja, nezavedna intuicija ter razumsko mišljenje in stališča, z navado utirjeno vedenje in svobodne odločitve; vse-kakor je vedno celostno in osebno svobodno doživljanje sebe in tistega, ki ga ljubimo, ter smiselno ravnanje v določenem trenutku tega sožitja.

Naše naslednje pomembno vprašanje je, kako se je mogoče učiti ljubezni v medgeneracijskih odnosih s starim človekom v današnji družini.

Medgeneracijsko spoznavanje in učenje medgeneracijske komunikacije – dve pogloblitni poti do družinske ljubezni v današnjih razmerah

Ljudska modrost že od nekdaj ve, da česar človek ne pozna, si tudi želeti ne more. Če v družini drug o drugem ne vedo dovolj, med njimi ne more vladati ljubezen: ne vidijo drugega takšnega, kakor on vidi sam sebe, ne morejo

odgovarjati na njegove potrebe, kakor jih čuti on sam, ne morejo skrbeti zanj, kakršen je; če drugega ne poznamo dovolj, ga ne moremo sprejemati, ampak sprejemamo svojo predstavo o njem – s tem pa mu delamo nasilje in nenehno netimo nesporazume. Če mlajši dve generaciji ne poznata dovolj starosti in starega človeka, in če on ne pozna dovolj mlajših ljudi v družini, ne morejo lepo živeti skupaj.

V današnji družini je veliko manj priložnosti za medsebojno spoznavanje kot jih je bilo v tradicionalni, kjer so živeli in delali skupaj. Pričakovanja mladih in starih da jih drugi poznajo, sprejemajo, kakršni si in dobro odgovarjajo na njihove neizrečene potrebe, pa so veliko večja kakor v tradicionalni družbi.

Neizogibna pot do dobrega medčloveškega in medgeneracijskega sožitja v družini je torej zavestno medsebojno spoznavanje in zblíževanje. Drugega spoznavamo, ko ga naklonjeno opazujemo, ko dobro poslušamo, kaj pripoveduje, zlasti pa z medsebojnim pripovedovanjem zgodb o dobrih osebnih izkušnjah in drugih vsebinah, ki jih oba globoko doživljata. Najboljši način za medsebojno spoznavanje in zblíževanje so osebne zgodbe: drug drugemu si pripovedujemo vsebine, ki so na skupni valovni dolžini – obema zanimive, toda pretežno one »s sončne strani«, to je doživljajsko pozitivne, ki oba navdušujejo.

S tem, kar smo pravkar povedali, nismo le nakazali, ampak že opisovali dobro osebno občevanje ali komuniciranje, to je besedno pogovarjanje in nebesedno občevanje. Besedno in nebesedno občevanje pa se v današnjih življenjskih razmerah ne »posreči« ljudem samoumevno ali samo od sebe, ampak se ga morajo zavestno naučiti. Gre za zelo podobno zadevo, kakor je vožnja po cestah: nekoč se ljudem ni bilo treba učiti voziti, v današnjem gostem prometu in pri velikih hitrostih pa je samoumevno, da se vsakdo vožnje nauči v avto šoli. Šele nato vozi dobro in varno, obenem pa z lahkoto in spontano. Isto je s

komunikacijo: teči mora pristno in spontano, toda s suverenostjo, da ne pelje v medsebojne nesporazume in jalove spore. V osebnih odnosih in medgeneracijskih odnosih se bo sedanje visoko število usodnih »karambolov« zmanjšalo, ko bodo razviti in široko uveljavljeni praktični tečaji, v katerih se bodo ljudje naučili uspešnega komuniciranja do tiste mere, da ga bodo obvladali kot spontano navajenost in sami stalno izpopolnjevali v vsakdanjih odnosih; torej nekaj zelo podobnega tečajem v avto šolah, ki so jih razvili in vpeljali pred dobrega pol stoletja.

Tečaj za osebno in medgeneracijsko komuniciranje v družini mora človeka naučiti smiselnega doživljanja in ravnanja v vseh treh komunikacijskih možnostih:

- pri prijetnem občevanju, ko oba sogovornika gledata stvari z istimi očmi (**simetrična komunikacija**);
- pri učinkovitem dopolnjujočem občevanju, ko vsak od sogovornikov prispeva v pogovoru drugačen vidik, toda vidika enega in drugega se skladno dopolnjujeta v celoto, ki jo oba doživljata kot večvredno od svojega prvotnega vidika (**komplementarna komunikacija**);
- pri težavnem spornem občevanju, ko vsak od sogovornikov vidi zadevo drugače in trdi svoje: (še) ne vidita možnosti, da bi se njuna vidika lahko med seboj dopolnjevala, pač pa s čustveno prizadetostjo vsak od njiju doživlja, da je njegov vidik pravi, sogovornikov pa napačen; to je **konfliktna komunikacija**. Spor je križišče na poti medčloveških odnosov; če znata sogovornika pošteno najti novo rešitev, ki je prej nobeden od njiju ni videl, prestopi njun odnos na kakovostno višjo raven, če pa tega ne znata oziroma ne zmoreta ponižne vztrajnosti v naporu, ki je za to potreben, se bo pot njunih odnosov spustila na nižjo raven, kakor je bila prej.

Na Inštitutu Antona Trstenjaka smo razvili kar nekaj uspešnih tečajev za učenje medgene-

racijskega sožitja in osebne komunikacije v družini. Najbolje je seveda, če se vsi družinski člani odločijo in opravijo primerne oblike usposabljanja za kakovostno sožitje. Vendar se ta vložek spleta tudi v primeru, če se zanj odloči en sam, pa naj bo dijakinja ali študent iz najmlajše generacije, stari oče ali mama iz najstarejše, zlasti pa mama in oče iz srednje generacije; komunikacijska raven med partnerjema srednje generacije je namreč glavno krmilo za smer in kakovost sožitja v celotni družini. To seveda ne pomeni, da se med seboj najbolje ujemata srednja in tretja generacija; pogosto se s staro mamo ali starim očetom v obojestransko bogatem sožitju veliko globlje in bolje ujameta vnuk ali vnukinja kakor srednja generacija, tako da ljudem ostanejo vse življenje dobre posledice tega odnosa; o tem pričajo nešteti vsakdanji primeri iz izkušenj ljudi, antropološka analiza, pa tudi pronicljivi leposlovniki, kakršen je npr. mladinska zgodba *Zbogom, dedek* (Donnelly 1980).

Osnovni obliki družinskega usposabljanja, ki ju razvijamo in izvajamo, sta kratka, 10-urna tečaja prvi za lepo sožitje s starejšim družinskim članom, drugi, namenjen starejšim, za boljše razumevanje mlajših dveh generacij. Seveda je najbolje, če poteka skupen tečaj za nekaj celotnih družin, deloma ločeno po generacijah, deloma skupno.

Vsako od usposabljanj za kakovostno sožitje v družini s članom tretje generacije vsebuje socialno učenje za spoznavanje in sprejemanje starosti ter za osebno komuniciranje, ob tem pa vključuje še druge potrebne vsebine, npr. možnosti in naloge v starosti, nega onemoglega starega človeka, prilagoditev prostorov in drugi načini, ki pomagajo pri negi itd.

Ob čedalje večjem številu starih ljudi komaj lahko upamo, da bodo kapacitete in kakovost ustanov poskrbele za sedanji delež starih, za ostale pa ostaja gotovo najboljša možnost staranje v domačem okolju. Da bo družina v prihodnje lahko živela s tretjo generacijo in skrbela za del

starih ljudi v družbi – ob čedalje hujšem službenem in šolskem pritisku –, je nujno začeti poleg individualnega usposabljanja za posamezne družine ali družinske člane tudi z usposabljanjem celotnih skupnosti in s skupnostnimi programi za pomoč družini s starim človekom. Po naših dosedanjih izkušnjah so to zlasti:

- informiranje in ozaveščanje celotnega prebivalstva krajevne skupnosti o starosti in dobrih možnostih za sožitje vseh treh generacij v družini, pri čemer se spontano dogaja pravočasna priprava družine na staranje starševske generacije, ki je v poznih srednjih letih;
- povezovanje družin, ki živijo s starim človekom ali ga negujejo, pri čemer pride do nenadomestljive izmenjave izkušenj in motivacijskega suporta, podobno kot se to dogaja v intervizijski skupini za poklicno zaposlene in za prostovoljce;
- vključevanje krajevnega prostovoljstva tudi za razbremenitev družine, ki neguje starega človeka.

Programe za kakovostno sožitje s starim družinskim članom in njegovo oskrbovanje v domačem okolju bo mogoče široko uveljaviti v okviru krajevnega medgeneracijskega središča (Ramovš 2003, str. 323 sl.).

Preskrba starega človeka v tuji – oskrbniški družini

V Sloveniji in po Evropi naglo narašča težnja po oddaji starih ljudi v ustanovo; za domove je prijavljenih pol toliko, kot jih je v njih. Skoraj vsak pa se boji živeti v veliki ustanovi, kjer zelo težko pride do zadovoljivega osebnega človeškega sožitja. Če ne želimo, da bo čez deset let večina od množice starih ljudi preživljala zadnje obdobje življenja v velikih ustanovah, moramo tudi v Sloveniji pospešeno uvajati nove, človeku prijaznejše oblike, ki združujejo nekatere prednosti ustanove in družinske oskrbe, oziroma premagujejo nekatere pomanjkljivosti enega in drugega. Zdi se, da to velja za oskrbniške družine.

Kaj je oskrbniška družina? To je družina, ki ima primerne prostorsko-materialne in osebnostno-socialne pogoje, da sprejme in oskrbuje enega ali več tujih starih ljudi, ki ne morejo ali ne želijo več živeti sami ali v svoji družini. Gre za podobno prednost, kot jo imajo rejniške družine, ki so se pokazale za bolj človeško alternativo od velikih zavodov za otroke, ki ne morejo preživljati otroštva v lastni družini. Oskrbniška družina je majhna skupnost, zato v njej nujno vladajo osebni medčloveški odnosi, seveda pa ostaja naloga vseh – enako kot v lastni družini –, da se naučijo in potrudijo za kakovostne osebne odnose. Z druge strani pa je oskrba enega ali več starih ljudi v oskrbniški družini službeno delo za zaslužek, kateremu se oskrbniška družina posveča v celoti ali delno in se s tem preživlja; v tem je oskrbniška družina podobna domovom za stare ljudi.

Življenje in oskrba starih ljudi oskrbniški družini torej rešuje dva najtežje rešljiva problema: neosebno izgubljenost v veliki ustanovi, v domači družini pa pomanjkanje časa in drugih pogojev za oskrbo. Omogoča dve pomembni prednosti: poklicno in službeno oskrbovanje starega človeka in osebno medgeneracijsko sožitje v majhni skupni. Seveda so tudi pri oskrbniški družini številna odprta vprašanja in naloge, kot jih imata tako domača družina, ki oskrbuje starega človeka, kakor velik dom za stare ljudi. Zato je edino smiselno uvajati oskrbniške družine razvojno, to je najprej z resnim strokovnim projektom, pri katerem se poiščejo najboljše možnosti in rešitve za preprečevanje predvidljivih nevarnosti. Če v biologiji in tehniki z vso skrbjo razvijajo nove vrste in proizvode, bi moralo to tem bolj veljati za nove oblike socialne oskrbe starih ljudi in medgeneracijskega sožitja z njimi.

V Sloveniji je v prihodnjih letih velika možnost za uvajanje oskrbniških družin zlasti na malih in srednjih kmetijah, s čimer bi rešili njihovo propadanje po vključitvi v Evropsko

skupnost; podobno morda velja za nekatera področja, kjer je večina žensk v srednjih letih izgubila zaposlitev. Odziv na to zamisel je vsepovsod zelo dober, kot edino nalogo omenijo prilagoditev stanovanja (kopalnic, stranišč, vrat ...). V resnici pa lahko uvajanje oskrbniških družin uspe le, če bomo razvojno posvetili glavno pozornost usposabljanju teh družin za kakovostno sožitje s starim človekom in njegovo oskrbo ter organizaciji podpirne in povezovalne socialne mreže za bodoče oskrbniške družine; to je trajna in zahtevna strokovna naloga, prilagoditev stanovanja pa le rutinski gradbeniški poseg.

Glavna razvojna možnost in naloga pri uvajanju oskrbniških družin je iskanje sodobne rešitve za današnjo pomanjkljivo motivacijo za sožitje s starim človekom in za njegovo oskrbo. Če izhajamo iz sodobne paradigme, da je nujno doživljajsko ravnatežje v motivacijskem polju »*dambodim*«, je potrebno razširiti družinsko motivacijo od sedanjega sorodstveno čustvene in dolžnostno-etične, institucionalno pa iz službeno-strokovne in kapitalsko-profitne. Za obe se odpira možnost širitve v večdimenzionalno motivacijo, ki vključuje osebnostno rast, učenje dobrega sožitja, učenje za kakovostno staranje, za dobro komuniciranje z vsemi generacijami. Zdi se, da oskrbniška družina nudi to možnost pod pogojem, če se bodo družine primerno in temeljito usposobile za svoje oskrbniško delo in osebno sožitje s starimi ljudmi ter bo projekt poskrbel za dobro podporo družini s socialno mrežo v skupnosti. V tem primeru lahko pričakujemo uravno-

teženost vlaganja in koristi brez izgorelostne nevarnosti, kot je pokazala nedavna raziskava vlaganja in koristi (»*kost-benefit*« analiza) pri medgeneracijskem prostovoljskem družabništvu s starimi ljudmi (Kovačič 2003).

LITERATURA

- Donnelly Elfie (1980). *Zbogom, dedek*. Ljubljana: Mladinska knjiga.
- Fromm Erich (1974). *Umevanje ljubezni*. Ljubljana: Cankarjeva založba.
- Kovačič Anita (2003). *Analiza vlaganja in koristi prostovoljca pri osebni medgeneracijskem družabništvu*. Diplomski naloga. Univerza v Ljubljani: Fakulteta za socialno delo.
- Maslach Christina, Leiter P. Michael (2002). *Resnica o izgorevanju na delovnem mestu*. Ljubljana: Educy.
- Ramovš Jože (1990). *Doživljanje, temeljno človekovo duhovno dogajanje*. Ljubljana: Založništvo slovenske knjige.
- Ramovš Jože (2003). *Kakovostna starost. Socialna gerontologija in gerontagogika*. Ljubljana: Inštitut Antona Trstenjaka in Slovenska akademija znanosti in umetnosti.
- Ramovš Jože (2004). *Dom za stare ljudi z vidika kakovosti osebne življenja in medčloveškega sožitja*. V: *Kakovostna starost, letnik 7, št. 2, str. 11-22*.
- Redburn E. David (1998). The "Graying" of the World's Population. V: Redburn E. David, McNamara P. Robert, Edit. *Social Gerontology*. Westport, Connecticut-London: Auburn House, str. 1-16.

Kontaktne informacije:

dr. Jože Ramovš

Inštitut Antona Trstenjaka
Resljeva 11, p.p.4443, 1001 Ljubljana
e-pošta: joze.ramovs@guest.arnes.si

Branka Mikluž

Pomoč in podpora bolnikom z demenco in njihovim svojcem v luči dejavnosti združenja za pomoč pri demenci Spominčica

POVZETEK

Slovensko združenje za pomoč pri demenci Spominčica je nevladna organizacija, ki organizira različne dejavnosti pomoči in podpore bolnikom z demenco, njihovim svojcem, strokovnim delavcem, laičnim negovalcem in vsem, ki jih strokovno ali osebno zanima področje psihogeriatrije. Dejavnosti združenja Spominčica podpira Psihiatrična klinika v Ljubljani. S svojimi programi želijo aktivno prispevati k oblikovanju sodobnih strategij za obravnavo bolnikov z demenco in njihovih svojcev v konceptu sodobnega zdravstvenega in socialnega varstva. Prispevek predstavlja delo telefonske svetovalne linije - Spominčica, vzgojno izobraževalnega programa Ne pozabi me in skupine za samopomoč svojcem bolnikov z demenco. Predstavljeni so najpomembnejši rezultati raziskav, opravljenih v okviru posameznih dejavnosti.

Ključne besede: demenca, svojci, izobraževanje, svetovanje, samopomoč

AVTORICA: *Branka Mikluž je v Psihiatrični kliniki v Ljubljani zaposlena od oktobra 1979, najprej kot oddelčna medicinska sestra na Intenzivnem gerontopsihiatričnem oddelku, kasneje pa kot glavna medicinska sestra enote za gerontopsihiatrijo. Leta 1984 je opravila odiplomski študij iz psihiatrične zdravstvene nege in pridobila strokovni naziv specialist psihiatrične zdravstvene nege. Je tajnica Slovenskega združenja za pomoč pri demenci Spominčica, kjer aktivno sodeluje pri večini projektov združenja. Aktivno je sodelovala na številnih seminarjih in objavila več člankov iz področja gerontopsihiatrije v strokovnih publicacijah in revijah. Je soavtorica knjige Varovanec z demenco v družini, ki je leta 1996 izšla v samozaložbi.*

ABSTRACT

Help and support to demented patients and their relatives in the light of the activities of the association »Forget-me-not«

Forget me not Alzheimer's Disease and Related Disorders Association of Slovenia is non-governmental organisation that organises different activities, aimed at assisting and supporting patients with dementia and their family members, professionals, lay caretakers, and all those who are professionally or privately interested in the field of psychogeriatrics. The activities of the Association are supported by the Psychiatric Hospital Ljubljana. Through its programmes the Association wishes to actively contribute to the process of forming modern treatment strategies for patients with dementia and their family members within the concept of modern healthcare and social security system. In this article the work of the telephone counselling line Spominčica (Forget me not), the educational programme Ne pozabi me (Do not forget me), and the self-help group of family members of patients with dementia are present-