

Simona Hvalič Touzery

Stereotipi in dejstva o staranju in starih ljudeh

POVZETEK

Proces staranja je povezan s stereotipi o staranju, ki so v veliki meri negativni. Po teh stereotipih stari ljudje niso več sposobni veliko prispevati svetu okoli sebe. Pogosto se starost razume kot obdobje, v katerem so neizogibne resne duševne in telesne težave, ki zmanjšajo ustvarjalnost. Pogost stereotip je tudi ta, da so stari ljudje breme za družbo. Še več, njihovo življenje naj bi bilo izolirano in »neseksualno«. Stari ljudje naj bi bili homogena skupina, ki se razlikuje od ostalih ljudi. Resnica je drugačna. Avtorica vas bo popeljala skozi najpogostejše stereotipe o starih ljudeh in navedla dejstva, ki te stereotipe izpodbijajo.

Ključne besede: stari ljudje, stereotipi, tabuizacija

AVTORICA: Mag. Simona Hvalič Touzery, univ. dipl. soc. je raziskovalka in organizatorica programov za socialno varnost. Zaposlena je na Inštitutu Antona Trstenjaka. Njeno glavno raziskovalno področje je socialna gerontologija. Je tudi predsednica Medgeneracijskega društva za kakovostno starost Ljubljana.

SUMMARY:

Stereotypes and facts on ageing and elderly people

The process of ageing is associated to stereotypes on ageing that are mostly negative. Elderly people are understood as a group of people that cannot give much more to the world around them. Old age is also seen as a period of life that is inevitably facing serious psychological and physical changes that cause decrease in creativity of elderly people. A frequent stereotype is that elderly people are the burden for the society. Another one, that they live isolated and nonsexual life. Elderly people are supposed to be homogeneous group that is different from others. The reality is different. The author will take you through the most common stereotypes on elderly people and some facts that that prove them wrong.

Keywords: elderly, stereotypes, tabuisation

AUTHOR: Simona Hvalič Touzery, M.A., B. A. soc. is a researcher, mainly interested in social gerontology issues. She is actively taking part in the programmes for quality ageing. She is employed at the Anton Trstenjak Institute. She is a president of Intergenerational association for quality ageing Ljubljana.

*»Starost je pojav, ki je najbolj odvisen od posameznika
Očistila sem stare vzorce, ki so me prikazovali kot bolno staro!
Vidim se vitalno, srečno, zdravo, obdano z bogastvom narave
in samo srce mi veleva, kaj naj delam.
Sem samostojno bitje, v celoti skrbim sama zase ...
Uživam v tem, kar počnem ...«*

Martina Kralj, 63 let (v: Drnovšek, 1997)

Staranje je življenjsko obdobje, ki je sicer drugačno od mladosti in srednjih let, vendar pa ni v ničemer manj smiselno od njiju. V starosti ima človek specifične življenjske naloge, ki so prav tako pomembne kot življenjske naloge ljudi iz drugih življenjskih obdobj. Človek se mora na svojo starost pripraviti in jo sprejeti ter se sam truditi za njeno kakovost (Ramovš v izdaji 2003). Za kakovostno starost pa sta pomembni tudi civilna družba in država. Prva zaradi oblikovanja postmoderne socialne mreže za zadovoljevanje vseh človeških potreb starih ljudi, druga pa zaradi ustrezne socialne politike, s katero naj bi zagotovila pogoje za kakovostno starost vseh starih ljudi v družbi.

Starost je v današnji sodobni družbi tabu, zato jo ljudje izrinjajo iz svoje zavesti; nanjo ne mislijo, kaj šele, da bi jo sprejeli. Tabuiziranost starosti se potrjuje že na podlagi govornice. Namesto da bi ljudje uporabili besedo star človek, rečejo »starejši« (čeprav je starejši bolj star od starega) ali pa »ostarel« (čeprav beseda slabšalno odraža izčrpanost in oslabelost, saj je mlad zasvojenec ostarel, vitalen 90 letnik pa mladosten) (Ramovš v izdaji 2003). Zaradi tabuiziranosti se o starosti torej malo govori. Tabuizacija je danes kolektivna patologija časa, ki škodi vsem trem generacijam. Mladi od starih ljudi, ki ne sprejemajo svoje starosti, namreč ne dobivajo potrditve, da je starost enako smiselno obdobje človekovega življenja kot prvi dve obdobji. Stari ljudje, ki ne sprejemajo svoje starosti, je ne morejo živeti polno.

Tabuiziranost starosti je povezana s stereotipi. Ker se o starosti premalo govori in se je ljudje sramujejo, se s tem ohranjajo negativni stereotipi o njej. Proces staranja je namreč povezan z vrsto posplošenih in poenostavljenih prepričanj o starih ljudeh. Vsakdanji stereotipi o staranju so v veliki meri negativni. Na stare ljudi se pogosto gleda kot na drugorazredne državljane, ki niso več sposobni veliko prispevati svetu okoli sebe. Ljudje običajno razumejo starost kot ob-

dobje, v katerem so neizogibne resne duševne in telesne težave, ki zmanjšajo ustvarjalnost. Tako se na stare ljudi s finančnega in s praktičnega vidika gleda, kot na breme za družbo. Še več, njihovo življenje naj bi bilo izolirano in »neseksualno«. Stari ljudje naj bi bili homogena skupina, ki se razlikuje od ostalih ljudi. Resnica je drugačna.

Poglejmo si nekaj najpogostejših stereotipov, ki spremljajo stare ljudi, in skušajmo ob tem dognati, kakšna je pravzaprav resnica.

STEREOTIP: V starosti neizogibno oslabijo telesne funkcije, bolezni so pogoste.

DEJSTVO: Telesne in duševne bolezni, ki nastopijo s starostjo, so različne in se ne pojavljajo pri vseh ljudeh istočasno. Vse te spremembe ne bi smeli pripisovati zgolj starosti, kajti pogosto gre za bolezni, ki so ozdravljive. Poslabšanje zdravja je tudi posledica vsakodnevnega življenja in se razlikuje glede na družbene skupine in dežele (Mulley, 1997). Medtem ko je res, da so kronične bolezni bolj pogoste po 75. letu, začnejo telesne funkcije slabeti že zgodaj, v največji meri med 30-im in 40-im letom starosti (McGoran, 1995:40). Sicer pa večina starih ljudi ocenjuje svoje zdravje pozitivno, ne glede na prisotnost bolezni. To je potrdila tudi slovenska javnomnenjska raziskava (SJM 1996/2), v kateri je 60% anketiranih, starih nad 65 let, svoje zdravje ocenilo kot dobro, zelo dobro ali odlično.

STEREOTIP: Staranje je bolezen.

DEJSTVO: Staranje ni bolezen, kajti zaradi mnogih patologij v kasnejšem življenju je težko ločiti med samim učinkom staranja na telo in učinki patoloških dejavnikov, ti delujejo namreč na vsakega posameznika drugače. Bolezni najbolj prizadenejo tkiva, ki imajo manjše sposobnosti popravljanja ali regeneracije. Najpogostejši vzrok smrti so cerebro- in kardiovaskularne bolezni, rak in nesreče. Pristop, da bi

primarno zdravili starostnikove bolezni, sicer pri naša 3 do 7 let daljšo življenjsko dobo, sekundarno pa se tak pristop izkaže za neučinkovitega, ker so nekatera patološka stanja organizma dejansko povezana z izrabljenostjo telesa. Staramo se enako hitro ne glede na bolezni. (<http://medenosrce.ksmf.org/pogled.asp?ID=415>)

STEREOTIP: Nekoristnost starih ljudi.

DEJSTVO: Položaj starih ljudi je poseben zaradi številnih dejavnikov, ki jim vzbujajo občutek, da več dobijo, kot dajejo. Trenutno obstaja v družbi psihološko ozračje, da stari ljudje nimajo več kaj prispevati oziroma dati drugim. Zaradi takšnega napačnega razmišljanja se od starih ljudi pogosto zahteva, da sprejmejo pasivno vlogo in da so hvaležni za to, kar se jim nudi (ACE 1972:49 v Tinker, 1996:226). Dejstvo pa je, da so stari ljudje pogosto zelo dejavni pri prostovoljskem delu v skupnosti. Velik odstotek jih skrbi za vnuke in daje družini denarno ali praktično pomoč. Pogosto zakonski partnerji starih ljudi, ki so tudi sami stari, nastopajo v vlogi negovalca svojega partnerja ali pa tudi drugih sorodnikov (Mulley, 1997). Tovrstna pomoč je v naši družbi precej razširjena, čeprav se ji ne daje ustreznega priznanja.

STEREOTIP: Izguba spomina je neizogibna, prav tako demenca.

DEJSTVO: Spodrsaljaji v spominu se dogajajo v našem celotnem življenju in so bolj kot s starostjo povezani z depresijo in zaskrbljenostjo, s splošnim zdravjem in prehrano, z nekaterimi običajnimi zdravili in alkoholom (McGoran, 1995:40). Marsikdaj imamo torej težave s spominom, zbranostjo ali/in drugimi intelektualnimi sposobnostmi, ki pa večinoma niso bolezenske motnje. Le pri 4 do 10% ljudi, starejših od 60 let, lahko govorimo o bolj ali manj izraženi obliki bolezni demence (Pentek). Večina starih ljudi torej ni in tudi ne postane dementna (McGoran, 1995:40). Novejše raziskave in tudi po-

vsem praktične izkušnje kažejo, da je z možgani podobno kot z mišicami: če jih zaposlimo in uporabljamo, ohranijo moč in okretnost, pri zanemarjanju pa izgubljajo svoje v življenju že pridobljene sposobnosti. Možgane je torej treba zaposliti z miselno telovadbo (Pentek). Urjenje spomina mora biti v starosti aktivno prav tako kot v drugih obdobjih življenja.

STEREOTIP: Starost se izenačuje z onemoglostjo in nesamostojnostjo.

DEJSTVO: Zgovorno je mnenje 60-letne ženske, ki se je uprla takšnim stereotipom. Zapisala je: »Upokojenci moramo ohraniti našo neodvisnost in našo osebnost ... Bojim se, da se mi bodo zgodile stvari, ki si jih ne želim, če ne bom spremenila odnosa drugih do sebe, kot do starejše državljanke. Mi upokojenci smo prejemniki ... roke stran, prosim! Jaz sem odgovorna za svoje življenje!« (Hobman, 1978:18, v: Tinker, 1996: 272). Podatki kažejo, da ne more v celoti skrbeti zase 12% oseb v starosti nad 65 let, 5% pa jih potrebuje stalno oskrbo, nego in varstvo. Ti podatki torej kažejo, kako daleč od resnice je trditev, da so stari ljudje onemogli in da ne morejo biti samostojni. Poleg tega pa tudi tisti stari ljudje, ki potrebujejo pomoč, niso nujno onemogli in nesamostojni, le vseh stvari ne morejo več opravljati sami.

Res pa je, da se z višanjem starosti potrebe po pomoči povečujejo: 30% oseb v starosti od 70 do 80 let potrebuje različne oblike pomoči, po 80. letu starosti pa takšno pomoč potrebuje 60% oseb (Brišar Slana, 2003).

STEREOTIP: Neizogibna odvisnost od drugih in potreba po institucionalizaciji.

DEJSTVO: Večina starih ljudi (88% starih med 60. in 84. letom) ne potrebuje pomoči pri dnevnih življenjskih opravilih, vendar pa se po 84. letu starosti poveča delež tistih, ki potrebujejo pomoč, na skoraj dve tretjini (McGoran, 1995:40). V institucionalni oskrbi je v Sloveni-

ji le 2% ljudi starih od 65 do 79 let. Ta delež se viša s starostjo; kljub temu 90 % ljudi, starih 80 ali več let, živi doma (SURS, Rezultati raziskovanj; št.702/1998:23).

STEREOTIP: Upad zainteresiranosti in sposobnosti za spolnost v starosti.

DEJSTVO: Biološka osnova človekove spolnosti se s staranjem spreminja. V zvezi s tem se srečujemo z napačnimi prepričanji in predsodki, ki nemalokrat povzročajo starajočim več težav kot staranje samo. Mnoge ženske npr. živijo v prepričanju, da je po menopavzi konec njihovega spolnega življenja. Spolnost torej vežejo na svojo reproduktivno funkcijo. In tudi niso redki moški, ki menijo, da s staranjem peša njihova spolna potencia. Raziskave znamenitih seksologov Kinseyja, Mastersa in Johnsonove so pokazale, da ne eno ne drugo ne drži (Ziherl). Dejstvo je, da ob višji starosti upad sposobnosti in interesa za spolno aktivnost ni nujen. Spolno življenje se sicer malo spremeni, prilagodi, vendar pa se ne ustavi z določeno starostjo. Včasih se priložnost za spolnost zmanjša zaradi vdovstva in v višji starosti zaradi fizične nezmožnosti in/ali življenjskih pogojev. Spolnost starih ljudi pa je omejena tudi zaradi družbenih pričakovanj (McGoran, 1995:40). Raziskave kažejo, da tistim, ki jim je bila spolnost pomembna v življenju, takšna še naprej ostane (French, 1995:5). Tako je švedska študija o starih ljudeh (Skoog, 1988 v: Bergstrom-Walan, 1990) pokazala, da je polovica poročenih moških in tretjina poročenih žensk še spolno aktivnih, 30% moških in 15% žensk pri starosti 75 let. Res pa je, da se spolna aktivnost in zanimanje zanjo zmanjšujeta s starostjo.

STEREOTIP: Stari ljudje so vsi enaki.

DEJSTVO: To mnenje je precej razširjeno. Neki novinar je v reviji Guardian zapisal, da so stari ljudje neverjetno konformistični, ne glede na to, kako edinstven je bil vsakdo izmed njih v

mladosti, zato jih mlajši težko upoštevajo kot posameznike (Tweedie, v: Bond in drugi, 1992:14). Dejstvo pa je, da so stari ljudje vsaj tako različni med seboj, kot so ostali ljudje, če ne celo bolj. Razlike med posamezniki se z višjo starostjo dejansko povečajo zaradi vrste osebnih življenjskih izkušenj in različnega prilagajanja na starost (McGoran, 1995:40). Zato ne moremo reči, da so stari ljudje homogena, temveč so heterogena skupina ljudi. Hemmingsova (1985:2-3, v: Featherstone in Hepworth, ur. Bond in drugi, 1992:306) je to drugačnost lepo pokazala z naslednjimi besedami: »Po mojih izkušnjah mlajše ženske, ki se zavedajo negativnega odnosa do staranja, običajno govorijo o vseh nas starejših od 45 let kot o starih ženskah. Vendar pa imajo ženske, stare 80 let, hčerke, ki imajo 60 let, in vnukinje, ki jih imajo 40. Združevati nas vse v eno generacijo pomeni, da vsi izgubimo.«

Omenila sem le nekaj negativnih stereotipov, ki so prisotni v sodobni družbi in ki oblikujejo naš odnos do starosti. Dejstvo je, da je starost močno stigmatizirana in zato celo ljudje, ki so kronološko stari, ne želijo biti povezani z njo. Thompson in njegovi kolegi so opravili intervjuje z ljudmi, stari med 60 in 87 let, in pri tem prišli do spoznanja, da »ne glede na njihovo kronološko starost, njihovo zdravje in fizično sposobnost« na sebe niso gledali kot na stare ljudi (Thompson, 1991, v: Pilcher 1995:102). Do podobnih ugotovitev je že pred njim prišel Ward (1984; v: Mole, 1997:13) in Britanci v raziskavi Age Concern (Mole, 1997:13), potrjujejo pa jih tudi vsakdanje izkušnje.

Treba se je zavedati, da je staranje individualni proces. Kljub temu da so telesne spremembe, ki si jih delijo vsi člani človeštva, pogosto jasno vidne (npr. zunanost telesa in obraza), pa je razlika v načinu staranja, ki je določen na podlagi posameznikovega socialnega položaja in drugih dejavnikov (Featherstone in Hepworth, ur. Bond in drugi, 1992:309).

Pojavljata se dve pomembni vprašanji: 'Kako uničiti negativne stereotipe o staranju, ki jih ustvarjajo skupnosti in jih potrjujejo mediji?' in 'Kako zagotoviti, da bi starejši ljudje dobili cenjeno vlogo v skupnosti?' Pomembno je, da mediji začnejo prikazovati bolj pozitivno sliko staranja ter da začnejo bolj pogosto govoriti o starosti in starih ljudeh. Zaradi strahu pred staranjem in nevednostjo, kaj se bo zgodilo z nami na stara leta, smo ljudje namreč močno podvrženi reklamnim sporočilom o kozmetičnih pripomočkih in o zdravi prehrani, ki prikrivajo in zadržujejo procese staranja (French, 1995). Bistvenega pomena pa je tudi boljše spoznavanje starosti in starih ljudi v zgodnji mladosti, pripravljane nanjo v srednjih letih ter njeno sprejemanje v tretjem življenjskem obdobju.

V naši mlado-orientirani družbi se moramo zavedati, da so bile kvalitete, povezane z mladostnostjo, v zgodovini visoko vrednotene, danes pa je to ovrednotenje povezano z ravnovesjem moči med generacijami (Featherstone, 1987, v: Featherstone in Hepworth, ur. Bond in drugi, 1992:332). Velika povojna 'baby boom' generacija je dobila veliko moči za mlade v šestdesetih letih prejšnjega stoletja. Vendar pa je ta generacija sedaj v srednjih letih in v zgodnjih desetletjih tega stoletja bodo sodili med stare ljudi. S seboj bodo prinesli nove vrednote, ki bodo precej drugačne kot pri njihovih starših (Featherstone in Hepworth, ur. Bond in drugi, 1992:332).

Literatura:

- McGoran, Jenny (1995): *Facts about ageing – myth and reality*. *Social Alternatives*, April, vol. 14., issue 2., str. 40
- Mulley, Graham P. (1997): *Myths of ageing*. *Lancet*, 10/18/97, vol. 350, issue 9085, 1160-1161
- SJM 96/2 (1996): *Raziskava Slovensko javno mnenje 96/2*; Inštitut za družbene vede, FDV, Ljubljana
- Tinker, Anthea (1997): *Older people in modern society*. 4th edition. *Longman social policy in Britain series*. London in New York

Bond, John; Coleman, Peter in Peace, Sheila (1992): *Ageing in the twentieth century*. V: J. Bond, Coleman, P. in Peace, S. (ur.): *Ageing in society - An introduction to social gerontology*. 1. poglavje. SAGE Publications, London, Thousand Oaks, New Delhi

Featherstone, Mike in Hepworth, Mike (1992): *Images of ageing*. V: J. Bond, Coleman, P. in Peace, S. (ur.): *Ageing in society - An introduction to social gerontology*. 304-332. SAGE Publications, London, Thousand Oaks, New Delhi

SURS (1998): *Rezultati raziskovanj*, št. 702, str. 21, 23, 24, 28; Statistični urad Republike Slovenije, Ljubljana

French, Val (1995): *Guest editor's introduction – Let's stop perpetuating the myths of ageing*. *Social Alternatives*, April, vol. 14, issue 2, 5-6

Bergstrom-Walan, May-Briht in Nielsen, Helle H. (1990): *Sexual expression among 60-80 year old men and women: sample from Stockholm, Sweden*. *Journal of sex research*, may, vol. 27, issue 2, 289-296

Pilcher, Jane (1995): *Age and generation in modern Britain*. Oxford University Press. Oxford

Ramovš, Jože (v izdaji 2003): *Integralna socialna gerontologija in gerontagogika*. Inštitut Antona Trstenjaka

Mole, Mojca (1997): *Stari ljudje med družino in državo*. *Diplomska naloga na FDV, Ljubljana*

Hvalič, Simona (1999): *Kvaliteta življenja starejših žensk*. *Diplomska naloga na FDV, Ljubljana*

Drnovšek, Helena Jelena (1997): *»Starosti ni«*. *Aura*, januar-februar, 46-47

Pentek, Metka: *Vaje za vadbo spomina in zbranost*. <http://www.geronto-drustvo-slo.si/vaje1.html>

Ziherl, Slavko: *Spolnost in staranje*. *V mladosti misli na starost, da bodo tudi poznejša leta zdrava in prijetna*. *Za srce – Društvo za zdravje srca in ožilja*

Brišar Slana Ž. (2003): *Vloga socialnega varstva pri skrbi za starostnika*. *Strokovno srečanje: Celostna obravnava starostnika*. ZDMSZT-ZZN Slovenije. Otočec, 5.-8. maj 2003

<http://medenosrce.ksmf.org/pogled.asp?ID=415>

Kontaktne informacije:

mag. Simona Hvalič Touzery

Inštitut Antona Trstenjaka

Resljeva 11, p.p. 4443, 1001 Ljubljana

e-pošta: simona.hvalic@guest.arnes.si

PASTORALNE IZKUŠNJE IZ ŽUPNIJ

Naslednji prispevki so neposredne izkušnje, ki so jih napisali ali povedali župniki in prostovoljci iz nekaterih slovenskih župnij, kjer so že začeli z uvajanjem medgeneracijskih skupin za kakovostno staranje in drugih programov za starejše ljudi ter za sožitje generacij. Njihove neposredne izkušnje so pomembno komplementarno dopolnilo strokovnim člankom s tega področja v prvem delu revije.

Pavle Jakop*

Mladost in starost v objemu

Servis dobrote mladih v Šiški v Ljubljani



Najbrž nisem pesimist, če trdim, da človek po naravi ne teži k pomoči bližnjemu, zato si je treba zanjo prizadevati z vzgojo, z njo vred pa tudi z vzpostavitvijo določenih struktur, institucij, mehanizmov-dejavnikov, ki si morajo skozi vzgojo z ozirom na starostno stopnjo kontinuirano slediti.

Ko danes govorimo o mladih in če ob tej priliki razmišljamo še o njihovem odnosu do ostarelih, potem je treba reči, da je v našem delu z mladino (beri: pri vzgoji) nujen premik od kopičenja abstraktnega znanja k ravnanju. Ta premik ne more biti v kakšni deklaraciji, ampak v načrtnem in doslednem pristopanju, ki bo skozi vzgojo sprostil in spodbudil vse dimenzije mladosti in jih umestil v primerno organiziranost. Na ta način lahko pri mladih prihaja do interakcije med mladostjo in življenjem, pri čemer bo njihova mladost postala izkušnja ustvarjalnega in navzven odprtega življenja. S tem pa tudi prostor oblikovanja njihove mentalitete o tem, kaj pomeni biti mlad v konkretni družbi. Brez te interakcije prihaja do redukcije mladih na njihovo formalno prisotnost v družbi (prav

tako tudi le formalno članstvo v Cerkev, če ni konkretnega udejanjanja vere).

V ta kontekst je potrebno postaviti tudi odnos med generacijami mladi-stari zato v vzgojo za družbeno angažiranost oziroma apostolat mladih v Cerkev sodi tudi oblikovanje čuta solidarnosti, soodgovornosti in simpatije mladih do starih, pa tudi obratno.

»NEKAJ PA VENDARLE MOREM NAREDITI DOBREGA!«

Tako smo si dejali z mladimi pred slabimi petnajstimi leti v Ljubljani in ustanovili Servis dobrote mladih.

V mladinskih in študentskih srečanjih smo čutili, da "je vera brez del mrtva" (Jak 2,26). Filozofska in teološka razmišljanja o Bogu nas niso zadovoljila, prižiganje sveč in prepevanje kanonov ob kitari nas je uspavalo, potovanja-romanja smo včasih začutili kot beg pred realnostjo. "Ta vera je prepoceni, je preveč samozadostna in zaprta znotraj skupine, navzven pa

* Pavle Jakop je frančiškan, župnik v župniji sv. Frančiška v Šiški v Ljubljani; ustanovitelj in vodja solidarnostne organizacije Servis dobrote mladih, ki veliko pomaga starim ljudem; avtor knjige *Zlati prah tlečega upanja: meditativne skice* (1998) ter številnih člankov.